



# JAUNIEŠU UN PUSAUDŽU SEKSUĀLĀ UN REPRODUKTĪVĀ IZGLĪTĪBA

---

VISPĀRIZGLĪTOJOŠO SKOLU PEDAGOGU PAŠVĒRTĒJUMS

Padziļināto interviju kopsavilkums  
2023. gada maijs-jūlijs

# TEHNISKĀ INFORMĀCIJA

<b>PĒTĪJUMA VEICĒJS</b>	Pētījumu centrs SKDS
<b>PĒTĪJUMA METODE</b>	Kvalitatīvais pētījums, padziļinātās intervijas (Pdzl)
<b>PĒTĪJUMA MĒRĶI</b>	Noskaidrot viedokli par iespējām un izaicinājumiem vispārizglītojošo mācību iestāžu pedagogiem saskaroties ar seksuālās un reproduktīvās veselības tēmu praktisku integrēšanu mācību stundās
<b>MĒRĶA GRUPAS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sporta, bioloģijas pedagogi</li></ul>
<b>ĢEOGRĀFISKAIS PĀRKLĀJUMS</b>	Rīga/pierīga – 10 intervijas, Latvijas pilsētas – 10 intervijas, reģioni – 10 intervijas
<b>PĒTĪJUMA SPECIFIKA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respondentu atlase notika, ievērojot klienta noteiktos kritērijus:<ul style="list-style-type: none"><li>• sporta skolotāji, bioloģijas skolotāji - 50:50;</li><li>• skolotāju vecums - pārstāvēti dažādi vecumi (proporcijas - tā, lai vairākumā ir pārstāvēti skolotāji vecuma grupā 50+)</li></ul></li><li>• Pētījuma dalībnieki tika uzrunāti, izsūtot uzaicinājumus vispārizglītojošajām skolām, izskaidrojot pētījuma mērķus un motivējot pedagogus dalībai.</li></ul>
<b>IZLASES LIELUMS</b>	30 Pdzl
<b>INTERVIJU NORISES ILGUMS</b>	~25-40 min
<b>Pdzl NORISES LAIKS</b>	2023. gada maijs-jūlijs

# RESPONDENTI I

Rīga, pierīga

Nr.p.k	Dzimums	Profils	Vecums	Pilsēta
1.	sieviete	sports	44	Rīga
2.	sieviete	bioloģija	55	Rīga
3.	sieviete	bioloģija	26	Rīga
4.	sieviete	sports	46	Rīga
5.	sieviete	sports	34	Rīga
6.	vīrietis	bioloģija	51	Rīga
7.	sieviete	bioloģija	56	Pierīga/Carnikava
8.	sieviete	sports	47	Pierīga/Ādaži
9.	sieviete	bioloģija	56	Pierīga/Ādaži
10.	sieviete	bioloģija	51	Pierīga/Jūrmala

## RESPONDENTI II

### Pilsētas

Nr.p.k	Dzimums	Profils	Vecums	Pilsēta
11.	sieviete	bioloģija	52	Rēzekne
12.	sieviete	bioloģija	58	Liepāja
13.	vīrietis	sports	31	Kuldīga
14.	vīrietis	bioloģija	51	Madona
15.	sieviete	sports	58	Cēsis
16.	sieviete	bioloģija	62	Valdemārpils
17.	sieviete	sports	57	Ventspils
18.	sieviete	sports	39	Valmiera
19.	sieviete	sports	59	Ventspils
20.	sieviete	sports	48	Valmiera

## RESPONDENTI III

### Reģioni

Nr.p.k	Dzimums	Profils	Vecums	Novads
21.	sieviete	bioloģija	55	Bauskas nov., Skaistkalne
22.	sieviete	bioloģija	58	Jelgavas nov., Ozolnieki
23.	vīrietis	sports	31	Rēzeknes nov., Malta
24.	vīrietis	bioloģija	51	Preiļu nov., Riebiņi
25.	sieviete	sports	58	Jēkabpils nov., Viesīte
26.	sieviete	bioloģija	62	Preiļu nov., Riebiņi
27.	sieviete	sports	57	Bauskas nov., Pilsrundāle
28.	sieviete	sports	39	Rēzeknes nov., Nautrēni
29.	sieviete	sports	59	Madonas nov., Cesvaine
30.	sieviete	sports	48	Valmieras nov., Rūjiena

# **GALVENIE SECINĀJUMI**

# KOPSAVILKUMS

# SEKSUĀLĀ, REPRODUKTĪVĀ IZGLĪTĪBA PRIEKŠSTATI



# SABIEDRĪBAS IZPRATNE

Izvērtējot intervijas ar sporta un bioloģijas skolotājiem par seksuālo un reproduktīvo izglītību Latvijā, var secināt, ka izpratne sabiedrībā par šo tēmu ir **dažāda un atšķirīga**.

Vairums skolotāju norāda, ka cilvēkiem Latvijā **trūkst pilnīgas izpratnes par seksuālo un reproduktīvo veselību**, un tā nav bieži apspriesta tēma gan ģimenēs, gan sabiedrībā kopumā.

Vienlaikus tika norādīts uz **atšķirīgiem izglītības un informētības līmeņiem sabiedrībā**. Daudzi cilvēki dzīvo saskaņā ar vecākiem standartiem, nemeklējot papildus informāciju, kā arī jautājumi, kas skar seksualitātes un reproduktīvās jomas nereti ir «tabu» tēmas ģimenēs.

Pusaudžu un jauniešu vecumā (12-18 gadi) izpratne par seksuālo un reproduktīvo veselību ir **atkarīga no ģimenes, sociālās vides un informācijas avotiem**.

Dažreiz ģimenē nav uzticības, pilnas un atklātas attiecības, tāpēc jaunieši **meklē informāciju pusaudžu vidū**.

Skolotāju novērojami liecina, ka ir labāka izpratne par šo tēmu, salīdzinot ar iepriekšējiem laikiem, taču vēl arvien ir **dažādi informētības līmeņi un pretestība pret informāciju no jauniešu puses**.

# PUSAUDŽU UN JAUNIEŠU IZPRATNE PAR SEKSUĀLO UN REPRODUKTĪVO VESELĪBU

Lai arī pusaudžu un jauniešu (vecumā no 12 līdz 18 gadiem) izpratni par seksuālo un reproduktīvo jomu nevar raksturot viennozīmīgi, tomēr salīdzinot ar senākiem laikiem, šobrīd jauniešu izpratne par seksuālo un reproduktīvo veselību kopumā tika vērtēta kā labāka.

