amaze

განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ-გაკვეთილის გეგმა AMAZE ანიმაციური ვიდეო რესურსების გამოყენებით

*საგაკვეთილო გეგმები თარგმნილია სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის ქვეყნების რესურსიდან და ადაპტირებულია ასოციაცია **HERA XXI**-ის მიერ*

აივ

აივ: როგორ დავიცვათ თავი, დავეხმაროთ სხვებს

და ვებრძოლოთ სტიგმას

ვერა HERA XXI amaze Advocates for Youth Rights. Respect. Responsibility. unesco UNFPA

გაკვეთილის შესახებ...

წინამდებარე გაკვეთილის გეგმა ერთ-ერთია იმ ნაკრებიდან, რომელიც მოიცავს ცხრა ინდივიდუალურ გაკვეთილის გეგმას, და რომელიც განკუთვნილია სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის სკოლებსა ან არასასკოლო გარემოში ადამიანის სექსუალობის შესახებ ყოვლისმომცველი განათლების მიწოდების მხარდასაჭერად. წინამდებარე გაკვეთილის გეგმები ითვალისწინებს „AMAZE"-ის მიერ შექმნილი და გაკვეთილის გეგმასა და თემასთან დაკავშირებული საგანმანათლებლო ვიდეოების გამოყენებას; გარდა ამისა, შესაძლებელია მოცემული მასალების ჩართვა ადამიანის სექსუალობის შესახებ ყოვლისმომცველი განათლების ფარგლებში დამტკიცებულ გაკვეთილის გეგმებში ან მათი გამოყენება დამატებითი რესურსების სახით.

საუკეთესო შემთხვევაში, ადამიანის სექსუალობის შესახებ ყოვლისმომცველი განათლების სფეროში ნებისმიერი კონკრეტული თემის შესწავლა მოსწავლეებს შეძენილი ცოდნის, უნარებისა და დამოკიდებულებების განვითარების, გამოყენებისა და პრაქტიკაში დანერგვის შესაძლებლობას აძლევს. წინამდებარე გაკვეთილის გეგმები ნიმუშის ფორმით არის შედგენილი და სწავლის მხოლოდ რამდენიმე ძირითად შედეგს მოიცავს, რადგან ჩვენ ვაცნობიერებთ და ვაღიარებთ, რომ ერთი გაკვეთილი ხშირად არ არის საკმარისი სწავლის რომელიმე შედეგის მისაღწევად ან ერთზე მეტი სასწავლო სფეროს მოსაცავად. რეკომენდებულია მასწავლებლებმა დაგეგმონ და ჩაატარონ დამატებითი გაკვეთილები, რომელთა მიზანსაც წარმოადგენს ადამიანის სექსუალობის შესახებ ყოვლისმომცველი განათლების უზრუნველსაყოფად შემუშავებული მოცემული გაკვეთილების ფარგლებში დამუშავებული თემების განმტკიცება და სწავლის დასახული შედეგების სრულყოფილი მიღწევა. ამ მიზნით მათ შეუძლიათ ისარგებლონ როგორც საკლასო ასევე არასაკლასო გარემოში არსებული შესაძლებლობებით, რაც საშუალებას მისცემს მოსწავლეებს უკეთ გააცნობიერონ მათი დამოკიდებულებები და დახვეწონ და პრაქტიკაში დანერგონ შეძენილი უნარები.

amaze

აივ: როგორ დავიცვათ თავი, დავეხმაროთ სხვებს და ვებრძოლოთ სტიგმას

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ გაკვეთილის გეგმა*

ადამიანის სექსუალობის შესახებ განათლების საერთაშორისო ტექნიკური სახელმძღვანელო

ძრითადი ცნება 7: სექსუალობა და სექსუალური ქცევა

- თემა 7.2: სექსუალური ქცევა და სექსუალური რეაგირება
  ასაკობრივი ჯგუფი: 12-15

ძრითადი ცნება 8: სექსუალური და რეპროდუქციული ჯანმრთელობა

- თემა 8.2: აივ-სა და შიდსთან დაკავშირებული სტიგმა, მკურნალობა, ზრუნვა და მხარდაჭერა
  ასაკობრივი ჯგუფი: 12-15
- თემა 8.3: სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციებთან (სგგი), მათ შორის ადამიანის იმუნოდეფიციტის ვირუსთან (აივ) დაკავშირებული რისკების გაცნობიერება, აღიარება და შემცირება შემცირება
  ასაკობრივი ჯგუფი: 9-12

წინაპირობა

მოსწავლეები ფლობენ ცოდნას აივ-ის გადაცემის გზების შესახებ, აღიარებენ, რომ სიყვარული, ზრუნვა და მხარდაჭერა ყველას სჭირდება, რომ აივ-ით ინფიცირებულ ადამიანებს შეუძლიათ ჯანსაღი ცხოვრებით იცხოვრონ და აივ-ი ეფექტურ მკურნალობას ექვემდებარება

სამიზნე ასაკობრივი ჯგუფი

მე-7-9 კლასის მოსწავლეები (ასაკი 12-14 წელი)

გაკვეთილის ხანგრძლივობა

45 წუთი

გაკვეთილისთვის მზადება:

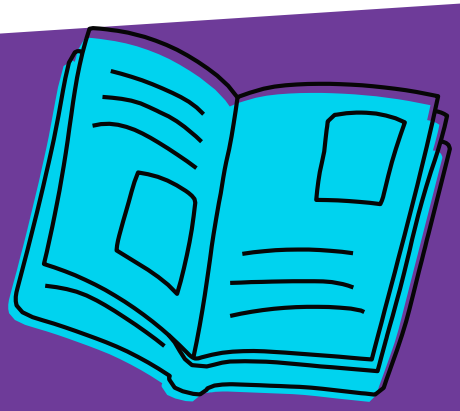
- ამობეჭდეთ მოსწავლეებისათვის განკუთვნილი სამუშაო ფურცელი „სჯობს თავი შორს დავიჭირო - სცენარი ინსცენირებისათვის“ - ორი ეგზემპლარი
- გადახედეთ მასწავლებლებისათვის განკუთვნილ მასალას: აივ - ხშირად დასმული კითხვები;
  ,,სექსუალური და რეპროდუქციული ჯანმრთელობა-აივ და შიდსი, სტიგმატიზაცია, მკურნალობა, ზრუნვა და მხარდაჭერა “http://forteachers.ge/temis-mixedvit/seqsualuri-da-reproduqciuli/;
  ყველაფერი ერთ სასწავლო კურსში I ნაწილი- https://hera-youth.ge/wp-content/uploads/2017/12/A4-New.pdf
- ასოციაცია „HERA XXI”-ის YouTube არხზე მოიძიეთ AMAZE-ს ვიდეომასალა სახელწოდებით „აივ-ინფიცირებული პირები” რათა გაეცნოთ მის შინაარსს და დარწმუნდეთ, რომ კომფორტულად იგრძნობთ თავს კლასში მოსწავლეებისათვის მისი ჩვენებისას
- წინასწარ ჩართეთ ვიდეო „YouTube“-ზე და ნახეთ იგი სრულად, რათა დარწმუნდეთ, რომ იგი მზადაა გაკვეთილის მსვლელობისას ჩვენებისათვის, ხარვეზებისა და რეკლემების გარეშე, ან ჩამოტვირთეთ ვიდეო გაკვეთილის მსვლელობისას მისი გამოყენებისათვის. შეგიძლიათ ისარგებლოთ „YouTube“-ზე ვიდეოს ჩვენების სიჩქარის რეგულირების ფუნქციით, თქვენი მოსწავლეების საჭიროებებზე მისი მაქსიმალურად მორგების მიზნით
- კლასში შესაძლებელია იყვნენ მოსწავლეები, რომლებიც აივ-ის მატარებლები არიან, აივ-ით ინფიცირებულნი არიან ან რომელთა მშობელი ან ოჯახის სხვა წევრი შიდსით არის გარდაცვლილი
- მნიშვნელოვანია გაითვალისწინოთ, რომ თქვენ შეიძლება მეტი სიფრთხილის გამოჩენა დაგჭირდეთ აივ-ის მატარებელი ან აივ-ით ინფიცირებული მოსწავლეების რეაგირების გამო
- თუ რომელიმე მოსწავლის მშობელი შიდსით არის გარდაცვლილი და ეს ინფორმაცია ცნობილია მისი კლასელებისთვის, გაკვეთილის დაწყებამდე, გაესაუბრეთ ამ მოსწავლეებს და ჰკითხეთ მათ, ხომ არ ისურვებდნენ ამის შესახებ საკუთარი განცდების თანაკლასელებთან გაზიარებას.

საჭირო მასალები:

- მოსწავლეებისათვის განკუთვნილი სამუშაო ფურცელი „სჯობს თავი შორს დავიჭირო - სცენარი ინსცენირებისათვის“ - ორი ეგზემპლარი, თითო ეზემპლარი იმ ორი მოსწავლიდან თითოეულისთვის, რომლებიც გამოთქვამენ ინსცენირებაში მონაწილეობის სურვილს
- რესურსი მასწავლებლებისთვის: აივ - ხშირად დასული კითხვები
- ინტერნეტთან დაკავშირებული კომპიუტერი და ხმის გამაძლიერებელი
- LCD პროექტორი და ეკრანი
- ვიდეოს ბმული: https://youtu.be/SGE2eCypc0w?si=ZOFNy55tI8dxujXK
- დაფა და ცარცი

აივ: როგორ დავიცვათ თავი, დავეხმაროთ სხვებს და ვებრძოლოთ სტიგმას

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ*
გაკვეთილის გეგმა



სწავლის ამოცანები:

გაკვეთილის შემდეგ მოსწავლეები შეძლებენ:

1. **გაიხსენონ, რომ აივ ინფექციის გადაცემა არ წარმოებს აივ-ით ინფიცირებულთან ჩვეულებრივი კონტაქტით.** (ცოდნა)
2. **გააცნობიერონ, რომ ყველა ადამიანს შეუძლია საკუთარი წვლილის შეტანა ისეთი სივრცის შექმნაში, სადაც ყველა ადამიანი თავს იგრძნობს დაფასებულად და პროცესებში მონაწილედ.** (დამოკიდებულება)
3. **აჩვენონ, თუ როგორ არის შესაძლებელი აივ-ის მატარებელი ან აივ-ით ინფიცირებული ადამიანების მხარდაჭერა.** (უნარი)

შენიშვნა მასწავლებლებისთვის: გაკვეთილი ეძღვნება აივ-ის და კლასში შესაძლებელია იყვნენ მოსწავლეები, რომლებიც აივ-ის მატარებლები არიან, აივ-ით ინფიცირებულნი არიან ან რომელთა მშობელი ან ოჯახის სხვა წევრი შიდსით არის გარდაცვლილი. მნიშვნელოვანია გაითვალისწინოთ, რომ თქვენ შეიძლება მეტი სიფრთხილის გამოჩენა დაგჭირდეთ აივ-ის მატარებელი ან აივ-ით ინფიცირებული მოსწავლეების რეაგირების გამო. თუ რომელიმე მოსწავლის მშობელი შიდსით არის გარდაცვლილი და ეს ინფორმაცია ცნობილია თქვენთვის, გახსოვდეთ, რომ აივ სტატუსი და ინფორმაცია ჯანმრთელობის მდგომარეობის შესახებ კონფიდენციალურია და საჭიროა მისი დაცვა სხვა პირებისათვის მისი გამჟღავნებისგან.

