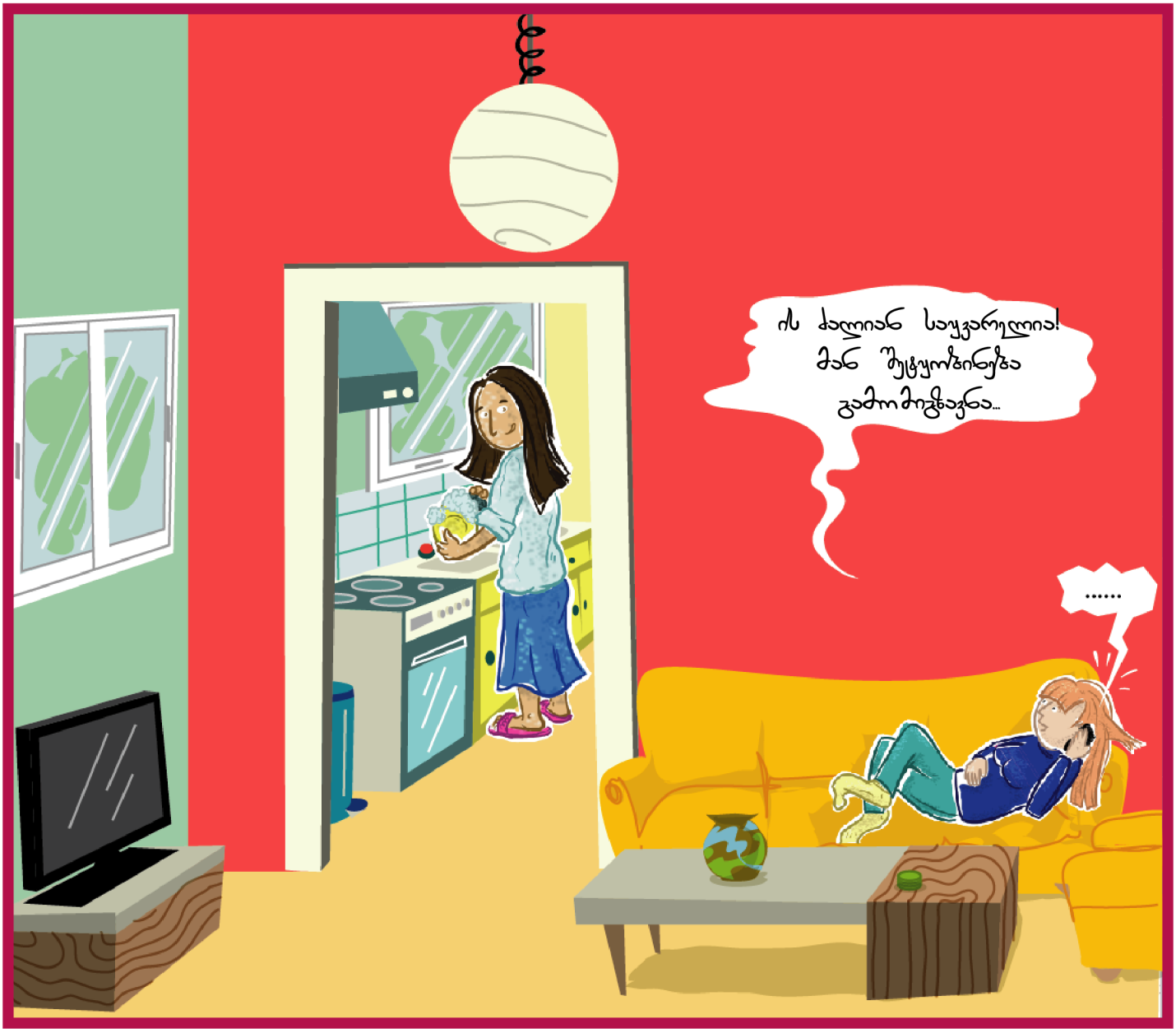


ბავშვებთან საუბარი

სექსისა და სიყვარულის შესახებ

LIVING DEMOCRACY

COUNCIL OF EUROPE
CONSEIL DE L'EUROPE

www.living-democracy.com

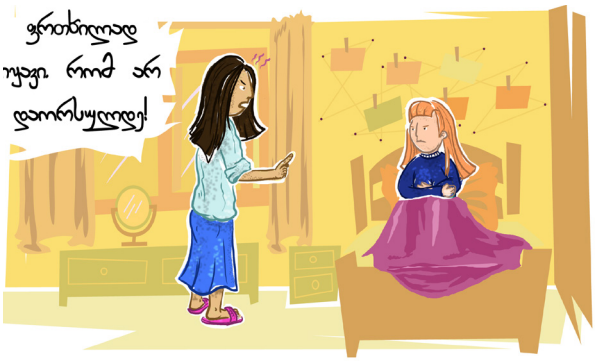
PH ZH IPE – INTERNATIONAL PROJECTS IN EDUCATION
ZURICH UNIVERSITY OF TEACHER EDUCATION

