

ISAWP: Kapsayıcı Cinsellik - Olasılıklarla Dolu Bir Dünya

Öğretici Rehber - Kapsayıcı Cinsel Eğitim

Feragatname, Teşekkür ve Telif Hakları

Teşekkür

Bu yayının, Avrupa Komisyonu tarafından 2024-1-ES02-KA210-YOU-000247025 numaralı Hibe Anlaşması kapsamında finanse edilen ERASMUS+ Küçük Ölçekli Ortaklık projesi "ISAWP: Kapsayıcı Cinsellik - Olasılıklarla Dolu Bir Dünya" çerçevesinde desteklenmiştir.

Yasal Uyarı

Bu yayının hazırlanmasına Avrupa Komisyonu tarafından verilen destek, içeriğin yalnızca yazarların görüşlerini yansıttığı ve Komisyon'un bu içeriğe dair hiçbir sorumluluk kabul etmediği anlamına gelir. Bu yayında yer alan bilgilerin herhangi bir şekilde kullanımından Komisyon sorumlu tutulamaz.

Telif Hakkı Bildirimi

CC BY-NC-SA

Bu lisans, kullanıcıların içeriği yalnızca ticari olmayan amaçlarla her ortam veya formatta dağıtmasına, yeniden düzenlemesine, uyarlamasına ve üzerine inşa etmesine izin verir. Ancak, içerik oluşturucusuna atıfta bulunulması gereklidir. İçeriği yeniden düzenlerseniz, uyarlar veya geliştirirseniz, ortaya çıkan materyali aynı lisans koşulları altında paylaşmanız gerekir.

CC BY-NC-SA lisansı aşağıdaki unsurları içerir:

- **BY (Atıf):** İçeriğin oluşturucusuna atıf yapılmalıdır.
- **NC (Ticari Olmayan):** Yalnızca ticari olmayan kullanıma izin verilir.
- **SA (Aynı Lisansla Paylaşım):** Uyarlamalar aynı lisansla paylaşılmalıdır.

İçindekiler

GİRİŞ	1
I. Temel Kavram 1: İlişkiler.....	2
II. Temel Kavram 2: Değerler, Haklar, Kültür ve Cinsellik	27
2.1 Değerler ve Cinsellik	27
2.2 İnsan Hakları ve Cinsellik	57
2.3 Kültür, Toplum ve Cinsellik	72
III. Temel Kavram 3: Toplumsal Cinsiyeti Anlamak	87
IV. Temel Kavram 4: Şiddet ve Kendini Koruma	127
4.1 Şiddet	127
4.2 Rıza, Mahremiyet ve Bedensel Bütünlük	146
4.3 Bilgi ve İletişim Teknolojilerinin (BİT) Güvenli Kullanımı...	162
V. Temel Kavram 5: Sağlıklı ve Dengeli Yaşam Becerileri	176
VI. Temel Kavram 7: Cinsellik ve Cinsel Davranış	197
VII. Temel Kavram 6: İnsan Vücudu Anatomisi ve Gelişimi -	
Temel Kavram 8: Cinsel sağlık ve üreme Sağlığı	238

GİRİŞ

Zihinsel engelli gençlerin duygusal, sosyal ve kültürel boyutlarıyla birlikte yaşam kalitelerini yükseltmek için kapsayıcı, hak temelli ve bilimsel doğruluğu olan bir cinsellik eğitimi almaları büyük önem taşımaktadır.

Kapsayıcı Cinsellik - Olasılıklarla Dolu Bir Dünya (ISAWP) projesi kapsamında hazırlanan **Öğretici Rehber**, zihinsel engelli gençlere yönelik kapsamlı cinsellik eğitimi (KCE) faaliyetlerini uygulamada eğitimcilere destek sunmak amacıyla tasarlanmıştır.

Bu rehber, UNESCO'nun liderliğinde; Birleşmiş Milletler HIV/AIDS Ortak Programı (UNAIDS), Birleşmiş Milletler Nüfus Fonu (UNFPA), Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF), Birleşmiş Milletler Kadın Birimi (UN Women) ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından geliştirilen ve dünya genelinde kabul gören Uluslararası Cinsellik Eğitimi Teknik Rehberi'nde belirtilen temel ilkelere dayanmaktadır.

Bu kuruluşlar, tüm gençlerin -engelli bireyler de dahil olmak üzere- sağlık, ilişkiler ve kişisel gelişim konularında bilinçli kararlar alabilmeleri için bilgi ve becerilerle donatılması gerektiğini vurgulayan, kanıta dayalı, insan hakları merkezli ve kapsayıcı bir yaklaşımı savunmaktadır.

ISAWP projesi, zihinsel engelli gençlerin de akranlarıyla eşit şekilde cinselliklerini güvenli, bilinçli ve rızaya dayalı bir biçimde anlama ve ifade etme hakları olduğunu kabul eden bütüncül ve kapsayıcı bir yöntem benimsemektedir.

Bu rehberde sunulan etkinlikler ve stratejiler, bireylerin özgün öğrenme ihtiyaçlarını gözетerek özfarkındalık, özgüven, saygı ve kapsayıcılığı desteklemeye yöneliktir.

Rehberin Amaçları

- Eğitimcilerin, zihinsel engelli gençlerle uygulayabilecekleri pratik, uyarlanabilir ve etkileşimli etkinlikler sunmak
- Cinsellik eğitiminin erişilebilir, yaşa uygun ve kültürel açıdan duyarlı olmasını sağlarken, uluslararası uygulamalarla uyumlu olmasını temin etmek
- Eğitimcileri, güvenli ve yargılayıcı olmayan öğrenme ortamları oluşturma konusunda desteklemek
- Cinsellik, toplumsal cinsiyet eşitliği, rıza, çeşitlilik ve sağlıklı ilişkiler konusunda olumlu tutumların gelişmesini teşvik etmek
- Bedensel özerklik, üreme sağlığı ve zarardan korunma (istismar önleme ve dijital güvenlik dahil) konularında farkındalığı artırmak

Etkinlik adı: Benim Dünyam, Benim İnsanlarım

UNESCO tarafından ele alınan temel kavram: 1. İlişkiler

Amaçlar:

Amaç 1:

Zihinsel engelli bireylerin farklı aile yapısı türlerini tanımasını ve anlamasını sağlamak; ailenin duygusal destekleyici rolünü vurgulamak ve bireylerin ilişkilerinde kendilerini güvende ve değerli hissetmelerini temin etmek.

Amaç 2:

Sosyal ortamlarda açık iletişim becerilerinin gelişimini desteklemek; bireylerin duygularını, ihtiyaçlarını ve sınırlarını etkili şekilde ifade etmelerini teşvik ederek daha güçlü ve olumlu arkadaşlık, sevgi ve romantik ilişkiler kurmalarını sağlamak.

Amaç 3:

Aile ve sosyal çevre içindeki duygusal bağlara dair farkındalık kazandırmak; farklı ilişki türlerinin varlığını tanıtarak çeşitliliğe yönelik hoşgörü, saygı ve kapsayıcılığı teşvik etmek.

Materyaller:

- Farklı aile türlerini temsil eden basılı ve lamine edilmiş piktogramlar
- Üç eş merkezli daireden oluşan bir figür:
 - En dıştaki büyük mavi daire
 - Ortadaki turuncu daire
 - En içteki küçük yeşil daire
- Üçüncü oturum olan “**Güven Çemberi**” için gerekli kişilerin yüz fotoğraflarının basılı ve lamine edilmiş halleri
- Hem görselleri hem de daireleri sabitlemek için cırt cırt (velcro)
- Dördüncü oturum olan “**Kendimi Nasıl Hissediyorum?**”da gerekli piktogramları yansıtmak için bilgisayar ve projeksiyon cihazı
- Temel duyguları temsil eden basılı ve lamine edilmiş ikonlar (neşe, üzüntü, öfke ve korku): Her katılımcı için dört duygunun tamamını içeren setler

Süre:

Bu etkinlik, tüm hedeflerin eksiksiz şekilde ele alınabilmesi için iki saat (2 saat) sürmektedir. Etkinlik süresi, aynı etkinlik içinde yer alan çeşitli oturumlara bölünerek yapılandırılmıştır. Bu yapı, katılımcıların temel kavramları adım adım, düzenli ve etkileşimli bir şekilde keşfetmelerine olanak tanır.

Her oturum belirli bir konuya odaklanır:

- **Isınma (10 dakika):** Katılımcıların kendilerini rahat ve kapsayıcı bir ortamda hissetmeleri sağlanır.
- **Aile Türleri (30 dakika):** Farklı aile yapılarının anlaşılması amaçlanır.
- **Güven Çemberi & Kendimi Nasıl Hissediyorum? (30 dakika):** Katılımcıların çeşitli ilişkileri ve duygusal tepkilerini tanımlamaları teşvik edilir.
- **Değerlendirme (10 dakika):** Öğrenme deneyimi üzerine düşünülür ve geri bildirim alınır.

Bu zaman planlaması, dengeli bir tempo sağlayarak katılımcılara konuları kavrama, etkileşim kurma ve tartışma için yeterli süre tanır; aynı zamanda etkinlik boyunca aktif katılımı sürdürülebilir kılar.

Katılımcı Sayısı:

Katılımcı sayısı 2 ile 10 kişi arasında olmalıdır. Bu, her bireye yeterli ilgi gösterilmesini sağlar ve katılımcıların kendi yeteneklerine göre oturumu tamamlayarak hedeflere ulaşmalarına olanak tanır.

Küçük gruplar, katılımı ve öğrenmeyi kolaylaştırır.

Yönergeler:

Bu etkinlik, hedeflere ulaşmayı sağlamak amacıyla dört temel aşamaya ayrılmıştır.

1. Isınma (10 dakika):

Katılımcıların kendilerini kapsayıcı bir şekilde tanıtımları sağlanır. Bu aşama, rahat bir ortam yaratır ve sosyal etkileşimi teşvik eder.

2. Aile Türleri (30 dakika):

Katılımcıların farklı aile yapısı türlerini tanıması ve anlaması amaçlanır. Bu etkinlik, aile yapısı nasıl olursa olsun, her ailenin duygusal destek sağladığı fikrini pekiştirir.

3. Güven Çemberi & Kendimi Nasıl Hissediyorum? (30 dakika): Bu iki etkinlik, katılımcıların çeşitli ilişki türlerini tanımlamalarına, duygusal bağları anlamalarına ve uygun sosyal etkileşimleri fark etmelerine yardımcı olur.

1. Isınma

Tanıtım oturumunda, tüm katılımcılar bir çember oluşturarak yan yana dururlar. Her katılımcı, kendi becerilerine uygun şekilde kendini tanıtır.

Katılımcılar, becerilerine bağlı olarak, isimlerini yüksek sesle söyleyebilir ve kendilerini temsil ettiğini düşündükleri bir jest veya sesle bu tanıtıma eşlik edebilirler. İsmi sözlü olarak ifade edemeyen bireyler için, eğitmen ismi onlar adına söyler, böylece grubun diğer üyeleri o kişiyi tanımış olur.

Eğitmen, desteğe ihtiyaç duyan katılımcılara dikkatle yardımcı olmalı ve her bireyin etkinliğe rahat ve eşit şekilde katılım sağlamasını garanti etmelidir.

Bu tanışma etkinliği 10 dakika sürecektir ve katılımcıların birbirlerini tanımalarına; aynı zamanda kolaylaştırıcının, grubun genel özellikleri hakkında ilk izlenim edinmesine yardımcı olacaktır.

2. Aile Türleri

Bu ikinci oturum, 30 dakika sürecektir. Bu bölümde, farklı aile türlerini temsil eden basılı ve lamine edilmiş piktogramlar tanıtılacaktır. Odak noktası, çekirdek aile ve onun çeşitli biçimleri olacaktır. Gösterilecek aile türleri şunlardır:

- Geleneksel aile (anne, baba ve çocuk/çocuklar)
- Yalnız anneli aile (anne ve çocuk/çocuklar)
- Yalnız babalı aile (baba ve çocuk/çocuklar)
- İki anneli ya da iki babalı aileler ve çocukları

Katılımcılar, eğitmenin desteğiyle piktogramları gözlemleyip inceleyebilir. Eğitmen, görselleri değiştirerek ve karıştırarak bu aile türlerinin yeniden oluşmasını sağlar.

Etkinlik boyunca eğitmen, grubun anlama seviyesine göre rehberlik sunmalı ve içeriği ona göre uyarlamalıdır.

Bu etkinlik, farklı aile yapılarının tanınmasını ve kabulünü teşvik ederken, aynı zamanda çeşitliliğe saygı ve kapsayıcılığı güçlendirmeyi amaçlar.

3. Güven Çemberi

Bu etkinlik, “Annem Yeşil, Komşum Turuncu” (My Mom is Green, My Neighbor Orange) adlı kitaptan esinlenerek oluşturulmuş Güven Çemberi dinamiğine dayanmaktadır. Oturum 30 dakika sürecektir ve farklı ilişki türleri ile kişilere duyulan yakınlık düzeylerini temsil eden üç eş merkezli daireden oluşan bir diyagram kullanılacaktır:

- **Dış Daire (Mavi):** Katılımcının tanımadığı kişileri temsil eder.
- **Orta Daire (Turuncu):** Katılımcının komşular, öğretmenler veya doktorlar gibi resmî ve mesafeli bir ilişki kurduğu kişileri (tanıdıklar) içerir.
- **İç Daire (Yeşil):** Aile, arkadaşlar ve romantik partnerler gibi katılımcıya en yakın ilişkileri temsil eder.

Her katılımcıya; aile üyeleri, arkadaşlar, tanıdıklar ve yabancılar gibi çevrelerinden kişilerin basılı ve lamine edilmiş yüz görselleri verilecektir. “Yabancılar” kategorisine ayrıca tanınmış kişiler veya katılımcının hayranlık duyduğu figürler de dâhil edilebilir.

Eğitmenin rehberliğinde, her katılımcı ilgili görselleri, kişisel ilişkilerine göre uygun çembere yerleştirir. Etkinliğin kolay uygulanabilmesi için hem dairelerin hem de figürlerin arkasında cırt cırt (velcro) bulunur; bu da görsellerin kolayca yapıştırılmasını ve anlaşılır bir sunum sağlanmasını mümkün kılar.

Bu etkinliğin amacı, katılımcıların çevrelerindeki farklı ilişki türlerini tanımalarına ve kişilere duydukları yakınlık veya güven düzeyini fark etmelerine yardımcı olmaktır. Aynı zamanda sınıflandırma becerilerini ve grup içi sosyal etkileşimi de güçlendirmeyi hedefler.

4. Kendimi Nasıl Hissediyorum?

Bu üçüncü oturum da 30 dakika sürecektir. Oturumda, farklı sosyal ve duygusal durumları temsil eden piktogramlar kullanılacaktır. Her piktogram, ilgili ilişki türünü belirten simgelerle birlikte sunulacaktır. Eğitmen, öncelikle bu simgelerin her birini katılımcılara açıklar:

- 🏠 **Ev:** Aileyi temsil eder
- 🤝 **El ele tutuşan figürler:** Arkadaşları temsil eder
- ❤️ **Kalp:** Romantik partneri temsil eder
- 🙋 **El sallayan figür:** Tanıdıkları temsil eder
- ❓ **Soru işareti:** Yabancıları temsil eder

Buna ek olarak, temel duyguları (mutluluk, üzüntü, öfke ve korku) temsil eden ikonların basılı ve lamine edilmiş halleri hazırlanıp katılımcılara dağıtılır. Her katılımcıya dört temel duyguyu içeren bir set verilir.

Katılımcılardan, her sosyal/durumsal senaryo için hangi duyguyu hissedeceklerini bu ikonlar aracılığıyla ifade etmeleri istenir.

Bu etkinlik, katılımcıların:

- Duygularını tanımalarını,
- Farklı ilişkilerle duygusal tepkilerini ilişkilendirmelerini,
- Ve duygularını açıkça ifade etmeyi öğrenmelerini desteklemeyi amaçlar.

Eğitmen, piktogramları ekrana yansıtarak her durumu açıklayacak ve görselde yer alan kişileri ile bu kişilerin ilişki türlerini belirtecektir:

- ? sembolüyle bir kişinin başka bir kişiye dokunması → Yabancıyı temsil eder
- 🤝 sembolüyle bir kişinin başka birine sarılması → İki arkadaşı temsil eder
- ? sembolüyle bir kişinin başka birine sarılması → Yabancıyı temsil eder
- 🏠 sembolüyle bir kişinin başka birine sarılması → Bir aile üyesini temsil eder
- 🤝 sembolüyle bir kişinin başka birine sarılması → Bir tanıdığı temsil eder
- ❤️ sembolüyle bir kişinin başka birini öpmesi → Romantik partneri temsil eder
- 🤝 sembolüyle bir kişinin başka birini öpmesi → Bir tanıdığı temsil eder

Eğitmen, gruba ya da katılımcılara teker teker şu soruyu yöneltecektir:

“Bu durumda sen nasıl hissederdin?” Yanıt olarak, her katılımcı (gerekirse eğitmenin desteğiyle), duygularını en iyi yansıtan duygu ikonunu seçecek ve gösterecektir.

Bu oturum sayesinde katılımcılar:

- Aile ve sosyal çevrede iletişim becerilerini geliştirme,
- İlişki çeşitliliğini anlama,
- Başkalarıyla olan etkileşimlerinde sınır koymanın önemini fark etme fırsatı bulacaklardır.

Değerlendirme:

Etkinliğin bu son bölümü 20 dakika sürecektir ve bir kapanış tartışması niteliğinde olacaktır.

Eğitmen, katılımcılara açık uçlu sorular yönelterek hem ne öğrendiklerini değerlendirecek hem de işlenen konular üzerine düşüncelerini teşvik edecektir.

Eğitmen, sohbeti her katılımcının anlayış seviyesine göre yönlendirecek ve yanıtların etkinlik süresince edinilen deneyimlerle ilişkili olmasına özen gösterecektir.

Örnek sorular:

- Seninkinden farklı aile yapıları hakkında ne düşünüyorsun?
- Eğer yardıma ihtiyacın olursa ya da birine yaklaşmak istersen, bunu nasıl ifade edebilirsin?
- Tanıdık biri bana izinsiz dokunduğunda nasıl hissediyorum?
- Yabancı biri bana izinsiz dokunduğunda nasıl hissediyorum?

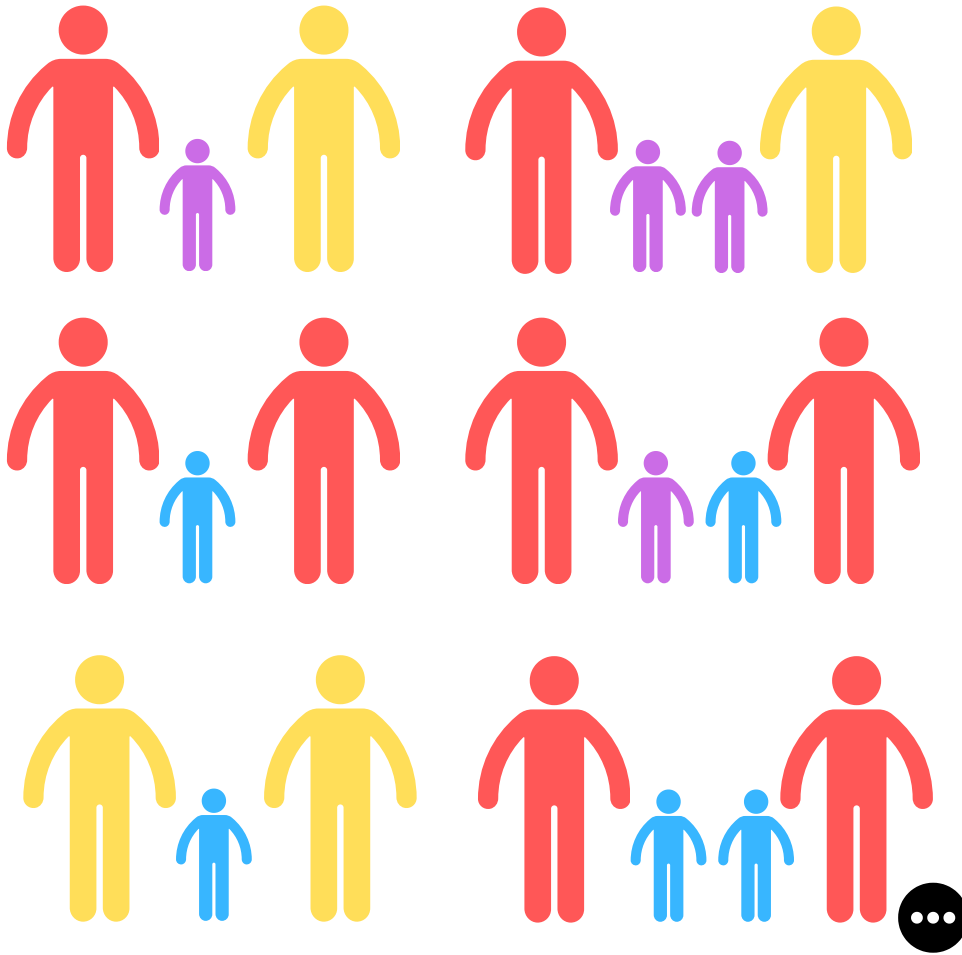
Bu bölüm, katılımcıların deneyimledikleri konular hakkında öz farkındalık geliştirmelerini, iletişim kurma yollarını düşüncelerini ve kişisel sınırların önemini içselleştirmelerini hedefler.

Ek:

- **Kitap:** Mi madre es verde, mi vecino naranja
<https://www.amazon.es/verde-vecino-naranja-Cuento-Contigo/dp/8478696814>
- Oturumlar için kullanılan materyaller:
https://drive.google.com/file/d/1yeb2_OOMl87b8JAjRm6aGqb2XTT7IMpx/view?usp=sharing

EK 1

2. OTURUM: AİLE TURLERİ



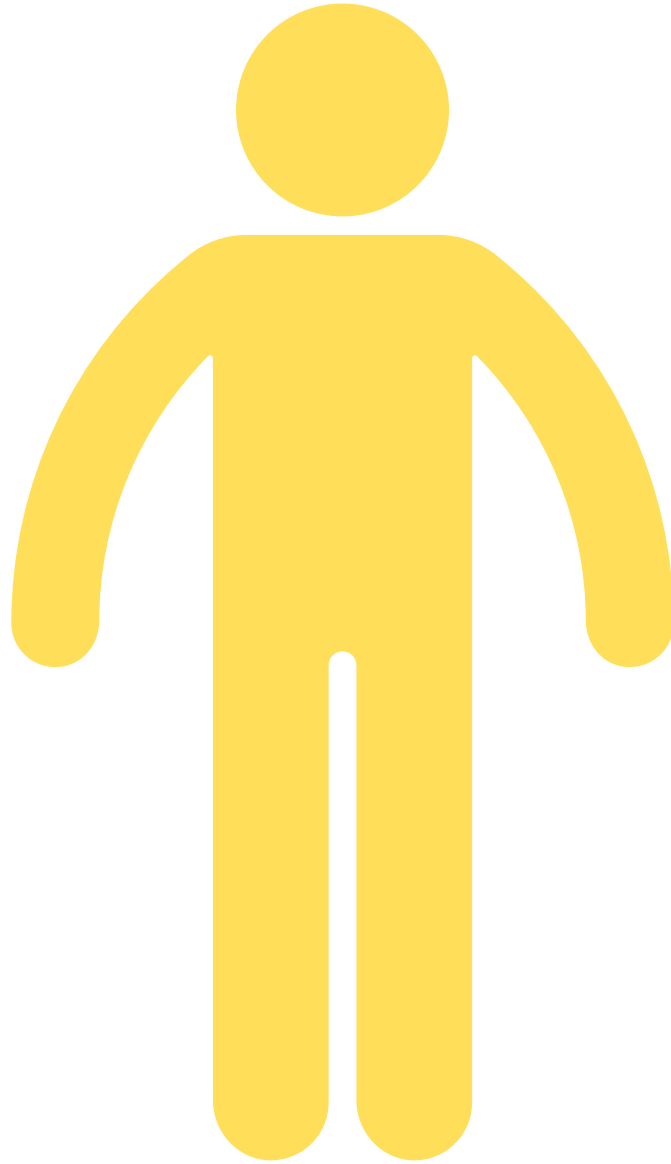
EK 1

2. OTURUM : AİLE TURLERİ (ANNE)



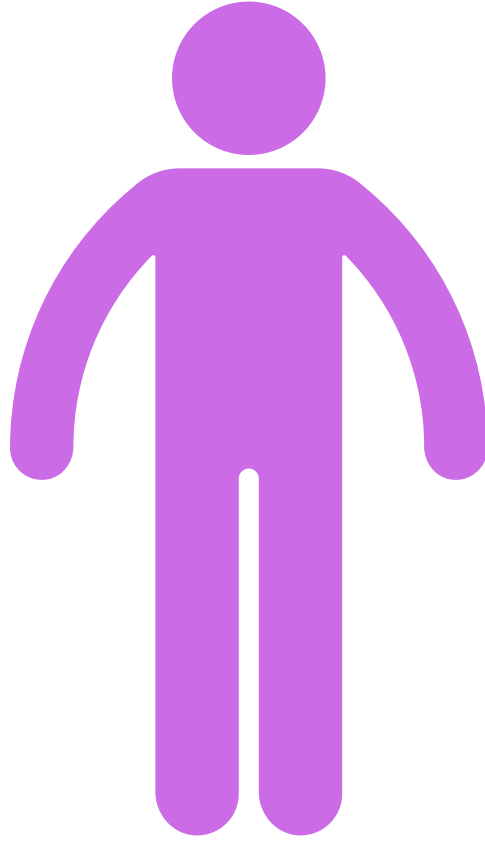
EK 1

2. OTURUM: AİLE TURLERİ (BABA)



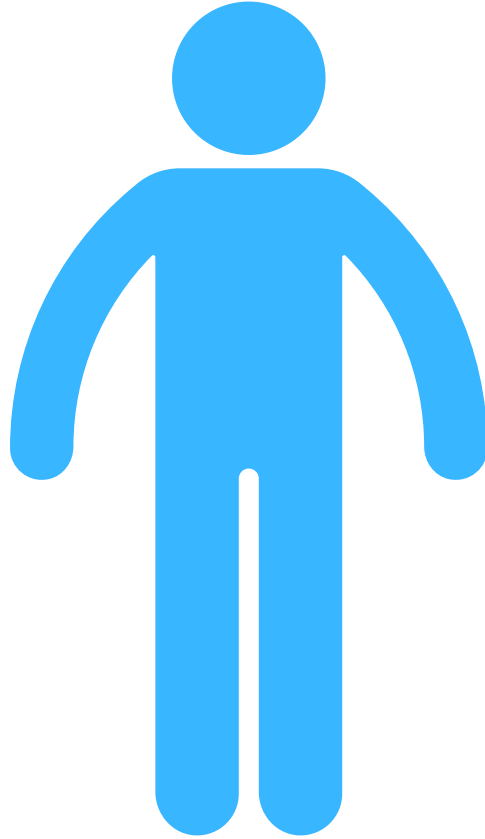
EK 1

2. OTURUM: AİLE TURLERİ (ERKEK ÇOCUK)



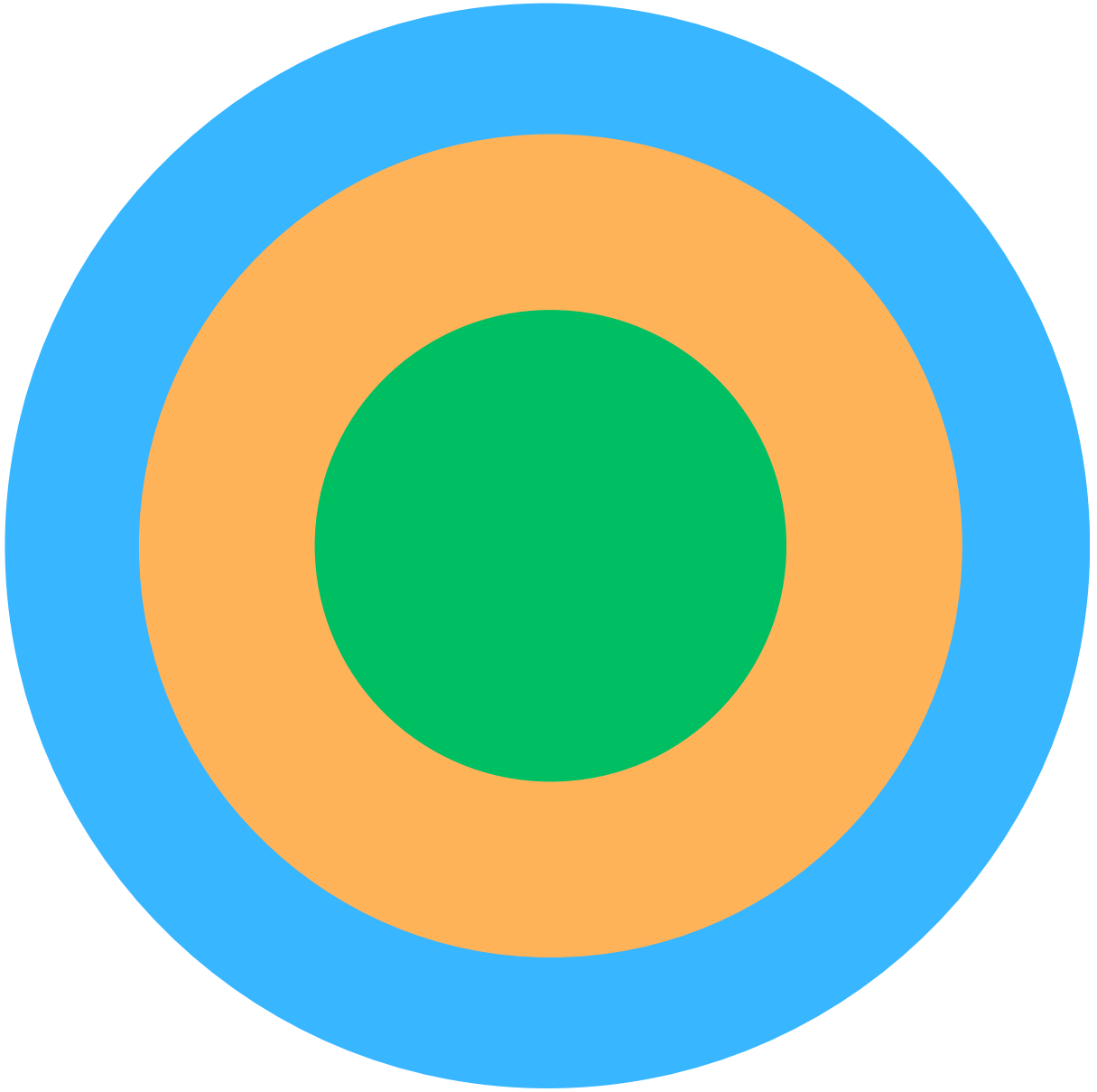
EK 1

2. OTURUM: AİLE TURLERİ (KIZ ÇOCUK)



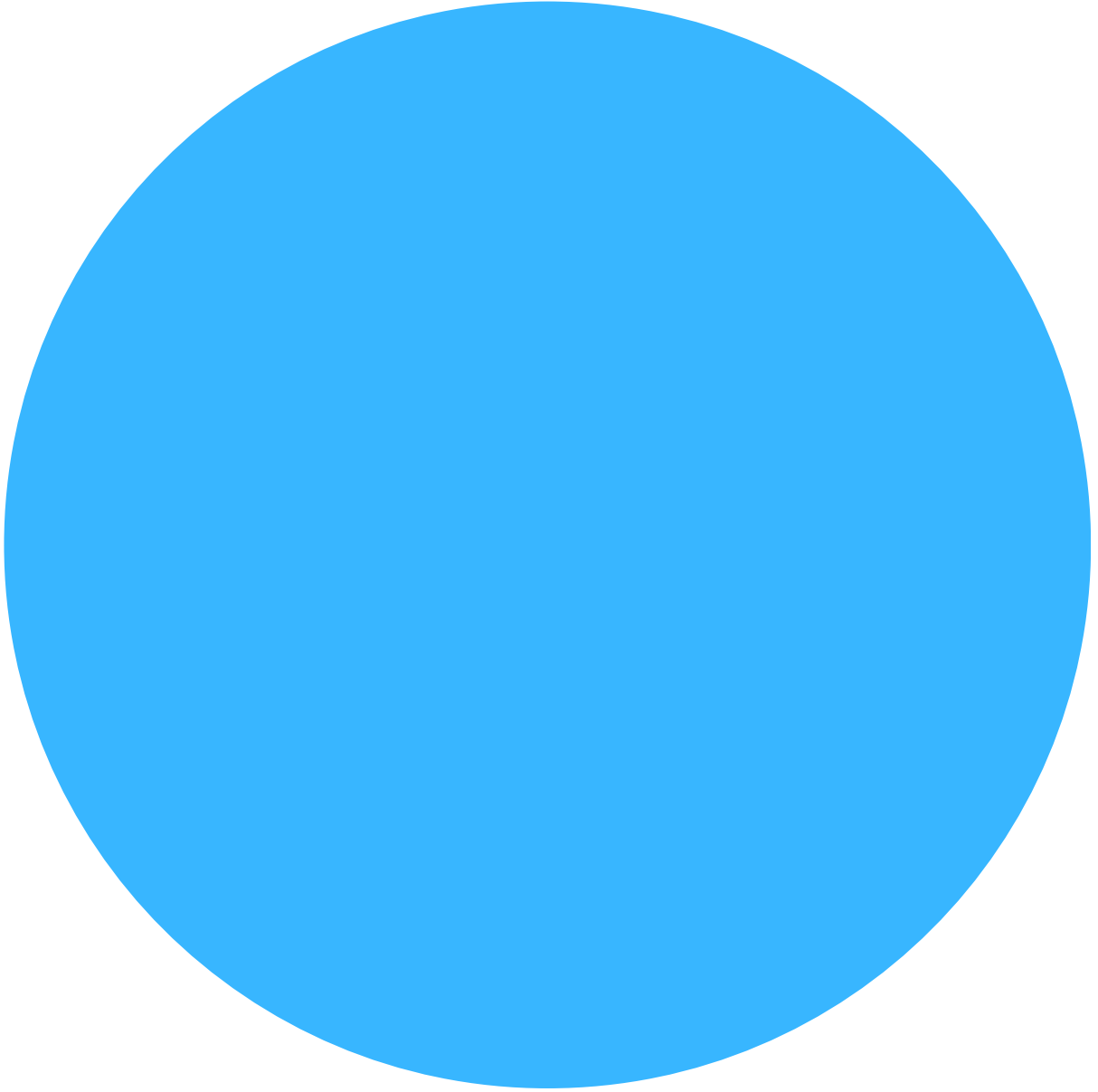
EK 1

3. OTURUM: GUVEN ÇEMBERİ



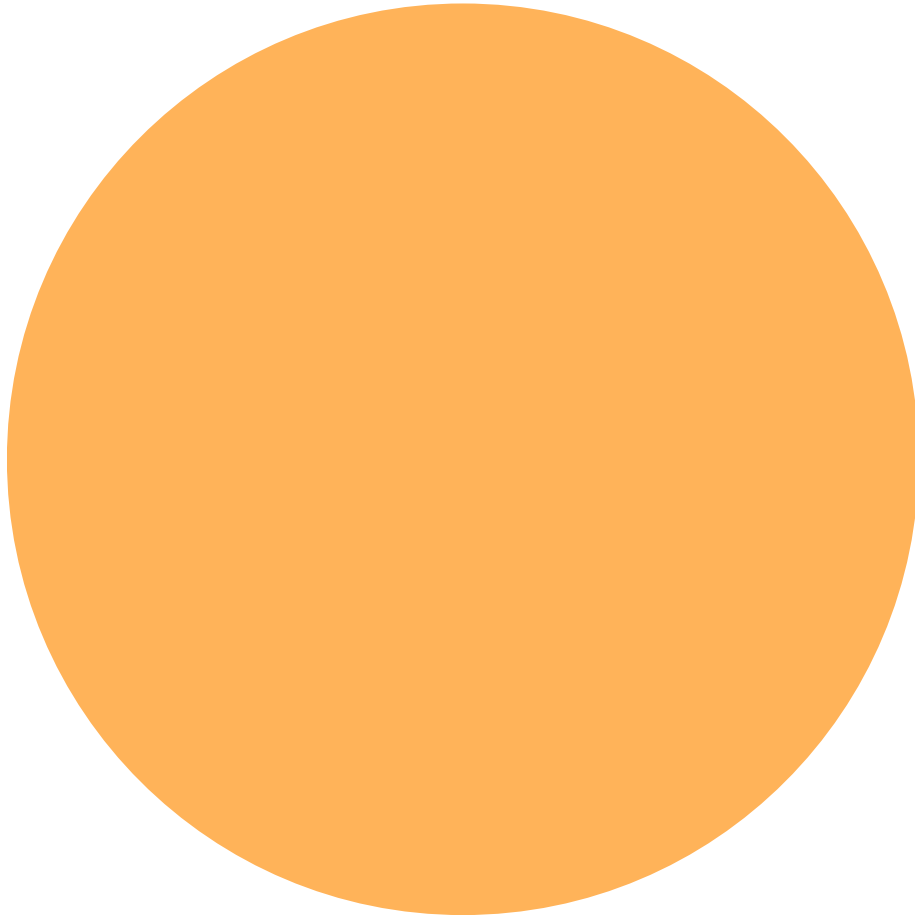
EK 1

3. OTURUM: GUVEN ÇEMBERİ (YABANCILAR)



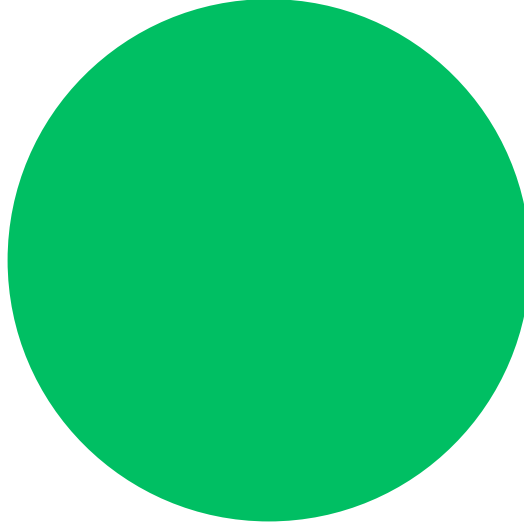
EK 1

3. OTURUM: GUVEN ÇEMBERİ (TANIDIKLAR)



EK 1

3. OTURUM: GUVEN ÇEMBERİ (YAKIN İLİŞKİLER)



EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (MUTLU)



EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (UZGUN)



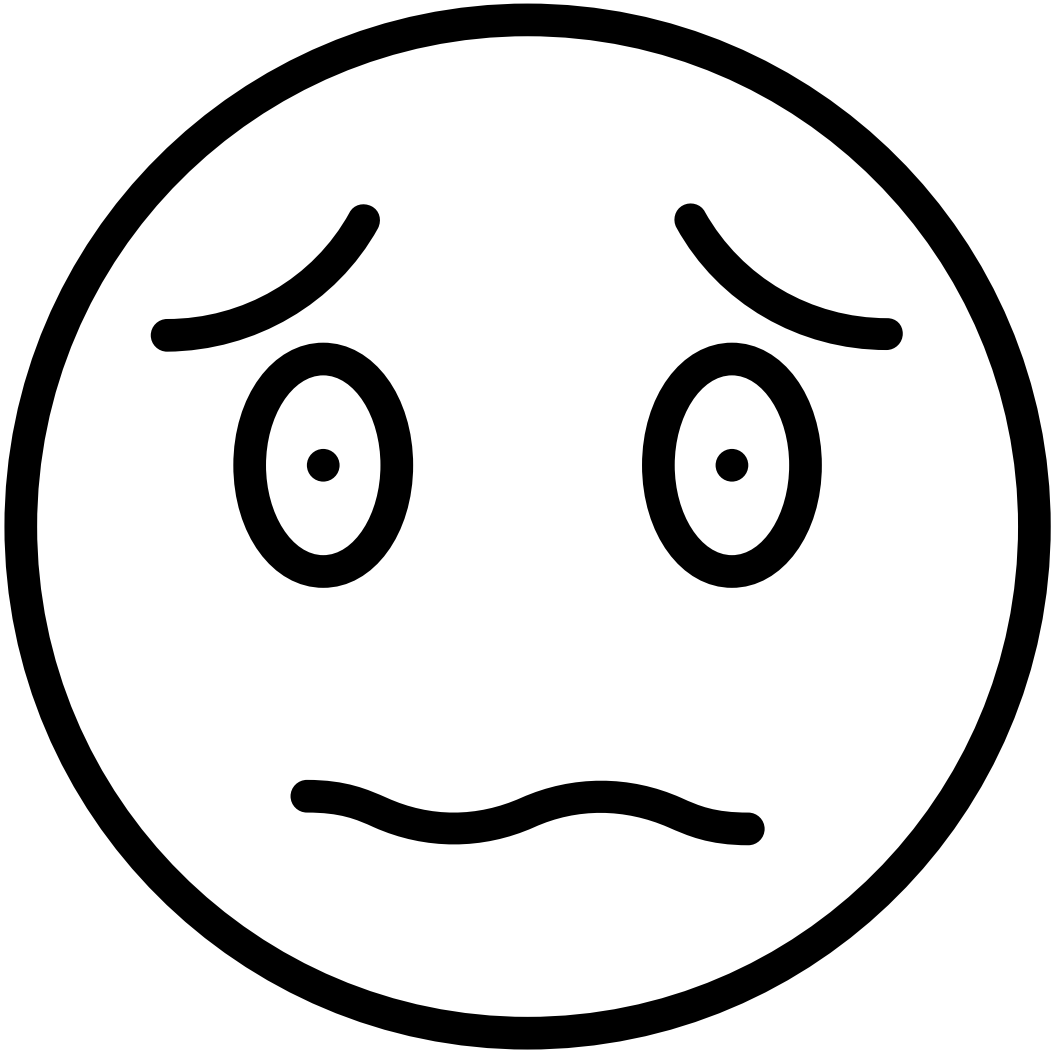
EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (SİNİRLİ)



