**„Lekcje bez tabu”. Uniwersytet SWPS wspiera nowy projekt Fundacji SEXEDPL**

**Fundacja SEXEDPL, we współpracy z Uniwersytetem SWPS i Konsorcjum Filantropijnym, rozpoczyna realizację projektu "Lekcje bez tabu", którego celem jest dostarczenie nauczycielom i edukatorom bezpłatnych, rzetelnych scenariuszy lekcji dotyczących ciała, emocji i relacji. Projekt powstał z myślą o wypełnieniu luki w systemie edukacji i wyposażeniu młodych ludzi w informacje dostosowane do ich wieku i potrzeb. Materiały zostały zweryfikowane przez ekspertów z Uniwersytetu SWPS oraz Kliniki Terapii Poznawczo-Behawioralnej Uniwersytetu SWPS, dzięki temu nauczyciele mogą mieć pewność, że przekazują uczniom wiedzę, która jest zgodna z najnowszymi standardami naukowymi.**

**Czym są “Lekcje bez tabu”?**

„Lekcje bez tabu” to kompleksowy program, który dostarcza nauczycielom, edukatorom i rodzicom bezpłatne, rzetelne i gotowe do użycia scenariusze lekcji o ciele, emocjach i dojrzewaniu. Realizacja projektu „Lekcje bez tabu” była możliwa dzięki wsparciu Partnera Konsorcjum Filantropijne. Sylwia Dobrzycka, Przewodnicząca Konsorcjum Filantropijnego, podkreśla: *Edukacja seksualna kształtuje świadomość, uczy dbania o własne ciało, wzmacnia też pewność siebie. To fundament budowania relacji międzyludzkich opartych na wzajemnym szacunku oraz zrozumieniu. W Konsorcjum Filantropijnym wspieramy inicjatywy, które realnie wpływają na poprawę świadomości społecznej oraz życia. Dlatego też angażujemy się w projekt SEXEDPL – ponieważ rzetelna edukacja seksualna daje poczucie bezpieczeństwa, uczy stawiania granic oraz daje wiedzę niezbędną do podejmowania świadomych decyzji.*

Wszystkie scenariusze są dostępne bezpłatnie na stronie www.lekcjebeztabu.pl. Nauczyciele i edukatorzy mogą pobrać gotowe plany lekcji, które zawierają propozycje ćwiczeń, pytania do dyskusji i materiały dodatkowe. Dzięki temu prowadzenie zajęć staje się prostsze i bardziej efektywne.

*Scenariusze, które przygotowaliśmy, to gotowe narzędzia do pracy z grupami uczniowskimi. Ich zadaniem jest poruszanie tematów zajęć (czy jest to miesiączka, hejt czy dbanie o zdrowie) w sposób angażujący i merytoryczny. Myślę, że takie sprawdzone „gotowce” będą dużym ułatwieniem w pracy osób prowadzących zajęcia i pomogą im oszczędzić sporo czasu, wcześniej spędzanego na przygotowywaniu materiałów od podstaw* – mówi współautorka scenariuszy, Basia Pietruszczak.

Scenariusze są również wsparciem dla nauczycieli, którzy nie mają doświadczenia w prowadzeniu lekcji o tematyce związanej z edukacją seksualną. Dzięki gotowym materiałom mogą czuć się pewniej i skupić się na indywidualnych potrzebach uczniów.

**Współpraca z Uniwersytetem SWPS**

*Współpraca Uniwersytetu SWPS z Fundacją SEXED przy projekcie „Lekcje bez tabu” to ważny krok w stronę rzetelnej edukacji zdrowotnej, obejmującej zdrowie psychiczne – w tym również edukację seksualną. Dzięki wspólnym działaniom możemy nie tylko opiniować i promować właściwe treści edukacyjne, ale przede wszystkim działać na rzecz społeczeństwa, wspierając rozwój świadomej i odpowiedzialnej postawy młodych ludzi wobec własnego zdrowia i relacji międzyludzkich* – tłumaczy Dominika K. Karbowiak Dyrektor Kliniki Terapii Poznawczo-Behawioralnej Uniwersytetu SWPS.

