



Razgovor sa djecom o njihovom

TIJELU I SEKSUALNOSTI





TIJELU I SEKSUALNOSTI

Denis (šest godina) u posljednje vrijeme veoma je zainteresovan za svoje tijelo. Voli da gleda svoje tijelo u ogledalu u kupatilu i jednog jutra iznenađuje vas ovim pitanjem.

Koga nikada nije iznenadilo tako direktno pitanje? Mnogi roditelji se osjećaju inhibiranim ili im je neprijatno kada se u svakodnevnom zajedničkom životu pojavi pitanje seksualnosti. Ipak, zbog fizičkog razvoja djeteta, važno je da roditelji otvoreno razgovaraju o toj temi. Stalna razmjena informacija sa djecom još od ranih dana uveliko doprinosi njihovom povećanom samopoštovanju: oni koji poznaju i cijene svoje tijelo takođe će i da ga štite. Dakle, otvoreni dijalog o temi seksualnosti ohrabruje djecu da definišu i obraćaju pažnju na svoje potrebe. Štaviše, omogućava im da se razviju u samopouzdanu, slobodne članove našeg društva.

Seksualnost znači različite stvari za različite starosne grupe. Kada se razgovara o ovoj temi, roditelji su dužni da neprestano određuju i prilagođavaju sadržaj svojih razgovora nivou zrelosti i potreba svoje djece. Činjenica je da otvoreni razgovor o različitim aspektima ljubavi, požude i tjelesnosti, kao i istiniti odgovori na pitanja bez izbjegavanja ove teme, ne bude seksualna osjećanja ili potrebe kod djece. Seksualnost je vrsta životne energije koja je svojstvena svakom ljudskom biću, a otvorenim razgovorom o temi promovirate zdrav razvoj vaše djece.

Kako biste reagovali u ovoj situaciji? Izaberite jednu od mogućih reakcija i nastavite čitati na naznačenoj stranici:



Idite na [stranicu 4!](#)



Idite na [stranicu 5!](#)

Genitalni organ muškarca je penis; žene imaju različite genitalije. Genitalni organ izvan ženskog tijela naziva se vulva, a vagina je skrivena u tijelu. To je takođe način...



Idite na [stranicu 6!](#)



Idite na [stranicu 7!](#)

Ovdje ćete pronaći neke važne predloge za dijalog sa vašom djecom

- Počnite što prije da uključujete svoje dijete u razgovore o ljubavi, ljudskom tijelu i odnosima. Ako su obje strane navikle da razgovaraju o ovoj temi, smanjiće se inhibicija koju mnogi osjećaju kada razgovaraju o ovoj temi.
- Osigurajte da vaš izbor vokabulara i odgovori na pitanja budu primjereni starosnom dobu. Korišćenje neformalnog izbora riječi pri opisivanju genitalija za malu djecu je u redu, ali starija djeca od osnovne škole pa nadalje apsolutno bi trebalo da budu upoznata sa eksplicitnim izrazima kao što su “penis” i “vagina”, kao i “seksualni odnos”. Mlađu djecu često ne zanimaju pojedinosti i mogu, takođe, da budu preopterećena.
- Provjerite da li ste pravilno razumjeli pitanje kao što je: “Mama, odakle dolazim?” Da li dijete želi da zna vaše prebivalište ili želi da zna odakle bebe dolaze?
- Budite iskreni! Ako ne znate odgovor na pitanje ili ako ne možete da objasnite određene riječi o temi seksualnosti, priznajte to i uvjerite svoju djecu da ćete pronaći informacije i da ćete kasnije odgovoriti na njihovo pitanje.
- Pripremite odgovor tako da budete spremni da reagujete na, u datim okolnostima, neočekivana pitanja vašeg djeteta. Ako bi vas dijete zapitalo u supermarketu: “Mama, da li ova žena takođe ima vaginu?”, odložite razgovor za kasnije, možda kod kuće: “Dobro pitanje, hajde da razgovaramo o tome kod kuće, važi? Trenutno kupujemo.”
- Uključite svoje dijete u razgovor dok radite svakodnevne poslove, poput pospremanja, čišćenja ili pranja posuđa. Na ovaj način tema razgovora postaje uobičajenija i obje strane imaju priliku da se koncentrišu na svoje aktivnosti, a da pritom ne moraju gledati svog sagovornika u oči. Tako razgovor o temama koje mogu da budu neugodne, postaje lakši.

