

W1&2	Learning Area	Edukasyon sa Pagpapakatao	Grade Level	8
	Quarter	Ikaapat	Date	

I. PAMAGAT NG ARALIN	Katapatan sa Salita at Gawa
II. MGA PINAKAMAHALAGANG KASANAYANG PAMPAGKATUTO (MELCs)	<p>41. Nakikilala ang</p> <ul style="list-style-type: none"> a. kahalagahan ng katapatan, b. mga paraan ng pagpapakita ng katapatan, at c. bunga ng hindi pagpapakamalas ng katapatan <p>42. Nasusuri ang mga umiiral na paglabag ng mga kabataan sa katapatan</p> <p>43. Naipaliliwanag na: Ang pagiging tapat sa salita at gawa ay pagpapatunay ng pagkakaroon ng komitment sa katotohanan at nang mabuti/ matatag na konsensya. May layunin itong maibigay sa kapwa ang nararapat para sa kanya, gabay ang diwa ng pagmamahal.</p> <p>44. Naisasagawa ang mga angkop na kilos sa pagsasabuhay ng katapatan sa salita at gawa</p> <p>EsP8PBIIIg-12.1, EsP8PBIIIg-12.2, EsP8PBIIIh-12.3, EsP8PBIIIh-12.4</p>
III. PANGUNAHING NILALAMAN	Naipamamalas ng mag-aaral ang pag-unawa sa katapatan sa salita at gawa.

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

I. Panimula/Mungkahing Oras: Unang araw sa unang linggo

Sa araling ito ay inaasahan sa isang kabataang katulad mo na mapalawak ang pag-unawa sa katapatan sa salita at gawa.

Ang pagkakaroon mo ng malawak na kaalaman at sapat na kakayahan ang magiging sandata mo upang maging kaisa ka sa pagpapantili ng buhay at pamayanang kinabibilangan mo.

Nakikilala mo ba ang taong nasa larawan sa ibaba? Siya si G. Danny Namion na isang airport security guard. Kinilala siya dahil sa kaniyang katapatan. Hindi siya nag-atubiling isauli ang isang bag na naglalaman ng limang daang libong piso sa isang OFW na nagbalik-bayan. At dahil dito, siya ay nag-viral sa social media at pinuri ang kaniyang katapatan.

(Kung mayroong internet connection sa bahay ay maaaring i-access ang internet link upang mas makita ang larawan ng mas malinaw at maayos.)

(<http://www.thecampfirethoughts.com/2019/05/matapat-na-airport-security-guard.html>)



Bakit nakilala at nag-viral si G. Danny Namion sa social media? Ano ang gagawin mo kung ikaw ang nakakuha ng bag na may pera? Ano ang kahalagahan ng pagiging matapat ng isang tao?

D. Pagpapaunlad/Mungkahing Oras: Unang araw sa unang linggo hanggang unang araw sa ikalawang linggo

Maraming Filipino ang nagpapakita ng katapatan katulad ni G. Namion. Subalit marami pa rin ang nakagagawa ng mga bagay na taliwas sa katapatan. Sa susunod na bahagi ay suriin mo ang iba't ibang umiiral na paglabag sa katapatan. Magiging gabay mo ito upang ikaw ay maging maingat sa iyong salita at sa gawa.

Gawain sa Pagkatuto Bilang1: Sa iyong sagutang papel, sagutan ang mga sumusunod na pangungusap. Piliin ang tamang sagot sa loob ng kahon.

katapatan	anti-social
salita	equivocation
pro-social lying	silence
self-enhancement lying	evasion

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

- _____ 1. Ito ay nangangahulugan ng pagliligaw sa sinumang humihingi ng impormasyon sa pamamagitan ng hindi pagsagot sa kaniyang mga tanong.
- _____ 2. Pagsisinungaling upang pangalagaan o tulungan ang ibang tao.
- _____ 3. Ito ay pagsasabi ng totoo ngunit ang katotohanan ay maaaring mayroong dalawang kahulugan o interpretasyon.
- _____ 4. Pagsisinungaling upang isalba ang sarili at maiwasan na mapahiya, masisi o maparusahan
- _____ 5. Ito ay nangangahulugang pagtanggì sa pagsagot sa anumang tanong na maaaring magtulak sa kaniya upang ilabas ang katotohanan.

Ngayon ay palalimin mo ang iyong pagkaunawa sa aralin ng katapatan sa salita at sa gawa. Basahin sa bahagi ng pagpapalalim sa pahina 321-328 sa *EsP 8 Modyul ng Mag-aaral*.

Katapatan sa Salita at sa Gawa

Ang salita ng tao na tumutulong sa atin upang maging ganap ay ginagamit at madalas na inaabuso; ang pagsisinungaling ay isang paraan ng pag-abuso rito. Ang pagsisinungaling ay pagbaluktot sa katotohanan o isang panlilinlang. Ang pagsisinungaling ay ang pagtatago ng isang bagay na totoo sa isang taong may karapatan naman dito. Ayon sa isang artikulo mula sa internet ang sumusunod ay ang iba't ibang uri ng pagsisinungaling.

- A. Pagsisinungaling upang pangalagaan o tulungan ang ibang tao (Pro-social Lying).** Madalas na nagagawa ito para sa isang taong mahalaga sa kaniyang buhay.
- B. Pagsisinungaling upang isalba ang sarili upang maiwasan na mapahiya, masisi o maparusahan (Self-enhancement Lying).** Marahil na naobserbahan mo ang iyong mga kapatid na nakagawa ng pagkakamali sa bahay.
- C. Pagsisinungaling upang protektahan ang sarili kahit pa makapinsala ng ibang tao (Selfish Lying).** May mga taong labis na makasarili.
- D. Pagsisinungaling upang sadyang makasakit ng kapwa (Antisocial Lying)** Minsan kapag may galit tayo sa isang tao, lumilikha tayo ng maraming kuwento na makasisira sa kaniyang pagkatao. Marami pang ibang mga dahilan kung bakit nagsisinungaling ang isang tao. Ang sumusunod ay ilan lamang sa mga ito:
 - a. Upang makaagaw ng atensyon o pansin
 - b. Upang mapasaya ang isang mahalagang tao
 - c. Upang hindi makasakit sa isang mahalagang tao
 - d. Upang makaiwas sa personal na pananagutan
 - e. Upang pagtakpan ang isang suliranin na sa kanilang palagay ay seryoso o "malala"

Narito ang pitong pinakamahalagang dahilan sa pagsasabi ng totoo.

1. Ang pagsasabi ng totoo ang natatanging paraan upang malaman ng lahat ang tunay na mga pangyayari. Sa ganitong paraan, maiiwasan ang hindi pagkakaunawaan, kalituhan at hindi pagkakasundo.
2. Ang pagsasabi ng totoo ang magsisilbing proteksyon para sa mga inosenteng tao upang masisi o maparusahan. Nangyayari ito sa mga pagkakataong ginagamit ang ibang tao upang mailigtas ang sarili sa kaparusahan.
3. Ang pagsasabi ng totoo ang magtutuklas sa tao upang matuto ng aral sa mga pangyayari. Sabi nga nila, minsan masakit talagang malaman ang katotohanan ngunit mas magiging masakit kung ito ay pagtatakpan ng kasinungalingan.
4. Mas magtitiwala sa iyo ang iyong kapwa. Ang tiwala ay nagsisimula sa patuloy na pagpapakita ng magandang halimbawa ng katapatan sa kapwa. Hindi ito hinihingi dahil hindi naman din ito basta ibibigay sa hindi karapat-dapat. Ito ay itinatanim at inaani sa tamang panahon. Isang pagkakataon lamang na masira ang tiwala ng iyong kapwa sa iyo, napakahirap na itong mabawi o mabura. Ang isang saglit ng pagsisinungaling, panloloko at pagnanakaw ay kapalit ng habang buhay na pagkasira ng iyong pagkatao sa mata ng iyong kapwa.
5. Hindi mo na kinakailangang lumikha pa ng maraming kasinungalingan para lamang mapanindigan ang iyong nilikhang kuwento. Sa mahabang panahon gagawin mo ito para lamang mapagdugtong-dugtong ang mga kasinungalingang iyong kinatha.
6. Inaani mo ang reputasyon bilang isang taong yumayakap sa katotohanan – isang birtud na pinahahalagahan ng maraming tao.
7. Ang pagsasabi ng totoo lamang ang magtutulak sa iyo upang makaramdam ng seguridad at kapayapaan ng kalooban.

May apat na pamamaraan ng pagtatago ng katotohanan ayon sa aklat ni Vitaliano Gorospe (1974).

1. **Pananahimik (silence).** Ito ay nangangahulugang pagtanggì sa pagsagot sa anumang tanong na maaaring magtulak sa kaniya upang ilabas ang katotohanan.
2. **Pag-iwas (evasion).** Ito ay nangangahulugan ng pagliligaw sa sinumang humihingi ng impormasyon sa pamamagitan ng hindi pagsagot sa kaniyang mga tanong.
3. **Pagbibigay ng salitang may dalawang ibig sabihin o kahulugan (equivocation).** Ito ay pagsasabi ng totoo

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

ngunit ang katotohanan ay maaaring mayroong dalawang kahulugan o interpretasyon.

4. **Pagtitimping Pandiwa (Mental Reservation).** Ito ay nangangahulugang paglalagay ng limitasyon sa tunay na esensya ng impormasyon. Ito ay mag-aakay sa taong humihingi ng impormasyon na isipin kung ano ang nais na ipaisip ng nagbibigay ng impormasyon.

May tatlong maliliit na huwaran ng asal (behavior patterns) na nagpapakita ng tatlong malalaki at magkakaugnay na birtud:

1. **Decisiveness.** Gumagawa ka ba ng tama at mabuting mga pagpapasiya at naninindigan para rito?
2. **Openness and humility.** Ikaw ba ay bukas sa iyong kapwa? Sa pagbabahagi mo ba ng iyong sarili sinisiguro mo na ito ay may kalakipna moral na awtoridad (moral authority)? Ikaw ba ay marunong tumanggap ng pagkakamali?
3. **Sincerity or honesty.** Ang lahat ba ng iyong iniisip at ginagawa ay sinisiguro mo na yumayakap sa katotohanan?

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Sagutin ang mga sumusunod na katanungan sa iyong sagutang papel.

1. Bakit may mga pagkakataon na mas nangingibabaw ang mga gawaing taliwas sa katapatan?
2. Ilarawan ang isang taong matapat. Magbigay ng halimbawa.
3. Paano mo mailalarawan ang mundong pinairal ang katapatan? Ng kasinungalingan?
4. Bakit mahalagang isabuhay ang katapatan sa salita at gawa?
5. Ano ang maaari mong gawin upang mapangibabaw sa lahat ng pagkakataon ang katapatan?

