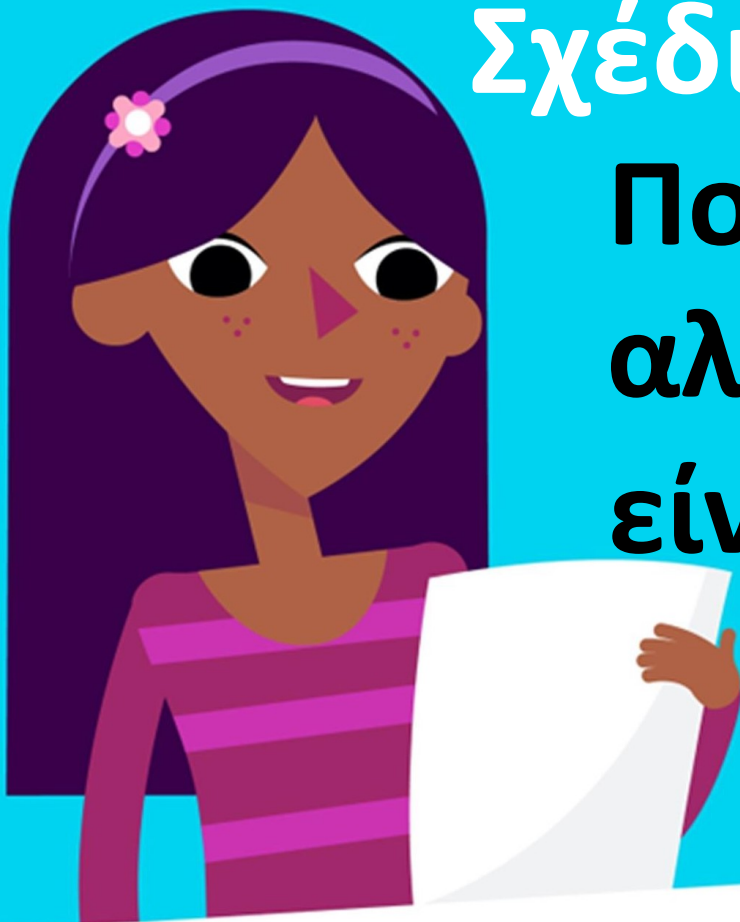




**amaze**

# Σεξουαλική Εκπαίδευση

## Σχέδιο Μαθήματος Πορνό: Τι είναι αλήθεια και τι είναι φαντασία





**ΣΤΟΧΟΙ:** Οι μαθήτριες και οι μαθητές να:

- Περιγράψουν πότε μία εικόνα απεικονίζει ακατάλληλο σεξουαλικό περιεχόμενο (πορνογραφία) και τι συμβαίνει στον εγκέφαλο όταν εκτίθεται σε τέτοιες (γνώση).
- Εξηγήσουν ότι η πορνογραφία συχνά απεικονίζει με εξωπραγματικούς τρόπους τους άνδρες, τις γυναίκες και τις σεξουαλικές σχέσεις (γνώση).
- Αντιληφθούν ότι η πορνογραφία μπορεί να είναι παραπλανητική μέσω ανακριβών απεικονίσεων ανδρών, γυναικών και σεξουαλικών σχέσεων (στάση).
- Προσδιορίσουν και να επιδείξουν τρόπους για να μπορούν να μιλήσουν σε έναν έμπιστο ενήλικα σχετικά με την έκθεση σε πορνογραφικό υλικό (δεξιότητα).

*Βασισμένο στον οδηγό της UNESCO International Technical Guidance on sexuality education (2018) Ενότητα 4.3 - Βασική ιδέα: Οι*

**ΔΙΑΡΚΕΙΑ:** 45' – 60' χρόνος μαθήματος στην τάξη

**ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ:** 9-12 χρονών

**ΥΛΙΚΑ:** Πίνακας, μαρκαδόροι, post-its, προτζέκτορας, ηλεκτρονικός υπολογιστής, σύνδεση στο Διαδίκτυο, 3 παραμορφωτικοί φακοί (από κατάσταση παιδικών παιχνιδιών)

**ΣΥΛΛΟΓΙΣΤΙΚΗ:** Τα παιδιά είναι εκτεθειμένα σε **πορνογραφικό υλικό** από νεαρή ηλικία μέσω του διαδικτύου και της πρόσβασης σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Ο μέσος όρος ηλικίας για τη θέαση πορνογραφίας είναι τα **13**, αλλά ένα ποσοστό 27% των παιδιών ήδη έχουν εκτεθεί σε αυτές τις εικόνες από την ηλικία των 11 και ένα 10% από την ηλικία των 9. Πολλά νέα παιδιά δέχονται μεγάλη πίεση από τους συνομήλικους να παρακολουθήσουν πορνογραφία, ακόμη κι αν τα ίδια δεν το επιθυμούν.