Dodatne informacije/materijale/video snimke možete pronaći ovdje:

PDF „Kako razgovarati sa svojom djecom o seksu i emotivnim vezama“

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

Roditelj-dijete onlajn tečaj za informisanje i edukaciju djece od 9 do 13 godina. Petonedjeljni tečaj sa filmovima, igranjem uloga i drugim aktivnostima.

<http://timeforthetalk.com/>

Tekst sa informacijama: Kada šta da kažem? Uključujući film sa odgovarajućim savjetima za tu temu.

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



Avaj, takva se tema ne može jednostavno izbjeći ili "ućutkati". Ljudska komunikacija funkcionira u skladu sa određenim pravilima. Između ostalih, jedno od ovih pravila nalaže da ne možemo da ne komuniciramo. Pročitajte više o osnovama ljudske komunikacije na [stranici 9](#).

Tišina je stoga, takođe, poruka. U ovom slučaju, vi komunicirate (iako se izražavate neverbalno) šaljete poruku: "Ne razgovaramo o tjelesnosti i nemamo riječi za tu temu; šta god da osjećate i želite da znate o svom tijelu, saznajte sami." Ova poruka može dugoročno da poremeti povjerenje između vas i vašeg sina. Prije ili kasnije, Denis će saznati da se u filmovima, reklamama ili među prijateljima o temi seksualnosti zaista mnogo govori. On će, možda, osjetiti da ga ne uzimaju ozbiljno ili da su ga čak iznevjerili roditelji koji nijesu željeli da razgovaraju sa njim o ovoj temi.

Tako će Denis informacije o svom tijelu i seksualnosti dobiti iz drugih izvora koji su van apsolutne kontrole njegovih roditelja, pa oni neće biti u mogućnosti da otkriju šta on tačno zna, a šta ne zna o temi seksualnosti.

Seksualni razvoj je, takođe, i razvoj vokabulara i jezika u cjelini.

Razgovarajući o djelovima tijela sa svojom djecom, upoznajete ih sa riječima koje im omogućavaju da razgovaraju o ovom aspektu života. Ako djeca nauče da govore o tijelu i genitalijama na potpuno prirodan način, to će olakšati razgovor o seksualnosti. Malo po malo, djeca će steći rječnik kojim će u okviru svoga maternjeg jezika znati da postavljaju pitanja, saopšte osjećanja i formulišu svoje potrebe. Na taj način oni postaju kompetentniji za svoj kasniji život, jer oni koji mogu dobro da se izraze uspješniji su u postizanju onoga što žele.

Takođe, trebalo bi da razgovarate o opisima i riječima koje vaša djeca mogu da donesu kući iz škole. S obzirom na to da se dječiji rječnik koji se odnosi na tijelo i seksualnost razvija s vremenom, ne treba svaku naizgled vulgarnost koju vaše dijete izgovori smatrati znakom direktne provokacije i brutalnosti. Kategorizujte vulgarne izraze (npr. "jebanje") i dajte im termine koje biste radije koristili.



Sjajno ste reagovali u ovoj situaciji! Odgovorili ste na Denisovo pitanje i objasnili stvari na način primjeren uzrastu. Denis je zadovoljan odgovorom. Kada bude imao dodatnih pitanja, vjerovatno će se obratiti vama kao svojoj referentnoj osobi i postaviti vam pitanja s punim povjerenjem.

Denis saznaje da tijelo nije tabu zona i da je o njemu moguće sasvim normalno govoriti.

Vaše podržavanje njegove prirodne radoznalosti najbolji je temelj za zdrav razvoj njegove seksualnosti.

