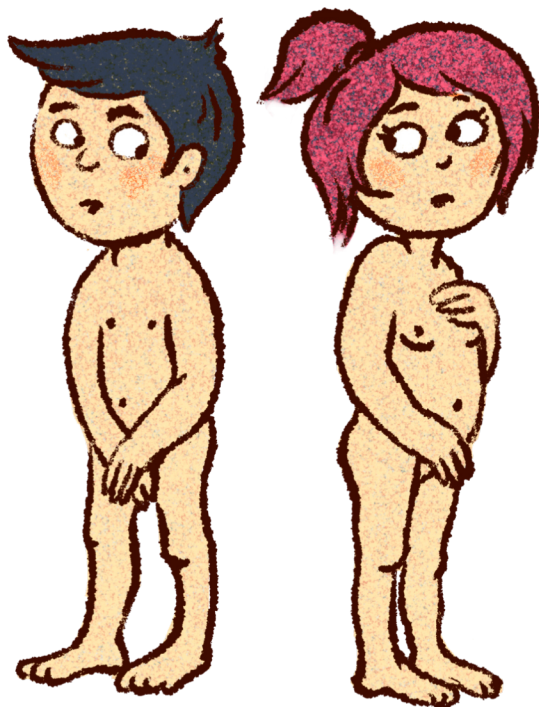


**CORPUL MEU,**

**EMOȚIILE MELE**

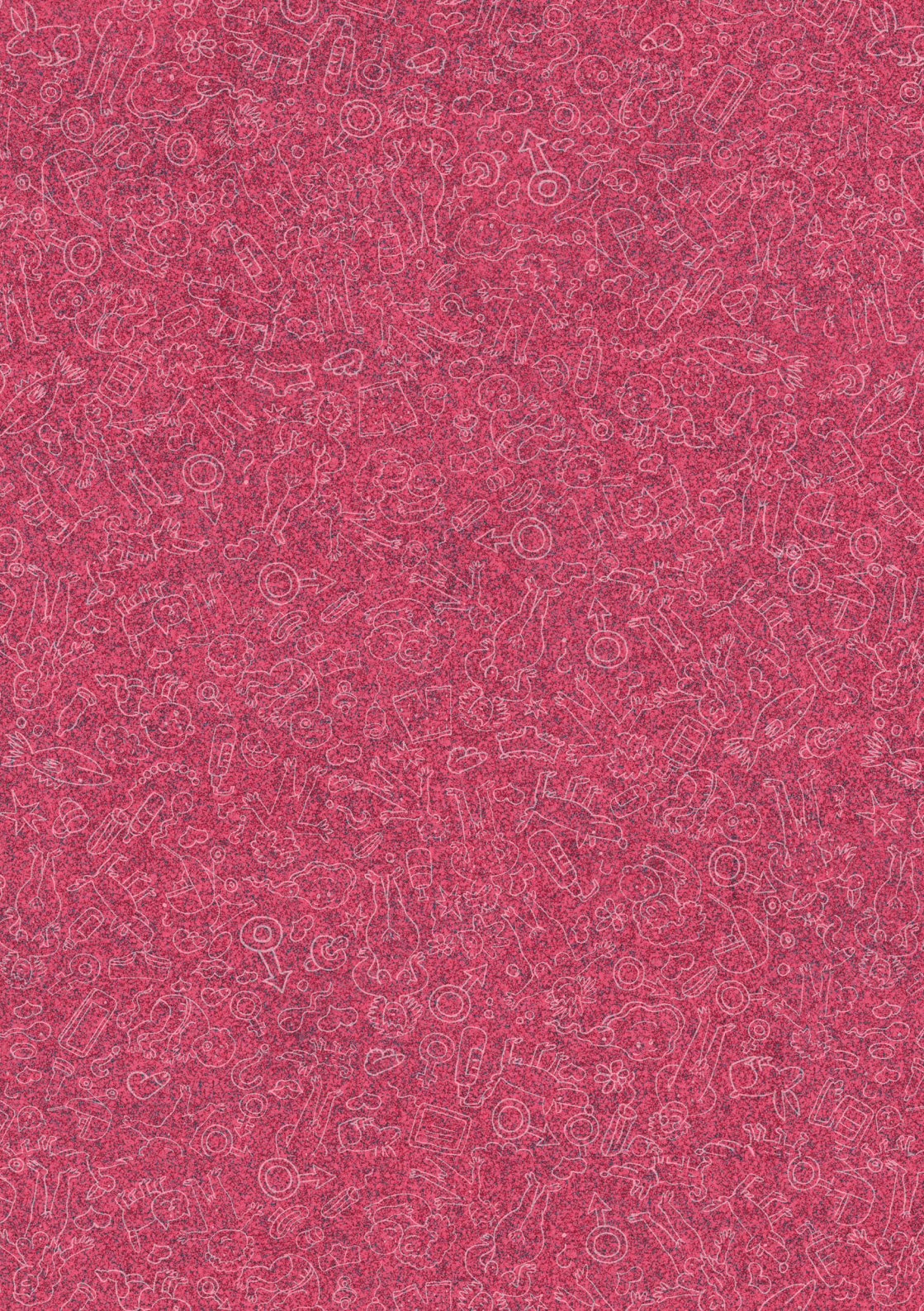


## **Educație sexuală pe înțelesul tuturor**

Ghid pentru părinți

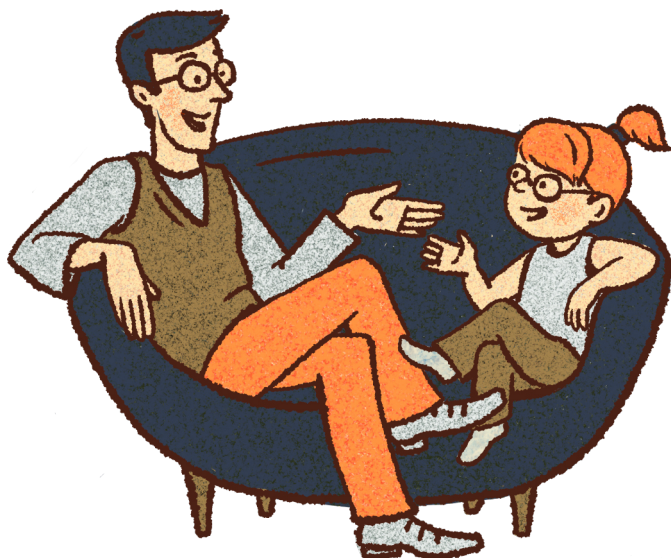
**7-9 ANI**







# Introducere



Dragi părinți și tutori, ne bucurăm că oferta noastră v-a atras atenția. Asta înseamnă că faceți parte dintre adulții care doresc să le fie alături copiilor și să îi îndrume pe parcursul procesului de maturizare, inclusiv în ceea ce privește educația sexuală. În acest sens, dorim să vă venim în ajutor, întrucât puțini adulți au învățat cum să vorbească despre subiecte precum corpul, iubirea, sexualitatea sau identitatea. Fiecare persoană are propriul său „bagaj de cunoștințe” în domeniul educației sexuale – un bagaj mai plin sau mai gol, în funcție de experiențele proprii.

Intenția noastră este de a vă ajuta să umpleți „compartimentele” bagajului dumneavoastră pentru a putea răspunde la întrebările pe care copiii le vor avea pe parcursul copilăriei și adolescenței și cu care, probabil, vor veni la dumneavoastră doar dacă observă că primesc și răspunsuri.

Chiar dacă la grădiniță și/sau la școală copiii au alături oameni implicați, care le oferă o educație potrivită vârstei lor, primele persoane spre care ei se vor îndrepta atunci când vor avea nelămuriri sau întrebări sunteți dumneavoastră, în calitate de membri adulți ai familiei. Dumneavoastră sunteți cei care alegeți să denumiți, încă de când copilul este mic și îl înfășați, toate sau doar unele părți ale corpului, cei care răspundeți unor eventuale

Întrebări legate de sexualitate cu „ești încă prea mic ca să înțelegi asta” sau, dimpotrivă, cu „este o întrebare interesantă, trebuie să mă gândesc cum să îți explic”.

