

Temat: **Internet – nowoczesny sposób na miłość?!**

- CELE:**
- rozwijanie świadomości dotyczącej siebie samego w sferze budowania relacji
 - budowanie odpowiedzialności w obszarze podejmowania zachowań seksualnych
 - zapobieganie nałogowemu korzystaniu z cyberseksu

POMOCE DYDAKTYCZNE:

- kartki papieru A3
- kolorowe magazyny
- klej
- nożyczki
- flamastry

CZAS TRWANIA: 2 x 45 min

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

1. Nauczyciel wyjaśnia uczniom, że na lekcji będą zajmować się tematem intymności i seksualności w kontekście relacji i więzi.

2. Nauczyciel dzieli klasę na 3–4 grupy. Każdej z grup przekazuje materiały (kolorowe magazyny, klej, nożyczki, kartki papieru A3, flamastry). Następnie prosi uczniów o to, aby każdy z nich z dostępnych materiałów wykonał portret wymarzonej dziewczyny/wymarzonego chłopaka, z którą/którym chcieliby się związać na trwałe. Portret powinien zawierać: cechy wyglądu zewnętrznego, informacje o usposobieniu, zainteresowaniach, wartościach, cechach charakteru, sposobie zachowania (uczniowie mogą również dopisać to, co dla nich jest ważne, a nie zostało ujęte w powyższych kategoriach).

3. Następnie nauczyciel prosi uczniów, aby spośród przedstawionych w pracy cech wybrali 3 ich zdaniem najważniejsze. Uczniowie w podgrupach uzasadniają swoje wybory oraz porównują z wyborami innych.

4. Nauczyciel pyta na forum klasy, jak się czuli podczas wykonywania portretu.

Uwaga: Być może okaże się, że to zadanie wywołało w uczniach poczucie skrępowania, śmiech, zawstydenie. Nauczyciel może to skomentować mówiąc, że generalnie trudno jest dzielić się z innymi swoimi pragnieniami i marzeniami, zwłaszcza gdy dotyczą one intymnych relacji z innymi ludźmi.

Dalej nauczyciel pyta uczniów, co sądzą o dokonywanych przez siebie wyborach oraz czy w grupach ich wybory były podobne czy zupełnie inne? Co o tym sądzą?

Uwaga: Jeżeli uczniowie będą koncentrowali się głównie na cechach wyglądu zewnętrznego, nauczyciel może poprosić, aby wyobrazili sobie, że spędzają z tą osobą kolejne 5 lat. Jak myślą – co w takiej sytuacji mogłoby podtrzymać ich relacje, zaangażowanie?

5. Nauczyciel prosi uczniów o chwilę ciszy, aby każdy z nich mógł w skupieniu pomyśleć o realnej osobie, która mu się podoba, z którą się spotykał lub spotyka oraz zastanowić się nad odpowiedzią na poniższe pytania:

- **Czy portret wymarzonej sympatii odpowiada tej realnej?**
- **Jakie cechy są zbieżne?**
- **Czyta osoba posiada podkreślone przez nich cechy?**
- **Czy posiada jeszcze inne, które przyciągnęły uwagę?**

6. Następnie uczniowie dzielą się swoimi przemyśleniami na forum klasy. W podsumowaniu nauczyciel podkreśla znaczenie czynników wewnętrznych jako tych, które wzmacniają budowanie relacji. Nauczyciel mówi o tym, że mamy różne marzenia, wyobrażenia o tym, co jest idealne i w jakiej rzeczywistości chcielibyśmy żyć. Niekiedy trudno jest nam pogodzić się z tym, że rzeczywistość wygląda inaczej. Dotyczy to również wyobrażeń o nas samych. Jednym ze sposobów realizowania wyobrażeń o idealnej rzeczywistości jest komputer i Internet. Nauczyciel wyjaśnia uczniom, że w okresie pokwitania, kiedy dochodzi do głosu seksualność, w ciele zachodzą rewolucyjne zmiany. Pojawia się wiele skrajnych i intensywnych emocji: od ekscytacji po niepewność i lęk co do swojej wartości i atrakcyjności, szczególnie w kontaktach interpersonalnych. Wiele podejmowanych wówczas działań służy temu, aby odzyskać poczucie kontroli nad sobą oraz tym, co dzieje się wokół. Kontakty internetowe mogą zatem kompensować przeżywanie trudnych uczuć, umożliwiają doświadczenie złudzenia bliskości oraz intymności przy jednoczesnym zachowaniu nad tym poczucia kontroli (w każdym momencie przecież można odłączyć się z sieci).

7. Nauczyciel dzieli uczniów na dwie grupy. Pierwsza grupa ma za zadanie wypisać na dużym arkuszu papieru, co zyskują ludzie uprawiając cyberseks. Druga – co tracą dokonując takich wyborów.

8. W podsumowaniu nauczyciel podkreśla znaczenie różnicy pomiędzy seksem związanym z zaangażowaniem a uprawianiem cyberseksu. Przypomina o zagrożeniach płynących z tego ostatniego. Zwraca jednocześnie uwagę, że uprawianie cyberseksu pozbawia nas przeżywania takich wartości, jak bliskość, intymność, miłość, które związane są z seksem wynikającym z zaangażowania.