



**Materiały
pomocnicze
dla nauczycieli**



Michalina Wisłocka

Sztuka Kochania

40 lat później

-CEO-
CENTRUM EDUKACJI
OBYWATELSKIEJ

Autorka:
Alina Synakiewicz, edukatorka
seksualna z Grupy Edukatorów
Seksualnych Ponton

Scenariusz:

Michalina Wisłocka: „Sztuka kochania” 40 lat później

Droga Nauczycielko, Drogi Nauczycielu!

Zapraszamy Ciebie i młodzież, z którą pracujesz, na pokaz filmu „Sztuka kochania. Historia Michaliny Wisłockiej”. Uzupelnieniem seansu filmowego jest przygotowany przez nas scenariusz lekcji, który możesz wykorzystać podczas godzin wychowawczych lub zajęć z wychowania do życia w rodzinie. Dzięki temu, że scenariusz jest elastyczny, możesz samodzielnie zdecydować, w jakiej formie chcesz przeprowadzić ćwiczenia.

Możesz przeprowadzić go na dwóch godzinach lekcyjnych lub wybrać jego fragmenty i skrócić spotkanie do jednej godziny lekcyjnej. Warto żebyś wiedział/-a, że w filmie są sceny nagości i bohaterowie rozmawiają w otwarty sposób na temat seksualności. Znając swoich uczniów i uczennice najlepiej wiesz, czy są na tyle dojrzały, żeby wspólnie z grupą szkolną uczestniczyć w pokazie i wynieść z niego treści dydaktyczne, jakie niesie za sobą film.

Grupa wiekowa: szkoły ponadgimnazjalne

Czas trwania:

90 minut (2 godziny lekcyjne)

Cele:

- ♦ utrwalenie wiedzy młodzieży na temat pracy i dokonań Michaliny Wisłockiej;
- ♦ pogłębienie świadomości młodzieży, że seksualność to coś więcej niż stosunek seksualny czy przeżycia seksualne, że ważnym aspektem ludzkiej seksualności są także uczucia, relacje i zdrowe ciało;
- ♦ zwiększenie świadomości dotyczącej odpowiedzialności i konsekwencji związanych z podejmowaniem aktywności seksualnej;
- ♦ zapoznanie młodzieży z Deklaracją Praw Seksualnych;
- ♦ zwiększenie świadomości młodzieży na temat granic fizycznych oraz psychicznych własnych i drugiej osoby;
- ♦ zwiększenie świadomości młodzieży, że kontakty seksualne zawsze muszą być świadomą, niewymuszoną aktywnością;
- ♦ zapoznanie młodzieży z fragmentami „Sztuki Kochania” Michaliny Wisłockiej.

Materiały dydaktyczne:

- ♦ karteczki samoprzylepne;
- ♦ papier flipchart lub papier pakowy, marker (opcjonalnie);
- ♦ pocięte historie, „Prawa seksualne” (karta pracy nr 1);
- ♦ 7 kopii „Deklaracji Praw Seksualnych” (karta pracy nr 2);
- ♦ pocięte cytaty z Michaliny Wisłockiej (karta pracy nr 3).

Przebieg zajęć

1. Przywitaj uczniów. Powiedz, że na dzisiejszych dwóch godzinach lekcyjnych będziecie się zajmować postacią Michaliny Wisłockiej, jej wkładem w rozwój polskiej seksuologii, a także porozmawiacie o seksualności.

2. Przed przejściem do części merytorycznej zadbaj o bezpieczeństwo, komfort pracy uczniów i uczennic. Podczas zajęć pojawią się wątki dotyczące seksualności – jest to temat, który może wywoływać różne emocje u młodzieży, ponieważ bardzo dotyka ich życia osobistego. Narzędziem, które pomoże Ci zadbać o atmosferę podczas zajęć, jest kontrakt. Jest to umowa pomiędzy uczestnikami warsztatu (w Twoim przypadku uczniami i uczennicami) oraz osobą prowadzącą. Umowa ta określa najważniejsze zasady współpracy, na przykład:

- ♦ gdy mówi jedna osoba, reszta słucha;
- ♦ szanujemy opinie innych osób;
- ♦ używamy kulturalnego języka (określając części ciała lub czynności seksualne nie używamy słów uznawanych za wulgarne);
- ♦ dbamy o dyskrecję (żadne wątki osobiste, jeśli pojawią się na zajęciach nie powinny wyjść poza grono osób w nich uczestniczących);
- ♦ zasada dobrowolności (jeśli uczestnik/uczestniczka nie chce brać udziału w jakiejś części zajęć lub nie chce odpowiadać na jakieś pytania, ma do tego prawo).

