

GDY DZIECKO PYTA O SEKS

JAK PRZEKAZAĆ
DZIECKU „TE”
INFORMACJE?



FUNDACJA
EDUKACJI ZDROWOTNEJ
I PSYCHOTERAPII

Dobra edukacja nakłania, by wypróbować to, czego się nauczyliśmy, w praktyce. Oczekujemy tego przy nauce pisania, informatyki, pierwszej pomocy. Zastanów się, jakie są Twoje oczekiwania wobec edukacji seksualnej Twojego dziecka?

WAŻNE!

Pewnego dnia 10-letnia Ola wróciła ze szkoły roztrzęsiona, oświadczając rodzicom, że seks jest obrzydliwy i nigdy więcej nie chce mieć z tym nic wspólnego. Co się okazało? Wychowawczynie przypadkiem usłyszała uczennice dyskutujące o seksie. Rozmowa podczas godziny wychowawczej doprowadziła do rozszyfrowania zagadki: pewien chłopiec ze starszej klasy przynosi do szkoły na smartfonie pornografię sadomasochistyczną i pokazuje chętnym. Wychowawczynie kuła żelazo, póki gorące, i od ręki wyjaśniła, że prezentowane techniki nie są bynajmniej dominującym rodzajem aktywności seksualnej. Niestety, kilka detali opisała przy tym zbyt szczegółowo, wychodząc (niesłusznie) z założenia, że filmy te oglądali już wszyscy. Dla Oli, dziewczynki wrażliwej emocjonalnie, był to szok, bo ona nie widziała tych filmów.

Czy jest to opis wyjątkowo pechowego zbiegu okoliczności? Po części tak. Jednak nie jest to odosobniona historia. Podczas lekcji prowadzonej przez zewnętrznych edukatorów seksualnych trzynastoletek zadaje pytanie: jak poznać, że jest się gotowym na seks? Pani prowadząca z kpiącym uśmiechem odpowiada: „Kiedy będziesz umieć, bez buraka na twarzy, kupić

prezerwatywy”. Cała klasa zanosi się śmiechem, a chłopiec, kryjąc czerwoną twarz w dłoniach, siada zawstydzony w ławce.

Drodzy Rodzice!

Współczesne czasy stawiają szczególne wyzwania. Mamy dziś nieograniczony dostęp do pornografii w każdym smartfonie po kliknięciu „mam 18 lat”. Na to nakładają się rozerotyżowane przekazy w przestrzeni publicznej – na billboardach reklamowych oraz w teledyskach (z czym od lat walczy Stowarzyszenie „Twoja Sprawa”). Jakby było mało, część nauczycieli jest przekonana, że wczesne zapoznanie z tematem seksualności (w tym z różnorodnymi technikami seksualnymi i metodami antykoncepcji) jest najlepszym sposobem edukacji seksualnej.

I w tym całym chaosie mamy rodziców, którzy czują się zagubieni. Rozmowy z dziećmi o seksie nigdy nie były łatwe, bo to sprawa intymna. Obecne czasy, z inwazją seksualności w przestrzeni publicznej i edukacyjnej, jeszcze sprawę

komplikują. Niniejsza broszura ma za zadanie trochę Wam, Drodzy Rodzice, pomóc odnaleźć się w tym chaosie. Dla dobra naszych dzieci.



Bogna Biatecka, psycholog

prezes Fundacji Edukacji Zdrowotnej i Psychoterapii

ZAPRASZAMY DO POBRANIA DARMOWEJ WERSJI ELEKTRONICZNEJ:

www.edukacja-zdrowotna.pl/gdy-dziecko-pyta-o-seks/

JAKA EDUKACJA SEKSUALNA?

Wielu rodziców uważa, że to szkoła powinna być podstawowym źródłem wiedzy o seksualności człowieka. Ufają, że nauczyciele zrobią to naukowo, w sposób pozbawiony zabarwienia ideologicznego. Wydaje im się również, że w polskiej szkole brakuje edukacji seksualnej. A jak jest naprawdę?

OD LAT WYRÓŻNIA SIĘ TRZY TYPY EDUKACJI SEKSUALNEJ:

TYP A – SEKS JAKO WYRAZ MIŁOŚCI

Wychowanie do samokontroli seksualnej, umiejscawiające seks w trwałym związku małżeńskim. Według tego podejścia współżycie seksualne jest dopełnieniem relacji i wyrazem miłości. Możliwość przekazywania życia przedstawia się jako wartość.

W Polsce istnieje jako wychowanie do życia w rodzinie. Lekcje realizowane są przez nauczycieli zgodnie z podstawą programową zaakceptowaną przez Ministerstwo Edukacji i Nauki.



TYP B – BIOLOGIA SEKSU

Biologiczna edukacja seksualna. Czysto techniczne, suche przedstawienie faktów biologicznych i fizjologii układu rozrodczego oraz prokreacji.

W Polsce pojawia się na przykład w podręczniku do przyrody dla klasy czwartej szkoły podstawowej w dziale poświęconym rozmnażaniu i rozwojowi człowieka.



TYP C – SEKS JAKO PRZYJEMNOŚĆ

Złożona edukacja seksualna zawierająca informacje biologiczne oraz propagująca metody antykoncepcyjne, zmniejszające też ryzyko chorób wenerycznych. Aborcja traktowana jest tu jako neutralny sposób rozwiązania problemu niechcianej ciąży. Według tego podejścia seks jest przyjemnością, niekoniecznie związaną z relacją z drugą osobą.

W Polsce te zajęcia nie mają zatwierdzonej przez MEiN podstawy programowej. Programy są realizowane w niektórych szkołach przez organizacje zewnętrzne, a finansowane przez samorządy lub zagraniczne instytucje.



EDUKACJA CZYSTO BIOLOGICZNA JEST ZASADNICZO NEUTRALNA, PRZEDSTAWIA FAKTY DOTYCZĄCE UKŁADU ROZRODCZEGO CZŁOWIEKA I SPOSOBU JEGO FUNKCJONOWANIA. NIE DAJE JEDNAK WSKAZÓWEK, JAK PODEJMOWAĆ ROZSĄDNE DECYZJE W TEJ SFERZE. PRAWDZIWIWY KONTRAST WYSTĘPUJE MIĘDZY EDUKACJĄ TYPU A I TYPU C.

WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE – EDUKACJA SEKSUALNA TYPU A

Seksualność jest przedstawiona w kontekście człowieczeństwa, jako element harmonijnie współistniejący ze sferą fizyczną, emocjonalną, intelektualną i duchową:

- 👍 jako model pokazuje trwały związek monogamiczny, oparty na miłości, wierności i szacunku
- 👍 promuje małżeństwo – trwały związek mężczyzny i kobiety
- 👍 nie promuje związków seksualnych przedmażeńskich i pozamażeńskich
- 👍 traktuje współżycie seksualne jako wyraz miłości
- 👍 traktuje dzieci jako naturalne dopełnienie małżeństwa
- 👍 uczy, jak rodzina może tworzyć dla dzieci środowisko miłości i rozwoju
- 👍 akceptuje naturalne planowanie rodziny, odrzucając antykoncepcję i aborcję
- 👍 uczy, jak uzyskać kontrolę nad swoimi impulsami seksualnymi
- 👍 promuje rozwój samowychowania.



