

„Enyém a testem”

Önvédelmi program és
szexeducációs tréning
értelmi sérült emberek számára



Kézenfogva Alapítvány
Budapest, 2003.

TARTALOMJEGYZÉK

A könyv használatához...	5
Az önvédelmi program.....	7
Bevezetés.....	7
Stratégia.....	8
Szexuális abúzus értelmi fogyatékosoknál.....	9
a) Segítő általi visszaélés.....	10
b) Gondozottak közti erőszak.....	11
c) Családon belüli erőszak.....	12
d) Kívülállók a lakókörnyezetben.....	12
Szexuális erőszak és szexuális felvilágosítás.....	12
Az „Enyém a testem”-program, mint szexuális visszaélés-projekt.....	13
1. FÁZIS: előkészület.....	14
Első lépés: a csapat felkészítése a témára.....	14
Második lépés: a team előkészítése az Enyém a testem! önvédelmi programra.....	17
Harmadik lépés: a tanfolyam-csoport összeállítása.....	17
Negyedik lépés: készítsük elő a szülőket? Igen vagy nem?.....	18
Ötödik lépés: gyakorlati előkészületek.....	18
Hatodik lépés: a trénerek felkészülése.....	19
2. FÁZIS: az „Enyém a testem!”- tréning.....	23
3. FÁZIS: a tréninget követő időszak.....	23
A videosorozat ismertetése.....	24
A vezérfonal.....	24
Kérdések a nézőkhöz.....	25
A három videofilm célja, tartalma és alkalmazása.....	25
Első videofilm: „Az érintés - jó vagy nem jó?”.....	25
Második videofilm: Nem kellemes..!.....	30
Harmadik videofilm: „A nem ki mondása és a beszélgetés a történekről segít.”.....	35
A rajzok a videofilmen.....	39
A videosorozat alkalmazási lehetőségei.....	40
Rövid tréning.....	40
Hosszabb tréning.....	41
Az összejövetelek időtartama.....	42
Szempontok a két tréner számára.....	42
A videokazetta használatához javasolt összejöveteleli struktúrák.....	43
A foglalkozások struktúrájának részletes bemutatása.....	44
Technikai ötletek a videosorozat alkalmazásához:.....	54
Javaslatok a nézőknek szóló kérdésekhez.....	54

A szünetek gördülékeny és célszerű kezelése	55
Javaslatok a filmek bemutatásához	55
Szemponatok a mimika, pantomim és szerepjáték alkalmazásához	56
A hüvelykujj-játék.....	59
A játék tartozékainak ismertetése	60
A három nagy játéktábla	60
A két kisebb játéktábla	60
A 27 piktogram	61
Tíz kép érzésekről és képességekről	62
6 X 3 „ki?”-kártya: szerelmi partner, barát, idegen.....	62
Hét egyforma kártya arról, hogy „mindketten akarják”	62
A játék leírása	63
Előkészületek: mielőtt a játékot megkezdzenénk	63
„Bemelegítés”	64
Kezdődhet a játék	64
<i>KÉK</i> dobás (a dobókocka kék pöttyét dobták ki)	64
<i>SÁRGA</i> -dobás	65
<i>FEKETE</i> -dobás	65
<i>ZÖLD</i> -dobás	68
<i>PIROS</i> -dobás	68
<i>NARANCSSZÍNŰ</i> -dobás	69
Felnőttek, mert felnőttek – szex-educációs tréning	71
A foglalkozások javasolt struktúrája.....	74
A foglalkozások tematikája, a folyamat megtervezése	76
Tartalomjegyzék.....	83