

## Edukacja seksualna – czy młodzież czuje się bezpieczna?

**Współcześnie wiele uwagi przywiązuje się do bezpieczeństwa młodych ludzi. W szkołach instalowane są domofony, monitoring, dzieci mają własne telefony komórkowe, nauczyciele dyżurują na korytarzach. Robimy wszystko, aby kontrolować i sprawdzać. Nakładamy filtry rodzinne na komputery, ograniczamy dostęp do internetu w szkole. Budujemy kłosz, łudząc się, że w ten sposób nasze dzieci będą bezpieczne, że uchronimy je przed niebezpieczeństwami świata realnego i wirtualnego.**

Dlaczego więc już ośmiolatki uzależniają się od pornografii, dlaczego coraz młodsze dzieci chorują na depresję, nawiązują niebezpieczne dla nich znajomości, coraz częściej podejmują ryzykowne zachowania, zarażają się chorobami przenoszonymi drogą płciową, jako nastolatki zostają rodzicami? Przecież mamy nad nimi pełną kontrolę, wiemy wszystko, w każdej chwili możemy zadzwonić, wysłać sms, przejrzeć historię aktywności w internecie... Czego zatem brakuje? Rozmowy.

Kiedy wspólnie z Anną Jurek zaczynałyśmy prowadzić program edukacji obywatelskiej dla łódzkich gimnazjalistów, nie spodziewałyśmy się konsekwencji. Młodzi ludzie sami decydowali czego chcą się dowiadywać i w jaki sposób, wymyślali własne projekty na rzecz wspólnot lokalnych, a później je realizowali. Dałyśmy im głos. Na początku byli nieśmiali, ponieważ nie są przyzwyczajeni do tego, że się ich słucha, później jednak wypowiedzieli na głos swoją największą potrzebę: „Chcemy rozmawiać o seksualności, napisz-

my taki projekt, zrobmy takie zajęcia. Nikt nie porusza z nami tego tematu, a to jest coś, co nas interesuje”. Podniosłyśmy rękawicę.

Pierwsze zajęcia odbyły się w jednym z zaprzyjaźnionych gimnazjów przy ogromnym wsparciu dyrekcji i pedagoga szkolnego, którzy pozwolili przeprowadzić pilotaż. Ustaliliśmy z uczniami listę interesujących ich tematów, same proponowałyśmy kolejne zagadnienia, rozmawialiśmy o formie zajęć, wreszcie wspólnie dyskutowaliśmy – co ważniejsze, co mniej ważne. Tak powstał pierwszy w Polsce całościowy, nieideologiczny program edukacji seksualnej dla młodzieży gimnazjalnej.

Po raz kolejny nie przewidziałyśmy konsekwencji. Program przez jednych był uważany za znakomity, przez innych – za skandal i gorszenie maluczkich. Widziano w nas szalejące feministki namawiające do uprawiania seksu, zarzucano, że nasze działania są sprzeczne z ideałami organizacji katolickich. Wszystkie te uwagi, chociaż nie zawsze

merytoryczne, były bardzo cenne, bowiem rodziły w nas pytania. Jak mówić, żeby nie zawstydząć, czy reglamentować wiedzę, jak nie epatować własnymi poglądami, jak nie oceniać, jak pokazać różnorodność wyborów z ich konsekwencjami, a jednocześnie uniknąć mówienia o jedynej słusznej drodze...? Jak uczyć podejmowania dobrych decyzji w bardzo intymnej i ważnej sferze ludzkiego życia? Jak przez 10–12 godzin znajomości zyskać zaufanie młodych ludzi, jak znaleźć wystarczająco dużo czasu na wysłuchanie tego, co do nas mówią?

To wszystko było i jest bardzo trudne. Jednak przez cały czas przyświeca nam jedna myśl: aby zwiększyć bezpieczeństwo młodych ludzi, trzeba pomóc im podejmować słuszne decyzje, wzmocnić w nich przekonanie, że są w stanie dokonywać dobrych dla siebie wyborów, dać im narzędzia w postaci wiedzy i refleksji.