WAŻNE!

Edukacja seksualna typu A stawia na unikanie ryzyka (ang. *risk avoidance*) – czyli z jednej strony pokazuje, dlaczego warto, będąc nastolatkiem, zachować wstrzeźliwość seksualną, a z drugiej daje konkretne wskazówki, jak unikać angażowania się w ryzykowne zachowania seksualne.

PERMISYWNA EDUKACJA SEKSUALNA – TYPU C

Seksualność jest ukazywana jako popęd, który wymyka się spod kontroli i musi zostać zaspokojony. Z tego powodu niezwykle ważne jest koncentrowanie się na sposobach minimalizacji szkodliwych czy niepożądanych skutków ulegania popędowi. A zatem edukacja seksualna typu C:

- 👎 seks przedstawia jako przyjemną aktywność, rodzaj rozrywki, w oderwaniu od miłości i więzi
- 👎 promuje związki seksualne przedmażeńskie i pozamażeńskie
- 👎 uznaje za normalny każdy rodzaj seksu, pod warunkiem że odbywa się on za zgodą wszystkich osób w nim uczestniczących (łącznie z seksem grupowym czy sadomasochistycznym)
- 👎 zdolność do samokontroli w sferze seksualnej uznaje za fikcję, dlatego kładzie nacisk na naukę zmniejszania ryzyka związanego ze współżyciem, promując:
 - antykoncepcję
 - aborcję
 - używanie kondomów w celu zmniejszenia prawdopodobieństwa choroby wenerycznej
- 👎 akceptuje prostytucję jako pracę zarobkową
- 👎 wykorzystuje materiały pornograficzne do celów edukacyjnych.

Skutkiem tego modelu edukacji jest seksualizacja, obniżenie wieku inicjacji seksualnej oraz zwiększenie liczby ciąży u nastolatków, a także wzrost ryzyka chorób przenoszonych drogą płciową (1).

Jest to wynikiem nastawienia na ograniczanie problemów związanych z podejmowaniem zachowań seksualnych zamiast profilaktyki (tzw. *harm reduction*).

WAŻNE!



PERMISYWNA EDUKACJA W PRAKTYCE

EDUKACJA TYPU C W STANDARDACH ZALECANEJ EDUKACJI

Najważniejsze postulaty edukacji seksualnej spisane są w *Standardach edukacji seksualnej w Europie*, które stanowią podstawowy wyznacznik edukacji seksualnej w ujęciu C. Każdy rodzic powinien zapoznać się z nimi w całości (2). Poniżej przytaczamy kilka szczególnie istotnych postulatów:

- 👉 dzieci powinny być poddane edukacji seksualnej już przed 4. rokiem życia, co obejmuje informacje o masturbacji i jej metodach
- 👉 między 6. a 9. rokiem życia dzieci powinny poznać różne metody antykoncepcji
- 👉 między 9. a 12. rokiem życia dziecko powinno nauczyć się „skutecznie stosować prezerwatywy i środki antykoncepcyjne w przyszłości” oraz powinno umieć „brać odpowiedzialność za bezpieczne i przyjemne doświadczenia seksualne”
- 👉 między 12. a 15. rokiem życia dziecko powinno umieć samo zaopatrywać się w antykoncepcję
- 👉 powyżej 15. roku życia należy dziecku dodatkowo wpoić „krytyczne podejście do norm kulturowych/religijnych w odniesieniu do ciąży, rodzicielstwa itp.”



(1) Patrz: Szymon Grzelak, *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, Rubikon, Kraków 2009.

Miriam Grossman M.D., *You're Teaching My Child What?: A Physician Exposes the Lies of Sex Ed and How They Harm Your Child*, Regency Publishing, Washington DC 2009.

Natalia Ejtminowicz, Katarzyna Urban, Antoni Zięba (red.), *Ekologia prokreacji, Vademeum*. Polskie Stowarzyszenie Obrońców Życia Człowieka, Kraków 2016.

(2) Biuro Regionalne WHO dla Europy i BZgA, *Standardy edukacji seksualnej w Europie. Podstawowe zalecenia dla decydentów oraz specjalistów zajmujących się edukacją i zdrowiem*, 2010.

Zalecany i obowiązujący już w wielu krajach program edukacji seksualnej nie tylko informuje dzieci o budowie i funkcjach narządów rozrodczych, ale uczy dzieci seksualnego pobudzania się, na przykład podając różne informacje w formie instrukcji.

EDUKACJA SEKSUALNA TYPU C OCZAMI LEKARZA

„Rodzice muszą zrozumieć, co dzieje się w sali szkolnej. Prawda biologiczna – seks analny jest zbyt niebezpieczny, by go uprawiać – zostaje uciszona, ponieważ jest sprzeczna z ideologią »wszystko, co dzieje się za zgodą obu partnerów seksualnych, jest dobre«. Jak zawsze, gdy z jednej strony mamy zdrowie, a z drugiej tzw. wolność seksualną, zwycięża wolność seksualna. Dzieciaki są zachęcane do eksplorowania swojej seksualności i zostają precyzyjnie poinformowane, w jaki sposób to robić. Z błogostawieństwem ekspertów idą grać w piłkę na autostradę. Zamiast jasnych komunikatów, opartych na nauce, dostają lekcje »jak się zabezpieczyć« oraz dyskusje o homofobii. Główny przekaz to »pamiętaj o prezerwatywie, a wszystko będzie dobrze«. A my się zastanawiamy, dlaczego w 25 lat po wybuchu epidemii HIV epidemia ma się świetnie”.

dr Miriam Grossman (3)

PRZYKŁADY EDUKACJI TYPU C W POLSCE

Przykładem mogą być wydane w Polsce książki *Wielka księga cipek* (4) oraz *Wielka księga siusiaków* (5), zalecane przez niektórych psychologów jako pomoc edukacyjna już dla przedszkoli. Zawierają one m.in. następujące treści „edukacyjne”:

„Pytanie: Czy brandzlowanie się [masturbowanie się] kilka razy dziennie jest niebezpieczne?
Odpowiedź: Nie, w żadnym wypadku nie jest niebezpieczne. Możesz onanizować się tak często, jak zechcesz. Dopóki ci to sprawia przyjemność, nie ma problemu”.

„Warto wiedzieć, co się robi z kondomem, choć masz przed sobą jeszcze kilka lat, zanim zaczniesz uprawiać seks. Wyciśnij z czubka kondomu powietrze. Włóż go na żołądek, nie podciągając napletka. Kiedy włożysz kondom do końca, podnieś napletek. Ostrożnie wyjmij kondom z opakowania, żeby go nie uszkodzić paznokciami lub zębami”.



(3) M. Grossman, op. cit., s. 101 (tłumaczenie własne).

(4) Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2016.