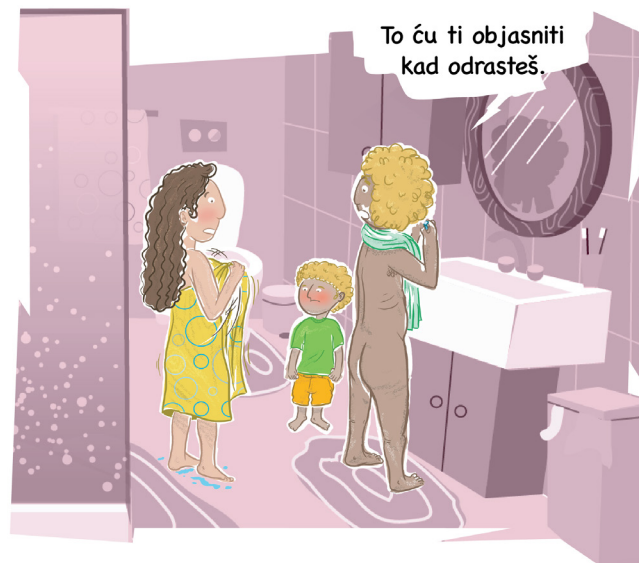
Genitalni organ muškarca je penis; žene imaju različite genitalije. Genitalni organ izvan ženskog tijela naziva se vulva, a vagina je skrivena u tijelu. To je također način...



Dajte svom djetetu kratke i jasne odgovore – to je dovoljno za većinu djece. Oni žele neposredne odgovore za stvari koje ih u tom trenutku zaokupljaju. Dijete koje bi željelo da sazna više, nastavilo bi da pita i time pokazalo da je spremno da o ovoj temi nauči još ponešto.

Veoma detaljni i čisto biološki odgovori nijesu pogodni za djecu ove starosne grupe. Budući da još uvijek nijesu u stanju da zamisle mnoge stvari, previše detalja samo bi ih propteretilo.

- Denis ne razumije odgovor svoje majke i shodno tome ne osjeća ni da li su roditelji njegovo pitanje razumjeli. To ne vodi ka većem povjerenju u odnosu roditelj – dijete. Naprotiv, Denisa obeshrabruje nerazumljivi odgovor njegove majke. U najgorem slučaju, sve povezano sa tijelom ostaje komplikovana zagonetka i on se ne usuđuje da dalje razgovara s njom o ovoj temi.



Seksualno obrazovanje ne može početi prerano. Stručnjaci čak govore o činjenicama životnog obrazovanja "od rođenja". Svakako, seksualnost znači različite stvari, zavisno od zrelosti i starosnog doba djeteta. Kad se te činjenice uzmu u obzir, o seksualnosti je moguće razgovarati sa djecom bilo kojeg životnog doba. Najvažnija stvar jeste baviti se tom temom na način primjeren uzrastu djeteta. U sljedećem tekstu naći ćete nekoliko predloga za različite starosne grupe:

Od 0 do 2 godine: Bebe se rađaju sa urođenom potrebom za tjelesnim kontaktom i nježnošću. One doživljavaju svijet vođene ovom potrebom. Djeca u dobi od tri mjeseca pa nadalje osmjehuju se ili izgledaju posebno veselo kada sebe stimuliraju. Nemojte da se iznenadite: čak i veoma mali dječaci mogu imati erekciju.

Važno za zajednički život: Fizička pažnja je najvažniji faktor za pozitivan razvoj vašeg djeteta: nježno milovanje, maženje i nježne riječi omogućavaju djeci da iskusе sopstveno tijelo i pružaju im osjećaj sigurnosti i pouzdanosti.

Od 2 do 4 godine: Javlja se sve veće interesovanje za tjelesne sekrecije. Odakle dolaze "piša" i "kaka"? Djeca primjećuju razlike u polovima i mnogi već postavljaju pitanja o seksu. Žele da istraže svoje tijelo i uporede ga sa tijelima drugih.

Važno za zajednički život: Molimo vas, dajte nazive genitalijama. Na taj način djeca uče da se izražavaju i postavljaju pitanja. Riječi kao što su "penis" ili "vagina" mogu da se koriste u svakodnevnom rječniku, a da djeci nijesu neugodne. Obezbijedite svojoj djeci adekvatna povučena mjesta za aktivnosti „igranja doktora“; seksualna radoznalost dio je zdravog razvoja.

Od 5 do 8 godina: Pitanja o trudnoći, začecu i prevenciji pojavljuju se u prvom planu. Djecu takođe treba pripremiti za početak puberteta, jer menstruacija kod mnogih djevojaka počinje već u dobi od 8 ili 9 godina.