E. Pakikipagpalihan/Mungkahing Oras: una at ikalawang araw sa ikalawang linggo

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Tukuyin kung anong pamamaraan ng pagtatago sa katotohanan ang ipinakikita sa sumusunod na sitwasyon. Piliin ang pinaka- angkop na sagot mula sa sumusunod na pagpipilian. Isulat ang titik ng tamang sagot. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

a. Pananahimik

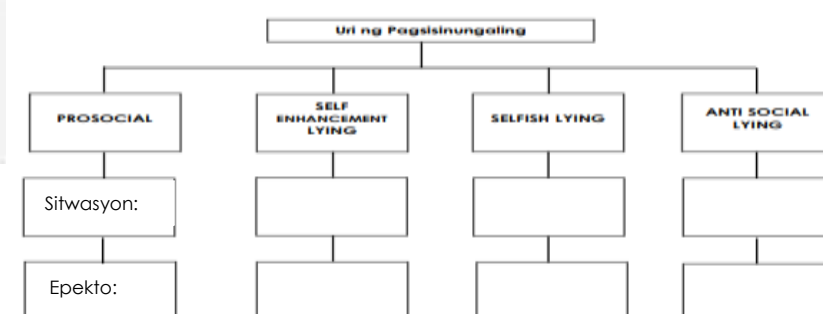
c. Pagbibigay ng salitang

b. Pagtitimping Pandiwa

may dalawangibigsabihin o kahulugan
d. Pag-iwas

1. Si Mhai ang saksi sa isang engkwentro ng barilan kung saan namatay ang kanilang kapitbahay. Tinanong siya ng mga awtoridad subalit hindi siya sumasagot.
2. Iniiba ni Cheng ang usapan sa tuwing tatanungin siya kung nasaan ang mga magulang.
3. Gustong-gustong suntukin ni Mario si Luis dahil sa ginawa nitong panloloko sa kapatid.
4. Dadaan si Ruela sa may tindahan, subalit noong nakita niya si Akisha ay agad siyang lumihis ng daan.
5. Hindi maituro ni Sophia ang may kalasanan sa guro dahil pinagbantaan siya ng kanyang mga kaibigan.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Mag-isip ng sitwasyon sa iyong buhay na nagamit mo ang isang uri ng pagsisinungaling at ano ang naging epekto nito sa iyo. Gawin ito sa iyong sagutang papel.



Tanong:

1. Anong aral ang natutunan mo sa natapos na gawain?
2. Paano mo ipinakita ang iyong pagsisi sa nagawang pagsisinungaling?

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

Gawain sa Pagkatuto Bilang 5: Sa gawaing ito, susukatin o tatayahin mo ang iyong katapatan gamit ang "Honesty Meter" (larawan sa kanan). Sundin ang mga sumusunod na panuto at gawin ito sa iyong sagutang papel.



1. Batay sa mga nabasa mo ukol sa aralin, tayahin ang iyong katapatan gamit ang "Honesty Meter." Isalang-alang ang mga nakalipas na karanasan na sumubok sa iyong katapatan.
2. Guhitan mo ng arrow paturo sa bilang na mapipili ng pagtataya para sa iyong sarili. Piliin ang bilang isa (1) kung sa palagay mo ay madalas ang paggawa ng taliwas sa katapatan at sampu (10) naman kung nagpapakita nang buong katapatan sa salita at sa gawa.
3. Sumulat ng maikling paliwanag kung bakit ito ang ibinigay na pagtataya sa sariling katapatan.

Paliwanag:

4. Matapos ang pagtataya ay gumawa ng mga tiyak na hakbang kung paano makaiiwas sa paggawa ng mga gawain na taliwas sa katapatan.
5. Bantayan ang paglalapat ng mga tiyak na hakbang sa loob ng isang linggo.
6. Ilapat ang mga tiyak na hakbang sa katulad na pormat sa ibaba. Inihanda ang unang bilang upang magsilbing halimbawa.

Mga Tiyak na Hakbang	Nagawa ko...						Hindi ko Nagawa					
	Lunes	Martes	Miyerkules	Huwebes	Biyernes	Sabado	Linggo	Lunes	Martes	Miyerkules	Huwebes	Biyernes
1. Magiging matapat sa mga pagsusulit. Hindi ako mangongopya at magpapakopya sa aking mga kamag-aral.	✓	✓		✓	✓					✓		

7. Gumawa ng pagninilay pagkatapos ng isang linggo. Kailangang itala ang lahat ng mga naging karanasan sa pagsasagawa ng gawain.

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

Rubrik sa Pagtatasa sa Gawain sa pagkatuto Bilang 5

Kraytirya	5	3	1
Honesty Meter	Naipaliwanag ng maayos ang iskor na naibigay sa honesty meter	May kakulangan sa paliwanag sa iskor na ibingay sa honesty meter	Nagbigay ng iskor sa honesty meter subalit walang paliwanag
Mga hakbang	Kumpleto at maayos na nailahad ang mga gawain	May kakulangan sa at may kaguluhan ang nailahad na gawain	Hindi malinaw ang nailahad sa gawain
Pagninilay	Buo ang kaisipan at maayos na naipahayag ang pagninilay sa natapos na gawain	May kakulangan sa sa kaisipan ng pagninilay sa natapos na gawain	Hindi nakapagpahayag ng pagninilay sa natapos na gawain.

A. Paglalapat/Mungkahing Oras: Ikalawang araw sa ikalawang linggo

Punanang angkop na salita ang bawat patlang upang mabuo ang diwa ng pangungusap. Piliin ang sagot sa loob ng kahon. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

Ang bawat _____ ay nararapat na magtaglay ng mataas na pamantayang _____ para sa kaniyang _____ at maging tapat sa kaniyang _____ at _____

gawa	tao	moral
sarili	salita	

V. PAGTATAYA

(Mungkahing Oras: _____)

(Ang mga Gawain sa Pagkatuto para sa Pagpapayaman, Pagpapahusay, o Pagtataya ay ibibigaysa aikatlo at ikaanim na linggo)

VI. PAGNINILAY

Mungkahing Oras: Ikalawang araw sa ikalawang linggo

Batay sa iyong sariling karanasan, saan mo nakita ang kahalagahan ng katapatan? Sumulat ng dalawa hanggang tatlong pangungusap sa iyong sagutang papel upang masagot ang tanong na ito.

Personal na Pagtatasa sa Lebel ng Performans Para sa Mag-aaral

Pumili ng isa sa mga simbolo sa ibaba na kakatawan sa iyong nagging karanasan sa pagsasagawa ng mga gawain. Ilagay ito sa Hanay ng LP o Lebel ng Performans. Basahin ang deskripsiyon bilang gabay sa iyong pagpili:

- ☆ - Nagawakonangmahusay. Hindi akonahirapansapagsasagawanito. Higit na nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.
- ✓ - Nagawa ko nang maayos. Nahirapan ako nang bahagya sa pagsasagawa nito. Nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.
- ? - Hindi ko nagawa o nahirapan ako nang labis sa pagsasagawa nito. Hindi ko nauunawaan ang hinihingi sa gawain. Kailangan ko pa ng paglilinaw o dagdag kaalaman upang magawa ko ito nang maayos o mahusay.

Gawain Sa Pagkatuto	LP	Gawain Sa Pagkatuto	LP	Gawain Sa Pagkatuto	LP	Gawain Sa Pagkatuto	LP
Bilang 1		Bilang 3		Bilang 5		Bilang 7	
Bilang 2		Bilang 4		Bilang 6		Bilang 8	

VII. SANGGUNIAN

Batayan aklat sa Edukasyon sa Pagpapakatao 8

<https://www.slideshare.net> Esp 8 4th quarter

Inihanda ni:	Rochelle S. Aurelio	Sinuri nina:	Jun A. Robles Venesa M. Buen Clariza G. Terones Philips T. Monterola
--------------	---------------------	--------------	---

W3&4

Asignatura
Markahan

Edukasyon sa Pagpapakatao
Ikaapat

Baitang
Petsa

8

I. PAMAGAT NG ARALIN

II. MGA PINAKAMAHALAGANG KASANAYANG PAMPAGKATUTO (MELCs)

Ang Sekswalidad ng Tao

45. Natutukoy ang tamang pagpapakahulugan sa sekswalidad
46. Nasusuri ang ilang napapanahong isyu ayon sa tamang pananaw sa sekswalidad
47. Nahihinuha na:
Ang pagkakaroon ng tamang pananaw sa sekswalidad ay mahalaga para sa paghahanda sa susunod na yugto ng buhay ng isang nagdadalaga at nagbibinata at sa pagtupad niya sa kanyang bokasyon na magmahal.
48. Naisasagawa ang tamang kilos tungo sa paghahanda sa susunod na yugto ng buhay bilang nagdadalaga at nagbibinata at sa pagtupad niya ng kanyang bokasyon na magmahal

EsP8PIVa-13.1, EsP8PIVa-13.2, EsP8PIVb-13.3, EsP8PIVb-13.4

III. PANGUNAHING NILALAMAN

Naipamamalas ng mag-aaral ang pag-unawa sa mga konsepto sa sekswalidad ng tao

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

I. Panimula Mungkahing Oras: (Unang araw sa unang linggo)

Noong nasa Baitang 7 ka ay pinag-aralan mo ang mga inaasahang kakayahan at kilos na dapat linangin ng isang nagdadalaga o nagbibinata. Ngayon ay handa ka na upang maunawaan ang patungkol sa sekswalidad ng tao.

Sa araling ito ay inaasahan sa isang kabataang katulad mo na mapalawak ang pag-unawa sa sekswalidad ng tao.

Hanapin sa loob ng puzzle ang mga salitang may kaugnayan sa sekswalidad.

L	B	A	B	A	E	R	O	C	H	E	L
O	N	Q	P	U	P	P	Y	L	O	V	E
G	S	S	I	a	J	K	B	D	T	E	Y
S	E	K	S	W	A	L	I	D	A	D	R
R	M	L	I	E	E	I	R	U	O	A	T
G	O	A	K	J	B	R	T	O	L	A	O
K	S	J	A	R	H	L	U	L	U	R	N
Q	Y	A	L	R	E	H	D	I	Y	O	S
W	O	V	F	B	U	H	A	Y	F	S	E
B	N	L	L	A	L	A	K	I	E	S	E

Isulat ang mga nahanap na salita sa iyong sagutang papel.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Tanong	Sagot
1. Ano ang napagtanto mo sa mga salita na iyong nakuha mula sa puzzle?	
2. Mula sa mga salitang nahango sa puzzle, ano ang sekswalidad?	

D. Pagpapaunlad: Mungkahing Oras: (Unang araw sa unang linggo hanggang unang araw sa ikalawang linggo)

Mula sa naunang gawain ay nagkaroon ka na ng ideya sa aralin patungkol sa sekswalidad. Ngayon ay gawin ang gawain sa ibaba upang mas makapagbukas ng iyong kaisipan sa araling ito.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Basahin ang sumusunod na babasahin mula sa Pro-Life Philippines (Pilar et. al., 2005). Pagkatapos ay sagutin ang mga susunod na katanungan sa iyong sagutang papel.