(5) Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2016.

Innym podręcznikiem polecanym przez polskich edukatorów seksualnych jest książka pod tytułem *100% mnie* (6), zawierająca ilustracje szczegółowo przedstawiające rozmaite pozycje i techniki seksualne. Między innymi seks oralno-analny.





Kolejnym przekazem mogącym popchnąć młodego czytelnika w kierunku ryzykownych zachowań seksualnych jest informacja, że moment rozpoczęcia współżycia seksualnego zależy od indywidualnego wyboru człowieka i nie ma tutaj zdecydowanej granicy wieku.

Taki rodzaj edukacji seksualnej nie służy młodym ludziom. Dawanie instruktaży czynności seksualnych, traktowanie seksualności człowieka jako rozrywki czy eksperymentu to postępowanie, na które psychika dziecka i młodego człowieka nie jest gotowa. Przeczy to podstawowym prawidłom psychologii rozwoju. Idąc krok dalej, można nawet stwierdzić, że jest to epatowanie seksem, a to mieści się w pojęciu nadużycia seksualnego.

WAŻNE!

SKUTKI WCZESNEJ INICJACJI SEKSUALNEJ

Rozpoczęcie współżycia seksualnego w zbyt młodym wieku może mieć katastrofalne skutki dla dalszych losów człowieka (7):

-  niska samoocena
-  depresja
-  próby samobójcze
-  wchodzenie w zachowania ryzykowne, w tym podejmowanie współżycia z wieloma partnerami.



(6) Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2013.

(7) Wiktoria Wróblewska, *Psychospołeczne i demograficzne następstwa wczesnej inicjacji seksualnej nastolatków*, „Borgis – Nowa Medycyna”, nr 4/2007, s. 85-91.

WARTO WIEDZIEĆ:

Stosowanie w szkołach w Wielkiej Brytanii edukacji seksualnej typu C wiązało się z wysokim wskaźnikiem ciąży wśród nastolatek (proporcjonalnie trzykrotnie więcej niż w Polsce). Po wielu latach podjęto eksperyment z wycofaniem tej edukacji i zanotowano istotny statystycznie spadek liczby aborcji i chorób wenerycznych u nastolatek, co zdumiało samych autorów badań (8).



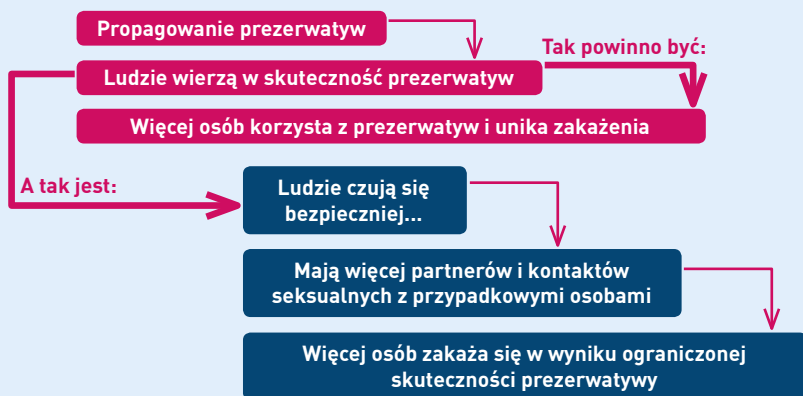
WNIOSEK

Zawsze pokazujemy seks jako wyraz miłości w trwałym związku dorosłych osób. Nie jako obszar zabawy czy eksperymentów dla dzieci i nastolatków!

PROBLEM ZAWODNOŚCI ANTYKONCEPCJI

W jakim stopniu kondomy chronią przed HIV/AIDS czy chorobami wenerycznymi? Niestety, w ograniczonym zakresie. Jednak – co już udowodniono – nadmierna ufność w skuteczność antykoncepcji powoduje, że młodzież staje się bardziej skłonna do ryzykownych zachowań seksualnych. Wydaje im się, że kondom daje 100-procentowe zabezpieczenie (9).

MECHANIZM PORAŻKI PROFILAKTYKI HIV/AIDS OPARTEJ NA PROPAGOWANIU PREZERWATYW



J. Richens, J. Imrie, A. Copas (2000), *Condoms and seat belts: the parallels and the lessons*, „The Lancet”, No. 355, s. 400-403.

Warto też podkreślić, że nastolatki nie powinny korzystać z hormonalnych i chemicznych metod antykoncepcji. Ich układy hormonalny i immunologiczny są niedojrzałe i ten typ antykoncepcji może nieść ze sobą poważne negatywne konsekwencje zdrowotne (10); w tym podatność na depresję, jak dowodzą najnowsze badania (11).

(8) Dawid Paton, Liam Wright, *The effect of spending cuts on teen pregnancy*, „Journal of Health Economics”, No. 54/ 2017, s. 135-146.

(9) John Richens, John Imrie, Andrew Copas, *Condoms and seat belts: The parallels and the lessons*, „Lancet”, No. 355/2000, s. 400-403.

(10) Patrz: Lucja Jarczewska (red.), *Szkodliwość doustnej antykoncepcji hormonalnej*, Medipage, Warszawa 2015; Miriam Grossman 2009.

(11) Christine Anderl, Li Gu, Frances Chen, *Oral Contraceptive Use in Adolescence Predicts Lasting Vulnerability to Depression in Adulthood*, „Journal of Child Psychology and Psychiatry”, No. 61(2)/2020, s. 148-156.

CO MOŻEMY ROBIĆ JAKO RODZICE?

Pytania, które musi zadać sobie każdy rodzic:

- Każde dziecko rozwija się indywidualnie i ma różne problemy. Czy nauczyciel lub edukator będzie w stanie odpowiedzieć na problemy każdego z dzieci, nie naruszając jego wrażliwości?
- Kto lepiej niż Ty zna Twoje dziecko?
- Czy nawet najlepiej zorganizowane zajęcia z edukacji seksualnej odpowiedzą w pełni na potrzeby i pytania Twojego dziecka?
- Czy chcesz, żeby w kwestii ściśle związanej z systemem wartości instruował Twoje dziecko edukator uznający każdy rodzaj przygodnego seksu (byłe z użyciem prezerwatywy i za zgodą wszystkich stron) za zdrowy i pożądany?

TWOJE DZIECKO CI UFA...

To Ty jako rodzic masz wpływ na to, jak Twoje dziecko postrzega seks – porozmawiaj z nim już teraz!

Dzięki rozmowie z Tobą dziecko:

- dowie się, że seks jest wyrazem miłości i czułości, ale wiąże się z odpowiedzialnością
- nie będzie szukać informacji na własną rękę w internecie i uniknie wulgarnych pornograficznych obrazów oraz molestowania seksualnego online
- nie trafi na przypadkowe osoby, które mogą zaszkodzić jego rozwojowi, zniszczyć jego wrażliwość oraz obrzydzić mu seksualność.



