

## ZdrovveLove – zdrowie prokreacyjne

### I. Wprowadzenie do seksualności

---

#### Materiały i przygotowanie

- Trzy arkusze papieru flipchart i marker.
- Materiał pomocniczy nr 1 (materiał dla osoby prowadzącej, do zapoznania się przed zajęciami + po jednej kopii dla każdej z osób uczestniczących).
- Materiał pomocniczy nr 2 (wytnij zdania do losowania).
- Prezentacja nr 1 dla osoby prowadzącej zajęcia.

#### Scenariusz zajęć

1. Przedstaw siebie, powiedz o projekcie (cyklu zajęć) i jego celu. Skorzystaj z prezentacji.
2. Przedstaw zarys tematyczny cyklu zajęć.

W ramach cyklu zajęć w projekcie *ZdrovveLove – co nastolatka i nastolatek o seksualności wiedzieć powinni* odbędzie się 8 spotkań po 45 minut o następującej tematyce:

- 1) Wprowadzenie do seksualności (dzisiejsze spotkanie).
- 2) Dojrzewanie – rozwój psychoseksualny.
- 3) Anatomia – zdrowie i higiena.
- 4) Antykoncepcja i metody planowania rodziny.
- 5) Ryzykowne zachowania seksualne i infekcje przenoszone drogą płciową.
- 6) Role płciowe i społeczne.
- 7) Bezpieczne relacje – cz. I.
- 8) Bezpieczne relacje – cz. II.

Poinformuj, że na zakończenie cyklu zajęć każda z osób otrzyma broszurę, w której zawarte będą najważniejsze treści poruszane na zajęciach.

3. Przedstawienie tematu dzisiejszych zajęć:

Wyjaśnij, że seksualność to temat budzący wiele kontrowersji – każdy człowiek może rozumieć ją inaczej i można mieć różne zdania dotyczące tej sfery życia człowieka. Każdy ma prawo do swoich wartości w tym obszarze. Celem dzisiejszych zajęć jest zaprezentowanie aktualnej wiedzy medycznej, psychologicznej i seksuologicznej w temacie zdrowia seksualnego, w oparciu o aktualne wytyczne

medyczne Światowej Organizacji Zdrowia<sup>1</sup>, Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego (WASH, dawniej WAS)<sup>2</sup> oraz polskich i międzynarodowych towarzystw medycyny seksualnej i seksuologii.

4. Przedstawienie osób uczestniczących w zajęciach. Poproś, żeby każda osoba powiedziała, jak się nazywa i coś o sobie, np. „Co ostatnio wywołało uśmiech?”. Możesz zamodelować, przedstawiając się i mówiąc coś o sobie.

5. Kontrakt (13 minut).

Powiedz młodzieży, że zgodnie z założeniami programu, będziemy na zajęciach poruszać treści, które wiążą się z intymnością i ważne jest, żeby wszyscy czuli się bezpiecznie. Powiedz, że będą to zajęcia warsztatowe, będziesz zachęcać do zabierania głosu i zależy Ci na tym, żeby zajęcia były ciekawe dla młodzieży. Dlatego umówimy się na zasady, które będą obowiązywać podczas tych zajęć.

Zapytaj młodzież: „Czego potrzebujecie, żeby czuć się bezpiecznie, żeby dobrze Wam się pracowało?”. Jeśli grupa jest onieśmielona i nie pojawiają się głosy, możesz poprosić, żeby uczniowie i uczennice dobrali się w pary i porozmawiali w nich o tym, czego potrzebują, żeby dobrze się czuć na zajęciach i czego się obawiają lub nie chcą na tych zajęciach. Przeznacz na to chwilę, a następnie poproś, żeby przedstawili wyniki dyskusji.

Odpowiedzi zapisuj na papierze flipchart\*. Zapisuj tylko hasła i upewnij się, co za nimi stoi, jak grupa je rozumie. Możesz też zaproponować swoje, ważne dla Ciebie zasady\*\*, jeśli się nie pojawiają.

