



Razgovor s djecom o njihovom
TIJELU I SPOLNOSTI





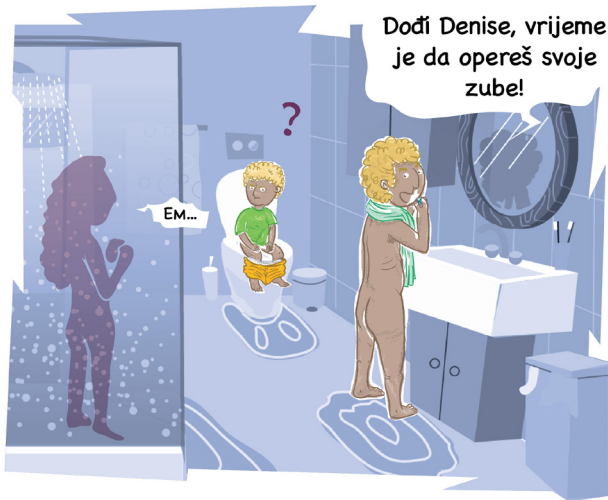
TIJELO I SPOLNOST

Denis ima šest godina. U posljednje je vrijeme vrlo zainteresiran za svoje tijelo. Voli gledati svoje tijelo u ogledalu u kupaonici i jednog Vas jutro iznenadi svojim pitanjem.

Koga nikada nije iznenadilo neko takvo izravno pitanje? Mnogi se roditelji osjećaju inhibirano ili neugodno kada se u svakodnevnom i zajedničkom životu postavlja pitanje spolnosti. Ipak, radi tjelesnog razvoja svakog djeteta važno je da roditelji otvoreno razgovaraju o toj temi. Neprekidna razmjena informacija s djecom od rane dobi uvelike pridonosi njihovom poboljšanom samopoštovanju: oni koji poznaju i poštuju svoje tijelo, znat će ga zaštititi. Dakle, otvoren dijalog o temi spolnosti potiče djecu da se definiraju i obrate pažnju na vlastite potrebe. Štoviše, omogućuje im da se razvijaju u samopouzdanu, suverene članove našeg društva.

Spolnost znači različite stvari za različite dobne skupine. Kada se raspravlja o ovoj temi, dužnost je roditelja da kontinuirano određuju i prilagođavaju sadržaj svojih razgovora prema razini zrelosti njihove djece i prema njihovim potrebama. Činjenica da se otvoreno raspravlja o različitim aspektima ljubavi, strasti i tjelesnosti te da se na pitanja istinito odgovara bez izbjegavanja teme, neće probuditi spolne osjećaje ili potrebe u djece. Spolnost je vrsta životne energije koja je svojstvena svakom čovjeku i otvorenim raspravljanjem o temi promičete zdrav razvoj Vaše djece.

Kako biste reagirali u ovoj situaciji? Odaberite jednu od mogućih reakcija i nastavite čitati s preporučenih stranica:



Idi na [stranicu 4!](#)



Idi na [stranicu 5!](#)

Spolni organ muškarca je penis, a žene imaju drukčije genitalije. Genitalni organ izvan ženskog tijela zove se vulva, a vagina je skrivena unutar tijela. To je također način...



Idi na [stranicu 6!](#)

Objasnit ću ti to kad odrasteš.



Idi na [stranicu 7!](#)

Ovdje ćete pronaći nekoliko važnih prijedloga za dijalog sa svojom djecom

- Počnite rano uključivati dijete u razgovore o ljubavi, ljudskom tijelu i odnosima. Ako su obje strane navikle razgovarati o temi, to smanjuje prepreke na koje mnogi nailaze prilikom rasprave o ovoj temi.
- Osigurajte da Vaš izbor vokabulara i odgovori na pitanja odgovaraju dobi. Korištenje poznatog odabira riječi za opisivanje genitalija za malu djecu je sasvim u redu, ali stariji osnovnoškolci trebaju biti apsolutno upoznati s eksplicitnim pojmovima kao što su „penis” i „vagina” kao i „seksualni odnos”. Mlađu djecu često ne zanimaju detalji i mogu biti preopterećeni.
- Make sure that you understand the questions correctly. Mommy, where do I come from? – Does the child want to know your place of residence, or does he/she want to know where babies come from?
- BBudi iskren! Ako ne znate odgovor na pitanje ili ako ne možete objasniti određene riječi o temi seksualnosti, priznajte to i uvjerite svoju djecu da ćete kasnije pronaći informacije da odgovorite na njihovo pitanje.
- Pripremite odgovor kako biste bili spremni reagirati na djetetova pitanja u neprimjerenim trenucima. Ako bi Vas dijete trebalo pitati u supermarketu: „Mama, ima li i ta žena vaginu?“, Odgodite razgovor za kasnije, možda u kući: „Dobro pitanje, hajde da razgovaramo o tome kod kuće, u redu? Trenutno kupujemo.“
- Uključite dijete u razgovore radeći svakodnevne poslove, poput pospremanja, čišćenja ili pranja posuđa. Na taj način tema razgovora postaje uobičajenija i obje strane imaju priliku da se usredotoče na svoje aktivnosti, a da pritom svog partnera za razgovor ne moraju gledati u oči. Tako bi razgovor o temama koje mogu biti neugodne za osobu mogao postati lakši.