NIE POZWÓL, ABY PIERWSZĄ ŻYCIOWĄ LEKCJĘ O SEKSUALNOŚCI, DOJRZEWANIU I MIŁOŚCI TWOJE DZIECKO OTRZYMAŁO OD OSÓB POSTRONNYCH, KTÓRYCH WIEDZA I INTENCJE MOGĄ BYĆ SZKODLIWE.

JAK ROZMAWIĄĆ?

Normalnie. Jak o każdej innej ważnej rzeczy. Dla dziecka mniejszego odpowiedź rodzica jest jedyna i prawdziwa. Cokolwiek mu powiesz – uwierzy. Sprawa komplikuje się w momencie dorastania, kiedy to poglądy dziecka zaczyna kształtować grupa rówieśnicza oraz media. W rozmowie z nastolatkiem potrzebujesz konkretnych argumentów. Znajdziesz je w polecanej przez nas literaturze.

Kiedy pomożemy dziecku? Kiedy damy mu poczucie bezpieczeństwa, zaufania i miłości, a nie wiedzę pod tytułem „jak to się robi?”. Dziecko będzie dawało sobie radę z presją seksualną, gdy rodzice postawią na mądre zdystansowanie się od tematu, nawet z nutą humoru.

WAŻNE ZASADY ROZMAWIANIA Z DZIECKIEM O SEKSUALNOŚCI:

1. Rodzic powinien być o dwa kroki przed „resztą świata” w objaśnianiu spraw seksualności.
2. Mówimy dziecku zawsze prawdę.
3. Jeśli czegoś nie wiemy lub nie wiemy, jak o tym powiedzieć – nie zmyślamy.
4. Nie zbywamy, nie wyśmiewamy, nie kpimy.
5. Informację dostosowujemy do wieku dziecka. Najlepiej zachęcać do pytań i uważać, by nie przeholować (za dużo zbyt szczegółowych informacji naraz).
6. Używamy słów zrozumiałych dla dziecka.
7. Im młodsze dziecko, tym krótszy komunikat. Bądź jednak otwarty na pytania.
8. Pytania o treści seksualne traktujemy równie spokojnie, jak pytania o budowę traktora.
9. Informujemy o zagrożeniach w sposób prawdziwy i z troską, nie strasząc naginanymi argumentami.
10. Dbamy o to, by inni ludzie, którzy pomagają nam wychowywać dziecko, wzmacniali nasz przekaz, a nie go podważali (12).



WAŻNE!

PODSTAWOWE ZASADY ROZMOWY Z DZIECKIEM O SEKSUALNOŚCI:

„To, co dobre, piękne, naturalne, powinno stanowić fundament – to, co trudne, złe, nieuporządkowane, jest wyjaśniane w drugiej kolejności i w odniesieniu do »dobrego fundamentu«”.

DR SZYMON GRZELAK, „DZIKI OJCIEC”, W DRODZE, POZNAŃ 2019, S. 178

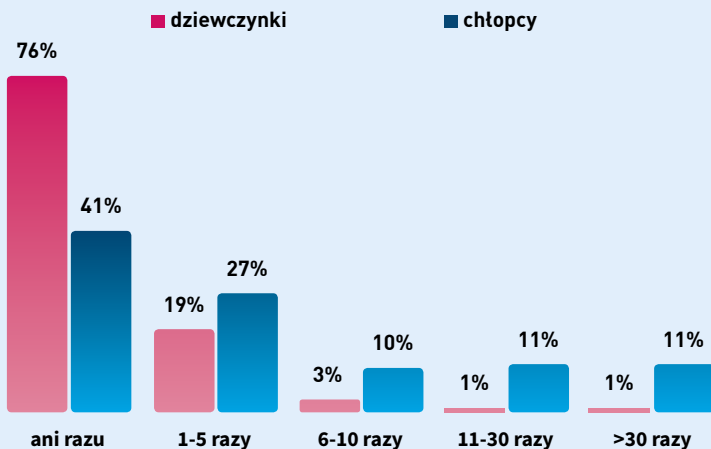
DLACZEGO TRZEBA NAUCZYĆ SIĘ ROZMAWIANIA O SEKSUALNOŚCI?

AMATORSKA EDUKACJA SEKSUALNA – PROBLEM PORNOGRAFII

Czy chcesz, by Twoje dziecko zdobywało wiedzę o seksualności człowieka na własną rękę, na przykład oglądając pornografię internetową?

Choć wielu rodziców nie chce o tym słyszeć, nie można chować głowy w piasek. Każde dziecko mające dostęp do internetu może łatwo trafić na materiały pornograficzne. Jest to łatwiejsze wówczas, gdy zacznie samo aktywnie poszukiwać informacji o seksie, bo rodzice nie chcą z nim o tym rozmawiać.

CELOWE OGLĄDANIE PORNO W CIĄGU OSTATNICH 30 DNI



Aż 59% chłopców w wieku 14-15 lat celowo ogląda pornografię co najmniej raz w miesiącu, w tym 11% codziennie lub co dwa dni, a kolejnych 11% nawet kilkakrotnie w ciągu dnia. Problem ten dotyczy też 24% dziewcząt (13).

Część dorosłych nie uważa kontaktu dziecka z pornografią za tragedię. Mają w pamięci własne doświadczenia z dzieciństwa, na przykład podglądanie zdjęć z czasopism erotycznych.

Trzeba jednak zdać sobie sprawę z następujących faktów:

- dostępna w internecie pornografia jest coraz bardziej drastyczna i perwersyjna
- preferencje seksualne osób oglądających pornografię kształtują się pod jej wpływem, a większość filmów porno zawiera przemoc seksualną wobec kobiet
- oglądanie brutalnego porno powoduje, że zaczynamy myśleć, iż przemoc seksualna jest normą.

**WIĘCEJ INFORMACJI ZNAJDZIESZ TU:
WWW.SOS.PYTAM.EDU.PL – DZIAŁ: ARTYKUŁY, WPŁYW NA RELACJE**

(13) Praca zbiorowa Podsumowanie literatury i badań naukowych wskazujących na negatywne konsekwencje korzystania z pornografii w kontekście ochrony dzieci i młodzieży, Stowarzyszenie „Twoja Sprawa”, Warszawa 2017, s. 7.

Współczesna pornografia różni się od dostępnej jeszcze kilkanaście lat temu. Staje się coraz bardziej drastyczna, okrutniejsza i coraz bardziej poniżająca. Dostępna jest za darmo, w każdej chwili. Wystarczy smartfon. W konsekwencji ma duży potencjał uzależniający. Można ją bez przesady porównać do kokainy na kliknięcie (14).

WAŻNE!

CZEGO POTRZEBUJE TWOJE DZIECKO W ZAKRESIE WIEDZY O SEKSUALNOŚCI?

W życiu człowieka następują określone etapy rozwojowe, w których kolejno kształtują się nasze zainteresowania. Przypomnijmy sobie widok małego dziecka wkładającego różne przedmioty do ust i rzucającego je potem na ziemię, aby sprawdzić, jaki wydadzą odgłos. Byłoby trudno nam żyć, gdybyśmy jako dorośli zachowywali się tak samo.

