



Anna Putyńska

Rodzice dzieciom – rozmowy o seksualności

Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie

Redakcja merytoryczna

Anna Borkowska, Marta Witkowska

Redakcja językowa i korekta

Joanna Fiuk, eKorekta24

Projekt graficzny, redakcja techniczna i skład

Barbara Jechalska

Projekt okładki

Aneta Witecka

Zdjęcie na okładce: © Halfpoint/Fotolia.com

© Copyright by Ośrodek Rozwoju Edukacji

Warszawa 2015

Wydanie I

Ośrodek Rozwoju Edukacji

00-478 Warszawa

Aleje Ujazdowskie 28

www.ore.edu.pl

ISBN 978-83-64915-51-2

Publikacja opracowana na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej

MINISTERSTWO
EDUKACJI
NARODOWEJ



 OŚRODEK
ROZWOJU
EDUKACJI

Spis treści

1. Etap pierwszy. Przygotuj do prawdy	3
Rodzic najlepszym specjalistą	3
Dziecko wie, o co pytać	3
Podążaj za dzieckiem – odpowiadaj zawsze, gdy pyta	5
Wyprzedzaj dziecko – prowokuj, gdy nie pyta	6
Rozmawiaj wieczorami	6
„Zaszczep” dziecko	7
2. Etap drugi. Przygotuj do zmian	8
Rodzic nie może się spóźnić	8
Dziecko w przededniu zmian	8
Nastolatek i burza zmian	9
Przygotuj się na opór	13
Co powiedzieć	14
O czym i jak rozmawiać	15
Nie musisz znać się na wszystkim. Skorzystaj z pomocy ekspertów i grupy wsparcia	16
Kontroluj źródła informacji	18
3. Etap trzeci. Przygotuj do wyborów	19
Rodzic punktem odniesienia	19
4. Zakończenie	22
5. Z czym warto się zapoznać?	22
6. O Autorce	24

1. Etap pierwszy. Przygotuj do prawdy

Rodzic najlepszym specjalistą

Płeć jest nieodłączną częścią ludzkiej natury – to oczywisty fakt, którego doświadczamy w niemal każdej dziedzinie życia. Mamy jednak trudności z przekazaniem kolejnemu pokoleniu wiedzy na ten temat. Paradoks współczesnych czasów polega na tym, że mimo otwartości, a nawet swobody w traktowaniu seksualności w zachowaniach społecznych i w kulturze, wcale nie jest łatwiej rozmawiać o płci z dziećmi i młodzieżą.

Niewiele lepiej niż nasi przodkowie radzimy sobie z odpowiedzią na pytania: kto, kiedy, co i ile „o tych sprawach” powinien powiedzieć młodym. Poza tym wciąż pojawiają się nowe wyzwania z zakresu nauki i etyki. My, dorośli, mamy z nimi problem, a musimy jeszcze wprowadzić w ten świat dzieci – ciąży więc na nas duża odpowiedzialność. Na szczęście z pomocą przychodzą same dzieci. Bardzo szybko stawiają pytania i szukają odpowiedzi u najważniejszych dla siebie specjalistów, czyli... rodziców, niekiedy dziadków.

Dla małego dziecka oczywiste są nasze kompetencje w każdej dziedzinie, a udzielona odpowiedź ma walor niewzruszonej prawdy. Nie możemy więc czekać, aż maluch urośnie, i dopiero wtedy odesłać go do „specjalisty”. Jego pytania są bardzo poważne, ale wystarczy nasza wiedza, doświadczenie i takt, by pomóc mu postawić pierwszy krok w rozumieniu płci.

Dziecko wie, o co pytać

Pierwsze pytanie dotyczące seksualności wynika z faktu, że dziecko uświadamia sobie własne istnienie – to pytanie o siebie samego, o swój początek. W odpowiedzi dowiaduje się, że jego egzystencja jest uwarunkowana obecnością ojca i matki. Różnicę między nimi maluch rozpoznaje za pomocą zmysłów, emocji oraz dzięki rodzajowi kontaktu, i to długo przed tym, zanim takie pytanie pojawi się w jego umyśle.

Jeśli kilkulatek wykazuje zainteresowanie jakąś kwestią, oznacza to, że na najprostszym poziomie jest w stanie zrozumieć dotyczące go informacje. Jeśli zapyta cię: **„Skąd się wzięłam/wzięłam, mamo?”**, odpowiedz: „Urodziłam cię” („Mama cię urodziła”). Nie kłam,

nie wygłaszaj skomplikowanych, długich wykładów, bo istnieje duże ryzyko, że znudzisz malucha i zniechęcisz go do rozmowy. **Powiedz więc prawdę. Krótko, konkretnie.** Dziecko na odpowiedź rodzica może zareagować różnie: nie skomentować jej i oddać się bardziej absorbującym zajęciom niż rozmowa albo przeciwnie – zacząć zadawać dociekliwe pytania.

To świetna okazja do pokazania maluchowi, jak ważna w życiu każdego człowieka jest płeć. Oto przykładowe wyjaśnienie dla dziecka: „Mama miała cię najpierw w swoim brzuchu. Tam jest każde dziecko, zanim przyjdzie na świat, to znaczy zanim się urodzi. Byłeś najpierw taki maleńki jak kropeczka, rosteś. A potem, gdy stałeś się gotowy, by przyjść na świat i żyć obok mamy, a nie w niej, to się urodziłeś.

Gdy dziecko jest w mamie, to mówi się, że jest ona w ciąży. Tylko kobiety mogą być w ciąży i rodzić dzieci, w ich brzuchu jest takie specjalne wygodne miejsce, które powiększa się razem z maluszkiem, gdy on rośnie. Tylko panie mają to mieszkanko dla dziecka, a nazywa się ono macica. I tylko one mają taką specjalną dziurkę (blisko tej dziurki, którą dziewczynki robią siusiu). Gdy dziecko w brzuchu urośnie, ta dziurka się rozciąga, robi się większa i maluszek może przez nią wyjść, a gdy już się urodzi, to dziurka się kurczy i znowu robi mała.

Mamy mogą karmić swoje dziecko piersią. Gdy byłeś całkiem maleńki, piłeś mleko z piersi. Bardzo to mleko lubiłeś i cieszyłeś się, gdy głaskałam cię wtedy po nosku. Aby dziecko znalazło się (pojawilo się) w mamie (w brzuchu, w macicy mamy), potrzebny jest tata. Bez niego nie będzie dziecka! Dziecko powstaje z maleńkiej części mamy i taty.