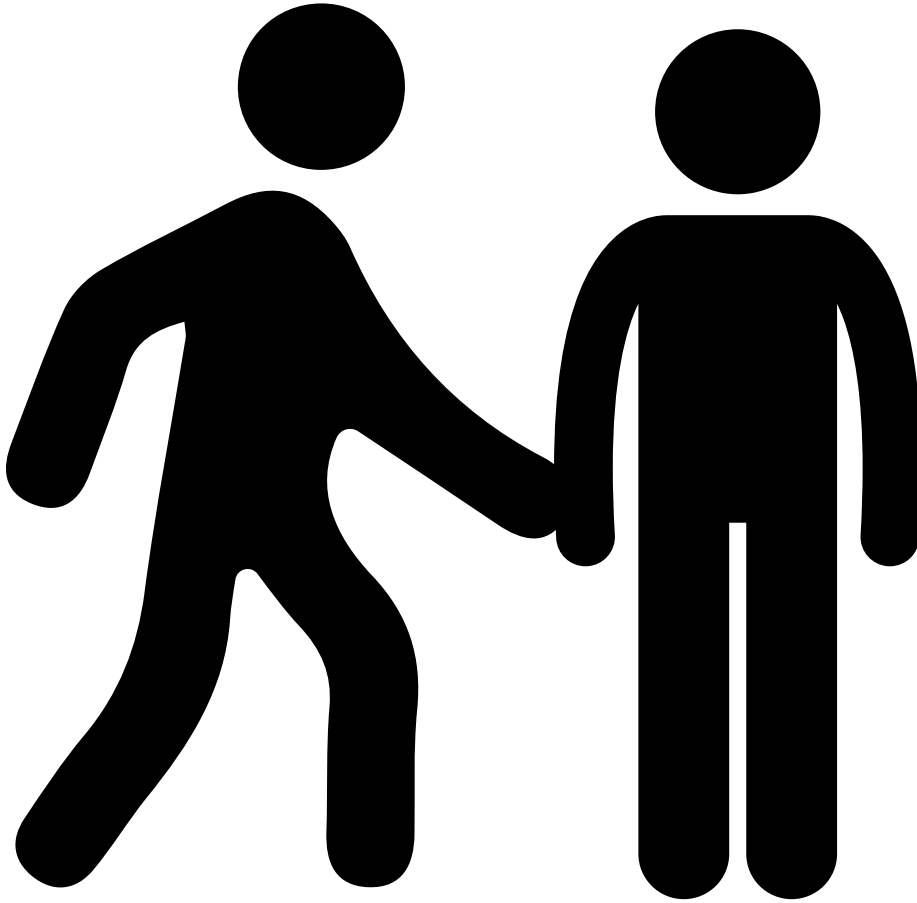
EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (KORKMUŞ/ENDİŞELİ)



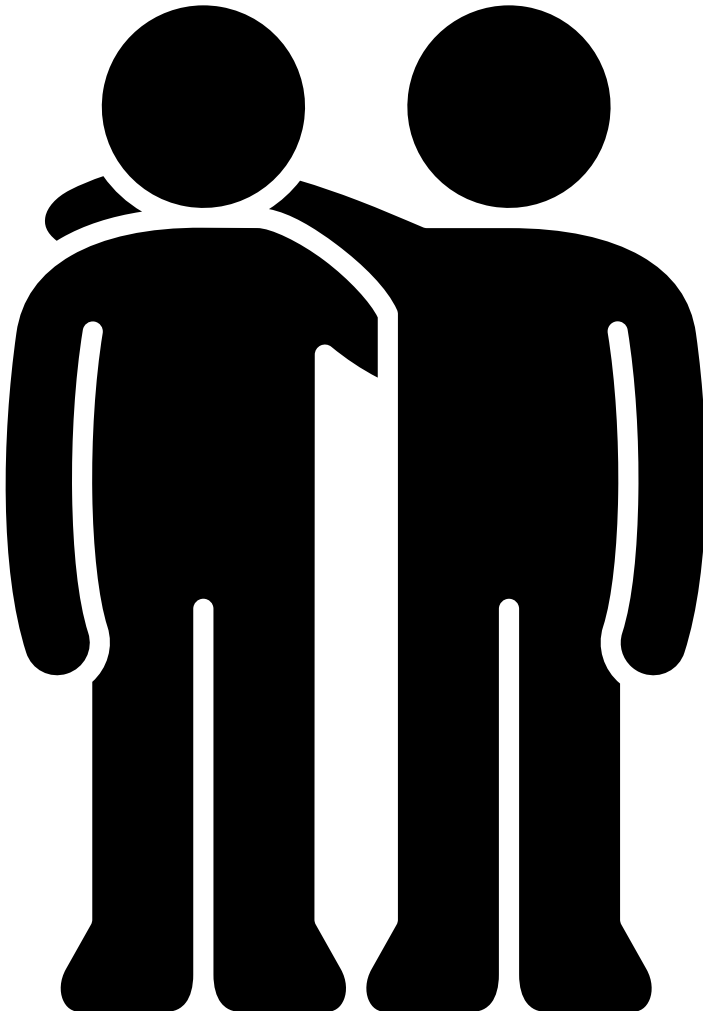
EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (YABANCI BİRİNE TEMAS ETMEK)



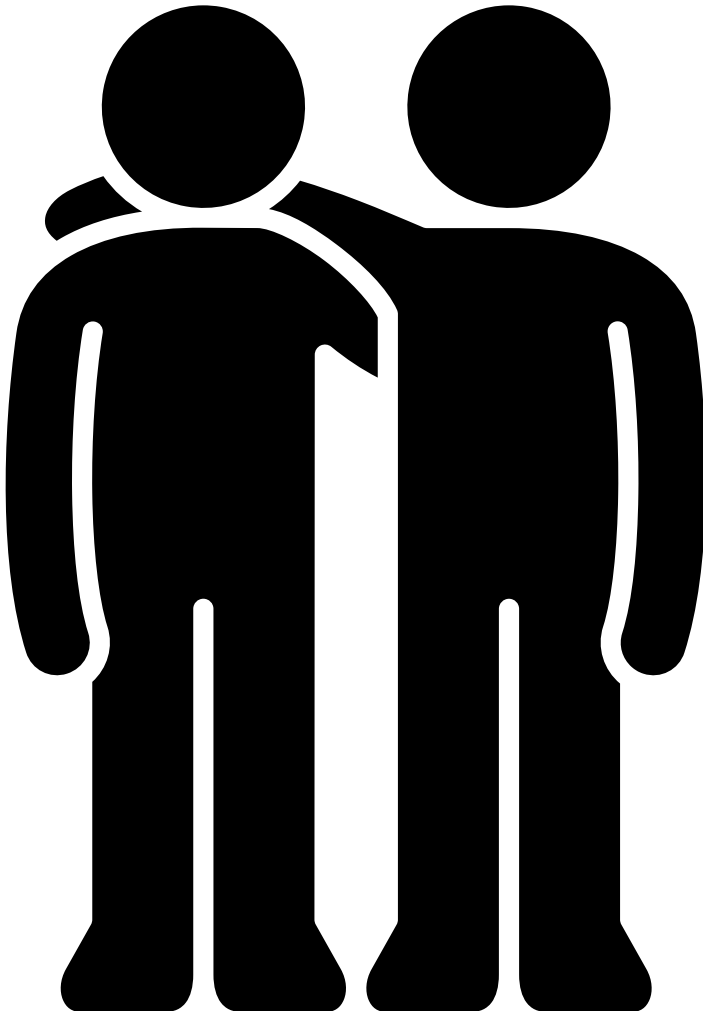
EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (ARKADAŞINA SARILMAK)



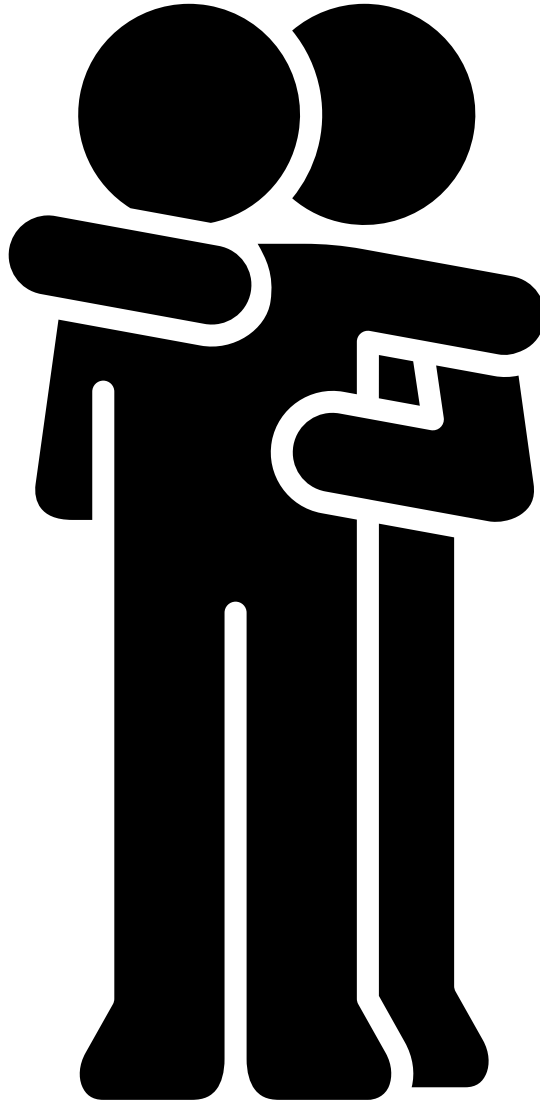
EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (YABANCI BİRİNE SARILMA)



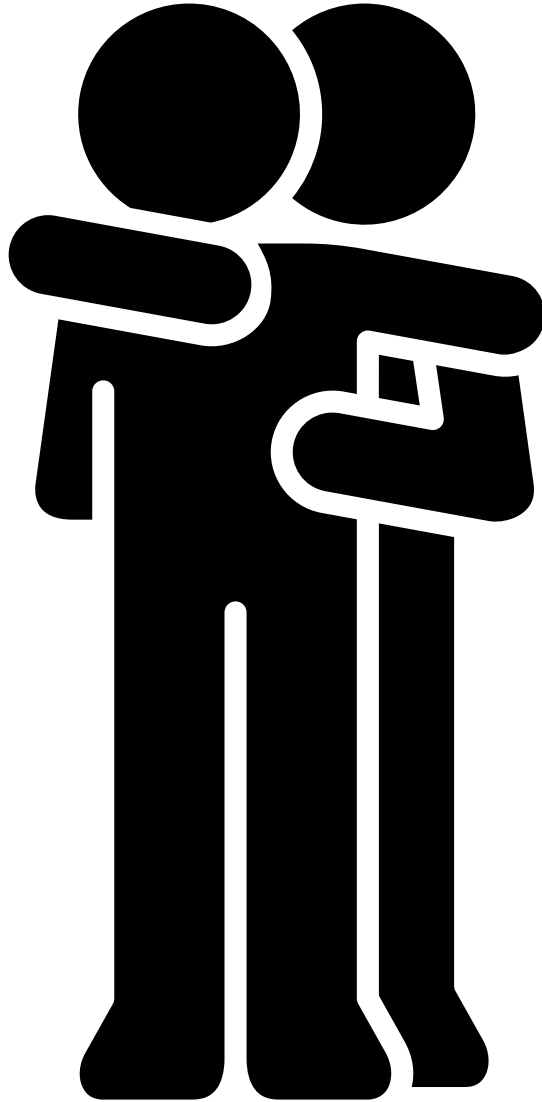
EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (AİLE SARILMASI)



EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (TANIDIK BİRİYLE SARILMA)



EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (ROMANTİK PARTNERLE SARILMA)



EK 1

4. OTURUM: KENDİMİ NASIL HİSSEDİYORUM? (BİR YABANCININ ÖPMESİ)



Etkinlik Adı: Kendi Değerlerimi Keşfediyorum

UNESCO tarafından ele alınan temel kavram: 2.1 Değerler ve Cinsellik

Amaçlar:

- Katılımcıların cinsellikle ilgili kişisel değerlerini fark etmelerini sağlamak
- Değerlerin, ilişkilerdeki davranış ve kararları nasıl etkileyebileceğini göstermek
- Farklı değerlere sahip kişilere saygı duymayı teşvik etmek
- Katılımcıların, aileleri ve sosyal çevreleri içindeki değer farklılıklarını yönetmelerine destek olmak

Gerekli Materyaller:

- Ek 2.1A: Değer Kartları
- (Her biri bir inancı ifade eden sadeleştirilmiş bir cümle içerir, örneğin: "Herkes istediği kişiyi sevebilmelidir.")
- Ek 2.1B: Senaryo Sayfaları
- (Değere dayalı kararları gösteren görsel veya yazılı sahneler)
- Flipchart kâğıdı veya tahta
- Renkli kalem / tahta kalem
- Duygu kartları (isteğe bağlı, yansıtma için kullanılabilir)

Süre:

Toplam 50 dakika, üç oturuma bölünmüştür:

- Giriş: 10 dakika
- Değerleri Sıralama ve Tartışma: 20 dakika
- Senaryo İncelemesi: 20 dakika
- Grup Yansıması ve Değerlendirme: 10 dakika

Katılımcı Sayısı:

2 ile 10 kişi arasında (bireysel destek sağlamak ve anlamlı tartışmalar yürütebilmek için)

Yönergeler:

Giriş (10 dakika): "Değer" kavramı, basit görseller ve örneklerle tanıtılır. Ardından katılımcılardan, arkadaşlıkta veya ilişkilerde kendileri için önemli olan bir değeri söylemeleri istenir.

Değerleri Sıralama (20 dakika): Katılımcılar, üzerinde ifadeler bulunan 6-8 kartı "Katılıyorum", "Katılmıyorum" ve "Emin Değilim" olarak üç gruba ayırırlar. Daha sonra neden böyle düşündüklerini kısaca paylaşırlar. Bu aşamada, tüm görüşlerin geçerli ve saygıdeğer olduğu vurgulanır.

Senaryo Tartışması (20 dakika): Küçük gruplar halinde, 2-3 resimli hikâye tartışılır. Her senaryoda hangi değerlerin yer aldığı belirlenir; katılımcılar, katılıp katılmadıklarını ifade eder ve bu durumda ne yapacaklarını paylaşırlar. Gerekirse EVET/HAYIR/EMİN DEĞİLİM kartları kullanılır.

Grup Değerlendirmesi (10 dakika): Katılımcılar çember şeklinde oturur ve şu iki soruya yanıt verirler:

- "Ne öğrendim?"
- "Farklı değerlere sahip olmak normal mi?"

Duygularını ifade etmek için duygu kartları veya jestler kullanabilirler.

1. Giriş - Değerler Nedir? (10 dakika)

Eğitmen, değerlerin, özellikle ilişkiler ve cinsellik söz konusu olduğunda, doğru ve yanlış hakkındaki düşüncelerimizi şekillendiren kişisel inançlar olduğunu açıklar.

Basit cümleler ve görsellerle örnekler paylaşılır:

- "İlişkilerde dürüst olmanın önemli olduğunu düşünüyorum."
- "Sevdiğim insanlara sarılmanın normal olduğunu düşünüyorum."

Katılımcılar, arkadaşlık ya da ilişkilerde kendileri için önemli olan bir şeyi (destekle gerekirse) paylaşmaya davet edilir.

2. Değerleri Sıralama - Ben Ne Düşünüyorum? (20 dakika)

Her katılımcıya 6-8 adet Değer Kartı (Ek 2.1A) verilir.

Kartlarda şu türde ifadeler yer alır:

- "Birini seviyorsan onu öpebilirsin."
- "Herkes kimi seveceğini seçme hakkına sahiptir."

Katılımcılar, her kartı şu üç gruptan birine yerleştirir:

- ✓ Katılıyorum
- ✗ Katılmıyorum
- ? Emin Değilim

Eğitmen, basit sorularla tartışmayı yönlendirir:

- "Bu karta neden 'Katılıyorum' dedin?"
- "İki kişi farklı düşünebilir ama yine de arkadaş kalabilir mi?"

Vurgu, saygı ve açıklık üzerinedir. Doğru ya da yanlış cevap yoktur.

3. Senaryo İncelemesi - Değerler Bizi Nasıl Yönlendirir? (20 dakika)

Katılımcılara, üzerinde görseller ve kısa hikâyeler bulunan 2-3 senaryo kartı (Ek 2.1B) gösterilir.

Örnek:

“Özel biriyle buluşmaya gideceksem, bunu kime söylemeliyim?”
Bir çocuk, arkadaşına “Bir kız arkadaşın ve bir erkek arkadaşın olabilir” der.

Katılımcılar, küçük gruplar halinde ya da tek grup olarak şu soruları tartışır:

- Hikâyedeki kişi hangi değere önem veriyor?
- Katılıyor musun, katılmıyor musun?
- Sen ne yapardın?

Eğitmenler, kişisel düşüncelerin paylaşılacağı destekleyici bir ortam sağlar.

Sözlü ifade zor ise, katılımcılar EVET/HAYIR/EMİN DEĞİLİM kartlarını kullanabilirler.

4. Grup Değerlendirmesi (10 dakika)

Eğitmen, tüm katılımcıları bir çemberde toplar ve şu anahtar soruları sorar:

- Bugün kendinle ilgili yeni bir şey öğrendin mi?
- İnsanların farklı değerlere sahip olması normal mi?
- Birisi senin inandığın şeylere katılmazsa ne yaparsın?

Katılımcıların etkinlik sırasında hissettiklerini anlamalarına yardımcı olmak için duygu kartları veya basit jestler kullanılabilir.

Değerlendirme:

- Değerler kişiseldir ve her birey için farklı olabilir.
- Kendi değerlerini bilmek, saygılı ve güvenli kararlar vermeye yardımcı olur.
- Başkalarının değerleri bizimkilerle aynı olmasa da onlara saygı gösterebiliriz.
- Değerler hakkında açıkça konuşmak, anlaşmazlıklar yaşandığında yardımcı olur.

EKLER

EK 2.1A

DEĞER KARTLARI

1. Herkes kimi seveceğine veya kimden hoşlanacağına kendisi karar verebilir.
2. Bedenimiz ve hislerimiz hakkında bilgi edinmek herkes için önemlidir.
3. Her türlü ilişkide "evet" veya "hayır" demek önemlidir.
4. İnsanlar duygularını farklı şekillerde ifade eder ve bu tamamen normaldir.
5. Güvendiğin insanlarla özel konuları konuşabilirsin.
6. İyi ilişkiler güven, saygı ve nezaketi içerir.

EK 2.1A

DEĞER KARTI 1

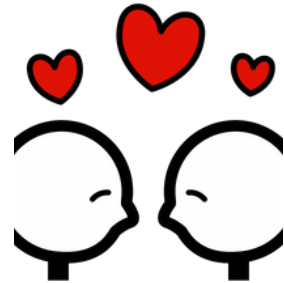
Herkes kimi seveceğine veya kimden hoşlanacağına kendisi karar verebilir.



Herkes



Özgürlük



Sevgi

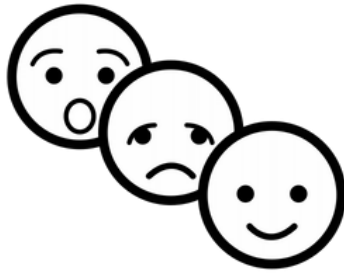
EK 2.1A

DEĞER KARTI 2

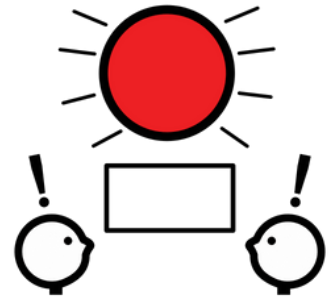
Bedenimiz ve hislerimiz hakkında bilgi edinmek herkes için önemlidir.



Öğrenmek



Hisler



Önemli

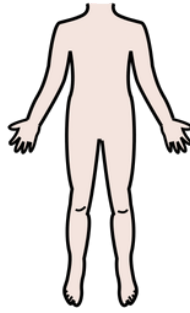
EK 2.1A

DEĞER KARTI 2

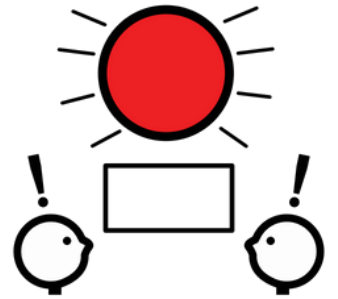
Bedenimiz ve hislerimiz hakkında bilgi edinmek herkes için önemlidir.



Öğrenmek



Vücut



Önemli

EK 2.1A

DEĞER KARTI 3

“Evet” ya da “hayır” demek senin seçimin. Sana iyi geleni seçebilirsin.



Evet/Hayır

demek



sarılmak



İlişki

Biri sarılmak istediğinde “evet” ya da “hayır” diyebilirsiniz.

EK 2.1A

DEĞER KARTI 3

Her türlü ilişkide “evet” veya “hayır” demek önemlidir.



Evet/Hayır

demek



El ele

tutuşmak



İlişki

Biri elini tutmak istediğinde “evet” ya da “hayır” diyebilirsiniz.

EK 2.1A

DEĞER KARTI 3

Her türlü ilişkide “evet” veya “hayır” demek önemlidir.



Evet/Hayır

demek



Yakınlaşmak



İlişki

Biri sana yakın olmak istediğinde “evet” ya da “hayır” diyebilirsin.

EK 2.1A

DEĞER KARTI 4

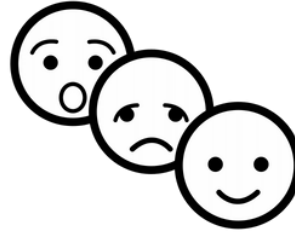
İnsanlar duygularını farklı şekillerde ifade eder ve bu tamamen normaldir.



İnsanlar



Göstermek



Duygular



Farklı

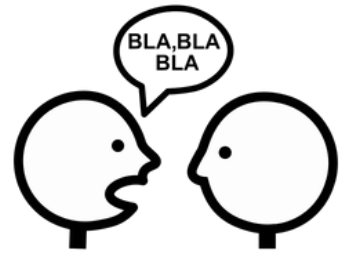
EK 2.1A

DEĞER KARTI 5

Güvendiğin insanlarla özel konuları konuşabilirsin.



Sen



Konuşmak



Özel hayat



Güvendiğin insanlar

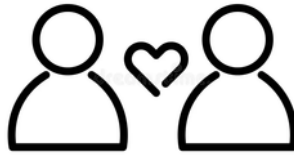
EK 2.1A

DEĞER KARTI 5

İyi ilişkiler güven, saygı ve nezaketi içerir.



İyi



İlişki



Sahip olmak



EK 2.1B

SENARYO 1: "FATİMA YENİ BİR ŞEY ÖĞRENIYOR"

Senaryo Başlığı: Farklılıkları Anlamak ve Saygı Duymak

Hikâye:

- 1- Maria ve Fatima en yakın arkadaşlardır.
- 2- Bir gün Maria şöyle der: "Bazen erkeklerden hoşlanıyorum. Bazen kızlardan."
- 3- Fatima sessizce dinler. Biraz düşünür ve sonra şöyle der: "Bu sorun değil. Sen benim arkadaşımsın."

Eğitim Soruları:

- Maria arkadaşına ne paylaştı?
- Fatima nazikçe dinledi mi? (Evet ☒)
- Birisi farklı olduğunda ona saygı göstermenin yolları nelerdir?
- İnsanların farklı duygulara sahip olması normal mi? (Evet ☒)

EK 2.1B

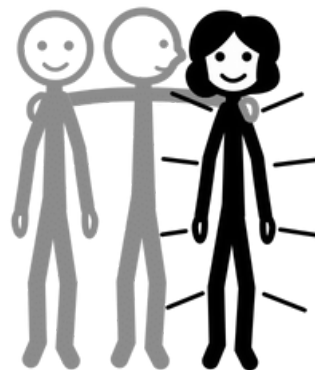
SENARYO 1



Maria



Fatima



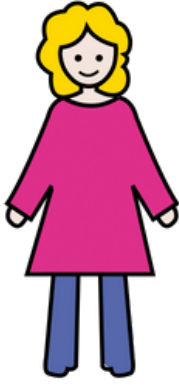
Yakın Arkadaşlar

1

EK 2.1B

SENARYO 1

2



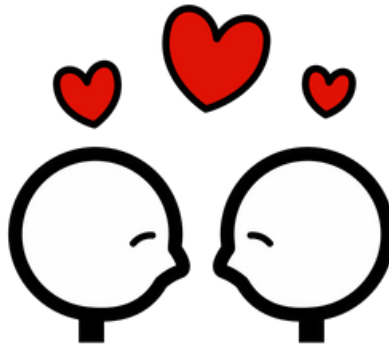
Maria



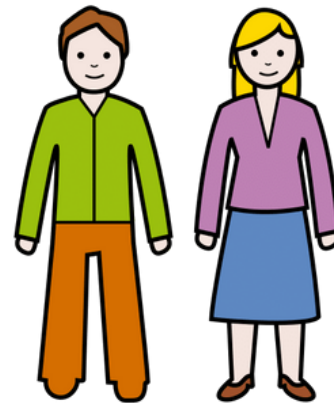
Fatima



Maria



Aşık olmak



Erkekler ve kadınlar

EK 2.1B

SENARYO 1

3



Fatima



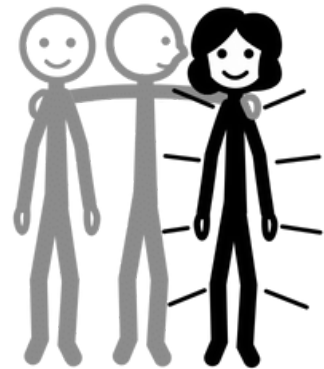
Düşünmek



Fatima



Söylemek



Yakın arkadaşlar

EK 2.1B

SENARYO 2: "SARA NE GİYECEĞİNİ SEÇİYOR"

Senaryo Başlığı: Kendin Gibi Hissettiğinde Doğru Seçimi Yapmak

Hikâye:

Sara okul partisinde kot pantolon ve tişört giymek ister.

Teyzesi, "Kızlar elbise giymeli," der.

En yakın arkadaşı, "Canın ne istiyorsa onu giy!" der.

Sara kararsız hisseder.

Ablasıyla konuşur.

Ablası şöyle der: "Seni iyi hissettiren şeyi giymelisin."

Sara kot pantolon ve tişörtü seçer.

Kendini mutlu hisseder ve şöyle der:

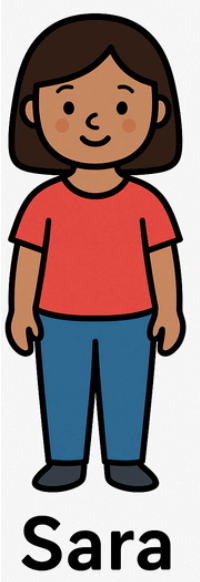
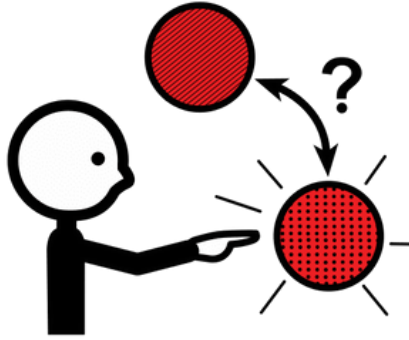
"Bu benim seçimim. Kendim gibi hissediyorum."

Eğitim Soruları:

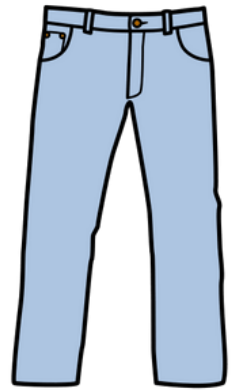
- Sara ne giymek istedi?
- Diğer insanlar ne söyledi?
- Ona kim yardımcı oldu?
- Seni iyi hissettiren kıyafetleri seçmek normal mi? (Evet )

EK 2.TB

SENARYO 2: "SARA NE GİYECEĞİNİ SEÇİYOR"



tercih etmek



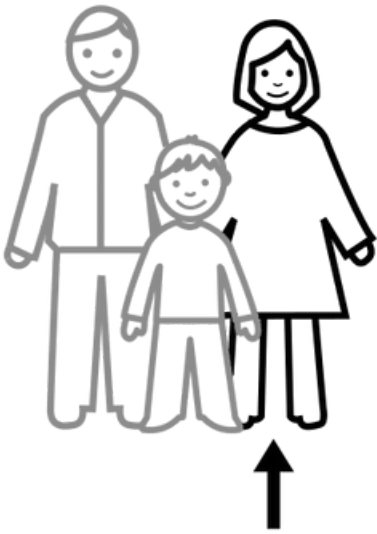
kot pantolon ve tişört



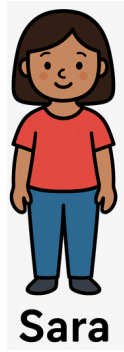
okul partisi

EK 2.1B

SENARYO 2: "SARA NE GİYECEĞİNİ SEÇİYOR"



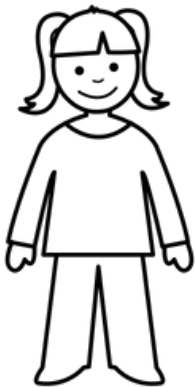
Sara'nın teyzesi



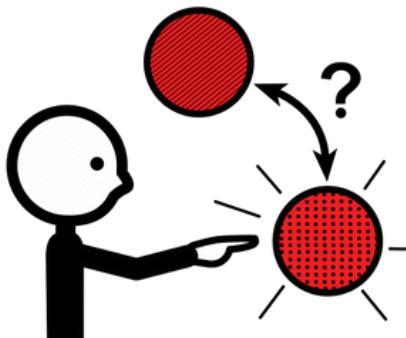
Sara



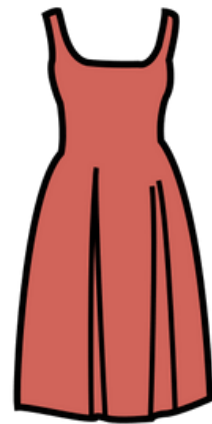
Söylemek



Kız



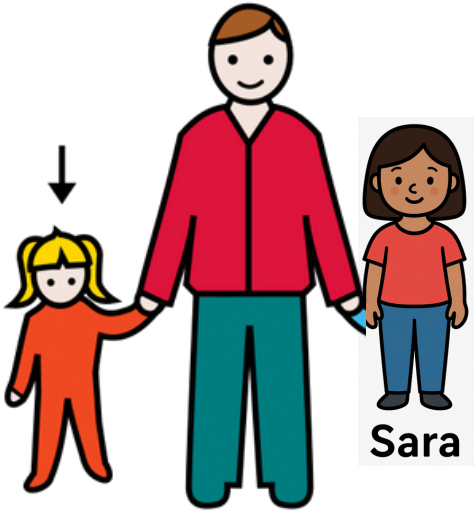
Tercih etmek



elbise

EK 2.1B

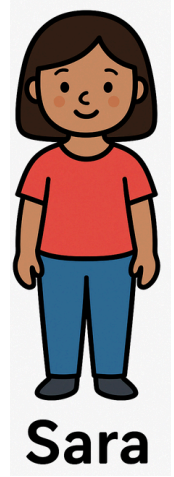
SENARYO 2: "SARA NE GİYECEĞİNİ SEÇİYOR"



Sara'nın kız kardeşi



Söylemek



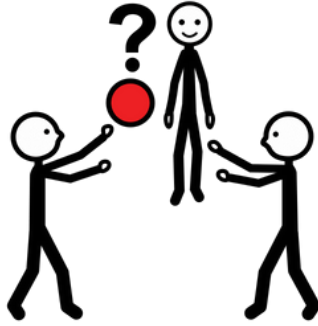
Sara'ya

EK 2.1B

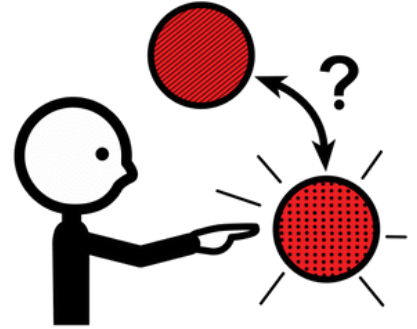
SENARYO 2: "SARA NE GIYECEĞİNİ SEÇİYOR"



Sen



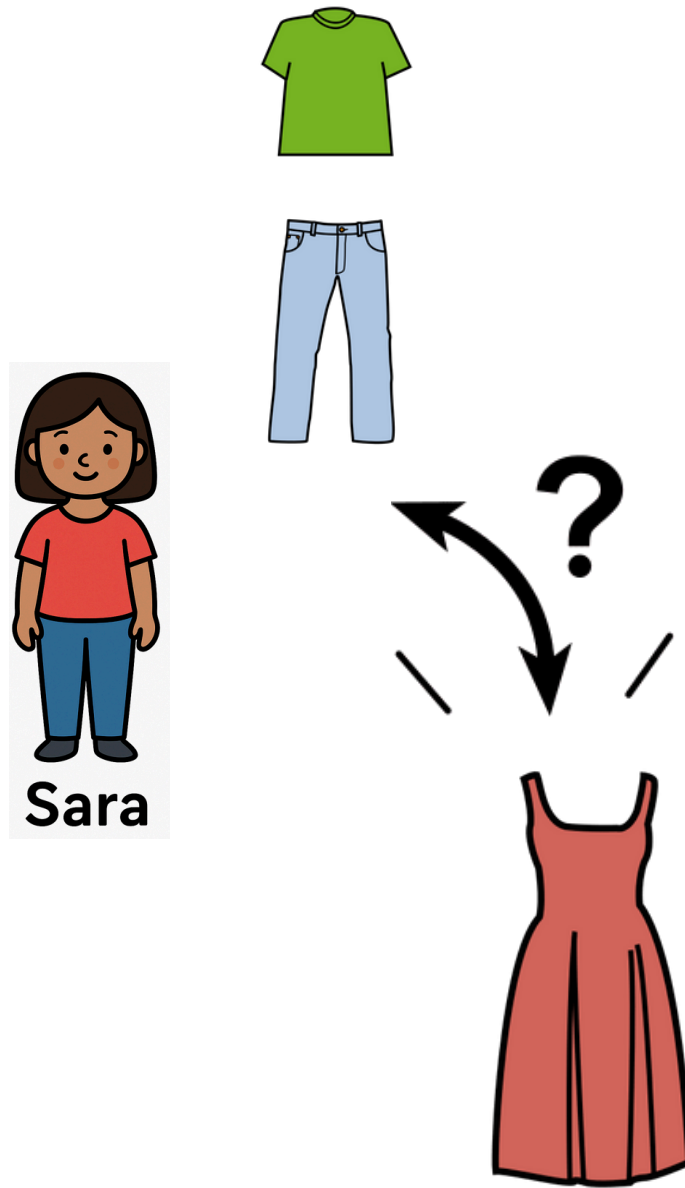
kendin



karar verebilirsin

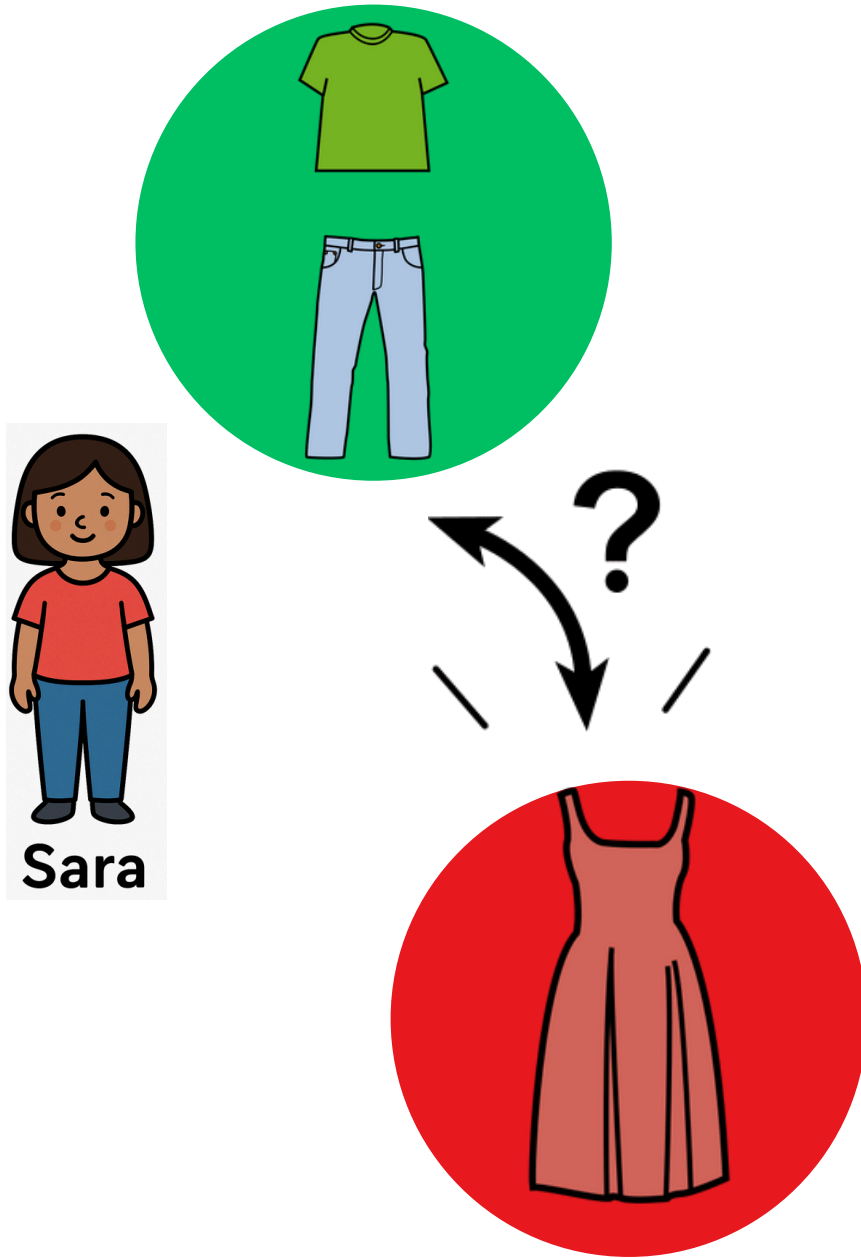
EK 2.1B

SENARYO 2: "SARA NE GİYECEĞİNİ SEÇİYOR"



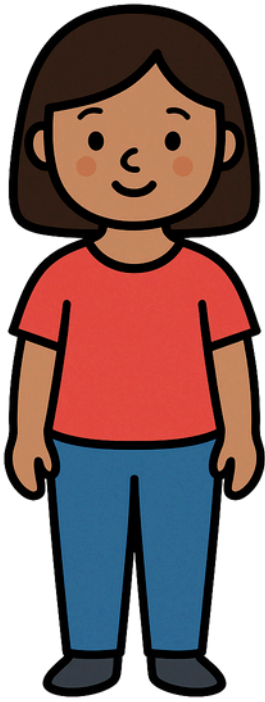
EK 2.1B

SENARYO 2: "SARA NE GİYECEĞİNİ SEÇİYOR"



EK 2.TB

SENARYO 2: "SARA NE GIYECEĞİNİ SEÇİYOR"



Sara



MUTLU

EK 2.1B

SENARYO 3: "DANIEL DANS ETMEYİ SEVİYOR"

Senaryo Başlığı: Kendin Olmak Gayet Güzel

Hikâye:

Daniel dans etmeyi ve parlak renkler giymeyi seviyor.

Bazı sınıf arkadaşları ona gülerek, "Bu sana göre değil" diyor.

Daniel biraz üzülüyor.

Sonra şöyle diyor: "Ben neyi seviyorsam o benim için uygundur, bu da gayet normal."

Daniel dans etmeye ve gülümsemeye devam ediyor.

Tartışma Soruları:

- Farklı şeyleri sevmek normal mi? (Evet )
- Daniel kendisiyle gurur duyduğunu nasıl gösterdi?
- Biri senin sevdiğin bir şeye gülerse, ona ne diyebilirsin?

EK 2.TB

SENARYO 3: "DANIEL DANS ETMEYİ SEVİYOR"



Daniel



Sevmek



Dans etmek



Daniel



Sevmek



Renkli kıyafetler

EK 2.TB

SENARYO 3: "DANIEL DANS
ETMEYİ SEVİYOR"



Dalga geçerek gülmek



(akran baskısı)

EK 2.1B

SENARYO 3: "DANIEL DANS ETMEYİ SEVİYOR"



Kalp (güven, öz sevgi)

Etkinlik Adı: Benim Bedenim, Benim Haklarım

UNESCO tarafından ele alınan temel kavram:

2.2 İnsan Hakları ve Cinsellik

Amaçlar:

- Katılımcıların, cinsellikle ilgili temel insan haklarını anlamalarını sağlamak – özellikle bedensel söz hakkı (özerklik), bilgi edinme, mahremiyet ve rıza hakkı konularında.
- Öğrenen bireylerin, bedenleri, ilişkileri ve mahremiyetle ilgili durumlarda “evet” ya da “hayır” deme haklarını tanımalarına destek olmak.
- Haklara saygı gösterilmediğinde yardım isteme ve korunma stratejilerini öğretmek.
- Katılımcıların ihtiyaçlarını ve sınırlarını güvenle ifade etmeleri için öz güven geliştirmelerini ve kendilerini savunma becerilerini desteklemek.