Najlepiej, aby zasady kontraktu podawała młodzież. Kontrakt zapisz na tablicy lub na papierze flipchart (albo na papierze pakowym), a następnie powieś go w widocznym miejscu w sali lekcyjnej.

3. Kim była Michalina Wistocka. Poproś młodzież, aby przypomniata sobie obejrzany wspólnie film „Sztuka kochania. Historia Michaliny Wistockiej” i opowiedziała w kilku zdaniach, kim była Michalina Wistocka, czym się zajmowała i co przyniosło jej sławę w Polsce i za granicą. (Powinny paść odpowiedzi, że zastąpiła książką „Sztuka kochania”, zajmowała się seksualnością, udzielała porad zwykłym ludziom, oraz głosiła rewolucyjną w jej czasach tezę, że kobiety także mają prawo czerpać przyjemność z życia seksualnego itp.).

4. Ćwiczenie „Skojarzenia ze słowem seks”

- a) Powiedz młodzieży, w tym ćwiczeniu, nawiązując do prac Michaliny Wistockiej, będziecie się zajmować pojęciem „seks”.
- b) Rozdaj uczniom i uczennicom karteczki samoprzylepne i poproś, aby każda osoba napisała anonimowo swoje skojarzenia ze słowem „seks” (jedno skojarzenie na jednej karteczce). Powiedz, że w tym ćwiczeniu nie obowiązuje cenzura, jedyne na co należy zwrócić uwagę to słownictwo (odwołaj się do kontraktu i zapisu dotyczącego kulturalnego języka). Wyjaśnij, że można mieć kilka skojarzeń, jedno skojarzenie lub nie mieć żadnego.
- c) Gdy uczniowie i uczennice skończą, przejdź się po sali i zbierz karteczki z jak największą dbałością o anonimowość osób. Możesz wykorzystać pojemnik: coś, co będzie pełniło rolę „kapelusza”.
- d) Na tablicy zapisz pięć kategorii: ANATOMIA/FIZJOLOGIA, RELACJE, FORMY AKTYWNOŚCI SEKSUALNEJ, UCZUCIA/DOZNANIA, INNE. Powiedz, że będziesz czytać skojarzenia wypisane na karteczkach, a zadaniem młodzieży będzie powiedzenie, do której kategorii należy dane skojarzenie.
- e) Przyklej karteczki ze skojarzeniami ze skojarzeniem przy odpowiednich kategoriach. Po wykonanej pracy zastanów się wspólnie z uczniami i uczennicami, czy możliwe jest satysfakcjonujące życie seksualne, gdy wyłączona jest któraś z kategorii. Czy jest ono możliwe bez emocji albo jeśli ktoś ma problemy natury zdrowotnej (kategoria anatomia/fizjologia),

czy kontakty seksualne są satysfakcjonujące, jeśli pomiędzy osobami nie ma żadnej relacji? Pozwól młodzieży wypowiedzieć się na ten temat.

- f) Odwołaj się do postaci Michaliny Wisłockiej i zwróć uwagę, że w poradniku „Sztuka kochania” pisała ona o wszystkich aspektach życia seksualnego. Zwracała uwagę na uczucia, budowanie relacji, zdrowie seksualne, ale też uczyła „techniki”: tego, które miejsca są najbardziej wrażliwe na pieszczoty i jak sprawiać partnerowi/partnerce przyjemność. Uważała, że można się tego nauczyć, i że podstawą jest komunikacja, rozmawianie o tym, co sprawia nam przyjemność.

5. Burza mózgów – „Warunki udanej inicjacji seksualnej”

- a) Zapytaj młodzieży, jaki jest jeden z ważniejszych momentów w rozwoju psychoseksualnym człowieka. Powinna paść odpowiedź „pierwszy raz”, „inicjacja seksualna”. Zapisz to hasło na tablicy.
- b) Zapytaj, jakie warunki powinny być spełnione, żeby pierwszy raz (ale także dziesiąty, dwudziesty raz, każdy kontakt seksualny – część Twoich uczniów prawdopodobnie ma już za sobą inicjację seksualną) był pozytywnym doświadczeniem (możesz podkreślić, że pierwszy raz nie zawsze wygląda tak jak na filmie, ale warto się przygotować do niego tak, żeby nie był przykrym doświadczeniem).
- c) Młodzież powinna wymienić takie warunki jak: odpowiednia osoba, odpowiednie miejsce, zabezpieczenie (antykontracepcja), obustronna zgoda (jeśli jedna osoba nie wyraża zgody na seks, mamy do czynienia z przemocą seksualną), obie osoby mają ochotę na seks. Zwróć uwagę na świadomość konsekwencji wynikających z podejmowania aktywności seksualnej, takich jak niechciana ciąża czy możliwość zakażenia się chorobą przenoszoną drogą płciową. Zapytaj młodzieży, jak rozumie pojęcie „kultury seksualnej” stosowane przez Michalinę Wisłocką i jak to pojęcie odnosi do zagadnień, które zostały poruszone wcześniej.