Cu cât începeți mai devreme să abordați subiectele „corpul”, „iubirea”, „relațiile”, „sexualitatea” și „identitatea” ca pe niște teme ce fac parte din viața cotidiană, cu atât va fi mai ușor, atât pentru dumneavoastră, cât și pentru copil. Discuțiile izolate pe un astfel de subiect devin cu atât mai jenante cu cât copiii sunt mai mari, iar adulții și copiii respiră adesea ușurați la sfârșitul unui astfel de dialog. Este de preferat să vă însoțiți constant și cu blândețe copiii în acest proces de cunoaștere. Copiii care au descoperit că pot veni cu întrebările lor la dumneavoastră și că primesc răspunsuri serioase și corecte din punct de vedere științific, vă vor și adresa mult timp întrebările pe care le au.

Fiecare părinte își dorește tot ce e mai bun pentru copilul său, de aceea este cu atât mai important să luați în serios eventualele atitudini negative referitoare la educația sexuală, atitudini născute din propria experiență sau influențate de mass-media. Dorim să vă oferim posibilitatea de a vă confrunta cu ele.

Educația sexuală este o componentă importantă a abuzului sexual, deoarece ea le pune copiilor la dispoziție cuvinte și informații cu ajutorul cărora aceștia pot verbaliza, comunica și descrie ceea ce s-a întâmplat într-o situație neplăcută. Nu este nevoie să vă faceți griji că, oferindu-le o educație sexuală blândă și adaptată vârstei, îi copleșiți pe copii sau le răpiți „inocența”. Neștiința este cea „îndepărtată” prin oferirea de informații. Între cele două există o diferență semnificativă.

Din perspectiva diferenței de gen, copiii sunt încă de la început ființe sexuale, nu doar din momentul în care intră la pubertate. Sexualitatea copilului nu trebuie însă comparată cu sexualitatea adultului, cea dintâi caracterizându-se cu precădere printr-o curiozitate jucăușă, copilărească. Comportamente observabile pot fi, de exemplu, explorarea copilărească a corpului, curiozitatea de a vedea și dorința de a arăta, precum și adresarea unor întrebări. Copiii devin destul de devreme interesați de diferențele dintre genuri, dar și de modul în care au venit ei pe lume.