Obydwie części są maleńkie jak kropeczka. Mama ma ją w brzuchu i jest to jajeczko, a częśćka taty to plemnik. Kiedy te części się spotkają i połączą, to w brzuchu mamy urośnie taki dzidzius jak ty. Do tego spotkania dochodzi w brzuszku mamy. Tata daje mamie swoje plemniki. Rodzice muszą być wtedy blisko siebie, muszą się przytulić i powiedzieć, że bardzo się kochają. Tata i mama spotykają się ze sobą tak blisko, że są jakby jedną osobą. Jeśli plemnik trafi na jajeczko, to pojawi się dziecko. Tak właśnie ty pojawiłeś się na świecie”.

Nie da się precyzyjnie określić, w którym roku życia dziecka i za pomocą jakich słów poinformować je o biologicznych, fizjologicznych okolicznościach poczęcia, ciąży i porodu.

Początkowo podczas rozmowy można nie używać biologicznych określeń, tylko stosować dziecięce nazwy, zdrobnienia, a potem, w kolejnych dyskusjach, wzbogacać język o właściwe

Rodzice dzieciom – rozmowy o seksualności. Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie

nazewnictwo. Możliwe jest przekazywanie wiedzy na raty, przy okazji różnych sytuacji, ale są dzieci, które będą drążyć temat po pierwszym postawionym przez siebie pytaniu.

Rodząc, obserwując zachowanie dziecka, jego mimikę, zainteresowanie tematem, umiejętność skupienia uwagi oraz rozumienia słów, może najwłaściwiej ocenić, co mu przekazać, w jaki sposób i w którym momencie. W takiej rozmowie nie wszystko będzie dla rodzica łatwe, ale dyskutować z dzieckiem możemy przecież każdego dnia – każdą przekazaną informację da się uzupełnić czy skorygować.

Zasadniczą potrzebą dziecka jest doświadczenie bezpieczeństwa, miłości i zaufania ze strony rodziców, a nie wiedza, „jak to się robi”. Jeśli ten warunek będzie spełniony i jeśli rodzice będą czujnymi obserwatorami, to wcześniej czy później dziecko lub oni wykorzystają okazję, by porozmawiać o tych ważnych sprawach. Ilustracjami należy posiłkować się ostrożnie.

Ważniejsza od znajomości i rozumienia aspektów anatomiczno-fizjologicznych jest dla dziecka wiedza, że znalazło się na świecie dzięki miłości rodziców, wyrażonej w cielesnym kontakcie.

Na tym etapie rozwoju maluch jest skoncentrowany na sobie, uważa siebie i własne potrzeby za najważniejsze. Wtedy właśnie dowiaduje się, że ta „najważniejsza osoba”, którą jest ono samo, istnieje dzięki dwóm innym osobom: rodzicom. Po raz pierwszy ma okazję powiązać pojawienie się na świecie człowieka z różnicą płci.

To bardzo ważny moment, bo zanim dowie się o wielu sprawach związanych z dojrzewaniem i seksualnością, łączy płęć z najważniejszymi jej funkcjami: prokreacją i tworzeniem więzi. Wskazane jest, aby przed ukończeniem 6 lat dziecko najogólniej rozumiało istotę biologicznych aspektów miłości i prokreacji.

Podążaj za dzieckiem – odpowiadaj zawsze, gdy pyta

Na każdą inicjatywę dziecka trzeba odpowiedzieć. Jeśli w danym momencie nie masz czasu lub czujesz, że nie jesteś przygotowany do rozmowy, potraktuj dziecko z szacunkiem, docień jego chęci, zaproponuj inną porę, np.: „To jest bardzo ważne pytanie. Chętnie ci na nie odpowiem, ale pogadamy później, po obiedzie lub wieczorem”. **Nie okazuj zniecierpliwienia**

Rodzice dzieciom – rozmowy o seksualności. Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie

czy bezradności. Pamiętaj, by wrócić do rozmowy. Nie odsyłaj dziecka do innej osoby.

Wybrało właśnie ciebie i przyjmij to wyróżnienie.

Wyprzedzaj dziecko – prowokuj, gdy nie pyta

Jeśli dziecko nie zadaje pytania, wcale nie oznacza to, że nie pojawiło się ono w jego umyśle. Brak inicjatywy może wynikać z faktu, że w rodzinie mało czasu i uwagi poświęca się dyskusji z dziećmi – jej członkowie rozmawiają jedynie o codziennym życiu, nie mają zwyczaju mówić o sobie, o swoich doświadczeniach, przeżyciach, przemyśleniach.

Przyczyną może być też obawa lub zniechęcenie dziecka po wcześniejszej reprimendzie lub zignorowaniu przez rodziców jego inicjatywy. Możliwe również, że dziecko zdobyło pewne informacje i doświadczenia związane z seksualnością przez kontakt z pornografią, rozmowy z rówieśnikami lub nawet molestowanie. Wówczas czuje, że ma wstydliwą tajemnicę, i obawia się dialogu z najbliższymi.

Tego typu niepokój częściej towarzyszy dzieciom w wieku szkolnym niż przedszkolakom. Dziecko może nie pytać także dlatego, że zainteresowanie przyczyną i początkiem własnego istnienia pojawia się u niego później niż u rówieśników. Czynnikiem sprawczym w przypadku „dziecka niepytającego” może być jeszcze inny i nie zawsze da się go ustalić. Warto jednak, by rodzic się nad nim zastanowił, ponieważ może to być wskazówka do zmian, choćby w organizacji swojego czasu.

Nie można usprawiedliwiać braku własnej motywacji stwierdzeniem: „Ono już wie”. Nawet jeśli maluch ma już pewną wiedzę, to rodzic powinien być tej wiedzy ciekawy. Dzięki rozmowie weryfikuje „prawdziwość danych” zdobytych przez dziecko, uwiarygodnia wagę tematu i wzmacnia swój autorytet.

Rozmawiaj wieczorami

To najlepszy czas na wzajemne poznawanie się przez... rozmowę. Na co dzień rodzice i dzieci poznają się poprzez aktywność przejawianą w różnych sytuacjach. Prowadzone wówczas rozmowy ograniczają się do wymiany informacji, formułowania oczekiwań, pochwał i pouczeń. Przewagę – z racji odgrywanej roli – mają rodzice. Wieczór natomiast sprzyja zwolnieniu

tempa, a tym samym wyrównaniu proporcji w ilości słuchania i mówienia między dzieckiem a matką lub ojcem.