Vispārēji ir vērojams augstāks informētības līmenis šajā jomā, jo pieejamāka informācija un vairāk runā par šo tēmu skolās, taču joprojām pastāv atšķirības izpratnēs  
*«Kā vidējā temperatūra slimnīcā. Ir ļoti labi un arī ļoti slikti gadījumi»*

Faktori, kas ietekmē jauniešu izpratni, nereti rada bāzi aplamiem stereotipiem

- **uzticamības, atklātības līmenis ģimenē.** Bieži vien ģimene nesniedz atbilstošu informāciju, un pusaudži meklē to no citiem jauniešiem, veidojot informācijas tīklus, kas var saturēt gan noderīgu, gan neobjektīvu informāciju.
- **vide, kurā jaunieši dzīvo** - tiek uzskatīta par seksualizētu, jo filmas un sociālie mediji, piemēram, TikTok, piedāvā saturu par seksu. Tomēr šāds priekšstats bieži ir nezinātnisks, balstīts uz to, ko citi jaunieši uzfilmē vai izplata sociālajos medijos).

# CITĀTI



*«Zināšanas ir diezgan vājas. Pusaudžiem zināšanas ir no Tik tok un Youtube. Bet vecāki – dažādi. Ir, kas izglītojos, bet ir, kas par to negrib runāt un neko nezina.»*

*«Kontroldarbos reizēm lasot, gribas saķert galvu, jo, lai arī it kā ir apguvis, diemžēl, neko nav ieguvis. Un ir bēdīgi, ka tāds arī aizies tālāk, ar neiegūtām zināšanām. Lielākos tāds vidējais līmenis ir.»*

*«Kopumā ir labāka informētība, jo pieejamāka informācija, arī skolā vairāk runā, kā senāk.»*

*«Skolā strādājot, saskaros, ka internetā kaut kas ir sagrābstīts un realitātē ir šķērsām. Bet atkal citās tēmās liekas, ka viņi ir pat izglītotāki, kā 30 gadi un uz augšu.»*

*«Manuprāt, atkarīgs no vecuma posma. Jaunieši ir izglītotāki, jo informāciju gūst skolās, no sabiedriskajiem medijiem, ne no padomju laika vecākiem.»*

*«Jauniešus interesē, bet nevis tas, ko es pastāstīšu, bet tas, ko viņi paši sameklēs, lai draugiem parādītu, ka viņi ir zinoši.»*

*«Man liekas, ka vecākiem ir grūtības runāt ar jauniešiem, tāpēc es skolās cenšos cik vien var runāt ar jauniešiem un redzu, ka viņi uztver un viņus interesē. Man liekas, ka ar vecākiem ir barjera, ne katrs par to var runāt.»*

# IZGLĪTĪBAS SISTĒMAS LOMA

## PUSAUDŽU UN JAUNIEŠU INFORMĒTĪBA

---

No atbildēm var secināt, ka **daudzi jaunieši ir gandrīz labi informēti jautājumos par seksuālo un reproduktīvo jomu**, bet tas ir atkarīgs no vecuma posma, situācijas (ģimenes, draugu, sabiedrības ietekme) un personīgās pieredzes.

---

Bieži tika norādīts, ka **jaunieši balstās galvenokārt uz citu vienaudžu viedokli, kas ne vienmēr ir pamatots un ticams**. Tādējādi jaunieši nereti **dzīvo mītos, kam nav nekāda sakara ar reālo dzīvi**. Viņi ir ieinteresēti tēmās, kas skar seksuālo un reproduktīvo veselību, bet, kamēr paši nav pieredzējuši seksuālo dzīvi, viņiem trūkst reālu zināšanu un izpratnes.

---

Skolotāju pieredzes liecina, ka, lai arī jaunieši izrāda pārliecību, ka jau visu zina par seksuālo un reproduktīvo veselību, diskusijas mācību stundās pierāda, ka viņiem trūkst zināšanu. Savukārt tie, **kuri ir personiski pieredzējuši seksuālās attiecības, jautājumi un izpratne ir daudz dziļāki, kā arī viņi ir gatavi iesaistīties diskusijās**.

---

Vienlaikus daļai mūsdienu jauniešu **trūkst intereses par jomu, kas skar seksualitāti, reproduktīvo veselību, pat vērojamas asexuālā tendences**, kas tiek skaidrots ar arvien pieaugošo viedierīču lomu jauniešu dzīvē, arī attiecības pārnesot uz virtuālo vidi.

---

Vairāku skolotāju skatījumā **izglītības sistēma un vecāki ir galvenie informācijas avoti pusaudžiem un jauniešiem jautājumos, kas skar seksuālo un reproduktīvo veselību**. Daži respondentu min, ka skolās tiek vairāk runāts par šo tēmu, salīdzinājumā ar iepriekšējiem laikiem, tomēr daudzi jaunieši **patstāvīgi meklē informāciju internetā**, īpaši populārās sociālo mediju platformās, piemēram, TikTok. Šāds informācijas gūšanas veids var būt riskants faktors, jo jauniešos **var radīt maldinošus stereotipus**.

# DROŠS SEKSS, IZSARGĀŠANĀS – LĒMUMA PIENĒMŠANA

Skolotāju viedokļi norāda uz **atšķirīgu pieeju jauniešu, pusaudžu vidū lēmumu pieņemšanā par drošu seksu un izsargāšanos**. Ir jaunieši, kuri ir informēti un apzinīgi, it īpaši, ja viņi ir attiecībās vai domā par nākotni. Viņi vairāk pievērš uzmanību aizsarglīdzekļu izmantošanai un izsargāšanās pasākumiem.

Tomēr ir arī jaunieši, kuri ir mazāk apzinīgi un var attiekties pret drošu seksu vieglprātīgi.

Daļa lieto apreibinošas vielas, **kas var ietekmēt viņu spēju pieņemt apzinātus lēmumus, nedomājot par sekām vai riskiem**.

Savukārt citi var koncentrēties vairāk uz **nevēlamu grūtniecību, nedomājot par STS, dziļākas izpratnes par reproduktīvās veselības jautājumiem trūkuma dēļ**.

Izpratne un lēmumu pieņemšana par drošu seksu un izsargāšanos ir atkarīga arī no jauniešu un pusaudžu vecuma posma. **Vidusskolā jaunieši var būt vairāk orientēti uz nākotni un būt apzinīgāki, t.sk. domājot par drošu seksu, bet pamatskolā viņi savā attieksmē var būt vieglprātīgāki, eksperimentējošāki**.

Lai gan daži jaunieši var būt labi informēti par dažādām izsargāšanās metodēm, viņi var būt mazāk informēti par atbildības dalīšanu abiem partneriem, kas norāda, ka **mājās un skolās nav pietiekama izglītošana un atbalsts šajā jomā**.

Turklāt, pat ja jaunieši ir izglītoti par aizsarglīdzekļiem, tas nenozīmē, ka viņi tos vienmēr izmanto vai rīkojas atbildīgi.