Weryfikacja scenariuszy przez ekspertów z dziedziny psychologii, seksuologii, ginekologii i prawa gwarantuje, że materiały są rzetelne i dostosowane do wieku odbiorców. Dzięki temu nauczyciele mogą mieć pewność, że przekazują uczniom wiedzę, która jest zgodna z najnowszymi standardami naukowymi.

*Scenariusze lekcji to fantastycznie podana, solidna dawka wiedzy, dostosowana do wieku odbiorców. Dla młodzieży to cenny zastrzyk informacji o seksualności, relacjach i szacunku; dla prowadzących – mądrze poukładane treści z dokładnymi opisami zajęć; a dla wielu rodziców – nieoceniona pomoc w edukowaniu swoich dzieci w tak ważnym, a jednocześnie trudnym temacie* – podkreśla Sylwia Salitra, psycholożka, seksuolożka, certyfikowana psychoterapeutka poznawczo-behawioralna, Klinika Terapii Poznawczo-Behawioralnej Uniwersytetu SWPS.

*Naszym fundamentalnym zagrożeniem cywilizacyjnym nie jest wyłącznie globalne ocieplenie, ale i społeczne zlodowacenie: samotność. Stawiajmy zatem na prewencję pokolenia, w które samotność uderzy najsilniej. Z pełnym przekonaniem twierdzę, że scenariusze są doskonałą prewencją np. zdrowia psychicznego, co jest znacznie skuteczniejsze niż późniejsze leczenie skutków samotności. Dbanie o relacje i świadomą satysfakcję seksualną w dorosłym życiu to zbadana prewencja przed rozpadem bliskich związków* – dodaje prof. dr hab. Wojciech Kulesza – naukowiec, wykładowca uniwersytecki, psycholog społeczny, Uniwersytet SWPS.

**Dlaczego „Lekcje bez tabu” są potrzebne?**

W Polsce edukacja seksualna w szkołach często ogranicza się do pojedynczych zajęć z wychowania do życia w rodzinie, które nie zawsze odpowiadają na realne potrzeby młodzieży. Brak rzetelnej wiedzy na temat ciała, emocji, zdrowia intymnego czy bezpieczeństwa w sieci sprawia, że młodzi ludzie szukają informacji w internecie, gdzie często trafiają na nieprawdziwe lub szkodliwe treści. To prowadzi do wielu problemów, takich jak niechciane ciąże, choroby przenoszone drogą płciową, cyberprzemoc czy brak umiejętności wyznaczania granic.

*To ważne, aby dzieci uczyły się rzetelnych informacji w szkole, ponieważ edukacja seksualna oparta na sprawdzonych źródłach chroni przed niebezpieczeństwami, takimi jak grooming, sexting czy cyberprzemoc. "Lekcje bez tabu" to narzędzie, które pozwoli młodym ludziom lepiej rozumieć siebie i innych, a nauczycielom pomoże w prowadzeniu wartościowych rozmów* – podkreśla Anja Rubik.

**Scenariusze i ich autorzy**

Scenariusze zawierają propozycje ćwiczeń, pytania do dyskusji i materiały dodatkowe, co pomaga w różnicowaniu metod nauczania oraz realizacji założonych celów edukacyjnych. Materiały są skierowane do uczniów klas IV-VI oraz VII-VIII szkół podstawowych, a także uczniów szkół ponadpodstawowych. Scenariusze mogą być wykorzystywane w ramach obowiązkowych zajęć, dodatkowych lekcji wychowawczych, a także jako narzędzie do reagowania na bieżące sytuacje w klasach.

Scenariusze zajęć zostały opracowane przez doświadczonych edukatorów: Basię Pietruszczak, Huberta Pajączkowskiego i Tosię Kopyt. To osoby, które pracują na co dzień z dziećmi i młodymi osobami w szkołach jako edukatorzy i nauczyciele. Wspólnie przygotowali scenariusze, które zostały sprawdzone przez ekspertów\_tki, z którymi Fundacja SEXEDPL współpracuje przy tworzeniu treści edukacyjnych. To m.in., seksuolożki, ginekolodzy, lekarze innych specjalizacji oraz prawnicy.