Ako ay isang responsableng babae...	Ako ay isang responsableng lalaki...
<ol style="list-style-type: none"> 1. Ang aking mga halik ay di hamak na mas matimbang kaysa anumang party o sine. 2. Ang aking katawan ay templo ng Diyos at hindi isang laruan. 3. Ang unang "AYAW KO" ay mahirap ngunit ang mga susunod ay madali na. 4. Ang pagkabirhen ay isang kanais-nais na katangian at halaga pa rin. Ang kahalayan ay malaking paglabag sa batas moral. 5. Ang aking pananamit, pagkilos, at pananalita ay maaaring magsilbing tukso sa aking kasintahan. Ako ay magiging mabini para sa aming proteksyon. 6. Malaki na ang nagawa ng aking mga magulang para sa akin, nais kong lagi nila akong ikapuri. 7. Ang nobyo ko ay magiging asawa at ama balang araw. Kailangan siyang maging bayani sa mata ng kaniyang asawa at mga anak. Hindi ako gagawa ng anumang bagay sa aming pagtatagpo na hahadlang sa katuparang niyon. 8. Gusto kong maging isang ina at asawa. Ilalaan ko ang aking puri at damdamin para sa aking magiging asawa at anak. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pinagkakatiwalaan ako ng mga magulang ng aking kasintahan at ng aking mga magulang. Hindi ko ito sisirain. 2. Igagalang ko ang aking nobya katulad ng pag-asa kong igagalang ng ibang lalaki ang aking kapatid na babae. 3. Igagalang ko ang pagkababae niya dahil ang aking ina ay isang babae. Hindi ko hihilingin sa aking nobya na gumawa ng mga bagay na ikahihiya kong malaman ng aking ina. 4. Ikinararangal at ikinalulugod kong makasama ang aking nobya. Isang pagkakamali ang umasa nang higit pa bilang kabayaran sa pagtatagpong ito. 5. Balang araw, magiging isang ina at asawa ang aking nobya. Dapat siyang magsilbing halimbawa sa kaniyang mga anak at maipagmalaki ng kaniyang asawa. Tutulungan ko siyang maging malinis ang puso at maging disente tulad ng gusto ko sa mapapangasawa ko. 6. Ang pagkalalaki ay nangangahulugan ng lakas ng karakter gayon din ng katawan. Isang kahinaan ang kakulangan ng pagpipigil sa sarili. Gusto kong malaman ng aking kasintahan na ako ay tunay na lalaki. 7. Ang Panginoong Diyos ay nasa lahat ng lugar, nakikita ang lahat, at alam ang lahat. Maaaring itago ako ng kadiliman ngunit hindi ako maitatago nito sa Diyos.

Tanong	Sagot
1. Ano-anong positibong pananaw sa pakikipag-ugnayan sa katapat na kasarian ang isinasaad ng babasahin? Maglista ng lima at ipaliwanag ang mga ito.	
2. Batay sa babasahing ito, ano ang kahulugan ng pagiging responsable, kaugnay ng sekswalidad?	
3. Ayon sa babasahin, ano ang ibig sabihin ng pagiging tunay na lalaki? Ipaliwanag.	
4. Maglista ng sariling pangako bilang responsableng babae/ lalaki kaugnay ng pakikipag-ugnayan sa katapat na kasarian	

Ang mga sumusunod na babasahin ay malalim na tatalakay sa araling ito. Maaari rin itong mabasa sa bahagi ng **Pagpapalalim** sa pahina 321-328 sa *EsP 8 Modyul ng Mag-aaral*.

Ang Sekswalidad ng Tao

Ang sekswalidad ng tao ay kaugnay ng kaniyang pagiging ganap na babae o lalaki. Hindi ka magiging ganap na tao maliban sa iyong ganap na pagiging babae o lalaki. Maaari ding sabihing, sa iyong pagkalalaki o pagkababae magiging ganap at bukod-tangi kang tao. Halimbawa, may kaugnayan ang iyong pagiging babae o lalaki sa papel na ginagampanan mo sa pamilya at sa lipunan. Sa pamilya, babae lang ang maaaring maging ina, ate, lola, o tiya; at lalaki lang ang puwedeng maging ama, kuya, lolo o tiyo. May mga gampanin din na kakaiba sa lalaki o babae ayon sa dikta o pamantayan ng lipunan o kulturang kinamulatan.

Ang sekswalidad kung gayon ay ang behikulo upang maging ganap na tao - lalaki o babae - na ninanais mong maging. Hindi ito pisikal o bayolohikal na kakanyahan lamang, ang pagpapakalalaki at pagpapakababae ay isang malayang pinili at personal na tungkulin na gagampanan mo sa iyong buong buhay.

Isang moral na hamon sa bawat tao ang pag-iisa o pagbubuo ng sekswalidad at pagkatao upang maging ganap ang pagkababae o pagkalalaki. Kung hindi mapag-iisa ang sekswalidad at pagkatao habang nagdadalaga o nagbibinata, magkakaroon ng kakulangan sa kaniyang pagkatao pagsapit ng sapat na gulang (adulthood). Sa isang taong nasa sapat nang gulang, ang kakulangan na ito ay maaaring magkaroon ng manipistasyon bilang kawalan ng kumpiyansa sa sarili, mga karamdamang sikolohikal o karamdaman sa pag-iisip, at mga suliraning sekswal. Sa ngayon nasa proseso ka ng pag-iisa o pagbubuo nito. Kailangan mo ang masusing pagkilala sa iyong sariling pagkatao, maingat na pagpapasiya at angkop na pagpili upang makatugon sa hamong ito.

Ang tao ay tinawag upang magmahal. Ito ang natatanging bokasyon ng tao bilang tao. May dalawang daan patungo dito – ang pag-aasawa at ang buhay na walang asawa (celibacy).

“Tao lamang ang may kakayahang magmahal, at ang tao lamang ang makapagsisilang ng isa pang tao, na tulad niya ay may kakayahang magmahal. Ang kakayahang ito na magmahal – at maghatid ng pagmamahal sa mundo – ang likas na nagpapadakila sa tao.” (Banal na Papa Juan Paulo II) Ayon sa Banal na si Papa Juan Paulo II sa kaniyang akdang “Love and Responsibility”, upang gawing higit na katangi-tangi ang pagmamahal, at upang ito ay maging buo at ganap kailangang ito ay magkaroon ng integrasyon. Ibig sabihin, kailangang mailakip dito ang lahat ng elemento ng tunay na pagmamahal ayon sa kung alin ang dapat mangibabaw o mauna. Ilan sa mga elementong ito ang kailangan nating linawin.

Kabilang sa mahahalagang elementong tinutukoy dito ay: **ang sex drive o sekswal na pagnanasa, ang kilos-loob (will), mga pandama at emosyon, pakikipagkaibigan at kalinisang puri.**

Ang **Sex Drive o Libido** ay ang pagnanasang sekswal ng tao. Sa yugto ng pagdadalaga at pagbibinata, may mga pagbabago sa iyong katawan na nagiging dahilan ng pagpukaw ng iyong interes sa katapat na kasarian. Sa tamang panahon lilisanin mo rin ang sariling tahanan at hahanap ng kapares sa katapat na kasarian upang magsimula ng sariling pamilya. Sa ngayon ang mga pagbabagong ito ay maaaring makalito sa iyo dahil hindi mo lubos na maunawaan ang mga pagbabagong ito.

Halimbawa, hindi mo maunawaan kung bakit ka namumula tuwing ngumingiti sa iyo ang “crush” mo. O kaya’y labis ang iyong pag-aalala sa iyong isusuot, lalo’t naroon ang mga kasing-edad mo. O kaya’y napapansin mong may kakaiba sa iyong pakiramdam kapag may nakikitang larawan ng magagandang babae o lalaking halos walang saplot. Hindi mo dapat na ipagtaka o ikahiya ang pagkakaroon ng di mo maipaliwanag na pagkaakit sa katapat na kasarian. Natural lamang ito, at kung mapamamahalaan mo, ito ay makatutulong upang ihanda ka sa pagiging ganap na lalaki o babae. Huwag kang mangamba sapagkat ang ating simbuyong sekswal bagamat mayroon din nito ang tao, ay ibang-iba kaysa sa hayop.

Hindi maaaring ikumpara ang katutubong simbuyong sekswal (sex drive) ng hayop sa sekswal na pagnanasa ng tao. Ang instinct sa hayop ay isang awtomatikong kilos o reflex mode na hindi nangangailangan ng kamalayan. Kaya nga kapag nasa panahon na, hindi mo maawat ang mga hayop na gawin kung ano ang likas sa kanila. Gagawin nila ito kahit sa gitna ng kalye tulad halimbawa ng mga asong lansangan. Isa lamang ang layunin ng sekswal na pagsasama ng hayop, ang pagpapanatili ng kaniyang uri. Kaya nga mas angkop na tawaging udyok o simbuyo ng damdamin ang sekswal na

pagnanasa kung tao ang pag-uusapan. May kamalayan at kalayaan ang sekswalidad sa tao. Ito ay bunga ng pagpili, may tuon, at nag-uugat sa pagmamahal.

Ang sekswal na pagnanasa sa tao ay maaari niyang supilin o hayaang mangibabaw sa kaniyang pagkatao. Kung hayaang mangibabaw, maaari itong magbunga ng kakulangan sa kaniyang pagkatao o maging sanhi ng abnormalidad sa sekswal na oryentasyon. Sa kabilang banda, kung mapamamahalaan at mabibigyan ng tamang tuon, ay maaaring makatulong sa paglago niya bilang tao at magbigay ng kaganapan sa kaniya bilang lalaki o babae.

Ang **Puppy Love** ay maaaring bunga ng senswalidad, na pinupukaw ng mga pandama (senses) at damdamin na tinatawag na sentiment, na bunsod naman ng emosyon. Kapag nakakilala ka ng isang tao na sa iyong pamantayan ay nakaaakit, natural lamang na ang una mong naging batayan ng paghuhusga ay ayon sa iyong mga pandama. Maaaring sa una ang nakapupukaw ng iyong interes sa kaniya ay ang ganda ng kaniyang mukha, katawan, kilos, pananamit o kaya'y talento at hindi ang kaniyang pagkatao; dahil nga hindi mo pa naman siya lubos na nakikilala. Katunayan nga minsan dahil hindi naman kayo nagkakaroon ng pagkakataon na magkasama, at lubos na magkakilala, nawawala rin kaagad ang interes mo sa kaniya. O kaya naman naroon lang ang interes kapag kasama mo o nakikita siya. O di kaya'y may nakita kang bagay na hindi mo nagustuhan sa kaniya. Nalaman mo halimbawa na mabaho pala ang hininga niya.

May mga pagkakataon naman na ang paghanga ay mas masidhi o sabi nga "intense". Hindi ka makakain, hindi makatulong, palagi mo na lamang siyang naiisip. Gusto mong lagi siyang nakikita. Gusto mong lagi siyang nakakasama. Wala kang makitang kapintasan, perpekto ang tingin mo sa kaniya. Nakatutunaw ang mga tingin niya at nakakapaso ang dampi ng palad niya. Siguradong-sigurado ka na siya na ang mamahalin mo habang buhay. Pagmamahal na nga kaya ito? Huwag malungkot o madismaya kung sabihin man sa iyo ng mga nasa hustong edad at nakaranas na nito – hindi ito ang tunay na pagmamahal na pinaghahandaan mo.

Ang Paggamit sa Kapwa at Pagmamahal

Ang pagmamahal ay nagsisimula sa isang pagpapasiyang magmahal. Ang mga paghangang nararamdaman mo ay maaari ngang mauwi sa pagmamahal kung kapwa kayo malayang magpapasiya na pagsikapang mahalin ang isa't isa. May mga mahahalagang elementong isinasalang-alang ang tunay na pagmamahal. Una, tinitingnan mo ang minamahal bilang kapares at kapantay. Ikalawa, iginagalang ninyo kapwa ang dignidad at kalayaan ng bawat isa. Hindi ka niya dapat piliting gumawa ng mga bagay na labag sa iyong kalooban at gayon din naman hindi mo siya dapat pagawin ng bagay na alam mong hindi niya gustong gawin. Dapat na mahalaga sa iyo ang kaniyang ikabubuti at gayon din naman ang ikabubuti mo ay mahalaga sa kaniya. Kaya nga, hindi dapat na mapabayaang ang iyong pag-aaral. Pagdating ng tamang panahon at nagpasiya ka nang bumuo ng sarili mong pamilya katuwang ang iyong minamahal, dapat din na handa kayo para sa mga magiging responsibilidad dito.