**Τα αγόρια υπερεκπροσωπούνται στην κατανάλωση πορνογραφίας.** Η έκθεση σε πορνογραφικό υλικό από νεαρή ηλικία συσχετίζεται με αρνητικούς παράγοντες όπως: *τραύμα, στρες, εθισμός, επίσης μπορεί να οδηγήσει σε επιβλαβής (κακοποιητικές) σεξουαλικές συμπεριφορές<sup>1</sup>.*

Αυτό το βίντεο περιγράφει μερικά από τα *προβληματικά στοιχεία της πορνογραφίας*, όπως τα παραπλανητικά μηνύματα γύρω από τα σώματα, τα μεγαλύτερα στήθη και πέη, καθώς και τη διάρκεια του σεξ. Το πορνό μπορεί επίσης να δείχνει ότι η γυναίκα είναι εκεί μόνο, για να προσφέρει ευχαρίστηση στους άνδρες. Επιπλέον, δύναται κάποιο άτομο να επιδίδεται σε σεξουαλικές πράξεις με άλλα άτομα χωρίς να υπάρχει μεταξύ τους μια στενή σχέση εμπιστοσύνης. Το πορνό μπορεί ακόμα να περιέχει βίαιες ή ενοχλητικές εικόνες. Το βίντεο διευκρινίζει ότι η περιέργεια του να βλέπεις ανθρώπους που επιδίδονται σε σεξουαλικές πράξεις είναι φυσιολογική, αλλά πρέπει να έχουμε επίγνωση ότι ορισμένα από αυτά τα μηνύματα είναι παραπλανητικά. Σας ενθαρρύνει να μιλήσετε σε έναν ενήλικα, τον οποίο εμπιστεύεστε, αν δείτε περιεχόμενο το οποίο σας κάνει να αισθάνεστε άβολα.

<sup>1</sup> Evidence on pornography's influence on harmful sexual behaviour among children (May 2023) Children's Commissioner UK Προσβάσιμο στο: <https://assets.childrenscommissioner.gov.uk/wpuploads/2023/05/Evidence-on-pornography's-influence-on-harmful-sexual-behaviour-among-children.pdf>

## ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΙΣ/ΤΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ<sup>2</sup>:

**Επιβλαβής σεξουαλική συμπεριφορά:** Ένα φάσμα σεξουαλικών συμπεριφορών που επιδεικνύονται από παιδιά, οι οποίες είναι σεξουαλικά επιβλαβείς για τους άλλους, και κυμαίνονται από ακατάλληλες έως προβληματικές, καταχρηστικές και βίαιες.

**Πορνογραφία:** Περιεχόμενο, εικόνες ή βίντεο, των οποίων ο πρωταρχικός σκοπός είναι η σεξουαλική διέγερση των θεατών.

**Παράνομη πορνογραφία - ακραία πορνογραφία:** πορνογραφικό περιεχόμενο το οποίο είναι κατάφωρα προσβλητικό ή άσεμνο και απεικονίζει πράξεις που απειλούν τη ζωή ενός ατόμου ή ενέχουν κίνδυνο σοβαρού τραυματισμού, νεκροφιλίας και μη συναινετικής διείσδυσης.

### Η πορνογραφία και ο ανθρώπινος εγκέφαλος

Η πορνογραφία διεγείρει το τμήμα του εγκεφάλου που απελευθερώνει ντοπαμίνη. Η ντοπαμίνη είναι ένας νευροδιαβιβαστής, δηλαδή η ουσία που χρησιμοποιείται από τα νευρικά κύτταρα, για να επικοινωνούν μεταξύ τους.

Ως νευροδιαβιβαστής η ντοπαμίνη ενεργοποιεί την αίσθηση της ευχαρίστησης και της ανταμοιβής. Είναι ένα από τα πράγματα που μας κάνουν να νιώθουμε καλά όταν απολαμβάνουμε κάτι, όπως φαγητό, μουσική, σεξ κλπ.

Στην πραγματικότητα, οι εικόνες στο πορνό είναι τόσο υπερδιεγερτικές για τον εγκέφαλο, που απελευθερώνουν αφύσικα υψηλά επίπεδα ντοπαμίνης.