Važno za zajednički život: Objasnite seksualni čin na dječji način, ali iskreno: „Bebe rastu u maminom stomaku. U tu svrhu, tatin penis mora ući u maminu vaginu. Sićušno sjeme iz penisa kombinuje se sa jajetom u maminom stomaku i iz njega raste beba!“ Budite spremni na to da djetetu ovo objašnjenje može biti smiješno ili će možda reagovati sa gađenjem. Pokažite razumijevanje. Odgovarajuće knjige mogu biti korisne da poboljšaju i podrže takav razgovor.

Od 9 do 11 godina: Na ovom uzrastu djeca su već stekla veliko znanje o temi seksualnosti.

Važno za zajednički život: Djeca ove starosne grupe ne priznaju svoje sopstveno neznanje o ovoj temi. Saznajte šta vaše dijete zna, a šta ne zna i popunite praznine koje u njegovom znanju postoje. Iskoristite ovu priliku da ispravite zablude i pogrešne podatke koje je možda vaše dijete steklo. U idealnom slučaju, djeca će se otvoriti i postavljati vam pitanja o temama i stvarima koje ih trenutno najviše zanimaju.

To kod djeteta vodi uspostavljanju povjerenja i osjećanja: "Mogu pitati roditelje o svemu što me zanima!"

„Dječiji seksualni razvoj karakterišu iskustva i događaji koji, striktno govoreći, nijesu seksualne prirode: bliskost, ljubav, fizički kontakt drugih koji su mu značajni daju presudan doprinos dječjem osjećanju lakoće u njihovim

tijelima i njihovom uspostavljanju odgovarajuće granice kako bi izbjegli stvari koje im se ne sviđaju. Oni koji se osjećaju sigurno samopouzdana će se baviti i svojom seksualnošću.“¹

Generalno gledano: Što se češće govori o temi seksualnosti, to ćete se prirodnije i opuštenije osjećati kada razgovarate o toj temi!

Osnove ljudske komunikacije

Prihvatimo sljedeću definiciju komunikacije: svaka komunikacija je poruka između pošiljaoca i primaoca. Djeca i roditelji mogu biti i pošiljaoci (osobe koje žele nešto da prenesu) ili primaoci (osobe koje primaju poruku).

- Komunikacija se ne može izbjeći. Čak i kada čutimo i izbjegavamo kontakt očima sa drugim osobama, mi šaljemo poruku: "Ostavite me na miru, želim da budem sam/sama!" Štaviše, bebe i mališani mogu i žele da komuniciraju s nama. To rade na neverbalan način, pa stoga njihovim roditeljima nije lako da sve poruke razumiju. Isto tako, vrlo mala djeca pokušavaju da izraze svoja osjećanja, potrebe i volju. Da bismo omogućili uspješan i zadovoljavajući proces komunikacije sa našom djecom, važno je da se trudimo da dešifrujemo i razumijemo njihove neverbalne komunikacione napore.
- Postoje simetrične i komplementarne komunikacione situacije. Simetrična podrazumijeva komunikaciju između ravnopravnih partnera: prijatelja, braće i sestara ili kolega; komplementarna komunikacija zasniva se na neravnopravnim odnosima, kao između nastavnika i učenika, poslodavaca i zaposlenih, roditelja i djece. Ovi odnosi definisani su strukturama moći prema kojima osoba koja je na poziciji moći može da vrši pritisak na drugu osobu. Naravno, lakše je komunicirati sa položaja moći, koji mi – kao roditelji, zauzimamo. Treba, međutim, voditi računa da tu moć ne zloupotrebjavamo, jer u suprotnom, komunikacija može dati loše rezultate i imati negativne posljedice na odnos sa našom djecom. Djeca su uvijek u podređenom položaju tokom komunikacije sa roditeljima. Iz toga se ne mogu izvući.
- Znaci specifikacije komunikacijskog procesa pošiljalac i primalac strukturiraju tok komunikacije različito, pa svoje vlastito ponašanje tokom komunikacijskog procesa tumače samo kao reakciju na ponašanje onog drugog (svaki sagovornik vjeruje da je onaj drugi uzrok određenog ponašanja). Specifikovati komunikaciju znači tumačiti tekući niz događaja obilježavanjem jednog događaja kao uzroka, a sljedećeg događaja kao posljedice (ako se jedna stvar dogodi, uvijek se dogodi i nešto drugo).

“Razgovor sa djecom o tijelu i seksualnosti” zasnovan je na sljedećim referencama:

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