Podobnie w normalnym, niezaburzonym rozwoju następują charakterystyczne okresy większego i mniejszego zainteresowania sferą seksualną.

Erik Erikson (psychoanalityk i psycholog) twierdzi, że każdy etap rozwojowy człowieka niesie ze sobą określone zadania.



Okres przedszkolny związany jest z kształtowaniem inicjatywy. Dziecko uczy się wówczas rozumieć najbliższe otoczenie, podstawowe prawa moralne, samodzielnie funkcjonować. W kontaktach z rówieśnikami uczy się asertywności, pomagania, wymiany, dzielenia się. Odkrywa też wtedy różnice między płciami, ale interesuje się nimi głównie pod kątem odpowiedzi na pytanie: „Co to znaczy być dziewczynką, chłopcem?”.



W okresie wczesnoszkolnym nabywa poczucia kompetencji. To czas, w którym rodzi się potrzeba posiadania autorytetu, umiejętności i wiedzy. Dziecko z chęcią się wtedy uczy, gra w gry zespołowe, nabywa poczucia własnej wartości. Najchętniej przebywa wówczas w towarzystwie własnej płci. Tematyka seksualności w tym okresie może budzić w nim wręcz niesmak.



Nastolatek przede wszystkim poszukuje własnej tożsamości. Może się buntować, testować granice, jednak dorośli są dla niego źródłem wsparcia i wartości moralnych. Grupa rówieśnicza z kolei jest dlań źródłem identyfikacji. Młody człowiek tworzy w tym czasie zręby własnego światopoglądu. Jednocześnie pod wpływem dojrzewania hormonalnego budzi się w nim wtedy większe niż dotychczas zainteresowanie seksualnością.

(14) www.edukacja-zdrowotna.pl/porno-kokaina-na-klikniecie-konferencja-2018/
www.sos.pytam.edu.pl

Dziecko, które ogląda pornografię, albo uległo seksualizacji może koncentrować swoje zainteresowania na tematyce seksualnej. Zwykłe zadania rozwojowe schodzą wówczas na dalszy plan, pojawia się fiksacja na punkcie seksualności, poważnie zaburzająca rozwój (15).

KAŻDE DZIECKO JUŻ W WIEKU PRZEDSZKOLNYM POWINNO USŁYSZEĆ OD RODZICÓW:

- Jedyłą osobą, która może oglądać twoje części intymne (czyli te, które zaścianiamy bielizną) lub ich dotykać, jest lekarz – za zgodą rodziców.
- Jeżeli inne dziecko cię prosi, żeby pokazać mu części intymne, powiedz mu, że takich rzeczy się nie robi, a potem porozmawiaj o tym z tatą lub mamą.
- Jeżeli dorosły pokazuje ci własne części intymne, prosi by ich dotknąć, lub chce zobaczyć lub dotknąć twoich części intymnych – powiedz „nie” i albo ucieknij w miejsce, gdzie są inni ludzie, albo krzycz najgłośniejszym głosem, jak potrafisz, by ich zaalarmować. Natychmiast potem powiedz o tym zaufanemu dorosłemu, np. tacie, mamie czy wychowawczyni.

WAŻNE!



Rozmowę taką warto powtarzać.

CO INTERESUJE DZIECI W ZAKRESIE SEKSUALNOŚCI?

- Dzieci przedszkolne są zainteresowane różnicami w budowie dziewcząt i chłopców. Różnice te można wyjaśniać, podkreślając równocześnie prywatność miejsc intymnych – tłumacząc, że części intymne to te, które zakrywamy bielizną i nie pokazujemy ich innym.
- Dzieci przedszkolne mogą otrzymać podstawowe informacje o tym, skąd się biorą dzieci.
- Dzieci szkolne interesuje biologia związana z seksem i prokreacją, np. jak dziadzius dostał się do brzucha mamy, czy jak się odżywia.
- W wieku szkolnym dziecko potrzebuje poznać poprawne, niewulgarnie nazwy określające miejsca intymne.
- Nastolatki powinny otrzymać dużo więcej informacji na temat seksu, płciowości i prokreacji. Mają potrzebę zrozumienia odczuć seksualnych budzących się w ciele wskutek zmian hormonalnych. Potrzebują też wiedzy o tym, jak odczucia seksualne wpisują się w resztę życia – w zakochanie, miłość, relacje, system wartości itd.

OSÓ CZASOWA KLUCZOWYCH PYTAŃ O SEKSUALNOŚĆ



(15) Ewa Rżysko (red.), *Odebrana niewinność*, Stowarzyszenie „Twoja Sprawa”, Warszawa 2013.
Bogna Białecka, *Dlaczego porno dla nastolatka to trucizna?*, <https://sos.pytam.edu.pl/artykuly/neurobiologia-uzaleznienia/27-dlaczego-pornografia-dla-nastolatka-to-trucizna> [data dostępu: 29.03.2021].

PRAWA RODZICÓW

KONSTYTUCJA RP ZAPEWNIĄ RODZICOM PIERWSZEŃSTWO W WYCHOWANIU DZIECI

Rodzice mają prawo do wychowania dzieci zgodnie z własnymi przekonaniami. Wychowanie to powinno uwzględniać stopień dojrzałości dziecka, a także wolność jego sumienia i wyznania oraz jego przekonania.

(Konstytucja RP, art. 48, ust. 1)



PRAWO OŚWIATOWE

System oświaty zapewnia w szczególności:

- wspomaganie przez szkołę wychowawczej roli rodziny.

(Ustawa o systemie oświaty,
7 września 1991 r. art. 1, ust. 2)

JAK OCHRONIĆ DZIECI PRZED UDZIAŁEM W NIEBEZPIECZNYCH ZAJĘCIACH?

- Rodzicu, pamiętaj, że to Ty masz pierwszeństwo w wychowaniu seksualnym swoich dzieci!
- Nie daj sobie wmówić, że w wyniku Twojej decyzji dziecko zostanie pozbawione wiedzy, np. na temat ludzkiej płciowości – pozna ją na lekcjach biologii oraz na zajęciach z wychowania do życia w rodzinie, dla których została ustalona podstawa programowa.
- Złóż u dyrekcji szkoły rodzicielskie oświadczenie wychowawcze, że nie zgadzasz się na udział dziecka w takich zajęciach bez Twojej zgody (16).
- Angażuj się w życie szkoły i działalność rady rodziców – pytaj o zajęcia dodatkowe i organizacje zewnętrzne działające na terenie szkoły.
- Możesz skorzystać z oferty szkoły, posyłając dziecko na zajęcia wychowanie do życia w rodzinie (WDŻ). Jednak w sytuacji, gdy dyrektor szkoły nie zorganizował spotkania rodziców z nauczycielem WDŻ, domagaj się, by to zrealizował. Dowiedz się wówczas, z jakiego programu nauczyciel będzie korzystał, jakie ćwiczenia i pomoce dydaktyczne zaprezentuje na lekcjach oraz z jakich podręczników będą korzystali uczniowie.
- Zabiegaj u dyrekcji szkoły lub u władz samorządowych o dofinansowanie wartościowych programów wspierających rozwój dzieci, takich jak m.in. Archipeląg Skarbów czy Cuder (17).
- Poinformuj innych rodziców o zagrożeniach, np. przekazując im niniejszą broszurę. Działajcie wspólnie!