6. Praca w grupach „Prawa seksualne”

- a) Powiedz uczniom i uczennicom, że będziecie pracować na ważnym dokumencie dotyczącym seksualności, który powstał jeszcze za życia Michaliny Wisłockiej. Jest nim Deklaracja Praw Seksualnych uchwalona przez WHO w 2002 roku.
- b) Podziel klasę na trzy grupy. Każda grupa powinna dostać dwie historie „Prawa seksualne (karta pracy nr 1) oraz przynajmniej po jednym egzemplarzu Deklaracji Praw Seksualnych (karta pracy nr 2)
- c) Poproś młodzież, aby uważnie przeczytała historie oraz deklarację i zastanowiła się, jakie prawa (jedno bądź kilka) zostały w nich złamane.
- d) Poproś przedstawiciela lub przedstawicielkę każdej grupy, żeby przeczytał/-a po kolei każdą z historii oraz omówił/-a, które prawa zostały złamane i dlaczego. Poproś osoby z pozostałych podgrup o komentarze.
- e) Porozmawiaj z młodzieżą na temat Deklaracji Praw Seksualnych: co wynika z tego dokumentu, dlaczego jest on tak ważny. Wspólnie zastanówcie się, czy rezygnując z któregoś punktu z Deklaracji Praw Seksualnych, ludzie mogliby realizować swoje potrzeby seksualne, cieszyć się zdrowiem seksualnym, wolnością, godnością i równością.

7. Praca z tekstem: Michalina Wisłocka – cytaty.

- a) Powiedz młodzieży, że masz przygotowanych kilkanaście cytatów z prac Michaliny Wisłockiej, głównie ze „Sztuki kochania”, i że będziecie zastanawiać się, jak można zinterpretować jej słowa, czy są one nadal aktualne i czy mogą być przydatne dla żyjących w dzisiejszych czasach osób tworzących relacje intymne.
- b) W zależności od liczebności klasy podziel uczniów na dwójki lub trójki.
- c) Przejdź się po klasie i rozdaj każdej grupie po jednym cytacie (karta pracy nr 3).

- d) Daj młodzieży chwilę czasu na zastanowienie się i poproś, aby jedna osoba z grupy przedstawiła wnioski z cytatu.
- e) Wnioski możesz zapisać na tablicy.

8. Zakończenie

- a) Poproś chętne osoby, aby podsumowały w kilku zdaniach dzisiejsze zajęcia.
- b) Podziękuj za spotkanie oraz zaangażowanie uczniów i uczennic podczas zajęć.

Karta pracy nr 1

Prawa seksualne – historie

Hania ma 15 lat. Od pół roku spotyka się z 17-letnim Kamillem. Kamil chciałby rozpocząć współżycie, natomiast Hania uważa, że nie jest jeszcze na to gotowa. Ostatnio Kamil powiedział, że jeśli nie zaczną uprawiać seksu, to ją zostawi.

Krystian ma 17 lat, a jego dziewczyna Anka - 19. Parę miesięcy temu zaczęli uprawiać seks. Krystian bardzo poważnie podchodzi do antykoncepcji, gdyż jego starsza siostra zaszła w niechcianą ciążę w wieku 15 lat i teraz wychowuje samotnie 5-letnią córkę. Krystian zawsze ma ze sobą prezerwatywy. Ostatnio razem z Anką byli na imprezie. Krystian bardzo się wtedy upił. Wtedy Anka zainicjowała stosunek bez prezerwatywy.

Kasia ma 17 lat i jest praktykującą katoliczką. Religia jest bardzo ważna w jej życiu, stara się postępować zgodnie z przykazaniami. Postanowiła, że zachowa dziewictwo do ślubu. Z tego powodu koleżdy i koleżanki naśmiewają się z niej i wolają na nią „cnotka”.

Simbala jest Hinduską i ma 13 lat. Rodzice bez jej wiedzy podjęli decyzję, że wydadzą ją za mąż za 40-letniego mężczyznę. Simbala nigdy nie widziała swojego przyszłego męża.

