

JAK ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O SEKSUALNOŚCI?

PRAKTYCZNY PORADNIK
DLA RODZICÓW



FUNDACJA
EDUKACJI ZDROWOTNEJ
I PSYCHOTERAPII



Edukacja seksualna w szkole może sprawić, że Twoje dziecko będzie chciało w praktyce wypróbować to, czego się nauczyło. Dlatego tak ważne jest, czego i w jakiej formie dowie się o seksualności.

WAŻNE!

Pewnego dnia 10-letnia Ola wróciła ze szkoły roztrzęsiona. Oświadczyła rodzicom, że seks jest obrzydliwy i nie chce mieć z tym nic wspólnego. Okazało się, że wychowawczynie usłyszała, jak jej uczennice rozmawiają o seksie. Podczas godziny wychowawczej doprowadziła do rozszyfrowania zagadki: pewien chłopiec ze starszej klasy przynosi do szkoły na smartfonie brutalną pornografię 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 (niestudzenie) z założenia, że wszyscy oglądali już tego rodzaju filmy. Dla Oli, wrażliwej dziewczynki, 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. Inny przykład to sytuacja, która miała miejsce podczas lekcji prowadzonej przez zewnętrznych edukatorów seksualnych. Trzynastoletni uczeń zadał pytanie: „Jak poznać, że jest się gotowym na seks?”, na które otrzymał następującą odpowiedź prowadzącej: „Kiedy będziesz umiał, bez buraka na twarzy, kupić prezerwatywy”.

Cała klasa zaniósł się śmiechem, a chłopiec, kryjąc czerwoną twarz w dłoniach, usiadł 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, w teledyskach (z czym od lat walczy Stowarzyszenie „Twoja Sprawa”). Jakby było mało, część nauczycieli jest przekonana, że wczesne zapoznanie z tematem seksualności jest najlepszym sposobem edukacji seksualnej.



I w tym całym chaosie jesteśmy my rodzice, którzy czują się zagubieni. Rozmowy z dziećmi o seksie nigdy nie były łatwe, bo to sprawa intymna. Jednak 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. By coś zmienić, musimy działać wspólnie. Przekaż tę broszurę też innym rodzicom. Dla dobra 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 nauczyciele lub edukatorzy seksualni merytorycznie i naukowo, w sposób pozbawiony zabarwienia ideologicznego, przedstawią dzieciom wiedzę o seksualności człowieka.

Wyda im się również, że w polskiej szkole brakuje edukacji seksualnej. **A jak jest naprawdę?**

WYRÓŻNIA SIĘ TRZY TYPY EDUKACJI SEKSUALNEJ:

TYP A – SEKS JAKO WYRAZ MIŁOŚCI

To 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 tu jako wartość.

W Polsce ten typ realizowany jest od ponad 20 lat jako przedmiot wychowanie do życia w rodzinie, a lekcje prowadzone 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 przyrody klasy czwartej szkoły podstawowej w dziale poświęconym rozmnażaniu i rozwojowi człowieka.



TYP C – SEKS JAKO PRZYJEMNOŚĆ

Złożona edukacja seksualna zawierająca nie tylko informacje biologiczne, ale również promocję metod antykoncepcyjnych, masturbacji i permissywizmu seksualnego. Aborcja traktowana jest tu jako neutralny sposób rozwiązywania problemu niechcianej ciąży. Według tego podejścia seks jest wyłącznie przyjemnością, dozwoloną niezależnie od relacji z drugą osobą czy jej płci.

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. PRAWDZIWY KONTRAST WYSTĘPUJE MIĘDZY EDUKACJĄ TYPU A I TYPU C. OTO NAJWAŻNIEJSZE RÓŻNICE.

WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE – EDUKACJA SEKSUALNA TYPU A

Seksualność jest tutaj przedstawiona w kontekście człowieczeństwa, jako element harmonijnego współistnienia sfery fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej i duchowej:

- 👍 jako model pokazuje trwały związek monogamiczny, oparty na miłości, wierności i szacunku,
- 👍 propaguje małżeństwo – trwały związek mężczyzny i kobiety,
- 👍 nie promuje związków seksualnych przedmażeńskich i pozamażeńskich,
- 👍 traktuje współżycie seksualne jako wyraz miłości,
- 👍 postrzega 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 popędem seksualnym,
- 👍 promuje samowychowanie.



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 tutaj ukazywana jako popęd, który wymyka się spod kontroli i musi zostać zaspokojony, dlatego edukacja seksualna koncentruje się na unikaniu 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.

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

To wynik 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 zawarte 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 również informacje o masturbacji,
-  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) Patr: 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*, Vademecum. 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.

WAŻNE!

Zalecany i obowiązujący już w wielu krajach program edukacji seksualnej nie tylko informuje dzieci o budowie i funkcjach narządów rozrodczych, ale uczy również 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 błogosławieństwem 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)

NALEŻY PAMIĘTAĆ TAKŻE O TYM, ŻE PREZENTOWANIE DZIECKU MATERIAŁÓW PORNOGRAFICZNYCH (RÓWNIEŻ TAKICH, KTÓRE UKAZUJĄ DZIECKO W KONTEKSTACH SEKSUALNYCH) MOŻE BYĆ ELEMENTEM PROCESU UWODZENIA PRZEZ OSOBĘ O SKŁONNOŚCIACH PEDOFILSKICH. MA TO NA CELU OSWOJENIE MŁODEGO ODBIORCY Z SEKSEM I ZACHĘCENIE GO DO PODJĘCIA AKTYWNOŚCI W TEJ SFERZE.

SKANDALICZNE PRZYKŁADY EDUKACJI TYPU C W POLSCE

Przykładem mogą tutaj być wydane w Polsce książki *Wielka księga cipek* (4) oraz *Wielka księga siusiaków* (5), 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 wyjmuj 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. Ale w tym przekazie nie ma żadnej informacji czy refleksji nt. zasad i norm moralnych oraz odpowiedzialności za podejmowane decyzje.

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 jeszcze gotowa. Przeczy też 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:

Reakizowane w szkołach w Wielkiej Brytanii edukacji seksualnej typu C skutkowało wysokim wskaźnikiem ciąży wśród nastolatków (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 nastolatków, co zdumiało samych autorów badań (8).



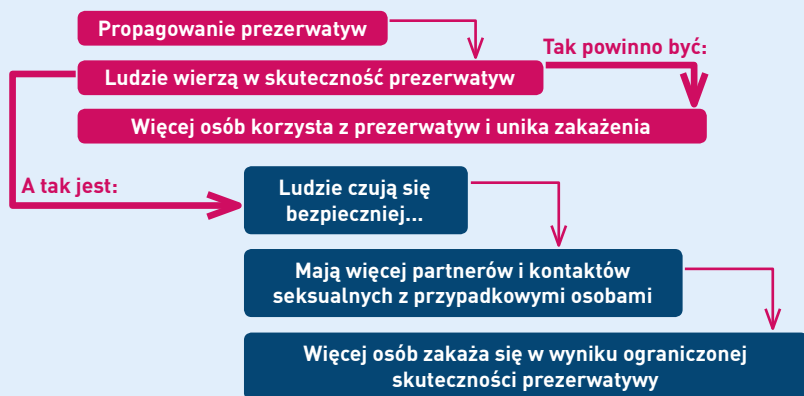
WNIOSEK

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 innymi chorobami wenerycznymi? Chronią 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 PORĄŻKI 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: Łucja Jarczevska (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?

