

METODA KOLOROWYCH KÓŁ

1. **Purpurowe koło** – intymności. Tylko Ty decydujesz, kto Cię dotknie.
2. **Niebieskie koło** – zażyłość dla rodziców i bliskich przyjaciół, dla gestów przytulenia i uścisku. To wspólna decyzja o tym, czy chcesz kogoś pocałować i być blisko. Jeżeli tego nie chcesz, powiedz STOP! Twój partner też może powiedzieć STOP!
3. **Zielone koło** – serdeczność dla kolegów i dalszych członków rodziny.
4. **Żółte koło** – oficjalność, dla ludzi, których imię znasz. Czasami ktoś, kogo imię znasz, może poprosić Cię o podanie dłoni. Możesz powiedzieć „nie”, jeśli tego nie chcesz. Nikt nie może Cię dotknąć, chyba, że tego chcesz.
5. **Pomarańczowe koło** – dystansu dla dalekich znajomych. Pomachaj znajomemu, który jest „za daleko”, aby Ci uściśnął dłoń.
6. **Czerwone koło** – obcości. Część ludzi pozostaje nieznaną na zawsze. Możesz porozmawiać z nieznanymi, ale tylko z tymi, którzy noszą specjalne odznaki lub mundur, i tylko wówczas, gdy potrzebujesz pomocy. Nie rozmawiaj z innymi nieznanymi, nie pozwalaj im się dotknąć.

Źródło:

Dzwonkowska, I. *Seksualizm osób niepełnosprawnych*,
<http://www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PU5274>