*Wydaje mi się, że dotychczas brakowało podobnych materiałów w języku polskim. Sam jako edukator często sięgałem po materiały zagraniczne, tłumaczyłem je z języka angielskiego na potrzeby własnych lekcji. Jest wiele bezpłatnych scenariuszy zajęć dla różnych przedmiotów, ale brakuje materiałów do prowadzenia zajęć z zakresu zdrowia seksualnego, budowania relacji, radzenia sobie z trudnościami typowymi dla okresu dojrzewania. Kiedy zaczęliśmy tworzyć ten, projekt pomyślałem: Tak, to jest to!* – mówi Huber Pajączkowski.

Tematy poruszane w scenariuszach nie tylko dostarczają rzetelnej wiedzy o zmianach zachodzących w ciele młodych ludzi, ale także o aspektach emocjonalnych i psychicznych. Pomagają lepiej zrozumieć własne ciało, a co ważniejsze, wzmacniają pozytywne wartości i zachowania, wspierając budowanie zdrowych relacji oraz lepsze rozumienie własnych i cudzych emocji.

*Praca nauczycielki i nauczyciela jest trudna, nawet chyba coraz trudniejsza. Dzięki gotowym scenariuszom możemy skupić się na tym, co jest w niej najważniejsze: na zastanowieniu się, czego potrzebuje wybrana klasa, konkretni uczniowie i uczennice, na dopasowaniu tematów i treści do ich potrzeb, na ustaleniu, z jakimi refleksjami chcemy zostawić młode osoby. No i na zbudowaniu w sobie otwartości, że ich wypowiedzi mogą nas zaskoczyć, poruszyć i to nas zostawić z czymś do przemyślenia* – podkreśla Tosia Kopyt.

**Co znajdziemy w „Lekcjach bez tabu”?**

Wśród 70 scenariuszy znajdują się różnorodne materiały poruszające tematy związane m.in. z dojrzewaniem i zachodzącymi w tym okresie zmianami w głowie i w ciele, z miesiączką i mutacją, zdrowiem intymnym, pierwszymi sympatiami i towarzyszącymi im emocjami, hejtem, sposobami na rozmawianie o ciele… i wiele więcej!

1. Dojrzewanie i zmiany w ciele oraz emocjach – jak radzić sobie z burzą hormonów, co się dzieje z ciałem w okresie dojrzewania, jak zrozumieć swoje emocje.

2. Zdrowie intymne – higiena, miesiączka, mutacja, pierwsze wizyty u ginekologa czy urologa.

3. Pierwsze sympatie i związane z nimi emocje – jak budować zdrowe relacje, czym jest zakochanie, jak radzić sobie z odrzuceniem.

4. Hejt, cyberprzemoc i bezpieczeństwo w sieci – jak reagować na przemoc w internecie, jak chronić swoją prywatność, czym jest grooming i sexting.

5. Rozmowy o ciele, granicach i zgodzie – jak mówić „nie”, jak szanować granice innych, czym jest zgoda w relacjach.

**Wizualna strona kampanii**

Za kreatywną stronę projektu odpowiada agencja Ancymony. Kampania “Ciało Obce” pokazuje, że dzieci i młodzież wiedzą wiele o świecie, ale bardzo mało o sobie. Szkolna edukacja wciąż nie dostarcza im odpowiednich treści, dlatego "Lekcje bez tabu" mają na celu wypełnienie tej luki, zapewniając młodym ludziom wartościowe i rzetelne materiały edukacyjne.

Ważnym elementem projektu jest jego warstwa wizualna. Autorem sesji zdjęciowej towarzyszącej kampanii jest ceniony fotograf Adrian Obreczarek, który w swoich pracach uchwycił naturalność i autentyczność młodych ludzi w wieku 11-18 lat.