Bu amaçlar, UNESCO'nun Uluslararası Teknik Cinsellik Eğitimi Rehberi'ndeki (ITGSE) öğrenme hedeflerine dayanmaktadır. Rehber, genç bireylerin rıza, bilgiye erişim, şiddetten korunma ve mahremiyet gibi konularda haklarını tanımalarını ve savunmalarını vurgular.

Gerekli Materyaller:

- Ek 2.2A - İnsan Hakları Cümleleri
- (Örnek: "Sarılmak istemiyorsam hayır deme hakkım var." / "Birisi izinsiz bana dokunursa yardım isteme hakkım var.")
- Ek 2.2B - Rol Kartları
- (Haklara saygı gösterilen ya da ihlal edilen basit sahneleri temsil eder)
- EVET / HAYIR / EMİN DEĞİLİM görsel kartları
- Duygu yüz ifadeleri kartları (isteğe bağlı, yansıtma sürecinde kullanılabilir)
- Yardım Haritası (basılı ya da görsel) - yerel hizmetler, güvenilir yetişkinler veya destek hatlarıyla ilgili bilgiler

Süre:

Toplam 60 dakika, dört oturuma bölünmüştür:

- İnsan Haklarına Giriş: 15 dakika
- Hakları Tanıma: 15 dakika
- Rol Yapma ve Tepki Pratiği: 20 dakika
- Kaynak Paylaşımı ve Değerlendirme: 10 dakika

Katılımcı Sayısı:

2 ila 10 kişi, her katılımcının kendini ifade etmesi için yeterli zaman ve destek sağlanacak şekilde belirlenmelidir.

Yönergeler:

Bu etkinlik, amaçların gerçekleşmesini sağlamak için dört temel aşamaya ayrılmıştır.

1. Oturum: "Toplumsal Cinsiyet Nedir?" (35 dakika)

Bu oturum, zihinsel engelli bireylerin toplumsal cinsiyetin ve toplumsal cinsiyet normlarının toplumsal birer yapı olduğunu anlamalarına yardımcı olur. Katılımcılara toplumsal cinsiyet kimliğini ifade etmenin farklı yolları olduğu gösterilir; bu da farklı cinsiyet ifadelerine yönelik kabul ve empati gelişimini destekler.

2. Oturum: "Ben Ne Severim?" (35 dakika)

Bu oturumda, yaygın toplumsal cinsiyet kalıpları ve önyargıları tanımaya odaklanılır. Katılımcılara, bu kalıpları günlük yaşamda sorgulayıp dönüştürebilmeleri için araçlar ve farkındalık kazandırılır. Böylece eşitlik, kapsayıcılık ve ayrımcılıktan uzak bir ortamın teşviki hedeflenir.

3. ve Son Oturum: "Bu Normal mi?" (35 dakika)

Bu bölüm, katılımcılara toplumsal cinsiyete dayalı şiddet durumlarını tanımayı ve kendilerini ve başkalarını korumanın yollarını keşfetmeyi öğretir. Böylece güvenli ve sağlıklı bir ortamın gelişimi desteklenmiş olur.

1. Giriş - Haklarım Neler? (15 dakika)

Eğitmen, insan haklarının tüm insanların yalnızca insan oldukları için sahip oldukları evrensel sözler olduğunu açıklar.

Basit bir dil ve görseller kullanılır:

- "Güvende hissetme hakkın var."
- "Seni rahatsız eden şeylere HAYIR deme hakkın var."
- "İstediğin kişiyi sevmek ve bedenine ya da duygularına ilgili sorular sormak hakkın var."

Vurgu yapılacak temel haklar:

- Evet ya da hayır deme hakkı
- Bilgilendirilme hakkı
- Mahremiyet hakkı
- Destek isteme hakkı

✿ **UNESCO Referansı:** Bu haklar, ITGSE ilkesine (Uluslararası Cinsel Sağlık Eğitimi Kılavuzu) göre "tüm gençlerin... bilinçli tercihler yapabilmek için doğru bilgi ve becerilere sahip olma hakkı" ile uyumludur.

2. Hakları Tanıma Etkinliği (15 dakika)

İnsan Hakları İfade Kartları (Ek 2.2A) dağıtılır.

Örnek ifadeler:

- “Öpmeyi reddetme hakkım var.”
- “Vücudumla ilgili tıbbi yardım alma hakkım var.”
- “Hayır desem bile saygı görme hakkım var.”

Eğitmen her ifadeyi sırayla okur. Katılımcılar şu kartlarla yanıt verir:

✓ EVET = Bu benim hakkım

✗ HAYIR = Bu bir hak değil

? EMİN DEĞİLİM = Emin değilim

Her karttan sonra eğitmen bu ifadenin hak olup olmadığını net bir şekilde açıklar, nedenini anlatır. Gerçek yaşamdan örnekler verir ve olumlu bir dil kullanır.

🧠 Eğitmen ipucu: Görseller ve beden dili kullanarak her hakkı pekiştirin. Hatırlamayı kolaylaştırmak için tekrar etmek önemlidir.

3. Rol Yapma Uygulaması - Saygı mı, İhlal mi? (20 dakika)

Rol Yapma Kartları (Ek 2.2B) dağıtılır. Bu kartlarda kısa sahneler yer alır.

Örnek sahneler:

- Bir hemşire birine dokunmadan önce izin istiyor = ✓ Saygı
- Bir sınıf arkadaşı özel bilgileri başkalarıyla paylaşıyor = ✗ İhlal
- Bir arkadaş, birinin sarılmak istemediğine saygı gösteriyor = ✓ Saygı

Katılımcılar sahneleri canlandırır ya da izler, ardından şu kartlarla tepki verir:

● “Bu bir haktır.”

● “Bu doğru değil.”

Eğitmen her sahneyi tartışır:

- “Ne gördünüz?”
- “Kişi hakkını korumak için ne yapabilir?”

Tepki pratiği yapılması teşvik edilir:

- “Lütfen dur.”
- “Bunu istemiyorum.”
- “Güvendiğim biriyle konuşmak istiyorum.”

4. Değerlendirme (10 dakika)

Katılımcılara, güvindikleri yetişkinler, doktorlar, okul personeli veya yardım hatlarını gösteren bir "Yardım Haritası" sunulur.

Tartışılacak sorular:

- "Kendimi güvensiz hissedersen nereye gidebilirim?"
- "Yardım istemek için hangi kelimeleri kullanabilirim?"

Eğitimci, aşağıdaki sorularla oturumu tamamlar:

- "Bugün öğrendiğin bir hakkı söyleyebilir misin?"
- "Biri sınırlarını aşarsa ne yaparsın?"
- "Kendini güvensiz hissettiğinde sana kim yardım edebilir?"

  Sorulara yanıt verirken EVET/HAYIR kartları, duygu simgeleri veya çizimler kullanılabilir; bu yöntemler yanıtları desteklemek için faydalıdır.

Genel Değerlendirme:

- Herkesin kendi bedeni ve duygularıyla ilgili hakları vardır.
- "Hayır" demek bir haktır - ve bu saygı duyulması gereken bir haktır.
- Yardım almak mümkündür - destek istemek tamamen normaldir.
- Haklarımızı anlamak, hem kendimizi hem de başkalarını güvende tutmamıza yardımcı olur.

Bu ilkeler, UNESCO'nun Kapsamlı Cinsellik Eğitimi (CSE) çerçevesine dayanmaktadır:

"Cinsellik eğitimi, gençleri sağlık, iyi oluş ve onurlarını gerçekleştirmeleri için bilgi, beceri, tutum ve değerlerle donatmalıdır."

EKLER

EK 2.2 A

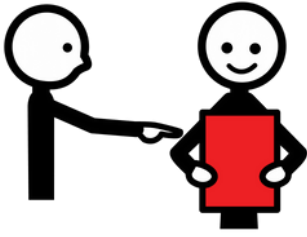
BENİM HAKLARIM

1. Benim bedenim bana aittir. Ne olacağına ben karar veririm. Başka birinin istemediğim bir şeyi yapmasına “hayır” deme hakkım vardır.
2. Birisi bana dokunmak isterse ve ben istemezsem “Hayır” deme hakkım var.
3. Vücudum hakkında ilgi alma hakkına sahibim. Cinsellik ve üreme sağlığı hakkında bilgi alma ve sağlık hizmetine ulaşma hakkım var.
4. Cinsel şiddet ve taciz insan haklarına aykırıdır.
5. Birine zarar vermek ya da izinsiz dokunmak doğru değildir. Biri bana zarar verirse, bu asla benim suçum değildir.
6. Biri beni incitirse ya da kendimi güvende hissetmezsem yardım isteme hakkım var.

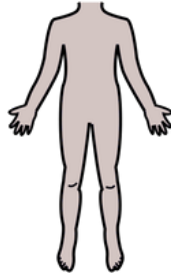
EK 2.2 A

BENİM HAKLARIM

Benim bedenim bana aittir. Ne olacağına ben karar veririm. Başka birinin istemediğim bir şeyi yapmasına "hayır" deme hakkım vardır.



Senin



Bedenin



Mahremiyet

Her piktograma tek tek işaret ederek, karşılık gelen kelimeyi yüksek sesle okuyun:

İlk görsele işaret ederek söyleyin:

“Sen - Bu seni ifade eder. Kendi bedeninin sorumlususun.”

Beden taslağına işaret ederek:

“Beden - Bu senin bedenin. Herkesin bedeni kendisine aittir.”

Kilit resmine işaret ederek:

“Mahremiyet - Bu özel anlamına gelir. Bedenin özeldir.

Ona kimlerin dokunabileceğine sen karar verirsin.”

EK 2.2 A

BENİM HAKLARIM

Birisi bana dokunmak isterse ve ben istemezsem “Hayır” deme hakkım var.



Sen



Özgürsün



Söyle



Hayır



Temas etmek
istememek

Sen - “Bu seni ifade eder. Sen değerlisin.”

Özgürsün - “Sen özgürsün. Sana ne olacağına sen karar verebilirsin.”

Söyle - “Sesli bir şey söyleyebilirsin, mesela HAYIR!”

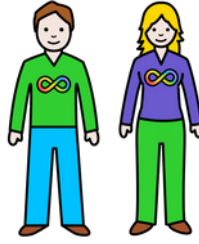
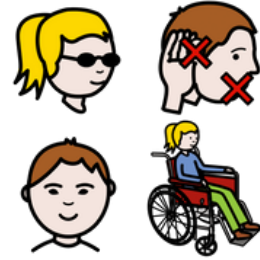
Hayır - “Bu kırmızı X işareti Hayır demek. İstedğin zaman Hayır diyebilirsin.”

İstenmeyen Dokunuş - “Bu, birinin seni istemediğin halde dokunması demek. Bu doğru değildir.”

EK 2.2 A

BENİM HAKLARIM

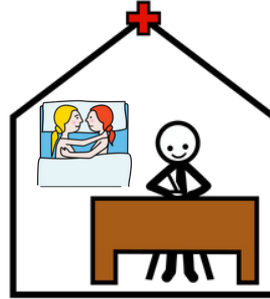
Vücudum hakkında ilgi alma hakkına sahibim. Cinsellik ve üreme sağlığı hakkında bilgi alma ve sağlık hizmetine ulaşma hakkım var.



Herkes



Hak



Cinsellik ve üreme sağlığı

Herkes - "Bu, tüm insanları ifade eder – çocuklar, yetişkinler, erkekler, kızlar, engelli kişiler. Herkes dahildir."

Hak - "Hak, sahip olmana izin verilen bir şey demektir. Sağlık hizmeti bir haktır."

Üreme Sağlığı Merkezi - "Bu bir sağlık merkezi veya klinik. Burası beden hakkında bilgi alabileceğin, ilaç alabileceğin veya doktora soru sorabileceğin yerdir."

EK 2.2 A

BENİM HAKLARIM

Cinsel şiddet ve taciz insan haklarına aykırıdır.



Cinsel şiddet ve taciz



Aykırı



İnsan hakları

EK 2.2 A

BENİM HAKLARIM

Cinsel şiddet ve taciz insan haklarına aykırıdır.

1. Görseli sakın bir şekilde gösterin ve cümleyi yavaşça açıklayın:

“Birine zarar vermek, izinsiz dokunmak ya da onu korkutmak, rahatsız etmek yanlıştır.”

“Buna taciz veya şiddet denir – ve asla kabul edilemez.”

2. Görselin her bölümünü açıklayın:

- 🧑🧑✖ İstenmeyen dokunuş veya bağırma:
- “Bu, birinin istemediği halde birine dokunması ya da ona bağırması demektir. Bu yanlıştır.”
- “Dokunmadan önce mutlaka izin almalıyız. Biri ‘hayır’ dediğinde durmalıyız.”
- 🚫 Kırmızı Çarpı veya DUR işareti:
- “Bu, DUR anlamına gelir. Bu tür davranışlar olmamalıdır.”
- 🤝 İnsan Hakları (kalkmış eller):
- “Herkesin hakları vardır. Bu, güvende olmamız, saygı görmemiz ve nazikçe muamele görmemiz gerektiği anlamına gelir.”
- ✖ Karşıtlık (Kurallara Aykırılık):
- “Bu, kurallara ve haklara aykırıdır. Taciz bu kuralları ihlal eder.”

3. Anlamayı desteklemek için sorular sorun:

- “Birine izinsiz dokunmak doğru mu?” (Hayır ✖)
- “Birisi sana dokunduğunda ve hoşuna gitmediyse ne yapmalısın?”

Cevaplar için yönlendirin:

- “Hayır de”
- “Güvendiğin birine anlat”
- “Yardım iste”

4. Tekrarlanacak Temel Mesajlar:

- “Bedenin sana aittir.”
- “Hiç kimse sana izinsiz dokunamaz ya da zarar veremez.”
- “Böyle bir şey olursa, güvendiğin birine mutlaka anlat.”

🧠 Eğitim İpuçları:

- Korku yaratmamak için sakın ve ciddi bir ses tonu kullanın; ancak güvenliği vurgulayın.
- Grafik detaylardan kaçın; net davranış kurallarına odaklanın (örneğin, “Dokunmadan önce izin iste.” “Hayır, hayır demektir.”)
- Katılımcıların duygularını ifade etmeleri için duygu kartları veya EVET/HAYIR kartları kullanın.
- Her zaman katılımcıya ne yapabileceğini anlatın:
- “Hayır de.” “Uzaklaş.” “Birine anlat.”

EK 2.2 B

ROL KARTLARI

Haklarını Rol Kartlarıyla İfade Etme

Senaryo 1: Hayır Demek

Birisi izinsiz omzuna dokunuyor. Nasıl cevap verirsin?

Senaryo 2: Yardım İsteme

Birisi sürekli bedenine ilgili kişisel sorular soruyor ve bu seni rahatsız ediyor. Kime konuşabilirsin?

Senaryo 3: İhlali Bildirme

Bir arkadaşın istemediği halde zorla bir ilişkiye girmesi için baskı görüyor. Sen ne yapabilirsin?

EK 2.2 B

SENARYO 1: HAYIR DEMEK



İzin almadan dokunmak



Söylemek



Hayır

EK 2.2 B

SENARYO 2: YARDIM İSTEMEK

“Birisi sürekli bedenininle ilgili kişisel sorular soruyor ve bu seni rahatsız ediyor.
Kimle konuşabilirsin?”

Yardım İstemek



EK 2.2 B

SENARYO 2: HAK İHLALİNİ BİLDİRME

Bir arkadaşın, istemediği bir ilişkiye zorlandığını söylüyor. Sen ne yapabilirsin?



Öğretmeninle veya ebeveynlerinle konuşmak

Etkinlik adı: “Farklı Kùltürler, Farklı Bakış Açıları”

UNESCO'nun ele aldığı temel kavram:

2.3 Kùltür, Toplum ve Cinsellik

Amaçlar:

- Katılımcıların kùltürel ve sosyal normların cinsellik, toplumsal cinsiyet rolleri, ilişkiler ve kimlik üzerine etkilerini fark etmelerine yardımcı olmak.
- Katılımcıların normlar ve geleneklerin zaman ve kùltürler arasında değışebileceğini anlamalarını desteklemek.
- Farklı inançlara saygıyı teşvik ederken, öğrenenlerin kendi görüş ve değerlerini oluşturabilmeleri için güçlendirmek.
- Sosyal etkilerin cinsellik ve ilişkiler hakkındaki düşünce ve duygularını nasıl şekillendirdiğini yansıtmaya becerilerini geliştirmek.

Bu amaçlar, UNESCO'nun 15-18+ yaş grubundaki gençler için CSE (Kapsayıcı Cinsel Eğitim) öğrenme çıktılarıyla doğrudan uyumludur ve eleştirel düşünme, öz farkındalık ve çeşitliliğe saygıyı vurgular.

Materyaller:

- Ek 2.3A - Görsel Kartlar
- Ek 2.3B - Değişim Zaman Çizelgesi
- Büyük boy basılı veya projeksiyonla gösterilen Dünya Haritası
- Flipchart veya tahta
- Marker kalemler
- İsteğe bağlı: EVET / HAYIR / EMİN DEĞİL kartları, duygu ifadesi kartları

Süre:

Toplam 60 dakika, dört oturuma bölünmüştür:

- Kültür ve Cinselliğe Giriş: 10 dakika
- Kültürel Bakış Açıları Tartışması: 20 dakika
- Kişisel Yansıtma ve Haritalama Etkinliği: 20 dakika
- Grup Değerlendirmesi (Sonuç Paylaşımı): 10 dakika

Katılımcı sayısı:

Kişiye özel destek ve grup etkileşimi sağlamak için 2 ila 10 kişi arasında olması önerilir.

Talimatlar:

- **Giriş (5 dk):** Görsellerle kültür tanımı yapın; "Kültür senin için ne anlama geliyor?" sorusunu sorun.
- **İkili Konuşma (7 dk):** Duygu veya EVET/HAYIR kartları kullanarak kültürel kuralların evde doğru mu yoksa farklı mı hissettirdiğini tartışın.
- **Değer Paylaşımı (5 dk):** Her katılımcı öğrendiği bir kuralı çizip paylaşsın; kolaylaştırıcı "Öğretilen" ve "İnanılan" olarak not alsın.
- **Değerlendirme (3 dk):** Sorular: "Ne öğrendin?" "Farklı düşünmek sorun olur mu?" Katılımcılar kartlarla yanıt versin.

1.Giriş - Kültür Nedir? (10 dakika)

Katılımcılara sorularla başlayın:

- "Kültür senin için ne anlama geliyor?"
- "Başka ailelerde, okullarda veya ülkelerde farklı kurallar duydu mu?"

Eğitmen, kültürün aileden, dinden, medyadan ve topluluktan öğrenilen gelenekler, inançlar ve davranışlar olduğunu açıklar. Bazı kültürlerin şunlar hakkında özel görüşleri olabilir:

- Flört ve aşk
- Cinsellik hakkında konuşmak veya sevgi göstermek
- LGBTQ+ kimlikleri

Anlaşılır örnekler ve görseller kullanın. Şunu vurgulayın:

"Farklı kültürler farklı şeylere inanır ve bu normaldir. Başkalarından öğrenebiliriz ama bizim için neyin doğru olduğuna biz karar veririz."

Katılımcılar çiftler veya küçük gruplar halinde şu soruları yanıtlar:

- "Bu durum hakkında ne hissediyorsun?"
- "Senin ailen veya topluluğunda bu durum aynı olur muydu?"
- "Katılıyor musun? Neden?"

Yanıtları desteklemek için görsel araçlar (duygu kartları, EVET/HAYIR/EMİN DEĞİL kartları) kullanın.

Eleştirel düşünmeyi ve saygılı dinlemeyi teşvik edin:

"Hepimizin farklı cevapları olabilir, bu sorun değil. Önemli olan dinlemek ve birlikte öğrenmektir."

Daha sonra katılımcıları, öğrendikleri bir değer veya kuralı paylaşmaya veya çizmeye davet edin. Bu değerler:

- Ailelerinden
- Okullarından
- Dinden
- Sosyal medyadan

Eğitmen, bu cevapları iki başlık altında flipchart'a yazar veya çizer:

- "Bana Öğretilenler"
- "Şimdi İnanıklarım"

Bu süreç, UNESCO rehberliğinin teşvik ettiği gibi, dış etkileri tanıırken kişisel bakış açılarını geliştirmeyi destekler.

Değerlendirme:

Eğitmen, öğrenilenleri pekiştirmek için açık uçlu sorular sorar:

- Bugün başka kültürler hakkında neler öğrendin?
- Başka yerlerdeki insanların farklı düşünmesi sorun olur mu?
- Hangi kültürel fikirleri korumak istersin? Hangi fikirleri değiştirmek istersin?

Yanıtlar EVET/HAYIR kartları veya duygu görselleriyle desteklenir.

Aşağıdaki mesaj tekrar vurgulanır:

“Başkasına saygı gösterirken kendi düşüncelerini oluşturma hakkına sahiptir. Kültürümüzü anlamak, kendi değerlerimizi seçmemize yardımcı olur.”

Değerlendirme Notları:

- Kültürel ve sosyal normlar insanların cinsellik ve ilişkiler hakkındaki düşüncelerini etkiler.
- Bu normlar her yerde aynı değildir ve zamanla değişebilir.
- Başkalarının görüşlerine saygı duyarken, kendi sağlıklı inançlarımızı oluşturabiliriz.
- Eleştirel düşünmek, kendi değerlerimize uygun seçimler yapmamızı sağlar.

EK 2.3 A

“FARKLI FİKİRLER” SINIFLANDIRMA OYUNU

Görsel Kartları



Evlenmek

EK 2.3 A

“FARKLI FİKİRLER” SINIFLANDIRMA OYUNU



Evli olmayan çiftlerin birlikte yaşaması

EK 2.3 A

“FARKLI FİKİRLER” SINIFLANDIRMA OYUNU



Geleneksel kıyafetler giyen kişiler

EK 2.3 A

“FARKLI FİKİRLER” SINIFLANDIRMA OYUNU



Farklı giyinen kişiler

EK 2.3 A

“FARKLI FİKİRLER” SINIFLANDIRMA OYUNU



İlişki yaşayan gençler

EK 2.3 A

“FARKLI FİKİRLER” SINIFLANDIRMA OYUNU



İbadet eden kişi

EK 2.3 A

“FARKLI FİKİRLER” SINIFLANDIRMA OYUNU



Onur Yürüyüşü

EK 2.3 B

ZAMAN İÇİNDE DEĞİŞİM



Eski Düğünler



Günümüz Düğünleri

EK 2.3 B

ZAMAN İÇİNDE DEĞİŞİM



Geleneksel Kıyafetler



Modern Kıyafetler

EK 2.3 B

ZAMAN İÇİNDE DEĞİŞİM



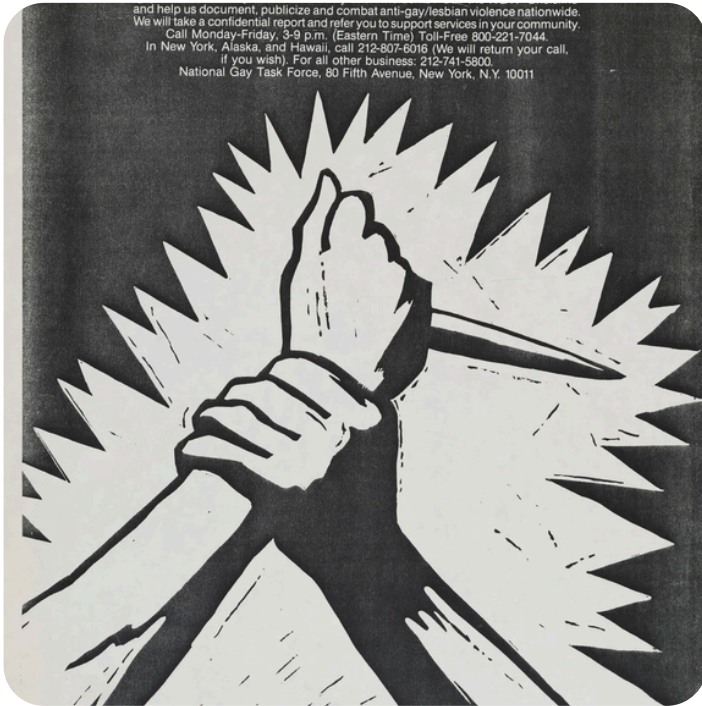
Eski Sınıflar



Günümüzdeki sınıflar

EK 2.3 B

ZAMAN İÇİNDE DEĞİŞİM



ESKİ LGBTQ POSTERİ



ŞİMDİKİ LGBTQ POSTERİ

Etkinlik Adı: Nasıl Hissediyorsam Öyleyim

UNESCO'nun ele aldığı temel kavram:

3. Toplumsal Cinsiyeti Anlamak

Hedefler:

Hedef 1:

Zihinsel engelli bireylerin, toplumsal cinsiyetin ve toplumsal cinsiyet normlarının toplumsal birer yapı olduğunu anlamalarına yardımcı olmak; toplumsal cinsiyet kimliğinin ifade edilmesinin birçok yolu olduğunu göstererek, farklı cinsiyet ifadelerine karşı kabul ve empati geliştirmelerini desteklemek.

Hedef 2:

Bireylerin yaygın toplumsal cinsiyet kalıplarını ve önyargılarını tanımalarına rehberlik etmek; bu kalıplara günlük yaşamda karşı çıkabilmeleri için gerekli araçları sağlayarak eşitliği, kapsayıcılığı ve ayrımcılıktan uzak bir ortamı teşvik etmek.

Hedef 3:

Bireylere toplumsal cinsiyete dayalı şiddeti tanımayı öğretmek ve hem kendilerini hem de başkalarını korumanın yollarını keşfetmelerini sağlamak; böylece herkes için güvenli ve sağlıklı bir ortam oluşturmayı desteklemek.
Hazırsan sıradaki kısmı da çevirebilirim.

Materyaller:

- Bilgisayar ve piktogramları yansıtmak için projeksiyon cihazı.
- Vücutlar ve cinsel organlarla tasarlanmış iki adet piktogram figürünün çıktısı alınmalı ve lamine edilmeli.
- Vücut figürlerine yerleştirilecek farklı kıyafet parçalarının çıktısı alınmalı.
- Kıyafet parçalarını vücut figürlerine sabitlemek için cırt cırt (velcro).
- Her katılımcı için, farklı toplumsal cinsiyetleri temsil eden sembollerle (♀, ♂, ♀) tasarlanmış üç silüetin çıktısı alınmalı ve lamine edilmeli.
- Katılımcı sayısına göre aşağıdaki gibi nesneler: basketbol ve futbol topları, tenis raketi, yemek kaşığı, bilgisayar, süpürge, saç fırçası, doktor stetoskopu, oyuncak aletler vb.
- Her katılımcı için iki el figürünün çıktısı alınmalı ve lamine edilmeli (bir el yeşil ve başparmak yukarı, diğeri kırmızı ve başparmak aşağı).

Süre:

Bu etkinlik, tüm hedeflerin tam olarak ele alınabilmesi için toplam iki saat (2 saat) sürer. Bu iki saat, katılımcıların temel kavramları yapılandırılmış ve ilgi çekici bir şekilde aşamalı olarak keşfetmelerini sağlamak amacıyla aynı etkinlik içinde farklı oturumlara bölünmüştür.

- **İlk oturum, “Cinsiyet Nedir?” (35 dakika)**, biyolojik cinsiyet ile toplumsal cinsiyet arasındaki farkın anlaşılmasına odaklanır.
- **İkinci oturum, “Nelerden Hoşlanırım?” (35 dakika)**, toplumsal cinsiyet rolleri ve stereotiplerini etkinlikler ve tartışmalar yoluyla keşfeder.
- **Üçüncü oturum, “Bu Uygun mu?” (35 dakika)**, cinsiyete dayalı şiddeti videolar ve yansıtmaya ele alır.
- **Son olarak, Değerlendirme (25 dakika)** oturumu, katılımcıların ele alınan kavramlar üzerine düşüncelerini ve öğrenmelerini değerlendirmelerini sağlar.

Bu bölümlerle, dengeli bir tempo sunar; kavrama, etkileşim ve tartışma için yeterli zaman tanırken, katılımcıların etkinlik boyunca aktif kalmasını sağlar.

Katılımcı sayısı: Grup, her katılımcının yeteneklerine göre hedeflere ulaşarak oturumu tamamlayabilmesi ve yeterli ilgi görmesi için 2 ila 10 kişi arasında olmalıdır. Daha küçük gruplar, aktif katılımı teşvik eder ve öğrenmeyi artırır.

Talimatlar:

Bu etkinlik, hedeflerin gerçekleştirilmesini sağlamak için dört ana aşamaya bölünmüştür.

İlk oturum olan "Cinsiyet Nedir?" (35 dakika), zihinsel engelli bireylerin cinsiyet ve cinsiyet normlarının toplumsal yapılar olduğunu anlamalarına yardımcı olur. Cinsiyet kimliğini ifade etmenin çeşitli yollarını vurgular ve farklı cinsiyet ifadelerine karşı kabul ve empatiyi destekler.

İkinci oturum olan "Nelerden Hoşlanırım?" (35 dakika), yaygın cinsiyet stereotipleri ve önyargılarını tanımaya odaklanır. Günlük hayatta bu önyargılara karşı durabilmek için araçlar sunar; böylece eşitlik, kapsayıcılık ve ayrımcılıktan uzak bir ortam teşvik edilir.

Çüncü ve son oturum olan "Bu Uygun mu?" (35 dakika), katılımcılara cinsiyete dayalı şiddet durumlarını tanımayı ve kendilerini ve başkalarını koruma yollarını keşfetmeyi öğretir; böylece güvenli ve sağlıklı bir ortam oluşturulur.

1.Cinsiyet Nedir?

Bu ilk oturumda, eğitmen iki insan figürünün yer aldığı bir piktogram gösterecektir: biri kadın genitali (vulva), diğeri erkek genitali (penis) ile. Bu görsellerin biyolojik farkları temsil ettiği açıklanacak; ancak cinsel organların kişinin kendini tanımladığı cinsiyeti belirlemediği vurgulanacaktır. Başka bir deyişle, cinsiyetin bedenle değil, kişinin nasıl hissettiği ve kendini tanımladığıyla ilgili toplumsal bir yapı olduğu anlatılacaktır.

Eğitmen ayrıca, insanların kendilerini tanımladığı farklı cinsiyet türlerinin olduğunu belirtecektir. Geleneksel cinsiyetlerin (kadın ve erkek) yanı sıra, kendini non-binary (ikili olmayan), gender fluid (akışkan cinsiyet), agender (cinsiyetsiz) gibi kimliklerle tanımlayan kişiler olduğu ifade edilecektir. Her türlü ifade biçimi geçerlidir ve insan deneyiminin çeşitliliği ve karmaşıklığını yansıtarak tüm kimliklere kapsayıcılık ve saygı teşvik eder.

Bu açıklamayı pratiğe dökmek ve katılımcıların cinsiyet kavramını daha iyi anlamalarına yardımcı olmak için, bu iki figür basılı ve lamineli olarak gösterilecek, yanlarında farklı giysi parçalarının (pantolon, etek, tişört, elbise, ayakkabı vb.) kesimleri sunulacaktır. Hem figürlerin hem de giysi parçalarının arkasında cırt cırt (velcro) bulunacak, böylece kolayca takılıp çıkarılabilecektir. Eğitmen, katılımcılara her figüre hangi giysilerin giydirilmesi gerektiğini soracak ve mağazalarda "kızlar için" ya da "erkekler için" olarak etiketlenmiş olsa bile giysilerin cinsiyeti olmadığını, herkesin istediğini giyebileceğini anlamalarına rehberlik edecektir.

Bu oturum 35 dakika sürecek ve katılımcıların cinsiyet ile biyolojik cinsiyet kavramlarının farkını anlamalarına, farklı cinsiyet ifadelerini keşfetmelerine yardımcı olacaktır. Katılımcılar ayrıca tüm ifade biçimlerinin eşit derecede geçerli olduğunu ve herkesin istediği gibi olabileceğini ve giyinebileceğini öğrenecektir.

2.Nelerden Hoşlanırım?

Bu ikinci oturumda, eğitmen günlük aktiviteleri, oyunları, sporları veya meslekleri temsil eden görseller ya da piktogramlar gösterecektir. Gösterilecek görseller, katılımcıların anlama seviyelerine göre uyarlanacak ve herkesin kolaylıkla anlayabilmesi sağlanacaktır. Her görsel gösterildikten sonra, eğitmen katılımcılara bu aktivitenin kızlar, erkekler ya da her iki cinsiyet tarafından yapılabileceğini düşünüp düşünmediklerini soracaktır.

Yanıt vermeleri için her katılımcıya üç farklı cinsiyeti temsil eden sembollerin yer aldığı üç silüet verilecektir; bu semboller etkinlik başlamadan önce açıklanacaktır:

- ♀ sembolü kadın cinsiyetini temsil eder.
- ♂ sembolü erkek cinsiyetini temsil eder.
- 🏳️ sembolü her iki cinsiyeti ya da herhangi bir cinsiyet kimliğini temsil eder.

Gerekirse eğitmenin desteğiyle katılımcılar, aktivitenin bir kız (♀), bir erkek (♂) ya da herkes (🏳️) tarafından yapılabileceğini düşündükleri sembolü kaldırarak veya göstereceklerdir.

Bu etkinlikten sonra, eğitmen görsellerde gördükleri aktiviteleri temsil eden bazı nesneleri gösterecektir (örneğin, spor için bir top ya da resim yapmak için bir fırça). Her katılımcı en çok hoşuna giden nesneyi veya yapmak istediği bir aktiviteyi temsil eden nesneyi seçecektir.

Son olarak, mümkünse, eğitmen katılımcıları neden o nesneyi seçtiklerini açıklamaya davet edecektir. Katılımcılar, bunu seçmelerinin sebebinin o aktiviteden hoşlanmaları ya da cinsiyetlerinden dolayı mümkün olmadığını ya da izin verilmediğini düşündükleri için yapmak istemeleri olduğunu söyleyebilirler.

Bu oturum 35 dakika sürecek ve katılımcıların toplumda var olan cinsiyet rolleri ve stereotiplerini tanımlamalarına yardımcı olacaktır. Amaç, bu rollerin toplumsal yapılar olduğunu ve kişilerin ilgi, tercih veya aktivitelerini sınırlamaması gerektiğini anlamalarını sağlamaktır. Tüm seçenekler cinsiyetten bağımsız olarak herkes için eşit derecede geçerlidir.

3.Bu Uygun mu?

Son oturumda, eğitmen katılımcılara cinsiyete dayalı şiddetin farklı durumlarını gösteren üç kısa video sunacaktır. Bu videolar, grubun yeteneklerine göre kolayca anlaşılır olacak şekilde uyarlanacak ve bu tür şiddeti yansıtan durumları net biçimde gösterecektir.

Her video sonrası eğitmen, katılımcılara izledikleri durumun iyi mi yoksa kötü mü olduğunu soracaktır. Gerekirse, herkesin katılımını sağlamak için bu soru bireysel olarak da sorulabilir. Yanıt vermeleri için katılımcılara iki kart verilecektir:

- Yeşil el ve başparmak yukarı (👍) iyi bir durumu temsil eder.
- Kırmızı el ve başparmak aşağı (👎) kötü bir durumu temsil eder.

Katılımcılar, videoda gördüklerine dayanarak en uygun olduğunu düşündükleri kartı kaldırarak veya göstereceklerdir.

Bu etkinlikten sonra, eğitmen katılımcılara o durumda olsalardı farklı davranıp davranmayacaklarını soracaktır. Yanıt vermek için tekrar yeşil veya kırmızı el kartları kullanılacak ve mümkünse, katılımcılar nasıl tepki vereceklerini veya neleri farklı yapacaklarını açıklamaya davet edilecektir.

Son olarak, eğitmen, kendilerini rahatsız veya güvensiz hissettiren bir durumla karşılaştıklarında yardım istemenin önemini vurgulayacaktır. Katılımcılara, olup biteni paylaşmak ve destek almak için aile üyeleri, yakın arkadaşlar veya bakım veren gibi güvenilir kişilerle konuşabilecekleri hatırlatılacaktır.

Bu oturum 35 dakika sürecek olup, katılımcıların cinsiyete dayalı şiddet durumlarını tanımlamalarına, bu durumların kabul edilemez olduğunu anlamalarına ve herhangi bir durumda kendilerini kötü ya da güvensiz hissettiklerinde her zaman iletişim kurmaları gerektiğini öğrenmelerine yardımcı olacaktır.

Değerlendirme:

Bu son bölüm, etkinliği tamamlamak amacıyla gerçekleştirilecek ve 25 dakika sürecektir. Eğitmen, üç oturumda ele alınan temalarla ilgili durumları temsil eden görseller gösterecektir: cinsiyet kavramı, cinsiyet stereotipleri ve cinsiyete dayalı şiddet.

Her bir görsel gösterildikten sonra, eğitmen katılımcılara bu durumun doğru/mümkün mü yoksa yanlış/mümkün değil mi olduğunu soracaktır.

Yanıt vermek için, her katılımcı (gerekirse eğitmenin desteğiyle) bir önceki oturumda kullanılan iki karttan birini kaldırarak veya işaret edecektir:

- Durumun doğru veya mümkün olduğunu belirtmek için başparmak yukarıda yeşil el kartı.
- Durumun yanlış veya mümkün olmadığını belirtmek için başparmak aşağıda kırmızı el kartı.

Bu dinamik, katılımcıların aşağıdaki sorulara yanıt vererek oturumlarda öğrendiklerini değerlendirmelerine ve önceki oturumlarda ele alınan konular üzerine düşünmelerine yardımcı olacaktır:

- Sizce bir kişinin kendini tanımladığı cinsiyeti ne belirler?
- Sadece kızların ya da sadece erkeklerin yapabileceğini düşündüğünüz şeyler nelerdir?
- Kendinizi kötü ya da rahatsız hissettiğiniz bir durumda ne yapabileceğinizi düşünüyorsunuz?

Bu son etkinlik, edinilen bilgilerin pekişmesini sağlayacak; katılımcıların düşüncelerini ifade etmelerine ve öğrendiklerini günlük yaşamlarında nasıl uygulayabileceklerini değerlendirmelerine olanak tanıyacaktır.