Ang Kalinisang Puri at Pagmamahal

Isang mahabang listahan ng mga HINDI dapat gawin! Ngunit ang totoo, ang kalinisang puri ay isang pagkilos. Ito ay pag-oo at hindi pag-hindi. Ito ang pag-oo sa pagkatao ng tao. Kung tinitingnan natin ang tao bilang tao, hindi na kailangan ang mahabang listahan ng HINDI na ito. Ang birtud na ito ay tumitiyak na kailanman hindi titingnan ang minamahal bilang isang bagay. Sa mga mag-asawa na sa ganitong pananaw nagsimula, malaya at may buong pagtitiwala ang pagbibigay ng sarili sa isa't isa sapagkat ang pagtatalik ay hindi bunga lamang ng sekswal na pagnanasa, kundi ang pagbibigay ng buong pagkatao. Kung ang pagtatalik nilang ito ay bunsod lamang ng sekswal na pagnanasa, ginagamit lamang nila kapwa ang isa't isa upang pagbigyan ang tawag ng laman. Hindi nagiging tagumpay ang pagsasamang sa kasiyahan ng katawan nakabatay dahil hindi nito pinahalalagahan ang pagkatao ng tao.

Sa panliligaw, ang madalas sabihin ng mga lalaki sa kanilang nililigawan at sa pamilya nito, "Malinis po ang hangarin ko sa kaniya." Ibig sabihin, hindi katawan lamang niya ang habol ng lalaki, kundi ang buong pagkatao ng kaniyang nililigawan. Ang iba naman ang sinasabi, kung nasa husto nang gulang, "Handa ko po siyang pakasalan." Sabi nga ng Banal na Papa Juan Paulo II, ang taong may kalinisang puri lamang ang may kakayahang magmahal ng tunay

Ang Pagmamahal ay Mapagbuklod

Ang tunay na pagmamahal ay ang lubos na paghahandog ng buong pagkatao sa minamahal. Ang pinakamahalagang palatandaan ng paghahandog na ito, ay ang pagpapakasal. Ipagkakaloob mo ang iyong kalayaan at itatali mo ang iyong sarili sa minamahal habambuhay. Mangangako kayong magmamahalan sa hirap at ginhawa, sa sakit at sa kalusugan

hanggang kamatayan. Iyo na siya at ika'y kaniya; mabaho man ang hininga, malakas man maghilik, malakas kumain, maging sino man siya, habambuhay!

Ang Pagmamahal ay Isang Birtud

"Maraming nagsasabi na ang pagmamahal ay maaaring sukatin sa pamamagitan lamang ng pagiging tunay na damdamin," ngunit ang pagmamahal ay isang birtud at hindi isang emosyon; at lalong hindi pagpukaw lamang sa diwa at mga pandama."

Dahil nga ito'y birtud, ang pagmamahal ay nangangailangan ng paglinang at pagkilos upang mapaunlad ito. Laging ang tuon dito ay ang ikabubuti ng minamahal at ng dalawang taong ngayon ay pinag-isa. Higit na masusubok ang tunay na pagmamahal sa panahong lumipas na ang paghanga na bunsod ng mga pandama at ng matinding emosyon. Sa panahong ito masusukat kung ang minahal mo ay ang pagkatao ng minamahal at hindi ang konsepto lamang ng inakala mong siya. Matutukoy lamang kung tunay ang pagmamahal kung sa paglipas ng panahon ay lalo pang napabubuti nito ang mga taong nagmamahalan

Isa pang mahalagang katangian ng tunay na pagmamahal ang pagiging mapanlikha nito. Katunayan kung itatanong ang tunay na katuturan ng buhay natin sa mundo, masasabing narito tayo sa mundo upang magbigay-buhay at makibahagi sa pagiging manlilikha ng Diyos. Dalawang uri ito, ang pagbibigay-buhay na ito ay maaaring sa paraang **pisikal o sekswal** – ang pagsisilang ng sanggol, o sa paraang ispiritwal – ang mabuhay bilang biyaya na nagbibigay-buhay din sa iba.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Piliin ang titik ng tamang sagot sa bawat pahayag. Isulat ito sa iyong sagutang papel.

- Sino ang may akda ng "Love and Responsibility"?
a. Papa Juan Paulo II b. Papa Juan Paulo III c. Papa Juan Paulo IV d. Papa Juan Paulo I
- Ito ay pundasyon ng isang tunay at wagas na pagmamahalan sa pagdating ng tamang panahon.
a. libido b. puppy love c. Pagmamahal d. Sentiment
- Bunga ng senswalidad, na pinupukaw ng mga pandama (senses) at damdamin na tinatawag na sentiment, na bunsod naman ng emosyon.
a. libido b. puppy love c. Pagmamahal d. Sentiment
- Ito ay nagsisimula sa isang pagpapasiyang magmahal.
a. libido b. puppy love c. Pagmamahal d. Sentiment
- Ito ay bunsod ng emosyon
a. libido b. puppy love c. Pagmamahal d. Sentiment

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Batay sa nagdaang talakayan at iyong dating kaalaman, ano ang maibibigay mong pakahulugan sa salitang sekswalidad? Gawin ito sa iyong sagutang papel.

Ako! Ako! Ako! Ito!

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

E. Pakikipagpalihan: Mungkahing Oras: (Una at ikalawang araw sa ikalawang linggo)

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Basahin ang sumusunod na artikulo tungkol sa ilang mga napapanahong isyu. Suriin ang mga ito sa pamamagitan ng pagsagot sa mga susunod na tanong. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

1. Teenage Pregnancy

Isa itong kuwentong hindi kanais-nais, ngunit madalas nating marinig na nangyayari maging sa ating mga kamag-aral: ang teenage pregnancy.

Ayon sa pinakahuling sensus, may 16.5 milyong Pilipino ang kabilang sa grupong kinse hanggang bente kwatro anyos. Tatlung porsyento (30%) ng mga sanggol na ipinanganganak sa bansa ay isinisilang ng grupong ito. Bago pa man sila tumuntong ng bente anyos, dalawampung limang porsyento (25%) ng mga kabataang babae ay nagiging mga ina na.

Maaaring dahil sa kahihiyan at sa pangamba sa mabigat na responsibilidad na kaakibat ng maagang pagbubuntis, nakagagawa ang maraming kabataang babae ng isang kalunos-lunos na krimen: ang pagpapalaglag o aborsyon.

Ayon sa istadistika, taun-taon, halos 64 000 na mga kabataang babae ang nagpapalaglag sa ating bansa. Ang aborsyon ay hindi legal sa ating bansa. Maraming nagiging kumplikasyon sa kalusugan ng isang babae ang pagpapalaglag. Tulad na lang halimbawa ng labis na pagdurugo dahil sa pagkasugat ng matris, pagkabaog, pagkakaroon ng kanser sa matris, at sa iba'y kamatayan.

Isa ring pangmatagalang epekto ng pagpapalaglag ang tinatawag na post abortion syndrome o PAS. Isa itong karamdaman sa isip na maiihalintulad sa depresyon. Ngunit di tulad ng karaniwang depresyon ang sakit na ito ay di maiibsan ng gamot tulad ng anti-depressants. Sinasabing ito ay 'di naiiwasan; maaaring dumating nang mas maaga o sa huling bahagi na ng buhay ng isang nagpalaglag o nasangkot sa prosesong ito. Karaniwan nang nagiging sugapa sa alak o droga ang mayroong PAS. Marami rin sa kanila ang nagpapapalit-palit ng karelasyon at hindi na muli pang nagkakaroon ng malusog na ugnayan o relasyon sa katapat na kasarian.

Ang mga emosyonal at pangkaisipan na epekto ng pre-marital sex ay nakababahala din. Ang pakikipagtalik sa unang pagkakataon para sa isang babae ay maaaring maging sanhi ng labis na emosyon at pakiramdam na siya'y mahina, ayon sa sikolohistang si Joan Kinlan. Maraming kababaihan ang nagsisi matapos gawin ito na nagiging sanhi ng depresyon o labis na kalungkutan. Pakiramdam nila ay marumi sila at nagamit. Maraming mga kabataan ang hindi nakakayanan ang ganitong pakiramdam kung kayat nalululong sa alak o bawal na gamot. Mayroon ding ilan na nagtatangkang magpatiwakal. Binabagabag sila ng kanilang konsyensya at ito ay may pangmatagalang epekto. Karaniwang nahihirapan na silang magkaroon ng isang malusog na ugnayan sa kabiyaq o asawa pagdating ng panahon.

Ang pagkalito ay isa rin sa mga epekto ng pre-marital sex lalo na sa mga kalalakihan. Nahihirapan na silang tukuyin kung sila nga ay tunay na nagmamahal o mayroon lamang pagnanasa sa babaeng kanilang karelasyon.

Tanong	Sagot
1. Ayon sa artikulo, bakit hindi kanais-nais ang teenage pregnancy? Sang-ayon ka ba dito? Ipaliwanag.	
2. May kakilala ka ba na isang batang ina o ama? Batay sa iyong obserbasyon at namamasid sa kanila, nanaisin mo ba ang maging isang batang ina o ama? Bakit?	
3. Sa iyong palagay, bakit maraming mga kabataan sa ngayon ang nagiging batang ina o ama? Ipaliwanag.	
4. Bakit isang krimen ang pagpapalaglag o aborsyon? Pangatwiran.	
5. Bilang isang kabataan, paano ka makaiiwas sa pagiging batang ina o ama? Magbigay ng ilang mga paraan.	

2. Pornograpiya o Malalaswang Babasahin at Palabas

Marami na ang pag-aaral tungkol sa masamang epekto ng pornograpiya sa kalusugan ng isipan, lalung-lalo na sa mga kabataan. Ano ba ang pornograpiya? Ang pornograpiya ay mga mahahalay na paglalarawan (babasahin, larawan, o palabas) na layuning pukawin ang sekswal na pagnanasa ng nanonood o nagbabasa. Ayon sa mga eksperto, ang epekto nito sa maraming tao ay nagsisimula sa mababaw hanggang sa lumala at maging sugapa na dito. Batay sa pag-aaral ni Iyob (2008), ang maagang pagkahumaling sa pornograpiya ay may kaugnayan sa pakikibahagi o paggawa ng mga abnormal na gawaing sekswal, lalung-lalo na ang panghahalay. Kadalasang ang tema ng mga mahahalay na palabas na ito ay nakapagpapababa sa pagkatao ng mga babae. Sila'y sinasaktan o pinahihirapan sa karamihan nito. Wari ba'y kinamumuhian sila kung tratuhin sa mga palabas na ito. Ang mga kalalaking nanonood ng palabas na malaswa ay nagkakaroon ng pagkamanhid sa pananaw nila sa mga kababaihan. Nagiging animo'y mga bagay lamang ang mga ito. Nagiging mababaw din ang pagtingin nila sa kasal. Ang pinakamalala, ang panghahalay ay hindi na nila tinitingnan bilang isang krimen.

Ayon pa rin kay Iyob (2008) may mga kalalakihan at kababaihan ding dahil sa pagkasugapa sa pornograpiya ay nahihirapang magkaroon ng malusog na pakikipag-ugnayan sa kanilang asawa. Ang mga taong sugapa sa pornograpiya ay nakararanas lamang ng sekswal na kasiyahan sa panonood at pagbabasa ng pornograpiya at pang-aabuso sa sarili (masturbation) at hindi sa normal na pakikipagtalik. Sa Amerika, isa sa itinuturong nagiging dahilan ng diborsyo o paghihiwalay ang tinatawag na sexual dysfunction na kaugnay nito.