## CITĀTI



*«Domāju, ka zināšanu līmenis ir pietiekams, ka jāmeklē ārsts, nevis jāiegūglē, kā izsargāties.»*

*«Stundās man liekas, ka viņi ir ļoti izglītoti, zina visas izsargāšanās metodes, bet kad es sāku runāt par to, kuram vajadzētu izsargāties – zēnam, vai meitenei, vai abiem un kuram jānes atbildību, viedokļi bija dažādi un man tas lika aizdomāties, ka tādas dziļākas zināšanas nav.»*

*«Ir diezgan informēti, īpaši, kuri ir attiecībās. [...] Citi ir apzinīgi un tādi - kā būs, tā būs.»*

*«Reizēm viņi izmet, ka prezervatīvi arī maksā naudu. Jā, bet sekas var būt daudz nopietnākas, nekā tie pāris eiro iztērētie.»*

*«No manas pieredzes meitenes vairāk stundās interesējas un klausās, tieši par drošu seksu. Puišiem vieglprātīgāk. Bet tiem, kam šobrīd aktuālāk, arī vairāk interesējas, nekā tiem, kam šajā dzīves posmā tas nav vēl aktuāli.»*

*«Arvien jaunākas meitenes kļūst par māmiņām, tāpēc man liekas, ka viņi par to nedomā. Un es vērsu uzmanību uz to, ja ir kādi tusiņi, vai pasākumi, ir vērts padomāt par prezervatīvu. Un arī vecākiem no kāda vecuma posma būtu par šo jārunā. Bet atbildība nav, ne.»*

*«Viņi domā par drošu seksu, uztraucas par neplānotu grūtniecību un domā, ka tās ir dzīves beigas.»*

## IZGLĪTĪBAS SISTĒMAS LOMAS VĒRTĒJUMS

Interviju rezultāti norāda uz to, ka skolas un izglītības sistēma izglīto jauniešus par ģimeni, attiecībām, seksuālo un reproduktīvo veselību **salīdzinoši fragmentāri un sadrumstaloti** (dažādās mācību stundās).

Kā arī **informācijas apjoms un pasniegšanas kvalitāte ir atkarīga no individuālas skolotāja iniciatīvas, motivācijas un izpratnes.**

Tika uzsvērts, ka **skola vien nevar pilnībā sagatavot jauniešus ģimenes dzīvei**, jo tas ir ļoti kompleks jautājums, kas ietver daudzpusīgu izpratni un prasmes.

Tomēr **skola var sniegt svarīgu pamatinformāciju un atbalstu**, kas varētu būt papildinājums tam, ko jaunieši iemācās mājās.

Iezīmējas **vajadzība pēc sistemātiskākas un labākas sadarbības starp skolotājiem**, lai sniegtu pilnīgāku izglītību par ģimeni, attiecībām, seksuālo un reproduktīvo veselību.

Vairākkārtēji arī tika norādīts, ka būtu nepieciešams vairāk resursu un atbalsta no ārējām organizācijām vai ekspertiem, lai **palīdzētu skolotājiem sniegt kvalitatīvāku izglītību šajās jomās.**



## CITĀTI



*«Veselības tēmas ir. Bet tas ir katra skolotāja izpratnē. Ja skolotājs ne īpaši grib runāt par seksuālām attiecībām, viņš klases stundu nepaņems šajā tēma, atstājot sporta un bioloģijas skolotājiem.»*

*«Ir iesaistīti gan sporta, gan sociālo zinību, gan bioloģijas skolotāji, bet nav sajūta, ka mēs pietiekami sadarbotos. Ka būtu kāds viens, kas savelk visu kopā un nocentrē uz reproduktīvo veselību.» haotiski ienāk dažādu nevalstisko organizāciju piedāvātie projekti, kas ir fragmentāri, ne sistemātiski. Kad nonāk līdz vairošanās sistēmai, tad atkarībā no tā, cik skolotājs ir motivēts, informācija ir salasīta.»*

*«Saņem pamatzināšanas bioloģijā un sociālajās zinībās, klases stundās [...] Haotiski ienāk dažādu nevalstisko organizāciju piedāvātie projekti, kas ir fragmentāri, ne sistemātiski.»*

*«vajadzētu vairāk izglītēt jauniešus. [...] Kopdarbs ģimene un arī skola. [...] Vairāk ar speciālistu, nevis skolotājs pēc grāmatas.»*

*«Bija veselības mācības adaptācijas kurss, kas bija ļoti veiksmīgs. Un ka vēl ir iespējams dabūt atpakaļ izglītības sistēmā veselības mācību, tas ir jādara steidzīgi. Tur varēja savilkt kopā gan emocionālo, gan bioloģijas pusi. Un es to atceros, kā pamatu, kā mācīt skolā.»*

*«Stundā iet obligātais laiks, kā arī attiecības skolotājs-skolēns nav īpaši uzticības pilni.»*

## IDEĀLĀ PIEEJA JAUNIEŠU UN PUSAUDŽU IZGLĪTOŠANĀ I

- ❖ Kopumā vairāki respondenti ir vienisprātis, ka **skolai un izglītības sistēmai būtu jāpievērš vairāk uzmanības jauniešu seksuālās veselības jautājumiem un attiecību veidošanai, jo tas ir aktuāls un svarīgs aspekts viņu dzīvē, kas ietekmē viņu fizisko veselību un nākotni.**
- ❖ Vairāki respondentu norāda arī uz nepieciešamību pēc **sociāli emocionālo aspektu iekļaušanas izglītībā, argumentējot, ka jauniešiem tie ir aktuāli un interesējoši jautājumi, un viņi vēlas saņemt informāciju un atbalstu šajās jomās.** Turklāt, attiecību veidošana ir svarīgs aspekts jauniešu dzīvē, kas ietekmē viņu emocionālo labklājību.
- ❖ Tiek uzsvērts, ka vairāk **informācijas ir nepieciešams, lai jaunieši spētu atšķirt toksiskas attiecības no veselīgām un kvalitatīvām attiecībām, kā arī lai viņi būtu informēti par seksuālo un reproduktīvo veselību, kontracepciju un citiem saistītiem jautājumiem.** Tiek pausts priekšlikums ieviest **vairāk mācību stundu vai speciālu mācību priekšmetu, kas būtu veltīts šīm tēmām.**
- ❖ Turklāt, izskanēja viedokļi, ka veselības mācībai būtu jābūt atsevišķam priekšmetam, iekļaujot un mācot par seksuālo un reproduktīvo veselību. Tas ļautu **nodrošināt vairāk laika un resursu šīm jomām un sniegt padziļinātu izpratni par seksuālo un reproduktīvo veselību un attiecībām.** Kā neveiksmīgs tika atzīts modelis iekļaut veselības mācību sporta nodarbībās, gan skolotājiem iztrūkstošo kompetenču, pieredzes dēļ, gan arī uzskatot, ka sporta nodarbības paredzētas fizisko aktivitāšu, ne teorijas apgūšanai.
- ❖ Vairāki respondenti uzskata, ka skolai un izglītības sistēmai būtu **jākoncentrējas uz brīvprātīgiem pasākumiem ārpus mācību stundām, jo nereti attiecības starp skolotājiem un skolēniem ir lietišķas, kas mazina uzticēšanos un ir šķērslis savstarpējai atklātībai.**

# IDEĀLĀ PIEEJA JAUNIEŠU UN PUSAUDŽU IZGLĪTOŠANĀ II

## Ārpus mācību stundām

- Izglītošana par seksuālo veselību var notikt brīvprātīgu pasākumu vai papildu nodarbību formā, kurām **nav obligāts raksturs. Tas ļauj jauniešiem brīvi izvēlēties piedalīties, tādējādi radot vairāk interesi un iespēju pārrunāt tēmas neformālākā vidē.**

## Kopdarbs ģimene un skola

- Svarīgi **veicināt sadarbību starp ģimeni un skolu**, lai nodrošinātu vispusīgu izglītošanu par seksuālo veselību. Ģimenei un skolai ir jāstrādā kopā, lai sniegtu bērniem emocionālu atbalstu un informāciju, kas ietver gan bioloģiskos, gan sociāli emocionālos aspektus.