1 Zajęcia zostały opracowane zgodnie z aktualnymi wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia, opisanymi w publikacji *Standardy edukacji seksualnej w Europie. Podstawowe zalecenia dla decydentów oraz specjalistów zajmujących się edukacją i zdrowiem* przez Biuro Regionalne WHO dla Europy i BZgA (2012). Publikacja dostępna jest online na stronie [www.bzga-whocc.de/fileadmin/user\\_upload/Dokumente/WHO\\_BzgA\\_Standards\\_polnisch.pdf](http://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/WHO_BzgA_Standards_polnisch.pdf), w dniu 28.10.2017.

2 Dokumentem zbierającym wytyczne jest *Deklaracja Praw Seksualnych Człowieka Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego* (ang. WASH – World Association for Sexual Health, dawniej WAS – World Association for Sexology), która została proklamowana na XIII Światowym Kongresie Seksuologicznym w Walencji w Hiszpanii w 1997 roku. W 1999 roku na posiedzeniu w Hong Kongu Walne Zgromadzenie Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego przyjęło zmiany do dokumentu, zaś w 2008 roku zatwierdziło Milenijną Deklarację Zdrowia Seksualnego Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego. Dokument stanowi załącznik do niniejszego scenariusza. Dostępny online na <http://www.worldsexology.org/wp-content/uploads/2013/08/DSR-Polish.pdf>, w dniu 28.10.2017.

\* Ważne, żeby usłyszeć każdy głos i zapisać go w postaci ogólnej zasady. Granicą jest realność zasady i twój komfort. Jeśli któraś z osób proponuje nierealną lub wykluczającą kogoś zasadę, np. „Chcę, żeby Ola wyszła z zajęć, wtedy poczuje się bezpiecznie”, odwołaj się do podstawowej zasady szacunku oraz dopytaj na jakie zachowania Oli się nie zgadzasz i przeformułuj to na zasadę. Np. jeśli okaże się, ktoś chce, żeby Ola wyszła, ponieważ wyśmiewa się z innych, można to przeformułować na zasadę zabezpieczającą taką sytuację, np. „Nie wyśmiewamy się z innych”.

\*\* Zadbaj o to, aby pojawiły się następujące zasady (jeśli nie proponuje ich grupa, możesz je sam/a zaproponować): **Zasada prywatności** – grupa nie rozmawia poza zajęciami o tym, co mówiły

Wypracowane zasady będą obowiązywać na wszystkich zajęciach, więc zwiń kartkę po zajęciach i zabierają na każde kolejne zajęcia. Przyklej ją na początku kolejnych zajęć z tą grupą w widocznym miejscu, przypominając o ustalonych zasadach.

## 6. Prawa seksualne (22 minuty).

Skorzystaj z prezentacji, zrób wprowadzenie do seksualności, następnie przejdź do ćwiczenia *Deklaracja Praw Seksualnych*.

Podziel grupę na mniejsze zespoły, np. niech odliczą od 1 do 6 i zapamiętają swój numer. Każda z osób\*\*\* łączy się w grupy zgodnie z cyfrą, która została jej nadana. Tym sposobem powstaje 6 grup.

Każda z grup otrzyma do losowania jedno prawo seksualne, ale nie może mówić osobom z innych zespołów co wylosowała. Zadanie polega na tym, żeby przedstawić za pomocą krótkiej scenki lub pantomimy wybrane prawo seksualne (na czym polega, o co w nim chodzi). Na przygotowanie scenki mają 5 minut. Zadaniem pozostałych osób będzie odgadnąć, o jakie prawo seksualne chodzi.