Baśka ma 18 lat i spotyka się z Marcinem. Ostatnio podjęli decyzję o rozpoczęciu współżycia. Basia uznała, że będzie brała pigułki antykoncepcyjne, Marcin uznał wybór dziewczyny za słuszny i zadeklarował, że będzie się z nią na nie składał po połowie. Baśka poszła do ginekologa po receptę i usłyszała od niego, że zamiast uganiać się za chłopakami powinna zajmować się nauką.

Jakub ma 19 lat i od roku spotyka się ze swoim rówieśnikiem Marianem. Kiedy miesiąc temu szli, trzymając się za ręce, dopadła ich agresywna grupa młodych mężczyzn, którzy krzyczeli „zabijemy was, pedaly”. Po tym zdarzeniu pobity Marian trafił do szpitala.

Karta pracy nr 2

„Deklaracja Praw Seksualnych”

Deklaracja Praw Seksualnych
Prawa seksualne stanowią fundamentalne i uniwersalne prawa człowieka

1. Prawo do wolności seksualnej

Wolność seksualna obejmuje możliwość jednostki do wyrażania pełni potencjału seksualnego, wyklucza jednak wszelkie formy przymusu seksualnego, wykorzystywania oraz nadużyć w jakimkolwiek czasie i jakiegokolwiek sytuacji życiowej.

2. Prawo do odrębności seksualnej, integralności oraz bezpieczeństwa seksualnego ciała

Prawo to pozwala człowiekowi podejmować niezależne decyzje dotyczące własnego życia seksualnego zgodne z własną moralnością i etyką społeczną. Obejmuje ono również możliwość sprawowania kontroli oraz zadowolenia z własnego ciała z wykluczeniem tortur, okaleczeń i jakiegokolwiek przemocy.

3. Prawo do prywatności seksualnej

Obejmuje możliwość podejmowania indywidualnych decyzji i zachowań w sferze intymnej w stopniu, w jakim nie naruszają one praw seksualnych innych osób.

4. Prawo do równości seksualnej

Odwołuje się do wolności od wszystkich form dyskryminacji, niezależnie od płci, orientacji seksualnej, wieku, rasy, klasy społecznej, religii lub niesprawności fizycznej albo emocjonalnej.

5. Prawo do przyjemności seksualnej

Przyjemność seksualna (włączając zachowania autoerotyczne) jest źródłem fizycznego, psychologicznego, intelektualnego i duchowego dobrostanu.

6. Prawo do emocjonalnego wyrażania seksualności

Wyrażanie seksualności obejmuje więcej niż przyjemność erotyczną lub zachowanie seksualne. Ludzie mają prawo do ekspresji swojej seksualności poprzez komunikowanie się, dotyk, wyrażanie uczuć i miłości.

7. Prawo do swobodnych kontaktów seksualnych

Oznacza możliwość zawarcia związku małżeńskiego lub niezawierania go, przeprowadzenia rozwodu oraz ustanowienia innych opartych na odpowiedzialności form związków seksualnych.

8. Prawo do podejmowania wolnych i odpowiedzialnych decyzji dotyczących posiadania potomstwa

Obejmuje możliwość podejmowania decyzji o posiadaniu lub nieposiadaniu potomstwa, jego liczbie, różnicy wieku między potomstwem oraz prawo do pełnego dostępu do środków regulacji płodności.

9. Prawo do informacji seksualnej opartej na badaniach naukowych

Prawo to implikuje, że poszukiwanie informacji dotyczących seksualności będzie realizowane na drodze nieskrępowanych, lecz naukowo etycznych badań, a ich odpowiednie rozpowszechnianie będzie się odbywać na wszystkich poziomach społecznych.

10. Prawo do wyczerpującej edukacji seksualnej

Edukacja seksualna to proces trwający od momentu narodzin przez całe życie, powinny być w nią zaangażowane wszystkie instytucje społeczne.

11. Prawo do seksualnej opieki zdrowotnej

Seksualna opieka zdrowotna powinna być dostępna w celu zapobiegania i leczenia wszelkich problemów, chorób i zaburzeń seksualnych.

Karta pracy nr 3

Michalina Wisłocka - cytaty

Pisma kolorowe o seksie to same śmiecie. Tam są tylko gole tyłki, nie ma słowa o uczuciach, o więziach. (...) Gdy robili na bazyry odbitki samych pozycji wybranych ze „Sztuki”, powiedziałam wprost: „Książka nie jest dla pozycji”. Zasadnicza ich rola to kwestia układu między dwojgiem ludzi i u jednych dany układ jest udany, a u innych nie. I trzeba wyszukać ten swój własny. Te pozycje, które proponują w pismach, są pozbawione wszystkiego. To znaczy nie ma tam po prostu serca.