## Veselības mācību kursi

- Izglītības sistēmā vēlams iekļaut **veselības mācību kursus, kas apvieno emocionālo un bioloģisko pusi, sniedzot visaptverošu informāciju** par seksuālo un reproduktīvo veselību. Šāds kursa formāts var būt veiksmīgs, jo iekļauj dažādas perspektīvas un rada iespēju aktīvi mācīties.

## Speciālistu iesaiste

- Skolā var **aicināt speciālistus no malas, kuri ir kvalificēti un pieredzējuši seksuālās veselības jomā. Šādi speciālisti var nodrošināt padziļinātu un ticamu informāciju**, kas atbilst jauniešu izglītības vajadzībām.

## Nodalīšana pēc dzimuma

- Var būt noderīgi nodalīt zēnus no meitenēm, lai radītu brīvāku un atklātāku atmosfēru pārrunām par seksuālo veselību.
- **Jānodrošina regularitāti**, lai realizētu atmiņā paliekošu izglītošanu.

## Interaktīvas mācību formas

- Lai motivētu jauniešus iesaistīties un aktīvu mācīšanos, var izmantot **interaktīvas mācību formas**. Piemēram, spēles, mūsdienīgus video materiālus.

## IDEĀLĀ PIEEJA JAUNIEŠU UN PUSAUDŽU IZGLĪTOŠANĀ III

Galvenais aspekts ir nodrošināt, lai izglītošana notiktu pakāpeniski un pielāgota jauniešu attīstības līmenim un izpratnei. Ir svarīgi, lai informācija tiktu sniegta objektīvi un izglītojoši, nevis tikai pamācoši, un lai vecākiem būtu pārliecība, ka skola piedāvā drošu un uzticamu informāciju.

Atbilstoši intervijām, dažādi respondentu viedokļi par to, no kura vecuma būtu jāsāk izglītēt jauniešus par seksuālo un reproduktīvo veselību. Viedokļi svārstās **no 4. līdz 9. klasei, atkarībā no attīstības līmeņa un izpratnes par šiem jautājumiem.**

Tomēr, kopumā var secināt, ka daži respondentu uzskata, ka sākot jau no 4. klases bērni varētu saņemt pamatzināšanas par seksualitāti un reproduktīvo veselību. Šajā vecumā bērni jau var **izpaust interesi viens par otru, un sākot ar šo vecumu varētu sākt diskutēt par tēmām, kas saistītas ar ķermeni, attiecībām un emocijām.**

Daži respondenti norāda, ka optimālais vecums sākt izglītēt jauniešus par seksuālo veselību būtu **9. klase, jo šajā vecumā viņiem tas ir aktuālāks un tiek saprasts, par ko tiek runāts.** Tomēr, ir arī norādes, ka arī agrākos posmos, piemēram, 5. vai 6. klasē, jau varētu sākt ieviest pamatzināšanas un diskusijas par seksu un aizsargāšanos.

# PERSONĪGĀ PIEREDZE

# IZAICINĀJUMI

## Skolēnu dažādība

- Skolotājiem ir jāpielāgojas dažādām skolēnu grupām un jānovērtē, uz kuru grupu vairāk orientēties. Ir **jāņem vērā, ka daži skolēni jau ir labi informēti, kamēr citi var būt kautrīgi vai maz informēti.**

## Laika trūkums

- Izglītošanai par seksuālo un reproduktīvo veselību atvēlēts **ierobežots stundu skaits**. Skolotājiem ir vairākas tēmas, kas jāaptver, un grūti ir atrast laiku, lai padziļināti apspriestu šos jautājumus, vai arī nepagūst izrunāt visas tēmas.

## Materiālu pieejamība

- Grūtības atrast piemērotus mācību materiālus *«materiāli ir, bet izmētāti pa visu internetu»*

## Nepieciešamība pēc atbilstošas metodikas

- Trūkst vienotas metodes, kā efektīvi mācīt par seksuālo veselību un ļoti vēlams ir **ievieš metodiku, kas piesaista un iesaista jauniešus**, lai nodrošinātu, ka viņi saprot un atceras sniegto informāciju.

## Skolotāju iesaiste

- Ir skolotāji, kuriem **trūkst nepieciešamās zināšanas vai pašpārliecība**, lai efektīvi mācītu par šiem jautājumiem. Dažiem skolotājiem var būt nepieciešama vairāk speciālistu atbalsta un izglītības, lai būtu gatavi sniegt atbilstošu izglītību par seksuālo un reproduktīvo veselību.

## Kultūras un sabiedrības ieradumi

- Kultūra un sabiedrības attieksme pret seksuālo veselību un seksualitāti **var radīt ierobežojumus un šķēršļus** izglītošanai šajā jomā. Dažādas tēmas var tikt noklusētas, lai izvairītos no konfliktsituācijām (piem. viendzimumu attiecības)

## Vecāku atsauce

- Daži skolotāji min, ka viņus **satrauc, kā vecāki reaģētu** uz seksuālās un reproduktīvās veselības tēmām skolā. Pastāv bažas par sūdzībām, skandāliem no vecāku puses, tāpēc daži skolotāji izvairās no šīm tēmām vai mēģina rūpīgi atlasīt informāciju, lai izglītotu jauniešus

## Apmācību trūkums

- Iezīmējas, ka trūkst formālas apmācības un norādījumu par to, kā vislabāk skaidrot un mācīt par seksuālo un reproduktīvo veselību. Skolotāji var justies nepietiekami gatavi vai nespējīgi piedāvāt pilnīgu un visaptverošu izglītību šajā jomā.