Răspunsurile corecte din punct de vedere științific și adaptate vârstei nu „sexualizează” copiii, ci le pun la dispoziție cuvinte pentru a exprima și a descrie ceea ce observă sau trăiesc. Educația sexuală contribuie astfel la consolidarea încrederii în sine și îi protejează pe copii de abuzuri, ei recunoscând mai rapid și mai ușor comportamentele sau acțiunile nepotrivite.



Dar ce se întâmplă cu copiii care par să nu aibă întrebări? Este posibil ca întrebările lor să nu fi fost „auzite” sau să fi fost considerate nepotrivite pentru vârsta copilului. Copiii au „antene” foarte fine și știu spre cine să se îndrepte atunci când au întrebări. În momentul în care setea lor de cunoaștere nu este satisfăcută de către adultul căruia i s-au adresat, ei găsesc rapid alte modalități de a afla răspunsul (frații mai mari, internetul...). O carte pe această temă sau un site web sunt întotdeauna modalități potrivite pentru a o introduce. Important este însă ca dumneavoastră să vă faceți timp pentru a verifica dacă reprezentările, imaginile, filmele, dar și limbajul sunt potrivite pentru copilul dumneavoastră.

Niciun adult nu va reuși să evite să „facă”, într-un mod sau altul, educație sexuală: aceasta începe încă din primele luni de viață ale bebelușului, odată cu numirea părților corpului acestuia. Felul în care veți răspunde mai târziu la întrebări și disponibilitatea de a răspunde vor transmite copilului poziția și valorile dumneavoastră. Orice discuție pe subiectele pe care le regăsiți în această carte este strâns legată de valorile dumneavoastră, pe care le transmiteți și copilului. Prin urmare, este util să vă gândiți din timp la aceste valori.

Opriti-vă pentru un moment și reflectați: când, cum și unde ați primit dumneavoastră răspunsuri legate de acest subiect? Ce teme au fost abordate? Ce teme au fost lăsate la o parte și de ce? Cum ar fi putut să fie mai bine? Ați avut parte de educația sexuală pe care o doriți pentru copilul dumneavoastră? Nu? Atunci experiența dumneavoastră este asemănătoare cu cea a majorității dintre noi. Vestea bună este însă următoarea: Dumneavoastră puteți face asta mai bine! Și exact în acest sens dorim să vă venim în ajutor.

Asta nu înseamnă că trebuie să deveniți expert în acest domeniu. Luați-vă un timp de gândire în cazul în care copilul întreabă ceva, iar dumneavoastră nu găsiți imediat un răspuns potrivit pentru vârsta lui. Fiți sincer, explicându-i, de exemplu, copilului că, spre deosebire de modul în care au procedat părinții dumneavoastră, doriți să îi oferiți un răspuns cât mai bun. Cutați cărți care să fie potrivite pentru acea grupă de vârstă și/sau aruncați o privire în aplicația noastră.

### **Dar de ce atât de devreme?**

- ▶ Deoarece copiii devin foarte devreme interesați de diferențele de gen. Nu este vorba aici doar de băieți și fete, ci de perceperea unei varietăți de aspecte feminine și masculine.
- ▶ Deoarece copiii își doresc să afle de unde „vin”.

- ▶ Fiindcă cei mici preiau de la grădiniță sau de la școală cuvinte din sfera educației sexuale, dar nu le folosesc corespunzător.
- ▶ Deoarece, prin intermediul mass-media (de la afișe publicitare la reclamele de la televizor sau pornografia din mediul online), copiii se confruntă foarte devreme cu conținuturi sexualizate și nu este deloc de dorit ca primul lor contact cu această temă să fie pornografia.
- ▶ Deoarece cunoașterea contribuie la formarea copiilor atunci când ei se întâlnesc în viața de zi cu zi cu diversitatea de gen. Copiii acceptă diversitatea/modurile de viață diverse dacă știu despre ele, iar această atitudine este importantă pentru o bună conviețuire în societatea noastră.
- ▶ Deoarece tinerii care au avut parte de o educație sexuală potrivită își încep viața sexuală mult mai târziu, întrucât știu în general ce îi așteaptă și nu cedează presiunii grupului. Copiii devin competenți și sunt mai responsabili în ceea ce privește iubirea, sexualitatea și relațiile.
- ▶ Deoarece copiii care au avut parte de o bună educație sexuală sunt mai bine protejați de abuzurile sexuale: au în vocabular nume pentru toate părțile corpului lor (pot astfel descrie dacă li s-a întâmplat ceva, de exemplu, dacă o altă persoană le-a mângâiat organele genitale) și știu că sexualitatea este ceva propriu tinerilor și adulților, și asta doar dacă acțiunea este consimțită de ambii parteneri. Știu așadar că nu este permis să faci asemenea lucruri cu copiii.
- ▶ Deoarece educația sexuală este una dintre principalele componente ale prevenției abuzului sexual asupra copiilor. Agresorii provin în mare măsură din mediul social apropiat, astfel că o avertizare a copiilor împotriva „străinilor care le vor răul” nu este mereu de folos.