Młodsze dzieci odczuwają właściwy dla danego etapu rozwoju lęk przed nocą, ciemnością. Lubią wtedy przebywać z rodzicami i z nimi rozmawiać. To znakomita okazja do udzielania odpowiedzi, ale też do zainicjowania rozmowy na temat płci, do rozpoznania przyczyn, dla których dziecko nie zadaje pytań. Podczas wieczornego spotkania sam na sam można odnieść się do wydarzeń z mijającego dnia i potraktować je jako pretekst do rozpoczęcia rozmowy (np. kobieta w ciąży w otoczeniu dziecka).

Życie dostarcza maluchowi wielu powodów do pytań i wątpliwości. Potrzebuje on zatem rodzica wykazującego zainteresowanie, cierpliwego i gotowego poświęcić mu swój czas.

„Zaszczep” dziecko

Jeśli rodzice są pierwszymi informatorami i jeśli dobrze wywiązali się z zadania, to przed pójściem do szkoły dziecko wie właściwie wszystko – i to z najbardziej wiarygodnego źródła, bo od mamy i taty! **Te pierwsze informacje działają jak szczepionka.**

Wszystkie kolejne informacje docierające ze świata: prawdziwe czy nieprawdziwe, trafiają na system odpornościowy w postaci wiedzy, przez którą dziecko je filtruje. Wiedza malucha to nie tylko fakty, ale przede wszystkim przekonanie, że rodziców można zapytać, bo to oni wiedzą najlepiej.

Dziecko konfrontuje informacje z różnych źródeł i dochodzi do wniosku: „Ja już to wiem” albo: „Wiem, że to jest inaczej”, albo: „Zapytam o to mamę/tatę”. Od rodziców zależy, czy dziecko, gdy spotka się z niepokojącym je lub niezrozumiałym obrazem świata, opowie im o tym i u nich będzie szukało wyjaśnienia.

Jeśli mamy w domu dobrze poinformowane dziecko, to pozostaje tylko uświadomienie go, co wydarzy się między etapem, na którym jest teraz, a dojrzałością, do której zmierza, czyli zdolnością do prokreacji i tworzenia więzi. Dziecko na starcie ma już wiedzę o mecie, ale aby do niej dotrzeć, będzie potrzebowało pomocy dorosłych. Nie dla każdego ta meta jest osiągalna. W takich przypadkach towarzyszenie dziecku okazuje się szczególnie ważne.

2. Etap drugi. Przygotuj do zmian

Rodzic nie może się spóźnić

Jeśli rodzice opowiedzieli o wszystkim, co najważniejsze, mogą czekać z kolejną porcją wiedzy aż do czasu poprzedzającego pierwsze objawy dojrzewania. Mniej więcej w tym samym okresie, kiedy człowiek jest w stanie zrozumieć, skąd i w jaki sposób przyszedł na świat, kształtuje się u niego świadomość, że sam podlega rozwojowi, że kiedyś będzie dorosły.

Oczywiste są dla niego dwa kryteria podziału świata: według wieku i płci. Jest się więc dzieckiem lub dorosłym, dziewczynką lub chłopcem, panią lub panem. Na ogół dziecko nie zadaje też wtedy pytań dotyczących seksualności, chyba że bywa prowokowane przez kontakt z pornografią, przedmiotami związanymi z seksem lub obserwacją intymnych zachowań.

Sytuacja zmienia się wraz z pierwszymi symptomami dojrzewania biologicznego. Ważne jest, aby je uprzedzić: powiedzieć dziecku (póki ufnie patrzy na matkę lub ojca i przyjmuje ich słowa) o sprawach, których niebawem doświadczy.

Jeśli rodzic się spóźni, wówczas na ogół napotyka opór syna lub córki. **Paradoksalnie im bliżej do osiągnięcia dojrzałości płciowej przez potomstwo, tym trudniej rodzicom i dzieciom porozumieć się w kwestiach dotyczących seksualności. Dorastanie i dorosłość to dwa różne światy.**

Łatwiej przypomnieć sobie to, co było, niż wyobrazić to, co nastąpi. Dlatego dorosłym powinno być prościej zrozumieć dzieci, niż dzieciom pojąć, o co chodzi dorosłym. Warto więc w szukaniu porozumienia z dzieckiem odwołać się do eksperta... w swojej osobie sprzed lat.

Dziecko w przededniu zmian

Dla dzieci między 6. a 12. rokiem życia **ważne są relacje z rówieśnikami tej samej płci**. Ich dobre samopoczucie i akceptacja własnej osoby są w dużej mierze uzależnione od aprobaty ze strony koleżanek lub kolegów. W życiu dziecka bardzo wiele się wtedy zmienia, dochodzą nowe doświadczenia związane ze statusem równoprawnego członka grupy. Uczy się ono

Rodzice dzieciom – rozmowy o seksualności. Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie

w niej (na innych zasadach niż w rodzinie) współpracy, radzenia sobie z konkurencją, przyjmowania ról i zadań, lojalności, odpowiedzialności.

Ważne jest, że to wszystko dzieje się w gronie osób tej samej płci, mających zbliżone zainteresowania i preferujących podobny rodzaj aktywności. Jest to okres uczenia się przyjaźni, określania jej kryteriów, a także czas rozwoju zainteresowań i pasji. Dzieci kolekcjonują, wymieniają między sobą plakaty, naklejki, karty. Potrafią być znawcami w jakiejś dziedzinie.

W tym czasie dorośli powinni przygotować dzieci do nadchodzących zmian biologicznych i psychicznych związanych z dojrzewaniem.

Zagrożeniami dla właściwego rozwoju psychoseksualnego i społecznego dzieci na tym etapie są: duża ilość czasu poświęcanego na kontakt z mediami, sposób korzystania z nich oraz wzmacniana kulturowo tendencja do podejmowania przez dzieci w tym wieku zachowań właściwych dla starszych nastolatków, czyli np. „chodzenia ze sobą”.

W takiej relacji (i przy oczywistym wtedy izolowaniu się od grupy) dziecko ma niestety ograniczoną możliwość uczenia się ważnych umiejętności. Opisane zjawisko nie ma nic wspólnego ze zdarzającą się w tym wieku przyjaźnią dziewczęco-chłopięcą, opartą na wspólnych zainteresowaniach lub jakimś konkretnym życiowym doświadczeniu, a nie na różnicy płci.

Nastolatek i burza zmian

Intensywne zmiany w organizmie i psychice dziecka przypadają na czas między 12. a 16. rokiem życia. Tempo rozwoju nastolatków jest bardzo zróżnicowane, co dobrze widać w społeczności gimnazjalistów. Wiek, w którym zaczyna się proces dojrzewania hormonalnego, może być niższy (8–9 lat), co dotyczy w szczególności dziewczynek. Jest to trudne doświadczenie, różnie przyjmowane – z radością, niepokojem lub niechęcią. Reakcja zależy od tego, w którym roku życia pojawiają się symptomy dojrzewania, jak się one mają do tempa rozwoju rówieśników i jak dziecko zostało przygotowane do zmian.