## CITĀTI



*«Viņi man ir jautājuši, vai man pašai nav kauns runāt par šo tēmu. Bet es saku, ka nē, jo man arī ir personīgie bērni. Bet es domāju, ka skolotājiem lielākais izaicinājums ir brīvi par šo tēmu runāt, būt zinošiem, lai tos jauniešus uzrunātu. Un ar interesi uzrunātu.»*

*«Atkarīgs no klases. Esmu aicinājusi arī sociālo pedagogu, lai es varu novadīt stundu un nesākas rupjības.»*

*«Lielākais izaicinājums, ka jaunieši zina tevi, tu zini viņus un daudz kas tiek noklusēts, jo nedod dievs, es kādam par to pateikšu. Līdz ar to reizi gadā vajadzētu nākt par to runāt kādam citam speciālistam. Viņi nav savstarpēji pazīstami, līdz ar to būs drošība, ka tā informācija nekur tālāk netiks aizsūtīta vai sniegta. Tā lielākā problēma ir, ka tik kāds kaut ko neuzzina.»*

*«Jāizrunā ir to, kas ir standarts. Ir arī jūtams, kas viņus vairāk interesē – seksuāli transmisīvās slimības, vai attiecības. Uz to mēs balstāmies, vairāk uz izjūtām.»*

*«Es esmu tik sena, ka man nav problēmu atbildēt uz visiem jautājumiem.»*

*«Manā priekšmetā [sports un veselība] es uz to nekoncentrējos. Es varu izjust sekas tam procesam, vai viņi saprot, vai nesaprot sevi. Bet tā, ka es meklētu materiālus un taisītu atsevišķu lekciju sporta stundā, tā es nedaru. Tas ir bioloģijas stundās. Mēs vairāk ar uzvedības modeli strādājam, ka jādod roka meitenei un no tā bērni nerodas.»*

## MĀCĪBU MATERIĀLU PIEEJAMĪBA, KVALITĀTE I

- ❖ Runājot par mācību materiālu kvalitāti, izskan pretrunīgi viedokļi un no atbildēm var secināt, ka mācību materiālu kvalitāte par seksuālo un reproduktīvo veselību ir atkarīga no konkrētā materiāla veida un avota. Daži materiāli tiek uzskatīti par mūsdienīgiem un noderīgiem, it īpaši, ja tie ir **no NVO vai ekspertiem, kuri specializējušies tēmās, kas saistītas ar seksuālo un reproduktīvo veselību. Tiek uzvērts, ka šādi materiāli ir pietiekami izglītojoši un aktualizēti atbilstoši mūsdienu jauniešu un pusaudžu vajadzībām.**
- ❖ Tajā pat laikā daļa materiālu var būt novecojuši, un ir **nepieciešams tos atjaunināt, lai saglabātu to aktuālo raksturu.** Skolotāji arī atzīst, ka ir svarīgi būt informētiem par jauniešiem aktuāliem jautājumiem un tēmām, piemēram, **viendzimumu attiecībām, dzimumu psiholoģiskajām atšķirībām, kur šobrīd pietrūkst kvalitatīvu materiālu.**
- ❖ Skolotāji arī norāda uz **vajadzību pēc mūsdienīgākiem materiāliem**, kas piesaista jauniešu uzmanību. Tas ietver digitālos materiālus, video, info grafikas un vizuālus materiālus, kas ir īsi, kodolīgi un precīzi. Bukleti un grāmatas ar gariem tekstiem tiek novērtētas kā mazāk pievilcīgi un maz izmantojami jauniešu vidū. Tiek akcentēts, ka materiāliem jābūt brīvi pieejamiem klasē, lai jaunieši varētu tos skatīties un izmantot aktīvi ne tikai mācību procesā, bet arī paņemt uz mājām, lai netraucēti vienatnē izpētītu.

” «Es domāju, ka informācijas varbūt ir novecojusi, bet es pati, iespējams, nemaz neapzinos, ka viņa ir novecojusi, jo es jau arī neesmu jaunietis.»

” «Viņi vienkārši nelasa neko, kas ir vairāk par desmit teikumiem. Tam ir jābūt info grafikām, kaut kam vizuālam, īss, kodolīgs un precīzs, kas pasaka pašu svarīgāko.»



## MĀCĪBU MATERIĀLU PIEEJAMĪBA, KVALITĀTE II

Interviju laikā redzams, ka situācija ar mācību materiālu pieejamību par seksuālo un reproduktīvo veselību tiek **vērtēta atšķirīgi**.

Atšķirības atbildēs, atkarībā no skolotāju vecuma neiezīmējas. Daļa skolotāju ir apmierināti ar pieejamo informāciju un uzskata, ka **materiāli ir labi, pārklāj visus svarīgos jautājumus, ir mūsdienīgi, piemēram, video resursos un interaktīvā formātā**.

Tikmēr citi norāda, ka materiālu **pieejamība un formāts būtu jāuzlabo, atbilstoši mūsdienīgākām tendencēm**.

Daļa skolotāju atzina, ka plašāks un mūsdienīgāks materiālu klāsts atrodams resursos angļu valodā, tomēr šo iespēju izmanto tikai atsevišķi skolotāji gan valodas barjeras, gan laika trūkuma dēļ.

- ❖ Vairāki skolotāji vēlētos, lai materiāli būtu **sakārtoti pēc tēmām** un būtu iespējams izmantot atsevišķas daļas, kas ir piemērotas konkrētajai mācību stundai vai diskusijai.
- ❖ Tiek izteikta vēlme pēc materiāliem, kas nodrošina praktisku un metodisku pieeju, lai palīdzētu skaidrot jauniešiem **attiecību veidošanu emocionālo aspektu**.
- ❖ Tāpat, skolotāji vēlētos ieteikumus **interesantām aktivitātēm**, kuras varētu izmantot, lai skolēni būtu aktīvāk iesaistīti un motivēti uzzināt par seksuālās un reproduktīvās tēmas jautājumiem.
- ❖ Lai tēmas būtu saprotamākas arī mazākumtautību skolēniem, tiek minēts nepieciešamība pēc **bilingvāliem materiāliem**, kas būtu latviešu un krievu valodā. Tas palīdzētu nodrošināt, ka visi skolēni saprot un uztver informāciju pareizi.
- ❖ **Nepieciešamība pēc jaunākiem un svaigākiem materiāliem**, kuri būtu atjaunināti, lai saglabātu skolēnu interesi un būtu vizuāli pievilcīgi «...*filmiņas īsas ir, varbūt vajadzētu atsvaidzināt, lai nav redzami nemoderni ģērbti jaunieši ar novecojušiem telefoniem*»
- ❖ Ir izskanējušas arī vēlmes pēc materiāliem, kas attiecas uz **praktisku pieredzi un demonstrēšanu**. Piemēram, skolotāji vēlētos, lai būtu iespējams demonstrēt mūsdienīgus kontracepcijas līdzekļus vai kvalitatīvus vizuālus materiālus par reproduktīvo orgānu uzbūvi «*par vīriešu dzimumorgāniem, nav kvalitatīvi materiāli, jo pat visi dziedzeri nav iezīmēti, un man ir jāstāsta, ka tur ir tāds sīpoliņdziedzeris*», «*es vēl izmantoju to Papardes zieda koferīti no 90-jiem gadiem*»

## IZAICINĀJUMS – SAREŽĢĪTĀKĀS TĒMAS

No skolotāju sniegtās informācijas var secināt, ka tēmas, kas saistītas ar **viendzimumu attiecībām, dzimumidentitātes traucējumiem, tiek uzskatītas par sarežģītākajām un grūtāk runājamajām**. Ir norādes, ka daļa sabiedrības joprojām ir aizspriedumaina attiecībā uz šīm tēmām, kas var radīt neērtības un nepieļauj brīvu un atklātu diskusiju. Arī pašu skolotāju vidū šobrīd nav vienotas nostājas, daļa ieņem **neitrālu pozīciju, kamēr citi norāda uz informācijas trūkumu**.