ასოციაცია „HERA XXI”-ის მიერ ნათარგმნი AMAZE-ს თემატური ვიდეოები
სომხურ ენაზე: https://youtu.be/3nn37joh1JQ?si=0NxIC-HgE5LM5K7r
აზერბაიჯანულ ენაზე: https://youtu.be/mZHkwLWDvBA?si=pdbClk87iRQveiix

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ*
გაკვეთილის გეგმა

გაკვეთილის მსვლელობა:

ეტაპი 1

გაკვეთილის დასაწყისში მიმართეთ მოსწავლეებს შემდეგნაირად: „მსოფლიოში აივ-ით ინფიცირებული ან შიდსით დაავადებული ბევრი ადამიანის მიმართ სტიგმა და სხვების მხრიდან მათდამი უნდობლობით, უარყოფითა და სიძულვილით მოპყრობაც კი, ჯერ კიდევ სამწუხარო რეალობას წარმოადგენს. ბავშვები, რომელთა მშობლებიც შიდსის შედეგად იღუპებიან, დისკრიმინაციის მსხვერპლიც კი შეიძლება გახდნენ“.

აუხსენით მოსწავლეებს, რომ სტიგმა არის ზიზღის გამოხატულება, რომელიც უკავშირდება კონკრეტულ გარემოებას, ხარისხსა ან პიროვნებას, რამაც შეიძლება გამოიწვიოს დისკრიმინაცია და ძალადობის საწინდარიც კი გახდეს. დისკრიმინაცია არის უსამართლო მოპყრობა სხვადასხვა კატეგორიის ადამიანების მიმართ, მათი სქესის, ასაკის, რასის, შესაძლებლობების, სექსუალური ორიენტაციისა და გენდერული იდენტობის, სოციალური ან ეკონომიკური სტატუსისა და სხვა საფუძველზე. სტიგმასაც და დისკრიმინაციასაც შეიძლება ძალიან უარყოფითი შედეგები მოჰყვეს, მაგალითად, ადამიანების შეიძლება არ ესმოდეთ, ან არ იღებდნენ მათ, და შესაძლოა ადგილი ჰქონდეს მათ მიმართ არასათანადო მოპყრობასა და ძალადობას.

შემდეგ ჰკითხეთ მოსწავლეებს, რატომ შეიძლება აივ-ით ინფიცირებული ადამიანები დისკრიმინაციისა, ანუ ცუდად მოპყრობის მსხვერპლს წარმოადგენდნენ მხოლოდ იმიტომ, რომ ისინი აივ დადებითი არიან. მიეცით საშუალება მოსწავლეებს, რამდენიმე წუთის განმავლობაში, ერთმანეთს გაუზიარონ საკუთარი მოსაზრებები.

შენიშვნა მასწავლებლებისათვის: მზად იყავით იმისთვის, რომ რეაგირება გქონდეთ მოსწავლეების მიერ გაკეთებულ ნებისმიერ კომენტარზე, რომელიც მათ გულგრილ დამოკიდებულებას გამოხატავს.

შემდეგ, უთხარით მოსწავლეებს, რომ ამ საკითხზე ცოტა მეტად დასაფიქრებლად, თქვენ აპირებთ მათ უჩვენოთ ორწუთნახევრიანი ვიდეო, რომელშიც საუბარია აივ-ზე, განმარტებულია, თუ როგორ ხდება აივ-ის გადაცემა, და განხილულია აივ-ის პრევენციის გზები:
https://youtu.be/SGE2eCypc0w?si=ZOFNy55tI8dxujXK

ვიდეოს ჩვენების შემდეგ, მოსწავლეების ყურადღება გაამახვილეთ ვიდეოში მოცემულ რამდენიმე განმარტებაზე, რომლებიც ხსნის მოსწავლეების მიერ ერთმანეთისთვის გაზიარებულ ინფორმაციას იმის შესახებ, თუ რატომ აქვს ადგილი აივ-ით ინფიცირებული ადამიანების მიმართ დისკრიმინაციას, და აუცილებლად ხაზგასმით აღნიშნეთ, რომ შეუძლებელია ადამიანის აივ სტატუსის დადგენა მხოლოდ იმით, თუ როგორ გამოიყურებიან ისინი, რომ აივ-ის გადაცემა არ ხდება ჩვეულებრივი კონტაქტით და მკურნალობა საშუალებას აძლევს აივ-ით ინფიცირებულ ადამიანებს იცხოვრონ ჯანსაღი და სრულფასოვანი ცხოვრებით.

(5 წუთი)

amaze განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ გაკვეთილის გეგმა

ეტაპი 2

შემდეგ, სთხოვეთ ორ მოხალისე მოსწავლეს, ჩაერთონ სიტუაციის ინსცენირებაში, რომელიც ეხება იმას, თუ როგორ გრძნობს თავს აივ-ით ინფიცირებული ადამიანი, რომელსაც მშობელი შიდსით გარდაეცვალა, და როგორ არის შესაძლებელი მისი მხარდაჭერა. მიეცით ორ მოხალისეს სცენარი „სჯობს თავი შორს დავიჭირო“ და დაეხმარეთ მათ როლების არჩევაში და შემდეგ მიეცით საშუალება სხვა მოსწავლეების წინაშე წარსდგნენ სიტუაციის ინსცენირებით.