W kontaktach rówieśniczych pojawia się nowy typ przeżyć, związanych z dużym zainteresowaniem płcią przeciwną. **Dziewczęta koncentrują się na konkretnej osobie, którą**

może być starszy kolega lub ktoś nieosiągalny w bezpośrednim doświadczeniu, np. aktor, piosenkarz czy sportowiec. Chłopcy zaś bardziej interesują się w tym czasie kobiecością niż konkretną osobą. Dociekliwie szukają informacji na temat budowy kobiet i ich seksualności.

Zainteresowanie płcią przeciwną oraz koncentracja na własnych przeżyciach u dziewcząt mają podłoże emocjonalne, natomiast u chłopców – zmysłowe. **Drogi dochodzenia do dojrzałości są więc różne dla płci i nie można ich wartościować w kategoriach: lepsza (emocjonalna), gorsza (zmysłowa).** Zdarza się, że dorośli popełniają błąd w wychowaniu, przeciwstawiając sobie te cechy seksualności.

Chłopak i dziewczyna doświadczają dużych zmian w budowie i funkcjonowaniu ciała, intensywnie przeżywają różne stany emocjonalne, próbują zrozumieć i ustalić, o co im w życiu chodzi, ustosunkowują się do samych siebie (jako do kobiety lub mężczyzny), określają swój stosunek do płci przeciwnej. Nie mają jeszcze potrzeby planowania czy przewidywania własnej przyszłości, ale jej ogólna wizja, bardziej wymarzona niż planowana, nie zakłada macierzyństwa ani ojcostwa, a czasem wręcz je wyklucza.

W tym kontekście myślenie o dojrzewaniu biologicznym kojarzy się z niemiłą, wstydliwą fizjologią. Jeśli jest ono pożądane, to tylko w aspekcie potwierdzenia swoich walorów związanych z atrakcyjnością fizyczną lub dorosłością.

Warto zwrócić uwagę, że wszechobecny przekaz medialny, powielając stereotypowe przekonania, wzmacnia **dziewczęta** w koncentrowaniu się na wyglądzie zewnętrznym jako bardzo ważnym wyznaczniku ich atrakcyjności. **Piękno** i uroda stają się atrybutami kobiecości. **Chłopcy** z kolei są wzmacniani w dążeniu do **skuteczności** zachowania, **potwierdzanego wyróżnieniem się** w takiej dziedzinie, w której zdolności i okoliczności życiowe pozwolą im się realizować - może to być sport, hobby.

W okresie, gdy kształtuje się kobiecość i męskość atrakcyjny wygląd odgrywa szczególną rolę w budowaniu własnej wartości.

Brak sukcesów połączony z niską oceną własnego wyglądu jest dla dojrzewającego nastolatka trudnym doświadczeniem. Może skutkować stanami silnie obniżonego nastroju i społecznego wyobcowania.

Zagrożenia dla rozwoju dziewcząt i chłopców są różne. W przypadku dziewcząt jest to wykorzystanie faktu, że nadaje się duże znaczenie wyglądowi. W dorastających dziewczynach wzmacnia się przekonanie, że ich kobieca wartość nie wykracza poza atrakcyjność seksualną.

Zagrożeniem dla chłopców jest zaś wykorzystanie oczywistego w tym wieku zainteresowania seksualnością i kobiecością po to, by ukształtować w nich postawę konsumentów tej seksualności.

We współczesnej kulturze masowej ludzką płciowość sprowadza się do seksu, erotyzuje się każdą dziedzinę życia, powszechna jest też dostępność pornografii i reklam o charakterze erotycznym. W efekcie dzieci mają w głowie nieprawdziwy obraz mężczyzny i kobiety. Z jednej strony kładzie się nacisk na równość płci i uwrażliwienie na wszelkie przejawy dyskryminacji kobiet, z drugiej – kobiecość sprowadzona jest do atrakcyjności seksualnej. Narracja, z którą się na co dzień spotykamy, brzmi mniej więcej tak: różnica między rolą kobiety i mężczyzny polega jedynie na tym, że kobieta jest piękna, jest pożądanym obiektem seksualnym. Z takiego założenia korzysta szczególnie chętnie np. przemysł reklamowy podtrzymując zafałszowane obrazy kobiecości i męskości.

Rodzic powinien skonfrontować się z faktem, że jego dziecko miało, ma lub będzie miało kontakt z pornografią. Badania wykazują, iż ponad wszelką wątpliwość wpływa ona na rozwój młodego człowieka i jest zagrożeniem dla funkcjonowania dorosłej osoby.

Jeśli będziemy unikać tematu, dziecko może to zinterpretować jako przyzwolenie na takie praktyki. Karcenie przez rodziców prowadzi na ogół do poczucia winy, że nie spełnia się ich woli (przy jednocześnie skuteczniejszym skrywaniu przed nimi swoich kontaktów z pornografią).

Bardzo ważne jest, aby uświadomić dziecku pewne fakty o pornobiznesie, mianowicie:

- materiały pornograficzne nie pokazują prawdy o mężczyznach i kobietach;
- stanowią źródło ogromnych zysków;
- osoby korzystające z pornografii mogą się od niej uzależnić;
- dla dzieci kontakt z pornografią jest dużym zagrożeniem.

Ważne, by rodzic kontrolował czas oraz sposób korzystania z komputera i Internetu oraz korzystał z dostępnych filtrów rodzicielskich, minimalizując kontakt dziecka z niewłaściwymi treściami. Pamiętajmy jednak, że dzieci mogą korzystać z sieci również poza domem, więc poza kontrolą, powinny więc mieć świadomość, jak szkodliwy może być kontakt z pornografią.

Rodzice zdają sobie sprawę, że dzieci często są od nich lepsze w obsłudze nowych mediów. Dodatkowo sami czasem odczuwają dużo mniejszą potrzebę korzystania z nich i m.in. dlatego nie doceniają skali zagrożenia, jakie niesie ze sobą globalna sieć.

Nastolatek w takim samym stopniu jak niemowlę oczekuje pomocy rodziców. Z tą różnicą, że niemowlę łatwiej zrozumieć. Bezradność małego dziecka jest tak oczywista, że dorosły bez trudu włącza najwyższy poziom motywacji, by mu pomóc.

Tymczasem młoda osoba zdaje się w wielu sprawach dorównywać dorosłemu, deklaruje swoją samodzielność, dąży do niezależności. Niełatwo więc znaleźć klucz do zrozumienia nastolatka.