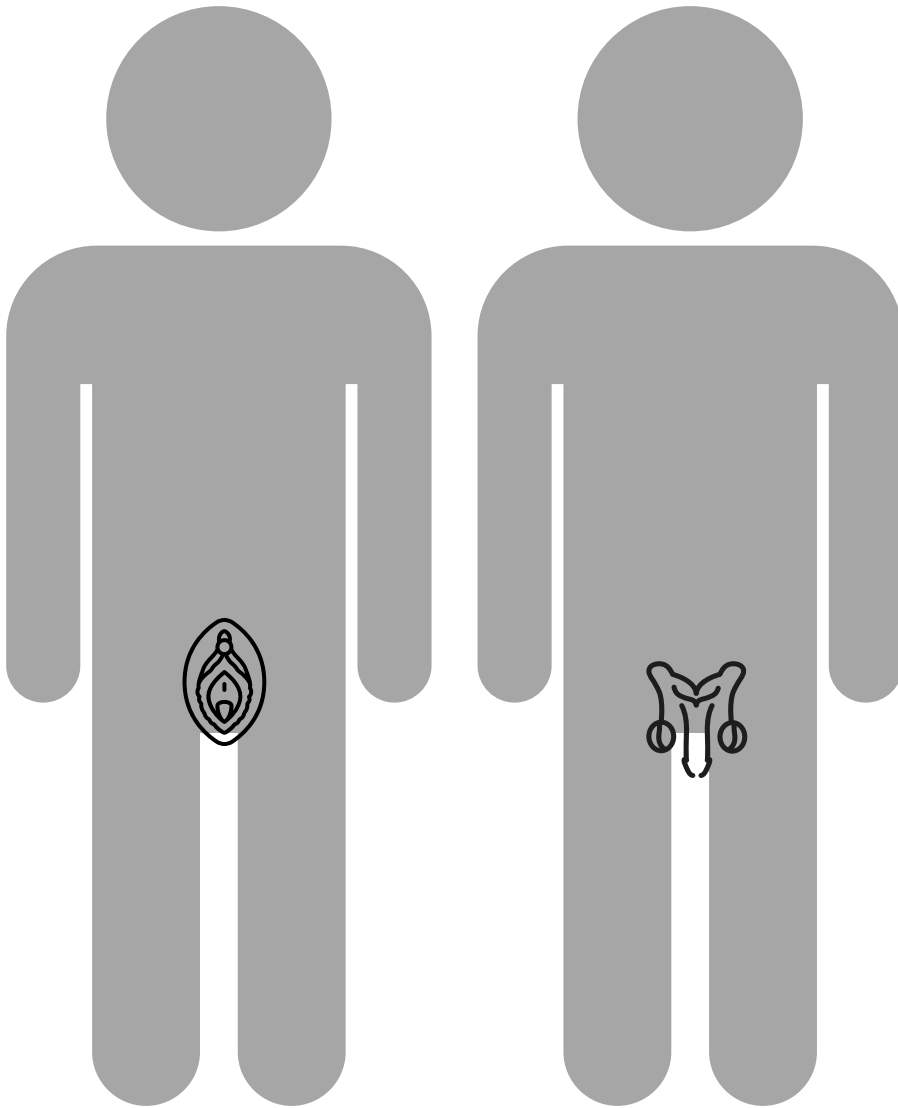
Ek:

• Materyaller:

https://drive.google.com/file/d/1KEeRkGkH8oEuYG5SMFW2C_4675kutOKG/view?usp=drive_link

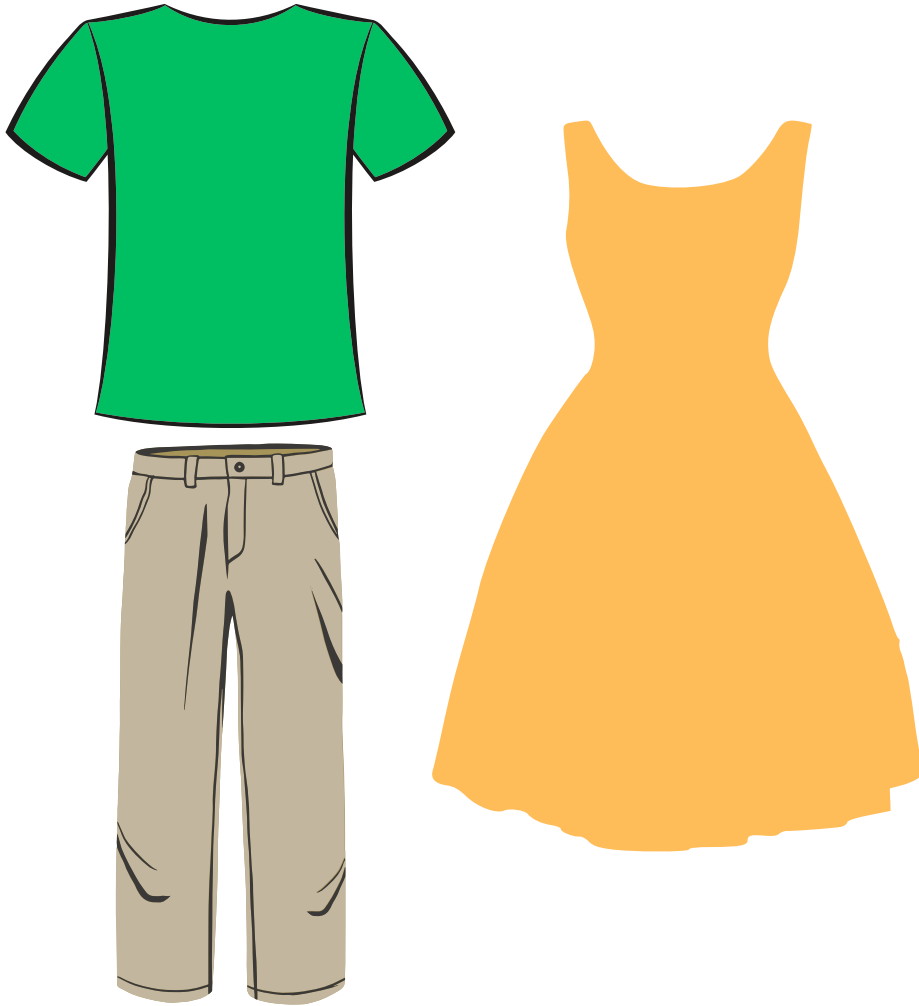
EK 3

1. OTURUM: UREME ORGANLARI



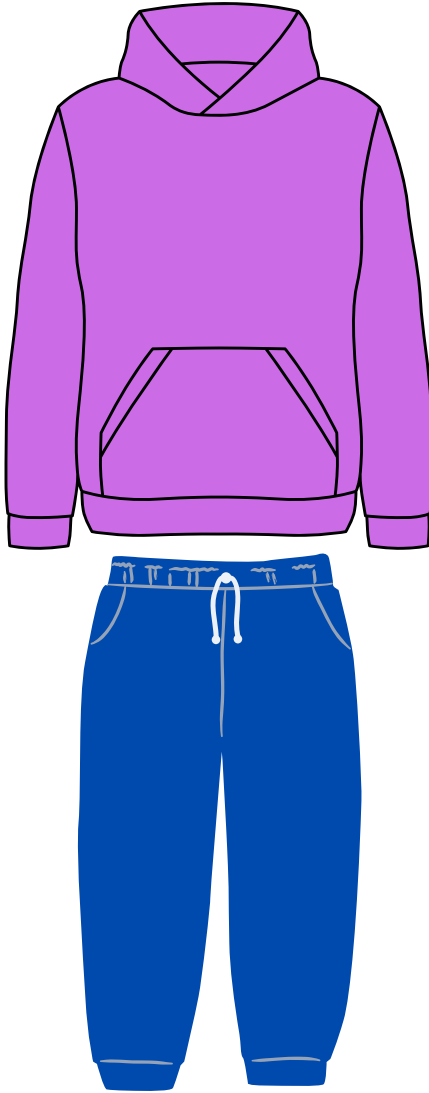
EK 3

1.OTURUM: KIYAFETLER



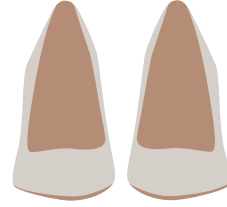
EK 3

1.OTURUM: KIYAFETLER



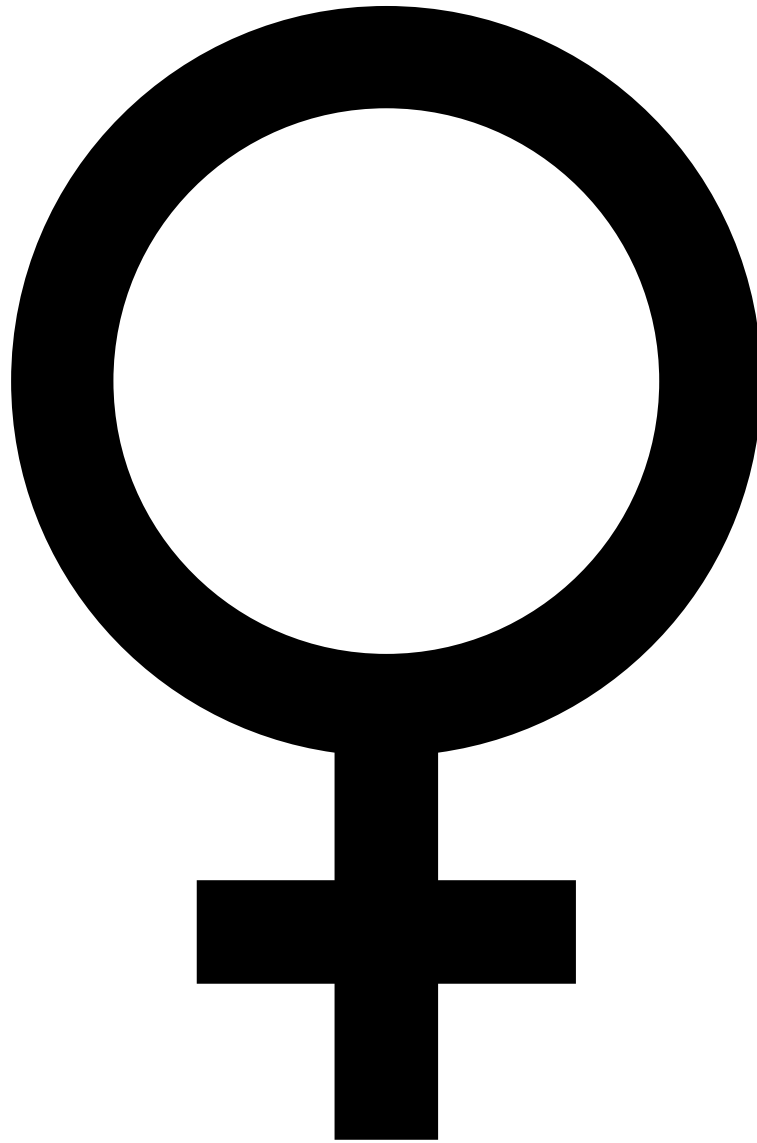
EK 3

1.OTURUM: KIYAFETLER



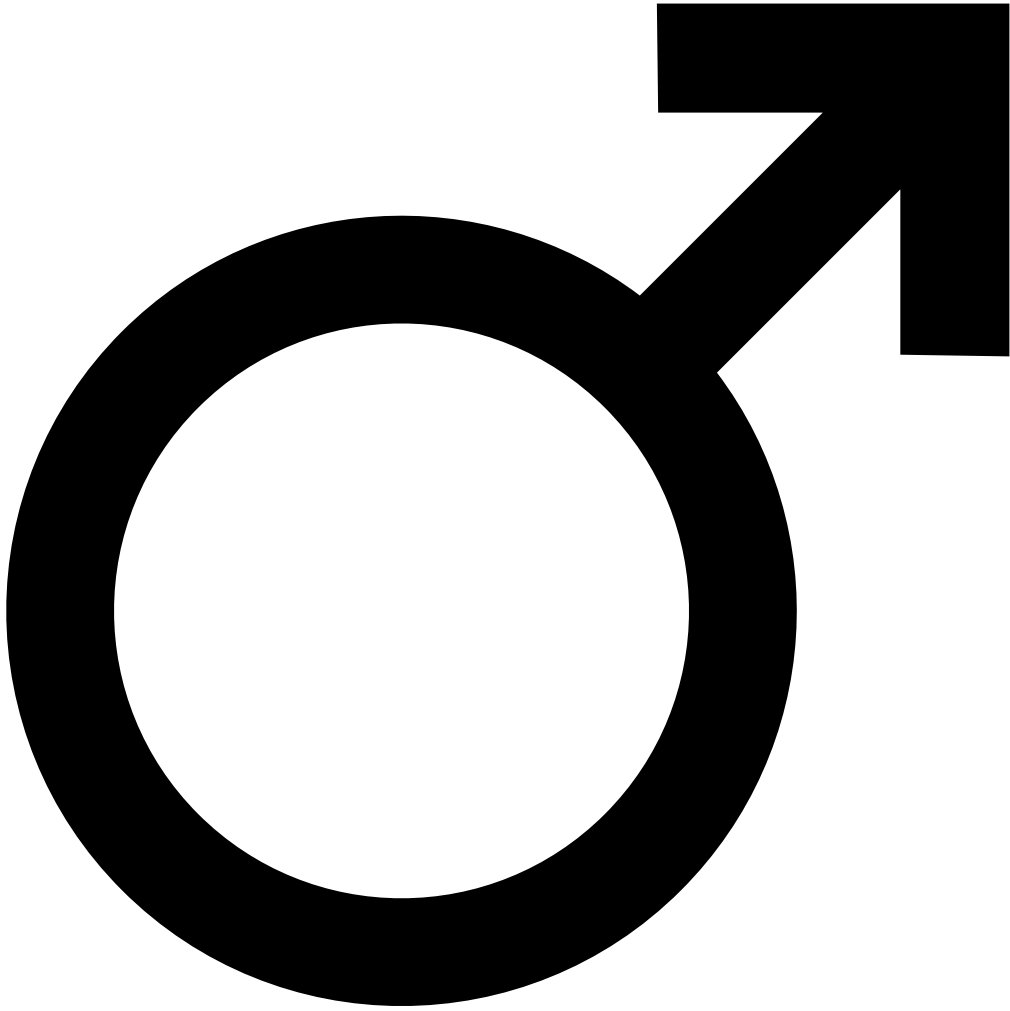
EK 3

2.OTURUM: CİNSİYET (KADIN)



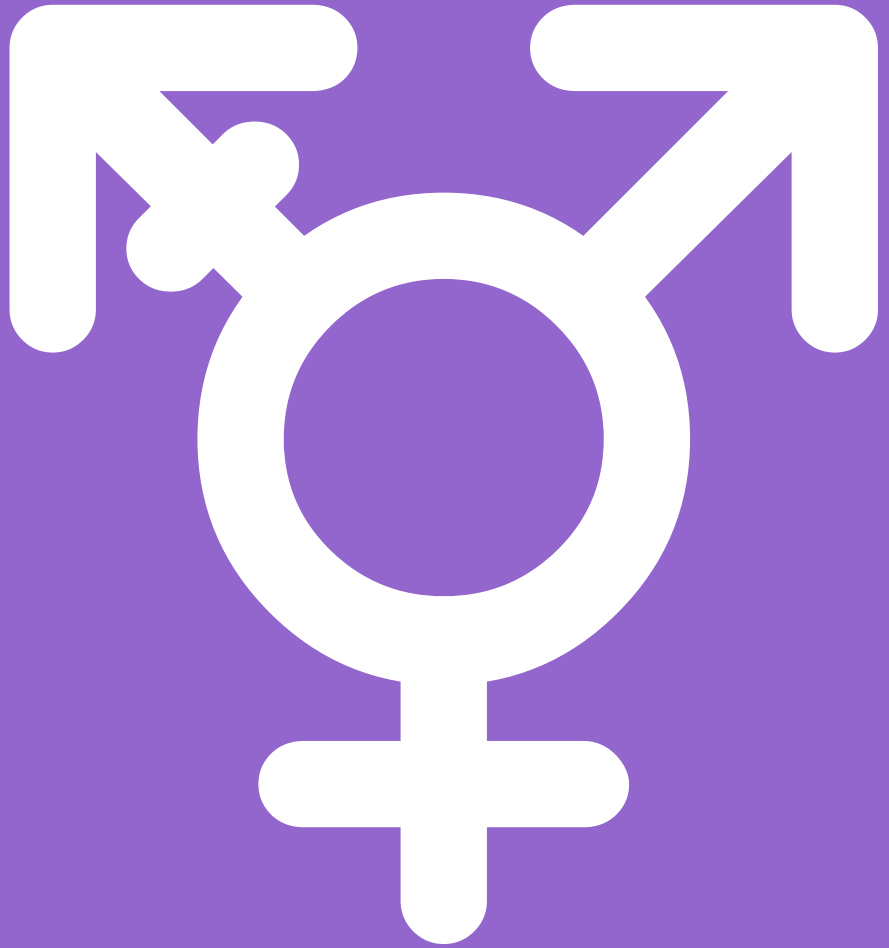
EK 3

2.OTURUM: CİNSİYET (ERKEK)



EK 3

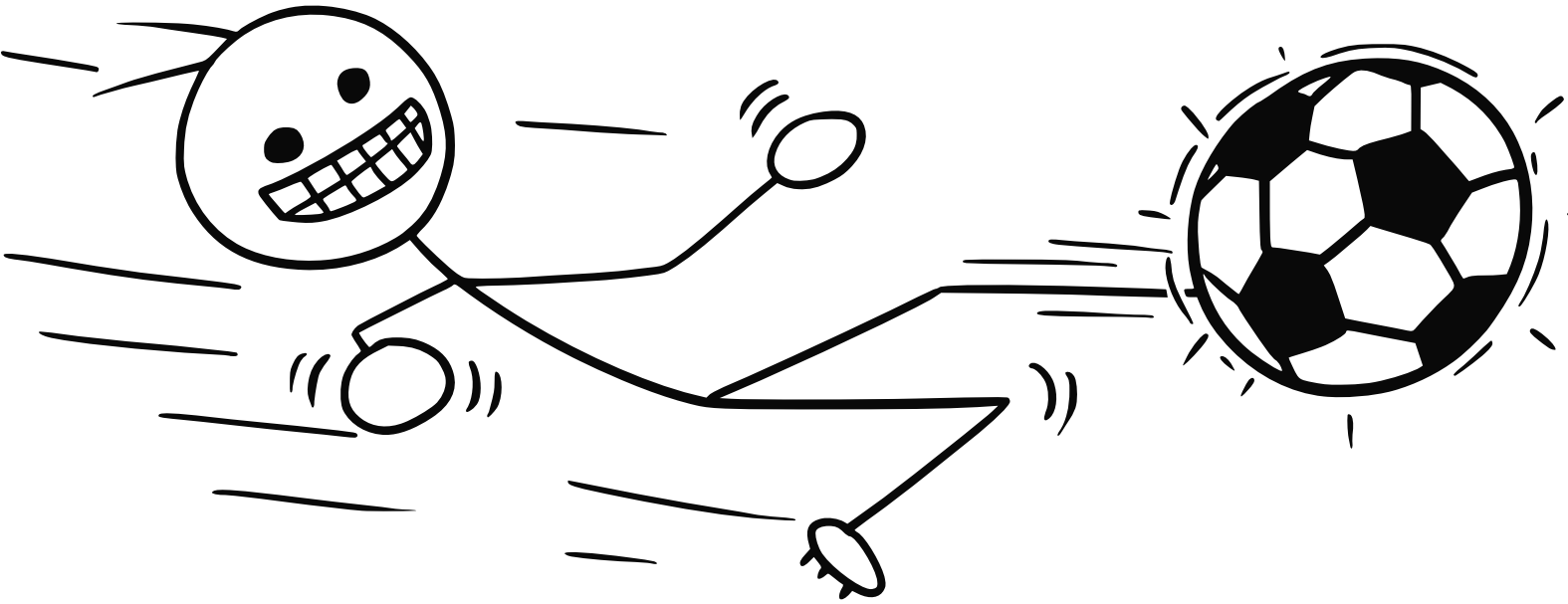
2.OTURUM: CİNSİYET (HER İKİSİ)



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

FUTBOL OYUNCUSU



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR
(LEVEL 1)

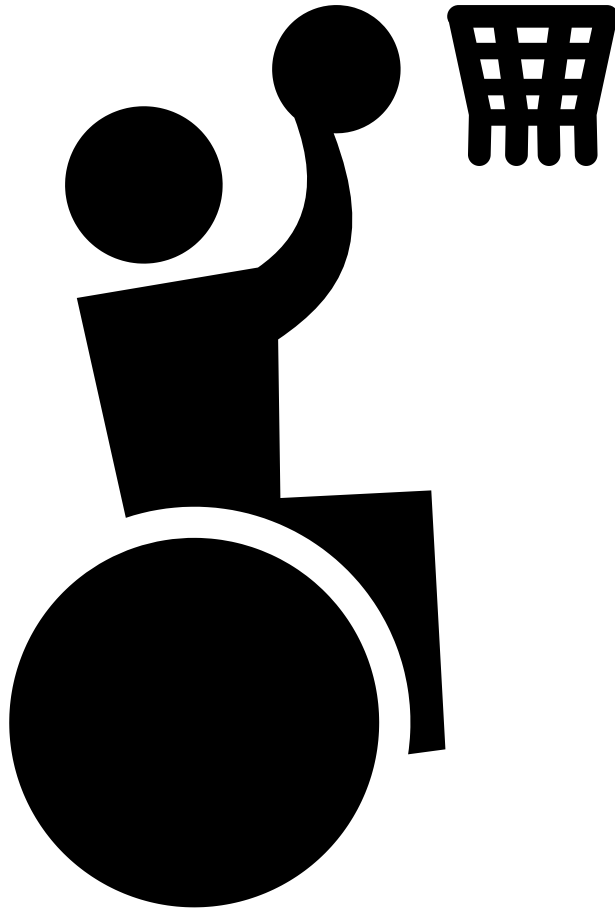
TENİS OYUNCUSU



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR
(LEVEL 1)

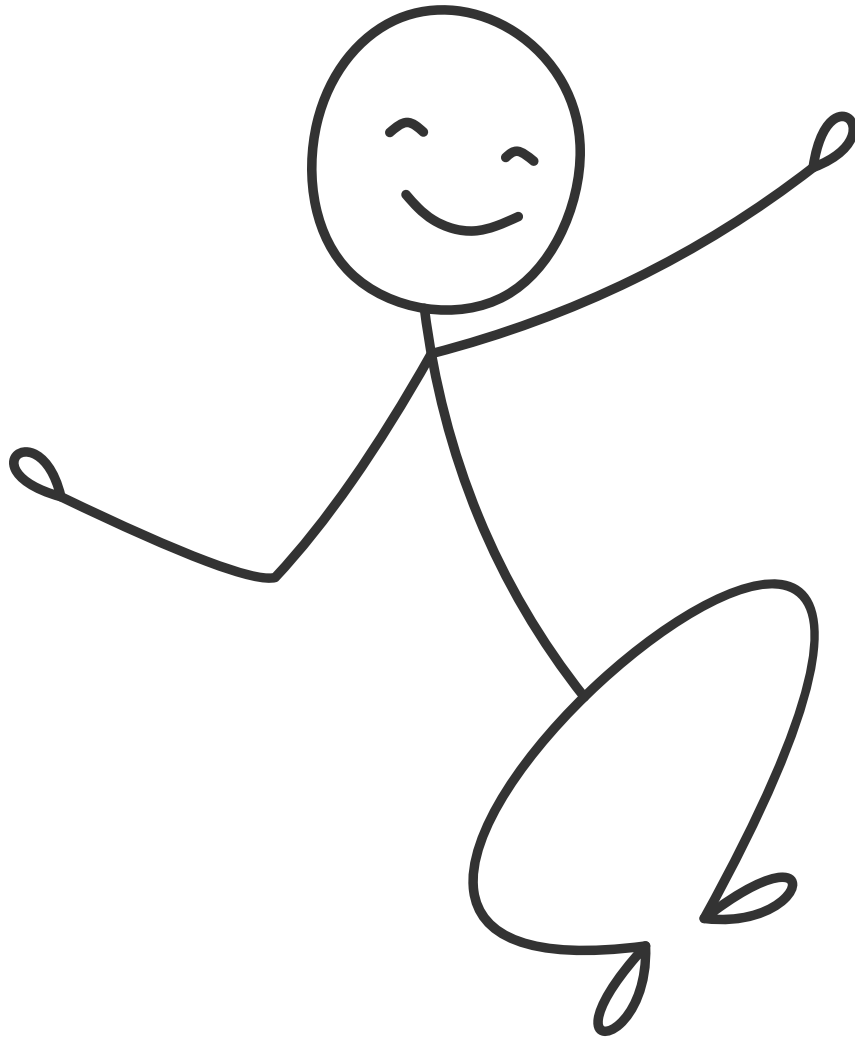
BASKETBOL OYUNCUSU



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

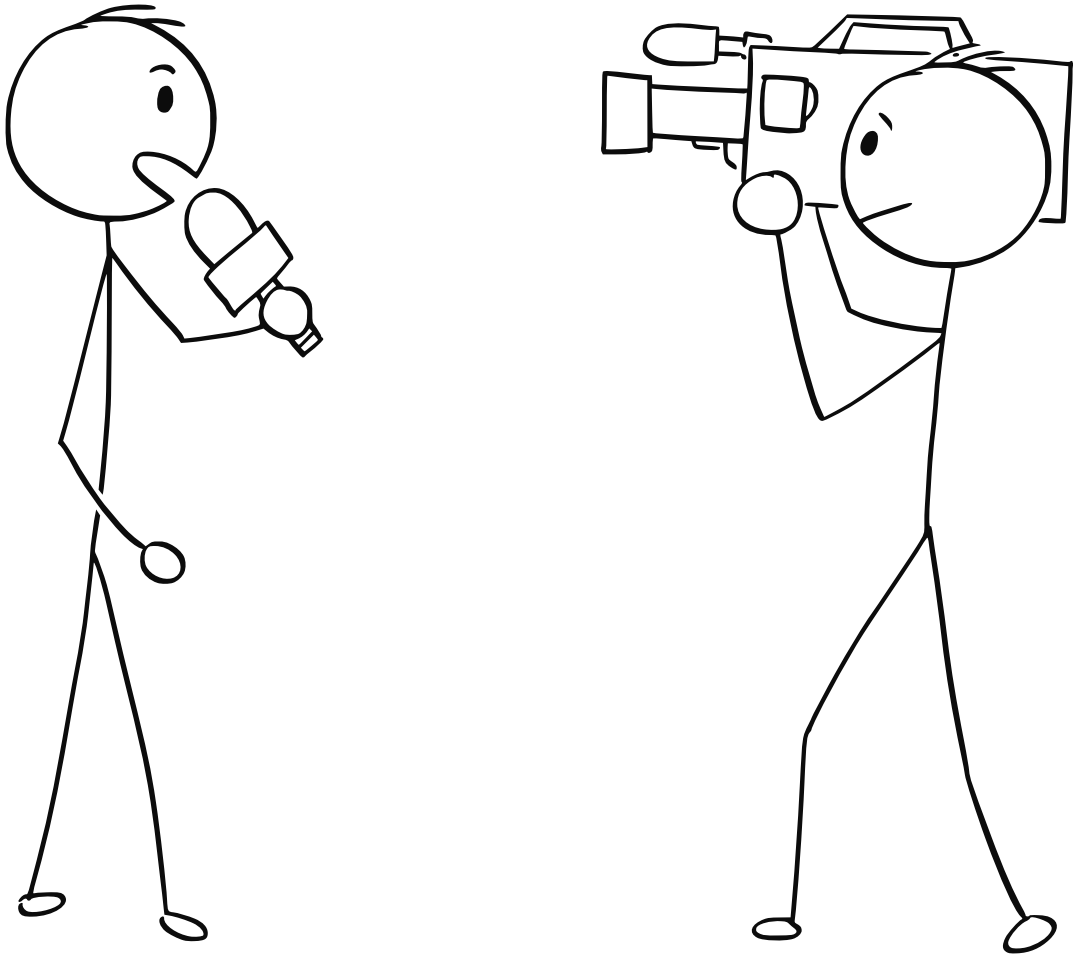
DANSÇI



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

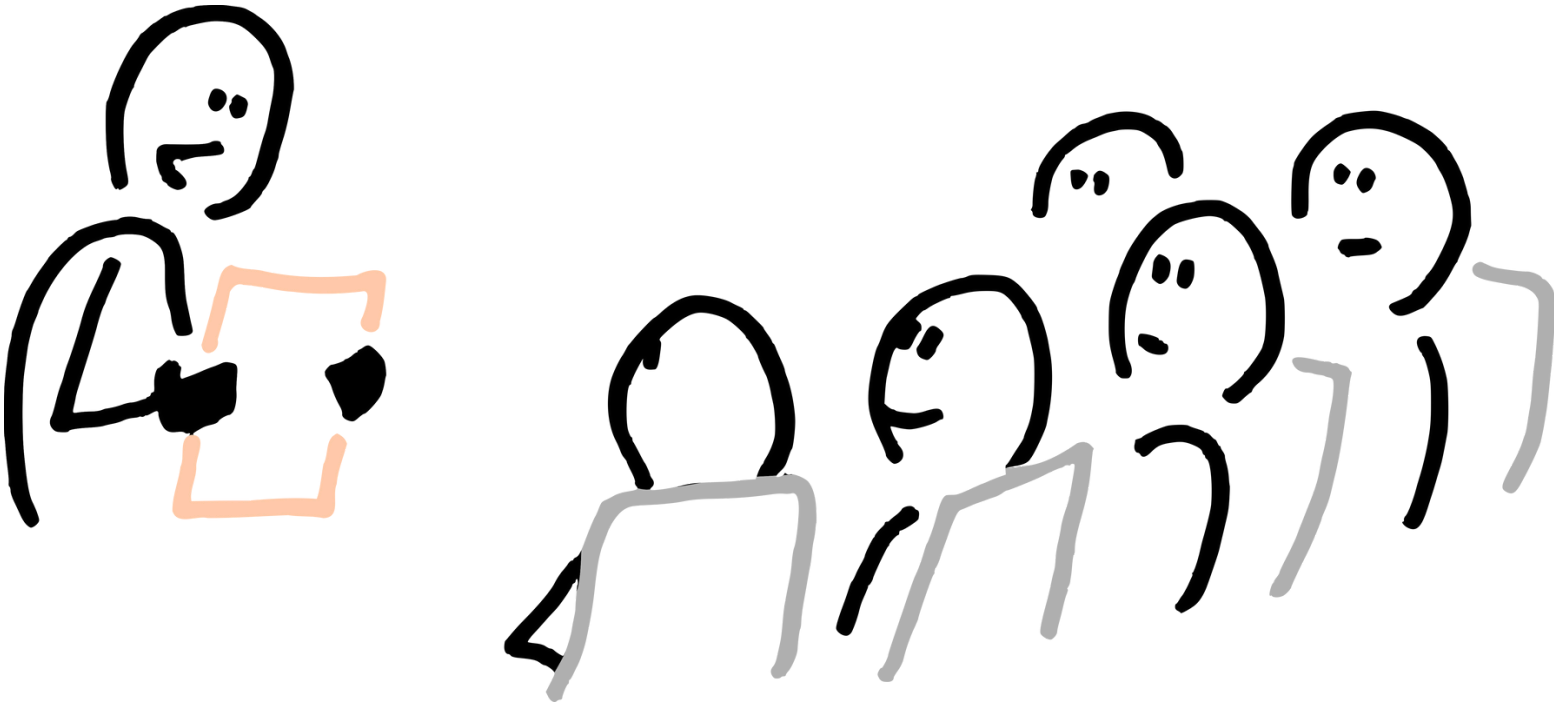
MUHABİR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

ÖĞRETMEN



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

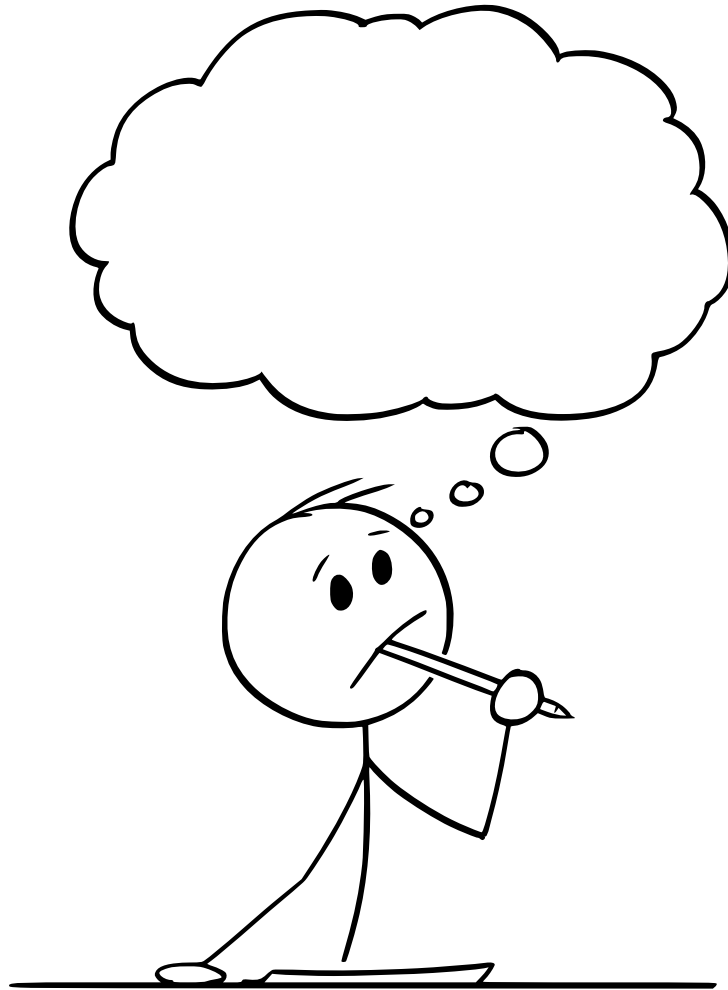
DOKTOR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

YAZAR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

MUZİSYEN



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

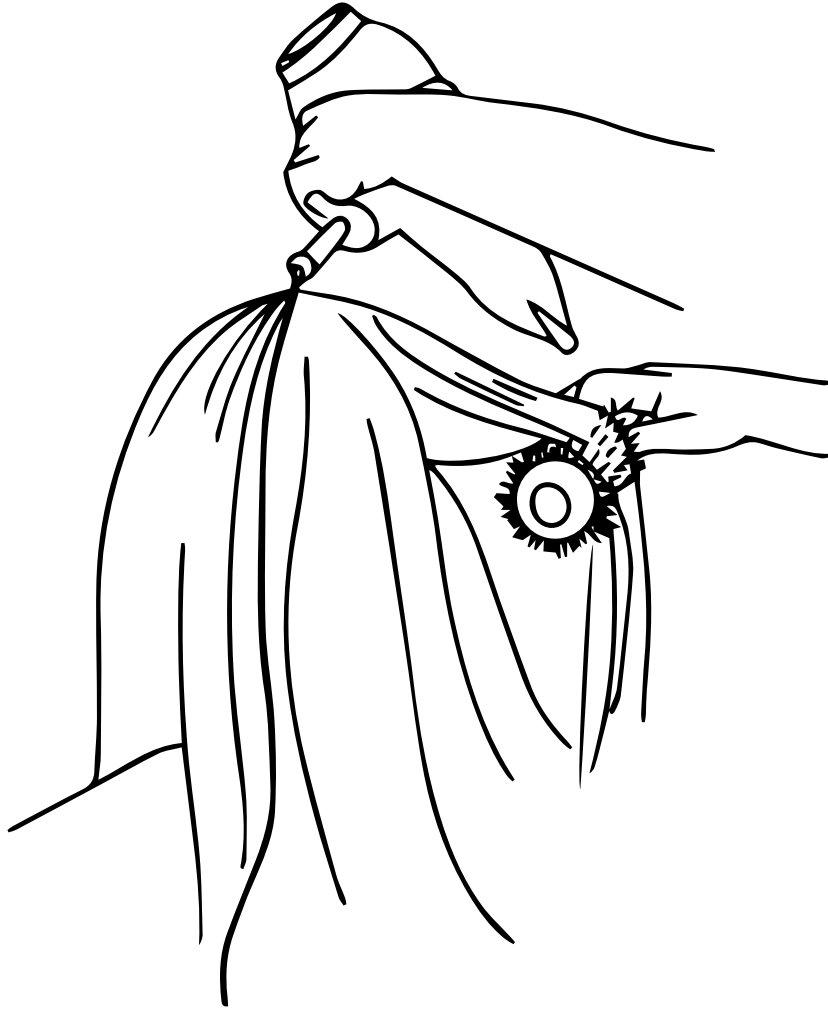
AŞÇI



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

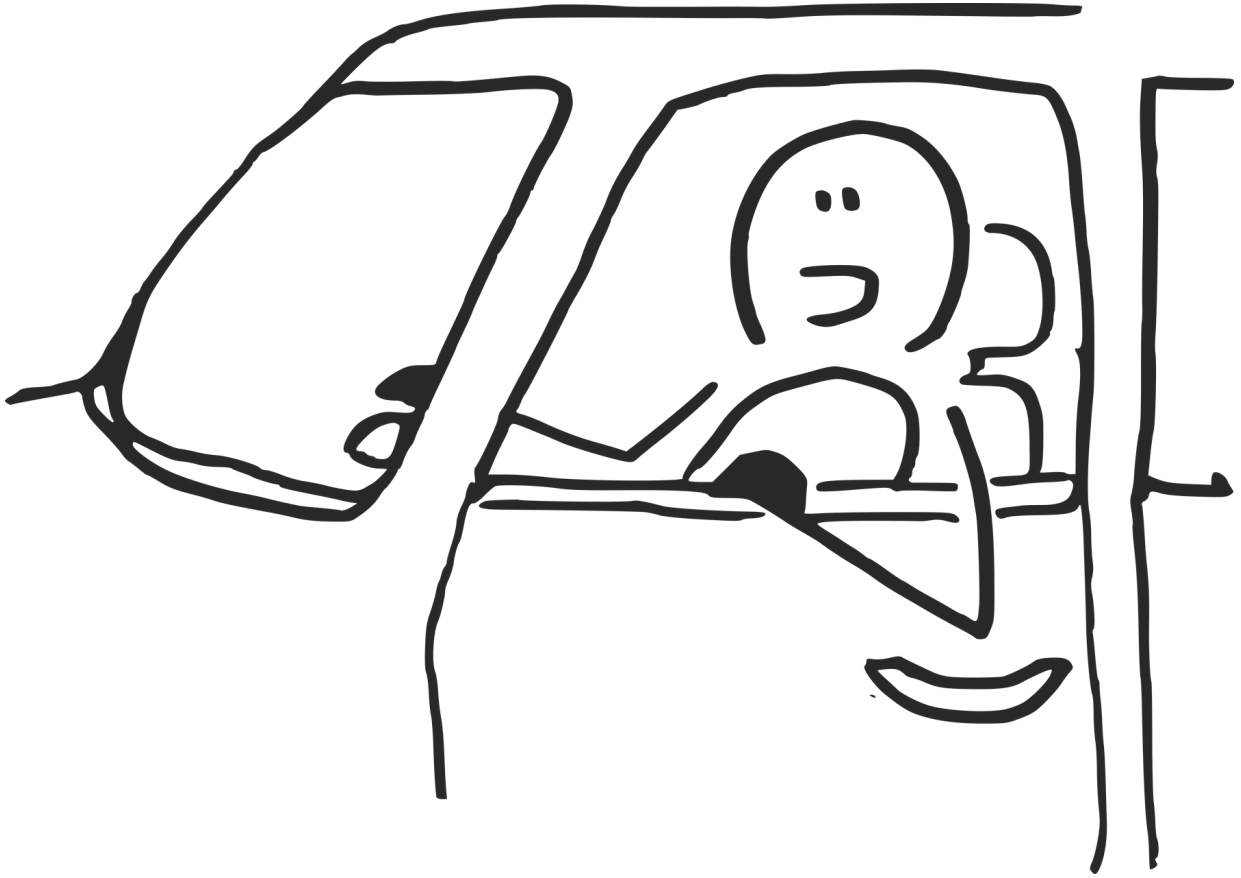
SAÇ STİLİSTİ



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

ŞOFÖR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

SPORA GİTMEK



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

FUTBOL OYUNCUSU



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

TENİS OYUNCUSU



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

BASKETBOL OYUNCUSU



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

DANSÇI



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

MUHABİR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

ÖĞRETMEN



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

DOKTOR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

YAZAR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

MUZİSYEN



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

SAÇ STİLISTİ



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

ŞOFÖR



EK 3

2.OTURUM: DURUMLAR (LEVEL 1)

SPORA GİTMEK



EK 3

2.OTURUM: GETİRİLECEK NESNELER (ÖRNEKLER)



EK 3

3.OTURUM: BUNU BEĞENDİM



EK 3

3.OTURUM: BUNU BEĞENMEDİM



Etkinlik adı: Güvenliğin İçin Sesini Yükselt

UNESCO'nun ele aldığı temel kavram:

4.1 Şiddet

Amaçlar:

- Fiziksel, duygusal, cinsel, zorbalık ve partner şiddeti gibi farklı şiddet türlerini anlamak ve tanımak
- “Hayır” demeyi, uzaklaşmayı ve yardım istemeyi öğrenmek ve pratiğini yapmak
- Günlük yaşamlarında (okul, ev, çevrim içi ortam, toplum) saygı ve güvenliği teşvik etmek

Materyaller:

- Şiddet türlerini, güvenli ve güvensiz dokunuşları, güvenilir yetişkinleri ve duyguları gösteren görsel kartlar
- EVET/HAYIR kartları
- Değer kartları (örneğin: saygı, onur, mahremiyet, güvenlik)
- 3 alana ayrılmış büyük bir poster ya da pano: Şiddet, Güvenli Davranış, Güvenilir Yardım
- Etkileşimli eşleştirme için çıkartmalar veya cırt cırtlar

Süre:

1. **Ana Fikri Tanıtma (10 dakika):** Katılımcılar, güvenliğin temellerini oluşturmak amacıyla zorbalık, fiziksel, duygusal, cinsel ve partner şiddeti gibi farklı şiddet türlerini açık bir dille tanımayı öğrenir.
2. **Tanı ve Harekete Geç - Grup Sınıflandırması (15 dakika):** "Bu Şiddet mi?", "Ne Yapabilirim?", "Kim Bana Yardım Edebilir?" sorularına çıkartmalar veya cırt cırtlarla cevap verilerek öğrenilir. Bu uygulamalı adım, kişisel eylemler ve destek ağlarına dair farkındalık geliştirir.
3. **Değer Çemberi - Saygı İnşası (10 dakika):** Güvenli ve saygılı alanlara dair ortak bir bağlılık geliştirmeyi hedefler.
4. **Güvenilir Yetişkinle Konuşma Uygulaması (10 dakika):** Katılımcıların iletişim becerilerini geliştirmesi ve güvendikleri yetişkinlerden yardım istemede kendilerini rahat hissetmeleri amaçlanır.

Değerlendirme (15 dakika): Eğitimciler, şiddet türleri, kişisel haklar ve yardım isteme stratejilerini pekiştirmek için açık uçlu sorular yöneltir.

Katılımcı Sayısı:

Bu etkinlik 2 ila 10 katılımcı için uygundur. Küçük gruplar, daha fazla etkileşim, bireysel destek ve aktif katılım sağlar; böylece herkes kendi hızında ilerleyerek hedeflere ulaşabilir.

Yönergeler: Bu etkinlik, dört temel aşama aracılığıyla belirlenen hedeflere ulaşmak üzere tasarlanmıştır.

İlk bölüm olan “Temel Fikri Tanıt” (10 dakika), şematik kartlar ve sade bir dil kullanılarak katılımcıların şiddetin farklı türlerini tanımasını ve neyin güvenli neyin güvensiz olduğunu anlamasını sağlar.

İkinci bölüm olan “Grup Sınıflandırma Etkinliği” (15 dakika), katılımcıları şiddet içeren davranışları belirlemeye, bu tür durumlara nasıl tepki verilebileceğini keşfetmeye ve kendilerine yardımcı olabilecek güvenilir kişileri tanımaya davet eder.

Üçüncü bölüm olan “Değerler Çemberi” (10 dakika), katılımcıların saygı, güvenlik ve nezaket gibi önemli değerler üzerine düşüncelerini ve bu değerleri nerede hissetmek istediklerini paylaşmalarını teşvik eder.

Son olarak, “Güvenilir Bir Yetişkinle Konuşma Pratiği” (10 dakika), katılımcılara açıkça iletişim kurma ve güvenilir bir yetişkinden yardım isteme pratiği yapma fırsatı sunar.

1. Temel Fikri Tanıtma (10 dakika)

Şiddetin farklı türlerini tanıtmak için piktogram kartları kullanın:

- Zorbalık
- Fiziksel şiddet
- Duygusal/psikolojik istismar
- Cinsel istismar
- Yakın partner şiddeti

Örnek: Birini iten bir kart gösterin → “Bu güvenli mi, değil mi?” diye sorun. Katılımcılar EVET/HAYIR kartlarını kullanır.

Dil önerisi: Her zaman açık ve net ifadeler kullanın:

“Birine vurmak asla doğru değildir. Eğer ‘hayır’ dersanız, kimsenin bedeninize dokunmasına izin verilmez.”