Kilka ważnych pytań, które warto, aby zadał sobie każdy rodzic:

- Każde dziecko rozwija się indywidualnie i ma różne problemy. Czy nauczyciel lub edukator będzie w stanie odpowiedzieć na problemy wszystkich dzieci, nie naruszając ich wrażliwości?
- Kto lepiej niż Ty zna moje dziecko?
- Czy nawet najlepiej zorganizowane zajęcia z edukacji seksualnej odpowiedzą w pełni na potrzeby i pytania mojego dziecka?
- Czy chcesz, by 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!

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 ROZMAWIAĆ?

Normalnie. Jak o każdej innej ważnej rzeczy. Dla młodszego dziecka odpowiedź rodzica jest jedyna i prawdziwa. Przyjmie bez zastrzeżeń to, co mu powiesz. Sprawa komplikuje się w momencie dorastania, gdy 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? Wtedy, gdy damy mu poczucie bezpieczeństwa, zaufania i miłości. Nie wystarczy wiedza „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. Bądź o dwa kroki przed „resztą świata” w objaśnianiu spraw seksualności.
2. Zawsze mów dziecku prawdę.
3. Jeśli czegoś nie wiesz lub nie jesteś pewien, jak o tym powiedzieć – nie zmyślaj.
4. Nie zbywaj, nie wyśmiewaj, nie kpij.
5. Informację dostosowuj do wieku dziecka. Najlepiej zachęcaj do pytań i uważaj, by nie przekazać za dużo zbyt szczegółowych informacji naraz.
6. Używaj słów zrozumiałych dla dziecka.
7. Im młodsze dziecko, tym krótszy komunikat. Bądź jednak otwarty na pytania.
8. Pytania o treści seksualne traktuj równie spokojnie, jak pytania o budowę traktora.
9. Informuj o zagrożeniach w sposób prawdziwy i z troską, nie strasząc naginanymi argumentami.
10. Dbaj o to, by inni ludzie, którzy pomagają nam wychowywać dziecko, wzmacniali nasz przekaz, a nie go podważali (12).

(na podstawie: S. Grzelak *Dziki ojciec*, s. 180).



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

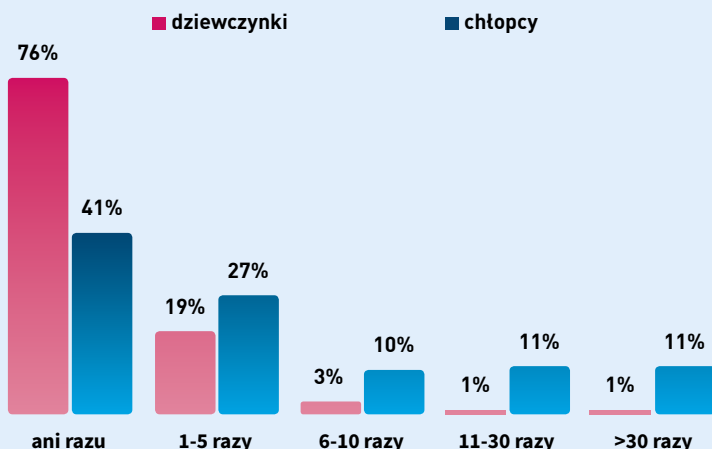
DLACZEGO TRZEBA NAUCZYĆ SIĘ ROZMAWIANIA O SEKSUALNOŚCI?

AMATORSKA EDUKACJA SEKSUALNA – PROBLEM PORNOGRAFII

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

Każde dziecko mające dostęp do internetu może łatwo trafić na materiały pornograficzne. Jest to łatwiejsze wówczas, gdy zacznie samo aktywnie poszukiwać informacji o seksie, gdyż rodzice nie chcieli z nim o tym rozmawiać.

CELOWE OGLĄDANIE PORNO W CIĄGU OSTATNICH 30 DNI – MŁODZIEŻ 14-15 LAT



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 dużo filmów porno zawiera przemoc seksualną wobec kobiet
- oglądanie brutalnej pornografii 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 tej, która była dostępna 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 występują **charakterystyczne okresy większego i mniejszego zainteresowania sferą seksualną**.