Dodatne informacije/materijali/videi mogu se naći ovdje:

PDF „How to talk to your children about sex and relationships“

http://www.publichealthnetwork.cymru/files/2614/4359/8957/Factsheet1_HowToTalkChildrenAboutSRE.pdf

Parent-child-online course for the information and education of 9-13 year old children. 5-week course with films, role play and other activities.

<http://timeforthetalk.com/>

Text with information: When do I say what? Including film with relevant tips for the topic.

<https://www.familylives.org.uk/advice/primary/health-and-development/how-to-talk-to-your-child-about-sex/>



Uh, takvu temu nije moguće jednostavno izbjeći ili „ušutkati“. Ljudska komunikacija funkcionira prema određenim pravilima. Između ostalog, jedno od ovih pravila određuje da ne možemo komunicirati. Pročitajte više o osnovama ljudske komunikacije na [stranici 9](#).

Tišina također može biti poruka. I u ovom slučaju komunicirate (iako izraženo neverbalno): „Ne razgovaramo i nemamo riječi za tjelesnost. Što god osjećali i željeli znati o svom tijelu, na Vama je da to saznate sami.“ Ova poruka dugoročno može poremetiti povjerljive odnose između Vas i Vašeg djeteta. Prije ili kasnije, Denis će otkriti da se seksualnost puno oglašava u filmovima i reklamama te da se među prijateljima raspravlja o seksualnosti. Mogao bi osjetiti da ga roditelji nisu shvatili ozbiljno ili su ga čak izdali jer nisu željeli s njim razgovarati o ovoj temi.

Stoga Denis dobiva informacije o ovoj temi iz drugih izvora koji su izvan kontrole njegovih roditelja i oni nisu u mogućnosti otkriti točno što on zna, a što ne zna o temi spolnosti.

Spolni razvoj je ujedno i razvoj jezika.

IDok s djecom razgovarate o dijelovima tijela, upućujete ih riječima koje im omogućuju da razgovaraju o ovom aspektu života. Ako djeca nauče razgovarati o tijelu i genitalijama na potpuno prirodan način, to također olakšava razgovor o spolnosti. Tako djeca pomalo stječu vokabular da bi na odgovarajućem jeziku mogli izraziti svoja pitanja, osjećaje i potrebe. Na taj način postaju kompetentniji za svoj kasniji život, jer oni koji se dobro mogu izraziti, uspješniji su u ostvarivanju onoga što žele.

Također biste trebali razgovarati o opisima i riječima koje Vaša djeca mogu donijeti kući iz škole. Budući da se dječji vokabular koji se odnosi na tijelo i seksualnost razvija s vremenom, ne treba smatrati da svaka očigledna vulgarnost koju Vaše dijete izražava kao znak trenutne provokacije i brutalizacije. Kategorizirajte vulgarne izraze kao što je „fucking“ sa svojom djecom i ponudite im izraze koje biste radije koristili.



Sjajno ste reagirali u ovoj situaciji! Odgovorili ste na Denisovo pitanje i objasnili stvari na način koji odgovara dobi djeteta. Denis je zadovoljan odgovorom. Kad bude imao dodatnih pitanja, vjerojatno će se obratiti Vama kao njegovoj osobi od povjerenja i postaviti Vam pitanja s potpunim povjerenjem.

Denis saznaje da tijelo nije tabu zona i da je o tome moguće razgovarati u potpunosti normalno.

Vaše odobrenje njegove prirodne znatiželje najbolji je temelj za zdrav razvoj njegove spolnosti.