Jakie są największe zagrożenia, którym może przeciwdziałać rzetelna edukacja seksualna? ▶

▶ Przemoc w związku, przemoc w grupie związana z płcią i orientacją seksualną, ryzykowne zachowania seksualne, seksting, pornografia, choroby przenoszone drogą płciową, przedwczesne rodzicielstwo.

W rozmowach z gimnazjalistami uderza zgoda na przemoc w związku. Przejawia się ona na różnych poziomach:

- emocjonalnym – obrażanie, głupie żarty, kłótnie, niekończące się dyskusje, wyzwiska, deprecjonowanie w oczach innych osób, poniżanie, zazdrość;
- fizycznym – bicie, popychanie, kopanie, ciągnięcie za włosy;
- psychologicznym – przemoc ma na celu przestraszenie i uzależnienie od siebie drugiej osoby. Może polegać np. na groźniu, że zrobi się krzywdę komuś ważnemu dla ofiary, wiąże się także z kontrolowaniem i szantażami emocjonalnymi;
- seksualnym – zmuszanie do czynności seksualnych lub niezwracanie uwagi na potrzeby drugiej osoby. Obejmuje bardzo wiele zachowań (dotykanie, zmuszanie do oglądania filmów pornograficznych i in.);
- finansowym – używanie pieniędzy do kontrolowania drugiej osoby.

Młodzi ludzie potwierdzają, że mieli do czynienia ze wszystkimi formami przemocy. Okazuje się, że nie widzą niczego złego w przeglądaniu wiadomości w telefonie

partnera, ograniczaniu jego kontaktów z innymi osobami, brakiem zgody na spędzanie przez niego wolnego czasu z przyjaciółmi. Użycie siły z powodu zazdrości bywa potwierdzeniem uczucia, a niezgoda na założenie krótkiej spódnicy – zazdrością z miłości. Młodzież stosuje też metody szantażu emocjonalnego: „Jeśli przez tydzień nie odbiorę od niej/niego telefonu, to zgodzi się na wszystko, przecież mnie kocha”. Dziewczęta częściej stawiają się w roli ofiary, budzą litość, myślą, że skoro są obrażone i płaczą, to ich partner ulegnie, przyzna im rację.

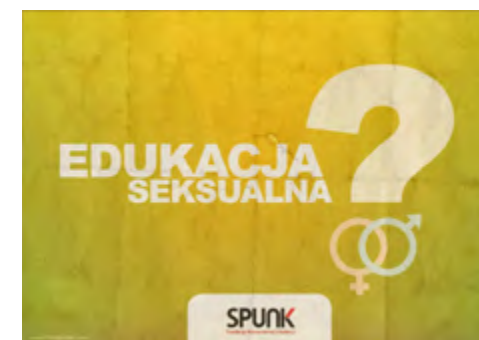
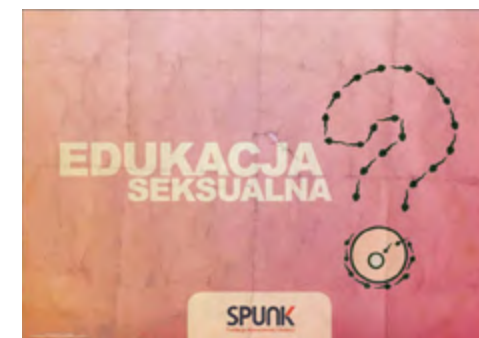
Zwraca uwagę także to, że młodzież pyta o ocenę takich relacji nie widzi w nich nic złego, stwierdza, że „takie zachowanie jest skuteczne”. Potrzeba zatem rozmowy o komunikacji, budowaniu związków i braku przemocy. To podstawa edukacji seksualnej, szczególnie w środowiskach, gdzie tego typu patologia obserwowana jest na co dzień. Oczywiście dobre relacje między rodzicami, którzy okazują sobie czułość i nie kryją przed dziećmi, że są dla siebie ważni, to najlepsza szkoła miłości i partnerstwa. Jednak nie każdy młody człowiek ma szczęście żyć w takiej rodzinie, dlatego mówienie o tym, jak być dla siebie wzajemnie dobrym i dawać sobie wsparcie, jest bardzo istotne. Nie chodzi o to, żeby *ex cathedra* przekazać gotową receptę na życie – młodzi ludzie sami, podczas rozmów między sobą i z edukatorem, powinni

wypracować inne, nieprzemocowe sposoby postępowania. Zwykle się to udaje.