Este, de altfel, în regulă dacă cei mici, nefiind obișnuiți să vorbească despre aceste lucruri, se simt jenați atunci când este abordat subiectul. Au voie să chicotească! Și mai au voie să considere unele lucruri „scârboase”. Încurajați aceste sentimente ale copiilor, explicându-le clar: „Nici nu îți poți imagina atunci când ești copil că astfel de lucruri pot fi plăcute – nimănui nu îi este permis să facă asemenea lucruri cu copiii!” Așa ați îmbinat – fără să speriați copilul – prevenția abuzului sexual asupra copiilor cu o discuție din sfera educației sexuale.



## Ce rol joacă dezvoltarea psihosexuală?

Fiecare copil se dezvoltă în ritmul său. Unii copii pun întrebări din sfera educației sexuale mai devreme, alții abia mai târziu. Acest lucru se întâmplă, de altfel, și cu teme din alte domenii, față de care copiii devin interesați pe parcursul dezvoltării lor. Dacă sunteți alături de copilul dumneavoastră, îl ascultați și urmăriți îndeaproape interesul său pentru un subiect sau altul, veți fi în măsură să recunoașteți momentul potrivit pentru abordarea unei anumite teme. Cu ajutorul cărților sau al altor materiale educative (de exemplu, păpuși cu organe genitale sau puzzle-uri care înfățișează diferite tipuri de familii), puteți aduce aceste teme în universul copilului dumneavoastră în mod firesc.

Acest ghid este structurat pe trei grupe de vârstă, selectate pornind de la Standardele OMS pentru educația sexuală în Europa: 4-6 ani, 7-9 ani și 10-12 ani. Delimitările dintre aceste grupe sunt însă flexibile, orientative, nu toți pașii învățării regăsindu-se obligatoriu la o anumită grupă de vârstă.

În tabelul de mai jos regăsiți schimbările și domeniile de interes caracteristice în linii mari fiecărei grupe de vârstă, precum și tipul de suport parental adecvat. Încadrarea lor într-un anumit interval de vârstă este orientativă, întrucât niciun copil nu corespunde strict unui standard.

0-4 ani

- ▶ Copiii ar trebui să cunoască denumirile corecte ale părților corpului, în special ale organelor sexuale. În acest sens este importantă folosirea timpurie a termenilor științifici. Un exemplu în limba română ar fi cuvintele „penis” și „vulvă”.
- ▶ Copiii cunosc diferențele dintre genuri, atât diferențele fizice, cât și pe cele sociale.
- ▶ Copiii recunosc și exprimă diferite sentimente și își manifestă dorințele și nevoile.
- ▶ Învăță primele lucruri legate de igiena personală și aplică ceea ce știu.
- ▶ Dezvoltă o atitudine pozitivă față de propriul corp și pot exprima dorințe și limite, ca de exemplu în cadrul jocurilor de cunoaștere a corpului.
- ▶ Copiii își formează primele idei și reprezentări legate de modele familiale și diferite grade de rudenie.

4-6 ani

- ▶ Copiii descoperă că există diferențe fizice legate de vârstă: corpul unui copil arată altfel decât corpul unui adult (de exemplu, prezența/absența părului corporal, forma corpului, dezvoltarea sânilor).
- ▶ Află informații concrete despre fertilitate și reproducere.
- ▶ Dobândesc cunoștințe despre sarcină, naștere și bebeluși, moarte.
- ▶ Își formează propria identitate de gen.
- ▶ Copiii percep și diferențiază emoții, ca de exemplu gelozia, furia, teama, dezamăgirile.
- ▶ Descoperă, de asemenea, că nu toți oamenii se poartă „frumos” cu copiii și află în ce situații ar trebui să se adreseze unei persoane de încredere.
- ▶ Copilului trebuie să i se ofere un spațiu personal, deoarece apar deja nevoia de intimitate și sentimentul de rușine.

7-9 ani

- ▶ Cunoștințele despre corpul uman devin mai specifice: menstruație, ejaculare, diferențe individuale în dezvoltarea pe termen lung, diferențe biologice și sociale între bărbați și femei, precum și cunoștințe despre diversitatea de gen.
- ▶ Copiii află informații de bază despre bolile cu transmitere sexuală și despre unele mijloace de contracepție.
- ▶ Au cunoștințe despre varietatea relațiilor (relație de iubire, relație de prietenie etc.). Pot stabili contacte sociale și lega prietenii, respectându-i pe cei din jurul lor.
- ▶ Continuă dezvoltarea emoțională.
- ▶ Rușinea și intimitatea joacă un rol tot mai important.
- ▶ Copiii ar trebui să își cunoască drepturile.