2. Grup Sınıflandırma Etkinliği - Tanı ve Harekete Geç (10 dakika)

3 kategori içeren büyük bir tahta/poster kullanın:

- Şiddet Nedir?
- Ne Yapabilirim?
- Kim Bana Yardım Edebilir?

Yönergeler:

Katılımcılar tek tek (veya çiftler halinde) gelip piktogram kartlarını doğru kategoriye yapıştırıcı veya velcro ile eşleştirirler.

Örnekler:

- “Vurmak” → Şiddet
- “Hayır De” → Ne Yapabilirim?
- “Öğretmen” → Kim Bana Yardım Edebilir?

1. Değer Çemberi - Saygılı Alanlar Oluşturma (10 dakika)

Katılımcılar halka şeklinde oturur.

Değer kartları (saygı, nezaket, güvenlik, onur) dağıtılır.

Her katılımcı bir kart tutar ve bu değeri nerede hissetmek istediğini paylaşır (ev, okul, çevrimiçi).

Eğitmenin yönlendirmesi:

“Güvende hissettiğin yer neresi?”

2. “Güvendiğin Yetişkinle Konuşma” Pratiği (10 dakika)

Resimli yönlendirmelerle rol yapma etkinliği (tam senaryo yok).

Katılımcılar, güvendikleri bir yetişkinin (ebeveyn, öğretmen, hemşire) resmini seçer.

Aşağıdaki cümleleri söyleme pratiği yapılır:

“Korkuyorum.”

“Biri bana zarar verdi.”

“Bana yardım eder misin?”

Değerlendirme:

Oturup çember oluşturun ve herkesin etkinlik üzerine birlikte düşünmesini teşvik edin.

Düşünmeleri için iki soru:

“Bugün güvenli hissetmek ve yardım istemekle ilgili ne öğrendin?”

“Bir şey yolunda gitmediğinde güvendiğimiz biriyle konuşmak neden önemlidir?”

Herkesin katılımını sağlamak ve düşüncelerini ifade etmelerine yardımcı olmak için EVET/HAYIR ya da duygu kartları kullanılabilir.

Onlara güvenli hissetmeyi hak ettiklerini ve güvendikleri yetişkinlerin yardımcı olabileceğini tekrar vurgulayın.

EK 4.1

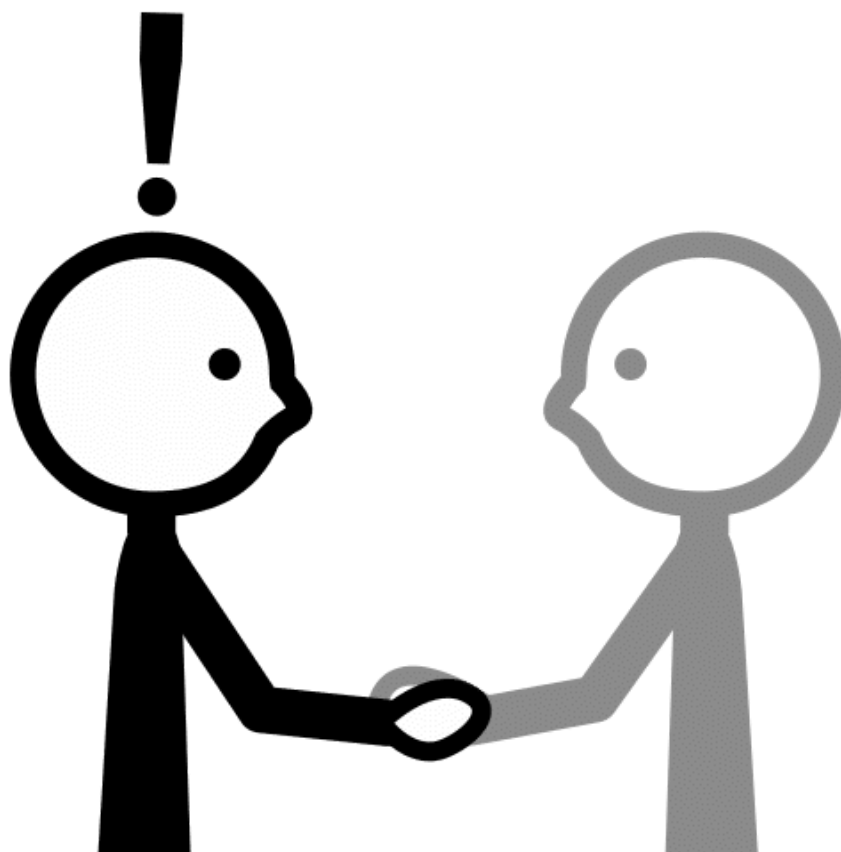
EVET HAYIR KARTLARI

EVET

HAYIR

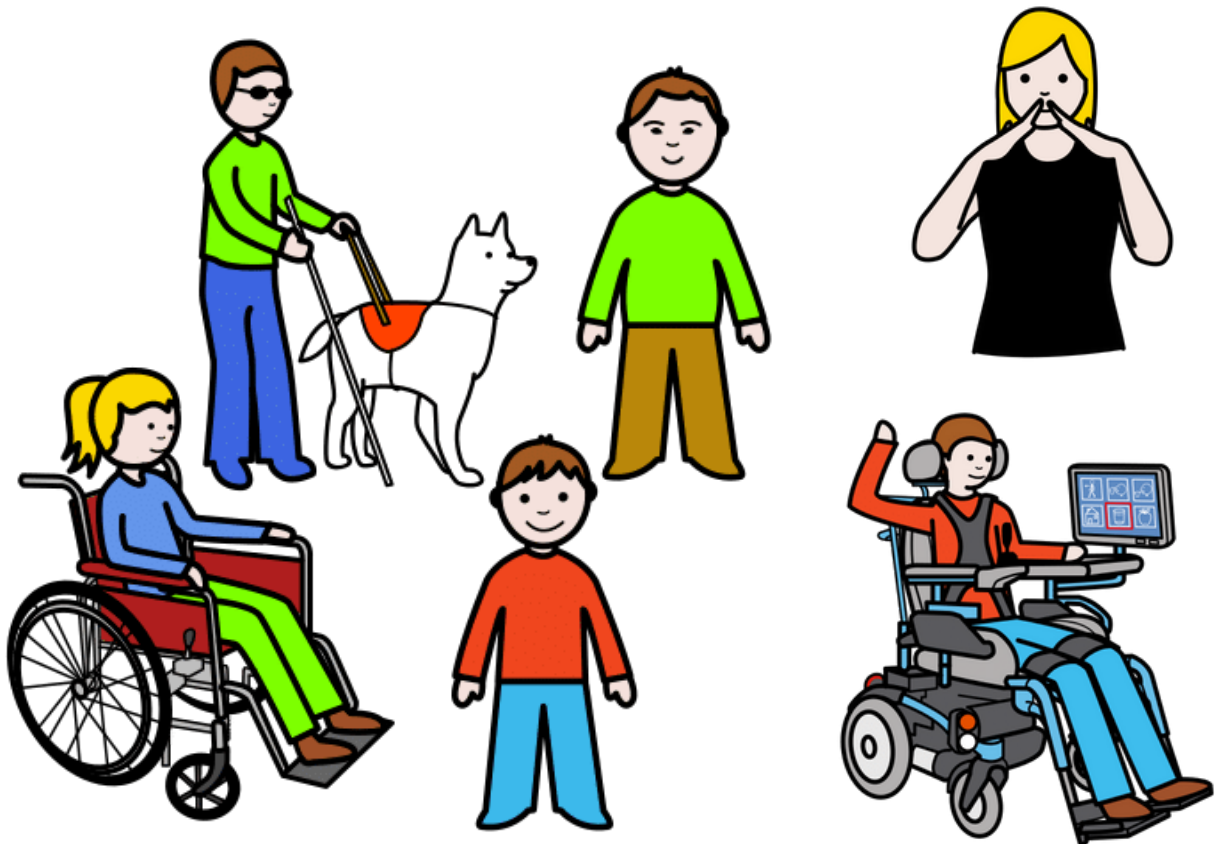
EK 4.1

DEĞER KARTLARI



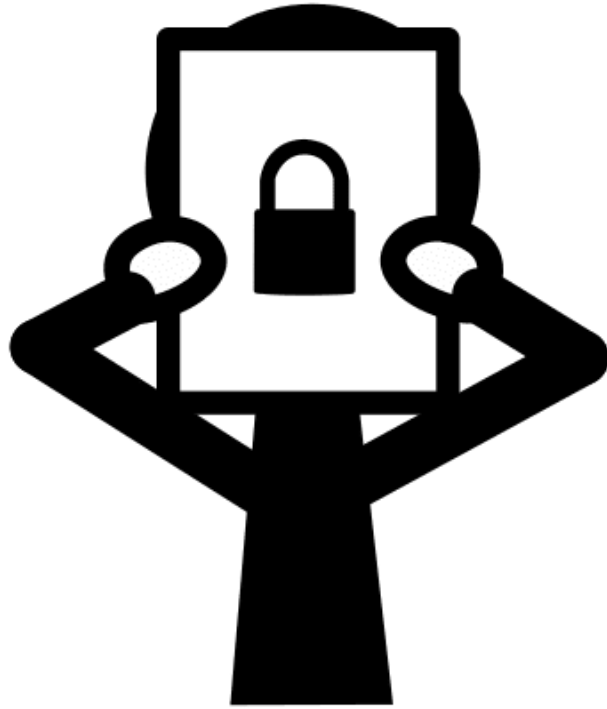
SAYGI

EK 4.1



ONUR

EK 4.1



MAHREMİYET

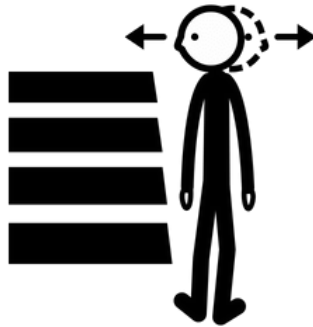
EK 4.1

BUYUK POSTER VEYA TAHTA

ŞİDDET



GUVENLİ DAVRANIŞ



GUVENİLİR DESTEK



EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



ZORBALIK

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



FİZİKSEL ŞİDDET

EK 4.1

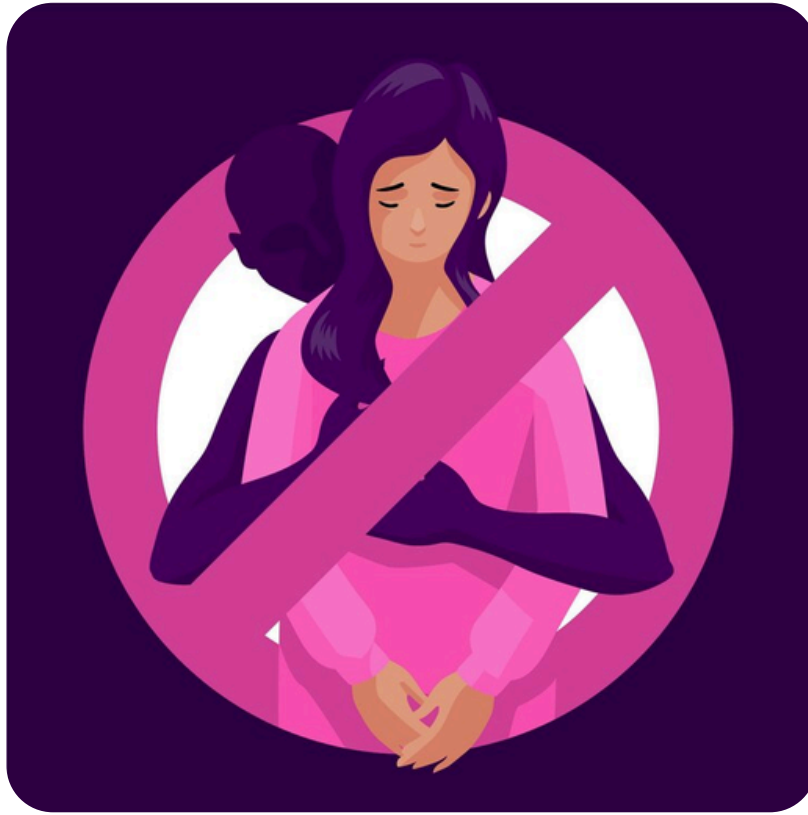
GÖRSEL KARTLARI



DUYGUSAL/PSİKOLOJİK ŞİDDET

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



CİNSEL TACİZ

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



CİNSEL TACİZ

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



CİNSEL TACİZ

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



CİNSEL TACİZ

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



CİNSEL TACİZ

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



İLİŞKİ İÇİNDE ŞİDDET

EK 4.1

GÖRSEL KARTLARI



GUVENİLEN YETİŞKİN

Aktivite Adı: Benim Vücudum, Benim Seçimim - “Rıza” Tanımı

UNESCO’nun ele aldığı temel kavram:

4.2 Rıza, gizlilik ve bedensel bütünlük

Amaçlar:

- Katılımcıların cinsel rıza kavramını anlamalarına, rızayı etkileyen faktörleri tanımalarına ve rızayı açık ve güvenli bir şekilde verme, reddetme ve saygı gösterme pratiği yapmalarına yardımcı olmak.
- Rızanın ve rızasızlığın ne anlama geldiğini kavramak.
- Rızanın var olduğu veya olmadığı durumları tanımak.
- Rızayı nasıl vereceklerini ve nasıl “hayır” diyeceklerini uygulamak.
- Bir kişinin rıza verme kapasitesini etkileyebilecek unsurlar (alkol, korku, baskı gibi) üzerinde düşünmek.

Materyaller:

- Görsel EVET/HAYIR kartları
- Vücut sınırlarını gösteren piktogramlar (sarılma, öpme, el tutma, kişisel alan)
- Kırmızı bayrak / yeşil bayrak kartları (rıza var ya da yok için)
- Rol yapma kartları (sadece resim veya hareket içeren, metin içermeyen senaryolar)
- Duygu ifadeleri kartları (mutlu, gergin, korkmuş, emin değil)
- "Baskı unsurları"nı gösteren basit resim kartları (örneğin; alkol, yaşça büyük biri, hediye verme, ağlayan biri)

Süre: Bu 1 saatlik etkinlik, rıza kavramını tam anlamıyla ele almak ve pratik beceriler kazandırmak için beş odaklı adıma bölünmüştür.

1. Adım, "Rıza Nedir?" (10 dakika), katılımcılara rızanın anlamını tanıtır.
2. Adım, "Yeşil Bayrak mı Kırmızı Bayrak mı?" (10 dakika), görsel kartlar ve duygu ipuçları kullanarak rızanın açık (yeşil bayrak) veya eksik (kırmızı bayrak) olduğu durumları tanımlarına yardımcı olur.
3. Adım, "Evet/Hayır Demeyi Pratik Etmek" (10 dakika), katılımcıları basit rol yapma etkinliklerine dahil eder; burada resim ipuçlarıyla hem sözlü hem de beden diliyle rıza isteme ve verme pratiği yaparlar.
4. Adım, "Rızayı Zorlaştıran Nedir?" (10 dakika), güç dengesizlikleri veya akran baskısı gibi zorlayıcı durumları keşfederek güvenli ve güvensiz senaryoları ayırt etmeyi sağlar.
5. Adım, "Herkes İçin Rıza" (10 dakika), tüm bireylerin cinsiyet fark etmeksizin "evet" veya "hayır" deme eşit hakkına sahip olduğunu vurgular; saygı ve eşitlik üzerine tartışmalarla desteklenir.

Son olarak, **Değerlendirme (10 dakika)** aşamasında, iki açık uçlu soru ve görsel materyaller kullanılarak anlayış ölçülür, varsa şüpheler giderilir ve temel mesaj pekiştirilir: "Hayır dur demektir. Sadece evet evet demektir."

Katılımcı Sayısı:

Her öğrenenin kendi hızında etkileşimli destek, kişisel rehberlik ve aktif katılım sağlaması için 2-10 katılımcı arası gruplar için tasarlanmıştır.

Talimatlar:

1. **Rıza Nedir? (10 dakika):** “Rıza, EVET demektir. Birisi HAYIR derse, durmalıyız.” tanımı yapılır.
2. **Yeşil Bayrak mı Kırmızı Bayrak mı? (10 dakika):** Görsel kartlar kullanılarak, kişinin gösterebileceği duygularla bağlantılı rızanın ne olduğu öğrenilir.
3. **Evet/Hayır Demeyi Pratik Etme (10 dakika):** İletişim pratiği için resimli rol yapma etkinliği gerçekleştirilir.
4. **Rızayı Zorlaştıran Durumlar Nelerdir? (10 dakika):** Arzu nedir ve rahatsız edici durumlarda nasıl hissedilebileceği üzerine bilgi verilir.
5. **Herkes İçin Rıza (10 dakika):** Değer kartlarıyla saygı ve eşitlik pekiştirilir.

1. Rıza Nedir? (10 dakika)

İnsanların sarılmak için izin istemesi, el ele tutuşması gibi resimler gösterilir. Katılımcılara sorulur: “Her iki kişi de evet derse bu uygun mudur?” EVET/HAYIR kartları ya da başparmak yukarı/aşağı kullanılır.

Çok basit tanım yapılır:

“Rıza, EVET demektir. Birisi HAYIR derse, durmalıyız.”

2. Yeşil Bayrak mı Kırmızı Bayrak mı? (10 dakika)

Görsel kartlar gösterilir (örneğin, gülümseyen ve evet diyen biri ile korkmuş veya kararsız görünen biri).

Katılımcılar rıza net ise yeşil bayrak, değilse kırmızı bayrak kaldırır.

Tartışılır: “Neden bu kırmızı bayrak?” Duyguları açıklamak için duygu yüzü kartları kullanılır.

3. Evet / Hayır Demeyi Pratik Etme (10 dakika)

Resimlerle rol yapma:

“Elini tutabilir miyim?” (Görsel ipucu kullanılır)

“Seni öpebilir miyim?”

Katılımcılar pratik yapar:

“Evet, uygunum” ya da “Hayır, istemiyorum” demeyi,

Beden dilini (mutlu, gergin) izlemeyi öğrenirler.

Sözlü iletişimde zorlananlara sembol kartları veya iletişim panoları ile destek verilir.

4. Rızayı Zorlaştıran Durumlar (10 dakika)

Basit piktogramlar gösterilir: alkol, daha büyük biri, korkmak, hediye almak.

Sorulur: "Bu durumda hayır diyebilir misin?" - Katılımcıların bu durumların gerçek rıza için uygun olmadığını anlamalarına yardımcı olunur.

Görsel tablo kullanılır:

✓ Evet demek güvenli

✗ Güvenli değil - yardım al

5. Herkes İçin Rıza (10 dakika)

Bir erkek ve bir kız çocuğu resmi gösterilir.

Sorulur: "İkisi de EVET demeli mi?"

Saygı ve eşitlik üzerine konuşulur. Değer kartları kullanılır: saygı, güvenlik, nezaket.

Vurgulanır: Erkekler ve kızlar, herkes EVET ya da HAYIR deme hakkına sahiptir.

Eğitmen Notları:

Ana mesaj tekrar edilir: "Hayır dur demektir. Sadece evet evet demektir."

Duygular ve beden dilinin rızayı anlamada anahtar olduğu pekiştirilir.

Tüm örnekler eylem olarak cinsellik içermeyen, sınırlarla ilgili örnekler olarak tutulur; katılımcıların rahatlığı ve erişilebilirliği sağlanır.

Rol yapmaya katılmak istemeyen katılımcılara asla baskı yapılmaz.

Değerlendirme (10 dakika)

Bir daire oluşturarak oturun ve şu iki soruyu sorun:

1. Bugün izin istemek hakkında ne öğrendin?
2. Birisi hayır dediğinde durmak neden önemlidir?

Yanıtları desteklemek için EVET/HAYIR ya da duygu kartları kullanın.

Tekrar edin: "Hayır dur demektir. Sadece 'evet' evet demektir."

EK 4.2

EVET HAYIR KARTLARI

EVET

HAYIR

EK 4.2

KİŞİSEL ALAN GÖRSELLERİ



SARILMAK



EK 4.2

KİŞİSEL ALAN GÖRSELLERİ

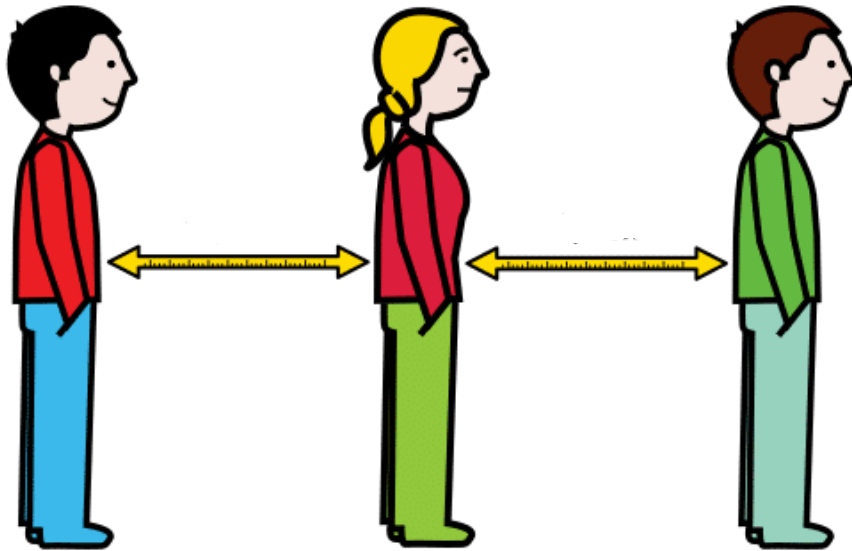


ÖPMEK



EK 4.2

KİŞİSEL ALAN GÖRSELLERİ



KİŞİSEL ALAN

EK 4.2

ROL YAPMA KARTLARI



**BİR GENÇ ERKEK VE KIZ KİŞİSEL SINIRLARA
ÖZEN GÖSTEREREK YUZ YÜZE KONUŞUYOR**

EK 4.2

ROL YAPMA KARTLARI



BİRBİRİNİ ÖPMEK İSTEYEN İKİ GENÇ

EK 4.2

ROL YAPMA KARTLARI



EL ELE TUTUŞMAK

EK 4.2

ROL YAPMA KARTLARI



**HAYIR DEMEK İÇİN ELİNİ KALDIRAN GENÇ
BİR KIZ**

EK 4.2

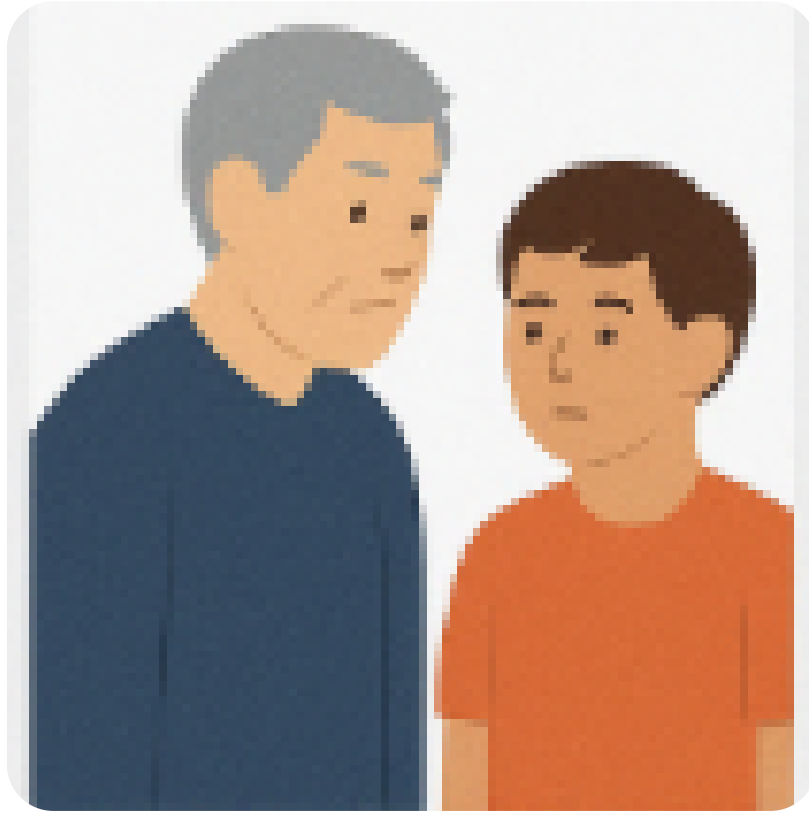
BASKI ÜNSURLARINI GÖSTEREN GÖRSEL KARTLARI



ALKOL

EK 4.2

BASKI UNSURLARINI GÖSTEREN GÖRSEL KARTLARI



YAŞLI BİR YETİŞKİN, GENÇ BİR ERKEK
ÇOCUĞUNUN ÜZERİNE DOĞRU EGİLİYOR;

BASKI VEYA RAHATSIZLIK HISSİ
GÖSTERİYOR.

EK 4.2

BASKI UNSURLARINI GÖSTEREN GÖRSEL KARTLARI



**SOSYAL BASKIYI TEMSİL EDEN,
BİR ELİN DİĞERİNE PAKETLENMİŞ BİR
HEDİYE VERMESİ.**

EK 4.2

BASKI UNSURLARINI GÖSTEREN GÖRSEL KARTLARI



DUYGUSAL BASKI VEYA SIKINTIYI
GÖSTEREN, AĞLAYAN UZGUN BİR GENÇ.

Etkinlik Adı:

Haydi Teknoloji Konuşalım: Çevrim İçi Ortamda Güvenli, Akıllı ve Güçlü Kalmak

UNESCO Ele Alınan Ana Kavram:

4.3 Bilgi ve İletişim Teknolojilerinin (BİT) Güvenli Kullanımı

Hedefler:

1. Sosyal Medya Güvenliği ve Sorumluluk:

- Çevrim içi ortamda güvenli ve riskli davranışların ne olduğunu anlamak
- Sosyal medya kullanımına dair olumlu ve olumsuz örnekleri belirlemek
- Güvenli çevrim içi davranışlar için kişisel bir plan geliştirmek

1. Müstehcen İçerikli Medyanın Etkisi:

- Medyanın bedenler ve ilişkiler hakkında gerçekçi olmayan görüşleri nasıl şekillendirdiğini keşfetmek
- Zararlı kalıp yargıları ve mesajları fark etmek
- Medyanın kendimiz ve başkaları hakkında nasıl hissetmemize neden olduğunu düşünmek

Malzemeler:

- Görsel ipucu kartları (yeşil = iyi, kırmızı = riskli)
- Karikatür şablonları veya resimli hikâye panoları
- Rol yapma senaryosu kartları
- “Benim Sosyal Medya Planım” çalışma kâğıdı
- Yapışkan not kâğıtları, renkli kalemler, büyük boy afiş kâğıdı
- Basit sosyal medya örneklerine erişim (ekran görüntüleri veya sahte uygulamalar)

Süre:

1. Yeşil mi Kırmızı mı? (20 dakika): Katılımcılar görsel ipuçlarını kullanarak çevrim içi ortamda güvenli ve riskli davranışları belirler ve tartışır.
2. Benim Sosyal Medya Planım (15 dakika): Her katılımcı, neyi paylaşacağı, nelerden kaçınacağı ve çevrim içi ortamda nasıl güvende kalacağına dair kişisel bir rehber hazırlar.
3. Karikatür - Çevrim İçi ve Gerçek Hayat (15 dakika): Küçük gruplar, medya sunumları ile gerçek yaşam beklentileri arasındaki farkı resmeder.
4. Yansıtma Duvarı - “Ben Gerçeğim” (10 dakika): Katılımcılar, temel çıkarımlarını ve hislerini yapışkan notlara yazarak grup ile paylaşır.

Katılımcı Sayısı:

Bu etkinlik, üç kişilik küçük gruplara ayrılacak şekilde 3 ila 12 katılımcı için tasarlanmıştır.

Talimatlar:

1. Yeşil mi Kırmızı mı? (20 dakika): Katılımcılar, resimlerle gösterilen sosyal medya senaryolarını inceler ve her birini güvenli veya riskli olarak etiketlemek için yeşil/kırmızı kartlarla oy verir; ardından basit ve destekleyici bir dil ile grup tartışması yapılır.
2. Benim Sosyal Medya Planım (15 dakika): Katılımcılar, görsel bir çalışma kâğıdını doldurarak neyi paylaşacaklarına, nelerden kaçınacaklarına, kendilerini rahatsız hissettiklerinde nasıl tepki vereceklerine ve başlatacakları yeni bir güvenlik alışkanlığına karar verir.
3. Karikatür - Çevrim İçi ve Gerçek Hayat (15 dakika): Küçük gruplar, şablonları veya çizimleri kullanarak medyada gösterilen beklentiler (mükemmel bedenler, romantizm) ile gerçek hayattaki ihtiyaçlar (çeşitli bedenler, rıza) arasındaki farkı ortaya koyar.
4. Yansıtma Duvarı - "Ben Gerçeğim" (10 dakika): Her katılımcı, önemli bir çıkarımını yapışkan nota yazar veya çizer ve "Ben Gerçeğim" posterini üzerine ekler; grup daha sonra bu düşünceleri kutlar ve tartışır.

1. Yeşil mi Kırmızı mı? (Güvenli Sosyal Medya Kullanımını Anlamak): 20 dakika

2. Yöntem: Küçük grup çalışması

- Tahtada veya kartlar aracılığıyla resimlendirilmiş ya da basitleştirilmiş gerçek sosyal medya durumlarını sunun.
- Katılımcılar, durumun güvenli mi yoksa riskli mi olduğunu belirtmek için yeşil veya kırmızı kartlarla (ya da mutlu/üzgün yüz görselleriyle) oy verir.
- Her durumu birlikte, basit ve destekleyici bir dil ile örnekler kullanarak tartışın.

✓ Örnekler:

- Okul konumunu paylaşmak (kırmızı)
- Nazik bir yorum yapmak (yeşil)
- Tanımadığın birinden gelen mesajı kabul etmek (kırmızı)
- Biri çevrim içinde kaba davrandığında yardım istemek (yeşil)

2. Benim Sosyal Medya Planım: 15 dakika

Yöntem: Eğitmen desteği ile bireysel çalışma

Katılımcılar görsel bir çalışma kâğıdını doldurur:

- "Paylaşmam gerekenler" ve "Paylaşmamam gerekenler"
- "Çevrim içinde bir şey beni rahatsız ederse ne yapmalıyım"
- "Çevrim içinde güvende kalmak için başlayacağım bir şey"

İpucu: Piktoğraflar, çoktan seçmeli cevaplar ve çizim ya da basit yazı için alanlar ekleyin.

3. Karikatür - Çevrim İçi ve Gerçek Hayat Beklentileri: 15 dakika

Yöntem: Küçük grup çalışması

- Çevrim içindeki bazı video veya fotoğrafların (özellikle cinsel içerikli olanların) gerçek hayatı yansıtmadığını anlatın.
- Gruplar hâlinde, katılımcılar iki panelli bir karikatür çizer veya resimler kullanarak tamamlar:
- Panel 1: Medyanın gösterdiği (ör. mükemmel vücut, romantik sahne)
- Panel 2: Gerçek hayatta olan (ör. farklı bedenler, rıza ihtiyacı)
- Gerekirse önceden hazırlanmış şablonları kullanın ve örnek kartlarla destekleyin.

Değerlendirme: Yansıtma Duvarı - “Ben Gerçeğim” (15 dakika)

Yöntem: Kişisel yansıtma ve grup paylaşımı

- Katılımcılar, öğrendikleri veya hissettikleriyle ilgili bir mesajı yapışkan nota yazar veya çizer.
- Bu notlar “Ben Gerçeğim” duvar posterine yapıştırılır.
- Eğitmen, bazı notları yüksek sesle okur ve fikirleri kutlar.

Eğitmenler için Erişilebilirlik İpuçları:

- Görseller ve kolay okunur yazı tipleri kullanın (örn. Arial veya Comic Sans)
- Tüm talimatları yüksek sesle okuyun, anlaşıldığını kontrol edin
- “Güvenli, saygı, gerçek, duygular” gibi anahtar kelimeleri sık sık tekrar edin
- Sakin bir ton kullanın ve sık sık olumlu geri bildirim verin
- Katılımı yalnızca yazıyla değil, hareketle de (oylama, çizim) teşvik edin

Opsiyonel Ek Etkinlik:

- Katılımcılardan sınıf için bir Dijital Güvenlik Posterini hazırlamalarını isteyin
- Rol yapma çalışması yapın: “Eğer... olursa ne yapardım?” (örn. “Biri fotoğraf isterse”)

EK 4.3. A

YEŞİL YA DA KIRMIZI

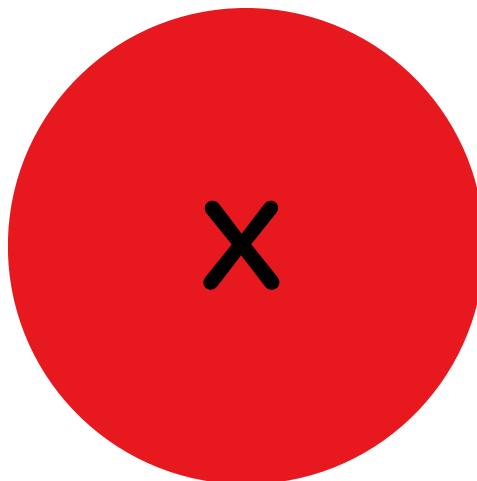
1. Okul konumunu paylaşmak (kırmızı)
2. Nazik bir yorum yapmak (yeşil)
3. Tanımadığın birinden gelen mesajı kabul etmek (kırmızı)
4. Biri çevrim içi ortamda kaba davrandığında yardım istemek (yeşil)

EK 4.3. A

KIRMIZI MI YEŞİL MI



Konumunu paylaşmak

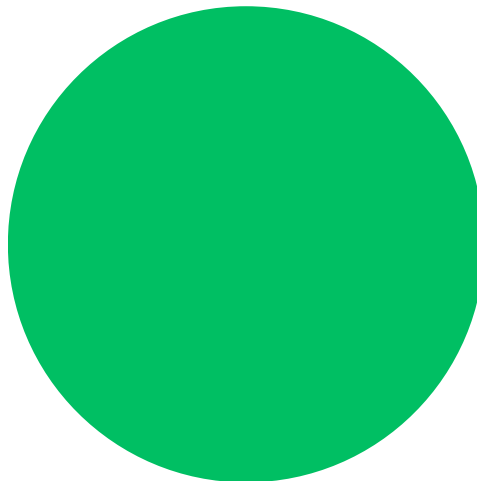


EK 4.3. A

KIRMIZI MI YEŞİL Mİ



KİBAR YORUMDA BULUNMAK

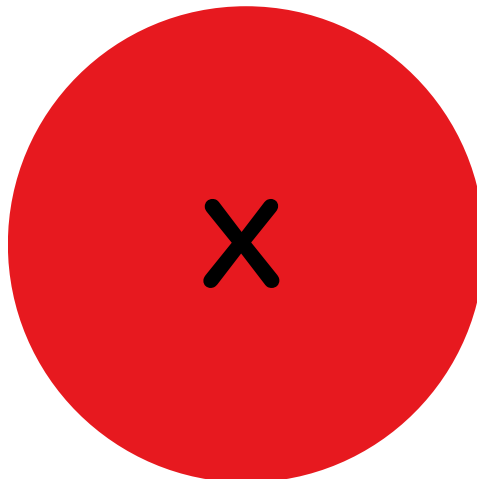


EK 4.3. A

KIRMIZI MI YEŞİL MI



Bir yabancı ile mesajlaşmak

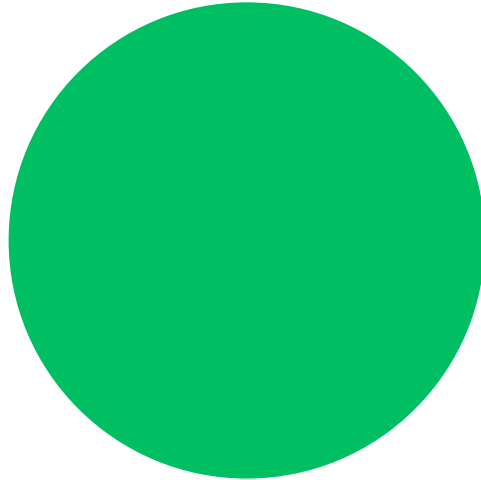


EK 4.3. A

KIRMIZI MI YEŞİL MI



Dijital ortamlarda birisi sizle kaba ve kötü iletişim kurarsa yardım istemek



EK 4.3. A

NELERİ PAYLAŞMALIYIM?

EVET



HAYIR



Yalnızca adım

Bir arkadaşımın gönderisine nazik bir yorum (ör. "Harika iş çıkarmışsın!" veya "Mutlu görünüyorsun!")

Bir hobi veya ilgi alanı (ör. "Çizim yapmayı seviyorum", "Futbol oynuyorum")

Evcil hayvanımın veya doğanın (çiçekler, ağaçlar vb.) fotoğrafı

Olumlu düşünceler veya alıntılar (ör. "Kendin ol" veya "Güçlü kal")

Tam adım, adresim veya telefon numaram

Okulun adı, konumu veya sınıf fotoğrafı

Parolalar veya giriş bilgileri

Mahrem vücut fotoğrafları veya

cinsel içerikli herhangi bir şey

Yabancılardan gelen mesajlar,

özellikle buluşmak istemeleri veya

fotoğraf talep etmeleri

Başkaları hakkında kötü veya

zorbalık içeren yorumlar

EK4.3. A

NELERİ PAYLAŞMALIYIM?

- ✓ Çevrim İçinde Paylaşmam GEREKENLER (Güvenli ve Olumlu)
 - Yalnızca adım
 - Bir arkadaşımın gönderisine nazik bir yorum (ör. "Harika iş çıkarmışsın!" veya "Mutlu görünüyorsun!")
 - Bir hobi veya ilgi alanı (ör. "Çizim yapmayı seviyorum", "Futbol oynuyorum")
 - Evcil hayvanımın veya doğanın (çiçekler, ağaçlar vb.) fotoğrafı
 - Olumlu düşünceler veya alıntılar (ör. "Kendin ol" veya "Güçlü kal")
- ✗ Çevrim İçinde Paylaşmamam GEREKENLER (Güvensiz veya Özel)
 - Tam adım, adresim veya telefon numaram
 - Okulun adı, konumu veya sınıf fotoğrafı
 - Parolalar veya giriş bilgileri
 - Mahrem vücut fotoğrafları veya cinsel içerikli herhangi bir şey
 - Yabancılardan gelen mesajlar, özellikle buluşmak istemeleri veya fotoğraf talep etmeleri
 - Başkaları hakkında kötü veya zorbalık içeren yorumlar

EK 4.3. A

NELERİ PAYLAŞMALIYIM

EVET



HAYIR



EK 4.3. A

KARIKATURLER

Panel 1: "Medyanın Gösterdiği"

- Instagram'da kusursuz cilde ve ince bir bedene sahip bir kız
- Önceden konuşmadan öpüşen romantik bir çift
- Bir müzik videosunda kaslı, üstü çıplak bir adam
- Herkesin "havalı" ve flörtöz görüldüğü bir parti sahnesi

Panel 2: "Gerçek Hayatta Olan"

- Uzun, kısa, kilolu, sivilceli, çatlak izli vb. her tür bedene sahip insanlar
- İnsanların "Seni sarılmam uygun mu?" demesi → Rızanın önemini vurgula
- Pijama içinde gülen gerçek bir çift
- Biriyle gergin veya güvensiz hissettiğini konuşan bir kişi

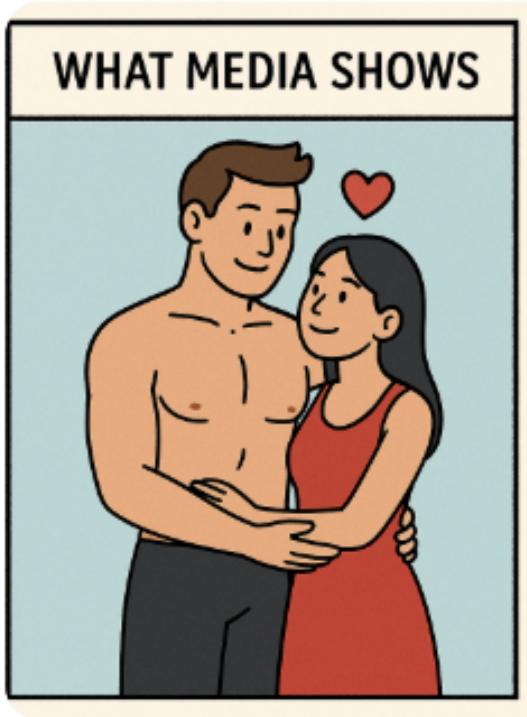
"Photoshop Etkisi" - Dove Özgüven Projesi

<https://www.youtube.com/watch?v=iYhCn0jf46U>

(Tartışma ile birlikte kullanın: "Bu gerçek hayat mı?")

EK 4.3. A

KARIKATURLER



Medyanın Gösterdiği
(stsüz bir erkek ve yanında bir kadın,
romantik şekilde duruyor)



Gerçek Hayatta Olan
"Sana sarılmam uygun mu?"

Etkinlik Adı: “Düşün - Konuş - Karar Ver: Güvenli ve Akıllı Seçimler Yapmak”

**UNESCO Ele Alınan Ana Kavram:
5. Sağlık ve İyi Oluş Becerileri**

Hedefler:

- Akran baskısı veya medya etkisine rağmen sorumlu kararlar almak.
- Cinsel kararların sonuçlarını anlamak (sosyal, hukuki, duygusal).
- İstediklerini veya istemediklerini söyleme pratiği yapmak (rıza).
- Zararlı medya mesajlarını fark etmek ve kalıp yargılara karşı çıkmak.
- Nereden ve nasıl güvenli ve özgüvenli bir şekilde yardım alınacağını bilmek.