Προσπαθώντας το άτομο να δημιουργήσει αυτές τις δόσεις ντοπαμίνης ξανά και ξανά μπορεί να «φθείρει» τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί ο εγκέφαλος. Ίσως, είναι ο λόγος για τον οποίο συχνά κάποιοι καταναλωτές πορνογραφίας λένε ότι πρέπει να καταφύγουν σε πιο σκληροπυρηνικά είδη πορνογραφίας, για να έχουν τα ίδια συναισθήματα ευχαρίστησης, όπως και πριν.

Η πορνογραφία απελευθερώνει τόσο υψηλά επίπεδα ντοπαμίνης στον εγκέφαλο, με συνέπεια οι συχνές προβολές να οδηγούν τον εγκέφαλο σε αδυναμία να ανταποκριθεί σε φυσικές πηγές ευχαρίστησης (ή ακόμα και σε αυτό που μας έδινε ευχαρίστηση πρωτότερα).

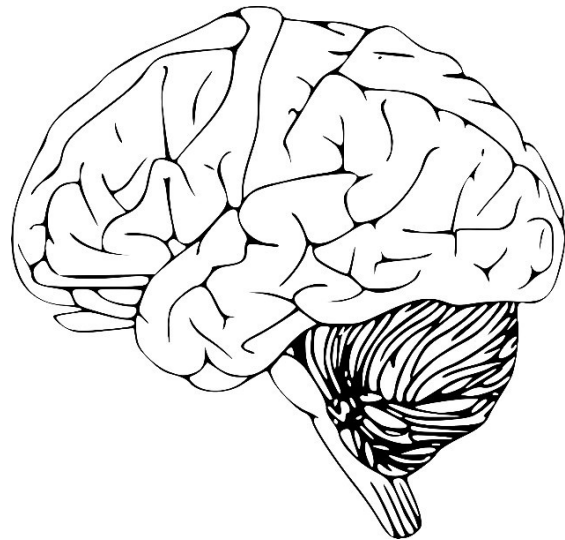
<sup>2</sup> Προσαρμογή από *Evidence on pornography's influence on harmful sexual behaviour among children* (May 2023) Children's Commissioner UK και <https://www.sexeducationaustralia.com.au/how-pornography-changes-our-brain-and-why-our-teens-need-to-know-about-this/> Δείτε για περισσότερες πληροφορίες, <https://www.in.gr/2022/05/17/stories/porno-viomixania-ta-apisteyta-kerdi-ksepernaei-se-tziro-akomi-kai-nba/> και <https://www.vice.com/el/article/y3gajy/h-megalyterh-meleth-gia-to-diadiktyako-porno-ta-apotelesmata-einai-anhsyxhtika>

Απευαισθητοποιεί το κύκλωμα ανταμοιβής του εγκεφάλου μας και έχει τη δυνατότητα να αναστατώσει τη φυσική μας ικανότητα να παράγουμε ντοπαμίνη.

Μελέτες δείχνουν ότι οτιδήποτε δημιουργεί σημαντικές αλλαγές στη μετάδοση της ντοπαμίνης, μπορεί να συμβάλλει στην κατάθλιψη και το άγχος. Επιπλέον άλλες έρευνες δείχνουν ότι οι συχνόι καταναλωτές πορνογραφίας, αναφέρουν μεγαλύτερα συμπτώματα κατάθλιψης, χαμηλότερη ποιότητα ζωής και κακή ψυχική υγεία, σε σύγκριση με αυτούς οι οποίοι δεν παρακολουθούν πορνό.

Όπως αποτυπώνεται στη δημοσιογραφική έρευνα, η βιομηχανία του πορνό είναι μια επικερδέστατη βιομηχανία, με ετήσια κέρδη που ξεπερνούν αυτά του αμερικανικού ποδοσφαίρου NFL και του NBA μαζί. Οι γνωστοί ιστότοποι πορνό έχουν μεγαλύτερη επισκεψιμότητα κάθε μήνα από ηλεκτρονικές πλατφόρμες, όπως το Netflix, το AMAZON και το X (twitter) μαζί.

Κάθε δευτερόλεπτο δαπανούνται 3000 δολάρια σε πορνό, ενώ κάθε 39 λεπτά γυρίζεται μια νέα πορνό ταινία. Το 12% όλων των περιεχομένων στο διαδίκτυο είναι πορνό.



**Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να έχουν υπόψη τους τις παραπάνω πληροφορίες αλλά και γενικότερα στοιχεία που αφορούν την πορνογραφία και την κατανάλωση πορνογραφικού υλικού σε μικρές ηλικίες.**

## ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ - ΕΙΣΑΓΩΓΗ:

### Ντοπάρεται ο εγκέφαλος; (10')

Χωρίζουμε τα παιδιά σε ζευγάρια. Δίνουμε μερικά post-it σε κάθε ζευγάρι. Ζητάμε να συζητήσουν και να γράψουν στα post-its λέξεις, που έρχονται στο νου τους, όταν ακούν ή διαβάζουν τη φράση, «ακατάλληλο σεξουαλικό περιεχόμενο».