Poza tym wielu z nas nie ma świadomości, że ten klucz jest potrzebny, wielu nie ma czasu, by go szukać, i nie wie, jaki wskazać dziecku kierunek. Przez wiele pokoleń rodzice nie mieli pojęcia, „jak to powiedzieć”, natomiast teraz często nie wiemy, „co powiedzieć” nastolatkom, jak się wobec nich zachować.

Porozmawiaj z dzieckiem, nawet jeśli zdobyło już pewną wiedzę dzięki nauczycielom w szkole, kolegom, telewizji, Internetowi czy w jakikolwiek inny sposób. Jeśli zaczynasz z dzieckiem rozmowę, dajesz mu do zrozumienia, że dotyczy ona ważnych kwestii. Nawet najbardziej zagonieni, zaprzątnięci swoimi sprawami członkowie rodziny rozmawiają, gdy uznają problem za istotny.

Jeśli z kolei masz rodzinę, która często dyskutuje na różne tematy, ale seksualność stanowi temat tabu, to dajesz dziecku powód do różnej interpretacji tego faktu (np. że wspomniana kwestia jest nieważna, krępująca, że nie wiesz, co i jak powiedzieć).

Gdy rozmawiasz, nawet jeśli to dla ciebie i dziecka trudne, nie oddajesz nikomu prawa do zastępowania cię w tak ważnej sprawie jak przygotowanie dziecka do życia.

Rodzice dzieciom – rozmowy o seksualności. Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie

Ważne jest, aby o przejawach dojrzewania i problemach związanych z tym okresem z dzieckiem rozmawiał ten rodzic, który czuje się bardziej kompetentny do prowadzenia rozmów o dojrzewaniu w swobodny sposób. Warto też zwrócić uwagę na to, z którym rodzicem bardziej komfortowo czułoby się dziecko. Najczęściej córka rozmawia z matką, a syn z ojcem, ale nie musi to być regułą. **Jeśli brakuje rodzica tej samej płci co dziecko, warto poprosić o rozmowę kogoś bliskiego nastolatki** – osobę cieszącą się jego sympatią i zaufaniem. **Kontakt z kimś dzielącym doświadczenie nadaje relacji przywilej wyjątkowego porozumienia**, zapewnia otwartość i szczerłość.

Dojrzewanie seksualne jest okresem ustosunkowywania się do własnej płciowości, jej przejawów i funkcji. Wtajemniczenie w tę sferę przez dojrzałą osobę tej samej płci, do tego obdarzaną szacunkiem, może pomóc **wzmacniać poczucie identyfikacji z własną płcią**. Warto jednak pamiętać, że każda rozmowa jest lepsza niż jej brak.

Pomocne może być zaproponowanie lektury przeznaczonej dla młodych osób. Dobrze, by rodzic dał do zrozumienia, że podsuniecie książki nie wynika z jego bezradności, a wręcz przeciwnie: że jest przydatnym narzędziem w zdobywaniu wiedzy.

Matka może zwrócić się do syna tak: „Niedługo zaczniesz się zmieniać, by stać się dojrzewającym chłopakiem, a potem mężczyzną. Wiele rzeczy będzie działo się w twoim ciele, z twoim wyglądem. Warto być do tego przygotowanym. Zdaję sobie sprawę, że wiesz pewnie sporo, może nawet bardzo dużo na ten temat, ale proszę, byś przeczytał tę książkę. Myślę, że szczególnie ważny może być dla ciebie rozdział... Nawet jeśli nie będzie to dla ciebie nowość, to zależy mi, żebyś przeczytał to akurat z tego źródła”.

Polecenie książki może być, oczywiście, wstępem do rozmowy z nastolatkiem niezależnie od jego płci. Ważne, by rodzic wcześniej znał książkę, którą poleca.

Przygotuj się na opór

Trzeba uwzględnić cechy rozwojowe. Pierwsza z nich to gwałtowne obniżenie autorytetu matki i ojca w oczach dziecka – podaje ono w wątpliwość lub podważa ich zdanie i poglądy. Córka lub syn mogą nie wykazywać zainteresowania rozmową z rodzicem, często szukają innych źródeł informacji.

Jeśli rodzice nie rozmawiali przedtem z dzieckiem o seksualności, to w okresie dorastania ta sfera, jako szczególnie intymna dla człowieka, sprawia dużą trudność w międzypokoleniowym przekazie między bliskimi osobami.

Niewielu nastolatków patrzy na siebie w kategoriach przyszłej roli ojca i matki. Dojrzewający człowiek koncentruje się na aktualnej atrakcyjności własnego ciała, a nie jego późniejszych funkcjach. Dorośli często nie mają ani jasno sprecyzowanego celu rozmowy, ani poglądu na wiele spraw związanych z seksualnością.

Ważne jest więc, by podejmując rozmowę na temat dojrzewania i trudności z tym związanych, być przygotowanym na krótką, rzeczową wypowiedź. Trzeba wybrać chwilę na spotkanie. Starsze i dorastające dzieci, podobnie jak maluchy, szczególnie lubią wieczór. Nie mogą czuć się atakowane. Docenią to, że rodzic znajduje czas, że składa propozycję i godzi się z... ewentualnością jej odrzucenia.

Nie każdy moment, który dorosły traktuje jako odpowiedni, jest tak samo postrzegany przez nastolatka. Młodsze dzieci są na ogół zawsze zadowolone z możliwości „pogadania” z mamą lub tatą. W przypadku nastolatka nawet wieczór może się okazać złym czasem. Należy uszanować jego decyzję i podjąć rozmowę w innym momencie.

Co powiedzieć

Dobrze poinformowany nastolatek zna budowę narządów płciowych obu płci, ma podstawowe informacje o płodności człowieka: wie, że męczyzna jest płodny cały czas, od osiągnięcia dojrzałości do starości (śmierci), a kobieta cyklicznie, przez kilka dni w miesiącu. Wie najogólniej, na czym polega cykl miesięczkowy i o czym, w kontekście faz cyklu, świadczy miesięczka. Wie też, że kobieta może zostać matką od osiągnięcia dojrzałości biologicznej do okresu przekwitania.

Zdaje sobie sprawę z tego, co to są zmyły nocne, zna zasady zachowania higieny, zwłaszcza intymnych części ciała. Ma też podstawową wiedzę na temat ciąży i porodu (zapłodnienie, komórki rozrodcze, długość ciąży, rozwój dziecka, sposób rodzenia się dziecka).

Większość tych informacji dziecko zdobywa dużo wcześniej, zanim osiągnie wiek nastoletni. Niestety, często czerpie wiedzę nie od rodziców. Wymienione wyżej zagadnienia są dosyć proste i w podstawowym zakresie zna je większość dorosłych ludzi.