Malzemeler:

- EVET/HAYIR/EMİN DEĞİLİM kartları
- Duygu yüz kartları (mutlu, üzgün, endişeli, kızgın)
- Medya görsel kartları (kalıp yargılı vs. gerçekçi)
- İletişim sembol kartları (konuş, dur, sor, yardım et)
- Resimli senaryo kartları (akran baskısı, reddetme, yardım isteme durumlarını gösteren)
- Basılı “Yardım Haritası” (güvenilir kişiler/hizmetlerin görsel tablosu)

Süre:

- Isınma Tartışması (10 dakika): “Hayır” demeyi kolaylaştıran veya zorlaştıran etkileri – arkadaşlar, medya, otorite – inceliyoruz.
- Rol Yapma Senaryoları (15 dakika): Akran baskısıyla karşılaşıldığında güvenli tepkiler (konuş, dur, sor, yardım et) verme pratiği yapıyoruz.
- Medya Kontrolü (10 dakika): Gerçek hayattaki saygılı davranışları, kalıp yargılara dayalı medya mesajlarıyla karşılaştırıyoruz.
- İletişim Pratiği Çemberi (15 dakika): Net “Evet/Hayır” ifadelerini ve yardım isteme cümlelerini özgüvenli beden diliyle prova ediyoruz.
- Yardım Haritası Oluşturma (10 dakika): Öğrenciler, güvenilir yetişkinleri ve destek almak için gidebilecekleri güvenli yerleri belirleyip görselleştiriyor.

Katılımcı Sayısı:

Kişiselleştirilmiş destek, aktif katılım ve küçük grup ortamında etkili öğrenme sağlamak amacıyla 2-10 katılımcı için tasarlanmıştır.

Talimatlar:

Isınma Tartışması (10 dakika): “Hayır” demeyi zorlaştıran veya kolaylaştıran etkenleri belirler.

Rol Yapma Senaryoları (15 dakika): “Konuş”, “Dur”, “Sor” veya “Yardım Et” seçeneklerini kullanarak akran baskısına karşı güvenli tepkiler verme pratiği yapar.

Medya Kontrolü (10 dakika): Gerçek hayattaki saygılı davranışları, kalıp yargılara dayalı medya görüntüleriyle karşılaştırır.

İletişim Pratiği Çemberi (15 dakika): Net reddetme ve yardım isteme ifadelerini özgüvenli beden diliyle prova eder.

Yardım Haritası Oluşturma (10 dakika): Katılımcıların destek almak için başvurabileceği güvenilir yetişkinleri ve güvenli yerleri görselleştirir.

1. Isınma Tartışması - Kararlarımızı Neler Etkiler? (10 dakika)

- Piktoğraflar kullanın: arkadaşlar, telefon, medya, yaşça büyük kişiler, duygular
- Sorun: “Hayır” demeyi zorlaştıran şeyler neler?
- Katılımcılar, seçimleri kolaylaştıran veya zorlaştıran etkenleri göstermek için EVET/HAYIR kartlarını kaldırır.

2. Resimli Senaryolarla Rol Yapma – Akran Baskısı ve Güvenli Seçim (15 dakika)

- Şu sahneleri gösteren kartlar kullanın:
 - Bir ilişkiye zorlanmak
 - “Hayır” deyip uzaklaşmak
 - Rızaya saygı duyan bir arkadaşla konuşmak
- Katılımcılar bir tepki kartı seçer:
 - Konuş / ● Dur / ● Sor / ● Yardım Et
- Eğitmen, duygu yüz kartlarını kullanarak her karar üzerine konuşma başlatır.

1. Medya Kontrolü – Gerçek Olan Nedir? (10 dakika)

- İki zıt medya görsel kartı gösterin:
 - Cinsiyet kalıplarını içeren (ör. “Erkekler her zaman seks ister”)
 - Saygılı davranış ve çeşitlilik gösteren
- Sorun:
 - “Bu saygılı mı?”
 - “Bu gerçek hayatta olur mu?”
- Katılımcılar, görselleri “Olumlu” veya “Yararsız” tarafına çıkartmalar yapıştirarak değerlendirir.

2. İletişim Pratiği Çemberi (15 dakika)

- Katılımcılar, iletişim kartlarıyla bir çemberde oturur.
- Her biri şu ifadeleri uygular:
 - Ne istediğini söyleme (“Öpüşmek istemiyorum”)
 - Hayır deme (“Lütfen dur”)
 - Yardım isteme (“Seninle konuşabilir miyim?”)
- Herkesi net bir ton ve özgüvenli beden dili kullanmaya teşvik edin.
- Sözlü ifade kullanamayan katılımcılara jest veya sembol kartlarıyla destek verin.

Değerlendirme: Yardım Haritası Oluşturma - Nereden Yardım Alabilirim? (10 dakika)

- Grup posterini oluşturun:
 - Güvenilir yetişkinlerin resimleri (doktor, öğretmen, ebeveyn, yardım hattı)
 - Gidilebilecek yerler (klinik, okul idaresi, çevrim içi hizmetler)
- Katılımcılar, güvendikleri kişilerin yanına çıkartma yapıştırır.
- Eğitimci şu ifadeleri model olarak kullanır:
- 🗣️ “Yardıma ihtiyacım var.”
- 🗣️ “Özel olarak konuşabilir miyiz?”
- ✅ Eğitimci İpuçları:
 - Güvence verin: “Soru sormak ve hayır demek normaldir.”
 - Anahtar terimleri görsel ve sözlü olarak tekrarlayın.
 - Katılımcıların rahatlık seviyelerine saygı göstermek için farklı katılım seçenekleri sunun.
 - Bir katılımcı endişeli görünüyorsa bire bir görüşme ile takip edin.

EK 5

EVET / HAYIR / EMİN DEĞİLİM

EVET

HAYIR

?

EMİN DEĞİLİM

EK 5

DUYGU KARTLARI



MUTLU

EK 5

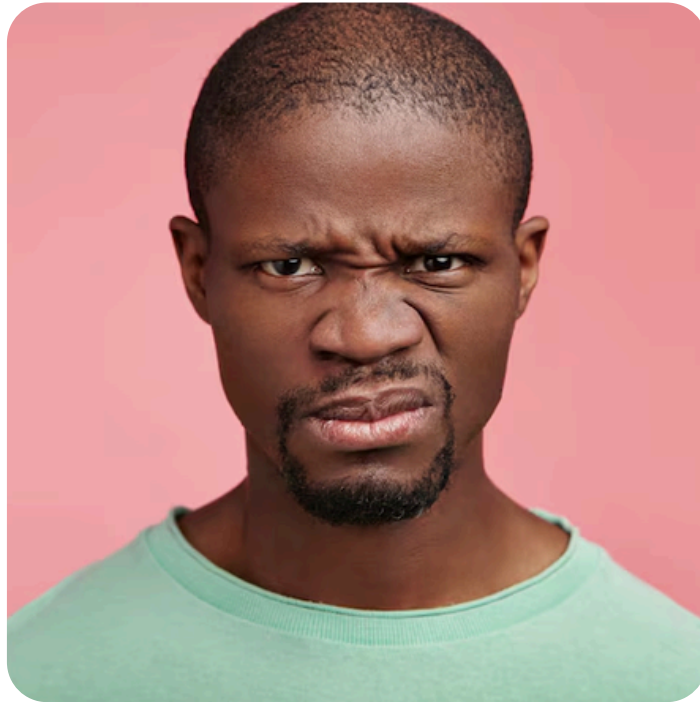
DUYGU KARTLARI



UZGUN

EK 5

DUYGU KARTLARI



SİNİRLİ

EK 5

DUYGU KARTLARI



ENDİŞELİ

EK 5

MEDYA GÖRSEL KARTLARI (KALIP YARGILI VS. GERÇEKÇİ)



**GERÇEKÇİ OLMAYAN ROMANTİK
MEDYA ÇİFTİ:
ERKEK HEDİYELER TUTUYOR, KIZ
ŞAŞKIN BİR ŞEKİLDE BAKIYOR.**

EK 5

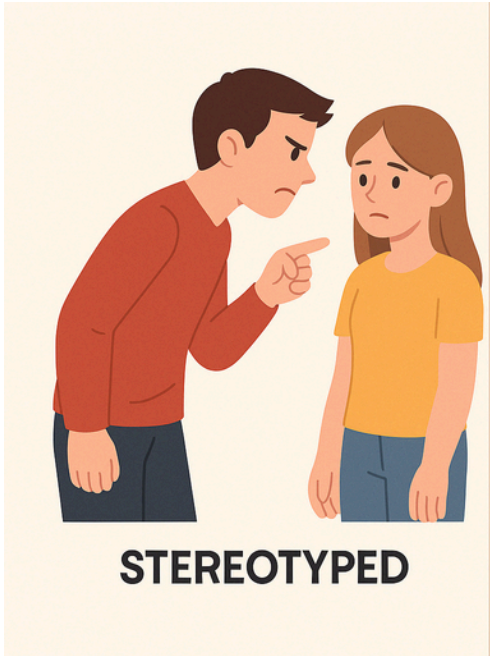
MEDYA GÖRSEL KARTLARI (KALIP YARGILI VS. GERÇEKÇİ)



**KONUŞAN VE GÖRMEYEN, BEDEN
DİLLERİ EŞİT VE BİRBİRİNE SAYGILI.**

EK 5

MEDYA GÖRSEL KARTLARI (KALIP YARGILI VS. GERÇEKÇİ)



**SOL TARAFTA: ERKEK BASKIN DAVRANIYOR, KIZ ISE PASIF
BİR ŞEKİLDE DURUYOR (CİNSİYET KALIP YARGISI).
SAĞ TARAFTA: EŞİT VE SAYGILI DAVRANIŞ SERGİLEYEN İKİ
KİŞİ.**

EK 5

İLETİŞİM SEMBOL KARTLARI



KONUSMAK

EK 5

ILETISIM SEMBOL KARTLARI



DUR

EK 5

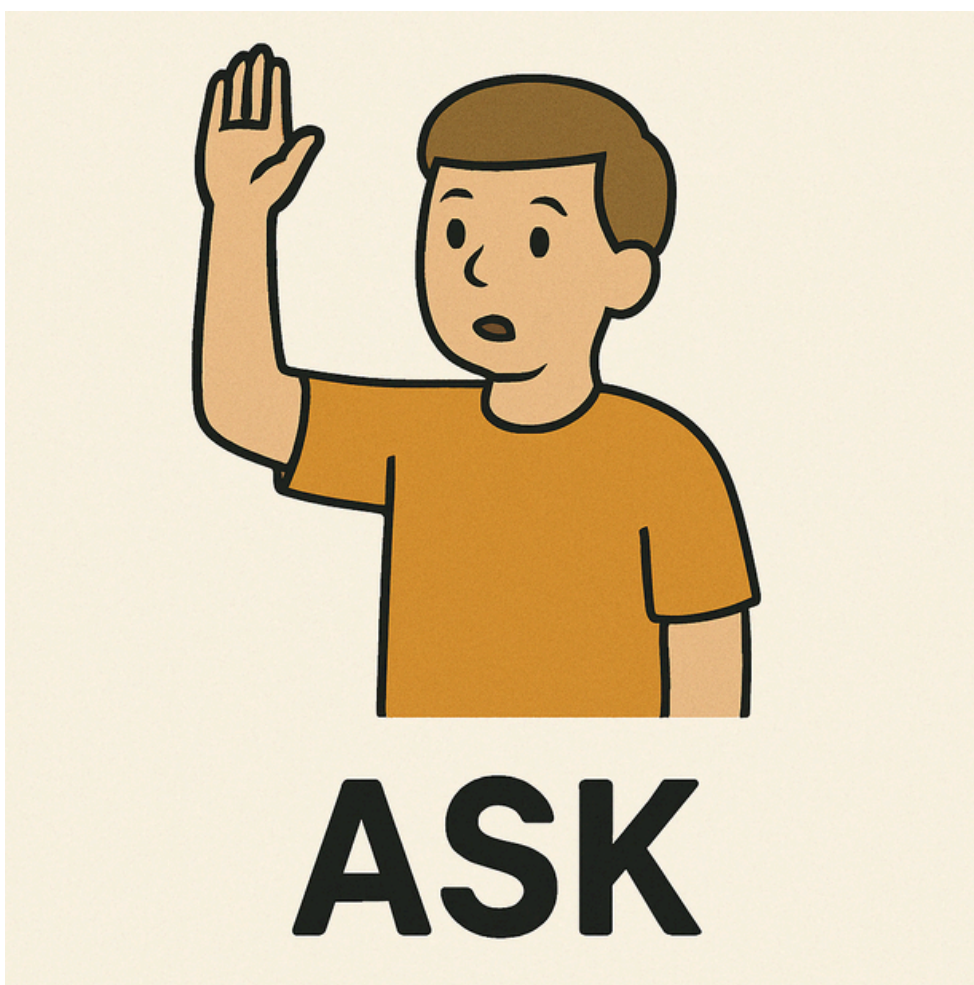
ILETISIM SEMBOL KARTLARI



YARDIM ISTEMEK

EK 5

ILETISIM SEMBOL KARTLARI



SORU SORMAK

EK 5

RESIMLI SENARYO KARTLARI



AKRAN BASKISI

EK 5

RESIMLI SENARYO KARTLARI



**BİR GENCE “HAYIR” DEYİP AKRANINDAN GERİ ADIM ATMASI -
REDDETME DURUMU**

EK 5

RESİMLİ SENARYO KARTLARI



**BİR GENCİN GVENİLİR BİR YETİŞKİNLE (ÖĞRETMEN,
HEMŞİRE, EBEVEYN) KONUŞMASI - YARDIM ARAMA DURUMU,
GVENLİ ORTAM**

EK 5

YARDIM HARITASI



EK 5

ORNEK YARDIM HARITASI



Etkinlik Adı: Bedenim Konuşuyor

**UNESCO Ele Alınan Ana Kavram:
7. Cinsellik ve Cinsel Davranış**

Hedefler:

- **Hedef 1:** Zihinsel engelli bireylerin, cinsellik kavramını, cinsel yaşam döngüsünü ve cinselliğin hem kişisel hem de başkalarıyla ilişkili farklı yönlerini anlamalarına destek olmak.
- **Hedef 2:** Bireylerin, kendi ve başkalarının cinsel davranışlarını ve tepkilerini tanımalarına; cinsel ilişkilerde iletişim ve rızanın önemini kavramalarına yardımcı olmak; kişisel sınırların korunması gerektiğini anlamalarını ve isteklerini rahatça ifade edebilmelerini sağlamak.
- **Hedef 3:** Cinsel çeşitliliğin ve farklı cinsel ifade biçimlerinin kabulünü teşvik etmek; duygusal ve cinsel ilişkilerde eşitlik ve saygının sağlanmasına katkıda bulunmak.

Malzemeler:

- Piktogramları yansıtmak için bilgisayar ve projeksiyon cihazı.
- Temel duyguların (neşe, üzüntü, öfke ve korku) basılı ve lamine edilmiş ikonları: Her katılımcı için dört duygunun tamamını içeren setler. İlk etkinlikte kullanılacaktır.

Süre:

Bu 1 saatlik etkinlik, önerilen hedeflere etkili bir şekilde ulaşmak için iki oturum halinde yapılandırılmıştır.

- Birinci Oturum - “Cinsellik Dünyası” (20 dakika): Katılımcıların, cinsel yaşam döngüsünü ve cinselliğin hem kişisel hem de başkalarıyla ilişkili çeşitli yönlerini anlamalarına yardımcı olmayı hedefler.
- İkinci Oturum - “Bedenim Tepki Veriyor” (25 dakika): Bireylerin kendi ve başkalarının cinsel davranışlarını ve tepkilerini tanımalarına rehberlik eder; cinsel ilişkilerde iletişim ve rızanın önemini, kişisel sınırların korunması gerekliliğini ve isteklerini rahatça ifade edebilmelerini vurgular.

Bu iki oturum birlikte, cinsel çeşitliliğin ve farklı cinsel ifade biçimlerinin kabulünü teşvik eder; duygusal ve cinsel ilişkilerde eşitlik ve saygının gelişmesini destekler.

- Değerlendirme (15 dakika): Açık uçlu sorular ile katılımcıların ele alınan kavramları ne kadar anladığını ölçer; şüphelerin giderilmesine ve cinsel çeşitlilik, duygusal ifade, kişisel sınırların ve başkalarının sınırlarının korunmasıyla ilgili temel bilgilerin pekiştirilmesine imkân tanır.

Katılımcı Sayısı:

Etkinlik, 2 ila 10 katılımcıdan oluşan gruplar için tasarlanmıştır. Bu sayede her bireye kişiselleştirilmiş destek sağlanabilir, herkesin kendi yetenekleri doğrultusunda tam olarak katılım göstermesi ve hedeflere ulaşması mümkün olur. Daha küçük bir grup ile çalışmak, daha fazla etkileşimi teşvik eder, anlamlı katılımı kolaylaştırır ve daha etkili bir öğrenme ortamı sunar.

Talimatlar:

Bu etkinlik, hedeflerine ulaşmayı sağlamak için üç ana aşamadan oluşacak şekilde tasarlanmıştır.

Birinci Oturum - “Cinsellik Dünyası” (20 dakika):
Katılımcılara cinsellik kavramını, cinsel yaşam döngüsünü ve zaman içinde bedende meydana gelen değişimleri tanıtmak amacıyla piktogramlar ve basit açıklamalar kullanılır.

İkinci Oturum - “Bedenim Tepki Veriyor” (25 dakika):
Cinsel davranışların ve tepkilerin tanımlanmasına, bedenin ve duyguların farklı durumlarda nasıl tepki verdiğinin keşfedilmesine, ayrıca iletişim ve rızanın önemine odaklanır.

1. Cinsellik Dünyası

Bu ilk oturumda, kolaylaştırıcı (eğitmen) biri kadın üreme organı, diğeri erkek üreme organı ile birlikte gösterilen insan vücudu silüetlerinden oluşan iki piktogramı yansıtacaktır. Önceki etkinlikte olduğu gibi, diğer piktogramlar da kullanılarak, bu üreme organlarının bir kişinin toplumsal cinsiyet kimliğini belirlemediği, ancak cinsiyetini tanımladığı hatırlatılacaktır. Bunun nedeni, işlevleri ve yapılarının esas olarak genetik ve evrim gibi biyolojik faktörler tarafından belirlenmesidir.

Kolaylaştırıcı ayrıca farklı cinsellik türleri olduğunu ve her bireyin çekimi farklı şekillerde deneyimleyebileceğini vurgulayacaktır. Bazı insanlar yalnızca karşı cinse (heteroseksüellik), bazıları yalnızca hemcinslerine (homoseksüellik), bazıları hem kendi cinsine hem karşı cinse (biseksüellik) ilgi duyar. Bazı kişiler ise cinsiyetten bağımsız olarak insanlara çekim duyar (panseksüellik). Ayrıca hiç cinsel çekim yaşamayanlar (aseksüellik) da vardır. Tüm bu yönelimler, insan çeşitliliğinin bir parçasıdır ve her biri geçerlidir; saygı ve kapsayıcılığı hak eder.

Kolaylaştırıcı, bu organların “üreme organları” olarak adlandırıldığını çünkü temel işlevlerinin üreme olduğunu, bunun bir sonraki etkinlikte ele alınacağını açıklayacaktır. Ayrıca, bedenin yaşam boyunca geliştiğini, bu durumun bedende ve duygularda değişikliklere yol açtığını anlatmak için “cinsel yaşam döngüsü” kavramını açıklayacaktır. Bu döngü, bir organizmanın üreyemediği dönemden, tam üreme kapasitesine ulaştığı döneme ve yaşla birlikte bu kapasitenin azaldığı döneme kadar olan süreci ifade eder. Bu süreç, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi evreleri içerir. Açıklama sırasında, kolaylaştırıcı yaşam evrelerini gösteren görseller veya piktogramlar kullanacaktır.

Bu oturum 20 dakika sürecek ve katılımcıların üreme organları tarafından belirlenen cinsiyet kavramını, cinsel yaşam döngüsünü ve bu organların neden olduğu değişiklikleri anlamalarına yardımcı olacaktır.

2. Bedenim Tepki Veriyor

Önceki oturumla bağlantı kurmak amacıyla, kolaylaştırıcı (eğitmen) katılımcılara üreme sisteminin yalnızca biyolojik bir işlevi olmadığını, aynı zamanda hem olumlu hem de olumsuz çeşitli duyguları tetikleyebilecek farklı eylem ve tepkilerle ilişkili olduğunu açıklayacaktır.

Bunu örneklemek için, katılımcıların anlayış seviyelerine uygun piktogramlar veya görseller gösterilecektir. Bu görseller, farklı çiftleri içeren durumları temsil eder. Görsellerde hem tanıdık kişiler hem de yabancılarla, romantik veya sevgi temelli ilişkiler bağlamında gerçekleşebilecek çeşitli eylem ve tepkiler gözlemlenebilir. Kolaylaştırıcı, bu duyguların hoşlandıkları ve fiziksel olarak çekim duydukları birini gördüklerinde veya yanlarında olduklarında ortaya çıkabileceğini, ya da biri izinsiz dokunduğunda hoş veya hoş olmayan hisler yaratabileceğini açıklayacaktır.

Hem olumlu hem de olumsuz eylem ve tepkileri gösteren piktogramlar veya görseller sunulacak ve kolaylaştırıcı bunları açık bir şekilde açıklayacaktır. Böyle anlarda insanların, eller, yüz, göğüs veya mahrem bölgeler gibi vücudun farklı kısımlarına dokunma isteği duyabileceği vurgulanacaktır.

Her görselin ardından, kolaylaştırıcı katılımcılara resimdeki kişilerin ne hissettiğini düşündüklerini soracaktır. Yanıtlarını desteklemek amacıyla, her katılımcıya dört temel duygudan (ilk etkinliğin son oturumunda kullanılmış olan) oluşan bir set verilecektir. Kolaylaştırıcının desteğiyle ve gerektiğinde bireysel olarak, katılımcılar kendilerine en uygun gördükleri duygu ikonunu kaldıracak veya işaret edecektir.

Ardından, kolaylaştırıcı "Zevk Karuseli" adlı etkileşimli bir sunum gösterecek ve insanın yalnızken veya hoşlandığı biriyle özel anlar paylaşmak istediğinde, haz ve iyi hissetme duyguları yaşayabileceğini açıklayacaktır. Bu durum öpüşme, cinsel organlara dokunma veya cinsel ilişki sırasında yaşanabilir; sonuncusu yaygın olarak "seks" olarak adlandırılır. Kolaylaştırıcı bu sürecin farklı aşamalarını – arzu, uyarılma, orgazm, boşalma ve gevşeme – basit ve anlaşılır bir dille tanımlayacaktır. Özellikle cinsel organlarda görülen belirtilere dikkat çekecektir; örneğin peniste ereksiyon veya vajinal boşalma gibi durumlar, iki piktogram ile gösterilecektir.

Oturumun sonunda, kolaylaştırıcı rızanın önemini vurgulayacaktır. Herhangi birinin kendilerine dokunmak istemesi durumunda, önce mutlaka izin istemesi gerektiğini, katılımcıların da her durumda "evet" veya "hayır" demekte rahat hissetmelerinin önemli olduğunu açıklayacaktır. Ayrıca, kendilerini rahatsız veya güvensiz hissettiklerinde bunu ilgili kişiye ya da çevrelerindeki güvenilir birine iletmeleri gerektiğinin altı çizilecektir.

Bu oturum 25 dakika sürecek ve katılımcıların cinsel tepkileri ve davranışları tanımlamalarına, cinselliğin çeşitliliğini anlamalarına, rıza için iletişimin önemini kavramalarına ve rahatsız hissettikleri durumlarda sınır koymayı öğrenmelerine yardımcı olacaktır.

Değerlendirme:

Etkinliği sonlandırmak ve katılımcıların ele alınan kavramları anlayıp anlamadıklarını değerlendirmek için, 15 dakikalık bir sürede kolaylaştırıcı bir dizi açık uçlu soru soracaktır. Katılımcıların yanıt vermekte desteğe ihtiyaç duyması durumunda, kolaylaştırıcı duygu ikonlarını görsel yardımcı olarak kullanabilir. Ayrıca kolaylaştırıcı, karışıklık veya kafa karışıklığı belirtileri fark ederse, bilgileri daha basit bir şekilde açıklayarak daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır.

Sorular:

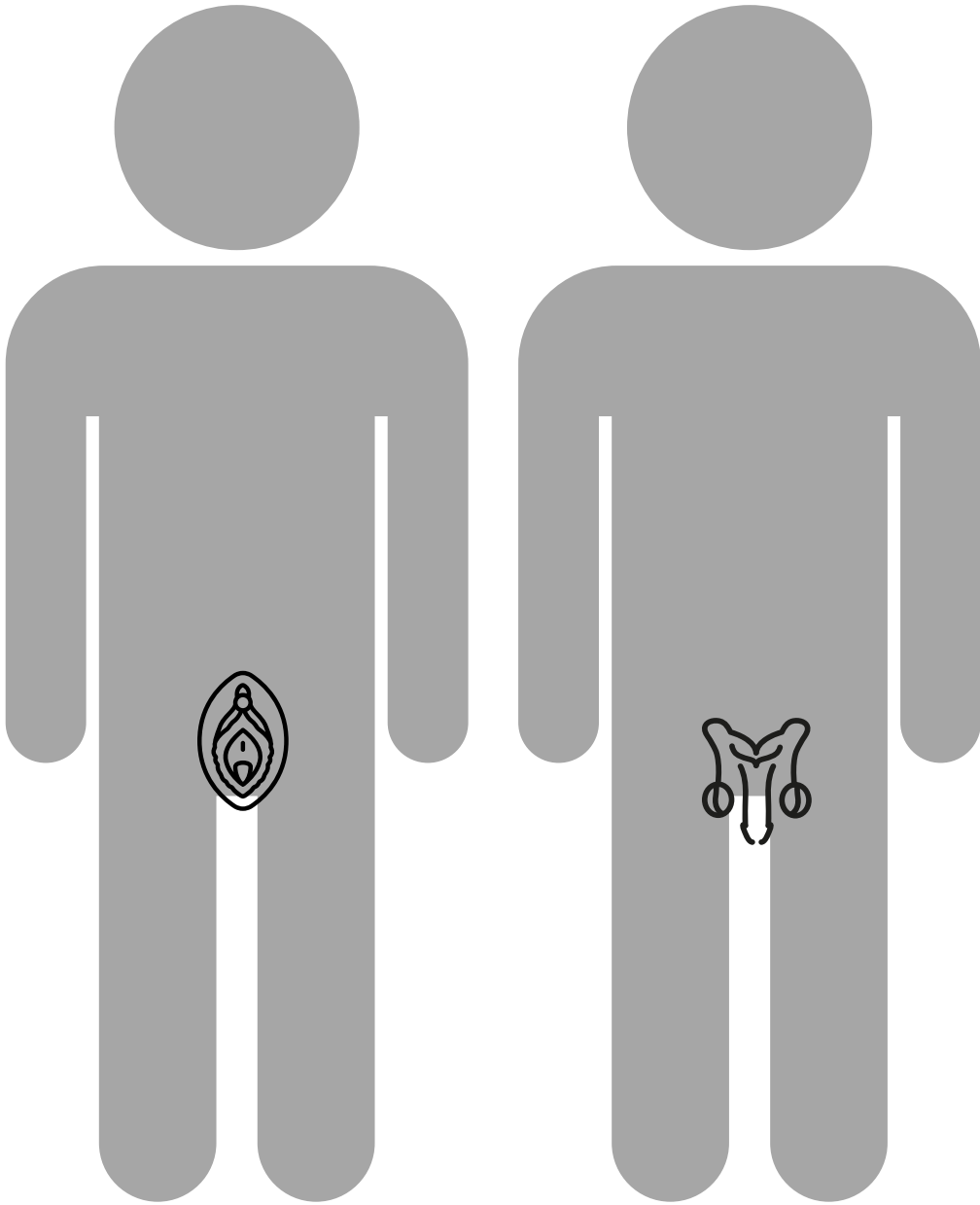
- Cinsiyet nedir?
- Büyüdükçe bedende meydana gelen değişikliklerden herhangi birini hatırlıyor musun?
- Hoşlandığın birisi izinle sana dokunduğunda nasıl hissedersin?
- Biri izinsiz sana dokunduğunda nasıl hissedersin?
- Biri sana dokunur ve sen bunu istemezsen ya da hoşlanmazsan ne yapabilirsin?

EK:

- Oturumlar için materyaller:
https://drive.google.com/file/d/1En9PJCYvt4CWUxAAbEnRc1EXmkwpP3XO/view?usp=drive_link

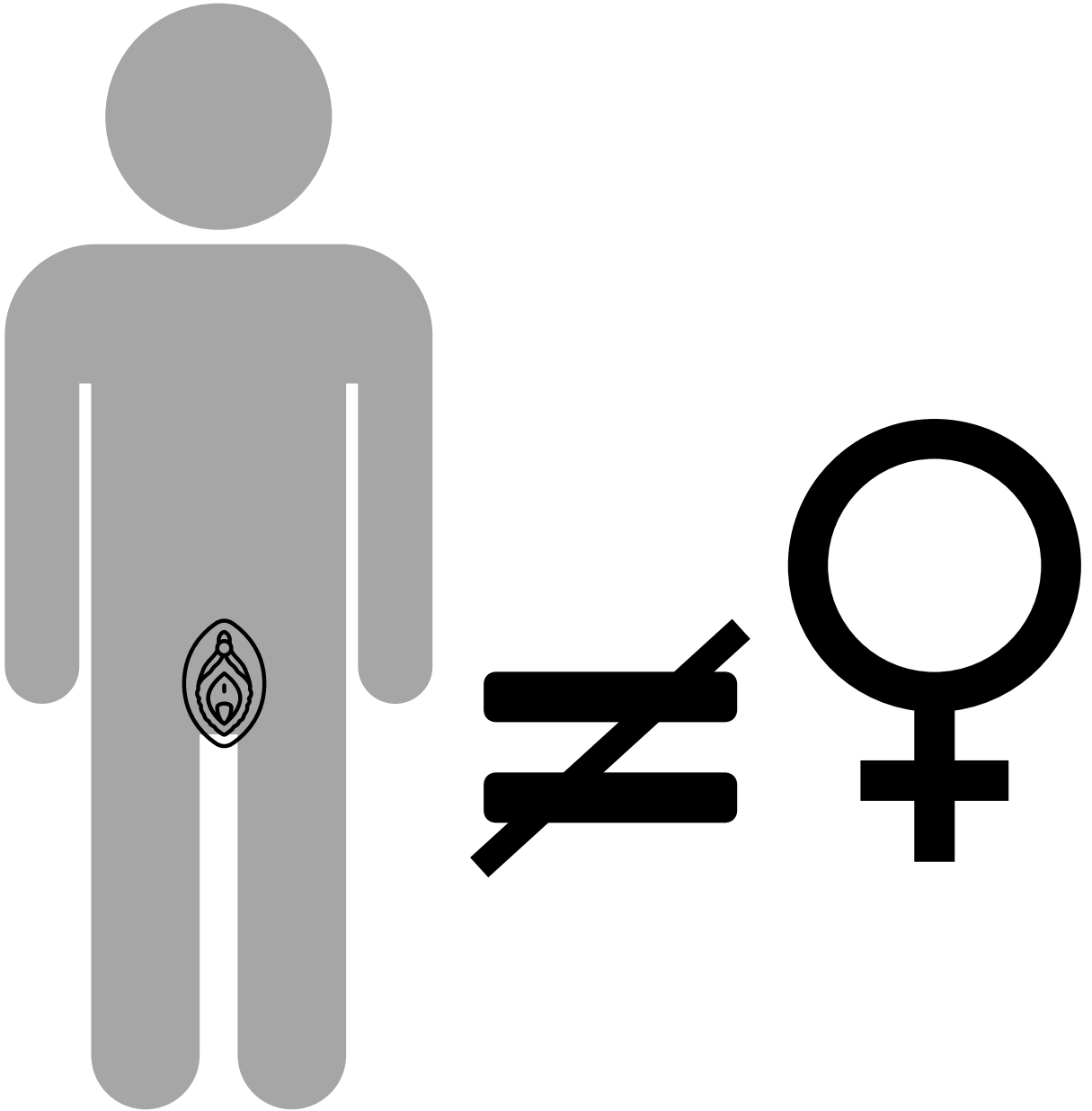
EK 7

OTURUM 1: CINSİYET (SEX) VE TOPLUMSAL CINSİYET (GENDER)



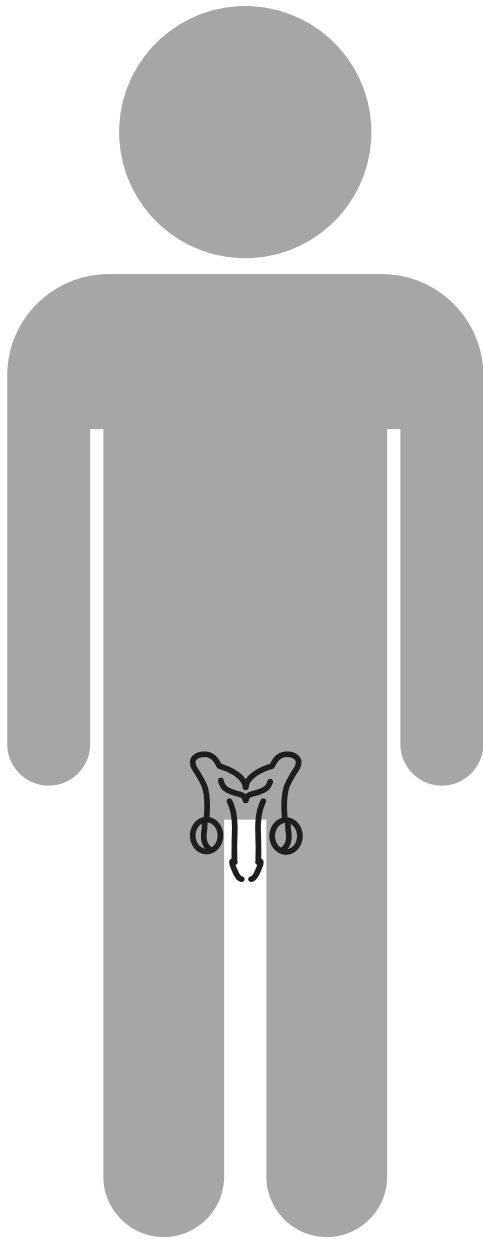
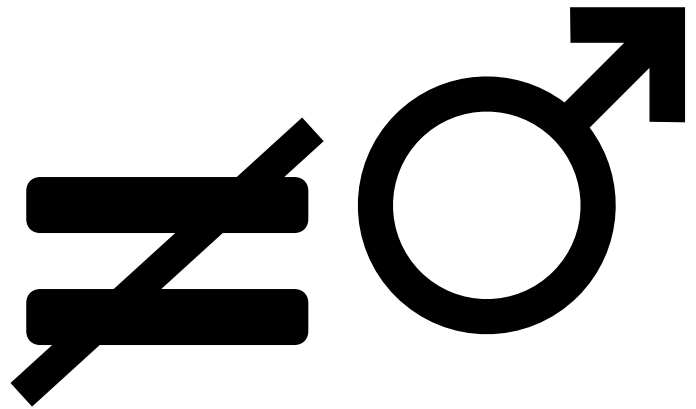
EK 7

OTURUM 1: CINSİYET (SEX) VE TOPLUMSAL CINSİYET (GENDER)



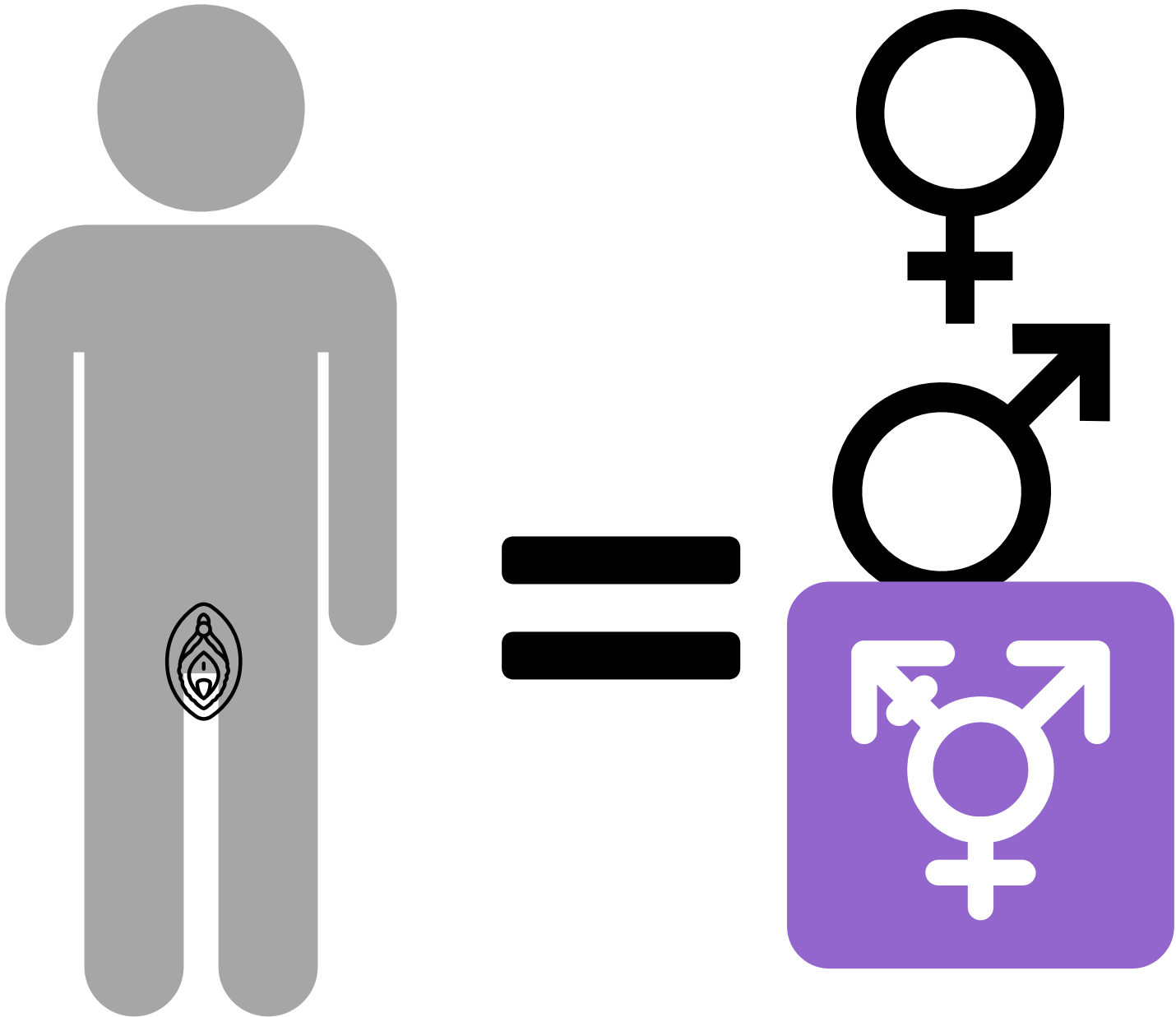
EK 7

OTURUM 1: CINSİYET (SEX) VE TOPLUMSAL CINSİYET (GENDER)



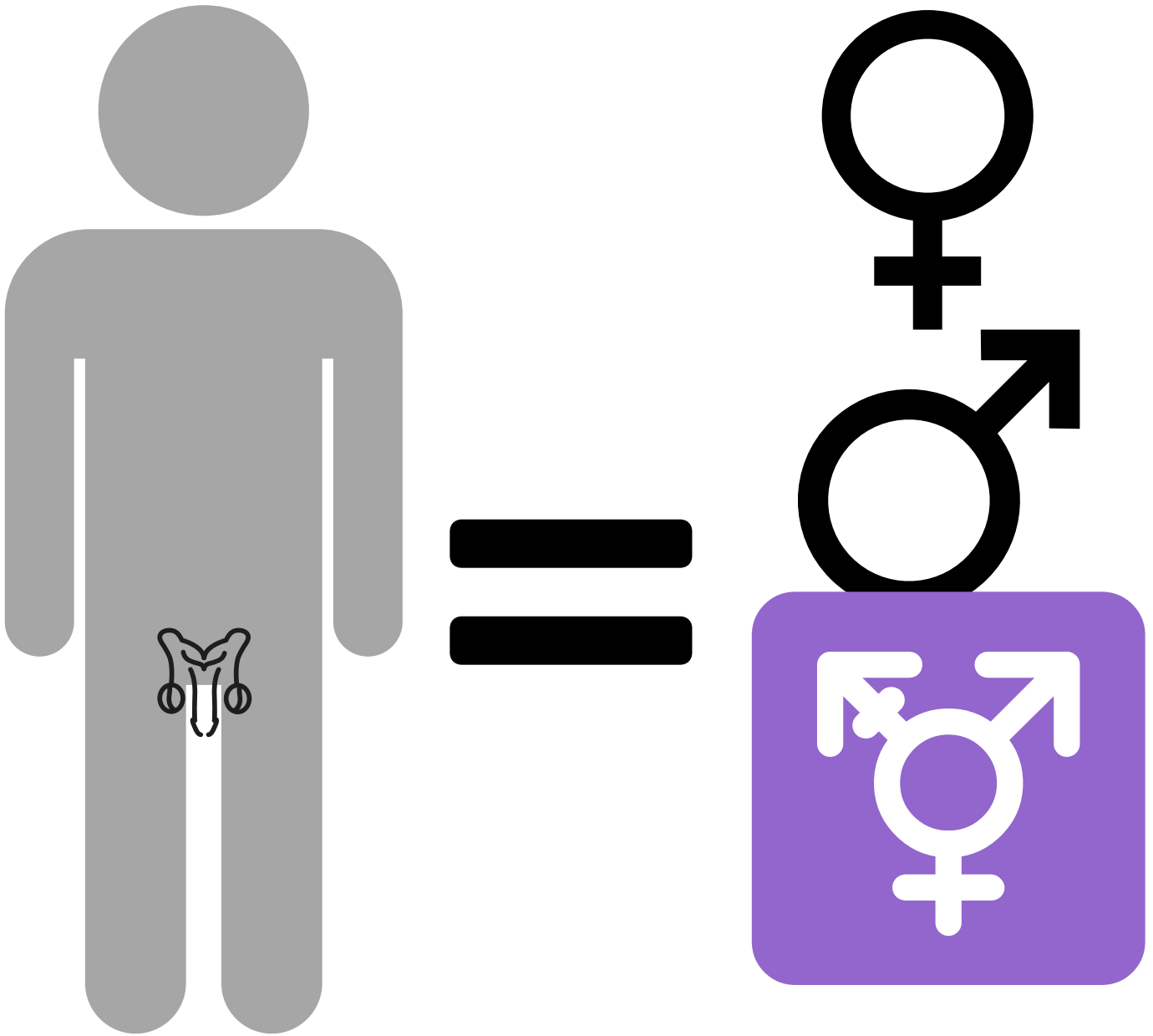
EK 7

OTURUM 1: CINSİYET (SEX) VE TOPLUMSAL CINSİYET (GENDER)



EK 7

OTURUM 1: CINSİYET (SEX) VE TOPLUMSAL CINSİYET (GENDER)



EK 7

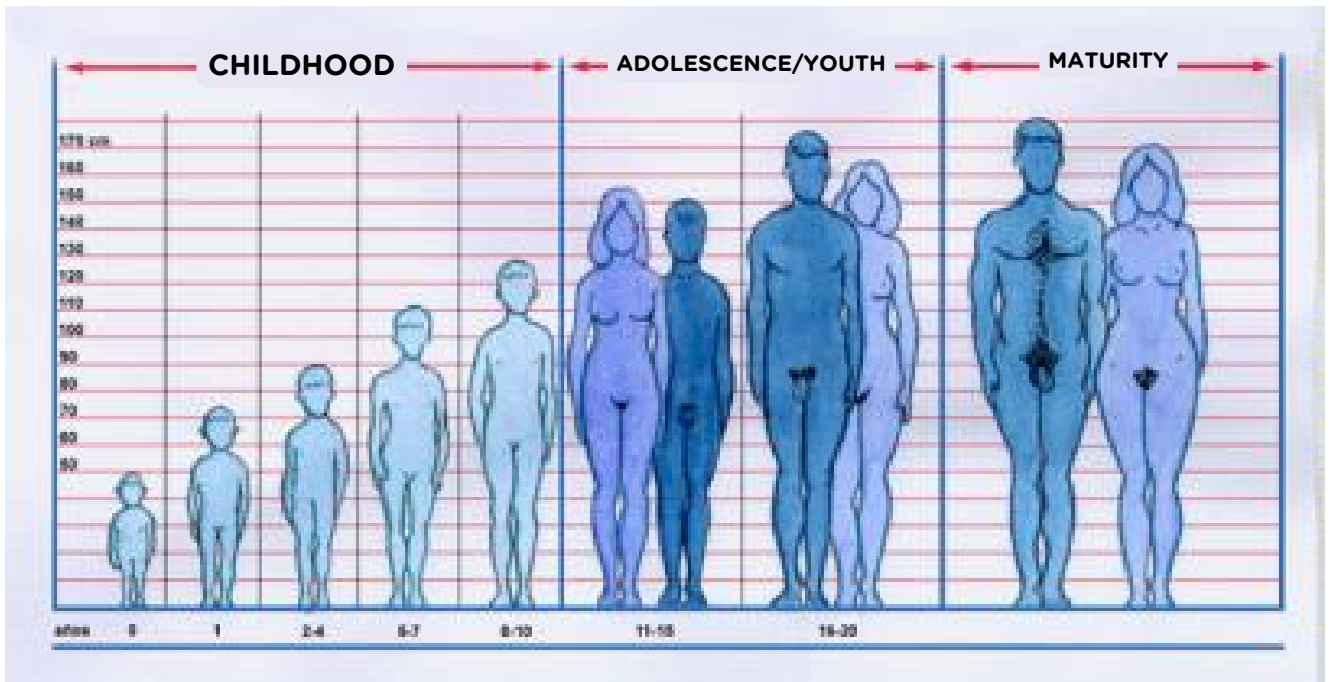
OTURUM 1: CİNSEL YAŞAM DÖNGÜSÜ



ERKEK CİNSEL ORGAN



KADIN CİNSEL ORGAN



CİNSEL YAŞAM DÖNGÜSÜ

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVİYE 1



ÇOCUKLUK

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVIYE 1



ERGENLİK / GENÇLİK

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVIYE 1



YETİSKİNLİK

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVIYE 1



YASLILIK

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVİYE 2



COCUKLUK

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVİYE 2



ERGENLİK/GENCLİK

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVİYE 2



YETİSKİNLİK

EK 7

OTURUM 1 CİNSEL YAŞAM DONGUSU SEVİYE 2

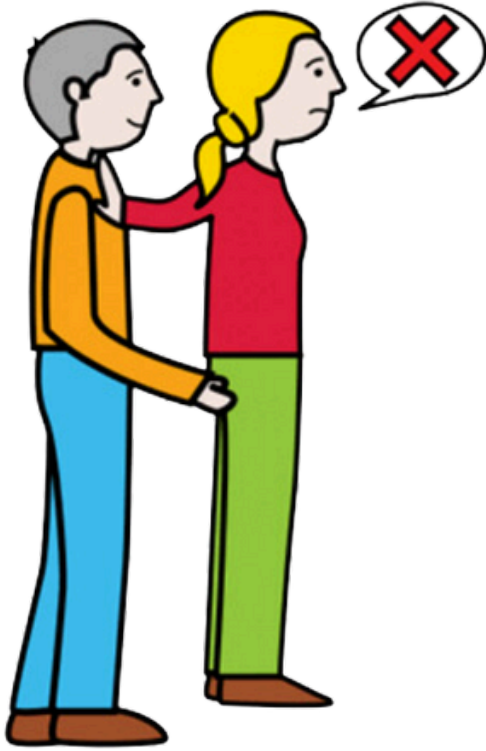


YASLILIK

EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ
(SEVİYE 1)
NEDİR?