- ▶ Copiii se confruntă cu noi informații despre corp, percepții asupra corpului, modificări ale corpului (mutilare genitală la fetele, circumcizie la băieți, măsuri de schimbare a sexului la copiii intersexuali, tulburări de alimentație, tatuaje/ piercing-uri). Descrierea propriei percepții a corpului este influențată de sănătate, imaginea de sine și comportament.
- ▶ Copiii au cunoștințe despre masturbare.
- ▶ Dezvoltarea pe plan emoțional continuă, copiii învățând în continuare despre sentimentele proprii și ale celorlalți (de exemplu gelozia).
- ▶ Copiii știu ce presupune o sarcină (responsabilitatea pe care o au părinții, schimbarea relațiilor). Apare întrebarea referitoare la sarcină în cadrul relațiilor homosexuale, dar și tema infertilității.
- ▶ Experimentează cu flirtul și întâlnirile.
- ▶ Este importantă competența de a naviga în mod responsabil pe internet și de a recunoaște posibilele pericole (de exemplu, partajarea de fotografii și modul de folosirea a chatului sunt teme ce ar trebui discutate și explicate). Dețin cunoștințe de bază despre sexualitate/ internet/ reprezentări ale corpului în mass-media.
- ▶ Cunoștințele despre bolile cu transmitere sexuală devin mai bogate.

## Secțiune tematică

### Corpul

#### Sunt necesare cunoștințe detaliate

Propriul corp și corpul celorlalți rămân interesante! Cu toate acestea, explorările și cercetările se petrec acum într-un mod mai ascuns, deoarece s-a instalat deja sentimentul de rușine .

Pentru mulți copii, școala primară este o perioadă în care acumulează cunoștințe detaliate (de exemplu, despre dinozauri). Prin urmare - și, de asemenea, pentru că maturizarea fizică poate începe foarte devreme și nu ar trebui să îi ia prin surprindere pe copii – acesta este un moment bun pentru a le oferi copiilor, într-o formă accesibilă, informații despre schimbările prin care va trece corpul lor în următorii câțiva ani .

Mulți copii din această grupă de vârstă sunt interesați de schimbările fizice la pubertate. Fie au frați mai mari, prin intermediul cărora observă că adulții arată diferit, sau remarcă aceste diferențe în filme și publicitate.

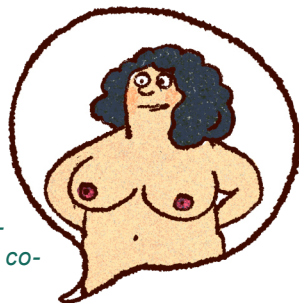
Mai jos avem exemple de aspecte tipice dintr-o discuție despre pubertate. Veți găsi aici idei despre felul în care puteți iniția sau purta o conversație pe acest subiect. Puteți utiliza răspunsurile scrise cu verde, atunci când vorbiți cu cei mici.

*„Când o fată devine femeie sau un băiat devine bărbat, se schimbă multe în interiorul și în afara corpului. Ce observați, ce este diferit la femeile și bărbații adulți față de copii?”*

Veți constata, probabil, că observațiile copiilor sunt numeroase și corecte, de exemplu:

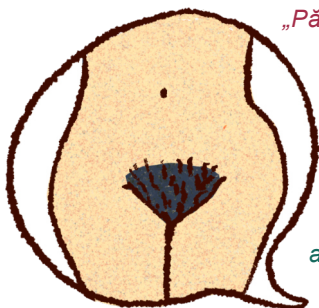
*„Femeile au sâni.”*

*„Este posibil ca zona din jurul sfârcurilor să fie acum din ce în ce mai sensibilă. Poți simți, uneori, o „mâncărime”. De asemenea, un sân poate crește mai repede decât celălalt. Acest lucru este perfect normal. Chiar și la băieți poate apărea creșterea (temporară) a sânilor; acest lucru nu este ieșit din comun.”*



*„Părul crește acolo jos.”*

*„Firele de păr cresc pe picioare încă din copilărie. Mai târziu, părul crește, de asemenea, pe axile și pe vulvă sau în jurul penisului și scrotului. Cu toate acestea, ele nu cresc ca firele de păr de pe cap, ci rămân scurte și sunt adesea mai ondulate și mai sărmoase decât firele de păr capilar. Unii se rad, alții nu. Poți decide singur/ă.”*



*„Femeile au menstruație.”*

*„Din momentul în care ajung la pubertate, femele sângerează din vagin cam o dată pe lună. Acest lucru se datorează faptului că, în fiecare lună, în uter este pregătit un „cuib” pentru un copil - adică, uterul este căptușit (construirea membranei mucoase). Deoarece acest cuib trebuie să fie întotdeauna în stare proaspătă, în cazul în care niciun copil nu se dezvoltă în interior, mucoasa este amestecată cu sânge și se scurge prin vagin. Apoi se formează un cuib nou.”*



În special la începutul pubertății, sângerarea menstruală este adesea neregulată; chiar și la vârsta adultă, ciclul poate varia foarte mult de la o persoană la alta.



Cel târziu în școala primară, copiii devin interesați de modul în care au fost creați. Pentru mulți, această întrebare se ivește cu ceva timp în urmă - de exemplu atunci când în familie apare un frate sau o soră.