(5 წუთი)

ეტაპი 3

მას შემდეგ რაც მოსწავლეები დაასრულებენ სიტუაციის ინსცენირებას, სთხოვეთ მათ თავი დაუკრან მაყურებლებს, გამოვიდნენ როლებიდან და დაიკავონ თავიანთი ადგილები. შემდეგ შესთავაზეთ მოსწავლეებს გააგრძელონ მუშაობა წყვილებში. სთხოვეთ მათ თავი წარმოიდგინონ გურის ადგილზე და აღწერონ, როგორ იგრძნობდნენ თავს და რა სჭიროებების წინაშე დადგებოდნენ:

- მათი დედა ან მამა შიდსით რომ გარდაცვლილიყო
- ისინი რომ აივ-ით ინფიცირებული იყვნენ
- მათი მეგობრები რომ მათთან ურთიერთობას თავს არიდებდნენ, მათი აივ სტატუსის გამო

მიეცით მოსწავლეებს 8 წუთი წყვილებში სამუშაოდ.

(8 წუთი)

ეტაპი 4

მოსწავლეებს შეატყობინეთ სამუშაოსთვის გამოყოფილი დროის ამოწურვის შესახებ და სთხოვეთ მოხალისეებს, გაუზიარონ თანატოლებს, თუ რა დასკვნები გამოიტანეს მათ მეწყვილესთან საუბრის შედეგად. მოსწავლეების პასუხები ჩამოწერეთ დაფაზე ოთხი სხვადასხვა სათაურის ქვეშ, მას შემდეგ რაც მათ დაუსვამთ შემდეგ კითხვებს:

- რას იგრძნობდით, გურის ადგილზე რომ ყოფილიყავით?
- რა საჭიროებები წამოიჭრებოდა თქვენს წინაშე, გურის ადგილზე რომ ყოფილიყავით?
- როგორ ისურვებდით, მოგქცეოდნენ სხვები, გურის ადგილზე რომ ყოფილიყავით?
- რას ეტყოდით მეგობრებს, რომლებიც თქვენგან თავს შორს იჭერენ იმის გამო, რომ თქვენ აივ-ით ინფიცირებული ხართ?

(10 წუთი)

ეტაპი 5

შემდეგ, სთხოვეთ ორ მოხალისეს გაითამაშონ სიტუაციის ფინალური სცენა, საკუთარი სიტყვებით, რას მოიმოქმედებდნენ ალექსი და ჯიმი გურის მხარდასაჭერად, რა დროსაც მათ უნდა ისარგებლონ მსჯელობისას მოსწავლეების მიერ გამოთქმული მოსაზრებებით. დარწმუნდით, რომ მოსწავლეები აცნობიერებდნენ იმას, რომ საჭიროა ადამიანის აივ-ის სტატუსთან დაკავშირებით კონფიდენციალურობის დაცვა, რაც იმას ნიშნავს, რომ არ არის მისაღები სხვების ინფორმირება ადამიანის აივ სტატუსის შესახებ ამ ადამიანის ნებართვის გარეშე, რაც მხარდაჭერის გამოხატვის ერთ-ერთი საშუალებაა.

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ*
გაკვეთილის გეგმა

ინსცენირების შემდეგ, მადლობა გადაუხადეთ მოხალისეებს და ჰკითხეთ მათ:

- რას განიცდიდნენ ისინი შეცვლილი სიტუაციის ინსცენირებისას?

დაუსვით შემდეგი კითხვები ყველა მოსწავლეს:

- რა ითქვა ან გაკეთდა განსხვავებულად, თავდაპირველ სიტუაციასთან შედარებისას?
- კიდევ რისი გაკეთება შეეძლოთ ალექსის და ჯიმის გურისთვის?
- რა შეიტყეთ აივ-ით ინფიცირებულთა მხარდაჭერის გზების შესახებ?

(10 წუთი)

შენიშვნა მასწავლებლებისათვის: აცნობეთ მოსწავლეებს, რომ მათ შეუძლიათ თქვენთან გასაუბრება, გაკვეთილის შემდეგ, თუ მათ ამის სურვილი აქვთ, და მზად იყავით იმისთვის რომ ურჩიოთ მათ სპეციალისტის დახმარება ან გადაამისამართოთ ისინი სამედიცინო გამოკვლევისა ან დახმარების მისაღებად, საჭიროების შემთხვევაში. მზად იყავით იმ მოსწავლეების ქცევაზე რეაგირებისათვის, რომლებმაც შესაძლოა გაკვეთილის მსვლელობისას სცადონ საკუთარი აივ-ის სტატუსის გამჟღავნება, ამისათვის აგრძნობინეთ მათ, რომ თქვენთვის გასაგებია რისი გაზიარება სურდათ მათ და აცნობეთ მათ, რომ შეუძლიათ განიხილონ მათთვის საინტერესო საკითხი თქვენთან ერთად, გაკვეთილის შემდეგ.

ეტაპი 6

გაკვეთილის დასასრულს, დასკვნის სახით აღნიშნეთ, რომ: „ადამიანებმა შეიძლება თავი აირიდონ აივ-ით ინფიცირებულ ადამიანთან ურთიერთობას მას შემდეგ, როცა გაიგებენ, რომ ეს ადამიანი აივ დადებითია. მათ ასევე შეიძლება გარიყონ ბავშვები, რომელთა მშობლებიც შიდსით გარდაიცვალენ. მაგრამ ადამიანებს, რომლებიც აივ-ით ინფიცირებული არიან ან რომელთა მშობელიც შიდსით გარდაიცვალა, სჭირდებათ რომ იყვნენ მიღებული, რომ მათ გაუგონ, მათ სჭირდებათ სიყვარული და ისეთივე შესაძლებლობების შეთავაზება, რომლითაც სარგებლობს ყველა. ამ აქტივობაში თქვენი ჩართულობით თქვენ შეიტყვეთ იმ მხარდაჭერის შესახებ, რომელსაც საჭიროებს აივ-ით ინფიცირებული ადამიანი, ან ადამიანი, რომელსაც მშობელი შიდსით გარდაეცვალა, და ასევე შეიტყვეთ მხარდაჭერის გამოვლენის გზების შესახებ.”