Powiedzenie dziecku o miesiączce, polucjach czy zapłodnieniu wydaje się krępujące, bo dotyczy intymnych, osobistych doświadczeń, ale jest to wiedza niezbędna. Źródło i sposób jej podania mają w życiu duże znaczenie. Ważne jest, aby przekazywać dziecku informacje wprost.

W szkole uczeń może pogłębić wiedzę o płciowości, ale nie zastąpi to intymnego kontaktu, rozmowy rodzica z dzieckiem w cztery oczy. Jeśli mama lub tata decydują się na przekazanie powyższych informacji w dobrym momencie i w możliwie prosty sposób, zwykle odczuwają ulgę, zadowolenie, satysfakcję. Być może w niejednej rodzinie są pokoleniem, które zapoczątkowuje tradycję skutecznego przekazywania potomstwu wiedzy o seksualności.

O czym i jak rozmawiać

W społecznej świadomości funkcjonuje slogan, że z dzieckiem trzeba rozmawiać. Powtarzają go rodzice i specjaliści. Jeśli za tym wskazaniem kryje się sugestia, że należy tłumaczyć, a nie krzyczeć, to trzeba się z nim zgodzić. Jednak w wymianie zdań chodzi o coś więcej niż przemawianie spokojnym tonem.

Często w rodzicielskiej praktyce dobra rozmowa polega na tym, że matka lub ojciec prowadzą monolog, w którym powtarzają te same argumenty, tyle że innymi słowami, a rolą dziecka jest je przyjąć i zastosować w życiu. Rodzice usprawiedliwiają nieskuteczność takiego postępowania postawą dziecka: „Ja mu to tyle razy tłumaczyłam”, „Ja mu to ciągle tłumaczę” – a on/ona nic (w domyśle).

Drugi rodzaj rozmowy to wypytywanie przypominające śledztwo: „A skąd ci to przyszło do głowy?”, „Kto ci opowiada takie rzeczy?”, „Gdzie o tym czytałeś?”. Kolejny dobry sposób, by zniechęcić rozmówcę do „dialogu”!

Rozmowa to nie mówienie. **Unikaj gadulstwa, wypytywania, pouczania.** Jest to trudne, bo tymi sposobami próbujemy bronić się przed postawą dzieci typową dla okresu dorastania. Uważają one, że starsi nie mają racji; że „trzeba z posad ruszyć bryłę świata”, żeby ustanowić

nowy, lepszy porządek; że trzeba pokierować własnym życiem w jedynie słuszny sposób, czyli z wyłączeniem rad i doświadczeń dorosłych. Prawie wszystko, co proponują rodzice, przyjmowane jest jako narzucanie lub zmuszanie.

Dziecko/nastolatek jest ciekawym badaczem świata. W miarę dorastania wielu ludzi traci tę determinację młodego poszukiwacza, zachowując przy tym poczucie kompetencji. Gdy więc potomstwo zadaje pytania, dorośli nie odpowiadają, tylko... pouczają. Robią tak dlatego, że nie mają wiedzy, tylko poglądy. Warto więc odpowiednio się wyedukować, zanim odpowiemy (oczywiście pod warunkiem, że tej wiedzy nie mamy).

Są zagadnienia, na które trudno znaleźć jednoznaczną odpowiedź. Jeśli przyznasz w rozmowie z dzieckiem, że jakaś kwestia nie jest dla ciebie oczywista, że wymaga przemyślenia, nauczysz je uczciwości i odwagi. Na inne sprawy masz jasno określone poglądy i – prawo, aby przekonywać do nich dziecko.

Syn lub córka chętnie cię wysłuchają, o ile będziesz argumentował, szanował osoby o innych poglądach i pozwolisz dziecku wypowiedzieć swoje zdanie. Z dużym prawdopodobieństwem zgodzi się z tobą – jeśli nie teraz, to w przyszłości.

Uświadamianie seksualne dziecka może zmotywować samego rodzica do poszerzenia wiedzy z wielu różnych dziedzin związanych z płcią i ludzką seksualnością oraz do zadawania sobie pytań, których poprzednie pokolenie zadawać nie mogło i nie musiało.

Nie musisz znać się na wszystkim. Skorzystaj z pomocy ekspertów i grupy wsparcia

Warto pokonać wstyd, odrzucić przekonanie o własnej nieomyślności i zapytać **innych rodziców**. Może jest w rodzinie albo wśród znajomych ktoś, kto twoim zdaniem dobrze sobie radzi z wychowaniem dzieci i z kim można szczerze porozmawiać. To niełatwe, bo trzeba przełamać w sobie opór, a jednocześnie przygotować się na krytykę czy mentorstwo.

Korzyści z takiego „wywiadu” mogą być jednak warte ryzyka, że poczujesz się niekomfortowo. Może się też okazać, że wspólnie z rozmówcą zyskacie większą motywację do poszukiwania rozwiązań. Nie chodzi o to, by wspierać się w bezradności! Na ogół szukamy pocieszenia

w tym, że „inni też mają ten problem”, że „tak samo robią”. Takie rozmowy przynoszą ulgę, ale na krótko, i nie pomagają w rozwiązaniu kłopotu.

Bardzo ważnym doradcą w tym, co powiedzieć dziecku, oraz źródłem informacji o jego wiedzy na temat seksualności może być **starsze rodzeństwo**, zwłaszcza tej samej płci. Dzieci w rodzinie, niezależnie od jakości codziennych kontaktów, są wobec siebie solidarne i w wielu sprawach lepiej na swój temat poinformowane niż rodzice.

Jest więc prawdopodobne, że jeśli zechcemy podzielić się z potomstwem odpowiedzialnością za młodsze dziecko, zyskamy kompetentnego sojusznika, i to bardzo lojalnego wobec obu stron. „Bartku, chcę porozmawiać z Piotrkiem na temat dojrzewania. Nie bardzo wiem, czy on interesuje się już tymi sprawami, niepokoi mnie też, to co robi przy komputerze...”. Takie słowa stwarzają szansę na kontynuowanie rozmowy i wynikające z niej korzyści dla wszystkich.

Pomocą może służyć także **nauczyciel**. Warto zainteresować się tym, kto uczy dziecko, poprosić o program, podręcznik (jeśli jest używany) lub inne materiały edukacyjne. Dzięki temu po pierwsze dowiadujemy się, z przekazania ilu ważnych treści zwalnia nas szkoła!