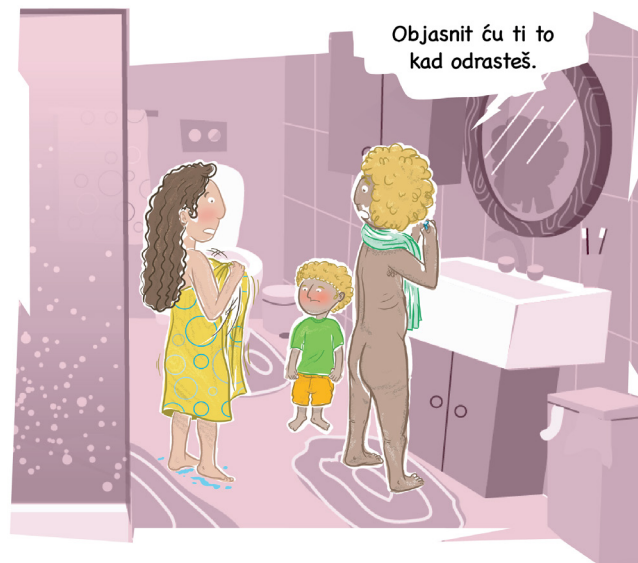
Spolni organ muškarca je penis, a žene imaju drukčije genitalije. Genitalni organ izvan ženskog tijela zove se vulva, a vagina je skrivena unutar tijela. To je također način...



Dajte djetetu kratke, jasne odgovore; to je većini djece već dovoljno. Žele neposredne odgovore za stvari koje bi ih u ovom trenutku mogle zaokupiti. Dijete koje je htjelo znati više nastavilo bi pitati i pokazati da je spremno naučiti više o temi.

Vrlo detaljni i čisto biološki odgovori nisu primjereni za djecu ove dobne skupine. Budući da još uvijek nisu u stanju zamisliti mnoge stvari, preopteretili bi ih s previše detalja.

- Denis ne razumije majčin odgovor i stoga osjeća nelagodu jer nije bio shvaćen. To ne vodi većem povjerenju u odnos roditelj-dijete; naprotiv, Denisa obeshrabruje njen nerazumljiv odgovor. U najgorem slučaju, sve povezano s tjelesnim ostaje komplicirana zagonetka i on se ne usuđuje dalje razgovarati o ovoj temi s njom.



Spolni odgoj i obrazovanje ne može započeti dovoljno rano; stručnjaci govore o činjenicama učenja za život. Svakako, spolnost znači različite stvari, ovisno o zrelosti i dobnoj razini djeteta. S obzirom na to, o spolnosti je moguće razgovarati s djecom bilo koje dobi. Najvažnije je pozabaviti se temom koja odgovara dobi. U nastavku ćete pronaći neke naputke za različite dobne skupine:

0-2 godine: Bebe se rađaju s urođenom potrebom za tjelesnim kontaktom i nježnošću. One doživljavaju svijet vođeni ovom potrebom. Dojenčad u dobi od tri mjeseca pozitivno reaguju na osmijeh ili reaguju posebno veselo na nježne poticaje. Nemojte se iznenaditi: čak i vrlo malim dječacima može se podići penis.

Važno za zajednički život: Briga za tjelesno zdravlje najvažniji je čimbenik pozitivnog razvoja Vašeg djeteta: nježno milovanje, maženje i ljubazne riječi omogućavaju Vašoj djeci da osjete svoje tijelo i pruža im osjećaj sigurnosti i pouzdanosti.

2-4 godine: Raste im interes za tjelesne izlučevine. Odakle dolaze „piš” i „pup”? Djeca primjećuju razlike u spolu i mnogi postavljaju pitanja o spolu. Žele istražiti svoje tijelo i usporediti ga s drugima.

Važno za zajednički život: Imenujte genitalije. Na taj se način djeca uče izražavati i postavljati pitanja. Riječi poput „penis” ili „vagina” mogu se koristiti u svakodnevnom rječniku, a da nisu neugodne za djecu. Omogućite svojoj djeci odgovarajuća mjesta za odmor, za „igranje doktora”; spolna znatiželja dio je zdravog razvoja.

5-8 godina: U prvom planu pojavljuju se pitanja o trudnoći, začecu i prevenciji. Djeca bi se također trebala pripremiti za početak puberteta jer menstruacija kod mnogih djevojčica počinje već u dobi od 8 ili 9 godina.

Važno za zajednički život: Objasnite spolni čin na djetinji način, ali iskreno: „Bebe rastu u maminom trbuhu. U tu svrhu, tatin penis mora ući u maminu vaginu. Sićušno sjeme penisa spaja se s jajašcem u maminom trbuhu i u njemu raste beba!” Budite spremni da će se Vašem djetetu to učiniti smiješno ili će možda na to reagirati s gađenjem. Pokažite razumijevanje. Odgovarajuće knjige mogu biti korisne za poboljšanje i podršku takvom razgovoru

9-11 godina: U ovoj dobi djeca su već stekla opsežno znanje o temi spolnosti.