(16) Patrz np.: <https://stop-seksualizacji.pl/images/oswiadczenie.pdf>

(17) Patrz: <https://www.program.archipelagskarbow.eu>
<http://cuder.pl/produkt/program-profilaktyki-zintegrowanej-cuder-pelna-wersja/>



W PRZYPADKU GDY PROBLEM JUŻ ZAISTNIAŁ:

- Jeżeli Twoje dziecko wraca ze szkoły zaniepokojone lub roztrzęsione, delikatnie wypytaj je o powód niepokoju. Jeśli podczas zajęć doszło do przekazania szkodliwych treści, masz prawo zgłosić problem dyrekcji.
- Jeśli reakcja dyrekcji jest niesatysfakcjonująca, możesz się z tym zwrócić do swojego Kuratorium Oświaty.

STANOWISKO KOŚCIOŁA KATOLICKIEGO W SPRAWIE EDUKACJI SEKSUALNEJ

„W epoce, w której płciowość ludzka została odarta z tajemnicy, rodzice powinni być uważni i unikać w swoim nauczaniu, jak i w przyjmowaniu pomocy ze strony innych banalizującego i lekceważącego traktowania płci. W szczególności powinno się zachować głęboki szacunek dla różnicy istniejącej między mężczyzną a kobietą” (18).

„Kościół stanowczo sprzeciwia się pewnej, często rozpowszechnianej formie informowania o życiu seksualnym w oderwaniu od zasad moralnych, która nie jest niczym innym, jak wprowadzeniem do doświadczenia przyjemności i bodźcem skłaniającym — już w latach niewinności — do utraty pogody ducha, otwierając drogę do zepsucia” (19).

(18) *Ludzka płciowość: prawda i znaczenie*, Papieska Rada ds. Rodziny 1996, nr 122.1

(19) Jan Paweł II, *Familiaris consortio*, nr 37.

NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA (FAQ)

FAQ: A może to lepiej, że sprawy seksualne wyjaśni mojemu dziecku bez skrupowania fachowiec? Boję się, że przez swój wstyd sprawię, że dziecko będzie uważało seks za coś złego.

To zawstydzenie może być Twoim atutem. Ważna jest szczerłość rodzica. Dziecko, widząc, że temat seksualności jest dla Ciebie krępujący, przy odpowiednim wyjaśnieniu zaczyna rozumieć, że to sprawa intymna. A zatem nawet jeśli jesteś skrupowany(-a) tematyką, ale na poważnie i na spokojnie ją tłumaczysz, wygrasz. Uczysz dziecko, że seks to coś, co dzieje się między dwiema kochającymi się osobami, a nie temat luźnych rozmów ze znajomymi. Uczenie intymności jest dobrym podejściem. Zauważ, że większość z nas, choć bez wahania pochwali się np. tym, że żona czy mąż przygotowali doskonały obiad, nie będzie się chwalić przed znajomymi liczbą orgazmów uzyskanych poprzedniego wieczoru. Sprawność seksualna żony/męża to sprawa intymna.

Kiedy seksualność omawia pozbawiony poczucia granic seksedukator, dziecko może być zawstydzone przez niego za próbę ochrony swojej intymności. Z kolei wchodzenie w tajniki różnych technik seksualnych może właśnie powodować poczucie obrzydzenia seksem.

FAQ: Czy odradzając dziecku masturbowanie się i eksperymenty seksualne, wpędzam je w nerwicę, każąc mu tłumić odczucia seksualne i ucząc je, że seks jest obrzydliwy?

Wszystko zależy od tego, JAK to zrobisz. Anegdotyczne straszenie, że „od masturbacji się ślepnie” – jest przykładem, jak tego nie robić.

Podstawą jest zrozumienie, że popęd seksualny różni się od innych popędów. Jeśli jesteś głodny i nic nie będziesz jeść, to w końcu umrzesz. Tak samo umrzesz bez picia i bez oddychania. Jednak jeśli czujesz napięcie seksualne i go nie rozładowujesz ani nie będziesz go podsycać, z czasem ono osłabnie i zniknie (do momentu, gdy pojawi się kolejny rozbudzający bodziec seksualny).

Najlepszą reakcją na pojawiające się pobudzenie seksualne jest zauważenie go, bez większych emocji (to zjawisko naturalne), i spokojne zajęcie się czymś innym, skupienie uwagi na zwykłych sprawach, zadaniach (pomocny może być tu sport, np. poranne bieganie). Tłumienie polega na koncentracji na napięciu seksualnym i próbie (często emocjonalnej), zlikwidowania tego odczucia. To podejście „boję się tego, co odczuwam, i na siłę staram się to w sobie zdusić” rzeczywiście ma cechy nerwicowe.

Proszę zauważyć, że nie boimy się znerwicowania dziecka, ucząc je samokontroli w innych obszarach życia. Czy ucząc dziecko, aby najpierw zjadło obiad, a później deser – wpędzamy je w nerwicę?

Samokontrola jest nam potrzebna praktycznie w każdym momencie życia, a ucząc dziecko, że na seks jest właściwe miejsce i czas, uczymy go panowania nad tym popędem. Tylko seksoholik jest zniewolony i nie ma kontroli nad swoim popędem seksualnym.

FAQ: Mimo wszystko uważam temat za krępujący i wolę, żeby poruszał go ktoś obcy, kto potrafi mówić o seksie bez pruderii. Co w tym złego?

Seksedukatorzy pracujący w modelu edukacji seksualnej typu C utrzymują, że jedynie przekazują informacje dotyczące seksualności, w sposób dostosowany do wieku odbiorcy. Pamiętajmy jednak,

że w tym modelu już sześćdziesięcioletnie dzieci uczone są, iż „akceptowalny seks” następuje za zgodą obu stron i że ta zgoda wystarczy. Dwunastoletnie dzieci z kolei uczone są „negocjowania przyjemnego i bezpiecznego seksu”. Ten przekaz wprost mówi, że nieletni może wyrazić zgodę na akt seksualny.

Jednym z elementów groomingu, czyli procesu uwodzenia dziecka przez pedofila, jest oswajanie go z materiałami pornograficznymi i przekonywanie, że uprawianie seksu przez nieletnich jest normalne, naturalne i wszyscy to robią. Dziecko, które w ramach zajęć „edukacyjnych” zostaje nauczone mówienia o seksualności bez żadnego skrępowania, zachęcone do podejmowania eksperymentów seksualnych oraz oswojone ze zdjęciami lub filmami przedstawiającymi narządy płciowe lub akt kopulacji, staje się łatwą ofiarą pedofila.

Zupełnie czym innym jest przekazywanie dzieciom, że seks jest dla osób dorosłych, dojrzałych.