Ang pornograpiya rin ang ginagamit ng mga pedophiles sa internet upang makuha ang kanilang mga bibiktimahin. Ang pedophiles ay mga lalaki o babae na nasa hustong gulang na nagnanasa at bumibiktima sa mga bata at paslit. Nilalason nila ang isipan ng mga bata sa pamamagitan ng pornograpiya upang maging madali sa kanilang akitin ito na pumayag sa kanilang mga sekswal na pagnanais.

Dagdag pa sa panganib ng pornograpiya sa internet at sa mga piniratang palabas na tinda sa mga bangketa, karamihan ng mga pelikulang drama o aksyon na ipinalalabas sa mga sinehan at sa telebisyon ay mayroong mahalay na eksena. Ito nga ang nanghihiyakat sa mga kabataan na panoorin ang mga ganitong palabas. Maging sa pelikulang pampamilya ay mayroong eksenang sekswal ang tema. Maging ang ilang mga cartoon o anime na palabas mula sa Hapon ay mayroong malalaswang paglalarawan sa kababaihan, halikan at mga eksenang sekswal ang nilalaman. Ang mga mahahalay na eksenang ito ay pumupukaw ng mga damdaming sekswal sa mga kabataang wala pang kahandaan para dito. Ang mga damdaming sekswal na ito ay nakalilito at labis para sa kanilang murang edad.

Tanong	Sagot
1. Ayon sa artikulo, ano-ano ang maaaring maging masasamang epekto ng pornograpiya sa isipan ng tao? Isa-isahin at ipaliwanag ang mga ito.	
2. Paano pinabababa ng pornograpiya ang dignidad ng tao? Ipaliwanag.	
3. Paano naapektuhan ng pornograpiya ang kalayaan ng mga taong nalululong sa pornograpiya? Ipaliwanag.	
4. Anong maling pananaw sa pakikipag-ugnayan sa katapat na kasarian ang pinalalaganap ng pornograpiya? Ipaliwanag.	
5. Bilang isang kabataan paano mo mapangangalagaan ang iyong sarili laban sa mga midyang nagpapalaganap ng pornograpiya? Magbigay ng ilang mga paraan.	

Gawain sa Pagkatuto Bilang 5: Pumili sa loob ng kahon ng tamang sagot sa sumusunod na pahayag sa bawat bilang. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

Pag-aasawa	Sekswalidad	Birtud
Celibacy	Pagmamahal	Puppy Love
1.	Ang tao ay tinawag upang magmahal.	
2.	Ito ang natatanging bokasyon ng tao bilang tao. May dalawang daan patungo dito	
3.	Isang behikulo upang maging ganap na tao - lalaki o babae.	
4.	Kalinisang Puri	
5.	Isang mababaw na pag-ibig	

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

Gawain sa Pagkatuto Bilang 6: Pumili ng isang napapanahong isyu kaugnay ng sekswalidad. Halimbawa: pornograpiya sa iba't ibang media – internet, comics, magasin, pelikula, telebisyon, musika, radyo etc.; child-trafficking o prostitusyon; maagang pagbubuntis; at iba pa. Gumawa ng isang action plan na maaaring makatulong upang masugpo o mapigilan ang paglaganap ng mga ito. Gamitin ang sumusunod bilang gabay sa inyong pagpapalano. Gawin ito sa isang malinis na papel.

Action Plan (ang unang bahagi ay ginawa upang ikaw ay may halimbawang tutularan)

Layunin	Aktuwal na Gampanin	Paglilingkuran	Inaasahang Pagganap	Sitwasyon
<i>Halimbawa:</i> magbibigay kaalaman patungkol sa lumalaganap na isyu kaugnay ng sekswalidad	Lilikha ng flyers o banner na babasahin	Mga teenager sa komunidad	Magpapaskil ng flyers o banner sa aming pader o bakod na naglalaman ng mga impormasyon upang makatulong na masugpo o mapigilan ang paglagap ng mga isyung may kaugnayan sa sekswalidad	Pagkakaroon ng pagkakataon na makapagbahagi ng impormasyon patungkol sa napapanahong isyu kaugnay sa sekswalidad sa pamamagitan ng pagpapaskil ng flyers o banner.

Narito naman ang rubriks o pamantayan na gagamitin sa pagtataya ng iyong ginawang action plan

Rubriks sa pagtataya

Kraytira	5	3	1
Balangkas	Malinaw at buo ang balangkas o plano	Malinaw subalit hindi buo ang balangkas o plano	Hindi malinaw at hindi nabuo ang balangkas o plano
Epekto	Nagkaroon ito ng maganda at positibong epekto sa kapwa kabataan o sa komunidad	Nagkaroon ito ng positibong epekto sa kapwa kabataan o sa komunidad.	Walang naging epekto sa kapwa kabataan o sa komunidad.

A. Paglalapat: Mungkahing Oras: (Ikalawang araw sa ikalawang linggo)

Punan nang angkop na salita ang bawat patlang upang mabuo ang diwa ng pangungusap. Piliin ang sagot sa loob ng kahon. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

Ang bawat _____ ay may kakayahang _____ kung sino siya. Ang seksawalidad ay ang katangiang bahagi na _____ sa iyo bilang kung ano ka. Ito ang magsisilbing _____ at _____ ng isang tao.

puso	bubuo	isa	kilalanin	kaluluwa
------	-------	-----	-----------	----------

V. PAGTATAYA Mungkahing Oras: Ikalawang araw sa ikalawang linggo

(Ang mga Gawain sa Pagkatuto para sa Pagpapayaman, Pagpapahusay, o Pagtataya ay ibibigay sa ikatlo at ikaanim na linggo)

VI. PAGNINILAY Mungkahing Oras: Ikalawang araw sa ikalawang linggo

Personal na Pagtatasa sa Lebel ng Performans Para sa Mag-aaral

Pumili ng isa sa mga simbolo sa ibaba na kakatawan sa iyong naging karanasan sa pagsasagawa ng mga gawain. Ilagay ito sa Hanay ng LP o Lebel ng Performans. Basahin ang deskripsiyon bilang gabay sa iyong pagpili:

☆ - Nagawa ko nang mahusay. Hindi ako nahirapan sa pagsasagawa nito. Higit na nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.

✓ - Nagawa ko nang maayos. Nahirapan ako nang bahagya sa pagsasagawanito. Nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.

? - Hindi ko nagawa o nahirapan ako nang labis a pagsasagawa nito. Hindi ko nauunawaan ang hinihingi sa gawain. Kailangan ko pa ng paglilinaw o dagdag kaalaman upang magawa ko ito nang maayos o mahusay.

Gawain Sa Pagkatuto	LP	Gawain Sa Pagkatuto	LP	Gawain Sa Pagkatuto	LP
Bilang 1		Bilang 2		Bilang 3	
Bilang 4		Bilang 5		Bilang 6	

VII. SANGGUNIAN

Batayan aklat sa Edukasyon sa Pagpapakatao 8

Inihanda ni:	ROCHELLE S. AURELIO	Sinuri nina:	JUN A. ROBLES VENESA M. BUEN CLARIZA G. TERONES PHILIPS T. MONTEROLA
--------------	---------------------	--------------	---

W5-7	Asignatura	Edukasyon sa Pagpapakatao	Baitang	8
	Markahan	Ikaapat	Petsa	

I. PAMAGAT NG ARALIN	Pagmamahal sa Sarili at Kapwa Tugon sa Karahasan sa Paaralan
II. MGA PINAKAMAHALAGANG KASANAYANG PAMPAGKATUTO (MELCs)	<p>49. Nakikilala ang mga uri, sanhi at epekto ng mga umiiral na karahasan sa paaralan.</p> <p>50. Nasusuri ang mga aspekto ng pagmamahal sa sarili at kapwa na kailangan upang maiwasan at matugunan ang karahasan sa paaralan</p> <p>51. Naipaliliwanag na:</p> <ol style="list-style-type: none"> Ang pag-iwas sa anomang uri ng karahasan sa paaralan (tulad ng pagsali sa fraternity at gang at pambubulas) at ang aktibong pakikisangkot upang masupil ito ay patunay ng pagmamahal sa sarili at kapwa at paggalang sa buhay. Ang pagmamahal na ito sa kapwa ay may kaakibat na katarungan – ang pagbibigay sa kapwa ng nararapat sa kanya (ang kanyang dignidad bilang tao.) May tungkulin ang tao kaugnay sa buhay- ang ingatan ang kanyang sarili at umiwas sa kamatayan o sitwasyong maglalagay sa kanya sa panganib. Kung minamahal niya ang kanyang kapwa tulad ng sarili, iingatan din niya ang buhay nito. <p>EsP8PIVc-14.1, EsP8PIVc-14.2, EsP8PIVd-14.3</p>

III. PANGUNAHING NILALAMAN	Naipamamalas ng mag-aaral ang pag-unawa sa mga karahasan sa paaralan.
-----------------------------------	---

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

I. Panimula: Mungkahing Oras: *Unang araw ng ikalimang linggo*

Bago nagkaroon ng pandemya ay araw-araw mong nakakasalamuha ang iyong mga kamag-aral at iba pang kapwa mag-aaral sa paaralan. Maraming masasayang karanasan ang iyong naalala subalit may ilan ring nakakapagdulot sa iyo ng kalungkutan.

Sa araling ito ay itutuon ang pansin sa pagtalakay sa pangunahing karahasan na laganap sa mga kabataan sa paaralan noong panahon na maaari pang pumasok ang mga mag-aaral na katulad mo sa paaralan at minsan ay nakapagdudulot sa iyo ng kalungkutan. Maaari rin naman na nararanasan ito sa komunidad na iyong kinabibilangan.

Nilalayon ng araling ito na maunawaan mo ang mga karahasang ito upang ikaw ay makaiwas dito sa darating na panahon kapag muling pinayagan ang tradisyonal o nakasanayan mong paraan ng pag-aaral.

Pagmasadan mo ang mga larawan.



Larawan ng isang teenager na masayang papasok sa paaralan



Larawan ng isang teenager na malungkot papasok sa paaralan

Sagutin ang sumusunod na tanong:

Tanong	Sagot
Ano ang damdamin mo sa bawat umaga na alam mong papasok ka na sa paaralan? Ngayong sa bahay ka nag-aaral?	
Ano ba ang imahe ng paaralan para sa iyo? Ano naman ang imahe ng inyong tahanan bilang bahay-aralan ngayong panahon ng pandemya?	
Ano kaya ang dahilan ng ilang mga mag-aaral na hindi masaya sa paaralan? Sa bahay-aralan?	

Maraming sagot marahil ang pumapasok sa iyong isipan ngayon. Sa araling ito, susuriin ang isa sa mga posibleng sagot sa mga naunang katanungan. Handa ka na ba?

IV. YUGTO NG PAGKATUTO AT MGA GAWAING PAMPAGKATUTO

D. Pagpapaunlad: Mungkahing Oras: *Unang araw ng ikalimang linggo hanggang unang araw ng ikaanim na linggo*

Ang babasahin sa ibaba ay magdaragdag kalinawan sa paksang iyong pag-aaralan sa linggong ito. Ito ay bahagi ng pagpapalalim sa Pahina 381-396 sa EsP Learner's Materials ng paksa patungkol sa Kaharasan sa Paaralan.