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



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 wręcz 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.

Tematyka seksualna może jednak **zdominować zainteresowania** dziecka pod wpływem czynników zewnętrznych. Tak będzie na przykład z dzieckiem, które **ogląda pornografię lub uległo seksualizacji**. 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:

- Jedyną osobą, która może oglądać twoje części intymne (czyli te, które zasłaniamy 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 najgłośniej, jak potrafisz, by ich zaalarmować. Natychmiast potem powiedz o tym zaufanemu dorosłemu, np. tacie, mamie czy wychowawcy.

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 dzidzius dostał się do brzucha mamy, czy jak się odżywia.
- W wieku szkolnym dziecko potrzebuje poznać poprawne, niewulgarne 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 itp.

OŚ 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 WYCHOWYWANIU 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. Wówczas się dowiesz, 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 Skarbow 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/>



CO ROBIĆ, 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 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 skrępowania fachowiec? Boję się, że przez swój wstyd sprawię, że dziecko będzie uważało seks za coś złego.

To zawstydzenie może być twoim atutem. Ważna jest szczerość rodzica. Dziecko, widząc, że temat seksualności jest dla ciebie krępujący, przy odpowiednim wyjaśnieniu zaczyna rozumieć, że to sprawa intymna. A zatem nawet jeśli jesteś skrępowany 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 intymnymi sprawami.

Kiedy seksualność omawia seksedukator, dziecko może być zawstydzone przez niego, gdy będzie próbowało chronić swoją intymność. 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).

Czyli 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 (tu pomocny może być między innymi sport, np. poranne bieganie). Tłumienie polega na aktywnym myśleniu o napięciu seksualnym i podszytej emocjami próbie, by przestać na siłę je odczuwać. Takie 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. Pamiętajmy jednak, że w tym modelu już sześćioletnie dzieci uczone są, że „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, zachęczone do podejmowania eksperymentów seksualnych oraz oswojone ze zdjęciami lub filmami przedstawiającymi narządy płciowe lub akt kopulacji, może się stać łatwą ofiarą pedofila.

Zupełnie czym innym jest przekazywanie dzieciom informacji, że seks jest dla osób dorosłych, dojrzałych. Natomiast w modelu edukacji seksualnej typu A powinna to robić osoba zaufana.

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 i możliwości percepcyjnych dziecka. Czy uczymy dzieci kierowania samochodem? Nie, bo są za małe. Uczymy ich za to zasad ruchu drogowego, np. jak przechodzić przez jezdnię. 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?”.

FAQ: Zarzucacie seksedukatorom 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 (dziewczeta, 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. Czym to się różni od pokazywania Twojemu dziecku tego samego w klasie?

(20) Raport Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego na temat seksualizacji dziewcząt w: Ewa Rżysko (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 złego jest w tym, że dziecko dowiaduje się na przykład o istnieniu osób transseksualnych?

W „genderowym” rozumieniu płeć biologiczna nie jest istotna, ważne jest, kim się czujesz. Edukacja musi być zawsze dostosowana do wieku i potrzeb rozwojowych. 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.

Dodajmy, że 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 utrwala to ich problem z tożsamością płciową, lecz także trwale je okalecza. W Polsce 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 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 samokontrola w zakresie seksualności jest wartością, jest mu wtedy łatwiej wzrastać w zgodzie ze swoimi ideałami. Takim miejscem, wspólnotą może być Ruch Czystych Serc. Jest to ruch zainicjowany przez czasopismo „Miłujcie się!”, którego członkowie decydują się na wstrzemięźliwość seksualną do ślubu. Co ważne, za rzeszonym postanowieniem idzie konkretna pomoc w tym zakresie, np. w takim organizowaniu sobie dnia, ażeby był w nim czas na naukę, pracę, odpoczynek, sport oraz zabawę. W tej wspólnotocie 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: „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”.