Iezīmējas nepieciešamība pēc speciālistu, piemēram, ārstu, iesaistīšanās, kas nodrošinātu kompetentu tēmas skaidrojumu. Skolotāji arī norāda uz **nepieciešamību pēc mūsdienīgiem un aktualizētiem materiāliem par šīm tēmām, kas sniegtu objektīvu informāciju** un palīdzētu izprast dažādās perspektīvas.

Turklāt tiek pieminēts, ka ir nepieciešama **plašāka izpratne un atvērtība sabiedrībā attiecībā uz viendzimumu attiecībām un dzimumidentitāti**. Tas varētu ietvert informācijas un izglītības pasākumus, tādējādi veicinot izglītību, toleranci un sapratni.

» «Es neizprotu viendzimumu attiecības un nevaru komentēt. Stāstu bērniem, ka gultas lietas paliek guļamistabā un tās nest pasaulē ir ļoti nepieklājīgi. Vismaz mani tā mācīja. Es Praidu neizprotu. Bet tādi cilvēki ir un vai tas ir dabīgi, vai nav, es nevaru komentēt. Par to nevajag kautrēties, bet arī nevajag nest nozīmīti, ka es esmu tāds, tas ir smieklīgi.»

» «Dzimuma identitāte – man nav aizspriedumi, bet sabiedrībā ir aizspriedumi. (...) es tiku izsaukta uz pārrunām pie psihologa, kur tika pārņemts, ka mēs to popularizējam.»

# PIEREDZE AR JAUNIEŠIEM AR DZIMUMIDENTITĀTES TRAUCĒJUMIEM

Interviju laikā no sniegtajām atbildēm var secināt, ka atsevišķi skolotāji **neatsšķir jēdzienus dzimumidentitātes traucējumi un homoseksualitāte.**

Kā arī tikta izteikta vajadzība pēc papildu zināšanām un atbalsta, lai varētu izprast šādas situācijas labāk. Tiek **uzsvērts, ka skolotājiem jābūt izglītotiem un jāspēj novērst vai nepieļaut stereotipu atražošanu, lai radītu drošu un atbalstošu vidi jauniešiem.**

Vairākums atzina, ka nav saskārušies savā pieredzē vai nav pamanījuši skolēnus ar dzimumidentitātes traucējumiem, tādējādi kopumā pieredze ir maza. Daļa norādīja, ka iespējams šādi skolēni ir, bet «*slēpjas*», nevēloties tikt atstumtiem.

Atsevišķos gadījumos pedagogi minēja situācijas, kad tiešā vai netiešā veidā bijušas norādes vai pazīmes, kas liecina par iespējamu dzimumidentitātes traucējumu, tomēr savā pieredzē ar apstiprinātiem, pārliecinošiem gadījumiem saskārušies nebija.

Vairāki skolotāji dalījās pieredzē par gadījumiem ar skolēniem, kas atklāti, nekautrējoties pozicionējuši savu homoseksualitāti, pretī saņemot pieņemošu attieksmi no klasesbiedriem «*Ir bijuši jaunieši ar homoskesualitāti un par to nekautrējas. Tie, kuri nav pārliecināti, to nepublisko, bet daudz par to runā un domā.*»

Un tikai atsevišķi skolotāji bija saskārušies ar skolēniem ar dzimumidentitātes traucējumiem, kur daļa atzina, ka ir bijusi laba sadarbība ar skolas psihologu, tomēr pašiem pietrūkušas zināšanas, lai labāk izprastu situāciju. «*Mums bija gadījums, kad meitene bija jāsauc citā vārdā un viņa jutās, kā puisis. Jā, par to vajadzētu vairāk zināšanu.*»

Jāatzīst, ka skolotāju vidū vērojama atšķirīga personīgā iniciatīva dzimumidentitātes traucējumu jautājumu skaidrošanā. Kamēr daļa norāda uz materiālu trūkumu un izvēlas ieņemt neitrālu pozīciju, citi meklē padziļinātu izpratni, lai strādātu ar šiem jauniešiem «*Bija puisis, kurš sāka krāsoties, bet nepārgērbās, kā meitene. Viņš pats sarunās teicis, ka tā labāk izpaužas, kā meitene. Bet mēs negājām klāt un nejautājām.*»

Daži pedagogi min, ka jaunieši par šīm tēmām runā un domā daudz, un tas ir svarīgi, lai par šiem jautājumiem runātu un nodrošinātu atbilstošu izglītību.

## NEPIECIEŠAMĀIS ATBALSTS SKOLOTĀJIEM I

Jautāti, vai jūtas ērti, runājot par seksuālās un reproduktīvās veselības tēmām, atšķirības pašvērtējumā analizējot atbildes pēc vecuma grupām, neiezīmējas. Tieši pretēji, **gados vecāki skolotāji atzina, ka jūtas ērti, pateicoties daudzgadējai pieredzei.**

Būtiskas atšķirības atbildēs gan bija vērojamas sporta un bioloģijas skolotāju starpā. **Sporta skolotāji visbiežāk koncentrējas uz fiziskajām nodarbībām un personīgās higiēnas tēmām, seksuālās un reproduktīvo veselības tēmas neskarot.**

Tomēr ir arī skolotāji (galvenokārt sporta), kuri ir **nepārliecināti un izjūt neērtības runāt par šīm tēmām, jo trūkst zināšanu vai pieredzes. Viņi norāda uz nepieciešamību pēc atbalsta un izglītības pasākumiem, kuros tiktu sniegta svaiga un aktuāla informācija.**

Vairākkārtēji tiek norādīts uz nepieciešamību pēc latviski pieejamiem skaidrojošiem materiāliem, kuros tiktu aplūkotas netradicionālās seksuālās orientācijas, dzimumidentitātes traucējumi.

Liela daļa skolotāju (galvenokārt bioloģijas) kopumā **jūtas ērti, brīvi un pārliecināti runājot par šīm tēmām, uzskatot, ka tā ir daļa no viņu lomas** un ka viņu viedoklis ir tikpat vērtīgs kā jebkura cita cilvēka viedoklis.