*„De unde vin copiii?”*

*„Majoritatea copiilor apar în felul următor: când un bărbat și o femeie se iubesc foarte mult, ei se sărută și se îmbrățișează, uneori chiar dezbrăcați. Partea cea mai intimă a îmbrățișării se petrece atunci când penisul pătrunde în vagin. Dacă bărbatul și femeia continuă să se îmbrățișeze, din penis ies mulți spermatozoizi. În cazul în care aceștia întâlnesc un ovul, se poate naște un copil.”*

Precizați că adolescenții mari sau adulții fac sex unii cu alții și datorită sentimentelor frumoase și senzațiilor plăcute din timpul actului sexual - și nu pentru că vor să conceapă un copil de fiecare dată.



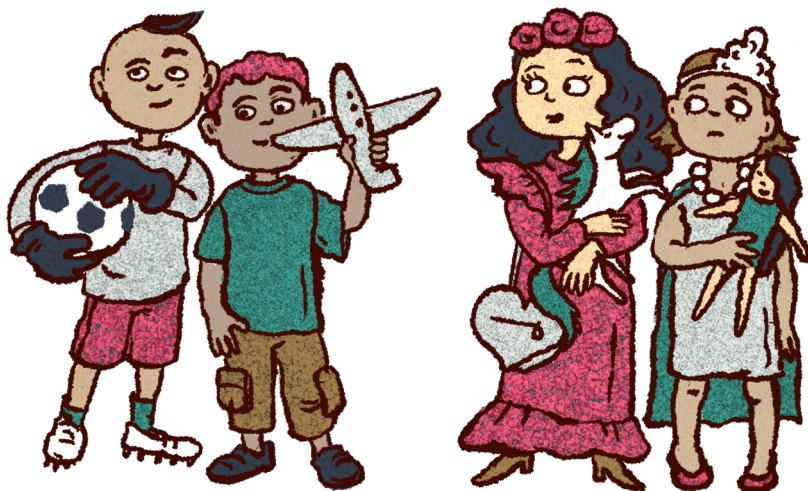
*„Ce înseamnă gay?”*

*„Când doi bărbați sunt îndrăgostiți unul de celălalt.”*

*„Ce înseamnă lesbiană?”*

*„Când două femei sunt îndrăgostite una de cealaltă.”*

## Identitatea



### Copiii interiorizează așteptările legate de gen

În învățare, imitația și observația joacă un rol esențial. Fetele analizează în copilăria timpurie, la fel ca băieții, ce comportament este evaluat pozitiv și care este sancționat. De exemplu, unii părinți sunt mai puțin dispuși să permită fiicelor lor să-și testeze limitele. Băieții, pe de altă parte, sunt adesea încurajați să atingă ultimul nivel pe un perete de cățărare. Comportamentele noastre la cumpărături joacă, de asemenea, un rol care nu trebuie subestimat.

De câțiva ani încoace, nu mai există magazin în care produsele să nu fie aranjate sau afișate în funcție de gen. Unele produse transmit foarte clar ceea ce se așteaptă de la fete și băieți: fetele ar trebui să fie frumoase și să zâmbească, băieții ar trebui să umble sălbatici, liberi și curajoși prin viață. Această abordare generează stereotipuri, prin care suntem determinați să credem că există culori, jucării sau sporturi tipic masculine sau feminine. Se presupune, prin generalizare, că toți membrii unui gen au întotdeauna și din naștere aceleași preferințe. Marketingul de gen are o motivație mercantilă și ne restricționează copiii în ceea ce privește experimentarea diversității.



*Puneți la îndoială faptul că există culori pentru fete și culori pentru băieți și intrați într-un dialog deschis cu fiul sau fiica dumneavoastră. Încurajați copilul să încerce și alte produse și fiți deschis la exprimarea dorințelor sale.*

Această clasificare socială și economică poate duce, de asemenea, la faptul că minorii intersex nu se regăsesc în ofertă, iar copiii trans devin conștienți foarte devreme că este nevoie să-și încetinească dezvoltarea fizică. Băieții transsexuali reacționează la această presiune cu tulburări de alimentație pentru a preveni dezvoltarea corpului feminin și debutul menstruației. O modalitate care poate ajuta este aplicarea unui tratament medicamentos de blocare a debutului puberal. Acesta poate fi prescris de medic și are ca efect încetinirea pubertății. În acest fel, copilul poate fi sprijinit pentru a dezvolta în liniște un sentiment pozitiv, de acceptare a propriului corp.