Po 5 minutach zapraszasz grupy do zaprezentowania tego, co udało się wypracować, zgodnie z numeracją na kartkach. Zaczynasz rosnąco, od grupy nr 1. Poszczególne grupy prezentują swoje prawa, pozostałe osoby próbują odgadnąć o co chodzi. Dla ułatwienia wyświetlasz slajd 13 (Ćwiczenie *Deklaracja Praw Seksualnych* – znajdziesz na nim 7 wybranych praw seksualnych w przypadkowej kolejności. To prawa, które losowała młodzież do pracy). Wyświetlony slajd ułatwi młodzieży odgadnięcie, które prawo prezentują koledzy i koleżanki z pozostałych grup. Po odgadnięciu poproś

osoby uczestniczące w zajęciach. Można rozmawiać o treści zajęć albo mówić o tym, co mówiła osoba prowadząca zajęcia, ale nie ujawniamy tego, co mówili inni uczniowie i uczennice. Dbamy o anonimowość. Granicą jest zagrożenie zdrowia lub życia.

- **Nie ma głupich pytań** – można zadawać pytania w trakcie.
- **Nie uogólniamy, mówimy za siebie** (Komunikat Ja – „Ja myślę/czuję, że...”, zamiast „Wszyscy wiedzą, że jest tak...”).
- **Szacunek** – szanujemy prawo do odmiennych opinii **in nie oceniamy** za to. Zamiast oceny „Jesteś głupi, skoro tak myślisz”, lepiej powiedzieć o swoim odmiennym zdaniu „Nie zgadzam się z Tobą”, „Mam inne zdanie na ten temat”. Upewnij się, że młodzież wie o tym, że wszystko o czym będziemy rozmawiać podczas zajęć nie podlega ocenie (to nie jest lekcja na ocenę).
- **Słuchamy się i nie przerywamy sobie wypowiedzi** – naraz mówij jedna osoba. Jeśli jest taka potrzeba, żeby zabrać głos, a ktoś już mówi, możemy się zgłosić. Zadaniem osoby prowadzącej jest zauważenie podniesionych rąk, zapamiętanie kolejności zgłoszeń i oddanie głosu kolejnym osobom zgodnie z kolejnością zgłoszeń.
- **Prawo do zmiany zdania** – masz prawo czegoś nie wiedzieć, nie mieć opinii lub zmieniać zdanie w trakcie zajęć. Zachęcamy do dyskusji i rozważań.
- **Wyłączamy lub wyciszamy telefony i tablety na czas zajęć.**

\*\*\* Można też odpowiednio przygotować sale – ustawić stoły tak, aby przy każdym siedziała odpowiednia (w zależności od ilości grup) liczba uczniów. W ten sposób unikniemy konieczności podziału i odliczania.

grupę, która prezentowała prawo, żeby przeczytała to prawo, wyjaśniła jego znaczenie i podała przykłady okoliczności, w których to prawo może być łamane. Dla ułatwienia wyświetlasz prawo z opisem na tablicy.

Omawiając prawa, upewnij się czy są one zrozumiałe. Odpowiedz na pytania i wątpliwości, jeśli się pojawią.

Omawiając punkt 5 dotyczący praw reprodukcyjnych, przypomnij, że prawo mówi o możliwości wyboru, że każdy ma prawo postąpić w zgodzie z własnymi wartościami. Nie ma tutaj lepszych i gorszych wyborów. To kwestia indywidualnych wartości.

#### **7. Podsumowanie.**

Podkreśl, że Deklaracja Praw Seksualnych opisuje prawa i obowiązki, które wiążą się z poszanowaniem seksualności, zarówno własnej, jak i w relacjach z innymi. Rozdaj każdej osobie uczestniczącej jedną kopię materiału pomocniczego nr 1.

Poinformuj, że Deklaracja jest dostępna w Internecie, dostaną też najważniejsze jej treści w broszurze, którą otrzymają na zakończenie cyklu zajęć.

#### **8. Zakończ zajęcia korzystając z pytań znajdujących się na ostatnim slajdzie.**

- Czego nowego dowiedziałeś i dowiedziałaś się w trakcie dzisiejszych zajęć?
- Jak zdobyta wiedza będzie przydatna w Twoim codziennym życiu?