Viņi novērtē jauniešu reakcijas un atvērtību un nebaidās atbildēt uz jautājumiem. Viņi arī atzīst, ka ir svarīgi pielāgot informācijas sniegšanu dažādu vecuma grupu interesēm un prasībām.

Lai skolotāji justos drošāk un pārliecinātāk runājot ar jauniešiem par šīm sarežģītajām tēmām, ir svarīgi, lai viņi saņemtu atbalstu no speciālistiem, NVO un izglītības iestādēm. Papildus tam, mācību materiāliem un resursiem, kas ir jauni, mūsdienīgi un pieejami latviešu valodā, var palīdzēt skolotājiem palielināt pašpārliecību un celt kompetenci šajā jomā. Izglītības kursi un apmācības par seksuālo un reproduktīvo veselību, kas ietver arī netradicionālās tēmas, var sniegt skolotājiem nepieciešamās zināšanas un prasmes, lai runātu ar jauniešiem atvērtā, saprotošā un iekļaujošā veidā.

## NEPIECIEŠAMĀIS ATBALSTS SKOLOTĀJIEM II

### Izglītoties un iegūt zināšanas

- Skolotājiem ir svarīgi apgūt padziļinātas zināšanas par šīm tēmām, lai būtu informēti un kompetenti, īpaši, jo augstskolās par to nav runāts. Kursi, apmācības vai semināri par seksuālo un reproduktīvo veselību var palīdzēt iegūt nepieciešamās prasmes un pašpārliecību.

### Atbalsts no speciālistiem un organizācijām

- Sazinoties ar NVO, veselības aprūpes iestādēm vai citiem speciālistiem, skolotāji var saņemt atbalstu un padomu par to, kā efektīvi runāt ar jauniešiem par šīm tēmām. Šie resursi var piedāvāt materiālus, mācību rokasgrāmatas, darbnīcas vai pat individuālu konsultāciju, kas palīdzētu skolotājiem iegūt vajadzīgo drošības sajūtu un pārliecību.

### Skaidrojošie materiāli un resursi

- Pieejamie un latviski izstrādātie materiāli par netradicionālajām seksuālajām orientācijām un dzimumidentitātes traucējumiem ir svarīgi, lai palīdzētu skolotājiem sniegt informāciju jauniešiem. Šādi materiāli var ietvert dokumentālas filmas, grāmatas, prezentācijas vai digitālus resursus, kas var būt izmantojami skolās.

### Materiālu izplatīšana skolās

- Tika minēta ideja par materiālu pieejamību skolās, piemēram, bukletu stūrīšiem vai digitālām platformām, lai skolēni varētu paņemt un pārskatīt informāciju. Tika norādīts, ka jaunieši bieži saņem informāciju caur sociālajiem medijiem, tāpēc ir svarīgi apsvērt iespējas un izmantot šos kanālus.

### Atbalsts vecākiem

- Pedagogi minēja vajadzību pēc speciālistu sarunām ar vecākiem, lai nodrošinātu atbalstu un sapratni arī ģimenēs. Tika pieminēts, ka, ja bērns zina, ka vecāki ir interesējušies un uzturējuši sarunas par šīm tēmām, jaunietis vai pusaudzis jutīsies motivētāks dalīties savās domās vai jautājumos.

## PIEREDZE AUGSTSKOLĀS I

- ❖ Vairumam no respondentu **vidējās paaudzes skolotājiem nebija sniegta specifiska izglītība vai apmācība par seksuālo un reproduktīvo veselību studiju laikā augstskolās**, argumentējot ar padomju laiku raksturojošo tendenci šādas tēmas neapspriest. Tomēr daļa atzinīgi vērtēja dažādus pasākumus, piemēram, Papardes zieds, Sorosa fonds organizētos kursus, lekcijas un atbalsta materiālu sniegšanu skolotājiem, kuri vēlējās paplašināt savas zināšanas šajā jomā.
- ❖ Attiecībā uz konkrētu izglītību un apmācību, daži respondenti minēja, ka viņiem tika mācīta tikai anatomija un fizioloģija, bet **nekas konkrēts par seksuālo un reproduktīvo veselību**. Atsevišķiem bijusi arī pieredze saistībā ar veselības mācību vai bioloģijas lekciju integrēšanu seksualitātes tēmās, tomēr kopumā skolotāji atzina, ka ar augstskolā mācīto vien ir nepietiekami *«Es mācījos kā veselības mācības skolotājs un bez tā visa, ko mums mācīja, es justos nabadzīgi. Nebija mācību grāmatu toreiz, tikai pasniedzēju entuziastu sagatavoti materiāli.»*.
- ❖ Lai gan daļa respondentu minēja, ka viņi bija mācījušies un piedalījušies dažādos pasākumos un apmācībās par seksuālo un reproduktīvo veselību, viņi pauda bažas par to, **ka iepriekš saņemtā informācija varētu būt jau novecojusi un viņu zināšanas nepietiekamas**. Daži arī atzina, ka pašlaik nezinātu, kas jauniešiem būtu interesējošs šajā jomā, un norādīja, ka anonīmas aptaujas varētu būt noderīgs instruments, lai iegūtu precīzāku priekšstatu par jauniešu vajadzībām un interesēm šajā jomā.
- ❖ Papildus tam, daži respondentu minēja topošo studentu sagatavošanai augstskolās **nepieciešamību pēc praktiskām nodarbībām un praktisku prasmju apguves, lai jaunie pedagogi justos droši un gatavi runāt un mācīt par seksuālo un reproduktīvo veselību**. Daži arī uzsvēra, ka šīs tēmas vajadzētu integrēt visos pedagogu sagatavošanasursos, ne tikai bioloģijas vai veselības mācībās *«Par to ir jāzina jebkuram skolotājam, jo jebkurš nonāks kontaktā ar skolēniem, jebkurš var būt klases audzinātājs un tas būs aktuāli tad.»*.

## PIEREDZE AUGSTSKOLĀS II

Lai vēl labāk sagatavotu topošos pedagogus jauniešu izglītošanai par seksuālo un reproduktīvo veselību, augstskolas varētu ieviest sekojošas pieejas:

- ❑ **Iekļaut obligātas mācības par seksuālo un reproduktīvo veselību studiju programmās, neatkarīgi no specializācijas.** Tādējādi visiem topošajiem pedagogiem būtu iespēja iegūt nepieciešamās zināšanas un prasmes šajā jomā.
- ❑ Nodrošināt praktiskās nodarbības un vadošo speciālistu vadītus seminārus, kurās topošie pedagogi varētu **apgūt prasmes par pareizu un atvērtu diskusiju veidošanu** ar jauniešiem par seksuālo un reproduktīvo veselību.
- ❑ **Nodrošināt studentiem iespēju praktizēties, vadot nodarbības** par seksuālo un reproduktīvo veselību skolās vai citās izglītības iestādēs. Šāda prakse ļautu topošajiem pedagogiem pārbaudīt savas zināšanas un attīstīt prasmes darbā ar jauniešiem *«Augstskolās par to jārunā, varētu izspēlēt stundu tēmas, jo jaunie nāk nesagatavoti. Vajadzētu tieši tādas praktiskās lietas, kam pievērsties, ne tikai teorijai.»*
- ❑ **Organizēt vairāk informācijas apmaiņas pasākumus ar pieredzējušiem speciālistiem** no NVO un citām organizācijām, kas nodarbojas ar seksuālās un reproduktīvās veselības jomu. Tādējādi studenti varētu iepazīties ar aktuālajiem risinājumiem un labāko praksi šajā jomā.
- ❑ **Iekļaut interaktīvus un mūsdienīgus mācību materiālus par seksuālo un reproduktīvo veselību studiju programmās.** Tas varētu ietvert video, interaktīvas prezentācijas, vingrinājumus un aktivitātes, kas būtu piemērotas jauniešu izglītošanai un veicinātu iesaistīšanos.