### **Orientarea sexuală este diversă**



*Termenul de orientare sexuală descrie preferința sexuală a unei persoane pentru un partener de un anumit gen. Există mai multe variante:*

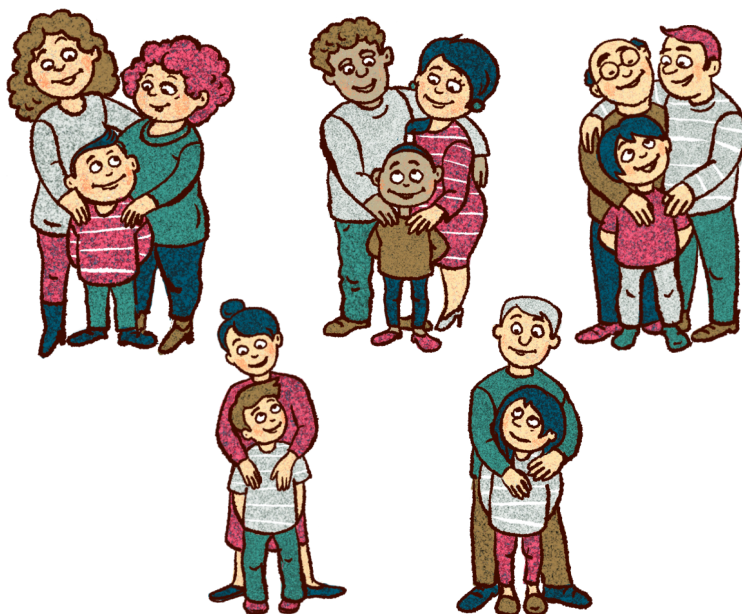
- *asexual: nu există atracție sexuală, indiferent de sex*
- *bisexual: atracție față de bărbați și femei, în aceeași măsură*
- *heterosexual: preferință exclusivă pentru sexul opus*
- *homosexual: doar genul propriu este considerat atractiv (alți termeni uzuali: gay, lesbiene)*
- *pansexual: se îndrăgostește de oameni, indiferent de sexul lor*

În societatea noastră, copiii se confruntă din ce în ce mai mult cu diferite modele familiale alternative la familia clasică, de exemplu familiile mozaic, familiile monoparentale sau familiile curcubeu, adică familiile în care cel puțin un părinte este homosexual (lesbiană, gay), transsexual sau intersex. În momentul în care copiii pun întrebări în acest sens, problema orientării sexuale ajunge rapid un subiect de discuție esențial. Copilul dumneavoastră va observa, de asemenea, și alte constelații familiale (de ex. pe stradă sau la prieteni). Aceste variante pot ajuta la înțelegerea faptului că diversitatea familiilor este la fel de normală ca alegerea partenerilor. Contează doar mesajul că fiecare persoană ar trebui să aibă dreptul de a lua propria decizie și dreptul de a se încrede în propriile sentimente.

Pentru majoritatea oamenilor, orientarea sexuală este un aspect central al personalității lor. Aceasta nu numai că descrie de cine ești atras sexual, dar include, de asemenea, experiențe individuale și sentimente personale. În plus, orientarea sexuală descrie raportarea la ceilalți: odată cu ea se nasc ipoteze și speranțe, valori, chiar și prejudecăți. Încurajați-vă fiicele și fiii din această grupă de vârstă să-i accepte pe alții așa cum sunt și să nu-i judece prematur.



*Citiți împreună cărți care abordează subiectul orientării sexuale. O recomandare de lectură: „Sex is a funny word: a book about bodies, feelings, and YOU” de Cory Silverberg / Fiona Smyth (2015). Cartea de 162 de pagini în limba engleză abordează "sexualitatea" cu ajutorul benzilor desenate. În acest sens, autorul și ilustratorul abordează cu sensibilitate diferite aspecte fizice și psihologice ale orientării sexuale și revelează fațete care conectează oamenii la această temă, evidențiind versatilitatea subiectului. Cartea este o incursiune în mediul din viața de zi cu zi a copiilor și adolescenților. Există întotdeauna modalități noi de analiză a sexualității, a corpului și a iubirii. (ISBN: 978-1609806064)*





## Sentimentele

În jurul vârstei de 7-9 ani, copiii devin din ce în ce mai independenți. Părinții rămân totuși persoane de referință foarte importante în viața lor. Acest lucru este confirmat de faptul că, pe de o parte, cei mici doresc să facă totul singuri și, pe de altă parte, caută consolarea și îmbrățișarea persoanei de referință în care au mare încredere. Atunci când ne îmbrățișează, copiii le place să călătorească în lumi imaginare, de poveste și fantezie. Există adesea o tranziție fluidă între imaginație și realitate. Conținutul fanteziilor lor poate fi legat de prietenie, de dragoste, chiar și de îndrăgostirea de altcineva, fenomen posibil prezent încă de la 5-6 ani.

La grădiniță, copiii se întâlnesc cu emoții precum rușinea, vinovăția, invidia și mândria, emoții sociale egocentrice. În vederea dezvoltării acestor emoții este nevoie de pași pregătitori în evoluția mentală și o înțelegere a diferitelor emoții simple. Prin experimentarea și învățarea emoțiilor proprii, declanșate în anumite situații, se poate realiza o înțelegere a emoțiilor față de ceilalți.

Îndeosebi sentimentul de rușine devine vizibil. Copiii se simt din ce în ce mai inconfortabil atunci când sunt surprinși dezbrăcați în prezența altor persoane, nefamiliare. Pe lângă rușine, confidențialitatea este, de asemenea, în creștere, iar copiii încep să facă o distincție clară între informații care doresc să le ofere și cui. Această confidențialitate poate fi manifestată și față de persoanele din cercul familial. Aici, persoana de referință ar trebui să rămână înțelegătoare și să respecte decizia copilului.