Jest jeszcze jeden ważny aspekt uzasadniający poruszanie tego tematu: uzmysłowienie osobom będącym ofiarami, że to nie miłość, tylko kontrola – nie uczucie, tylko dominacja. Im wcześniej w młodym człowieku zostanie wzbudzona wątpliwość co do intencji partnera, tym większa szansa na wyjście z takiej toksycznej relacji. Oczywiście ideałem byłaby interwencja terapeuty, zarówno wobec ofiary, jak i sprawcy, ale bardzo trudno przeprowadzić ją w szkole. Młodzież musi jednak wiedzieć, gdzie szukać pomocy, gdyby taka sytuacja przydarzyła się im samym lub ich bliskim. Dlatego warto zostawić adres i numer telefonu ośrodka zajmującego się ofiarami i sprawcami przemocy. To daje młodym ludziom poczucie, że nie są sami, że jest ktoś, kto może ich wesprzeć.

Drugi ważny aspekt zachowań przemocowych to ostracyzm grupowy, wytykanie, wyzywanie, przemoc fizyczna wobec wyróżniających się osób. Z perspektywy edukacji seksualnej warto wymienić tutaj dwie grupy: osoby oceniane jako nieatrakcyjne fizycznie oraz podejrzewane o nieheteroseksualność i nieheteroseksualne.

Aby pracować nad tymi problemami, konieczne jest poruszenie kilku kwestii. Po ▶



▶ pierwsze, czym jest uroda, jaki wizerunek kobiety i mężczyzny kształtują media, czy to co widzimy na okładkach kolorowych pism jest prawdziwe. Niezapomniane są miny chłopców i dziewcząt, którzy obserwują, jak w programach komputerowych zmieniane są zdjęcia przeznaczone do publikacji w prasie lub internecie. To też jest przemoc, na którą narażeni są młodzi ludzie. Wyśrubowane wzorce piękna niszczą naturalność, wdzięk i oczywistą urodę nastolatków. Warto porozmawiać z młodzieżą o tym, kim jest kobieta kobieta i męski mężczyzna, co to znaczy i czy sami chcieliby tacy być. Dobre rezultaty daje przeprowadzenie z nimi ćwiczenia *Jakie cechy powinien posiadać mój wymarzony partner?* Umożliwia to dyskusję o gustach, o tym co się komu podoba i czy wszystkim podoba się to samo. Pytamy uczniów, czy zakochują się tylko w przystojnych chłopcach i pięknych dziewczynach. Na ogół pada odpowiedź twierdząca – wtedy pojawia się kolejne pole do pracy.

Innym powodem odrzucenia w grupie jest nieheteroseksualność. Postawy młodzieży wobec osób o odmiennej orientacji seksualnej w większości przypadków są bardzo radykalne – nazwanie kogoś gejem zapewnia mu ostatnie miejsce w hierarchii grupowej. To jest ważny problem, czego potwierdze-

niem są statystyki wskazujące, że ok. 7% ludzi w społeczeństwie to osoby o orientacjach innych niż heteroseksualna. Okres dojrzewania jest dla każdego czasem pełnym wątpliwości i zmiennych emocji. Osobom, które zauważają swoją odmienność i nie mogą się do niej przyznać ze względu na społeczny ostracyzm, jest naprawdę trudno.