Po drugie, sami możemy wzbogacić wiedzę, umiejętności i poglądy. Po trzecie, lepiej rozumiemy własne dzieci. Po czwarte, kontrolujemy to, w jaki sposób i o czym rozmawia obca osoba z naszym dzieckiem (mamy możliwość interwencji). Po piąte, nauczyciel staje się naszym partnerem w wychowaniu, nie konkurentem i nie zastępcą.

Po szóste, pokazujemy dziecku, że przygotowanie do życia w rodzinie oraz sprawy związane z jego dojrzewaniem seksualnym zarówno rodzice jak i szkoła traktują poważnie i z troską.

Niezależnie jednak od tego, jak pilnym dziecko jest uczniem, to i tak wejdzie w dorosłość jako mężczyzna/kobieta ukształtowany/-a przede wszystkim przez to, co wyniósł/-a z domu. W tej sprawie nikt rodzica nie zastąpi.

To matka najczęściej przygotowuje córkę do pierwszej miesiączki, a ojciec syna do pierwszych polucji, ze względu na fakt własnych doświadczeń wynikających z innej fizjologii kobiety i mężczyzny, co nie znaczy, że jest to jedyny właściwy sposób. To rodzice wpływają na decyzje dziecka przez to, jak rozmawiają, jaki dają mu przykład. Szkoła może wspomóc te działania,

Rodzice dzieciom – rozmowy o seksualności. Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie

jednak nie zastąpi rodziców. Nie naprawi tego, co oni zepsuli, ani też nie zniweczy ich osiągnięć w wychowaniu.

Większe zaangażowanie rodziców i nauczycieli we wzajemne kontakty może przynieść wszystkim nieocenione wręcz korzyści. W rodzicu spotęguje poczucie kompetencji wychowawczych, a nauczyciel będzie widział, że jego praca przynosi efekty. Najwięcej zyskają jednak młodzi – poczują, że ich sprawy są przedmiotem rzeczywistej troski dorosłych.

Kontroluj źródła informacji

Na rynku jest wiele książek, które mają pomóc rodzicom w przeprowadzeniu rozmowy z dzieckiem lub pomóc dziecku w poznaniu spraw związanych z dojrzewaniem i seksualnością. Warto podchodzić do nich krytycznie, przefiltrować treść przez własne poglądy, własną estetykę. Jeśli przekaz budzi zażenowanie rodziców, wydaje im się zbyt bezpośredni, zbyt mało intymny, to nie mogą zapominać, że to oni są odpowiedzialni za wychowanie swojego potomstwa.

Dobrze jest ograniczać dzieciom dostęp do treści o charakterze erotycznym. Towarzyszące na co dzień wielu rodzinom telewizja i Internet są źródłem informacji nieświadomie przyjmowanych przez dzieci. Informacji, które pokazują rozerotyzowany świat, fałszywy obraz ludzkiej seksualności.

Niezwykle ważne jest, by regulować i kontrolować kontakt dziecka z tym światem. Po pierwsze, w ten sposób ograniczamy dzieciom dostęp do treści wykraczających poza ich możliwość rozumienia i oceny, po drugie – nasza postawa świadczy o stosunku do prezentowanego w mediach wizerunku kobiecości i męskości.

3. Etap trzeci. Przygotuj do wyborów

Rodzic punktem odniesienia

Nastolatek, który biologicznie jest już w pełni mężczyzną lub kobietą, który zna i rozumie swój organizm, wie, jak funkcjonuje biologia płci przeciwnej, nadal ma przed sobą niełatwe zadanie. Wynika to z dwóch faktów: płciowość człowieka wykracza poza granice jego biologii. Młoda osoba jest na etapie konstruowania własnych kryteriów wartości, uczenia się formułowania poglądów. To także najtrudniejszy czas dla rodziców w ramach tzw. uświadamiania seksualnego.

Dojrzałość seksualna zmierza do zainteresowania płcią przeciwną, pojawienia się napięcia seksualnego i potrzeby jego rozładowania. Te instynktowne dążenia człowieka są powiązane z jego wyższymi potrzebami: psychicznymi i społecznymi. Dwa poziomy – biologiczny oraz psychiczny – znajdują się jednak tylko w pozornym konflikcie. Seksualność człowieka nie zawiera w sobie sprzeczności, chociaż jest skomplikowana.

Biologiczne funkcjonowanie płci ma specyfikę niespotykaną u żadnego innego gatunku.

- Człowiek rozmnaża się tak samo jak zwierzęta, jednak w przeciwieństwie do nich jest zdolny do aktu seksualnego nie tylko w celu prokreacji.
- Człowiek potrzebuje stałej więzi z partnerem, ale nie tylko po to, by towarzyszyć mu w opiece nad potomstwem. Ma potrzebę wyrażania tej więzi w akcie seksualnym.
- Prokreacja i atrybuty z nią związane nie są jedynym, jak u zwierząt, wyznacznikiem wartości i pozycji w grupie.

Dzięki swojej wyjątkowości gatunkowej człowiek nie działa na poziomie instynktu i popędów, które determinują powtarzalność pokoleń. Ma ograniczony, regularnie powtarzalny i rozpoznawalny czas płodności. Nie istnieje wtedy instynktowny przymus podejmowania aktywności seksualnej.

Rodzice dzieciom – rozmowy o seksualności. Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie

Człowiek ma wybór: może decydować, czy i kiedy współżyć, i w ten sposób wpływać na czas poczęcia potomstwa. Może też, wykorzystując wiedzę i technologiczne możliwości, uniezależnić się od naturalnego przebiegu cyklu, likwidując go.

Precyzyjną wiedzę, jaką człowiek posiadał o biologii rozmnażania własnego gatunku, zawdzięcza kolejnej wyróżniającej go cesze: intelektowi. Dzięki niemu potrafi dziś pokonywać ograniczenia wynikające z chorób i zaburzeń funkcjonowania układu rozrodczego.

Współcześnie ludzie wiedzą niewspółmiernie więcej niż wszystkie dotychczasowe pokolenia, co daje im nieporównywalną w stosunku do przodków możliwość kierowania własną seksualnością. Od ludzkich wyborów zależy, jaki będzie to kierunek.

Człowiek pozostaje w nieustannym konflikcie za sprawą kolejnej wyróżniającej go cechy, mianowicie wolności. Konflikt ten toczy się nie między poziomami ludzkiej seksualności, tylko w obszarze świadomości człowieka i społeczeństwa. Konfliktem doświadcza zatem zarówno pojedyncza osoba, podejmująca indywidualne decyzje, jak i społeczeństwo, które wybiera różne trendy myślowe, opcje polityczne, wzorce etyczne.