Važno za zajednički život: CDjeca u ovoj dobnoj skupini ne priznaju vlastito neznanje o ovom problemu. Raspitajte se o tome što Vaše dijete zna, a što ne zna i popunite bilo koje praznine u znanju. Iskoristite ovu priliku za ispravljanje zabluda i pogrešnih podataka koje je Vaše dijete steklo. U idealnom slučaju, djeca će se otvoriti i postavljati Vam pitanja o stvarima koje ih trenutno najviše zanimaju.

To vodi uspostavljanju djetetova povjerenja i osjećaja: „Mogu pitati roditelje o svemu što me zanima”.

„Dječji spolni razvoj karakteriziraju iskustva i događaji koji, strogo govoreći, nisu spolne prirode: bliskost, ljubav, fizički kontakt bližnjih, presudno doprinose dječjoj spoznaji da se ugodno osjećaju u svom tijelu i uspostavljaju odgovarajuće granice kako bi izbjegli stvari koje ne žele. Oni koji se osjećaju sigurno također će se samouvjerenost bavititi vlastitom spolnošću.”¹

Općenito govoreći: Što se češće govori o temi spolnosti, može se prirodnije i opuštenije raspravljati o temi!

Temelji ljudske komunikacije

Prihvatimo sljedeću definiciju komunikacije: Komunikacija je svaka poruka između pošiljatelja i primatelja. Djeca i roditelji mogu biti oboje i pošiljatelji (osobe koje žele nešto priopćiti) i primatelji (osobe koje primaju poruku).

- Ne možete ne komunicirati. Čak i kad šutimo i izbjegavamo kontakt očima s drugim osobama kojima šaljemo poruku: „Ostavite me na miru, želim biti sama!” Štoviše, bebe i mala djeca mogu i žele komunicirati s nama. Oni to rade na neverbalni način i zato je roditeljima često teško shvatiti njihove poruke. Isto tako, vrlo mala djeca pokušavaju izraziti svoje osjećaje, potrebe i volju. Da bi se osigurao uspješan i zadovoljavajući proces komunikacije s našom djecom, važno je da se trudimo dekodirati i razumjeti njihove neverbalne komunikacijske napore.
- Postoje simetrične i komplementarne komunikacijske situacije. Simetrija podrazumijeva komunikaciju između ravnopravnih partnera: Prijatelja, braće i sestara ili kolega. Komplementarna komunikacija temelji se na neravnopravnim odnosima poput učitelja i učenika, poslodavaca i zaposlenika, roditelja i djece. Te odnose definiraju strukture moći pri čemu osoba na položaju može vršiti pritisak na drugu osobu. Naravno, lakše je komunicirati s pozicije moći, kao što je položaj našeg roditelja. Ali treba paziti da tu moć ne zloupotrebjavamo jer u tom slučaju komunikacija može dati loše rezultate i imati negativne posljedice na odnos s našom djecom. Djeca su u komunikaciji s roditeljima uvijek u podređenom položaju. Oni ne mogu izići iz tog okvira.
- Interpunkcijski znaci komunikacijskog postupka: pošiljatelj i primatelj strukturiraju komunikaciju drugačije i tako svoje vlastito ponašanje tijekom komunikacijskog procesa tumače kao reakciju prema drugom ponašanju (svaki partner vjeruje da je onaj drugi razlog određenog ponašanja). Označavanje komunikacije znači tumačenje slijeda događaja označavanjem jednog događaja kao uzrok, a naknadni događaj kao posljedicu (ako se dogodi jedna stvar, uvijek će se dogoditi i druga).

„Razgovor s djecom o njihovom tijelu i spolnosti“ zasnovan je na sljedećim referencama:

¹ Landolt, Claudia und Claudia Marinka. 2016. «Wenn die Sexualität erwacht.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember, 2. preuzeto 29.11.2017.

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

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Deutschland. *Liebevoll begleiten... Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder. Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Entwicklung vom 1. bis zum 6. Lebensjahr*. Broschüre, 10 ff.

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

Landolt, Claudia. 2015. «Pubertät intim- vier Mythen zum Thema Sex.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, November. preuzeto 01.12.2017.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/sexualitat/pubertat-intim-vier-mythen-zum-thema-sex>

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

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

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

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

Watzlawick, Paul, Janet H. Beavin und Don D. Jackson. 2017. *Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien*. 13. Aufl. Bern: Hogrefe.