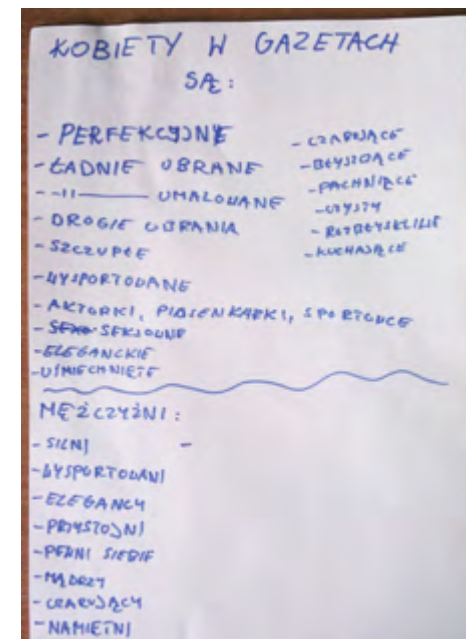
Edukacja seksualna także w tym przypadku jest niezbędna, aby móc stawiać właściwe pytania i dać wiedzę. Młodzi ludzie bardzo często mówią, że przestaliby się przyjaźnić z kimś, kto okazałby się homoseksualny. Taka deklaracja w klasie, gdzie z dużym prawdopodobieństwem znajduje się ktoś o takiej orientacji, jest okrucieństwem. Trzeba jednak o tym mówić, zmuszać uczniów do gry intelektualnej, pytać o powody wykluczania. Okazuje się często, że są one nieracjonalne, że wypowiedziane na głos tracą swoją moc. Ważnym aspektem tych zajęć jest to, że część klasy zwykle deklaruje postawy tolerancyjne, zatem dochodzi do wymiany argumentów. Nauczyciel/edukator powinien być tu raczej moderatorem. Celem tych zajęć nie jest nakłonienie wszystkich do polubienia osób nieheteroseksualnych, a raczej do zaniechania przemocy. Chodzi o wzbudzenie wątpliwości, pytanie młodzieży o to, jak się zachować, gdyby taka osoba zna-

lała się w ich środowisku, jak ją wesprzeć, jak nie wykluczać. Ważne jest pokazanie, że w klasie są osoby o poglądach bardziej tolerancyjnych i otwartych.

Istotnym aspektem dbania o bezpieczeństwo młodych ludzi w sferze seksualności jest problem pornografii. Jak wskazują wyniki badań<sup>1</sup> przeprowadzonych przez M. Jasińskiego w jednym z łódzkich gimnazjów, 100% chłopców i blisko 30% dziewcząt zagląda na strony o charakterze pornograficznym. Warto dodać, że wiek trafiających tam osób stale się obniża. Coraz częściej zdarzają się również przypadki uzależnienia od pornografii już u małych dzieci. „Zaczyna się zazwyczaj od tego, że dziecko wyszukuje w internecie informacje potrzebne np. do szkoły, wtedy przypadkiem natrafia na treści dla dorosłych: zdjęcia czy filmy erotyczne. Ogląda je i zaczyna się interesować, co to jest, skąd to jest, zaczyna klikać... Wchodzi na strony pornograficzne, widzi, że to wciągające, przyjemne, że to stymulacja, a tak naprawdę to początek uzależnienia. Mechanizm adaptacji, czyli przyzwyczajania się, sprawia, że dziecko szuka okazji, żeby tylko włączyć komputer, żeby tylko się zalogować, żeby coś pooglądać. Zobaczy jeden, dwa filmy pornograficzne, nasyci się, ale później już mu to nie wystarcza, ponieważ te same ▶



Edukacja seksualna w jednym z łódzkich gimnazjów



<sup>1</sup> Badania przeprowadził wolontariusz Fundacji SPUNK na zajęciach z wiedzy o społeczeństwie w swoim gimnazjum w 2011 r.

▶ obrazy oglądane wielokrotnie przestają oddziaływać erotycznie. Potrzebne są nowe bodźce, dziecko chce więcej, więcej i więcej. Zaczyna się szukanie czegoś mocniejszego, innego, nietypowego. Oglądanie pornografii przez dzieci jest bardziej uzależniające niż alkohol i narkotyki” (mgr A. Zielińska, psychoterapeuta poznawczo-behawioralny).