სექსი და სიყვარული

შენი ქალიშვილი მარლენი (13),ბოლო რამდენიმე დღის განმავლობაში მკვეთრად შეიცვალა: ის ოცნებობს, ხშირად განმარტოვდება თავის ოთახში და მობილურში უამრავ შეტყობინებას იღებს. შემთხვევით თქვენ მოისმენთ სატელეფონო საუბარს თქვენს ქალიშვილსა და მის დაქალს შორის, სადაც მარლენი სკოლელი ბიჭის შესახებ აღტაცებით საუბრობს. შენ ვარაუდობ რომ მარლენის ქცევაში ცვილება დაკავშირებულია ამ ბიჭთან.

ბევრი მშობელი თვლის, რომ მოზარდებთან სექსუალობის განხილვამ შეიძლება გამოიწვიოს სურვილების და მოთხოვნილებების გაღვიძება თანატოლებს შორის. ამგვარი საუბრებით მოზარდი შეიძლება წაახალისონ ისეეთი იდეებით,რომლის გამოცდაც მოუნდებათ.თუმცა, ეს ასე არ არის. მოზარდებს აქვთ მრავალი საკუთარი კითხვა და ხშირად ფიქრობენ თავიანთი სხეულებსა და სექსუალობის შესახებ. უფრო მეტიც, სამეცნიერო კვლევებმა აჩვენა, რომ კარგად ინფორმირებულ მოზარდებს ნაკლები დაუცველი სექსი, ნაკლები დაუგეგმავი ორსულობა და, ზოგადად, პირველი სქესობრივი კავშირი შედარებით გვიან აქვთ.

როგორ მოიქცეოდი შენს ქალიშვილთან? აირჩიეთ ერთ-ერთი ვარიანტი და განაგრძეთ კითხვა მითითებულ გვერდზე:



იხ. მე-3 გვერდი!

იხ. მე-4 გვერდი!

რამდენიმე მნიშვნელოვანი რჩევა მოზარდებთან სექსზე საუბრისას

- სერიოზულად მიუდექით შვილებს და ყურადღებით მოუსმინეთ მათ სურვილებს, შიშებს და გაურკვევლობებს. ეს განამტკიცებს კარგ ურთიერთობებს.
- აჩვენეთ თქვენს შვილს, რომ მათ მიმართ თანაგრძნობას იჩენთ, განსაკუთრებით სექსუალური ურთიერთობის საკითხებთან დაკავშირებით.
- იყავით მხარდამჭერი და გაამხნევეთ თქვენი შვილები, რომ მათ ადვილად არ აიძულონ რამე. მიუხედავად იმისა, რომ მათი მეგობრების უმეტესობას სავარაუდოდ უკვე ჰქონდათ სექსი; არსად არის გაზვიადებები ისე გავრცელებული, როგორც როცა საქმე ეხება სექსუალურ გამოცდილებას.
- დაარწმუნეთ თქვენი შვილი: სექსუალობა უფრო სრულყოფილი ხდება ზრდასრულობის და გამოცდილების მატებასთან ერთად. ამან შეიძლება შეამსუბუქოს სტრესი და შეამციროს თანატოლების წნეხი მისი პირველი სექსუალური გამოცდილების მიმართ.
- დროულად განიხილეთ კონტრაცეფცია თქვენს თინეიჯერ შვილებთან. პრეზერვატივი ერთადერთი კონტრაცეპტივია რაც ხელს უშლის როგორც დაუგეგმავი ორსულობის, ასევე სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებების განვითარებას.
- თქვენს შვილს, შესაძლოა ესიამოვნოს ასაკის შესაფერისი სექსუალური განათლების შესახებ წიგნის, ბროშურის, ან პირველი სიყვარულისა და სქესობრივი სიმწიფის თემასთან დაკავშირებით მოთხრობის წაკითხვა.