# IETEIKUMI



**Lai atvieglotu skolotāju darbu** ar jauniešiem par tēmām, kas skar seksualitāti un reproduktīvo veselību, ieteicams pievērsties šādiem aspektiem:

- ❑ Interviju rezultāti liecina, ka skolotājiem **nepieciešama regulāra un kvalitatīva apmācība** un profesionālā attīstība šajā jomā, kas varētu ietvert speciālistu vadītas apmācības, kurās tiktu sniegtas gan zināšanas, gan prasmes par seksuālo un reproduktīvo veselību, kā arī izstrādātas mācību metodikas, pēc kurām mācīt skolēnus.
- ❑ **Nodrošināt pieejamību kvalitatīviem mācību materiāliem**, kas būtu viegli izmantojami un atbilstu jauniešu interesēm un prasībām. Īsi video materiāli, interaktīvas prezentācijas un mācību rokasgrāmatas varētu būt noderīgi skolotājiem, lai viņi varētu pievērsties šiem jautājumiem ar atbilstošu materiālu.
- ❑ **Nodrošināt emocionālo atbalstu**, lai veicinātu pašapziņu un drošību runāt par šiem jautājumiem ar jauniešiem. Tas varētu ietvert supervīziju, konsultācijas vai diskusiju grupas, kur skolotāji varētu dalīties savās pieredzēs un gūt atbalstu no citiem profesionāļiem, lai viņi justos pārliecināti un droši runājot ar jauniešiem un pusaudžiem par seksuālo un reproduktīvo veselību.
- ❑ **Veidot sabiedrības izpratni** un atbalstu par seksuālo un reproduktīvo veselību izglītībā, kas varētu ietvert informācijas kampaņas, publiskas diskusijas un iesaistīšanos sabiedriskajās debatēs par izglītības nozīmi šajā jomā.
- ❑ **Sadarbību veidošana ar speciālistiem** no NVO, veselības aprūpes iestādēm vai citām organizācijām, kas specializējas jautājumos par seksuālo un reproduktīvo veselību. Šī sadarbība varētu ietvert gan izglītības materiālu sniegšanu, gan speciālistu vadītu apmācību vai vieslekciju organizēšanu.
- ❑ **Interaktīvas nodarbības**: skolas, pašvaldības un NVO var organizēt interaktīvas un izaicinošas nodarbības, kas ieinteresētu jauniešus un ļautu tiem aktīvi iesaistīties. Piemēram, grupu diskusijas, lomu spēles, mākslinieciskie projekti, kas attiecas uz seksualitāti un veselību.

**Ieteikumi, lai jaunieši justos labi, pārlicināti un varētu pieņemt apzinātus lēmumus saistībā ar savu seksualitāti:**

- ❑ **Pieejama un saprotama informācija:** jauniešiem ir nepieciešama viegli saprotama un uzticama informācija par seksualitāti un reproduktīvo veselību, kas var ietvert informatīvus materiālus, resursus internetā, grāmatas vai brošūras, kas palīdzētu viņiem iegūt zināšanas un izpratni.
- ❑ **Nodarbības un apmācības:** skolām var piedāvāt nodarbības un apmācības, kas sniedz jauniešiem iespēju diskutēt un apspriest jautājumus par seksualitāti un reproduktīvo veselību. Interaktīvas nodarbības, grupu diskusijas un praktiskās aktivitātes var palīdzēt jauniešiem labāk izprast šos jautājumus, pieņemt lēmumus.
- ❑ **Speciālistu atbalsts:** Svarīgi ir nodrošināt piekļuvi speciālistiem, piemēram, seksuālās veselības ekspertiem, ginekologiem, urologiem un psihologiem. Viņi var sniegt specifisku informāciju un atbalstu jauniešiem, kā arī atbildēt uz viņu jautājumiem un bažām.
- ❑ **Atbalsts no ģimenes, sabiedrības loma:** Ir svarīgi veidot uzticības pilnas attiecības ar ģimenē, kā arī kopumā svarīgi ir radīt drošu un atbalstošu vidi. Jauniešiem jājūtas pieņemtiem un atbalstītiem vidē, lai viņi varētu runāt par savām jūtām, domām un lēmumiem saistībā ar seksualitāti, tāpēc nepieciešams izglītojošs darbs ar visu sabiedrību kopumā.
- ❑ **Atbalsts no skolas:** Skolām, pašvaldībām un NVO ir jānodrošina atbalsts un resursi, lai veicinātu izglītību par seksualitāti un reproduktīvo veselību. Tas varētu ietvert atbalsta programmas, informācijas materiālus, izglītojošas kampaņas un sadarbību ar citām iesaistītām organizācijām.
- ❑ **Izglītojošas tehnoloģijas:** Jaunieši lielākoties ir aktīvi mobilajās ierīcēs un sociālajos tīklos, tāpēc ir svarīgi izmantot šos kanālus, lai sniegtu viņiem atbilstošu informāciju un atbalstu. Tas varētu ietvert informatīvus video, blogus un ieteikumus.



Kultūras ministrija

Padziļināto interviju pētījums «Jauniešu un pusaudžu Seksuālā un reprodūktīvā izglītība, vispārīzglītojošo skolu pedagoģu pašvērtējums» ir sagatavots ar Sabiedrības integrācijas fonda finansiālu atbalstu no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem. Par padziļināto interviju pētījumu «Jauniešu un pusaudžu Seksuālā un reprodūktīvā izglītība, vispārīzglītojošo skolu pedagoģu pašvērtējums» saturu atbild biedrība «Papardes zieds».



Sabiedrības integrācijas  
fonds

Intervijas veica:  
Dace Grīnberga  
Atskaite:  
Dace Grīnberga

Baznīcas iela 32-2, Rīga, Latvija, LV-1010  
Tālrunis: 67 312 876  
E-pasts: [skds@skds.lv](mailto:skds@skds.lv)  
[www.skds.lv](http://www.skds.lv)