Oprócz uzależnienia pornografia niesie za sobą jeszcze inne zagrożenia, przede wszystkim wypacza wizerunek człowieka, nie tylko w sferze emocjonalnej, lecz także fizycznej. Oglądanie jej przez młodzież kształtuje mity, które później są bardzo trudne do obalenia. Młodzi ludzie tylko teoretycznie wiedzą, że aktorzy występujący w filmach pornograficznych są specjalnie dobierani pod kątem walorów fizycznych, często też stosuje się różne sztuczki mające sprawić, by ciało wydawało się bardziej jędrne, penis większy, biust pełniejszy. Wiele aktorek ma zoperowane narządy płciowe, a kolor męskich i kobiecych narządów to zasługa swoistego makiażu, słowem – obrazy oglądane na filmach i zdjęciach są sztuczne. Młodzież bardzo wyraźnie zaznacza, że ludzie powinni być ogoleni w miejscach intymnych, ich wiedza na ten temat jest zaczerpnięta z pornografii. W tym miejscu również trzeba podkreślić rolę rozmowy. Rodzice albo unikają konfrontacji, kiedy znajdują u swojego dziecka film pornograficzny, albo robią awanturę. Żadne

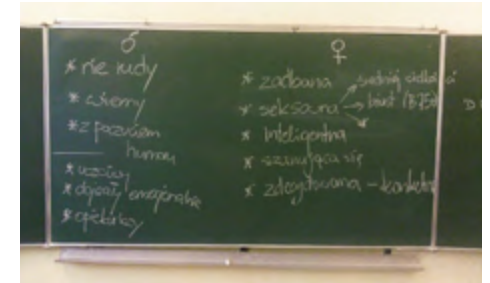
rozwiązanie nie jest dobre. Potrzebne jest pokazanie problemu bez zbędnych emocji, uświadomienie, że tak nie wygląda człowiek, tak nie wygląda życie erotyczne, że taki film może być szkodliwy dla młodego człowieka.

Kiedy na jednym z zajęć pokazałyśmy licealistom zdjęcia biustów kobiet w wieku 25–35 lat, po karmieniu piersią i przed, większych i mniejszych, okazało się, że żaden im się nie podoba. Wszystkie spotkały się z ogromną krytyką. Jedynie sztuczny biust zyskał aprobatę młodych ludzi. Ćwiczenie pokazało, że ich widzenie ludzkiego ciała jest zupełnie odrealnione, co może rodzić frustracje w dorosłym życiu, w którym nikt nie wygląda jak z żurnala, a biust dziewczyny czy żony zmienia się po ciąży.

Bezpośrednio z pornografią wiąże się jeszcze jedno zagrożenie, a mianowicie seksting, czyli przesyłanie swoich nagich zdjęć drogą elektroniczną, często za profity finansowe. Młodzi ludzie nie zdają sobie sprawy z zagrożień, jakie niesie za sobą umieszczanie zdjęć w sieci, zwłaszcza erotycznych. Wiele dramatów rozgrywa się z powodu ujawnienia tożsamości osoby na zdjęciu. Ale i o tym trzeba rozmawiać. Podobnie jak o stronach internetowych będących rankingami osób, na ogół dziewcząt, które chodzą do danej szkoły. Młodzież nie widzi w nich niczego złego. „Dupeczki z liceum X” – taki portal

pojawił się po jednej z imprez towarzyskich. Widniały tam bardzo przyzwoite zdjęcia atrakcyjnych uczennic, wybrane subiektywnie przez autorów strony. „Co w tym złego?” – pytali uczniowie – „To hołd dla fajnych dziewczyn z naszej szkoły, to jak konkurs piękności, chwalimy się nimi”. O odbyłyśmy z młodzieżą trudną rozmowę o języku, podmiotowości, o dziewczętach, których zdjęcia nie znalazły się na stronie, ponieważ nie spełniały wymaganych kryteriów. Nie doszliśmy do porozumienia, ale omówiliśmy kwestie wartości, równości płci, przedmiotowego traktowania. Wzbudziłyśmy wątpliwości w tych młodych ludziach, mamy pewność, że jeszcze raz rozważą problemy poruszane podczas zajęć.