(5 წუთი)

ძირითადი დასკვნები:

- აივ-ის გადაცემა არ წარმოებს ჩვეულებრივი ურთიერთობებით.
- აივ-ით ინფიცირებული ადამიანები მხარდაჭერასა და გაგებას საჭიროებენ.
- აივ-ით ინფიცირებულ ადამიანებს, მკურნალობის შემთხვევაში, შეუძლიათ იცხოვრონ ხანგრძლივი და ჯანსაღი ცხოვრებით.

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ გაკვეთილის გეგმა*

სწავლის ამოცანების მიღწევის შეფასება გაკვეთილის დასრულების შემდგომ:

სწავლის ამოცანების შეფასებაში დაგეხმარებათ საკლასო დისკუსიაში და შესწორებულ ინსცენირებებში მოსწავლეთა მონაწილეობაზე დაკვირვება. ასევე, გაკვეთილის ბოლოს მოსწავლეებს შეგიძლიათ დაურიგოთ ფურცლები და სთხოვოთ მათ, დააფიქსირონ საკუთარი პასუხები მე-6 ეტაპზე მოცემულ ბოლო კითხვაზე, დააწერონ ფურცლებს საკუთარი სახელები და გვარები და ჩაგაბარონ, საკლასო ოთახიდან გასვლისას.

დისტანციურად ჩატარებისთვის გაკვეთილის ადაპტირებასთან დაკავშირებული რეკომენდაციები

გაკვეთილის დისტანციურად ჩატარებისთვის შეგიძლიათ ისარგებლოთ შემდეგი ციფრული პლატფორმებით: Google Classroom ან Zoom. ვიდეოს ჩვენებამდე, აივ-ით ინფიცირებულთა მიმართ დისკრიმინაციის შესახებ დასმულ პირველ შეკითხვაზე პასუხად, სთხოვეთ მოსწავლეებს, საკუთარი პასუხები დააფიქსირონ jamboard-ზე. ინსცენირების აქტივობაში მონაწილეობისას, მოხალისეებს შეუძლიათ რიგრიგობით წაიკითხონ სცენარის თავიანთი ნაწილი ხმამაღლა, ხოლო წყვილებში მუშაობისთვის მოსწავლეები შეიძლება განთავსდნენ ვირტუალურ ოთახებში.

საშინაო დავალება (ასეთის არსებობის შემთხვევაში)

იხილეთ ეტაპი 6 (ზემოთ): დაურიგეთ მოსწავლეებს მათთვის განკუთვნილი სამუშაო ფურცლები: სექსუალურ ჯანმრთელობაზე ზრუნვა.

სასარგებლო მასალები

- სექსუალური და რეპროდუქციული ჯანმრთელობა: აივ შიდსი, სტიგმატიზაცია, მკურნალობა, ზრუნვა და მხარდაჭერა-http://forteachers.ge/temis-mixedvit/seqsualuri-da-reproduqciuli/
- აივ/შიდსი- http://forteachers.ge/%e1%83%98%e1%83%9c%e1%83%a1%e1%83%a2%e1%83%a0%e1%83%a3%e1%83%9b%e1%83%94%e1%83%9c%e1%83%a2%e1%83%94%e1%83%91%e1%83%98/sqesobrivi-gzit-gadamdebi-infeqciebi/aivi-sidsi/
- ყველაფერი ერთ სასწავლო კურსში I ნაწილი- https://hera-youth.ge/wp-content/uploads/2017/12/A4-New.pdf

ადაპტირებულია: ორგანიზაცია „Advocates for Youth“, იუნესკო, გაეროს მოსახლეობის ფონდი (UNFPA). აივ-ით ინფიცირებული და შიდსით დაავადებული ადამიანების მხარდაჭერა. გაკვეთილის გეგმები: გაკვეთილის გეგმების ნაკრები, აღმოსავლეთ და სამხრეთ აფრიკის ქვეყნებში ადამიანის სექსუალობის შესახებ ყოვლისმომცველი განათლების უზრუნველსაყოფად.
ქართულ ენაზე ადაპტირებულია ასოციაცია HERA XXI ის მიერ.

სჯობს თავი შორს დავიჭირო – ინსცენირება

თედო და ლეო 12 წლის არიან. ისინი კლასელები არიან და მეგობრობენ. გურიც მათი კლასელია. სამივე მათგანს ერთმანეთთან კარგი ურთიერთობა აქვს და, ხანდახან, სკოლის შემდეგ, ისინი ერთმანეთს ხვდებიან და სასეირნოდ მიდიან. თუმცა, რამდენიმე დღის წინ, გურიმ სკოლაში სიარული შეწყვიტა. თედო და ლეო მისი ამ გადაწყვეტილების მიზეზზე მსჯელობენ.

თედო: ვერ გამიგია, რატომ შეწყვიტა გურიმ სკოლაში სიარული! ნეტავ რა დაემართა. ერთი კვირაა არ მინახავს, და არც კი ვიცი სად ცხოვრობს.

ლეო: მეც მაინტერესებდა... მას სკოლაში სიარული ხომ ძალიან მოსწონდა. ჩვენთვის ერთი სიტყვაც არ უთქვამს! — სკოლის მიტოვებას თუ აპირებდა... წესით ჩვენთვის მაინც უნდა ეთქვა!

თედო: მასზე არაფერი გსმენია?

ლეო: მართალი გითხრა, დედაჩემმა რაღაც ახსენა, თუმცა ძნელი დასაჯერებელია.