**Plany na przyszłość – co jeszcze przed nami?**

Projekt „Lekcje bez tabu” to nie tylko scenariusze lekcji. Fundacja SEXEDPL planuje szereg działań, które mają na celu promocję projektu i wsparcie nauczycieli:

1. 50 lekcji pokazowych w szkołach – w wybranych szkołach odbędą się lekcje pokazowe, które pokażą, jak efektywnie wykorzystywać scenariusze w praktyce.
2. Szkolenia dla nauczycieli – Fundacja zorganizuje dodatkowe spotkania z nauczycielami, podczas których przeszkoli ich z prowadzenia zajęć według scenariuszy.
3. Webinary dla nauczycieli – od marca 2025 roku Fundacja będzie regularnie organizować webinary, podczas których nauczyciele będą mogli zdobywać nowe umiejętności i wymieniać się doświadczeniami.
4. Kampania online i out-of-home – projekt będzie promowany za pomocą szeroko zakrojonej kampanii, w tym dwóch spotów promocyjnych przygotowanych przez agencję Ancymony. Materiały będzie można zobaczyć między innymi na nośnikach Clear Channel Polska, którzy kolejny raz zdecydowali się na wsparcie działań Fundacji.
5. Nowe scenariusze – w 2025 roku planowane jest opracowanie kolejnych 30 scenariuszy, w tym materiałów dla klas IV-VI, VII-VIII szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Fundacja SEXEDPL i Konsorcjum Filantropijne zapraszają wszystkich nauczycieli, edukatorów i rodziców do korzystania z materiałów i wspólnego tworzenia przestrzeni do otwartej i świadomej edukacji.

Więcej informacji oraz pełne materiały edukacyjne dostępne są na stronie: www.lekcjebeztabu.pl

**\*\*\*\***

**Uniwersytet SWPS** to nowoczesna uczelnia oparta na trwałych wartościach. Silną pozycję zawdzięcza połączeniu wysokiej jakości dydaktyki z badaniami naukowymi prowadzonymi na najwyższym poziomie. Uczelnia kształci blisko 17 tysięcy studentek i studentów – w tym ponad tysiąc z zagranicy oraz ponad 4 tys. słuchaczek i słuchaczy studiów podyplomowych na blisko 50 kierunkach studiów stacjonarnych i niestacjonarnych i ok. 200 kierunkach studiów podyplomowych. Uniwersytet oferuje programy studiów z psychologii, prawa, zarządzania, dziennikarstwa, filologii, kulturoznawstwa, nowych technologii oraz grafiki i wzornictwa, a także edukację w postaci szkoleń i krótkich kursów akademickich. Uczelnia dba o wysoką wartość akademicką naszych programów oraz ich dostosowanie do wymagań zmieniającego się rynku pracy. Kampusy Uniwersytetu SWPS znajdują się w sześciu miastach: Warszawie (siedziba), Wrocławiu, Sopocie, Poznaniu, Katowicach i w Krakowie.

Uczelnia posiada uprawnienia do nadawania stopnia doktora oraz doktora habilitowanego w siedmiu dyscyplinach: psychologia, nauki o kulturze i religii, literaturoznawstwo, nauki prawne, nauki socjologiczne, nauki o polityce i administracji, sztuki plastyczne i konserwacja dzieł sztuki. Na Uniwersytecie SWPS funkcjonuje pięć instytutów naukowych, które zajmują się organizacją i koordynacją działalności naukowej pracowników badawczych i badawczo-dydaktycznych uczelni w poszczególnych dyscyplinach: Instytut Psychologii, Instytut Nauk Humanistycznych, Instytut Nauk Społecznych, Instytut Prawa oraz Instytut Projektowania. W uczelni działa blisko 30 centrów badawczych oraz ponad 120 kół naukowych.

Uniwersytet SWPS należy do sojuszu European Reform University Alliance (ERUA). Jest to sojusz uczelni zawarty w ramach Inicjatywy Uniwersytetów Europejskich, powołanej i finansowanej przez Komisję Europejską.