FAQ: Co jest złego w tym, że ośmiolatek pozna środki antykoncepcyjne czy nauczy się zakładania prezerwatywy? Przecież to mu się może już za kilka lat przydać i przynajmniej będzie miał to przećwiczone.

Podstawą edukacji jest dostosowanie jej do wieku. Czy uczymy dzieci kierowania samochodem? Nie, bo są za małe. Mają zbyt krótkie nogi, ręce, tułów. Uczymy ich za to zasad ruchu drogowego: jak przechodzić przez jezdnię, kto ma pierwszeństwo. To wiedza i umiejętności dostosowane do ich potrzeb i etapu rozwoju. Tak samo powinno być z edukacją seksualną. Przekazujemy wiedzę, która na danym etapie rozwoju jest zrozumiała i potrzebna. Odpowiadamy na pytania dzieci, nie wchodząc w niezrozumiałe i zbędne (czy wręcz szkodliwe) dla nich na danym etapie detale.

W niezaburzonym rozwoju pytaniem ośmiolatka będzie „Czy dzidzius w brzuchu mamy oddycha?” lub „Jak dziewczyny siusiąją?”, a nie „Czym się różni prezerwatywa do stosunku genitalnego od tej do stosunku analnego?”.

FAQ: Zarzucacie seksedukatorem pokazywanie dzieciom pornografii. Przecież nawet w tych przypadkach, kiedy pokazuje się w celach edukacyjnych zdjęcia genitaliów czy nagrania technik seksualnych, nie można tego nazwać pornografią, bo nie jest to pokazywane w celu uzyskania pobudzenia seksualnego.

Amerykańskie Stowarzyszenie Psychologiczne w 2013 r. opublikowało raport dotyczący skutków seksualizacji. Zdefiniowano ją tam między innymi jako narzucanie seksualności danej osobie w niewłaściwy sposób. Ponadto specjaliści dodają: „Niewłaściwe narzucenie seksualności odnosi się szczególnie do dzieci. Wszyscy (dziewczęta, chłopcy, kobiety, mężczyźni) mogą być przedmiotem seksualizacji. Jednak w przypadku dzieci najczęściej jest im narzucana dorosła seksualność” (20).

Intencja dorosłego nie jest tutaj istotna. Niezależnie od tego, czy dorosła osoba pokazuje dziecku nagrania aktów seksualnych w celu znieczulenia w ramach groomingu (uwodzenia) czy w celach edukacyjnych, efektem jest seksualizacja.

Ujmijmy to jeszcze inaczej. Gdyby ktoś w parku pokazał Twojemu dziecku film przedstawiający akt seksualny, zostałby aresztowany pod zarzutem pedofilii. Dlaczego mamy pozwalać na to samo w klasie?

(20) Raport Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego na temat seksualizacji dziewcząt w: Ewa Rzyśko (red), *Odebrana niewinność*, Stowarzyszenie „Twoja Sprawa”, Warszawa 2013, s. 12.

FAQ: Zarzuty wobec edukacji seksualnej typu C zawierają też często oskarżenie, że „narzuca genderowe widzenie płci”. O co tu właściwie chodzi? Co w tym złego?

To skomplikowane. W „genderowym” rozumieniu płeć biologiczna nie jest istotna, ważne jest, kim się czujesz. Edukacja musi być zawsze dostosowana do wieku i potrzeb rozwojowych ucznia. Dla młodszych dzieci ważnym zadaniem rozwojowym jest odkrycie, że istnieją dwie płcie, oraz zaakceptowanie i polubienie własnej płci. Wkroczenie na tym etapie rozwojowym z przekazem, że płeć można sobie dowolnie wybrać, powoduje zamieszanie. Część dzieci poszuka wówczas wyjaśnienia, jednak te bardziej wrażliwe i nieśmiałe mogą ze swoimi wątpliwościami pozostać same. Powoduje to dodatkowe wątpliwości i cierpienie. Innymi słowy – u dzieci przedszkolnych tego typu informacje powodują dodatkowe zamieszanie w trudnym okresie rozwojowym.

Dodajmy, że niestety w krajach, w których tego typu edukacja jest forsowana, coraz więcej małych dzieci otrzymuje etykietkę transpłciowych. Mimo kilkudziesięcioletnich doświadczeń i badań naukowych pokazujących, że w naturalnych warunkach to zamieszanie wokół tożsamości płciowej u małych dzieci naturalnie zanika (tylko u niewielkiego procentu osób utrzymuje się trwale), forsuje się podawanie dzieciom blokerów – bardzo silnych środków hormonalnych, hamujących normalny rozwój płciowy. Nie tylko utrwała to ich problem z tożsamością płciową, lecz także trwale je okalecza. W Polsce na szczęście proceder ten nadal jest nielegalny (21).

FAQ: Co można polecać młodzieży w okresie dojrzewania, która rzeczywiście widzi sens czekania z seksem do osiągnięcia dorosłości? Przecież w tym okresie burzy hormonalnej będzie im szczególnie trudno...

Dla nastolatków bardzo ważna jest akceptacja rówieśnicza, co z jednej strony może popchnąć młodych do ryzykownych zachowań seksualnych, lecz z drugiej strony może być atutem. Jeżeli nastolatek znajdzie środowisko hołdujące tym samym wartościom, gdzie otaczają go rówieśnicy, dla których jest ważna samokontrola seksualności, będzie mu łatwiej wzrastać w zgodzie ze swoimi ideałami. Takim miejscem, wspólnotą może być Ruch Czystych Serc. Jest to katolicki ruch zainicjowany przez czasopismo „Miłujcie się!”, którego członkowie decydują się na wstrzemięźliwość seksualną do ślubu. Co ważne, za rzeczoną postanowieniem idzie konkretna pomoc w tym zakresie, np. w takim organizowaniu sobie dnia, ażeby był w nim czas na naukę, pracę, odpoczynek, modlitwę, sport oraz zabawę. Innymi słowy, we wspólnocie stawia się na rozwój całej osoby, bez koncentrowania się wyłącznie na sferze seksualnej.

FAQ: Czy istnieją zatem dobre standardy pokazujące, jak powinna przebiegać edukacja seksualna dzieci? Czy jest dostępna taka edukacja, która zapobiegnie seksualizacji i będzie dostosowana do wieku oraz etapu rozwojowego dziecka?

Oczywiście. Oto rekomendacje, które powstały na bazie całego spektrum badań naukowych (także uwzględniających polską specyfikę):

„Edukacja i profilaktyka dotycząca sfery seksualności powinna ukazywać człowieka w kontekście wszystkich aspektów człowieczeństwa: fizycznego, emocjonalnego, intelektualnego, duchowego i społecznego. Relacja seksualna powinna być wpisywana w kontekst miłości, szacunku i odpowiedzialności”.

Źródło: raport *Odebrana niewinność*, Stowarzyszenie „Twoja Sprawa” 2013, s. 125.