## Materiał pomocniczy nr 1

### DEKLARACJA PRAW SEKSUALNYCH CZŁOWIEKA (2014)<sup>3</sup>

Światowe Stowarzyszenie Zdrowia Seksualnego (WASH), uznając prawa seksualne za niezbędne do osiągnięcia najlepszego możliwego stanu zdrowia seksualnego, niniejszym:

OŚWIADCZA, że podstawę dla praw seksualnych stanowią uniwersalne prawa człowieka oraz że prawa seksualne uznawane są obecnie w międzynarodowych i lokalnych dokumentach dotyczących praw człowieka, respektowane przez konstytucje oraz prawa, normy i zasady praw człowieka, jak też w świetle wiedzy naukowej o seksualności i zdrowiu seksualnym człowieka.

POTWIERDZA, że seksualność jest kluczowym aspektem życia człowieka przez całą długość jego trwania, a w jej skład wchodzi płeć, role i tożsamości płciowe, płeć społeczno-kulturową, orientacja seksualna, erotyzm, przyjemność, intymność oraz reprodukcja.

Seksualność jest odczuwana i wyrażana w postaci myśli, fantazji, pragnień, przekonań, postaw, wartości, zachowań, praktyk, ról oraz relacji i związków. Seksualność może obejmować wszystkie z powyższych, jednak nie wszystkie jej wymiary muszą być odczuwane lub wyrażane. Seksualność człowieka pozostaje pod wpływem złożonego działania czynników biologicznych, psychologicznych, społecznych, ekonomicznych, politycznych, kulturowych, prawnych, historycznych religijnych oraz duchowych.

3 Deklaracja pochodzi ze strony <http://www.worldsexology.org/wp-content/uploads/2013/08/DSR-Polish.pdf>. Tłumaczenie: Michalina Skibicka. Korekta i weryfikacja: dr Agata Loewe. *Niniejszy dokument jest oficjalnym tłumaczeniem Deklaracji Praw Seksualnych Człowieka Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego. Tekst oryginalny dostępny jest pod adresem: <http://www.worldsexology.org/resources/declaration-of-sexual-rights>. Światowe Stowarzyszenie Zdrowia Seksualnego (World Association for Sexual Health, WAS) jest działającą na wielu polach oraz obecną na całym świecie grupą zrzeszającą stowarzyszenia naukowe, organizacje pozarządowe oraz osoby zawodowo zajmujące się seksualnością człowieka. Stowarzyszenie promuje zachowanie zdrowia seksualnego przez całą długość życia człowieka niezależnie od jego miejsca zamieszkania, rozwijając, promując i wspierając powszechny dostęp do seksuologii i praw seksualnych. Działania Stowarzyszenia obejmują akcje rzecznictwa i promocji, sieciowanie i networking, ułatwianie wymiany informacji, idei i doświadczeń oraz wspieranie postępu badań naukowych nad seksualnością, edukacji seksualnej oraz seksuologii klinicznej w ramach podejścia transdyscyplinarnego i interdyscyplinarnego. Deklaracja Praw Seksualnych Człowieka Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego została proklamowana na XIII Światowym Kongresie Seksuologicznym w Walencji w Hiszpanii w roku 1997. W roku 1999 na posiedzeniu w Hong Kongu Walne Zgromadzenie Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego przyjęło zmiany do dokumentu, zaś w 2008 roku zatwierdziło Milenijną Deklarację Zdrowia Seksualnego Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego. Niniejszy tekst jest tekstem deklaracji z kolejnymi zmianami, który przyjęty został w marcu 2014 roku przez Radę Doradczą Światowego Stowarzyszenia Zdrowia Seksualnego.*

UZNAJE, że seksualność stanowi źródło przyjemności i dobrostanu, jak też przyczynia się do osiągnięcia ogólnego spełniania i satysfakcji.

POTWIERDZA, że **zdrowie seksualne to dobrostan fizyczny, emocjonalny, psychiczny i społeczny związany z seksualnością, czyli więcej niż stan braku choroby, dysfunkcji lub ułomności**. Zachowanie zdrowia seksualnego wymaga pozytywnego i pełnego poszanowania stosunku do seksualności i relacji seksualnych, jak również do samej możliwości przeżywania przyjemnych i bezpiecznych doświadczeń seksualnych, wolnych od przymusu, dyskryminacji i przemocy.