თედო: რა იცი, მასზე? მითხარი, ყველაფერი მითხარი!

ლეო: არ ვიცი რამდენად მართალია, მაგრამ დედაჩემმა მითხრა რომ მას დედა გარდაეცვალა.

თედო: ოჰ... ვწუხვარ... წარმომიდგენია რა მდგომარეობაში იქნება!

ლეო: ძალიან ძნელია. წარმოდგენაც არ მინდა. ალბათ თავს საშიანლად მარტოსულად გრძნობს. დედას ხომ ვერავინ შეცვლის.

თედო: მაგრამ დედამისი ხომ ძალიან ახალგაზრდა იყო? ავადმყოფობდა?

ლეო: როგორც დედაჩემს უთხრეს, შიდსით გარდაიცვალა, და გურიც აივ-ით არის ინფიცირებული.

თედო: ღმერთო! დედა გარდაეცვალა და აივ ინფიცირებულია! ვერ ვიჯერებ! მართლა ძალიან მებრალება! ის ხომ მხოლოდ 12 წლის არის... ვერ ვიჯერებ.

ლეო: დედაჩემმა მითხრა თავი მისგან შორს დაიჭირეო. მართლა არ ვიცი რა ვქნა... შეიძლება სჯობს მისგან თავი შორს დავიჭიროთ! ჩვენც შეიძლება გადაგვედოს.

თედო: როგორ? ხომ ვისწავლეთ, რომ აივ და შიდსი არ გადადის ინფექციის მატარებლებთან ყოველდღიური კონტაქტით. ვფიქრობ, მას ჩვენი მხარდაჭერა სჭირდება. სხვა რომ არაფერი, ის ხომ ჩვენი მეგობარია.

ლეო: დედის გარეშე, დარწმუნებული ვარ, სახლში დახმარებაც დასჭირდება. მახსოვს, მამაჩემმაც თქვა, რომ აივ-ით ან შიდსით დაავადებული ან ინფიცირებული ადამიანის მხარდაჭერის ერთ-ერთი საუკეთესო გზა მასთან მეგობრობის გაგრძელებაა. წარმოიდგინე, რას ვიგრძნობდით მე ან შენ, დედა რომ დაგვეკარგა და ხალხიც რომ თავს გვარიდებდეს.

თედო: ხო, ალბათ თავს საშინლად მარტოსულად ვიგრძნობდი და შიშით შევიშლებოდი. მოდი დროს ფუჭად ნუ დავკარგავთ... მოდი მოვნახოთ სად არის და დაველაპარაკოთ.

თედო და ლეო გურისთან გაეშურენ. ბიჭებმა ისაუბრეს, ფეხბურთი ითამაშეს და ერთად ისადილეს. გური ბედნიერი იყო, რადგან თედო და ლეო მისი ნამდვილი მეგობრები იყვნენ.

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ*
გაკვეთილის გეგმა

რესურსი მასწავლებლებისათვის: აივ - ხშირად დასმული კითხვები

ქვემოთ მოცემულია რამდენიმე კითხვა, რომლებითაც შეიძლება მოსწავლეებმა მოგმართონ გაკვეთილის მსვლელობისას ან მის შემდეგ, შესაბამისი პასუხებით, რაც დაგეხმარებათ მათზე პასუხის გაცემაში.

რა არის აივ?

აივ ნიშნავს ადამიანის იმუნოდეფიციტის ვირუსს. აივ არის ვირუსი, რომელიც აზიანებს ადამიანის იმუნურ სისტემას. როდესაც იმუნური სისტემა სუსტდება აივ-ის გავლენით, ორგანიზმი ვეღარ ებრძვის დაავადებას ან ვერ უზრუნველყოფს ზოგიერთი სახის კიბოს პრევენციას.

რა არის შიდსი?

შიდსი (შეძენილი იმუნოდეფიციტის სინდრომი) წარმოადგენს მდგომარეობას, როდესაც მრავალი წლის განმავლობაში ორგანიზმში არსებული აივ ინფექცია მნიშვნელოვნად აზიანებს და ასუსტებს იმუნურ სისტემას. შედეგად, შეიძლება ადამიანი ინფექციებით სერიოზულად დაავადდეს და ჯანმრთელობის სერიოზული პრობლემები შეექმნას. არსებობს მედიკამენტები, რომლებიც ხელს უშლის აივ-ის შიდსში გადაზრდას. აივ-ით ინფიცირებულ ადამიანებს შესაძლოა შიდსის დიაგნოზი დაუსვან, თუ მათი სისხლის ანალიზი აჩვენებს, რომ სისხლში იმ უჯრედების რაოდენობა, რომლებიც დაავადებებს ებრძვის, განსაზღვრულ დონეზე დაბალია.

რითი განსხვავდება აივ შიდსისგან?

აივ (ადამიანის იმუნოდეფიციტის ვირუსი) არის ვირუსი, რომელიც აზიანებს და ასუსტებს ადამიანის იმუნურ სისტემას. როდესაც იმუნური სისტემა სუსტდება აივ-ისგან, ორგანიზმი ვეღარ ებრძვის დაავადებებს და შეიძლება განვითარდეს სერიოზული და ხშირად სიცოცხლისთვის საშიში ინფექციები და კიბო. ეს უკანასკნელი მდგომარეობა ცნობილია შიდსის (შეძენილი იმუნოდეფიციტის სინდრომი) სახელწოდებით.

როგორ ხდება აივ-ის გადაცემა?