Ang Pambubulas o Bullying

Ang *pambubulas* o *bullying* ay isang sinasadya at madalas na malisyosong pagtatangka ng isang tao o pangkat na saktan ang katawan o isipan ng isa o mahigit pang biktima sa paaralan. Ito ay nagaganap dahil sa hindi pantay na kapangyarihan o lakas sa pagitan ng mga tao. Ang mga batang nambubulas ay ginagamit ang kaniyang kapangyarihan, na nakahihigit sa kaniyang binubulas – pisikal na lakas, pagkakaroon ng kaalaman sa mga nakahihiyang impormasyon tungkol sa binubulas o kaya naman ay popularidad – upang kontrolin o magdulot ng panganib sa kapwa. Matatawag lamang na pambubulas kung ito ay isasagawa ng paulit-ulit o may potensyal na maulit sa takdang panahon. Nakalulungkot na ang lugar na dating sagrado dahil dito dumadaloy ang karunungan at katuwiran ay nababahiran na ng karahasan.

Ang *pambubulas* ay hindi palaging marahas. Sa katunayan, mas malalim ang sugat na iniwan ng pambubulas na hindi marahas. Upang mas maging madaling unawain, dito ay tatalakayin ang tatlong uri ng pambubulas.

Uri ng Pambubulas

1. **Pasalitang Pambubulas.** Pagsasalita o pagsusulat ng masasamang salita laban sa isang tao.
2. **Sosyal o Relasyonal na Pambubulas.** Ito ay may layuning sirain ang reputasyon at ang pakikipag-ugnayan sa ibang tao.
3. **Pisikal na Pambubulas.** Ito ay ang pisikal na pananakit sa isang indibidwal o pangkat at paninira ng kaniyang mga pag-aari.

Profile ng mga Karakter sa Pambubulas

Ang Nambubulas

Ayon sa isinagawang pag-aaral ni Karin E. Tusinski (2008) ang dahilan ng pambubulas ng isang tao ay maaring nakaugat sa pamamaraan ng pagpapalaki ng kaniyang mga magulang. Sabi niya sa kaniyang pag-aaral, ang isang bata na nambubulas ay:

1. Mas malamang na napalaki ng isang pamilyang napabaya na gawin ang lahat ng kaniyang gustong gawin at hindi napaaalalahanan lalo na sa mga hindi tamang nagagawa.
2. Hindi naramdaman sa kaniyang pamilya ang pagmamahal
3. Hindi napalago ang komunikasyon at ugnayan sa loob ng pamilya
4. Ginamitan ng pananakit bilang pagdisiplina
5. Nakita ang pagiging marahas ng magulang na nagdudulot ng pagkakaroon ng damdamin ng poot sa kapwa at malaon ay makaramdam ng kasiyahan sa pananakit sa iba

Ang Binubulas

Ano naman ang madalas na sanhi kung bakit nabubulas ang isang tao? Narito ang ilan lamang sa mga posibleng dahilan:

1. *Kaibahang Pisikal (physically different).* Ang mga halimbawa nito ay ang maaaring pakakaroon ng kapansanan sa katawan, masyadong mataba o payat, mahina o astigin, masyadong matangkad o bansot, at iba pa.
2. *Kakaibang Istilo ng Pananamit (dresses up differently).* Halimbawa, kung ikaw ay babae, maaaring magiging target ka nila kung masyadong maiksi o bulgar ka sa iyong pananamit, o di kaya masyado namang mahaba o balot ang katawan o konserbatibo ka kung manamit.
3. *Oryentasyong sekswal (sexual orientation).* Lapitin ka ng mga mambubulas kung nakikitaan ka nila ng pagiging mahina bilang isang lalaki o di kaya sa pagiging astigin mo bilang isang babae.
4. *Madaling mapikon (short-tempered).* Natutuwa ang isang nambubulas kung makikitang mabilis na naipakikita ang galit kapag tinutukso o kinukutya. Alam nilang nakaaapekto ang kanilang ginagawa kung kaya matutuwa silang ito ay ulit-ulit gawin.
5. *Balisa at di panatag sa sarili (anxious and insecure).* Ang kawalan ng seguridad sa sarili ay isang palatandaan ng kahinaan. Madali itong nakikita ng mga nambubulas.
6. *Mababa ang tingin sa sarili (low self-esteem).* Maging ang kawalan ng tiwala ay isang napakagandang indikasyon na magiging madali para sa isang mambubulas na maipakita ang kaniyang nakahihigit na kapangyarihan. Mas

tumataas ang tiwala nila sa kanilang sarili kung nakikita nilang walang kakayahan ang kanilang binubulas na ipakita ang kaniyang kakayahan at kalakasan.

7. *Tahimik at lumalayo sa nakararami (quiet and withdrawn).*
8. *Wala kang kakayahang ipagtanggol ang sarili (inability to defend oneself)* laban sa kanila.

Mga Epekto ng Pambubulas

Ayon nga kay Michael Diamond, Direktor ng Plan Philippines, “Nakababahaai ang palaki nang palaking bilang ng mga nabibiktima ng pambubulas dahil ang mga biktima nito ay mayroong posibilidad na makalinang ng pagiging mailap at ng takot na makaaapekto sa pamamaraan ng kanilang pakikipag-ugnayan sa kanilang kapwa, makahahadlang sa kanilang pakikilahok sa paaralan at makapagpapababa ng kanilang marka sa pag-aaral”. Mas higit pa rito, maaari itong magdulot ng takot sa pagharap ng mga bata sa lipunan. Magdudulot ito ng madalas na pagliban sa klase na malaon ay magbubunga ng paghinto sa pag-aaral at pag-ayaw na muli pang bumalik sa paaralan. Narito pa ang ilan sa mga pangunahing epekto ng pambubulas:

1. May mga pag-aaral na makapagpapatunay na ang mga biktima ng pambubulas ay may posibilidad na magkaroon ng labis na pagkabalisa, kalungkutan, suliranin sa pagtulog (sleep difficulties), mababang tiwala sa sarili, maging sakit ng ulo at tiyan at pangkalahatang tensiyon kumpara sa mga kabataan na hindi nagiging biktima ng pambubulas. Ang pambubulas na ito ay magdudulot ng stress sa biktima na malaon ay magdudulot ng mahinang pangangatawan laban sa sakit at impeksyon kung kaya mas marami sa nakararanas ng ganito ay nagiging sakitin.
2. Ang biktima ng pambubulas ay madalas na kakaunti ang kaibigan o maaaring walang kaibigan. Dahil sa kanilang labis na pagiging balisa at sa kanilang mababang pagtingin sa kanilang sarili, masyadong mahirap para sa kanila ang humanap at magkaroon ng kaibigan. Maaari itong magdulot ng pag-iisa at pagiging malayo sa nakararami at magkakaroon sila ng paniniwala na hindi sila karapat-dapat na magkaroon ng kaibigan. Bukod pa rito, ayaw ding makipagkaibigan ng ibang mga mag-aral sa mga biktima ng pambubulas dahil sa takot na maging sila ay maging biktima rin at hindi rin sila magustuhan ng ibang mag-aaral kapag nakitang sila ay nakikihalubilo sa mga binubulas.
3. Isa pa sa posibleng epekto sa biktima ng pambubulas ay ang posibilidad na sila mismo ay maging marahas, maaaring sa panahon ng pambubulas o sa hinaharap. Ang karahasan na ito ay maaari nilang gawin sa kanilang sarili, sa paaralan o maaaring sa taong nambubulas sa kanila. Maaaring makagawa sila ng mas marahas na bagay lalo pa at naging malabis ang sakit na kanilang nararanasan mula sa mga nambubulas. Sila ay napipilitang gumanti at makapanakit.

Ang pambubulas na ito ay maaaring nararanasan rin sa loob ng tahanan kung saan mas maraming oras ang iyong inilalaan ngayong panahon ng pandemya. Maaari rin silang makisali sa patuloy na pagpuna, paninisi para sa mga bagay na hindi mo nagawa, o kaya naman ay hindi mo nararamdaman na pinahahalagahan ka. Panatilihin bukas ang komunikasyon upang maiwasan ang mga bagay na ito at magkaroon ng kaayusan sa loob ng tahanan.

Paglahok sa Fraternity o Gang

Bilang panlipunang nilalang, likas sa atin ang pagnanais na mapabilang (belongingness). Naghahanap tayo ng pangkat kung saan tayo mapabilang maliban sa ating pamilya. Ang usapin na lamang ay kung anong uri ba ng pangkat ang iyong ninanais na kabilang o sa kasalukuyan ay kinabibilangan.

Ano nga ba ang gang? Ano nga ba ang fraternity? Magkapareho ba ito? Walang unibersal na kahulugan ang gang. Ayon sa Kagawaran ng Katarungan ng Estados Unidos ito ay:

1. Pagsasamahan ng tatlo o mahigit pang indibidwal;
2. Ang mga miyembro nito ay kolektibong kinikilala ang kanilang pangkat sa pamamagitan ng paggamit ng pangkatang pagkakakilanlan (group identity) na kanilang ginagamit upang makalikha ng takot o intimidation, madalas ay ginagamit nila ang isa o mahigit pa sa sumusunod:
 - a. iisang pangalan o pagkakakilanlan
 - b. islogan
 - c. mapagkakakilanlan o palatandaan
 - d. simbolo
 - e. tattoo o iba pang marka sa katawan
 - f. kulay ng damit
 - g. ayos ng buhok
 - h. senyales ng kamay o graffiti
3. Ang tanging layunin ay makilahok o sumali sa masasamang gawain o mga krimen at gumagamit ng karahasan o intimidation upang maisagawa ang mga ito.

4. Ang mga kasapi ay sumasali sa masasamang gawain o krimen na kung ang gagawa ay mga nakatatanda, ay mga krimen na may layuning mas palakasin ang kapangyarihan ng pangkat, reputasyon at pinansyal na panustos sa kanilang mga pangangailangan
5. Ang samahan ay maaari ding magtaglay ng sumusunod na katangian:
 - a. Mayroon silang sinusunod na mga panuntunan para sa pagsama o paglahok
 - b. Nagkikita ang lahat ng miyembro sa mga "on a recurring basis"
 - c. Nagbibigay ang mga kasapi nito ng proteksyong pisikal sa mga kapwa kasapi nito lalo na mula sa mga kapwa gang
 - d. Mayroon silang itinuturing na partikular na lugar na tinatawag na "teritoryo"

Ang **fraternity** naman sa kabilang dako ay isang panlipunan o akademikong organisasyon o samahan na ginagamit ang alpabetong Griyego na batayan sa kanilang mga pangalan. Ito ay isang pagkakapatiran (latin:frater na nangangahulugang "brother") na pinag-isa ng layuning mapalago ang aspetong intelektwal, pisikal at sosyal ng mga kasapi.