Αφού βεβαιωθούμε ότι τα παιδιά έχουν καταγράψει λέξεις, προβάλλουμε στον πίνακα την εικόνα του εγκεφάλου και ζητάμε από τα ζευγάρια να σηκώθουν αφού προηγουμένως διαβάσουν αυτό που έχουν γράψει στο post-it, να το κολλήσουν κάπου στην εικόνα του εγκεφάλου.

Αφού έχουν σηκωθεί όλα τα παιδιά, τότε συζητούμε μαζί τους το ρόλο της ντοπαμίνης (βλπ. παραπάνω) όταν ο εγκέφαλος εκτίθεται σε ακατάλληλο σεξουαλικό περιεχόμενο, δηλαδή σε πορνογραφικό υλικό.

Δίνουμε στα παιδιά μερικά ακόμη post-its και τους ζητάμε να συμπληρώσουν την εικόνα με βάση και τις νέες πληροφορίες που έλαβαν.

**Α' φάση:** Ζητάμε από τα παιδιά -με τους παραμορφωτικούς φακούς- να περιδιαβούν στην τάξη και να περνούν τον φακό τους πάνω από διάφορα αντικείμενα, ή από άλλα παιδιά γύρω τους. Τα παιδιά παρατηρούν πώς αλλάζουν τα πράγματα γύρω μας, ή επάνω μας αν τα δούμε μέσα από τον παραμορφωτικό φακό.

Τα αφήνουμε να παίξουν για λίγο και στη συνέχεια συζητάμε στην ολομέλεια τι συνέπειες θα μπορούσε να έχει για εμάς και τη συμπεριφορά μας η πεποίθηση ότι η παραμορφωμένη εικόνα είναι η πραγματική.

*Για παράδειγμα:* Τι θα γινόταν αν το ένα μου μάτι ήταν μεγαλύτερο από το άλλο; Αν τα μολύβια στην κασετίνα μου ήταν πλακουτσωτά; Αν τα χέρια μου ήταν τόσο μακριά; Κλπ.

Βοηθούμε τα παιδιά να καταλήξουν στο συμπέρασμα ότι σκέψεις, ενέργειες και συμπεριφορές που βασίζονται σε εσφαλμένη πληροφορία, μπορεί να δημιουργούν προβλήματα στη ζωή μας, στο πώς βλέπουμε τον εαυτό μας και τους άλλους ανθρώπους και πώς συμπεριφερόμαστε.

Ζητάμε από τα παιδιά να ξαναδούν το χαρτί, στο οποίο έχουν σημειώσει την παραπλανητική αποτύπωση της πορνογραφίας και να συζητήσουν ποιες μπορεί να είναι οι συνέπειες για τους ανήλικους θεατές αυτού του υλικού.

*Για παράδειγμα:* όταν βλέπουν υπερμεγέθη γεννητικά όργανα, τη μεγάλη διάρκεια της ερωτικής πράξης, τη σωματική επαφή χωρίς συναίνεση, κλπ.

**Β' φάση - Ο εγκέφαλος εκπαιδεύεται:** Λέμε στα παιδιά ότι θα ξανακάνουμε το παιχνίδι των παραμορφωτικών φακών, αλλά αυτήν τη φορά, όταν ο φακός θα πλησιάζει στο σώμα ή στα πράγματα γύρω τους, θα πρέπει ν' αντιδρούν με το σώμα ή λεκτικά, για να δείξουν ότι δεν πιστεύουν σε αυτό που δείχνει ο φακός. Έτσι, θα εκπαιδεύσουμε τον εγκέφαλό μας να αντιδρά στην παραπλάνηση.

Συναποφασίζουμε με τα παιδιά ένα σύνθημα, το οποίο θα επαναλαμβάνουν κάθε φορά που ο φακός τα πλησιάζει. Για παράδειγμα: *Ο εγκέφαλος εκπαιδεύεται - Όχι στην παραπλάνηση!*

## ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ:

### Παραμορφωτικοί φακοί (25')

Λέμε στα παιδιά ότι πρόκειται να παρακολουθήσουν ένα βίντεο αναφορικά με την πορνογραφία. Σε αυτό, θα μάθουν αρκετές «ανακρίβειες» για τα ανθρώπινα σώματα και τις ανθρώπινες σχέσεις που παρουσιάζονται στο πορνό.