(21) Zobacz np.: Kenneth J. Zucker, *Measurement of psychosexual differentiation*, „Archives of Sexual Behavior”, 2005, No. 34(4), s. 375–388

ROZMOWY Z DZIEĆMI – DOBRE POMOCE:

Chcemy, aby dzieci potrafiły w przyszłości podejmować mądre, dojrzałe decyzje. Gdzie możemy szukać pomocy?

1) Podręczniki z serii „Wędrując ku dorosłości”

Choć podręczniki te adresowane są do młodzieży, mogą też być pomocą dla rodziców, pokazując ważne tematy rozmów.

Do zajęć szkolnych wychowanie do życia w rodzinie (WDŻ) została przygotowana seria podręczników obejmująca klasy od 4 do 8 oraz klasy 1–3 szkół ponadpodstawowych.

Autorzy podręczników w sposób przystępny, przyjazny i dostosowany do wieku rozwojowego uczniów prezentują treści dotyczące dojrzewania w ujęciu holistycznym, czyli integralnym. Omawiane zagadnienia dotyczą m.in.:

- miłości, która scala rodzinę, i zasad dobrej komunikacji oraz rozwiązywania sporów
- rodziny jako wspólnoty, która przekazuje normy, wartości i zasady
- płciowości człowieka i niepokojów okresu dojrzewania
- potrzeby obrony intymności i poszanowania osobistej sfery życia
- zagrożeń związanych z uzależnieniami chemicznymi i behawioralnymi (np. od smartfona czy pornografii).

Dla starszej młodzieży prezentowane są następujące treści:

- pierwsze uczucia: przyjaźni, zakochania i miłości
- potrzeba integracji seksualnej, zagrożenia przedwczesnej inicjacji seksualnej
- planowanie rodziny, metody rozpoznawania płodności, choroby przenoszone drogą płciową i odpowiedzialne rodzicielstwo.

2) Krótkie filmy

Niewielkie scenki rodzinne mogą zainicjować rozmowę z naszymi dziećmi na temat współczesnych zagrożeń cywilizacyjnych.

Seria „Rodzinne przeboje” – złożona z 15 filmów poruszających m.in. następujące kwestie:

- budowanie relacji w rodzinie
- jak sobie radzić z huśtawką nastrojów u nastolatków
- rodzinne konflikty i sposoby ich rozwiązywania
- sexting – o granicach prywatności w sieci.

Seria „Życie w wolności” – złożona z 5 filmów, które poruszają m.in. następujące zagadnienia:

- presja seksualna i przedwczesna inicjacja seksualna
- ciąża: wpływ alkoholu na rozwój dziecka w łonie matki (zespół FAS).

3) Polecane źródła internetowe:

www.akademiafamilijna.pl

www.cuder.pl/

www.sos.pytam.edu.pl

www.mlodzieznarozdrozu.pl

www.odpowiedzialnygdansk.pl

www.program.archipelagskarbow.eu

www.polskieforumrodzicow.pl

www.pytam.edu.pl

<http://www.spch-poznan.pl/>

www.stop-seksualizacji.pl

www.szkola-przyjaznarodzinie.pl

www.twojasprawa.org.pl

<http://twojedzieckowielkasprawa.pl>

www.wdz.edu.pl

warsztaty.help

4) Książki dla rodziców i młodzieży



Henri Joyeux (2011), *Szkoła życia i miłości. Dzieci i młodzież pytają, rodzice odpowiadają. Cztery rozmowy o ekologii seksualnej.* Fascynujący dialog autora z rodzicami i ich dziećmi w wieku od 4. do 20. roku życia.



Jacek Pulikowski (2015), *Zakochanie... i co dalej?* Pierwszy krok do szczęśliwego małżeństwa! Cenna pomoc dla młodzieży w radosnym czasie zakochania, chodzenia ze sobą i narzeczeństwa.



Marek Babik (2013), *Tato! Gdzie ja mam te plemniki?* Jak rozmawiać z dziećmi na tematy intymne? Podpowiedzi dla rodziców.



Beata Mądra (2019), *Odkryj skarb. Ona 13+* O dziewczynie, jej marzeniach i wyborach.



Marcin Mądry (2019), *Pokonaj żywioł. On 13+* Burzliwy i twórczy czas dojrzewania przedstawił przystępnie nastoletnim chłopcom.



Anna Putyńska, (2015) *Rodzice dzieciom - rozmowy o seksualności. Trzy etapy, wiele trudności, jedno wyzwanie.* Ośrodek Rozwoju Edukacji.



Leszek Putyński (2015), *Zagrożenia pornografią. Zagrożenia rozwoju psychoseksualnego związane z dostępem do treści pornograficznych.* Ośrodek Rozwoju Edukacji.

Oba opracowania do pobrania bezpłatnie z biblioteki ORE online:
<http://www.bc.ore.edu.pl/dlibra>

Ciesz się, że nasz poradnik trafił w Twoje ręce!

Fundacja działa dzięki naszym Darczyńcom. Dlatego będzie nam bardzo miło, jeśli docenisz naszą pracę i zaangażowanie oraz **bezpłatną pomoc**, którą niesie nasz zespół, wspierający zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, wptacając darowiznę.

Dlaczego warto wesprzeć nasze działania i wpłacić darowiznę? Ponieważ każdemu pomagamy bezpłatnie:

- **pełniąc dyżury** telefoniczne i online
- **organizując warsztaty** dla rodziców, nauczycieli, młodzieży
- **przeprowadzając badania i diagnozy** stanu zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży
- tworząc strony internetowe poświęcone zdrowiu psychicznemu, a nasze **bezpłatne zasoby internetowe** dostępne są dla każdego
- wydajemy również **bezpłatne materiały**, m.in. tę broszurę.

Przed nami wyzwanie – monitorowanie stanu zdrowia psychicznego polskich uczniów oraz pomoc, którą dzięki Twojemu wsparciu będziemy mogli nieść.

I tu potrzebujemy regularnego miesięcznego wsparcia dowolną kwotą:

Twoje 30 zł to przygotowanie porady na Pytam.edu.pl lub Rodzice.co

Twoje 100 zł to dyżur eksperta przy telefonie

Twoje 200 zł pokrywa koszt stworzenia filmu z poradami

Twoje 500 zł pokrywa koszty warsztatu profilaktycznego dla młodzieży

WSPIERAM DZIAŁANIA FEZiP!

Nr konta bankowego fundacji: **38 1090 1476 0000 0001 1625 0228**



Możesz nas wesprzeć także 1%
KRS: 0000386395

PUBLIKACJA NIE JEST PRZEZNACZONA DO CZYTANIA PRZEZ DZIECI

Wydawca: Fundacja Edukacji Zdrowotnej i Psychoterapii (FEZiP), ul. Konarskiego 6/4 • 61-114 Poznań
kontakt: ☎ 511 514 244 @ biuro@edukacja-zdrowotna.pl

Autorka: Bogna Białecka (psycholog), FEZiP

Skład: Piotr Białecki **Korekta:** Robert Bil

Wydanie I. Rok 2021

ISBN 978-83-939393-4-3



9 788393 193934 >