Narito ang mga pangunahing katangian ng mga gang

- a. Itinuturong nangungunang dahilan sa pagdami ng karahasan o krimen sa kasalukuyan, sa loob man o sa labas ng paaralan.
- b. Upang maging kasapi ng isang gang, isang inisasyon ang kailangang maipasa. Ito ay kadalasang naglalaman ng mga marahas na gawain katulad ng pananakit na pisikal, pananamantala o pagpatay
- c. Ang pagiging kalahok ng isang gang ay maaaring magdulot ng kapahamakan, maaaring maging dahilan ng pagkakakulong o kaya naman ay kamatayan
- d. Ang paglahok sa isang gang ay halos palaging nangangahulugan ng paggamit ng alkohol at droga
- e. Inilalagay nito sa kapahamakan maging ang sariling pamilya na siyang maaring pagbalingan ng mga kalabang gang bilang paghihiganti
- f. Karamihan sa miyembro ng gang ay nadadala ang pagiging marahas hanggang sa kanilang pagtanda, mas madalas na labas masok sa kulungan kung humaba man ang kanilang buhay
- g. Karamihan sa mga miyembro ng gang ay humihinto sa pag-aaral o di kaya naman ay natatanggal sa paaralan
- h. Ang mga miyembro ng gang ay mas madalas na nasa kalye at kung minsan ay humahawak ng baril o iba pang mga armas na nakasasakit at nakamamatay

Mga Pamamaraan Upang Maiwasan ang Karahasan sa Paaralan

Ang mga pamamaraan sa antas na *panlipunan* ay nakatuon sa sosyal at kultural na pagbabago dito upang mabawasan ang karahasan saan man ito nagaganap

Ang programa sa antas na *pampaaralan* ay nakadiseno upang baguhin ang mga kalagayan sa paaralan na kaugnay ng karahasan. Ito ay maisasagawa sa pamamagitan ng pagsasaayos at pagkakaroon ng sistema sa loob ng klase, cooperative learning at wasto at sapat na pamamathubay ng mga guro sa mga magaaral. Sa mga paaralang elementarya ang pamamaraan o istatehiyang tinawag na Good Behavior Game ay nakatutulong upang mabawasan ang pagkaantala ng klase at magkaroon ng mabuting interaksyon sa loob ng klase. Nakatutulong naman ang Second Step Curriculum upang sanayin ang mga mag-aaral sa ikalawa at ikatlong baitang na magkaroon ng pagpipigil sa sarili at empathy upang mabawasan ang agresyon sa kanilang pagkilos at pakikitungo sa kapwa mag-aaral.

Pagmamahal sa SARILI, KAPWA, at BUHAY: Mga Sandata laban sa Karahasan sa Paaralan

Isapuso mo ang katotohanan na nag-iisa ka lamang sa mundo. Mahalaga ka, isa kang hindi na mauulit na ekspresyon ng diwa ng Diyos. Ikaw lang ang mayroong natatanging pagkakataon upang kilalanin nang malalim ang iyong sarili at tuklasin ang landasin na para sa iyo. Kaya mong mahalin ang iyong kapwa, mag-alala para sa kanila, bigyan sila ng lakas ng loob, suportahan, makinig, ngunit lahat ng biyaya ng kasiyahan, pagunawa at pag-aaruga na iyong ibinibigay sa iyong kapwa ay nararapat din para sa iyong sarili. Kailangan mo ng pagmamahal na ikaw lamang ang makapagbibigay.

Dalawang bagay ang mahalaga upang maiwasan ang pagiging mapaghanap at ang kawalang ng kapanatagan ng tao:

1. Kaalaman sa Sarili - Mahalagang kilalanin ang sarili. Ano ang iyong talento at kakayahan? Ano ang iyong kalakasan at kahinaan? May kaalaman ka ba sa iyong damdamin? Ano ang tunay na layunin mo sa buhay? Ano ang gusto mong marating sa hinaharap? Ano ang tunay na makapagpapasaya sa iyo? Ito ay mahalagang tanong na nangangailangan ng sagot upang masabi mong mayroon kang kaalaman sa iyong sarili. Mahalagang masagot ang mga tanong na ito upang maging panatag ang iyong damdamin at ang iyong kabuuan. Sa ganitong paraan mo lamang mauunawaan at matatanggap ang iyong sarili bilang ikaw at hindi maghanap ng mga bagay na hindi naman talaga para sa iyo. Ang pag-unawa at pagtanggap ay pangunahin patungo sa pagmamahal. Ganito mapagtatagumpayan ang pag-iwas na masangkot sa anumang kaguluhan lalo na sa paaralan.

2. Paggalang sa Sarili - Upang magkaroon ka ng paggalang sa kapwa, kailangan mo munang magkaroon ng paggalang sa iyong sarili. Ibig sabihin nito ay ang pagkakaroon ng pagpapahalaga sa sarili (self-esteem or self-worth). Sa madaling salita, mayroon kang positibong pagtingin sa iyong sarili.

Bakit mahalagang matutuhan ng lahat na igalang at mahalin ang kaniyang kapwa?

1. Ang paggalang sa kapwa ay kailangan upang maging ganap ang pagmamahal na inilalaan. Hindi ito hinihingi o binibili, bagkus inaani dahil sa itinanim na paggalang sa kapwa. Palaging pagsikapang gawin kung ano ang makabubuti para sa lahat at magkaroon ng positibong pagtingin sa lahat at nakatitiyak na susuklian din ito ng higit sa iyong ibinigay. Ngunit hindi nangangahulugan na palaging tayong maghihintay ng sukli mula sa ating ibinigay. Tandaan na ang tunay na pagmamahal ay wala kundisyon at walang hinihintay na kapalit.
2. Ang pagmamahal sa kapwa ay nangangahulugan din ng pag-unawa sa kaniya. Kapag mahal mo ang isang tao nakahanda kang tanggapin siya bilang siya. Walang kundisyon at walang inaasahang kapalit. At higit sa lahat palaging nakahandang dumamay sa tagumpay at lalo't higit sa kabiguan.
3. Ang pagmamahal sa kapwa ay may kaakibat na katarungan. Ang katarungan, katulad ng natalakay sa mga nagdaang aralin, ay pagbibigay sa kapwa ng nararapat para sa kapwa, ang paggalang sa kaniyang dignidad bilang tao.

Ang karahasan sa paaralan o sa kahit na saang lugar ay bunga ng pagtalikod ng taong gumagawa nito sa tunay at dalisay na kahulugan ng pagmamahal. Kahit na sino ay sasang-ayon na kapag mananatili ang pagmamahal sa gitna ng lahat ng ugnayan ay walang sinuman ang makaiisip na magdulot ng sakit o panganiib sa buhay ng kaniyang kapwa. Ngunit katulad naman ng anumang halaman o puno ito ay kailangang ipunla, alagaan at palaguin dahil matututuhan lamang ang magmamahal kung ito ay naiparamdam o naiparanas.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Batay sa iyong nabasa sa bahagi ng pagapapaunlad, sagutin ang mga sumusunod na katanungan. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

1. Ano ang sanhi ng karahasan sa paaralan? Isa-isahin ang mga ito?
2. Ano ang dahilan kung bakit umiiral ang karahasan sa paaralan? Talakayin.
3. Ano ang epekto ng pagkakaroon ng karahasan sa paaralan?
4. Paano ganap na masusugpo ang mga karahasan sa paaralan? Ipaliwanag.
5. Paano mo mailalarawan ang isang paaralang ligtas sa anumang uri ng karahasan?

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Sa iyong sagutang papel, sagutan ang mga sumusunod na salita o pangkat ng mga salita. Piliin ang titik ng tamang sagot sa loob ng kahon

- a. Pasalitang Pambubulas
b. sosyal o Relasyonal na Pambubulas
c. Pisikal na Pambubulas

- _____ 1. Panlalait
- _____ 2. Pagmumura
- _____ 3. Panghihikayat sa ibang tao
- _____ 4. Panunukso
- _____ 5. Nangungurot

- _____ 6. Naghamon ng panuntok
- _____ 7. Pananampal
- _____ 8. Pangungutya
- _____ 9. Pagpapahiya sa isang tao
- _____ 10. Naninipa

E. Pakikipagpalihan: Mungkahing Oras: *Ikalawang araw ng ikaanim na linggo hanggang unang araw ng ikapitong linggo*

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Sa iyong sagutang papel, bumuo ng isang Islogan na magbibigay kaalaman patungkol sa karahasan sa paaralan o sa komunidad. Maaari mo rin itong lagyan ng mga disensyo. Gumamit lamang ng mga materyales o kagamitan na makikita sa inyong tahanan. Maaari ka ring magpatulong sa iyong magulang o kung sino man ang kasama sa bahay. Narito ang rubriks sa paggawa.

Rubriks	3 Puntos	2 Puntos	1 Puntos	Iskor
Paksa	Naipakita ng mahusay ang mensahe ng paksa	Di gaanong naipakita ng mahusay ang mensahe ng paksa	Hindi naipakita ng mahusay ang mensahe ng paksa	
Pagkamalikhain	Napakaganda at malinaw ang pagkakasulat ng mga titik	Maganda at malinaw ang pagkakasulat ng mga titik	Di gaanong maganda at di gaanong malinaw ang pagkakasulat ng mga titik	
Kabuuang Iskor				

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Basahin mo ang kuwento sa ibaba. Sagutin ang mga tanong pagkatapos na mailahad ang kwento. Narito ang rubrik sa paggawa ng pangungusap. Isulat ito sa iyong sagutang papel.

3 Puntos	2 Puntos	1 Puntos
Naipapaliwanag ang kasagutan at nakakapagbigay ng sariling opinion	Medyo maayos naipapaliwanag ang kasagutan at medyo nakakapagbigay ng sariling opinyon.	Hindi maayos naipapaliwanag ang kasagutan at hindi nakakapagbigay ng sariling opinyon

<p>Determinado ako na kitlin ang aking sariling buhay.</p>	<p>Ako ay 12 taong gulang, nasa kapitong baitang at ako ay nasa isang bitag – nakakulong sa isang nakatatat na paaralan na pinaghaharian ng isang grupo ng mga kabataang lalaki, na nasisiyahan sa panggigipit at pananakit na pisikal at pasalita, sa bawat minuto ng aking buhay mula pa nang ako ay tumuntong sa paaralan.</p>	
<p>Kaya nga sa kainitan ng araw na iyon, habang ako ay marahang naglalakad pauwi ng aming bahay matapos tumunog ang huling bell sa eskwelahan, napagpasiyahan ko na tapusin na ang aking miserableng buhay.</p>	<p>Yan ay may dalawa puti at apat na taon nang nakalilipas. Noong ako ay isang lampa, buto't balat sa kapayatan, may makapal na salamin, may braces sa ngipin, laman ng aklatan at may pagkamahinhinang kilos.</p>	
<p>Ang aking pagiging bata ay parang isang bangungot na hindi matapos. Wala silang pagod sa pambubulas.</p>	<p>Ang mga batang lalaki sa paaralan na higit na malalaki at malalakas matapos makita ang aking mga kahinaan ay walang patid akong pinarusahan araw araw dahil lamang sa ako ay iba sakanila.</p>	<p>Bago ko pa man lubos na naunawaan ang kahulugan nito ay isinisigaw nila sa akin ang mga bansag na "bakla" at binabae.</p>

Parang lason sa aking puso ang kanilang bawat sigaw. Payapa lamang akosapiling ng aking koleksyon ng mga komiks at ang aking tanging kasiyahan ay ang pagguhit habang nasa harap ng telebisyon.

Sa paaralan ako ay tila ba may nakahahawang sakit. Nilalayuan ng mga kapwa kolelakidahil sa hindi pagkakaroon ng kumpiyansa sa sarili at sapat na pagkalalaki upang mapabilang sa kanilang hanay.

Kaiba ako sa mga kamag-aral kong lalaki sapagkat ako ay tahimik at kaibigan ng lahat ng mga babae sa paaralan.

Kumikilos at nagsasalitanawa riba'y babae rin. Hindi ko maipagtapat sa iba ang ginagawang pananakot at pananakit ng aking mga kamag-aral na lalaki. Hindi ko ito masabisa aking mga guro, magulang, mga kapatid, at maging sa napakarami at napakalapit kong mga kamag-anakan at pininsan.

