



Dotyky | vhodné & nevhodné



Co-funded by
the European Union

Číslo projektu: 2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341

Financované od Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) z autora(ov) iba a nemusia nevyhnutne odrážať nevyhnutne odrážajú názory a stanoviská z Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani ani EACEA za ne nepreberajú byť považovaná zodpovedná za žiadnu zodpovednosť.

let's sign about sex

abakus
NADAČNÍ FOND



Tieto materiály vznikli s finančnou podporou Abakus Erasmus+ v rámci projektu Let's Sign About Sex.

Materiály nesmú byť šírené bez povolenia.

Vyvinula od Freya, z. s., www.freya.live



Materiály Freya doplnil projektový tím o ľahko zrozumiteľné texty
a informácie o dostupných video materiáloch.



**Co-funded by
the European Union**

Financované od Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) z autora(ov) iba a nemusia nevyhnutne odrážať nevyhnutne odrážajú názory a stanoviská z Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani ani EACEA za ne nepreberajú byť považovaná zodpovedná za žiadnu zodpovednosť.

Informácie pre lektorov



Táto ikona ukazuje, že informácie budú tlmočené posunkami lektormi počas workshopu.



Táto ikona signalizuje, že lexikón LSAS obsahuje **video materiál v posunkovom jazyku**.



Táto ikona ukazuje, že existuje **pracovný list pre účastníkov**.

**Ako vieš, kedy môžeš niekoho dotknúť a
kedy to nie je vhodné?**

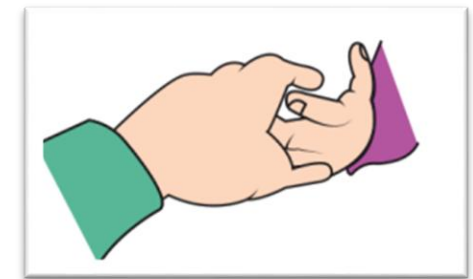


Rôzne možnosti

Dotyk je



- keď sa človek dotkne seba samého.
- Alebo keď sa jedna osoba dotkne druhej.
- Alebo keď sa navzájom dotýkajú.



Možno sa dotknúť rôznych častí ľudského tela.

Na dotyk zvyčajne používame rukydotyk.



Možno sa dotknúť rôznych častí ľudského tela.
Na dotyk zvyčajne používame rukydotyk.



Na čo si treba dávať pozor?

Na čo si treba dávať pozor?

Miesta na tele, kde nás môže niekto dotknúť, závisia od toho, napríklad:



Kto sa nás dotýka nás?

Lekár, rodičia, kamaráti alebo cudzí človek sa ťa môžu dotknúť na rôznych miestach.
priatelia alebo nejaký cudzinec.

Prečo sa nás chce niekto dotknúť?

Pri zdravení kamaráta a pri zdravení cudzieho človeka sa správame inak. Záleží od okolností.

Na čo si treba dávať pozor?



Ako sa cítime v danom momente.

Nie vždy musíme mať náladu na dotyk. Niekedy môže byť príjemný a niekedy nepríjemný.

Kde sa práve nachádzame teraz.

Partnera môžeš na verejnosti a v súkromí dotýkať inak.

Na čo si treba dávať pozor?



Ak nevieme alebo si nie sme istí, či môžeme niekoho dotknúť, je najlepšie **opýtať sa**:

„Môžem ťa objasť?“ alebo "
„Môžem ťa chytiť za ruku?"

**Je dobré vedieť, aký dotyk
my a ľudia okolo nás máme radi.**

Hranice



Každý má iné miesta, kde sa ho alebo jej môžeš dotknúť.
To je v poriadku.

Hovoríme, že každý má svoje vlastné hranice,
ktoré je potrebné rešpektovať.

Niektorí ľudia radi prijímajú dotyky.
Niektorí ľudia dotyky vôbec nemajú radi.

Hranice



- Je dôležité, aby si svojimi dotykami nikomu neublížil/neublížila.
- Dotyk by mal byť príjemný.
- Je tiež dobré, aby niektoré dotyky zostali súkromné – keď si sám/sama.