Naszym celem jest pobudzanie do myślenia. To ważne, nawet gdy rozmawiamy na pozornie błahe tematy, jak choroby przenoszone drogą płciową czy przedwczesne rodzicielstwo. Mówiąc o ciąży, zwykle na początku pytamy młodych, kim jest dobry rodzic, jakich rodziców chcieliby mieć, jak się czuje dziecko, którego rodzice zawodzą, czego dziecko potrzebuje do szczęścia. Łatwo uzyskać odpowiedzi, młodzież doskonale wie, czego oczekuje od swoich rodziców, co od nich dostaje, a czego nie, jakie to w nich wzbudza emocje. Wtedy dochodzimy do sedna, pytamy, czy dzisiaj byłiby w stanie zapewnić dziecku wszystko to, czego oczekują ▶



Edukacja seksualna w jednym z łódzkich gimnazjów



▶ od swoich rodziców, czy nie zawiedliby go. To robi wrażenie, nie chce się być kiepskim rodzicem nawet w wieku 15 lat.

Na zakończenie poruszamy problem chorób. Zarażanie się nimi wynika z podejmowania ryzykownych zachowań seksualnych. Mimo programów edukacyjnych i postępu medycyny, stale jest to problem. W ostatnich latach zakażeń wirusem HIV znowu przybywa, rozprzestrzenia się wirus HPV, wzrasta zapadalność na inne choroby przenoszone drogą płciową. Edukacja seksualna jest niezbędna: z jednej strony trzeba pokazywać dobre strony wstrzeźliwości i posiadania stałego, wzajemnie wiernego partnera, ale również uwiadamiać istotność robienia badań i używania prezerwatywy. Pokazujemy młodemu ludziom „łańcuszek zakażenia”,

uświadamiamy, że nie tylko osoby mające wielu partnerów są zagrożone. Po raz kolejny trzeba wzbudzić w nich wątpliwość, nauczyć refleksji, by ich działaniom towarzyszyła zawsze chwila zawahania.

To nie czas na żarty, mówimy przecież o życiu, zdrowiu, bezpieczeństwie, odpowiedzialności. Trzeba tak poprowadzić edukację seksualną, żeby dać młodym ludziom narzędzia do samodzielnego, mądrego podejmowania decyzji. Bez tego – mimo kamer, domofonów i telefonów komórkowych – nasze dzieci nie będą bezpieczne, ponieważ nie są w stanie same przebrnąć przez zawiłości współczesnego świata. Internet, prasa i telewizja epatują erotyką, wypracowanymi wzorcami piękna i życia. Młodzi ludzie patrzą na to wszystko i szukają cze-

gość dla siebie. Jeśli nie znajdą osoby, z którą będą mogły porozmawiać o swoich wątpliwościach i obawach, która zaspokoi ich ciekawość w sposób naturalny, spokojny, bez fałszywego wstydu, mogą nie dokonać dobrych wyborów. Nie mam tutaj na myśli moralizowania, tylko troskę.

Cały sens edukacji seksualnej to dużo wiedzy i refleksji nad podejmowanymi działaniami. Program stworzony przez Fundację SPUNK spełnia te kryteria. Wchodzimy naprzeciw młodego człowieka i odpowiadamy na pytania, rzeczowo, z poczuciem humoru, zgodnie z najnowszą wiedzą i co najważniejsze – nigdy nie oceniając.

**Aleksandra Dulas**



**Aleksandra Dulas**

Absolwentka socjologii i etyki na Uniwersytecie Łódzkim. Otrzymała stypendium w ramach programu Socrates-Erasmus, w szkole pracy socjalnej w Danii (w obszarze badań: prawa ojca oraz edukacji kobiet w krajach rozwijających się). Terapeutka AIT – specjalistka w zakresie leczenia traum, w tym traum rozwojowych.

Twórczyni programu edukacji seksualnej dla młodzieży gimnazjalnej, trenerka, edukatorka młodzieżowa, edukatorka seksualna. Od 15 lat pracuje z młodzieżą. Propaguje edukację aktywną, w której uczeń jest podmiotem. Zajmuje się edukacją obywatelską i antydyskryminacyjną. Jest członkinią Łódzkiej Rady Działalności Pożytku Publicznego, współzałożycielką Komisji Dialogu Obywatelskiego ds. edukacji w Łodzi.

Prezeska Fundacji Nowoczesnej Edukacji SPUNK. Aktualnie realizuje program szkoleń dla nauczycieli Animator edukacji seksualnej w szkole.