Powyższy postulat jest realizowany od 1999r. w polskiej szkole na przedmiocie „wychowanie do życia w rodzinie” (WDŻ) od 4. klasy szkoły podstawowej do 3. klasy szkół średnich.

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

ROZMOWY Z DZIEĆMI – DOBRE POMOCY:

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

1) Podręczniki szkolne z serii „Wędrując ku dorosłości”, wyd. Rubikon (www.ksiegarniarubikon.pl)

Podręczniki te adresowane są do młodzieży, ale mogą być również pomocą dla rodziców w rozmowach z dziećmi na ważne tematy.

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

Autorzy podręczników w sposób przystępny, przyjazny i dostosowany do wieku rozwojowego uczniów prezentują treści dotyczące sfery seksualnej i miłości.

Omawiane zagadnienia w szkole podstawowej dotyczą m.in.:

- miłości, która scala rodzinę, warunków 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 treści:

- o pierwszych uczuciach: przyjaźni, zakochaniu i miłości
- potrzebie integracji seksualnej i zagrożeniach przedwczesnej inicjacji seksualnej
- planowaniu rodziny, metodach rozpoznawania płodności, chorobach przenoszonych drogą płciową i antykoncepcja i jej skutki.

2) Krótkie filmy – pełny przegląd na rodzina.tv

Niewielkie scenki rodzinne mogą zainicjować rozmowę z dziećmi na temat współczesnych zagrożeń cywilizacyjnych i problemów okresu dojrzewania.

Serie filmów („Rodzinne przeboje”, „Budowanie relacji”, „Rodzina na piątkę”, „Cyfrowy świat”, „Życie w wolności”, „Edukacja medialna”), w których są poruszane m.in. następujące kwestie:

- rodzinne rozmowy,
- jak sobie radzić z huśtawką nastrojów u nastolatków,
- rodzinne konflikty i sposoby ich rozwiązywania,
- sexting – o granicach prywatności w sieci.
- presja seksualna i przedwczesna inicjacja seksualna.

Seria „Życie w wolności” złożona z 5 filmów, poruszających 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://twojedzieckowielskasprawa.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 dorosłym 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 przedstawiony 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>

Fundacja Edukacji Zdrowotnej i Psychoterapii istnieje by chronić i ratować zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży.

Nasza misja:

- Walczymy o każdego młodego człowieka, jego rozwój, szczęście, dobre relacje. Pomagamy w kryzysach, zapobiegając zachowaniom ryzykownym i uzależnieniom.
- Angażujemy rodziców w życie ich dzieci, bo wierzymy, że tata i mama mogą być najlepszymi przewodnikami.
- Wspieramy nauczycieli w realizowanej przez nich roli wychowawcy.

Cieszymy się, że jeden z poradników trafi w Twoje ręce!

Było to możliwe dzięki hojności naszych Darczyńców, którzy sfinansowali jej opracowanie, wydanie, druk i kolportaż. Dzięki nim poradnik jest bezpłatny.

**MOŻESZ WŁĄCZYĆ SIĘ W POMOC!
WESPRZYJ NASZE DZIAŁANIA.**

Nr konta bankowego fundacji:

38 1090 1476 0000 0001 1625 0228



Możesz nas wesprzeć także 1%
KRS: 0000386395



Wydawca: Fundacja Edukacji Zdrowotnej i Psychoterapii (FEZ)IP, ul. Konarskiego 6/4 • 61-114 Poznań
kontakt: ☎ +48 511 514 224 @ biuro@edukacja-zdrowotna.pl

Autorki: Bogna Białecka (psycholog), FEZIP • Aleksandra Maria Gil (trener profilaktyki zdrowia psychicznego), FEZIP

Skład: Piotr Białecki

Korekta: Robert Bil

Wydanie II, uzupełnione, rok 2022

ISBN 978-83-939393-4-3