Intímne oblasti



- Intímne oblasti sú zvyčajne pod oblečením (spodná bielizeň alebo plavky).
- Za intímne oblasti sa zvyčajne považujú penis alebo vulva, zadok, prsia alebo hrudník.
- Intímnymi oblasťami môžu byť aj tvár a ústa.
- Pre niektorých ľudí môže byť viac intímnych miest a môžu byť iné – ramená, nohy a podobne.

intímne
osobné
blízke
dôverné
súkromné



- Je dôležité vedieť, že naše telo patrí nám a každý sám rozhoduje o svojom tele.
- To zahŕňa rozhodnutie o tom, komu dovoľia sa ho dotknúť.
- Môžeme povedať NIE dotyku aj ľuďom, ktorých dobre poznáme, dokonca aj členom rodiny.



Vhodný dotyk – dobrý dotyk

Je to dotyk, ktorý je vítaný a príjemný.



Nevhodný dotyk – zlý dotyk

Je to akýkoľvek dotyk, ktorý sa nám nepáči.

Napríklad: strčenie, ťahanie za vlasy, stláčanie rúk, fackovanie.

Väčšina ľudí takéto dotyky nemá rada.





Existujú však aj ľudia, ktorým takéto dotyky prinášajú potešenie.

Nazýva sa to nazývaný **BDSM**.

Rešpekt je dôležité slovo a je dobré si ho pamätať.

Rozdiel medzi BDSM a zlým/nevhodným dotykom je **súhlas**.

Znamená to, že zúčastnené osoby **súhlasia** s týmito dotykami.

BDSM

angl. skratka pre
sexuálnu prax

- Bondage
- Dominancia,
- Sadizmus
- Mazochizmus

Poznámka: Rešpekt znamená, že rozumieme prániam druhej osoby a vieme, aké dôležité sú pre ňu a že na nich záleží.



Rešpekt je dôležité slovo a je dobré si ho pamätať.

Napríklad príklad:

- Vzrušuje ma, keď ma niekto pláčne po zadku.
- Môj/moja partner/partnerka to nechce..
- Rešpektujem to a nežiadam to.

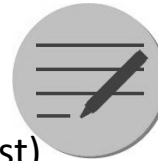
rešpekt

byť
ohľaduplný/ohľadáuplná

Cvičenie – Sebareflexia - moje telo



Individuálne cvičenie



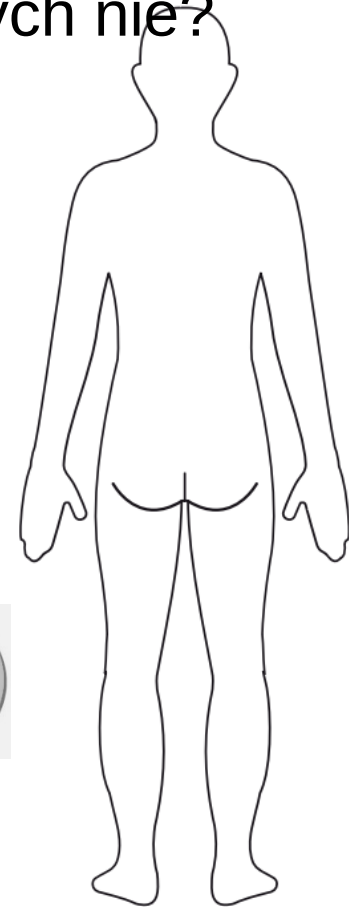
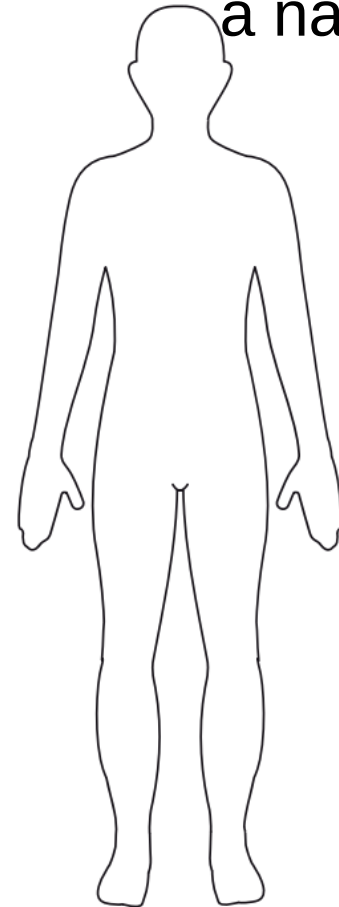
Rozširujúca sekcia – Telo (pracovný list)



Rôzne verzie:

- dotyk samého/samej seba
- osoba, ktorú milujem
- cudzia osoba

Na ktorých miestach môžeš byť
dotknutý/dotknutá,
a na ktorých nie?





Diskusia