POTWIERDZA, że niemożliwe jest zdefiniowanie, zrozumienie i realizacja zdrowia seksualnego bez szeroko zakrojonego pojmowania seksualności.

POTWIERDZA, że do osiągnięcia i utrzymania zdrowia seksualnego niezbędne jest poszanowanie, ochrona i możliwość korzystania z praw seksualnych człowieka.

UZNAJE, że prawa seksualne mają swoje źródło w niezbywalnej wolności, godności i równości wszystkich istot ludzkich, jak też wiążą się z zobowiązaniem do zapewnienia im ochrony i nietykalności.

OŚWIADCZA, że idee równości i niedyskryminowania stanowią podstawę wszelkich działań związanych z ochroną i promowaniem praw człowieka, obejmując jednocześnie zakaz różnicowania, wykluczania i ograniczania ze względu na rasę, pochodzenie etniczne, kolor skóry, płeć, język, religię, poglądy polityczne i wszelkie inne poglądy, narodowość i pochodzenie społeczne, stan majątkowy, urodzenie, stan i status człowieka, w tym niepełnosprawność, wiek, narodowość, stan cywilny i sytuację rodzinną, orientację seksualną i tożsamość płciową i płeć społeczno-kulturową (*gender*), stan zdrowia, miejsce zamieszkania, sytuację ekonomiczną oraz społeczną.

UZNAJE, że orientacja seksualna, tożsamość płciowa, płeć społeczno-kulturowa, wszelkie wyrazy tej tożsamości oraz różnorodność fizyczna i cielesna wymagają ochrony w zakresie praw człowieka.

UZNAJE, że wszelkie formy przemocy, napastowania, nękania i molestowania, dyskryminacji, wykluczenia i stygmatyzacji stanowią naruszenie praw człowieka, mając wpływ na dobrostan jednostki, rodziny i społeczności.

PODKREŚLA, że konieczność poszanowania, ochrony i możliwość korzystania z praw człowieka odnoszą się także do wszelkich praw i wolności seksualnych.

PODKREŚLA, że prawa seksualne obejmują ochroną prawo każdego człowieka do korzystania ze swojej seksualności i jej wyrażania oraz do zachowania zdrowia seksualnego z należytym poszanowaniem praw innych.

## **Prawa seksualne to prawa człowieka dotyczące seksualności człowieka**

### **1. Prawo do równości i niedyskryminacji.**

Każdy człowiek ma prawo do korzystania ze wszystkich praw seksualnych wymienionych w niniejszej *Deklaracji*, bez różnicowania ze względu na rasę, pochodzenie etniczne, kolor skóry, płeć, język, religię, poglądy polityczne i wszelkie inne poglądy, kraj pochodzenia i pochodzenie społeczne, miejsce zamieszkania, stan majątkowy, urodzenie, niepełnosprawność, wiek, narodowość, stan cywilny i sytuację rodzinną, orientację seksualną, tożsamość płciową, płeć społeczno-kulturową i jej wyraz, stan zdrowia, sytuację ekonomiczną, sytuację społeczną oraz stan lub status danej osoby.

### **2. Prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa osobistego.**

Każdy człowiek ma prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa, które nie mogą być przedmiotem samowolnych gróźb, których nie można arbitralnie ograniczać lub odbierać ze względu na seksualność lub z powodów z nią związanych, w tym ze względu na orientację seksualną, konsensualne (opierające się na zgodzie partnera) zachowania i praktyki seksualne, tożsamość płciową, płeć społeczno-kulturową i jej wyraz, jak też ze względu na świadczenie usług w zakresie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego oraz ze względu na dostęp do nich.