ადამიანის იმუნოდეფიციტის ვირუსი ვირუსის მატარებელი ადამიანის ორგანიზმში არსებულ სითხეებში კონცენტრირდება. აივ-დადებით ადამიანს შეუძლია გადასცეს ვირუსი სხვებს სპერმის (მათ შორის პრეეაკულაციის დროს), ვაგინალური სეკრეციის, დედის რძის ან სისხლის საშუალებით. ვირუსის გადაცემა, ყველაზე ხშირად, ხორციელდება სპერმისა და ვაგინალური სეკრეციის გაცვლის გზით, ვაგინალური ან ანალური სქესობრივი კავშირის დროს. აივ ასევე შეიძლება გადაეცეს სხვა ადამიანს ინფიცირებული სისხლის გადასხმის ან ინფიცირებულ პირთან ერთად ნარკოტიკების ან სტეროიდების გამოყენების გზით, საერთო შპრიცით სარგებლობისას, სხეულის პირსინგის ან ტატუირებისას. აივ ასევე აივ-დადებითი დედიდან შეიძლება გადაეცეს ბავშვს, ორსულობის, მშობიარობის ან ძუძუთი კვების დროს. ორალური სქესობრივი კავშირი ასევე შეიცავს აივ ინფექციის გადაცემის გარკვეულ რისკს.

როგორ არ ხდება აივ-ის გადაცემა?

აივ-ის გადაცემა არ წარმოებს შეხებით, კოცნით, ცემინებით, ხველით, საკვების, სასმელის ან ჭურჭლის გაზიარებით, ან სამუშაო ადგილზე, სკოლაში ან სახლში ყოველდღიური კონტაქტით. მისი გადაცემა არ წარმოებს საცურაო აუზებით, საზოგადოებრივი ტუალეტებით სარგებლობისას ან მწერების ნაკბენით. აივ-ის გადაცემა არ წარმოებს ნერწყვით, ცრემლით ან ოფლით, ასევე შარდით და განავით, თუ ისინი არ შეიცავს სისხლს.

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ გაკვეთილის გეგმა*

როგორ არის შესაძლებელია აივ-ით ინფიცირების თავიდან არიდება?

ჯერ-ჯერობით არ არსებობს აივ-ის საწინააღმდეგო ვაქცინა, თუმცა სქესობრივი გზით გადაცემის პრევენცია შესაძლებელია დაუცველი სქესობრივი კავშირისგან თავის შეკავებით ან, ყოველ ჯერზე, სქესობრივი კავშირის დროს, მამაკაცის ან ქალის კონდომის გამოყენებით. ინტიმური პარტნიორების რაოდენობის შემცირება ამცირებს აივ-ის შეძენის რისკს და რეგულარულად აივ ტესტირებას ასევე შეუძლია ხელი შეუწყოს აივ-ის პრევენციას, რადგან სტატუსის ცოდნა საშუალებას მოგცემთ მიიღოთ საჭირო ზომები აივ-ის გადაცემის რისკის შესამცირებლად და მიმართოთ მკურნალობას დროულად, აივ დადებითი პასუხის შემთხვევაში. სხვა სგგი-ზე ტესტირება ასევე ხელს უწყობს აივ-ის პრევენციას, რადგან სგგი ზრდის აივ ინფექციის რისკს. პისტ- ან პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა ასევე ხელს უწყობს აივ-ის პრევენციას მაღალი რისკის მქონე პირებს შორის, ასევე მათ შორის, ვინც მუდმივ ურთიერთობაშია აივ ინფიცირებულ ადამიანთან. და ბოლოს, ინექციური ნარკოტიკების გამოყენებისგან ან სამედიცინო ნემსის და საპარსი ინსტრუმენტების ან სხვა საგნების გაზიარებისგან თავის შეკავება, რომელთა სისხლთან შეხების ალბათობაც არსებობს, ასევე წარმოადგენს აივ-ით ინფიცირების თავიდან აცილების საშუალებას.

როგორ ხდება აივ-ისა და შიდსის მკურნალობა?

ჯერ-ჯერობით აივ-ის განკურნების საშუალება არ არსებობს, მაგრამ მედიკამენტებით აივ-ით დაავადებულ ადამიანებს შეუძლიათ ჯანმრთელობის შენარჩუნება. მათ ასევე შეუძლიათ თავიდან აიცილონ აივ-ის შიდსში გადაზრდა. აივ-ის მკურნალობას ეწოდება ანტირეტროვირუსული თერაპია. ანტირეტროვირუსული თერაპია გულისხმობს აივ-ის სამკურნალო რიგი საშუალებების (ე.წ. აივ-ის მკურნალობის რეჟიმის) მიღებას ყოველდღიურად. ანტირეტროვირუსული თერაპია რეკომენდირებულია ყველა აივ-ით ინფიცირებულისთვის. აივ-ით ინფიცირებულებმა უნდა დაიწყონ აივ-ის სამკურნალო მედიკამენტების მიღება რაც შეიძლება ადრეულ ეტაპზე. ანტირეტროვირუსული თერაპია არ კურნავს აივ-ს, მაგრამ მედიკამენტები ეხმარება აივ-ით ინფიცირებულებს იცხოვრონ უფრო დიდხანს და ჯანმრთელად. ანტირეტროვირუსული თერაპია ასევე ამცირებს აივ-ის გადაცემის რისკს.

როგორ მოქმედებს ანტირეტროვირუსული თერაპია?

ანტირეტროვირუსული თერაპიით გათვალისწინებული მედიკამენტები ხელს უწყობს იმ უჯრედების რაოდენობის შენარჩუნებას, რომლებიც ებრძვის ინფექციებს და ამცირებს აივ-ის ვირუსულ დატვირთვას (აივ-ის კონცენტრაციას ორგანიზმში).

რას ნიშნავს ვირუსული დატვირთვა?

ვირუსული დატვირთვა ნიშნავს, ორგანიზმში აივ-ის კონცენტრაციის დონეს, რომლის გაზომვასაც უზრუნველყოფს სამედიცინო პერსონალი, სისხლის სინჯზე ჩატარებული ანალიზით.