როგორ ვესაუბროთ შვილებს სექსზე? აქ შეგიძლიათ იპოვოთ დამატებითი ინფორმაცია / მასალები / ვიდეოები:

“გინდა ჩაი?” რას ნიშნავს შეთანხმებული სექსი? გასართობი ვიდეო განმარტებები
https://www.youtube.com/watch?time_continue=16&v=fGoWLWS4-kU

სარეკომენდაციო წიგნი

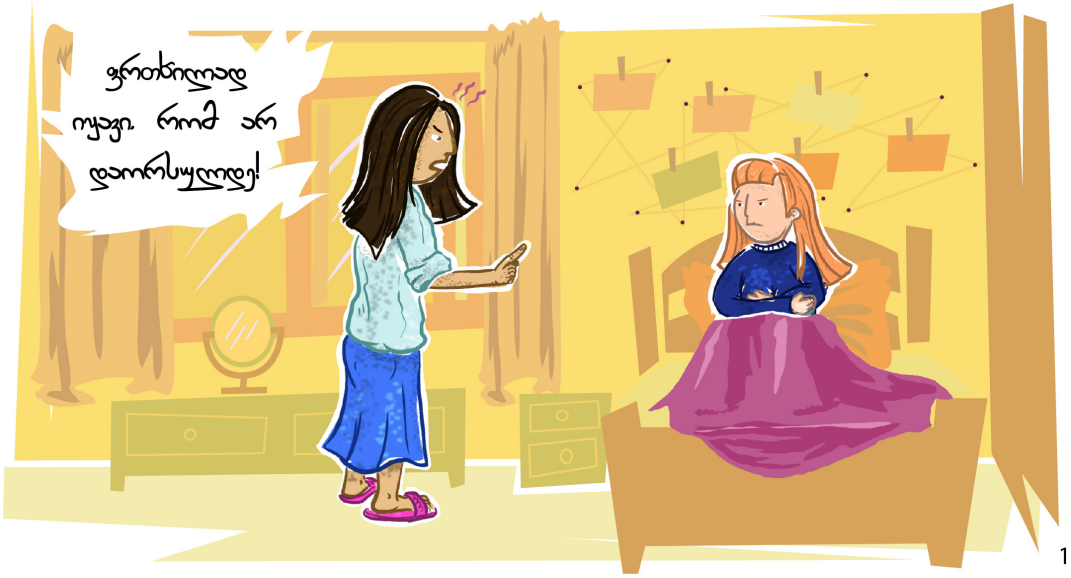
არ არსებობს ადგილი, როგორიც სახლია... სექსუალური განათლების შესახებ (მერი გოსარტი) რჩევები და რეკომენდაციები დისკუსიებისა და სექსუალური განათლებისთვის სახლში.

ყველაფერი რაც თქვენ უნდა იცოდეთ სექსუალური ჯანმრთელობისა და სექსუალური განათლების შესახებ:
https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-pacific-southwest/local-education-training/parenting-programs
https://www.plannedparenthood.org/learn/parents/sex-and-sexuality

ფილმები დაგეგმილი ორსულობის შესახებ, რომლებიც მოიცავს ყველა საკითხს სექსისა და სექსუალური განათლების შესახებ
https://www.youtube.com/user/plannedparenthood/featured

ანიმაციური ფილმები თინეიჯერებისა და მათი მშობლებისთვის აღნიშნული საკითხის შესახებ
http://amaze.org/

რეკომენდებული საკითხავი ლიტერატურა სექსუალური განათლების შესახებ
http://birdsandbeesandkids.com/sex-education-resources-parents-kids