Χωρίζουμε τα παιδιά σε τρεις ομάδες: άνδρες – γυναίκες – σχέσεις. Λέμε ότι μετά το τέλος του βίντεο, η κάθε ομάδα θα καταγράψει τις ανακρίβειες οι οποίες παρουσιάστηκαν στο βίντεο και αφορούν το θέμα της ομάδας τους.

Βλέπουμε το βίντεο του **AMAZE**, για την πορνογραφία μέχρι τέλους. Δίνουμε στις ομάδες λίγο χρόνο για τη συζήτηση / καταγραφή. Συζητάμε στην ολομέλεια αυτά, που κατέγραψαν οι ομάδες.

Με βάση τις παραπάνω πληροφορίες, συζητάμε και βοηθάμε τα παιδιά να καταλήξουν στο συμπέρασμα ότι η βιομηχανία του πορνό, πέρα από το ότι παρουσιάζει παραπλανητικές εικόνες για τα ανθρώπινα σώματα και την ερωτική πράξη, -γεγονός που μπορεί να έχει αρνητικές συνέπειες, ειδικά στον νεαρό εγκέφαλο- ταυτόχρονα, είναι ένας τρόπος για κάποιους να αποκομίσουν τεράστια κέρδη.

Λέμε στα παιδιά ότι θα παίξουμε το παιχνίδι των παραμορφωτικών φακών σε δύο φάσεις.

Δίνουμε σε ένα παιδί από κάθε ομάδα ένα παραμορφωτικό φακό.

## ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ:

### Τρόποι αντίδρασης (10')

Λέμε στα παιδιά ότι τώρα που γνωρίζουν για την πορνογραφία, μπορούν να πάρουν μέτρα, ώστε ο εγκέφαλός τους να μην εκτεθεί σε τόσο επιβλαβές περιεχόμενο. Ή, εάν αυτό συμβεί κατά λάθος, να πάρουν μέτρα, ώστε να μην εκτεθούν ξανά τα ίδια ή και άλλα παιδιά στην πορνογραφία.

Ανοίγουμε τον φυλλομετρητή στο <https://saferinternet4kids.gr/hot-topics-ef/akatalhlo/>

Ζητάμε από τα παιδιά να διαβάσουν τις «Συμβουλές, για να παραμείνεις ασφαλής» και τα βοηθούμε να καταλάβουν ότι υπάρχουν τρόποι αντίδρασης. Μπορούν να μοιραστούν αυτό που συνέβη, με ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης, να κάνουν καταγγελία στη δίωξη ηλεκτρονικού εγκλήματος, να κάνουν αναφορά στο μέσο.

### Επέκταση: Ομαδική εργασία για το σπίτι (15')

Τα παιδιά συνεχίζουν να δουλεύουν σε ομάδες. Κάθε ομάδα παίρνει έναν από τους παρακάτω συνδέσμους. Θα πρέπει να εξερευνήσουν τον ιστότοπο και να ετοιμάσουν μια μικρή παρουσίαση (3 ή 4 διαφάνειες PowerPoint), όπου θα παρουσιάσουν το θέμα στην τάξη.

Εναλλακτικά, μπορούν να ετοιμάσουν μια αφίσα, με πληροφορίες για το θέμα τους και να την παρουσιάσουν στην τάξη.

- <https://www.safeline.gr/kane-mia-kataggelia/>
- <https://www.help-line.gr/>
- <https://www.cyberkid.gov.gr/>



## ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ:

Συνοδευτικό υλικό για το βίντεο του AMAZE

<https://youtu.be/u4vXGmmrOEk>

*Evidence on pornography's influence on harmful sexual behaviour among children (May 2023) Children's Commissioner UK*

- <https://assets.childrenscommissioner.gov.uk/wpuploads/2023/05/Evidence-on-pornographys-influence-on-harmful-sexual-behaviour-among-children.pdf>
- <https://www.sexeducationaustralia.com.au/how-pornography-changes-our-brain-and-why-our-teens-need-to-know-about-this/>
- <https://www.in.gr/2022/05/17/stories/porno-viomixania-ta-apisteyta-kerdi-ksepernaei-se-tziro-akomi-kai-nba/>

<https://www.vice.com/el/article/y3gajy/h-megalyterh-meleth-gia-to-diadiktyako-porno-ta-apotelesmata-einai-anhsyxhtika>

<https://saferinternet4kids.gr/hot-topics-ef/akataλληλο/>

<https://www.safeline.gr/kane-mia-kataggelia/>

<https://www.help-line.gr/>

<https://www.cyberkid.gov.gr/>