რას ნიშნავს არაგანსაზღვრადი ვირუსული დატვირთვა?

არაგანსაზღვრადი ვირუსული დატვირთვა ნიშნავს, რომ სისხლში აივ-ის დონე ძალიან დაბალია, ვირუსული დატვირთვის ტესტით გამოსავლენად. აივ ინფიცირებულ ადამიანებს, რომლებიც ინარჩუნებენ არაგანსაზღვრად ვირუსულ დატვირთვას, პრაქტიკულად არ აქვთ სქესობრივი გზით აივ ინფექციის გადაცემის რისკი.

რას ნიშნავს "არაგანსაზღვრადი=არაგადამდებს"?

„არაგანსაზღვრადი=არაგადამდებს" წარმოადგენს კამპანიის სლოგანს, რომელიც მიზნად ისახავს ცნობიერების ამაღლებას იმის შესახებ, რომ ეფექტური ანტირეტროვირუსული მკურნალობა, არაგანსაზღვრადი ვირუსული დატვირთვით, ნიშნავს იმას, რომ აივ-ის გადაცემა არ ხდება ინტიმური კავშირებით (არაგანსაზღვრადი ნიშნავს არაგადამდებს). „არაგანსაზღვრადი" ნიშნავს, რომ ადამიანის ვირუსული დატვირთვა, ანუ სისხლში ვირუსის დონე უკიდურესად დაბალია (200 ერთეულზე ნაკლები ერთ მილილიტრ სისხლის ნიმუშში). ეს დონე მიიღწევა აივ-ის ეფექტური მკურნალობით და მკურნალობის რეჟიმის დაცვით. "არაგადამდები" ნიშნავს, რომ ვირუსის გადაცემა არ ხდება სქესობრივი გზით.

amaze *განათლება ადამიანის სექსუალობის შესახებ*

გაკვეთილის გეგმა

რას ნიშნავს აივ მკურნალობის რეჟიმის დაცვა?

აივ-ით ინფიცირებული პირებისთვის აივ მკურნალობის რეჟიმის დაცვა ნიშნავს აივ მკურნალობის დაწყებას, მედიკამენტების ყოველდთიურ მიღებას, სამედიცინო პერსონალის დანიშნულების შესაბამისად, და ექიმთან დაგეგმილ ყველა ვიზიტზე გამოცხადებას. აივ მკურნალობის რეჟიმის დაცვა უმნიშვნელოვანეს ფაქტორს წარმოადგენს აივ ინფიცირებული პირების ჯანმრთელობის შენარჩუნებისთვის.

როგორ უნდა გაარკვიოს ადამიანმა აივ ინფიცირებულია თუ არა იგი, ან მისი პარტნიორი?

აივ-ით ინფიცირების დადგენის ერთადერთ გზას წარმოადგენს აივ-ტესტირება.

რას ნიშნავს პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა?

პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა განკუთვნილია ადამიანებისთვის, რომლებიც არ არიან აივ-ით ინფიცირებული, თუმცა დგანან აივ-ით ინფიცირების მაღალი რისკის წინაშე. პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა მედიკამენტების ყოველდღიურ მიღებას მოიცავს. პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა ხელს უშლის ვირუსის გავრცელებას ორგანიზმში, თუ ვირუსი ორგანიზმში მოხვდება.

რას ნიშნავს პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა?

პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა განკუთვნილია ადამიანებისთვის, რომლებსაც გაუთვალისწინებელი შეხება ჰქონდათ აივ-სთან, ხშირად სამედიცინო მომსახურების მიღების/მიწოდების დროს ან გაუპატიურების შემთხვევაში. პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკის დაწყება საჭიროა აივ-სთან სავარაუდო შეხებიდან 72 საათის (3 დღის) განმავლობაში, რათა მოხდეს ინფიცირების აღკვეთა. პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკის რეგულარული ჩატარება რეკომენდებულია იმ ადამიანებისთვის, რომლებიც ხშირად არიან აივ-ით ინფიცირების რისკის ქვეშ. პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა არ წარმოადგენს აივ-ის პრევენციის სხვა მეთოდების შემცვლელსა და ალტერნატივას, როგორიცაა კონდომების რეგულარული გამოყენება.

რითი განსხვავდება პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკისგან?

პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკისაგან განსხვავდება იმით, რომ პრე-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა განკუთვნილია ადამიანებისთვის, რომლებსაც აივ-ით ინფიცირების მაღალი რისკი გააჩნიათ და ყოველდღიურად იღებენ მედიკამენტებს, რათა არ დაინფიცირდნენ აივ-ით; ხოლო პოსტ-ექსპოზიციური პროფილაქტიკა განკუთვნილია მათთვის, რომლებსაც გაუთვალისწინებელი შეხება ჰქონდათ აივ-სთან და 72 საათის (3 დღის) განმავლობაში საჭირობენ მედიკამენტის მიღებას, რათა მოხდეს ინფიცირების აღკვეთა.

წყაროები: ოჯახის დაგეგმვის საერთაშორისო ფედერაცია (IPPF) და მოსახლეობის საბჭო. ყველაფერი ერთ სასწავლო გეგმაში; HIVInfo.NIH.gov. აივ - პრევენცია და მკურნალობა; Nemours KidsHealth. რა არის აივ. იუნესკო. პოზიტიური სწავლა: როგორ შეუძლია განათლების სექტორს დააკმაყოფილოს აივ-ით ინფიცირებული მოსწავლეების საჭიროებები.
ქართულ ენაზე ადაპტირებულია ასოციაცია HERA XXI-ის მიერ.