

Temat: Moje ciało (gr. dziewcząt).

1. Przeczytaj tekst (zeszyt ćwiczeń *Wychowanie do życia w rodzinie*, str. 42- 43).

2. Z czym kojarzy Ci się słowo intymność? (np., pamiętnik, rozmowa, uczucia, płyn do higieny intymnej, nagość, a - maile, SMS -y).

Poznaj definicję słownikową tego wyrazu:

intymny - przeznaczony dla najbliższych, wtajemniczonych; ściśle osobisty; poufny, sekretny, bliski, zażyły.

Z pojęciem intymności wiąże się problem szacunku dla ciała. Ciało człowieka jest piękne; wielokrotnie było natchnieniem dla malarzy, rzeźbiarzy i poetów. Dla nas wszystkich nasze ciało jest wartością. Powinniśmy dbać o nie i szanować je. Szacunek dla ciała oznacza szacunek dla intymności. Jeśli szanuję ciało drugiego człowieka, nie będę łamać jego prawa do intymności: nie będę go podglądać, wyśmiewać, obmawiać. Zdarza się niekiedy, że inni ludzie, najczęściej dorośli, łamią prawo dziecka do intymności. Nakłaniają dziewczynki i chłopców do robienia rzeczy, które je zawstydzają.

3. Poćwicz asertywność (asertywność to **umiejętność wyrażania własnego zdania, uczuć, postaw w sposób otwarty, w granicach nie naruszających praw, ani psychicznego terytorium innych osób oraz własnego. Innymi słowy to umiejętność zachowania się równocześnie z szacunkiem dla siebie i dla innych**). Ćwiczenie wykonaj ustnie.

- Idziesz ulicą, nieznajomy mężczyzna zatrzymuje cię i proponuje podwiezienie do domu. Jak się zachowasz?
- Starszy niedawno poznany kolega koniecznie chce abyś szła z nim do jego domu. Podobno ma ci pokazać coś ciekawego. Jak postąpisz?
- Kolega z klasy zaprasza cię do domu, gdyż rodzice są w pracy chce ci koniecznie pokazać czasopisma dla dorosłych. Co mu odpowiesz?
- Nieznajomy pan podchodzi nagle do ciebie i chce koniecznie abyś się poczęstowała cukierkami.

Większość ludzi dorosłych to ludzie uczciwi i dobrzy, życzliwi dzieciom. Nie powinniśmy się bać świata dorosłych, trzeba być jednak czujnym i nie pozwolić się skrzywdzić.

PAMIĘTAJ: Nikt nie ma prawa naruszać Twojej sfery intymności!

Nikt nie ma prawa:

- dotykać Cię w sposób, który Ci nie odpowiada,
- mówić do Ciebie o rzeczach, o których nie chcesz słuchać,
- dotykać Cię w miejscach intymnych,
- pokazywać Ci rzeczy, których nie chcesz oglądać,
- proponować udział w czynnościach, które Cię krępują.

Jak się zachować:

- powiedz wyraźnie, że na to się nie zgadzasz,
- natychmiast odejdź lub uciekaj,
- powiedz o tym zjściu rodzicom.

4. Wykonaj pisemnie:

- Moje granice (ćw.1 str.44)
- Sposoby obrony własnej intymności (ćw. 3 str.45)

Rozwiązanie ćwiczenia 3 str. 45 prześlij na adres: dkalata.zostocze@wp.pl