Czy to jest zboczenie? Odpowiedz jest prosta: żadna forma ani odmiana pieszczot nie jest zboczeniem tak długo, dopóki nie sprawia przykrości partnerowi czy partnerce. (...) Wszelkie natomiast formy pieszczot i kontaktów fizycznych sprawiające rozkosz obydwójgu, są tylko wzbogaceniem współżycia miłosnego

W miłości pośpiech jest fatalnym błędem. Nie należy się spieszyć. Trzeba pozwolić pracować wyobraźni.

Każdy człowiek marzy o wielkiej roli, jaką odegra w swoim życiu, i widowni pełnej głębokiego zachwytu i uwielbienia. Widownię, która daje nam poczucie bezpieczeństwa i ogromnej wartości wszelkich osiągnięć naszego życia, stwarza i stworzyć może tylko kochający człowiek idący obok nas.

Stale usiłowania dorosłych, zmierzające do rozładowania w najrozmaitszy sposób napięcia seksualnego młodzieży, wydają się trochę nielogiczne w wyborze metod. (...) Padają propozycje: sport, gimnastykę, naukę itp. (...) Czy nie lepiej przyjąć rolę obserwatora, starając się w miarę potrzeby pomóc młodzieży dyskretnie i przyjaźnie, ukierunkowując nurt jej życia osobistego? Udostępnić materiały naukowe z biologii, anatomii, fizjologii, socjologii, higieny itp. aby mogła sięgnąć do nich w razie potrzeby i budować swój przyszły świat, w którym będzie żyć zgodnie z własnym, najbardziej odpowiadającym modelem.

(...) My ciągle w czułych rozmowach możemy jedynie sięgnąć do terminów naukowych lub tak zwanej literatury plotowej.

W naszym społeczeństwie, nie tylko wśród młodzieży, kultura pieśczęt jest zaledwie w zarodku, a niejednokrotnie weale jej nie ma. Propozycje odbycia stosunku po kilku pocałunkach są na porządku dziennym.

Nie należy nigdy upijać się na smutno ani kochać się dla zabicia zmartwień, w obu przypadkach bowiem mamy potem straszliwego kaca.

Aby dziecko miało pod dostatkiem „witaminy M”, miłość ojca i matki musi być w pełni dojrzała. Dojrzała na tyle, aby zapragnęła podzielić się i obdarować nią dziecko. (...) Dlatego właśnie dokładna znajomość antykoncepcji stwarza dziecku szansę na pojawienie się w optymalnych dla prawidłowego rozwoju warunkach.

W dzisiejszych czasach dwoje młodych, często nawet nastoletnich, prosi o wybranie środków zapobiegawczych, ponieważ chcą rozpocząć współżycie. (...) To jest jakieś novum, może dobry znak, że mężczyzna zaczyna być partnerem, rzeczywiście współodpowiedzialnym, rzeczywiście interesującym się i biorącym udział w dziedzinach życia seksualnego kobiety.

Zasada pierwsza i ostatnia: gry miłosne są radością życia, a nie „ofiarnym stosem” czy ponurym obowiązkiem.

(...) najistotniejsze sprawy w życiu kobiety współczesnej wynikają z dwóch osiągnięć emancypacji: prawa kobiet do przeżyć seksualnych na równi z mężczyzną i antykoncepcji, która usunęła z jej życia koszmar przypadkowej ciąży.

(...) miłość, która nie zdała jeszcze próby życia i nie stała się trwałą i świadomą więzią łączącą dwoje ludzi, rozpada się, a nie umacnia z chwilą pojawienia się dziecka.

Jestem przekonana, że aby zaprowadzić jakiś ład w tym chaosie, trzeba skończyć wreszcie z absurdalną nieświadomością dziewcząt, dotyczącą fizjologii ich ciała. (...) Bawia się dziećmi zapalkami, po czym wpadają w panikę, kiedy dom się pali. Od czegoż trzeba zacząć! Odczego? Oczywiście od świadomego macierzyństwa, od wiedzy dlaczego się jest w ciąży. Czym jest ciąża? I kiedy się można na nią zdecydować.



**Materiały pomocnicze dla nauczycieli
przygotowane przez Centrum Edukacji Obywatelskiej**

Warszawa 2017