TANIMADIK KİŞİ



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI
(SEVIYE 1)
NEDİR?



TANIDIK



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ
(SEVİYE 1)
NEDİR?



ROMANTİK PARTNER

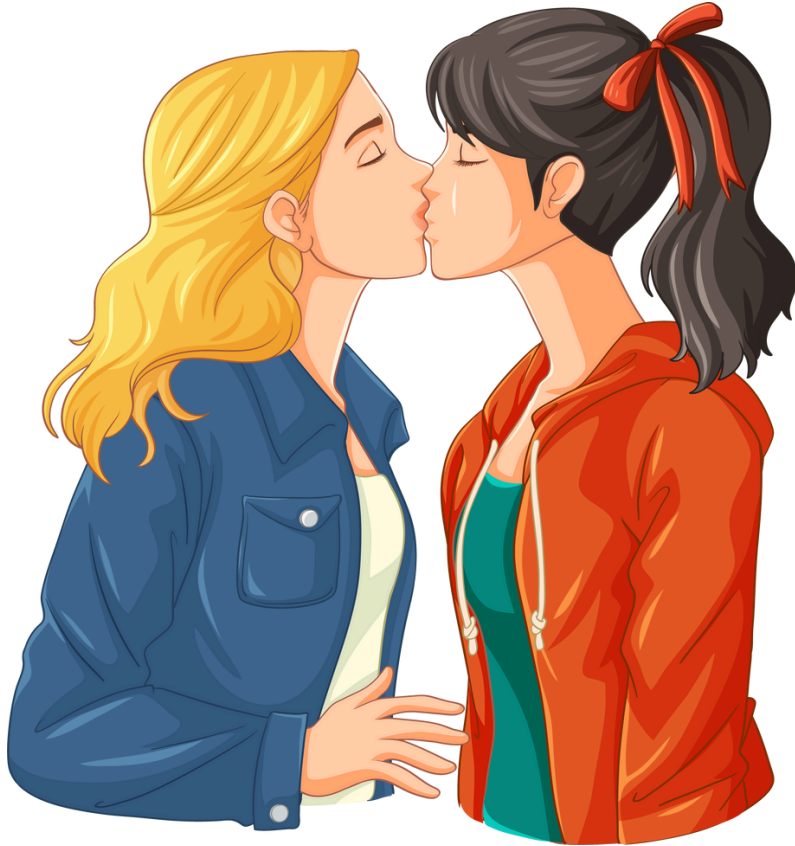


EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI
(SEVİYE 1)
NEDİR?



ROMANTİK PARTNER



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ
(SEVİYE 1)
NEDİR?



ROMANTİK PARTNER



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI
(SEVIYE 2)
NEDİR?

TANIMADIK KISI



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI
(SEVIYE 2)
NEDİR?



TANIMADIK KISI



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ
(SEVİYE 2)
NEDİR?



TANIDIK BİRİ



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ
(SEVİYE 2)
NEDİR?



ROMANTİK PARTNER



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ
(SEVIYE 2)
NEDİR?



ROMANTİK PARTNER



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI
(SEVIYE 1)
NEDİR?



ROMANTİK PARTNER



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ
(SEVİYE 2)
NEDİR?



ROMANTİK PARTNER



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI
(SEVIYE 2)
NEDİR?



TANIDIK



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI
(SEVIYE 1)
NEDİR?



TANIMADIK KISI



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI (DUYGULAR)



EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKİ (DUYGULAR)



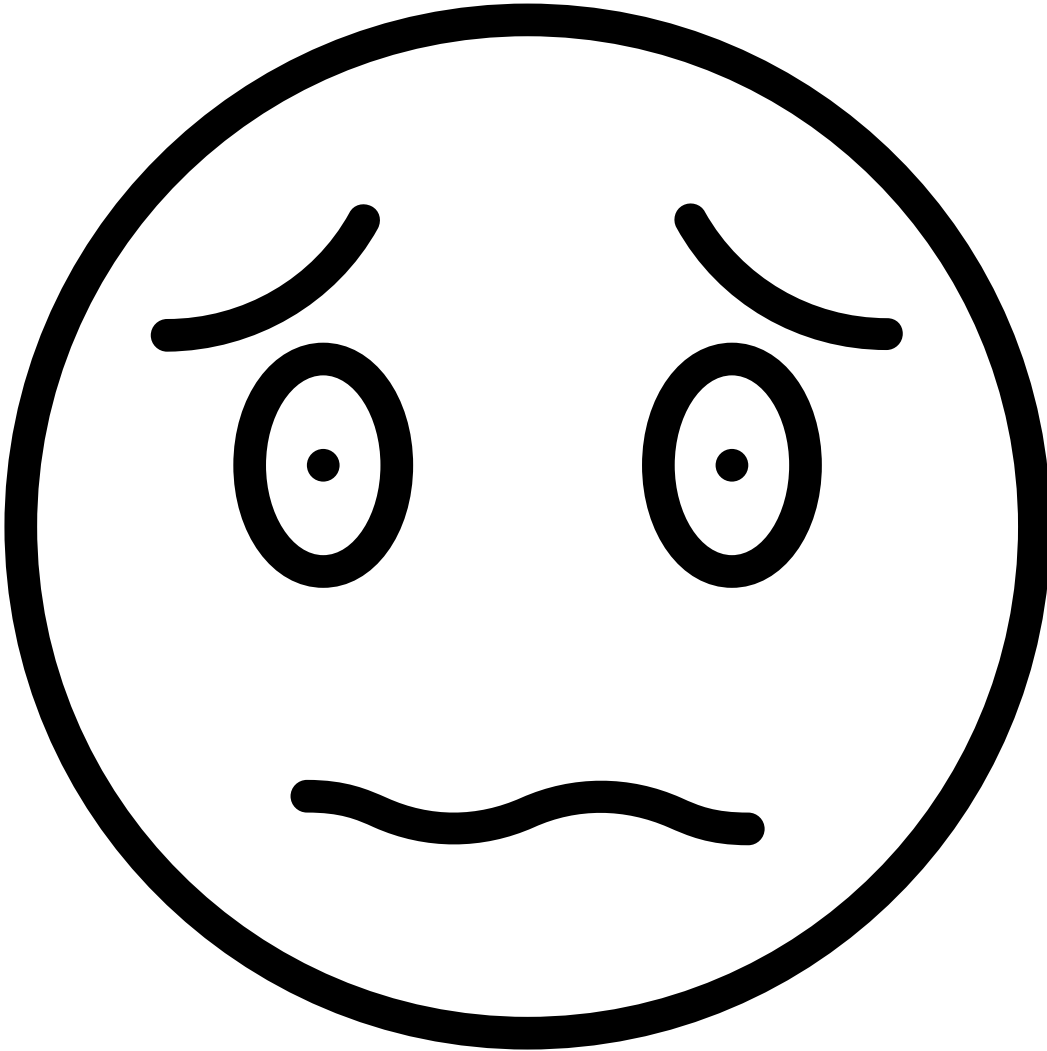
EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI (DUYGULAR)



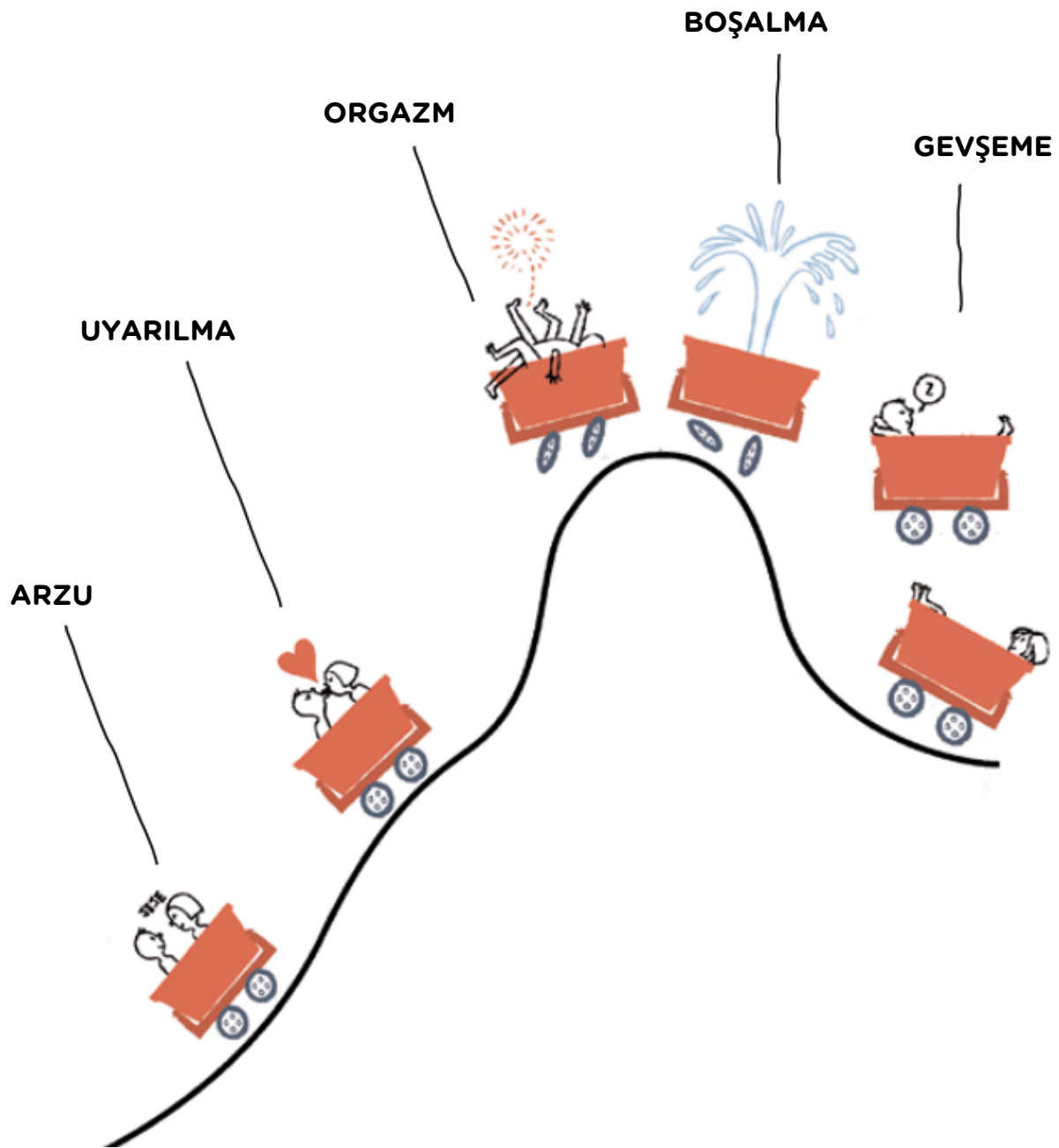
EK 7

OTURUM 2: EYLEM / TEPKI (DUYGULAR)



EK 7

OTURUM 2: ZEVK KARUSELİ



EK 7

OTURUM 2: ZEVK KARUSELİ

UYARILMA



EK 7

OTURUM 2: ZEVK KARUSELİ

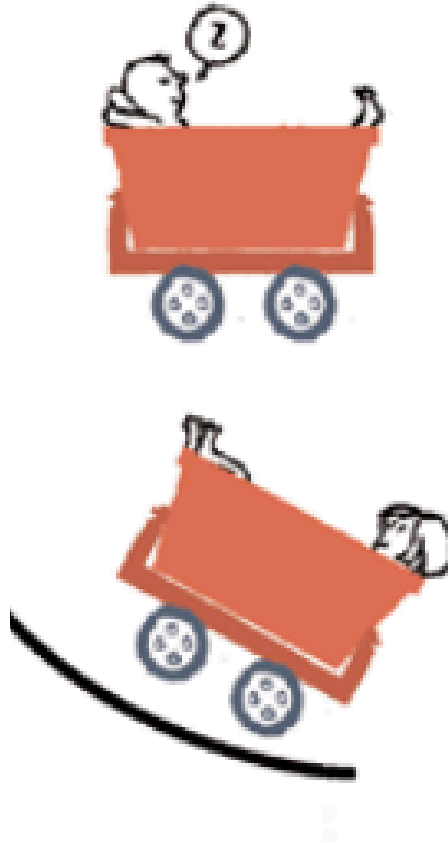
ORGAZM VE BOŞALMA



EK 7

OTURUM 2: ZEVK KARUSELİ

RAHATLAMA VE GEVŞEME



Etkinlik Adı: Değişimler ve Seçimler Arasında

UNESCO Ele Alınan Ana Kavram:
6. İnsan Vücudu Anatomisi ve Gelişimi
8. Cinsel ve reme Sağlığı

Hedefler:

- Hedef 1: Zihinsel engelli bireylere temel anatomi ve vücut işlevleri hakkında bilgi vermek; gelişim sürecine, her bir organın genel sağlık ve iyi oluş üzerindeki önemli rolüne odaklanmak; öz bakım alışkanlıklarını ve olumlu beden algısını teşvik etmek.
- Hedef 2: Bireyleri, cinsel ve üreme sistemlerinin anatomisi ve fizyolojisi konusunda bilgilendirmek; ergenlikteki değişimler, üreme süreci ve gelişim sırasında yaşanan fiziksel ve duygusal dönüşümleri anlamalarını desteklemek; bu değişimlere karşı daha rahat hissetmelerine yardımcı olmak ve sorular için güvenli bir alan sağlamak.
- Hedef 3: Hamilelik ve korunma yöntemleri ile HIV ve AIDS gibi cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar (CYBE) hakkında açık ve basit bilgiler sunarak cinsel ve üreme sağlığının önemine dair farkındalık oluşturmak; bu bilgilerin anlaşılmasını ve tanınmasını sağlayarak bilinçli sağlık kararları verebilmelerine destek olmak.
- Hedef 4: Beden ve cinsel sağlık konularında mahremiyetin ve bilinçli karar vermenin önemini kavramalarını teşvik etmek; gerektiğinde uygun tıbbi tedaviye ve destek hizmetlerine erişim sağlama bilincini kazandırmak.

Malzemeler:

- Piktogramları, görselleri ve videoları göstermek için bilgisayar ve projeksiyon cihazı.
- A3 boyutunda, basılı ve lamine edilmiş iki insan vücudu figürü. Her katılımcı için A4 boyutunda insan vücudu figürleri.
- Beyin, kalp ve cinsiyet sembollerinin figürleri - her katılımcı için bir set ve kolaylaştırıcı için daha büyük boyutta bir set.
- Her katılımcı için basılı kelime seti: toplumsal cinsiyet, toplumsal cinsiyet kimliği, toplumsal cinsiyet ifadesi ve biyolojik cinsiyet.
- Çeşitli üreme organı parçalarının basılı ve lamine edilmiş görselleri veya EVA köpükten (yumuşak, dokunması hoş bir malzeme) kesilmiş figürler.
- Kadın ve erkek üreme organı maketleri.
- Adet döngüsünü açıklamak için pedler, tamponlar ve adet kapları.
- Erkek ve kadın prezervatifleri, doğum kontrol hapları/ iğneleri/ implantları, vajinal halka, doğum kontrol bandı ve rahim içi araçlar (RIA).
- Her katılımcı için basılı ve lamine edilmiş insan vücudu figürü (cinsel organlar, beyin ve kalbi gösteren) ve bazı öğeler (kilit, anahtar, dur işareti).
- Farklı öğeleri yerleştirmek için cırt cırt (velcro).
- Basılı broşürler.

Süre:

Bu oturum 2 saat sürer ve öğrenme hedeflerine etkili şekilde ulaşmak için birbiriyle bağlantılı üç bölüme ayrılmıştır.

- Birinci Bölüm - “Vücudum Nasıl?” (30 dakika): Zihinsel engelli katılımcılara temel anatomi ve vücut işlevlerini öğretir. Her bir organın genel sağlık, iyi oluş ve öz bakım üzerindeki rolüne odaklanır. Etkileşimli etkinlikler aracılığıyla olumlu beden algısını teşvik eder.
- İkinci Bölüm - “Vücudumda Neler Oluyor?” (45 dakika): Katılımcıları cinsel ve üreme sistemleri, ergenlikle ilgili değişimler, üreme, hamilelik ve korunma yöntemleri hakkında bilgilendirir. Ayrıca HIV ve AIDS gibi cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar (CYBE) konusunda farkındalık oluşturur. Tüm bilgiler net, basit açıklamalar ve uygulamalı öğrenme araçlarıyla sunulur.
- Çüncü Bölüm - “Nasıl Davranmalıyım?” (30 dakika): Mahremiyetin, bedenle ilgili bilinçli karar vermenin ve gerektiğinde tıbbi yardım aramanın önemini vurgular. Etkinlik, 15 dakikalık değerlendirme (debriefing) ile tamamlanır. Bu bölümde, açık uçlu sorular kullanılarak öğrenilenlerin anlaşılıp anlaşılmadığı değerlendirilir, şüpheler giderilir ve ana kavramlar pekiştirilir.

Katılımcı Sayısı:

Bu etkinlik, 2 ila 10 kişilik gruplar için tasarlanmıştır. Bu sayede her bireye kişiselleştirilmiş destek sağlanabilir, herkesin aktif katılım göstermesi ve kendi yetenekleri doğrultusunda hedeflere ulaşması mümkün olur. Küçük grup ortamı, daha fazla etkileşim teşvik eder, anlamlı katılımı destekler ve daha etkili bir öğrenme atmosferi oluşturur.

Talimatlar:

Bu etkinlik, tüm öğrenme hedeflerinin eksiksiz şekilde gerçekleştirilmesini sağlamak için 2 saat sürer. Süre, aynı etkinlik içinde üç oturuma ayrılır:

- “Vücudum Nasıl?” (30 dakika): Katılımcılar, etkileşimli materyaller aracılığıyla temel vücut anatomisini, toplumsal cinsiyet kimliğini, toplumsal cinsiyet ifadesini ve biyolojik cinsiyeti öğrenirler.
- “Vücudumda Neler Oluyor?” (45 dakika): Ergenlikteki fiziksel ve duygusal değişimleri, üreme sürecini, hamileliği, CYBE’leri (cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar) ve hijyenin önemini anlamaya odaklanır. Videolar, gerçek materyaller ve grup tartışmaları kullanılır.
- “Nasıl Davranmalıyım?” (30 dakika): Görsel materyaller ve hikâye anlatımı yoluyla beden mahremiyeti, rıza, kişisel sınırlar ve gerektiğinde yardım isteme konularını ele alır.

1. Vücudum Nasıl?

Bu oturuma başlamak için kolaylaştırıcı, üzerinde hiçbir öğe bulunmayan bir insan vücudu piktogramı gösterir. Ardından şu öğelerin bulunduğu insan vücudu figürleri sergilenir: cinsel organlar, beyin, kalp ve cinsiyet sembolleri. Kolaylaştırıcı, her birinin anlamını ve işlevini açıklar:

- Beyin (): Toplumsal cinsiyet kimliğini temsil eder; kişinin kim olduğu konusundaki düşüncelerini, fikirlerini ve kararlarını yansıtır.
- Kalp (): Toplumsal cinsiyet ifadesini simgeler; kişinin duygularını ve hislerini dışa yansıttığı biçimi gösterir.
- reme organları: Biyolojik cinsiyeti (kadın veya erkek) temsil eder; fiziksel özellikler tarafından belirlenir.
- Cinsiyet sembolleri (♀, ♂, ): Farklı toplumsal cinsiyet kimliklerini temsil eder.

Etkinliği daha dinamik hâle getirmek ve anlamayı kolaylaştırmak için, her katılımcıya üzerinde hiçbir öğe bulunmayan bir insan vücudu figürü verilir. Yanında, yukarıda belirtilen öğelerden oluşan bir set de bulunur. Kolaylaştırıcının desteğiyle (gerekirse), katılımcılar bu öğeleri figürün üzerine, hem figüre hem de öğelere yapıştırılmış cırt cırt (velcro) kullanarak yerleştirir.

Sonrasında, her katılımcıya her kavramla ilişkili kelimelerin (toplumsal cinsiyet kimliği, toplumsal cinsiyet ifadesi ve biyolojik cinsiyet) yer aldığı bir set verilir ve bu kelimeler uygun öğenin yanına yerleştirilir.

Kolaylaştırıcı, bu öğelerin birden fazla olası kombinasyonu olduğunu, hepsinin eşit derecede geçerli ve kapsanmayı hak ettiğini açıklayacaktır.

Ardından, üreme organlarına sahip insan figürlerinin piktogramlarına tekrar dönülerek bu organlar geliştikten sonra temel işlevlerinin üreme olduğu anlatılacaktır. Bunu daha etkileşimli ve gerçekçi hâle getirmek için kolaylaştırıcı aşağıdaki seçeneklerden birini tercih edebilir:

- **reme Organı Modelleri:** Mevcutsa, her modelin ana bölümleri tek tek gösterilerek açıklanır. Katılımcıların dokunmasına ve yakından incelemesine izin verilir.
- **Dokunsal Materyaller (model yoksa):** Basılı ve lamine edilmiş bir insan figürü kullanılır. Kolaylaştırıcı, farklı üreme organı parçalarının basılı ve lamine edilmiş görsellerini veya EVA köpükten (dokunması yumuşak ve hoş bir malzeme) kesilmiş figürlerini göstererek, bunları figüre cırt cırt (velcro) ile yerleştirir ve her birini açıklar. Katılımcılar da öğeleri kendileri yerleştirmeye davet edilir.

Her iki seçenekte de genital organların her bir parçasının adını göstermek için etiketler kullanılacaktır.

İki kolaylaştırıcı mevcutsa, öğrenme deneyimini geliştirmek için grup ikiye bölünebilir.

Bu oturum 30 dakika sürecek ve katılımcıların temel vücut anatomisi ve işlevlerini, özellikle de üreme organlarıyla ilgili olanları öğrenmesini sağlayacaktır.

2. Vücudumda Neler Oluyor?

Kolaylaştırıcı, vücudun gelişim sürecinde değişime uğradığını ve bu değişimlerin özellikle ergenlik döneminin başladığı ergenlik ve gençlik döneminde belirginleştiğini hatırlatarak başlayacaktır. Değişimlere neden olan temel faktörlerden birinin, üremeyi mümkün kılan ergenliğin başlaması olduğu açıklanacaktır. Erkek üreme organına sahip bireylerde değişimler ağırlıklı olarak dış görünüşte olur (boy uzaması, tüylenme, kas gelişimi gibi). Kadın üreme organına sahip bireylerde ise değişimler içsel olarak da gerçekleşir ve bu, adet görmeyle (menstrüasyon) kendini gösterir.

Kolaylaştırıcı, adet görmenin doğal bir süreç olduğunu, bu süreçte kadın üreme organının rahim iç tabakasını kan yoluyla vajinadan dışarı attığını açıklayacaktır. Bunun genellikle ayda bir kez olduğunu ve üreme sağlığının bir göstergesi olduğunu vurgulayacaktır.

Bunu örneklemek için, grubun anlayış seviyesine uyarlanmış görseller veya piktogramlar gösterilecektir. Bu görsellerde üreme organlarının gelişimi, sivilce oluşumu, göğüs gelişimi, boy uzaması, vücutta tüylenme ve kas gelişimi gibi cinsel organların gelişiminden kaynaklanan çeşitli fiziksel değişimler yer alacaktır.

Adet sürecini açıklamak için, bu süreci ve meydana geldiğinde yapılması gerekenleri detaylı şekilde gösteren bir video izletilecektir. Ped, tampon, adet kabı ve adet külo gibi ürünler tanıtılacak, amaçları ve nasıl kullanılacakları hakkında kısa açıklamalar yapılacaktır, katılımcıların bu ürünlere dokunmasına ve yakından incelemesine izin verilecektir.

Kolaylaştırıcı, ergenlik ve adet döngüsünün başlamasıyla birlikte üreme ve dolayısıyla hamilelik olasılığının ortaya çıktığını açıklayacaktır. Cinsel ilişki sırasında, penis vajinaya girdiğinde ve uyarılma gerçekleştiğinde spermin salındığı ve yumurta ile birleşebileceği; bu birleşmenin gerçekleşmesi durumunda hamileliğin oluştuğu anlatılacaktır. Bu açıklamayı desteklemek için bazı videolar gösterilecektir.

Ardından, hamileliğin erkek ve kadın prezervatifleri, doğum kontrol hapları / iğneleri / implantları, vajinal halkalar, doğum kontrol bantları ve rahim içi araçlar (RİA) gibi doğum kontrol yöntemleri ile önlenebileceği açıklanacaktır. Bu yöntemler, piktogramlar veya görseller aracılığıyla ya da fiziksel olarak sunulacak, katılımcıların görmesi sağlanacak ve mümkünse kolaylaştırıcı eşliğinde modeller üzerinde yerleştirmeleri teşvik edilecektir.

Son olarak, kolaylaştırıcı cinsel aktivitelerin – vajinal ilişki dahil olmak üzere “ön sevişme” (elle, ağızla veya cinsel organlarla temas) – cinsel yolla bulaşan enfeksiyonları (CYBE) bulaştırabileceğini vurgulayacaktır. Bu enfeksiyonların çeşitlilik gösterdiği, farklı belirtiler taşıdığı ve korunmanın prezervatif kullanımı ile vücudun tamamında doğru kişisel hijyenin sürdürülmesiyle sağlanabileceği açıklanacaktır. CYBE’leri ve hijyen uygulamalarını göstermek için eğitici videolar izletilecektir.

Bu oturum 45 dakika sürecek ve katılımcıların cinsel organların gelişimi, ergenlik, üreme, CYBE’ler, korunma ve kişisel hijyenin önemi ile ilgili kavramları anlamalarını sağlayacaktır.

3. Nasıl Davranmalıyım?

Bu son 30 dakikalık oturumda kolaylaştırıcı, beden mahremiyetini korumanın ve bedenle ilgili sorular veya sorunlar olduğunda yardım istemenin önemini açıklayacaktır. Karar alma konusunda iyi bilgilendirilmenin gerekliliği vurgulanacaktır.

Bunu örneklendirmek için, ilk oturumda her katılımcı için hazırlanmış, cinsel organlar, beyin ve kalbi gösteren vücut figürleri kullanılacaktır. Katılımcılar bu figürlere yeni öğeler ekleyecektir:

- Kilit (🔒) - genital bölgelerin üzerine yerleştirilerek mahremiyeti temsil eder.
- Anahtar (🔑) - bir elde tutularak karar verme gücünü ve rızayı sembolize eder.
- Dur işareti (🛑) - diğer elde tutularak kişisel sınırları ifade eder.

Ardından kolaylaştırıcı, “bedeniyle ilgili sorular veya sağlık sorunları olan bir kişinin doktora gittiği, doktorun yardımcı olabilmek için muayene izni istediği” bir durumu anlatan resimli bir hikâye sunacaktır. Bu, rızanın önemini ve gerektiğinde yardım istemeyi pekiştirecek, tıbbi yardımın her zaman ulaşılabilir olduğunu hatırlatacaktır.

Etkinliği sonlandırmak ve katılımcıların tüm bilgileri hatırlamalarına yardımcı olmak için, kendilerine şu konuları özetleyen bir broşür verilecektir: toplumsal cinsiyet ve cinsellik, ergenlikte vücut değişimleri, adet döngüsü, hamilelik, CYBE’ler, doğum kontrol ve korunma yöntemleri, yardım ve bilgi alınabilecek destek hizmetleri.

Değerlendirme:

Etkinliğin sonunda, son 15 dakikada kolaylaştırıcı, ele alınan konuların katılımcılar tarafından ne kadar anlaşıldığını görmek için açık uçlu sorular soracaktır. Yanıt vermekte zorlanan veya kafa karışıklığı belirtileri gösteren katılımcılara, kolaylaştırıcı basit ve net açıklamalar yaparak anlamalarına yardımcı olacaktır:

- Vücudunda fark ettiğin değişiklikler neler?
- Hamileliği önlemek için hangi yöntemleri kullanabilirsin?
- CYBE'den (Cinsel Yolla Bulaşan Enfeksiyon) korunmak için ne yapman gerekir?
- Bedeninle ilgili soruların veya sorunların olduğunda nereye gidebilirsin?

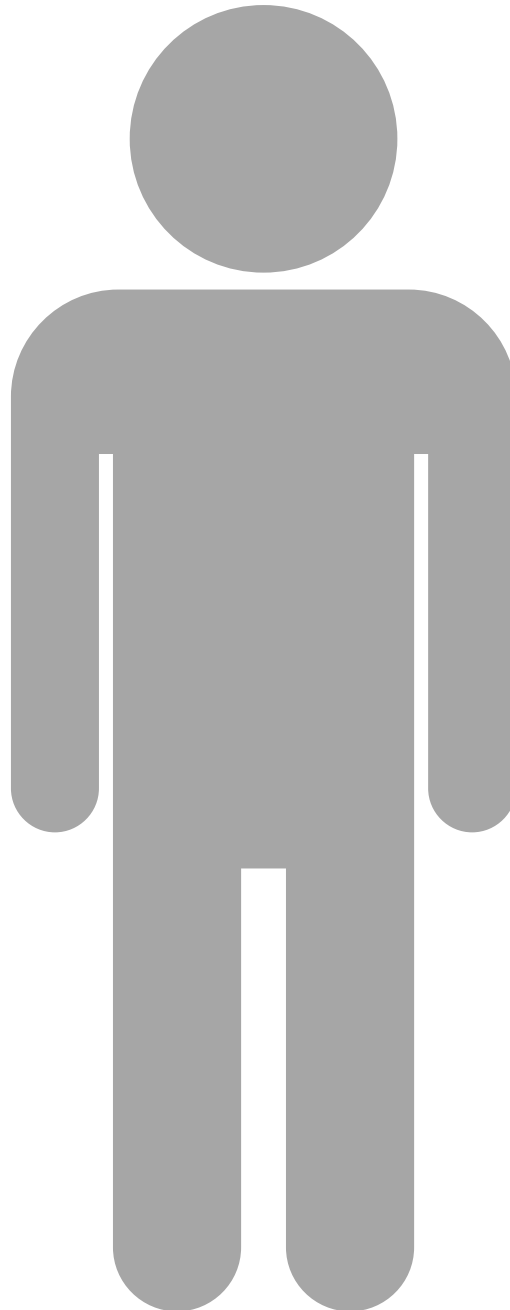
EK:

- Oturumlar için Materyaller:
https://drive.google.com/file/d/1X0bBv1OFV4qR4jAMShLLh9EfKmeeVNNJ/view?usp=drive_link
- Menstürasyon Döngüsü:
 - İspanyolca: <https://youtu.be/-Ug9dXQdkeg>
<https://www.youtube.com/watch?v=EhKx4ljC3Q8>
 - Portekizce: <https://www.youtube.com/watch?v=Qc15V6tvIA8>
 - Türkçe: from min 2:07
<https://www.youtube.com/watch?v=MhQUyW7udoM>
- Ureme videoları örnekler:
 - İspanyolca: from min 0:44
<https://www.youtube.com/watch?v=t2kO6PkzFoc>
 - Portekizce: https://www.youtube.com/watch?v=mhmcTP_rz2M
 - Türkçe: <https://www.youtube.com/watch?v=5WevTcGyRMc>

- **Hamilelik Videoları:**
 - İspanyolca: <https://www.youtube.com/watch?v=lwfzhhuSa1o>
 - Portekizce: <https://www.youtube.com/watch?v=1htrgGWfjK4>
 - Türkçe: <https://www.youtube.com/watch?v=1UN63UplfxM>
- **Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar Videoları:**
 - İspanyolca: https://www.youtube.com/watch?v=LLCBe_uLbdc
<https://www.youtube.com/watch?v=UW46KEGP6v8>
 - Portekizce: <https://www.youtube.com/watch?v=UW46KEGP6v8>
 - Türkçe: <https://www.youtube.com/watch?v=KUymbWzvA7k>

EKES 6-8

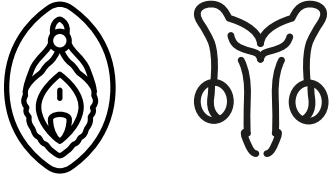
OTURUM 1: VUCUT FIGURLERI



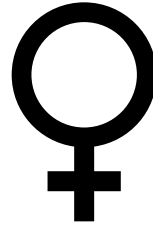
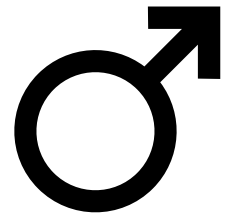
EKLER 6-8

OTURUM 1: VUCUT, FIGRLERİ (HER KATILIMCI İÇİN SET)

Biyolojik Cinsiyet



Toplumsal Cinsiyet Kimliği

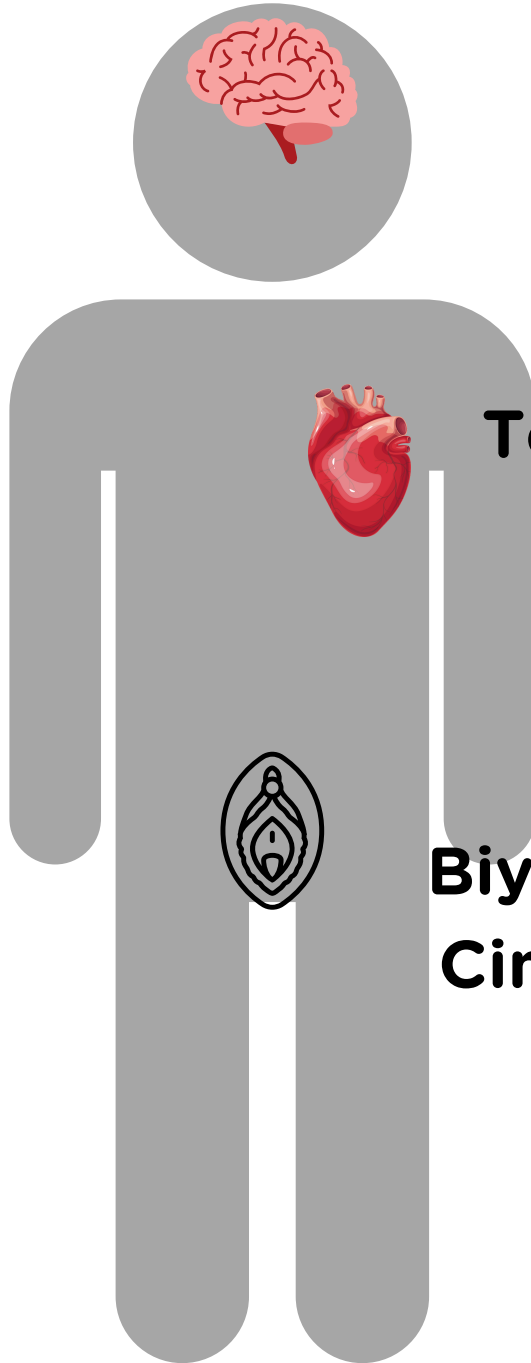


Toplumsal Cinsiyet İfadesi



EKLER 6-8

OTURUM 1: VUCUT, FIGRLERİ
(HER KATILIMCI İÇİN SET)