### **3. Prawo do niezależności, autonomii i nietykalności cielesnej.**

Każdy człowiek ma prawo do kontroli oraz do podejmowania decyzji związanych ze swoją seksualnością oraz ze swoim ciałem w sposób wolny, w tym do dokonywania wyboru zachowań, praktyk, partnerów, relacji i stosunków seksualnych przy jednoczesnym poszanowaniu praw drugiego człowieka. Wolne i świadome (dokonywane po uzyskaniu wszelkich niezbędnych informacji) podejmowanie decyzji wymaga wyrażenia wolnej i świadomej (jw.) zgody przed rozpoczęciem wszelkich działań w zakresie seksualności lub działań z nią związanych, takich jak testy, interwencje, terapia i leczenie, operacje i zabiegi chirurgiczne oraz przeprowadzanie badań naukowych i innych.

### **4. Prawo do wolności od tortur, okrutnego, niehumanitarnego lub poniżającego traktowania i karania.**



Każdy człowiek ma prawo do wolności od tortur, okrutnego, niehumanitarnego i poniżającego traktowania oraz karania ze względu na swoją seksualność oraz z powodów z nią związanych, w tym do wolności od szkodliwych praktyk wynikających z tradycji, stosowania wymuszonej sterylizacji, antykoncepcji i aborcji oraz do wolności od innych przejawów torturowania, okrutnego, niehumanitarnego i poniżającego traktowania, które mają miejsce ze względu na płeć biologiczną lub społeczno-kulturową człowieka, orientację seksualną, tożsamość płciową i jej wyraz, jak też ze względu na różnorodność fizyczną i cielesną człowieka.

#### **5. Prawo do wolności od wszelkich form przemocy i przymusu.**

Każdy człowiek ma prawo do wolności od wszelkich form przemocy oraz przymusu w zakresie seksualności, w tym do wolności od gwałtu, niegodziwego traktowania w celach seksualnych, molestowania, nękania i napastowania seksualnego, zastraszania, wykorzystywania i niewolnictwa seksualnego, handlu ludźmi prowadzonego w celu wykorzystywania seksualnego, sprawdzania dziewictwa, jak też do wolności od przemocy popełnionej ze względu na realne lub wyobrażone praktyki seksualne, orientację seksualną, tożsamość płciową, płeć społeczno-kulturową i jej wyraz, jak też ze względu na różnorodność cielesną człowieka.

#### **6. Prawo do prywatności.**

Każdy człowiek ma prawo do prywatności w zakresie seksualności, życia seksualnego, wyborów dotyczących własnego ciała oraz do konsensualnych (opartych na zgodzie partnerów) relacji i praktyk seksualnych bez arbitralnych zakłóceń i naruszeń prywatności, w tym prawo do kontroli nad ujawnianiem informacji osobistych z zakresu seksualności osobom trzecim.

#### **7. Prawo do najlepszego możliwego do osiągnięcia stanu zdrowia, w tym zdrowia seksualnego, wraz z możliwością przeżywania przyjemnych, satysfakcjonujących i bezpiecznych doświadczeń seksualnych.**

Każdy człowiek ma prawo do najlepszego możliwego do osiągnięcia stanu zdrowia i dobrostanu w zakresie seksualności, w tym do możliwości przeżywania przyjemnych, satysfakcjonujących i bezpiecznych doświadczeń seksualnych. W tym celu niezbędna jest dostępność, łatwość dostępu, dopuszczalność (akceptowalność) i właściwa jakość świadczeń i usług zdrowotnych oraz dostęp do odpowiednich warunków determinujących zdrowie, w tym zdrowie seksualne, oraz do odpowiednich warunków mających na nie wpływ.

#### **8. Prawo do korzystania z dobrodziejstw postępu naukowego i jego zastosowań.**

Każdy człowiek ma prawo do korzystania z dobrodziejstw postępu naukowego i jego zastosowań w zakresie seksualności i zdrowia seksualnego.



## **9. Prawo do informacji.**

Każdy człowiek ma prawo do dostępu do pochodzących z różnych źródeł, zgodnych z naukowym stanem wiedzy i zrozumiałych informacji w zakresie seksualności, zdrowia seksualnego oraz praw seksualnych. Niniejsze informacje nie mogą podlegać arbitralnej cenzurze, nie mogą być wstrzymywane lub ukrywane ani też być przedmiotem celowej niepoprawnej interpretacji.