Ngayon kona unawaan kung paanong ang mga biktima ng pambubulas ay nagdurusa ng tahimik.

Labis na nakahihiya ang maging biktima ng pambubulas. Ako ay nahihiya sa aking sarili, kung paanong hinahayaan kong saktan nila ako at maramdamang ako'y walang kwenta. Nahihiya ako na hindi ko sila kayang labanan. Ipinaramdam nila sa akin na may malisa aking pagkatao.

Nahihiya ako na malaman ito ng aking mga mahal sa buhay. Nahihiya ako na hindi ko sila kayang labanan.

Ipinaramdam nila sa akin na may malisa aking pagkatao. Nahihiya ako na malaman ito ng aking mga mahal sa buhay. Nahihiya ako na malaman nila ang ibinabansag ng mga kapwa kolelakid sa akin. Nahihiya ako na malaman nila na ako ay isa ng ang binabae.

Kaya't tulad ng iba pang naging bihira nito, pinasan kong nag-iisa ang kahihyan ng ginagawa nilang pananakit sa akin.

Habang naglalakad ako papauwi nang araw na iyon na ilinalagakanang syang magiging huling araw ko, naalala ko nang ako'y gulantang inngisang sasakyang dumaraan.

"Hoy, bata! Ayos ka lang ba?"

Sabi ng mamang noon ko lamang nakita.

Naalala kong ako'y nabubulal pang tumugon na mabuti ang aking lagay.

"Sigurado ka ba? Baka may mailutulong ako? Mukhang malungkot ka."

Muli ay sinabi kong ako'y maayos at saka lamang siya nagmaneho papalayo.

Habang minamasdan ko ang papalayang sasakyan, bigla kong naramdaman ang init nang panahong iyon.

Habang tuluyannang inihintó ang kaniyang sasakyan natalandaan kong siya'y nakatingin sa akin na puno ng pag-aalala.

May taong nagbigay pansin sa akin.

Noon ko lamang napansin ang liwanag ng nakatirik na araw. Hindi ko malilimot ang mga sandaling iyon na tila ba napawi ng init ng araw ang lahat ng aking kalungkutan sa puso.

Isang taong noon ko lamang nakita at hindi namulipang masisilayan, ang nag-alala at nag-abala parasa akin—isang binabae, bakla, walang kwentang nilalang. Nagbigay sya ng kaniyang panahon upang alamin kung ako ay may dinaramdam. Mahalaga ako; nagbago ang lahat sa akin.

Natapos ang aking balak na pagpapaliwakal noon din at hinding hindi ko na muli ito binigyan ng pagkakataong guluhin ang aking isip.

Makalipas ang dalawampung apat na taon masasabikong nagiging maayos ang lahat sa paglipas ng panahon. Maaring hindi na ako lampa at patpatin gaya ng dati, hindi na rin nagsasalamang dahil sa Lasik Eye Surgery, magaganda na rin at tuwid ang aking mga ngipin, akoparinang dating batang mahinhin ang kilos natulad sa isang babae. Athindiko ito ikinahihiya. Ito'y bahaging aking pagkatao.

Ako ay may halaga, tulad din ng maraming mga batang nagiging biktima ng pambubulas. Lahat ay may karapatang makita na bumubuti rin ang lahat sa huli.

Mga Tanong	Sagot
1. Paano nakaapekto sa isang bata ang pambubulas? Ipaliwanag.	
2. Bakit masama ang pambubulas? Pangatwiran.	
3. Paano malalampasan ng isang kabataan ang mga masamang epekto ng pambubulas?	
4. Paano ka matutulong sa kapwa mga kabataang biktima ng pambubulas?	
5. Kung ikaw ay naging biktima na nang pambubulas, paano mo ito nalampasan?	

Gawain sa Pagkatuto Bilang 5: Piliin ang pinakaangkop na sagot sa bawat pahayag sa loob ng kahon. Isulat ito sa iyong sagutang papel.

Pisikal na Pambubulas
Fraternity
Michael Diamond
binubulas

pambubulas
Sosyal o Relasyonal na Pambubulas
Karin E. Tusinski

gang
Pasalitang Pambubulas
Nambubulas

1. Ayon sa kanya ang dahilan ng pambubulas ng isang tao ay maaring nag-ugat sa pamamaraan ng pagpapalaki ng kaniyang mga magulang.
2. Isang sinasadya at madalas na malisyosong pagtatangka ng isang tao o pangkat na saktan ang katawan o isipan ng isa o mahigit pang biktima sa paaralan.
3. Isang panlipunan o akademikong organisasyon o samahan.
4. Pagsasalita o pagsusulat ng masasamang salita laban sa isang tao.
5. Ito ay may layuning sirain ang reputasyon at ang pakikipag-ugnayan sa ibang tao.
6. Ito ay ang pisikal na pananakit sa isang indibidwal o pangkat at paninira ng kaniyang mga pag-aari.
7. Ito ay walang unibersal na kahulugan.
8. Ayon sa kanya ang "Nakababahala ang palaki nang palaking bilang ng mga nabibiktima ng pambubulas dahil ang mga biktima nito ay mayroong posibilidad na makalinang ng pagiging mailap at ng takot na makaaapekto sa pamamaraan ng kanilang pakikipag-ugnayan sa kanilang kapwa, makahahadlang sa kanilang pakikilahok sa paaralan at makapagpapababa ng kanilang marka sa pag-aaral".
9. Ito ay nakita ang pagiging marahas ng magulang na magdudulot ng pagkakaroon ng damdamin ng poot sa kapwa at malaon ay makaramdam ng kasiyahan sa pananakit sa iba
10. Ito ay may kaibahang Pisikal (physically different).

Gawain sa Pagkatuto Bilang 6: Sundan ang mga sumunod na panuto.

1. Sa isang malinis na papel ay lumikha ng isang newsletter na ang pangunahing paksa ay tungkol sa karahasan sa paaralan o sa komunidad.
2. Isalaysay dito ang sumusunod:
 - a. Mga mahahalagang kaalaman na nais na ibahagi sa maraming mga mag-aaral patungkol sa karahasan sa paaralan o sa komunidad
 - b. Mga tunay ng kuwento ng karahasan mula sa mga kapwa mag-aaral na makatutulong upang mas maimulat ang mata ng lahat tungkol sa panganib na dulot ng pambubulas at paglahok sa fraternity o gang.
 - c. Pagninilay tungkol sa naging karanasan sa kabuuan ng aralin
 - d. Mga mungkahing proyekto o gawain na makatutulong upang mapigilan ang paglaganap ng karahasan sa paaralan o sa komunidad
3. Tiyakin na magiging malikhain sa paggawa ng newsletter upang mahimok ang marami na basahin ito. Maaaring gumamit ng mga larawan na ginupit mula sa mga lumang dyaryo, magasin at iba pang babasahin na mayroon sa inyong bahay.
4. Ipakita sa guro ang nilalaman nito upang matiyak na walang maling impormasyon na mailalagay dito.

Naririto ang rubrik para sa gagawing newsletter

Kraytira	5	3	1
Nilalaman	Maayos na nakasulat ang artikulo at nauugnay sa mga kinakailangang impormasyon	Bahagyang maayos na nakasulat ang artikulo at nauugnay sa mga kinakailangang impormasyon	Hindi maayos ang pagkakasulat ng artikulo at walang kinalaman sa paksa ang impormasyon
Pagkamalikhain	Napakamalikhain ng ginawang newsletter	Nagpakita ng bahagyang pagkamalikhain ang ginawang newsletter	Hindi nagpakita ng pagkamalikhain ang nagawang newsletter

Naririto naman ang halimbawa ng isang newsletter.

KARAHASAN SA PAARALAN/KOMUNIDAD



THIS WEEK'S QUICK GUIDES:

PARAAN NG PAG-IWAS SA KARAHASAN

Karahasan sa paaralan/komunidad

Sinulat ni: _____

Palagi mong nararanasan ang mo-bully o mabulas ng iyong kapwa mag-aaral noong ikaw ay pumapasok sa paaralan. Maaaring nangyayari ito sa lahat mismo ng paaralan, maaari rin namang sa labas ng paaralan o sa komunidad na iyong kinabibilangan. Ano-ano nga ba ang mga karahasang ito? Bakit ito nangyayari sa isang kabataang katulad mo?

Paraan ng Pag-iwas sa karahasan

KEEP YOUR MIND FOCUSED AND SHARP

**PALAGING
MANATILING
MALAPIT SA ISANG
PANGKAT NG MGA
KAIBIGAN.**

Iwasan ang mga lugar na madalas na may nag-aaway. Ang diskarte na ito ay napaka-simple: sa paaralan man o sa labas ng tahanan, huwag pumunta sa parehong mga lugar na sinakop ng mga gang.

Manatiling malapit sa mga matatanda. Hinahabol ng mga bullies ang mga biktima kapag walang pangangasiwa sa may sapat na gulang.

"Ang pag-alam kung ano ang tama ay walang masyadong kahulugan maliban kung gagawin mo ang tama."



A. Paglalapat: Mungkahing Oras: *Ikalawang araw ng ikapitong linggo*

Gamit ang mga salitang nasa kahon sa ibaba, buoin ang mahalagang konsepto ng aralin. Pagkatapos, ay kumpletuhin ang paksa na makikita sa ibaba. Isulat ito sa sagutang papel

nabubulas	problemang	organisasyon	mambubulas	karahasan
-----------	------------	--------------	------------	-----------

Hindi maiiwasan sa isang _____ na magkaroon ng hidwaan, sa paaralan ay nagkakaroon ng _____ kung saan may _____ at may _____. Ang kaharasan sa paaalan ay isang _____ kinakakaharap ng bawat paaralan na kinakailangang bigyan pansin ng mga taong nasasakupan nito.

V. PAGTATAYA Mungkahing Oras: *Ikalawang araw sa ikalawang linggo*

VI. PAGNINILAY Mungkahing Oras: *ikalawang araw ng ikapitong linggo*

Personal na Pagtatasa sa Lebel ng Performans Para sa Mag-aaral

Pumili ng isa sa mga simbolo sa ibaba na kakatawan sa iyong naging karanasan sa pagsasagawa ng mga gawain. Ilagay ito sa Hanay ng LP o Lebel ng Performans. Basahin ang deskripsiyon bilang gabay sa iyong pagpili:

☆ - Nagawa ko nang mahusay. Hindi ako nahirapan sa pagsasagawa nito. Higit na nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.

✓ - Nagawa ko nang maayos. Nahirapan ako nang bahagya sa pagsasagawanito. Nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.

? - Hindi ko nagawa o nahirapan ako nang labis a pagsasagawa nito. Hindi ko nauunawaan ang hinihingi sa gawain. Kailangan ko pa ng paglilinaw o dagdag kaalaman upang magawa ko ito nang maayos o mahusay.

Gawain Sa Pagkatuto	LP	Gawain Sa Pagkatuto	LP	Gawain Sa Pagkatuto	LP
Bilang 1		Bilang 2		Bilang 3	
Bilang 4		Bilang 5		Bilang 6	

VII. SANGGUNIAN

Batayan aklat sa Edukasyon sa Pagpapakatao 8

<https://www.verywellfamily.com/dealing-with-the-family-bully-460696>

Inihanda ni:

ROCHELLE S. AURELIO

Sinuri nina:

JUN A. ROBLES
VENESA M. BUEN
CLARIZA G. TERONES
PHILIPS T. MONTEROLA