Wraz z rozwojem różnych dziedzin wiedzy o naturze ludzkiej pojawiają się nowe pytania. Dotyczą one inicjacji seksualnej, antykoncepcji, planowania rodziny, stosunku do niepłodności, aborcji, zapłodnienia in vitro, masturbacji, homoseksualizmu.

Niestety, większość rodziców nie pomaga dzieciom w kształtowaniu ich postaw – unika tej odpowiedzialności. Sami mają bowiem problem, by odnaleźć się w rzeczywistości tak dalece odmiennej od czasu ich dorastania. Nastolatkom można pomóc, pozwalając im stawiać pytania, a nawet prowokując do ich stawiania, wspólnie z nimi szukając dokładnych informacji, poznając poglądy innych ludzi, dyskutując z nimi i w jego obecności, obserwując świat i wnioskując.

Przy okazji także jako rodzice ugruntowujemy lub weryfikujemy swoje poglądy. Jeśli ograniczamy się do stwierdzenia „jestem za” albo „jestem przeciw” i okazania negatywnych emocji wobec osób mających odmienne zdanie, wówczas nie uczymy dziecka poszukiwania prawdy i argumentowania, nie wzmacniamy pewności siebie ani szacunku do innych.

Rodzice nie są nieomylni, ale stoi za nimi doświadczenie, większa wiedza życiowa i ukształtowane kryteria wartości. Nawet jeśli je zmieniają, to na ogół jest to łatwiejsze doświadczenie niż konstruowanie tego systemu od nowa. Dorośli mają punkty odniesienia, które ich dzieci dopiero tworzą.

Uświadamianie seksualne typowe dla wielu rodziców obecnych nastolatków sprowadzone było do:

- przestróg przed podjęciem współżycia seksualnego, którego konsekwencją mogą być kłopoty w postaci ciąży lub choroby;
- powierzchownych informacji o antykoncepcji i opatrzenia wszystkiego wychowawczym odwołaniem do odpowiedzialności.

Nie możemy usprawiedliwiać się tym, że nie wiemy, jak o tym mówić, nie możemy wymawiać się brakiem czasu lub przekonaniem, że dzieci i tak zawsze się jakoś „o tych sprawach” dowiadywały i będą się dowiadywać. Koszty tej edukacji bez pomocy matki lub ojca bywały bardzo wysokie.

Ważne jest, byśmy jako rodzice uświadomili sobie, że naprawdę mamy duży wpływ na dobre i szczęśliwe życie dzieci, na ich wybory, bezpieczeństwo w poruszaniu się w rozerotyżowanym świecie. Bliskim sojusznikiem w ich wychowaniu może być szkoła, z którą można porozumieć się i razem określić zasady współpracy.

Jeśli obie strony nie połączą sił, to bardzo szybko jako społeczeństwo odczujemy koszty przejęcia troski o nasze dzieci przez tych, którzy kapitał zbijają na kryzysie rodziny, a nie na jej wzmacnianiu.

4. Zakończenie

Rodzice mają ogromny, nieporównywalny z oddziaływaniem kogokolwiek innego, wpływ na własne dziecko.

Wpływ ten jest ograniczony – nie możemy wszystkiego ani doskonale ukształtować, ani całkowicie zepsuć.

Warto uświadomić sobie znaczenie rodzica w życiu dziecka.

Warto przyrzeć się własnym sposobom wspierania, by stosować je jeszcze skuteczniej.

Warto poznać własne i cudze błędy, by ich unikać.

Warto poznać poglądy innych, by lepiej rozumieć świat, w którym pomagamy odnaleźć się dziecku.

Warto się dowiedzieć, co sprawdza się u innych, by wypróbować to u siebie.

5. Z czym warto się zapoznać?

Literatury i informacji w Internecie poświęconych tzw. edukacji seksualnej jest sporo. Są to materiały przygotowane z myślą o różnych adresatach: dzieciach i młodzieży, rodzicach i wychowawcach. Poniżej polecamy te, które mają szczególnie dużą wartość praktyczną dla rodziców:

Babik Marek, (2013), ***Tato! Gdzie ja mam te plemniki? Dzieci pytają – rodzice odpowiadają***, Wyd. Rubikon, Kraków.

Książka jest praktycznym przewodnikiem o tym, jak rozmawiać z dzieckiem na temat jego seksualności. Zawiera wręcz gotowe scenariusze dyskusji o najczęściej nurtujących dzieci

i młodzież kwestiach. Pomaga również dorosłemu zrozumieć problematykę dziecięcej i młodzieńczej seksualności.

Joyeux Henri, (2011), *Szkoła życia i miłości. Dzieci i młodzież pytają, rodzice odpowiadają. Cztery rozmowy o ekologii seksualnej*, Wyd. Gaudium, Lublin.

Autor tej książki, wybitny francuski chirurg i onkolog, popularyzator ekologicznego stylu życia, prowadzi dialog z dziećmi i młodzieżą w wieku od 4 do 20 lat. Starszym dzieciom i młodzieży z pełną odpowiedzialnością można polecić tę książkę do samodzielnej lektury. Rodzicom i wychowawcom dostarcza ona praktycznych wskazówek co do prowadzenia rozmowy na trudne tematy związane z seksualnością dziecka i wychowanka. Zawiera nie tylko informacje – przede wszystkim skłania do refleksji nad zasadami dokonywania wyborów w tej sferze życia.

Warto zapoznać się z raportem dostępnym na stronie Stowarzyszenia Twoja Sprawa pt. [Odebrana niewinność](#), poświęconym seksualizacji dzieci i młodzieży, głównie dziewcząt, i opisującym metody radzenia sobie z tym zjawiskiem.

Pozostałe publikacje

Długołęcka A., (2012), *Zwykła książka o tym, skąd się biorą dzieci*, Wyd. Czarna Owieczka, Warszawa 2012.

Fields D., (1994), *Dorośli zbyt wcześnie*, Wyd. Vocatio, Warszawa 1994.

Kovacs H., Kaltenthaler B., (2007), *Moje dziecko potrzebuje reguł*,. Wyd. Jedność, Kielce 2007.

Vanni A., (2012), *Ojcowie obecni – dzieci szczęśliwe*, Wyd. W Drodze, Poznań 2012.

6. O Autorce

Anna Putyńska jest psychologiem szkolnym, nauczycielką wychowania do życia w rodzinie. W indywidualnej praktyce terapeutycznej zajmuje się problematyką relacji małżeńskich i rodzinnych, ciąży, porodu, prokreacji, a także wychowania i trudności szkolnych. Prowadzi spotkania z rodzicami, szkolenia dla nauczycieli, wychowawców. Była konsultantką ds. wychowania w Ośrodku Doskonalenia Nauczycieli, nadal współpracuje z tą instytucją.