## **10. Prawo do nauki oraz prawo do kompletnej i wyczerpującej edukacji w zakresie seksualności.**

Każdy człowiek ma prawo do nauki oraz do kompletnej i wyczerpującej edukacji w zakresie seksualności. Kompletna i wyczerpująca edukacja w zakresie seksualności musi być dostosowana do wieku uczącego się, zgodna z naukowym stanem wiedzy, zgodna z kompetencją kulturową uczącego się oraz opracowana w oparciu o prawa człowieka, równość płciową (także w zakresie płci społeczno-kulturowej), jak też pozytywne nastawienie do seksualności i przyjemności.

## **11. Prawo do zawierania, życia w i rozwiązywania małżeństw, związków partnerskich oraz zbliżonych rodzajów relacji i związków opierających się na poszanowaniu równości oraz na pełnej i niewymuszonej zgodzie partnera.**

Każdy człowiek ma prawo wyboru w zakresie zawarcia lub niezawarcia związku takiego jak: małżeński, partnerski lub inny zbliżony rodzaj związków i relacji, wejścia w taki związek zgodnie ze swoją wolną wolą, przy jednoczesnym pełnym i niewymuszonym wyrażeniu zgody na zawarcie takiego związku. Każdy człowiek ma prawo równe prawu innych osób do zawarcia wskazanego powyżej związku, życia w takim związku oraz do jego rozwiązania, bez bycia poddanym jakimkolwiek rodzajowi dyskryminacji lub wykluczenia. Niniejsze prawo obejmuje także równe prawa do świadczeń społecznych oraz innych świadczeń, bez względu na formę i rodzaj związku lub relacji.

## **12. Prawo do podejmowania decyzji o posiadaniu lub nieposiadaniu dzieci, o ich liczbie oraz odstępach czasowych między dziećmi oraz prawo do informacji i środków niezbędnych do podejmowania tych decyzji.**

Każdy człowiek ma prawo do podejmowania decyzji o nieposiadaniu lub posiadaniu dzieci, ich liczbie oraz odstępach czasowych między kolejnymi dziećmi. Korzystanie z niniejszego prawa wymaga dostępu do odpowiednich warunków determinujących zdrowie i dobrostan oraz do odpowiednich warunków mających na nie wpływ, w tym do świadczeń i usług w zakresie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego w zakresie ciąży, antykoncepcji, płodności, przerwania i zakończenia ciąży oraz adopcji.

**13. Prawo do wolności myśli, opinii oraz wyrażania ich.**

Każdy człowiek ma prawo do wolności myśli i opinii w zakresie seksualności oraz do ich wyrażania, jak też do wyrażania własnej seksualności za pomocą środków takich jak: wygląd, komunikacja i zachowanie, przy jednoczesnym poszanowaniu praw innych osób.

**14. Prawo do wolnego stowarzyszania się i pokojowych zgromadzeń.**

Każdy człowiek ma prawo do pokojowego tworzenia organizacji, stowarzyszania się, zgromadzeń, demonstrowania, rzecznictwa oraz promowania w sposób pokojowy kwestii z zakresu seksualności, zdrowia seksualnego oraz praw seksualnych.

**15. Prawo do udziału w życiu publicznym i politycznym.**

Każdy człowiek ma prawo do życia w środowisku, które pozwala na aktywny, wolny oraz znaczący udział w życiu publicznym oraz na działanie w zakresie obywatelskich, ekonomicznych, społecznych, kulturowych i kulturalnych, politycznych oraz wszelkich innych aspektów życia człowieka na poziomie lokalnym, narodowym, regionalnym oraz międzynarodowym, ze szczególnym uwzględnieniem prawa do udziału w rozwijaniu i wdrażaniu polityk społecznych, mających kluczowy wpływ na życie człowieka, w tym w zakresie seksualności oraz zdrowia seksualnego.

