



Можеш да имаш много и различни отношения с хората: семейството ти, приятелите ти, хората, с които живееш, хората, с които работиш и други хора, с които се срещаш всеки ден. Вземането на решения за тези отношения е много важно.

Вземането на тези решения всеки ден ще ти помогне, когато трябва да правиш по-важни решения за:

- твоите приятелства;
- твоите романтични връзки;
- твоите сексуални връзки.

ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ за твоите приятелства

Приятелството описва връзката, която имаме с нашите приятели.

Приятелите са хора, които харесваме и ни харесва да правим някои неща с тях.

Приятелите се харесват един друг, правят заедно неща, които им харесват и се подкрепят един друг.

Може да имаш много и различни приятели - мъже и жени, стари и млади.

Можеш да се срещнеш с нови хора чрез семейството, приятели, в клубове, в

магазина, може би личен асистент може да ти помогне да се запознаеш с нови хора.

ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ за твоите приятелства

Вземане на решения с твоите приятели и за твоите приятели:

Как да избереш приятел:

- Разговаряш със семейството си или персонала на социалната услуга;
- Избираш това, което би искал да правиш заедно с приятелите си.





Какво можеш да правиш с приятелите си...

С твоите приятели можеш да:

- Разговаряш;
- Гледаш телевизия;
- Пазаруваш;
- Разказваш си вицове;
- Се смееш;
- Общуваш в Интернет;
- Ходиш на кино;
- Разменяш си текстови съобщения;
- Слушаш музика;
- Пиеш кафе;
- Ходиш на мач;
- Играеш игри.

ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ - Твоите романтични връзки

Понякога приятелствата се променят. Приятелството може да се превърне в романтична връзка.

Романтичната връзка означава, че много харесваш някой и искаш да бъдеш с него.

В една романтична връзка искаш да бъдеш с твоя приятел/приятелка. Може да искате да се държите за ръка, да се целувате и да се прегръщате.

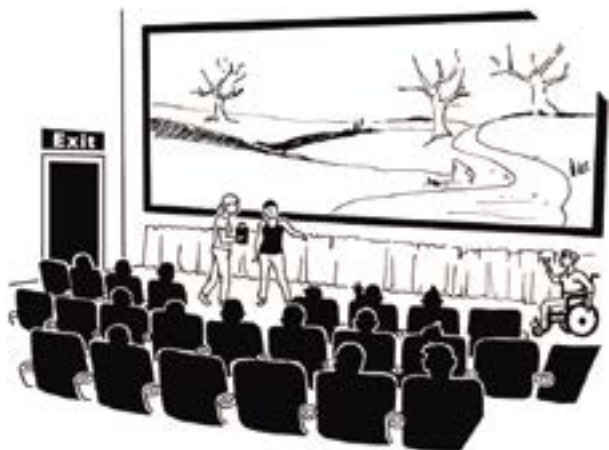
Някои връзки са добри и ти се чувстваш щастлив, обичан и сигурен.

Някои връзки са лоши и може да се почувстваш тъжен или някой може да те нарани.

Важно е да се запиташ дали тази връзка е добра за теб?

Може да искаш да поговориш с хора, на които имаш доверие, при вземане на решения за твоите връзки.

Хората, на които имаш доверие, може да включват приятел, застъпник, член на семейството и всяко друго лице, което те подкрепя и те познава добре.



ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ: това е твоята романтична връзка

Стъпки при вземане на решения за твоите романтични връзки:

Обичаш някой и искате да се съберете - научаваш как.

Може би ще искаш да разговаряш с човек, на когото имаш доверие, за това как се чувстваш - научаваш как.

Може би ще излезеш на среща - научаваш как.

Какво можеш да правиш в твоята романтична връзка...

Романтична връзка:

- Държете се за ръце;
- Ходите на почивки;
- Прегръщате се;
- Целувате се;
- Имате сексуална връзка;
- Ходите на вечеря;
- Ходите на кино;
- Ходите на бар.

ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ - сексуални връзки

Законът казва, че възрастните са дееспособни. Това означава, че са в състояние да вземат самостоятелно решение за нещо. Според закона да си дееспособен означава, че:

- си в състояние да разбереш информацията за решението, така че да можеш да го вземеш;
- Ако не разбираш информацията, която ти се дава, трябва да поискаш по-ясно обяснение;
- Трябва да продължиш да питаш, докато не разбереш;
- Трябва да задаваш толкова въпроси, колкото е необходимо, за да:
- запомниш информацията;



- си в състояние да разбереш различните възможности, които имаш, така че да можеш да вземеш решение;
- си в състояние да разбереш какво ще се случи, когато вземеш това свое решение;
- можеш да кажеш или да покажеш на някого това, което искаш.

Можеш да кажеш или да покажеш на някого, като:

- Използваш думи;
- Използваш картини;
- Използваш знаци като Макатон;
- Използваш устройство за комуникация;
- Използваш жестове;
- Използваш, което и да е от тези заедно.

Трябва да имаш възможност да направиш избор и да вземеш решение за себе си.

Хората около теб, хората, на които се доверяваш, или семейството ти, трябва да те подкрепят и да ти помагат да вземаш каквито и да са решения, които искаш, за твоите сексуални връзки.

Сексуалните връзки включват полов живот.

Те може да включват също прегръщане, целуване и докосване по интимни части на тялото.

Други думи, които хората употребяват, са "секс" или "правене на любов".

Сексуалната връзка трябва да бъде едно приятно изживяване, но тя също е доста лично нещо.

Ако искаш съвет или помощ, може да поговориш с хора, на които имаш доверие, когато вземаш решения за твоите сексуални връзки.





Хората, на които имаш доверие, може да включват приятел, застъпник, член на семейството и всяко друго лице, което те подкрепя и те познава добре.

Добра идея е да се потърси информация от човек, на когото имаш доверие, или лекар или медицинска сестра за безопасен секс.

Безопасният секс означава, че си защитен от заболявания или нежелана бременност, както и използване на презерватив.

Много е важно да си съгласен да правиш "секс" с даден човек и да си щастлив, когато правиш секс.

ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ – за твоята сексуална връзка:

Искаш да имаш сексуална връзка с приятеля/приятелката си - научаваш как.

Можеш да обсъдиш с приятел и да искаш приятелски съвет и подкрепа - научаваш как.

Научаваш за възможности и отговорности и вземаш свое собствено решение - научаваш как.

Експлоатация

Експлоатация означава едно лице несправедливо да използва друго лице, без то да желае това.

Ако кажеш "не" на човек, а той насилно те принуждава да правите секс, това е експлоатация.

Законът казва, че това е погрешно. Експлоатацията може да те накара да се чувстваш тъжен, виновен, да ти е болно или да се срамуваш.

Понякога човек не е в състояние да вземе решение за сексуална връзка. Може да бъде поискано от съда да вземе решение дали си бил експлоатиран. За да реши този казус, съдията се интересува доколко си в състояние да се грижиш за себе си.





Законът казва: Противозаконно е да се извършват сексуални действия, ако лицето не може да се предпази от експлоатация.

ВИКИ И ГЕНЧО...

Вики има приятел, който се казва Генчо. Те са излизали дълго време. Ходят на кино всяка седмица и на разходки в парка в близост до къщата на Вики.

Те наистина се харесват и искат да прекарват цялото си време заедно. Напоследък Вики и Генчо се замислят за това да правят секс.

Тя разговаря с приятелката си Петя за това свое решение.

Тя разговаря също и с подкрепящия си работник Христо, на който има доверие.

И Петя, и Христо казват на Вики колко сериозно е това нейно решение. Те ѝ дават информация за сексуалните връзки. Говорят и за вероятността от забременяване.

Тя иска да разбере всичко за своя избор.

Вики разбира всички съвети, които ѝ дават Христо и Петя.

Тя решава да говори с Генчо.

Важно е Генчо да разбере всички последствия.

Вики и Генчо сега трябва да обсъдят това и да решат какво искат да правят.

Вики и Генчо имат щастлива романтична връзка и искат да правят секс. Вики търси подкрепа от доверени приятели и подкрепящ работник. Тя получава важна информация за сексуалните връзки. Обсъжда я с Генчо и те вземат решение.