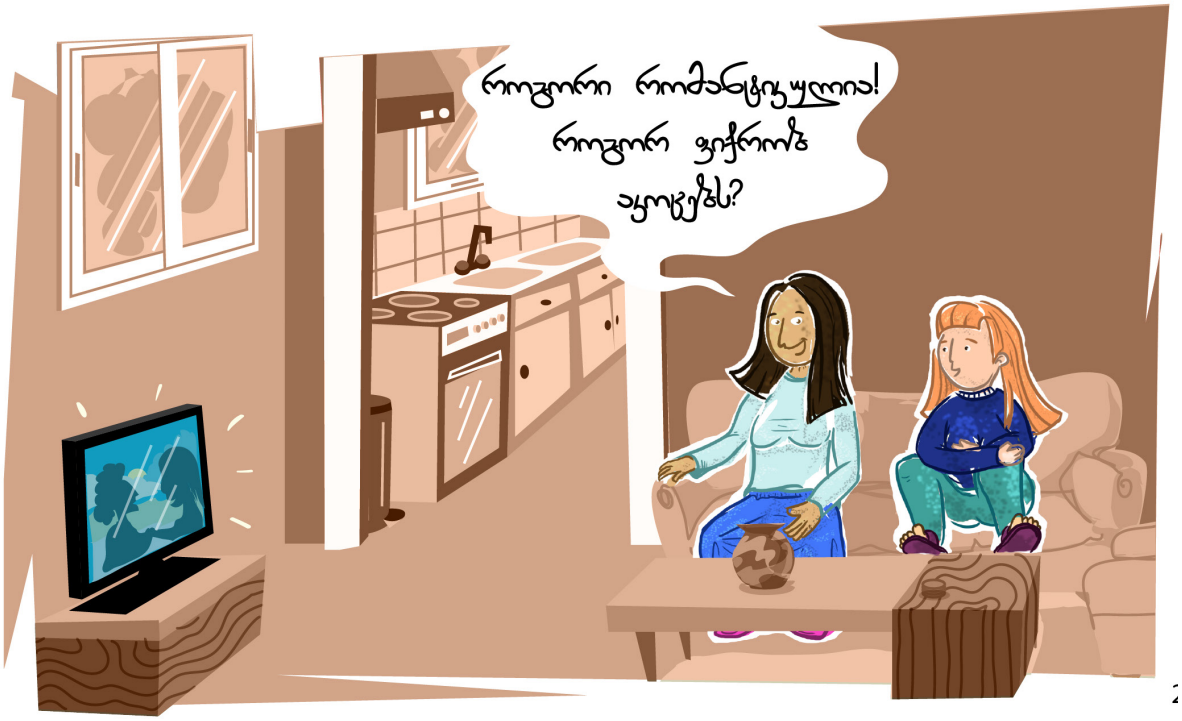


1

მუქარა, მორალური ლექციები და ცილისწამება ხელს არ უწყობს ხელსაყრელი კლიმატის განვითარებას თქვენსა და ქალიშვილს შორის გუალხდილი დიალოგის მისაღწევად. უნდა შეეგუოთ იმ ფაქტს, რომ თქვენი ქალიშვილი იწყებს დამოუკიდებლად ცხოვრების წარმართვას სქესობრივი სიმწიფის პერიოდში, რომელიც ასევე მოიცავს სასიყვარულო ურთიერთობებსაც. მაშინაც კი, როდესაც გიჭირს შენ ქალიშვილს აჩვენო, რომ შენ მუდამ მის გვერდით ხარ რთულ პერიოდში, თქვენი მხარდაჭერა ზუსტად ის არის რაც ამ ასაკის მოზარდს სჭირდება. დარჩით მშვიდათ და ყოველთვის მზად იყავით სასაუბროდ. გაამხნევეთ თქვენი ქალიშვილი მოუსმინოს საკუთარ გრძნობებს, როდის იქნება მზად პირველი სქესობრივი კავშირისთვის.

ბევრი მშობლის შეშფოთება შვილების სქესობრივ ცხოვრებასთან დაკავშირებით ზედმეტია. მიუხედავად იმისა, რომ ზოგიერთმა მოზარდმა სექსუალური ურთიერთობა ადრეულ ასაკში გამოსცადა (”10% ჰქონდა სქესი 14 წლამდე” 1), 17 წლის ბავშვების მესამედს არ ჰქონიათ სქესობრივი კავშირი.უფრო მეტიც, ვარაუდი, რომ მოზარდებში სექსი და სიყვარული ერთდროულად აღარ არის, არასწორია. პირიქით, დღევანდელ არასრულწლოვნებს სურთ ჰქონდეთ პირველი სექსუალური გამოცდილება პიროვნებასთან, რომელსაც ენდობიან და ვისთანაც ძლიერი გრძნობები აკავშირებთ. გარდა ამისა, ბევრ მოზარდს სრულად აქვს გათვითცნობიერებული იმის მოლოდინი, რომ ”პირველმა” სქესობრივმა კავშირმაც შეიძლება გამოიწვიოს ორსულობა და, შესაბამისად, ისინი იყენებენ უსაფრთხო კონტრაცეფციას. მიუხედავად ამისა, მოზარდთან საუბრისას თქვენ შეგნებულად უნდა შეეხეთოთ კონტრაცეფციის და სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებების პრევენციის საკითხებს. რა სახის კონტრაცეფციის მეთოდები არსებობს? რა არის მათი დადებითი და უარყოფითი მხარეები? მიეცით თქვენს შვილებს შესაძლებლობა, რომ საკუთარი თავი გაანათლონ, იქნება ეს საკონსულტაციო მომსახურებით, ექიმთან ვიზიტით თუ სანდო ვებგვერდების საშუალებით.