**16. Prawo dostępu do wymiaru sprawiedliwości, środków naprawczych i odszkodowawczych.**

Każdy człowiek ma prawo dostępu do wymiaru sprawiedliwości, środków naprawczych i odszkodowawczych w zakresie naruszenia lub pogwałcenia praw seksualnych. Niniejsze prawo wymaga stosowania skutecznych, właściwych, dostępnych oraz stosownych środków edukacyjnych, legislacyjnych, sądowych oraz wszelkich innych środków. Środki naprawcze obejmują środki odszkodowawcze oraz zadośćuczynienia, w tym przywrócenie stanu poprzedniego, odszkodowanie (rekompensatę), rehabilitację, zadośćuczynienie oraz gwarancję, że dane działania nie będą miały miejsca ponownie.

## Materiał pomocniczy nr 2

Prawa do losowania (należy je wyciąć przed zajęciami) w ćwiczeniu *Deklaracja Praw Seksualnych*, oprac. K. Dułak na podstawie Deklaracji Praw Seksualnych Człowieka WASH (2014):

### 1. Prawo do wolności od wszelkich form przemocy i przymusu.

Każdy człowiek ma prawo do wolności od wszelkich form przemocy oraz przymusu w zakresie seksualności, w tym do wolności od: gwałtu, niegodziwego traktowania w celach seksualnych, molestowania, nękania i napastowania seksualnego, zastraszania, wykorzystywania i niewolnictwa seksualnego, sprawdzania dziewictwa itp. Prawo mówi też o wolności od przemocy ze względu na płeć, orientację seksualną, tożsamość płciową i sposób jej wyrażania.

### 2. Prawo do prywatności.

Każdy człowiek ma prawo do prywatności w zakresie seksualności, życia seksualnego, wyborów dotyczących własnego ciała oraz do relacji i praktyk seksualnych opartych na zgodzie każdej ze stron. Obejmuje też prawo do kontroli nad ujawnianiem informacji osobistych z zakresu seksualności osobom trzecim.

### 3. Prawo do równości i wolności od dyskryminacji.

Każdy człowiek ma prawo do korzystania ze wszystkich praw seksualnych wymienionych w *Deklaracji*, bez różnicowania ze względu na rasę, pochodzenie etniczne, kolor skóry, płeć, język, religię, poglądy polityczne i wszelkie inne poglądy, kraj pochodzenia, pochodzenie społeczne, miejsce zamieszkania, stan majątkowy, urodzenie, niepełnosprawność, wiek, narodowość, stan cywilny i sytuację rodzinną, orientację seksualną, tożsamość płciową, płeć społeczno-kulturową i jej wyraz, stan zdrowia, sytuację ekonomiczną, sytuację społeczną oraz stan lub status danej osoby.

### 4. Prawo do nauki oraz prawo do kompletnej i wyczerpującej edukacji seksualnej.

Każdy człowiek ma prawo do nauki oraz do kompletnej i wyczerpującej edukacji w zakresie seksualności. Kompletna i wyczerpująca edukacja seksualna musi być dostosowana do wieku, zgodna z naukowym stanem wiedzy oraz opracowana w oparciu o prawa człowieka, równość płciową, jak też pozytywne nastawienie do seksualności i przyjemności.

**5. Prawo do zawierania i życia w związku oraz rozwiązywania małżeństw, związków partnerskich i innych relacji.**

Każdy człowiek ma prawo do zawarcia związku, życia w związku oraz do jego rozwiązania, bez bycia poddanym jakimkolwiek rodzajowi dyskryminacji czy wykluczenia. Niniejsze prawo obejmuje także równe prawa do świadczeń społecznych oraz innych świadczeń bez względu na formę i rodzaj związku lub relacji.

**6. Prawo do podejmowania decyzji o posiadaniu lub nieposiadaniu dzieci.**

Każdy człowiek ma prawo do podejmowania decyzji o nieposiadaniu lub posiadaniu dzieci, o ich liczbie oraz odstępach czasowych między kolejnymi dziećmi. Korzystanie z niniejszego prawa wymaga dostępu do świadczeń i usług w zakresie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego w zakresie ciąży, antykoncepcji, płodności, przerwania i zakończenia ciąży oraz adopcji.