

Edukacja seksualna nastolatka – jak może ją wspierać dorosły?

W szkole i w domu często brakuje rozmów na temat dojrzewania, seksualności czy budowania relacji i stawiania w nich zdrowych granic. Traktowanie tematów związanych z edukacją seksualną w sposób stygmatyzujący sprawia, że młodzież, zamiast zwracać się do zaufanych osób, czerpie wiedzę z niezetelnych źródeł – filmów, internetu czy często wyolbrzymionych opowieści innych osób nastoletnich.

Rzetelna edukacja seksualna jest niezbędna do zapewnienia młodym ludziom wiedzy na temat m.in. budowania związków pozbawionych przemocy, obopólnej zgody czy zapobiegania niechcianej ciąży. Dlatego należy otwarcie komunikować się z nastolatkami, nawet jeżeli niektóre kwestie mogą okazać się krępujące. Rozmawiając z młodzieżą, warto kierować się poniższymi wskazówkami:

1. Seks, queerowość, seksualność pokazywana w mediach – młodzież ma świadomość tego wszystkiego i trzeba się z tym faktem pogodzić. Udawanie, że niewygodne dla nas tematy nie istnieją sprawia, że seksualność człowieka staje się dla młodych ludzi tematem tabu, o którym nie powinno się rozmawiać, a przynajmniej nie z rodzicami.
2. Osoby nastoletnie powinny mieć świadomość, że mogą zadawać pytania o tematy związane z edukacją seksualną. Że zostaną wysłuchane, a nie zignorowane, zawstydzone czy wprowadzone w błąd. Warto zbudować zaufanie między rodzicem a dzieckiem dużo wcześniej niż w momencie, kiedy młody człowiek wkracza w wiek nastoletni.
3. Nie należy zaczynać na siłę rozmowy np. o aktualnych związkach nastolatków. O ile nawiązywane przez młodych ludzi relacje nie noszą znamion przemocy i nie wymagają interwencji, mają oni prawo do prywatności. Naciskanie może skutecznie zniechęcić osoby nastoletnie do otwartego komunikowania się z rodzicami w przyszłości.

4. W internecie oraz w kręgach swoich znajomych młodzież ma dostęp do treści, które zakrzywiają obraz relacji, przedstawiają wyidealizowane obrazy ciała itp. Ważne jest zapewnienie nastolatkom łatwego dostępu do sprawdzonych materiałów, np. profili na Instagramie czy książek zajmujących się zagadnieniami ze spektrum edukacji seksualnej, tak aby młodzi ludzie mogli skonfrontować napotykaną informację z rzetelnymi źródłami wiedzy.

Przykładowe materiały:

Anja Rubik #SEXEDPL. *Rozmowy Anji Rubik o dojrzewaniu, miłości i seksie*

Akcja Menstruacja (<https://www.instagram.com/akcjamenstruacja/?hl=pl>)

FUNDACJA SexedPL (<https://www.instagram.com/sexedpl/?hl=pl>)

kasia_cozymseksem (https://www.instagram.com/kasia_cozymseksem/?hl=pl)

stowarzyszenie_tolerado (https://www.instagram.com/stowarzyszenie_tolerado/)

5. Będąc w temacie internetu, dobrze jest porozmawiać z młodymi ludźmi o tym, co mogą w nim zobaczyć. Uświadomić, że zachowania i wyidealizowany wygląd ciał, przedstawiane przez media społecznościowe i filmy pornograficzne, nie mają odzwierciedlenia w rzeczywistości.

6. Niezwykle ważna jest także rozmowa o świadomej zgodzie. Wszystko, co zachodzi między dwiema nastoletnimi osobami, powinno zostać zaakceptowane przez obie strony. Warto upewnić się, że młodzież ma tego świadomość.

7. Istotnym, choć trudnym do podjęcia tematem jest antykoncepcja. Młodzi ludzie wchodzący w pierwsze poważne związki powinni mieć rzetelną wiedzę na temat dostępnych metod oraz wad i zalet każdej z nich. W internecie często mogą natknąć się na

wprowadzające w błąd informacje, dlatego lepiej zawczasu odbyć taką rozmowę, aby młodzież mogła świadomie podjąć decyzję dotyczącą używanej antykoncepcji.

8. Osoba dorosła nie jest encyklopedią. Nie musi od razu udzielać odpowiedzi na każde pytanie, jakie zada jej nastolatek. Ma prawo czegoś nie wiedzieć! Zawsze można poprosić o czas do namysłu, znaleźć odpowiedź i wrócić do rozmowy później. Przyznanie się do niewiedzy jest lepsze, niż wprowadzenie w błąd.

Materiał powstał w ramach projektu CIAŁO WYKLUCZONE – ciałopozytywny projekt antydyskryminacyjny.

Projekt finansowany przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię z Funduszy EOG i Funduszy Norweskich w ramach Programu Aktywni Obywatele – Fundusz Regionalny.