ენდეთ თქვენს შვილს და ნუ შეშფოთდებით ბუნდოვანი შიშებითა და წინასწარ შექმნილი მცდარი აზრებით «დღევანდელი ახალგაზრდობ”-ის მიმართ.



ისარგებლეთ შესაბამისი შესაძლებლობებით, რომ მარლენი ჩართოთ საუბარში. შესაძლოა ფილმმა ან მუსიკამ მოგაწოდოთ იმპულსი, ან შეგიძლიათ ისარგებლოთ საერთო აქტივობით, მაგალითად, კერძების მომზადება, სასეირნოდ წასვლა ან ბაღის გაშენება რომ ისაუბროთ ისეთ თემებზე, რომლებმაც შეიძლება გარკვეული დაბრკოლებები გამოავლინოს.

შესაძლოა, მარლენს უფრო გაუადვილდეს ფილმის პერსონაჟის ემოციებზე საუბარი, ვიდრე საკუთარ თავზე. დაუსვით თქვენს ქალიშვილი კითხვები, დაკითხვის გარეშე, რომ დაადგინოთ მის მიერ შეძენილი ინფორმაციის ნამდვილობა. ამან შეიძლება გამბედაობა შესძინოს მას და დაგისვათ კითხვები სექსუალურობის შესახებ, რაც დიდი ხანია აინტერესებს. თუ გულითადი საუბარი შედგება, არ დააყოვნოთ თქვენი აზრის გამოხატვა და გამოთქვით თქვენი შეხედულებები აღნიშნულ საკითხზე. აქ შეგიძლიათ საკუთარი ფასეულობები და დამოკიდებულებები გააცნოთ თქვენს ქალიშვილს, მაგრამ ამავდროულად თავი შეიკავოთ სხვა მიდგომების მორალიზაციისა და შეურაცხყოფისგან.

დაუგეგმავი ფეხმძიმობის, ისევე როგორც სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებების თემის განხილვა უნდა ხდებოდეს სათუთად, მაგრამ დროულად. მიუხედავად იმისა, რომ ბევრმა მოზარდმა იცის სქესობრივი კავშირისგან ამ შესაძლო შედეგები დადგომის შესახებ და კონტრაცეფციას პრევენციის მიზნით იყენებს, შესაბამის ინფორმაციაზე მოთხოვნა მაინც რჩება.

"საუბარი ბავშვებთან სექსისა და სიყვარულის შესახებ" გამოყენებული ლიტერატურა:

[1] Gnielka, Martin. *Über Sexualität reden…Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung zwischen Einschulung und Pubertät*. Broschüre, ed.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Deutschland, 43.

Gnielka, Martin. *Über Sexualität reden…Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung zwischen Einschulung und Pubertät*. Broschüre, ed.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Deutschland.

Marinka, Claudia. 2016. «Eltern, bleibt gelassen!» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember. retrieved 29.11.2017.

https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/sexualitat/eltern-bleibt-gelassen

Landolt, Claudia und Claudia Marinka. 2016. «Wenn die Sexualität erwacht.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember. retrieved 29.11.2017.

https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/sexualitat/wenn-die-sexualitat-erwacht

National Parent Teacher Association, Chicago. 2002. *Talking with kids. A Parent`s Guide to Sex Education*. retrieved 20.03.2019.

https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED470698.pdf

Public Health Service Wales and Family Planning Association, London. 2012. *Advice Sheet 1. How to talk to your children about sex and relationships*. retrieved 16.03.2019.

http://www.wales.nhs.uk/sites3/documents/485/factsheet1_howtotalkchildrenaboutsre.pdf