**Toplumsal
Cinsiyet Kimliği**

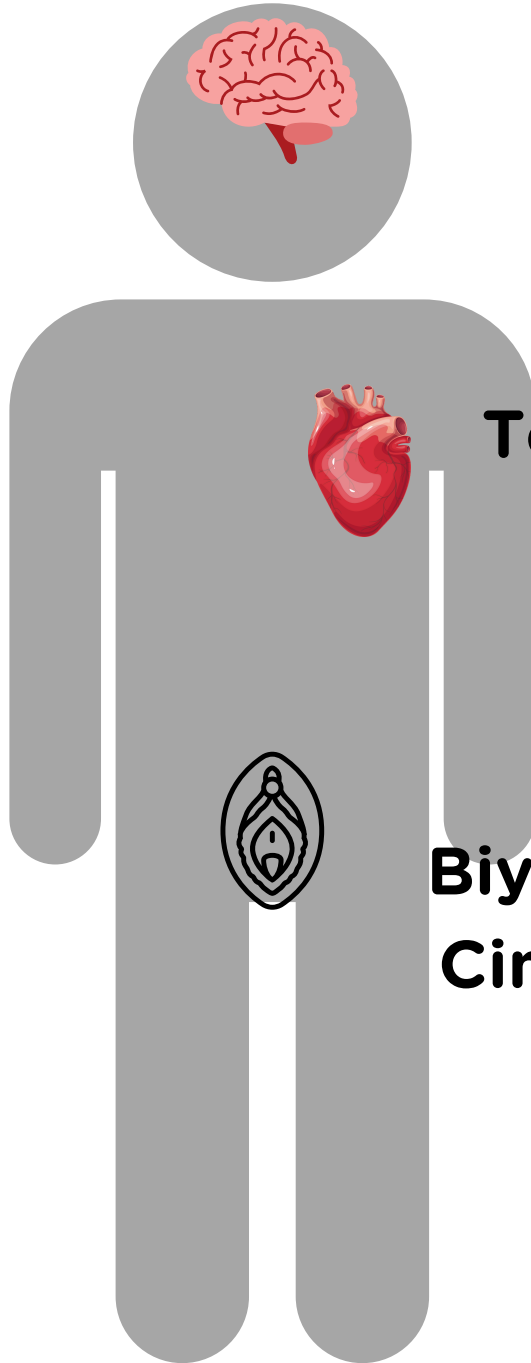


**Toplumsal Cinsiyet
İfadesi**

**Biyolojik
Cinsiyet**

EKLER 6-8

OTURUM 1: VUCUT, FIGRLERİ
(HER KATILIMCI İÇİN SET)



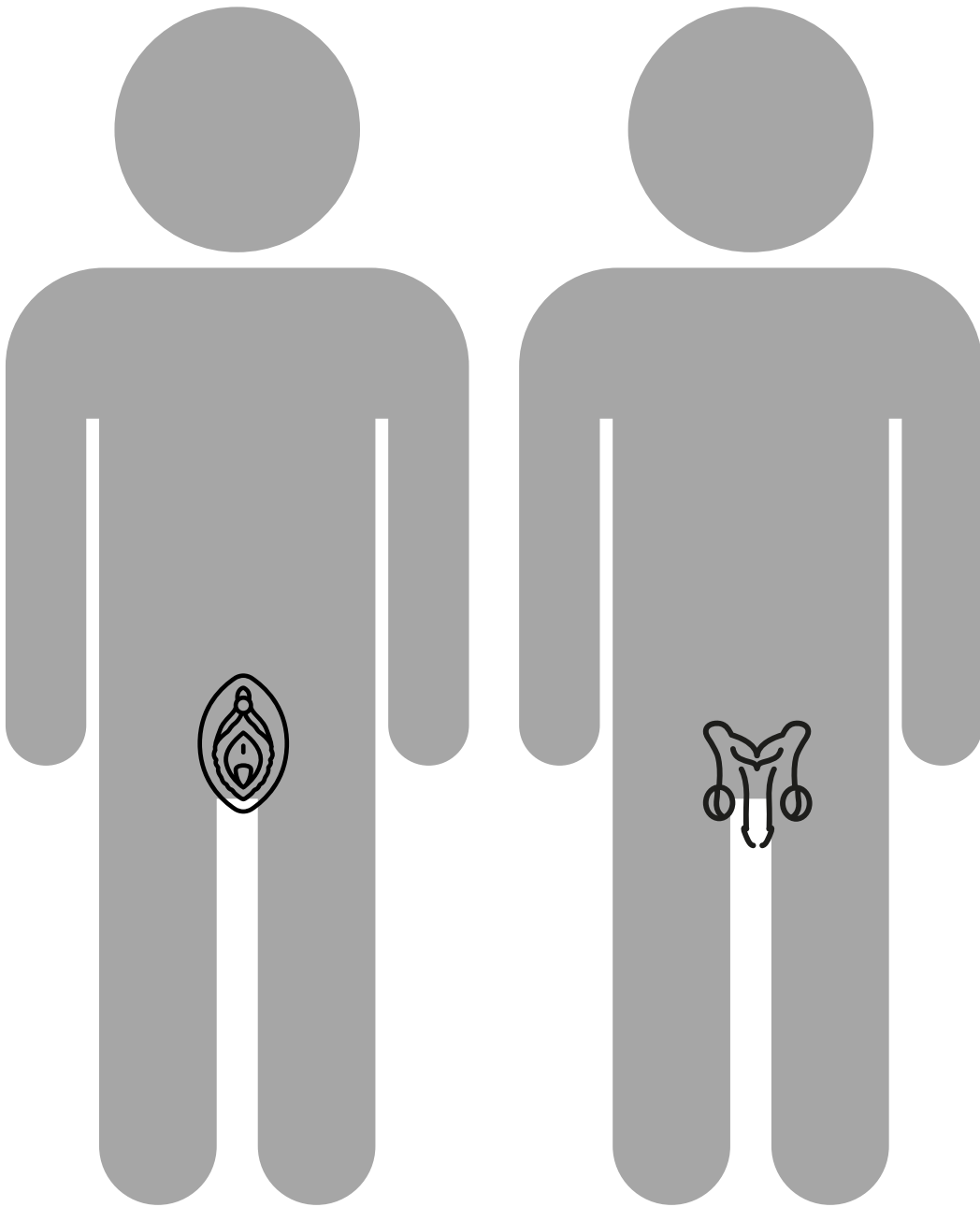
**Toplumsal
Cinsiyet Kimliği**
♀

**Toplumsal Cinsiyet
İfadesi**

**Biyolojik
Cinsiyet**

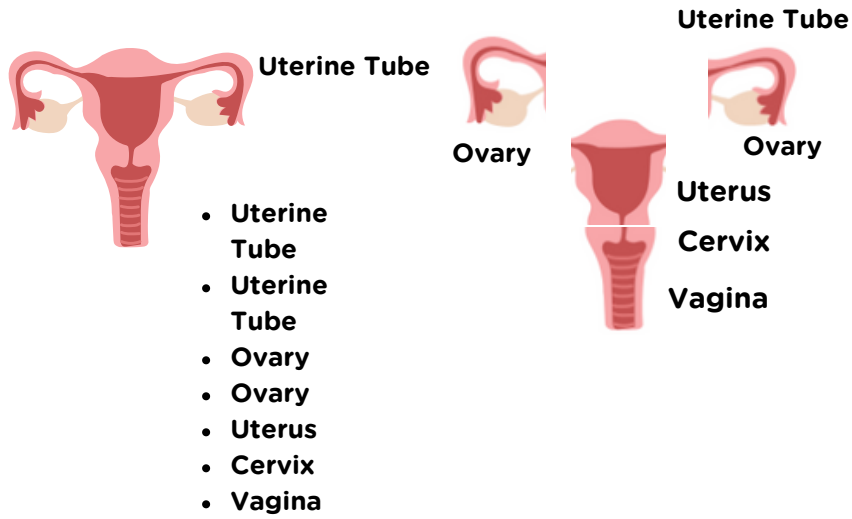
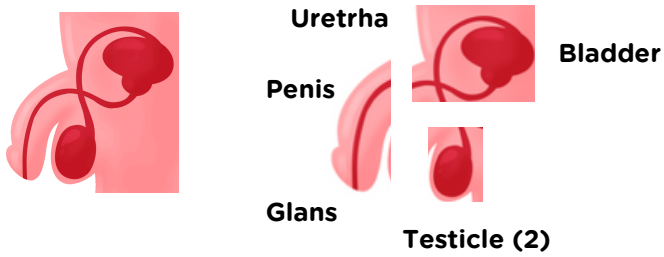
EKLER 6-8

OTURUM 1: VUCUT (CINSEL ORGANLAR)

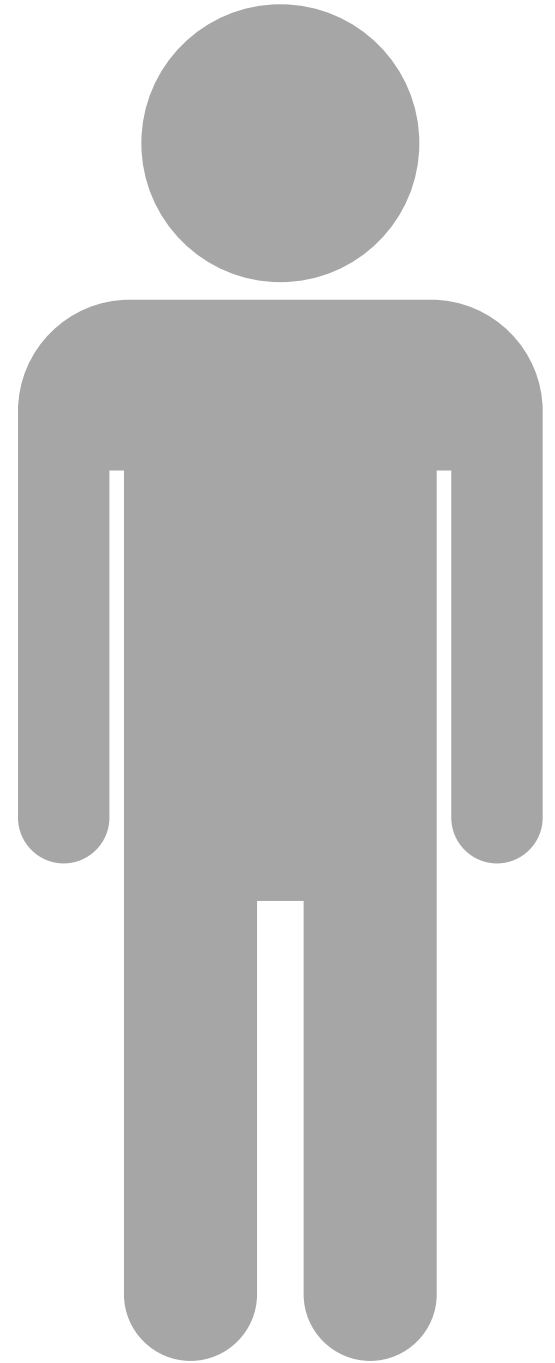


EKLER 6-8

OTURUM 1: VUCUT (CINSEL ORGANLAR) SEÇENEK 2



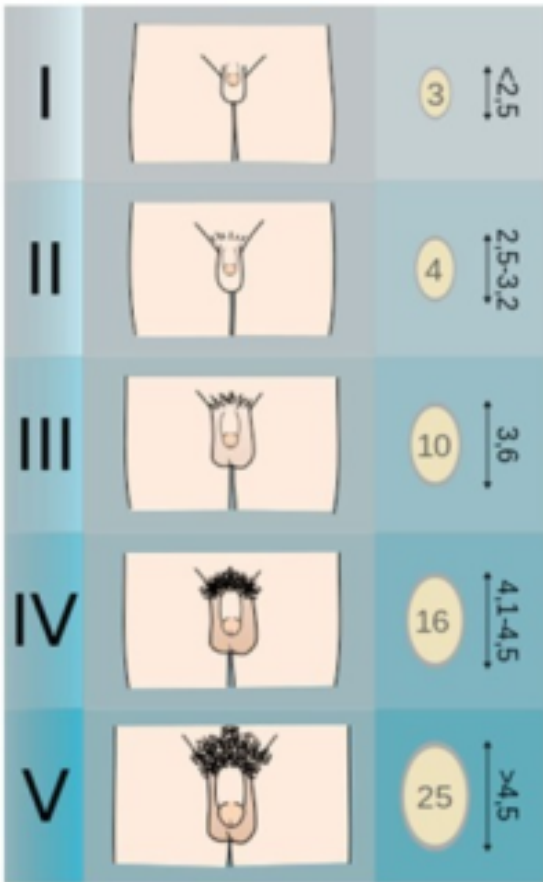
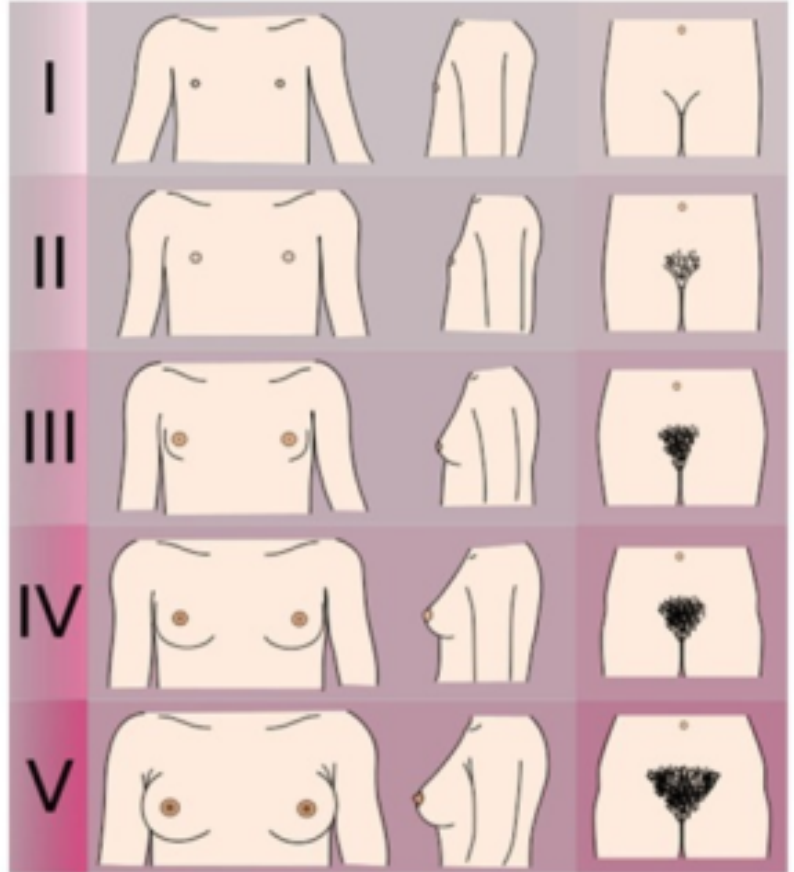
- Bladder
- Urethra
- Penis
- Glans
- Testicle (2)



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK

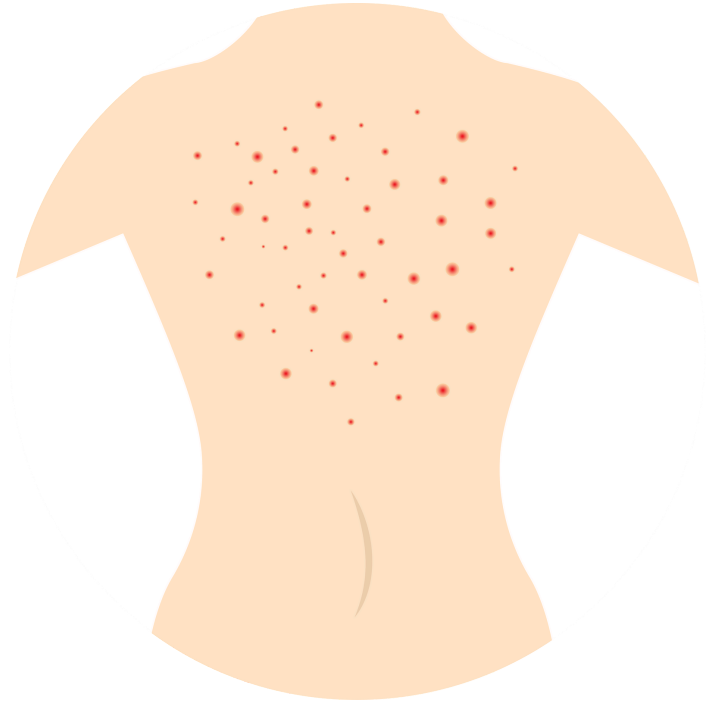
Cinsel Organlar Gelişimi



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVIYE 1

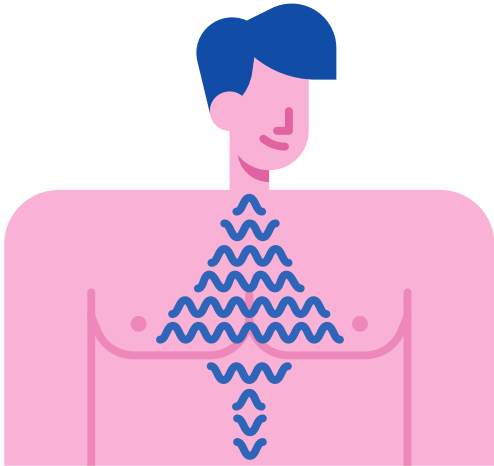
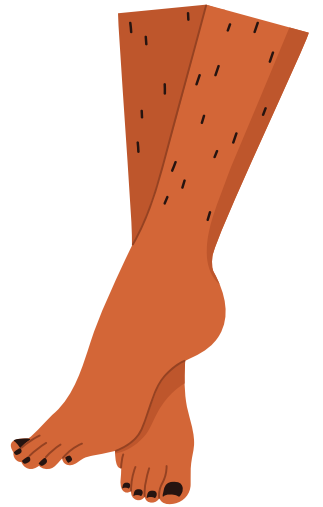
Sivilce



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVIYE 1

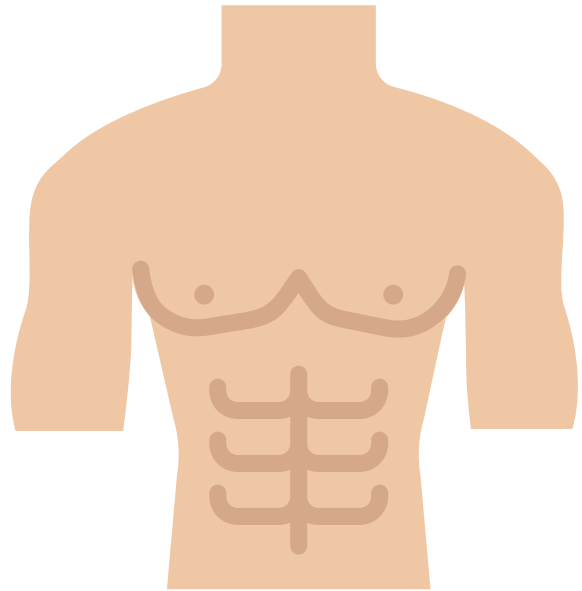
Vücut Kılı



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVIYE 1

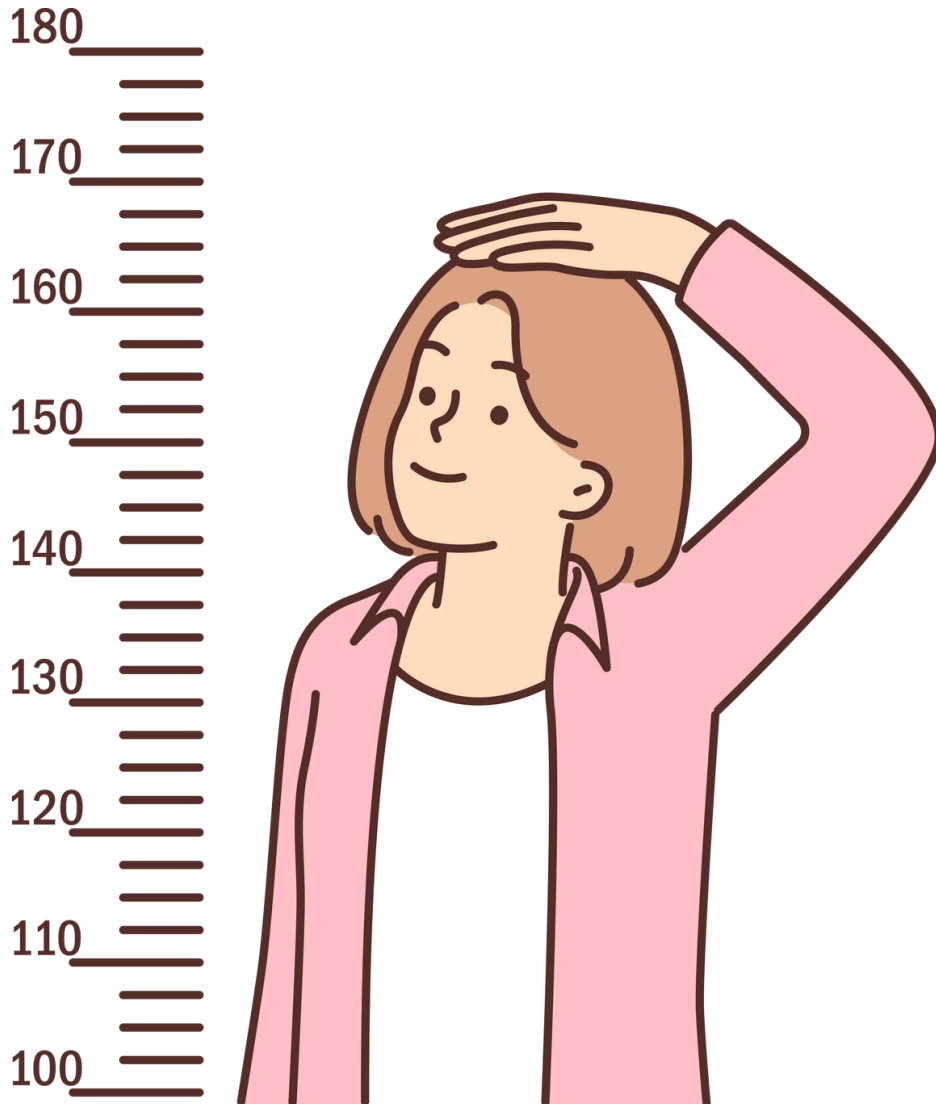
KASLAR



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVIYE 1

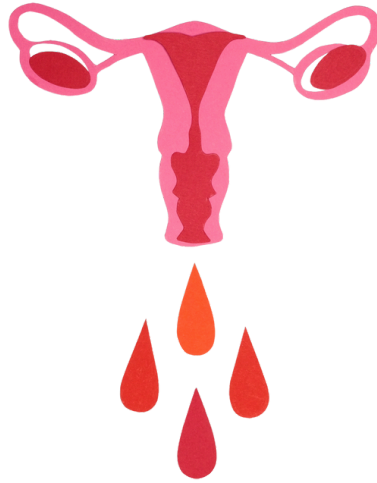
Büyüme



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVIYE 1

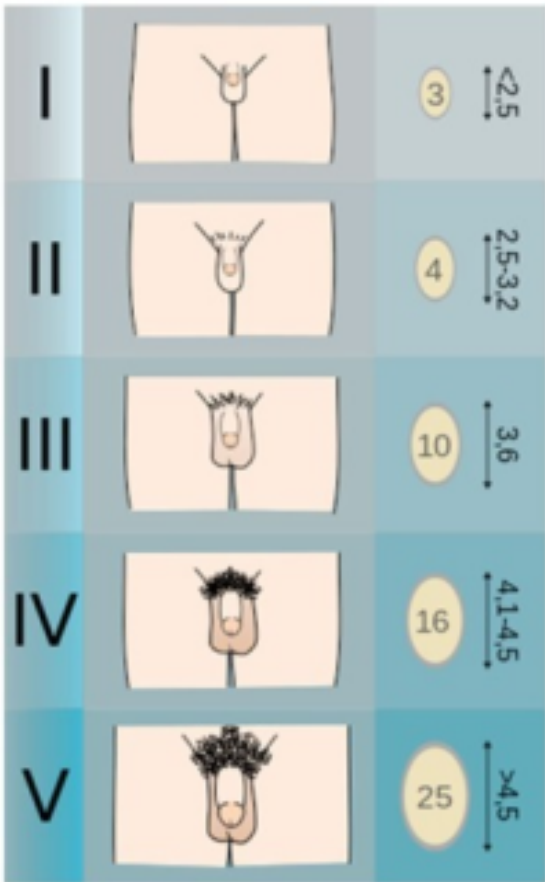
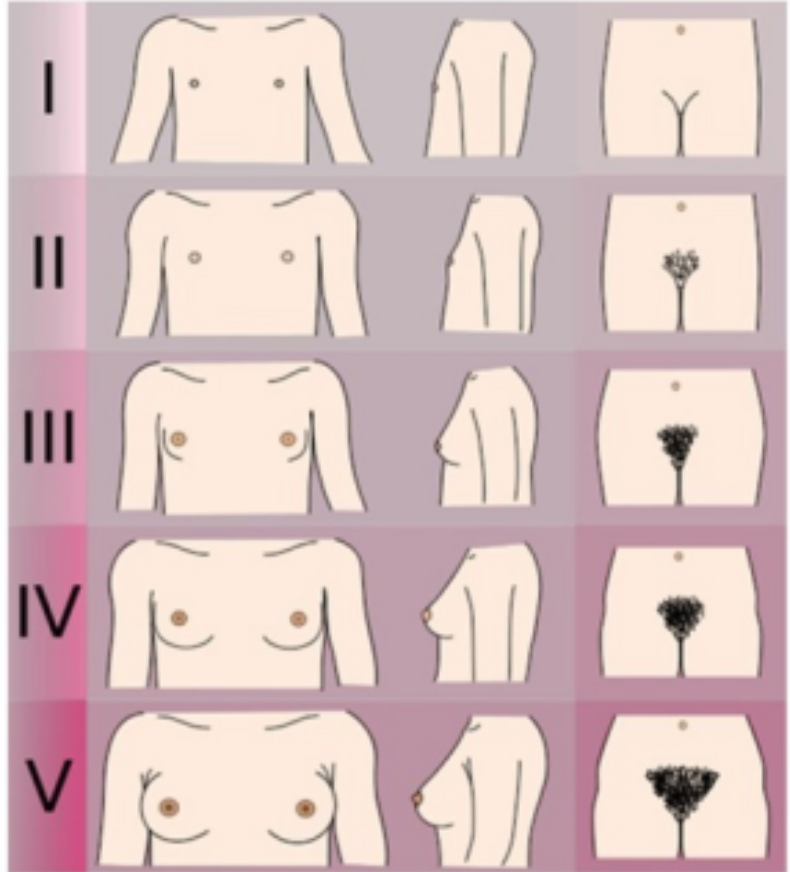
Adet Döngüsü



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLİK SEVİYE 2

CİNSEL ORGAN GELİŞİMİ



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVİYE 2

Sivilce



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLİK SEVİYE 2

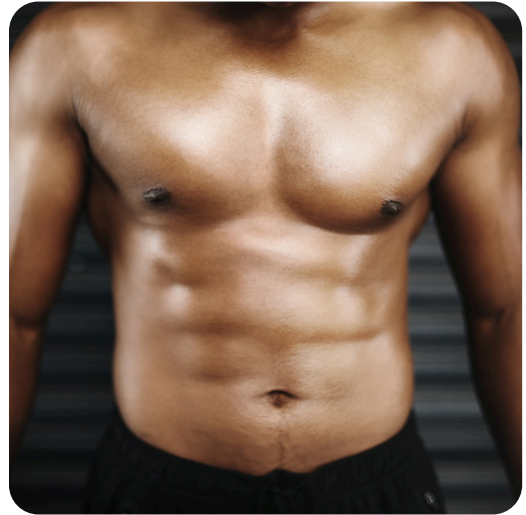
VUCUT KILI



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVIYE 2

KASLAR



EKLER 6-8

OTURUM 2: ERGENLIK SEVIYE 2

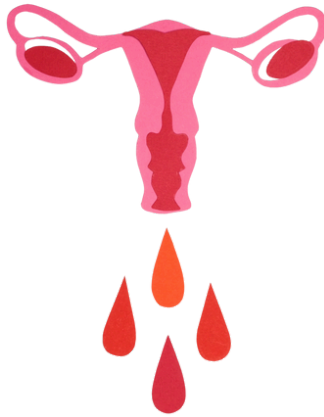
BUYUME



EKLER 6-8

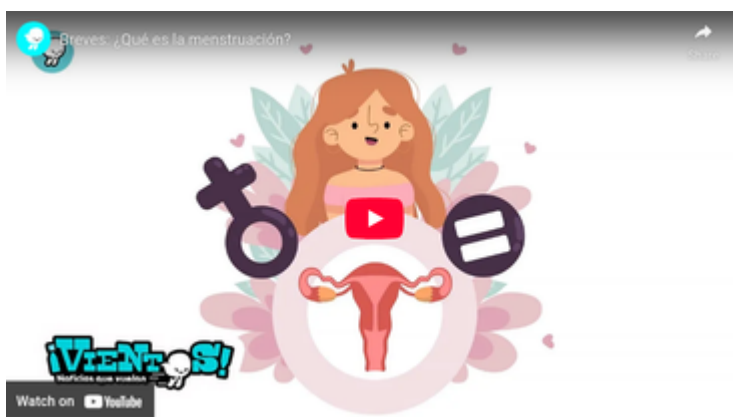
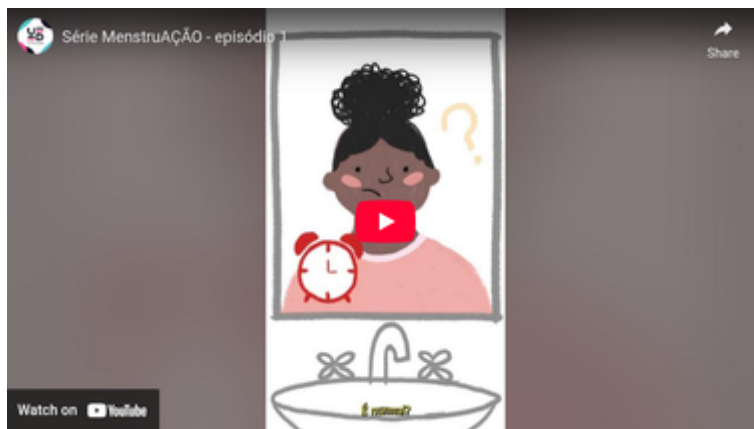
OTURUM 2: ERGENLİK SEVİYE2

Adet Döngüsü



EKLER 6-8

OTURUM 2 ADET DONGUSU



EKLER 6-8

OTURUM 2 ADET DONGUSU

ADET DONGUSU



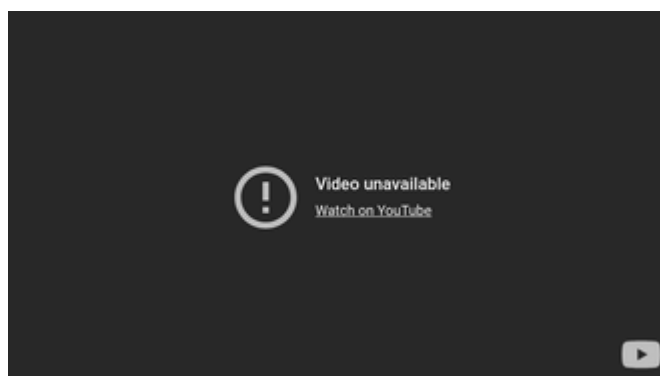
EKLER 6-8

OTURUM 2 UREME



EKLER 6-8

OTURUM 2 HAMILELİK



EKLER 6-8

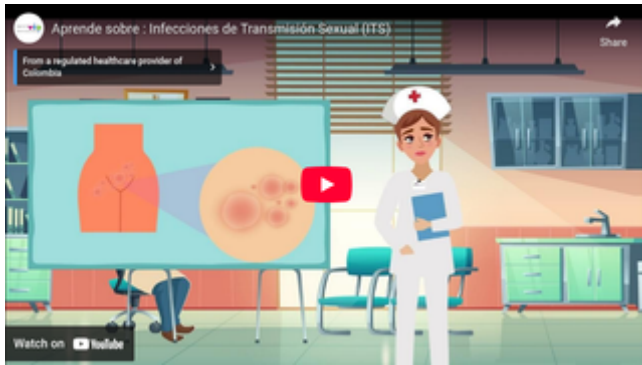
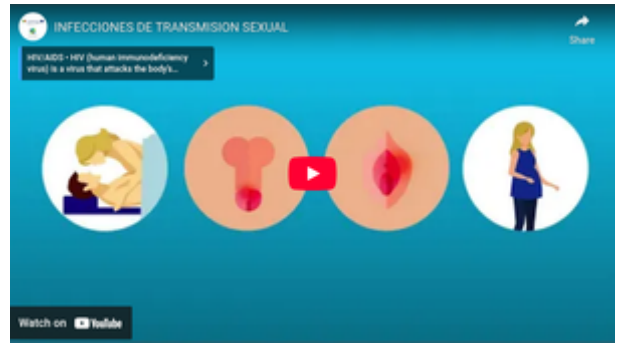
OTURUM 2 HAMİLELİK

KORUNMA YONTEMLERİ



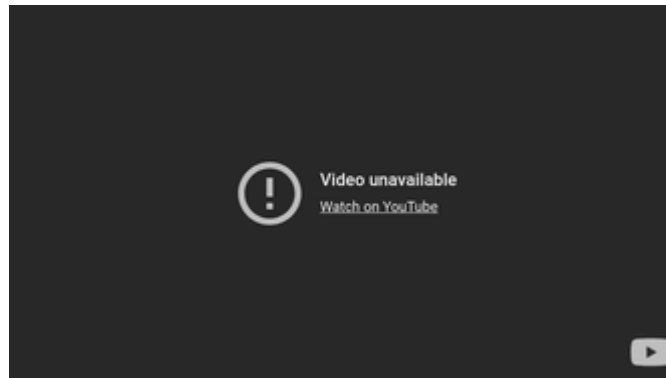
EKLER 6-8

OTURUM 2 CİNSEL YOLLA BULASAN ENFEKSİYONLAR



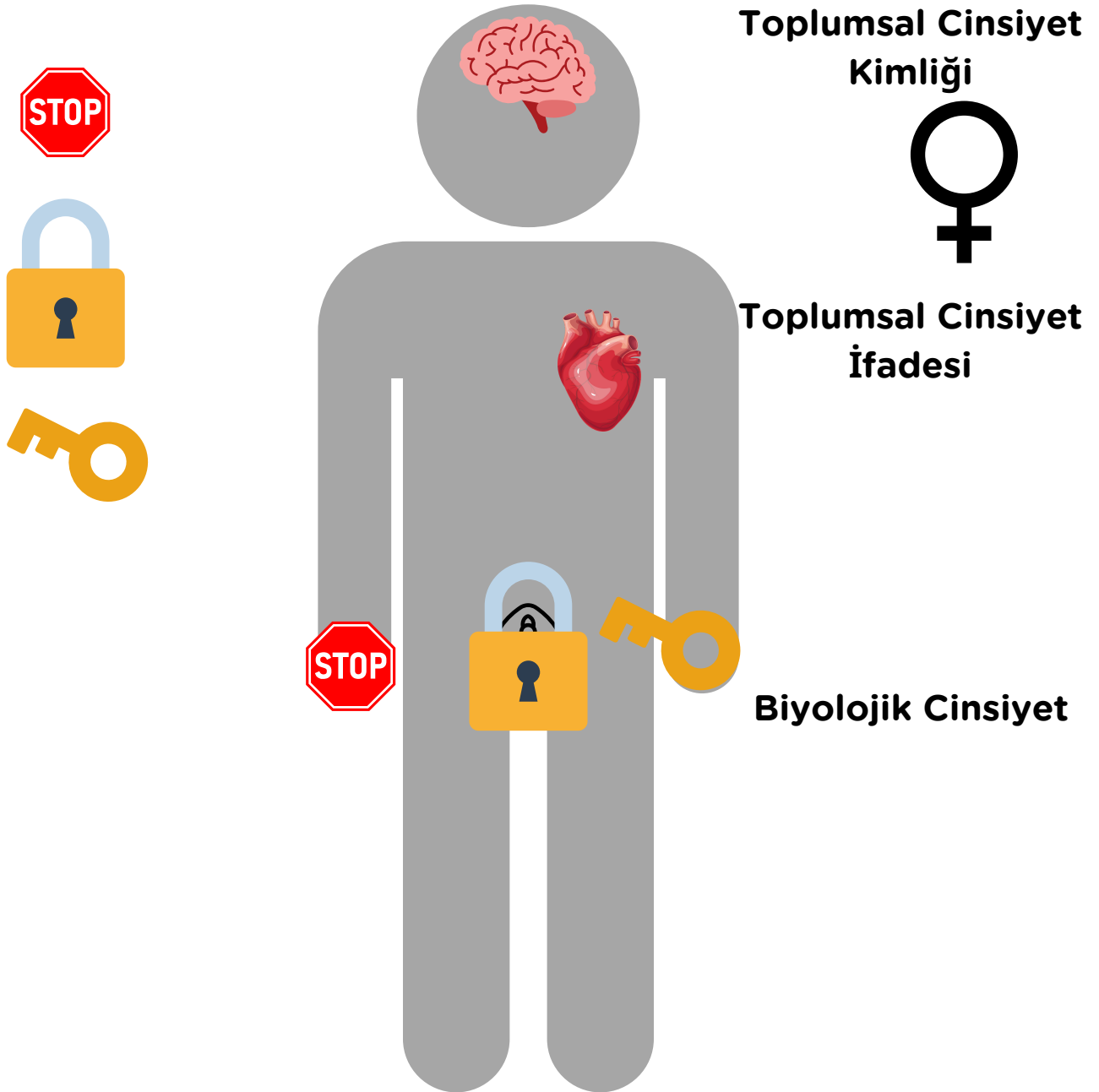
EKLER 6-8

OTURUM 2 HIJYEN PROSEDURLERİ



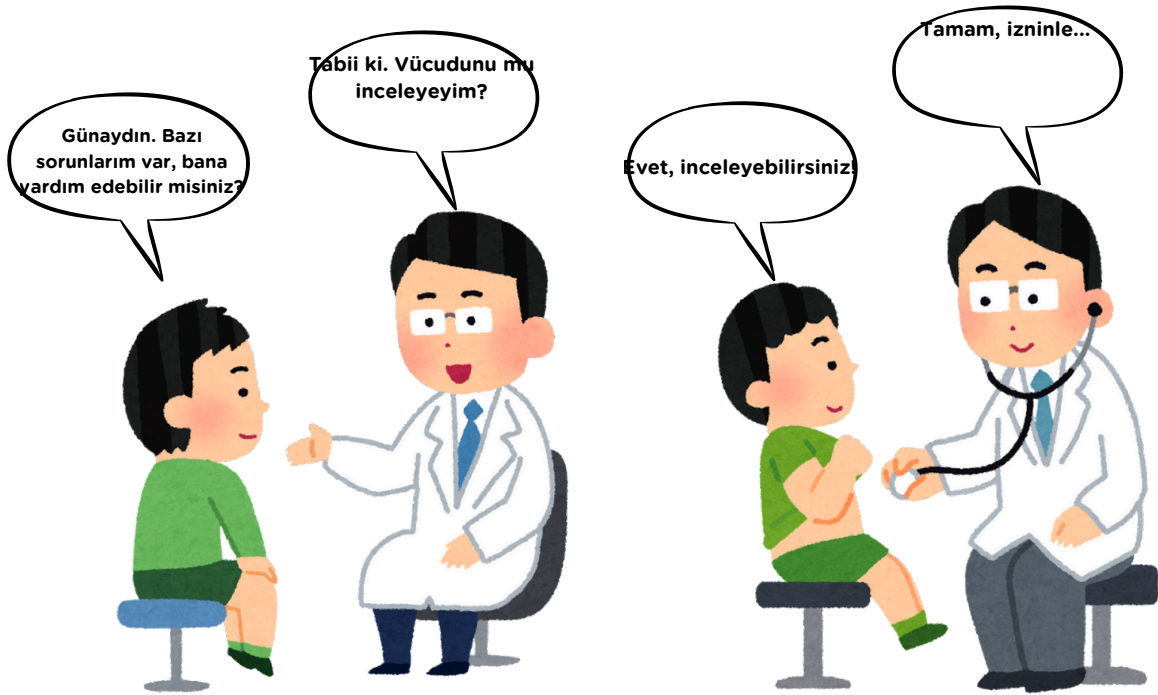
EKLER 6-8

OTURUM 3: B DEN MAHREMİYETİ ( RNEK)

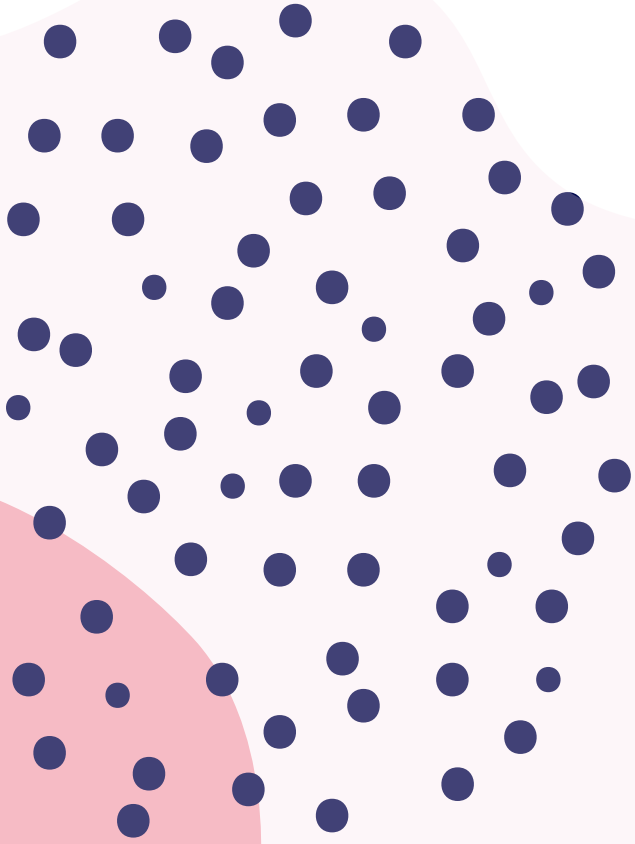


EKLER 6-8

OTURUM 3 DOKTOR



**SORUN
ÇÖZÜLDÜ,
BEDEN
KORUNDU!!**



Co-funded by
the European Union