**Curiozitatea copilărească rămâne constantă**



Copiii mai au încă multe întrebări despre reproducere și sexualitate. Aceste întrebări devin din ce în ce mai concrete, fiind influențate de contactul cu

alți copii și cu mass-media. Adesea, întrebările dau impresia că cel mic deja cunoaște unele răspunsuri; cu toate acestea, el caută atenția părinților sau a persoanelor de referință pentru a-și potoli setea de cunoaștere. Copiii constată că adulții nu mai răspund la întrebări specifice la fel de prompt ca în anii precedenți și, în căutare de răspunsuri, ei apelează la colegi și la internet pentru a obține informații suplimentare.

## Secretele – parte a propriei autonomii

Între șapte și nouă ani, secretele rămân o parte importantă a dezvoltării propriei autonomii. La această vârstă, unii copii au mai multe secrete legate de viața de zi cu zi. Poate fi vorba de experiențe școlare sau aventuri cu alți copii. Important este să mențineți vie deschiderea și încrederea și să oferiți copilului un schimb de idei. Secretele nu ar trebui să fie judecate, deoarece acest lucru ar putea transmite o evaluare a sentimentelor și a persoanei, ceea ce ar putea conduce la căutarea altor persoane pentru a împărtășirea unui secret. Dacă nu găsește alți confidenți în imediata vecinătate, copilul renunță la împărtășirea unui secret. O consecință a acestei situații poate fi atitudinea retrasă, închisă în sine a copilului.



## Relațiile se schimbă

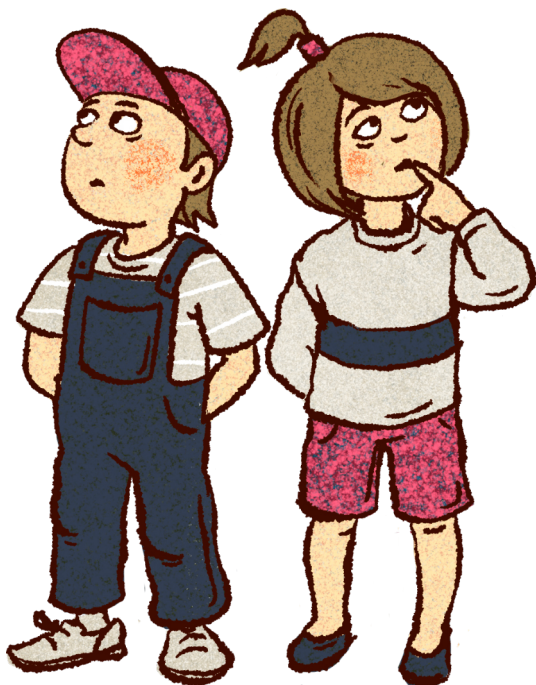
De la această vârstă, copiii au sentimente puternice de prietenie sau se pot îndrăgosti de cineva. Această afecțiune se poate manifesta față de profesori, educatori, animale de companie sau față de alți copii. Sentimentele pot fi foarte puternice, astfel încât copilul experimentează dorul. Părinții trebuie să ia în serios sentimentele fiecărui copil, să le aprecieze și, iubitori, să le fie alături. Cei mici învață să distingă, în această etapă, între diferite tipuri de relații - cum ar fi prietenia, relația de dragoste și plăcerea.



*Transformați acest timp al multor întrebări neplăcute și concrete într-o oportunitate. Profitați de curiozitate pentru a oferi copilului răspunsuri bune și informații corecte și bine direcționate. Copiii sunt foarte curioși și caută informații și răspunsuri, indiferent de sursă. Atunci când oferiți răspunsuri prietenoase sau consultați cărți pen-*

*tru copii, ei sunt protejați împotriva informațiilor dăunătoare de pe internet sau din alte surse.*

Prin experimentarea prietenilor, copiii dobândesc abilități sociale în care nu există o relație de putere sau dependență. La această vârstă, copiii se raportează din ce în ce mai mult la propriul gen; este vorba despre o echilibrare permanentă între autonomie și adaptare. În același timp, vorbim despre gelozie, crize de separare și construirea unor noi relații de prietenie. Prin experimentarea acestor tipuri de emoții, copilul va putea avea, mai târziu, relații și parteneriate pozitive și sănătoase.



## Dragostea

Școlarizarea marchează începutul unei etape în care copiii doresc să exploreze și să înțeleagă lumea din jurul lor în manieră diferită. În calitate de părinte, trebuie să luați în considerare întrebările copilului legate de sexualitate, sex, sarcină și naștere. Prin mass-media, copiii conștientizează că reclamele publicitare pe afișe, la televizor sau pe internet fac deseori referire la sexualitate.

Chiar și înainte de începutul pubertății copiilor, este firesc să stați de vorbă. Copiii sunt curioși, pun întrebări și stau cu urechile ciulite. Dumneavoastră, ca părinți, sunteți o sursă de informații și persoane de referință – dar acest lucru se poate schimba odată cu intrarea în prepubertate. Pe de o parte, importanța dumneavoastră ca interlocutor și mediator de cunoștințe crește, pe de alta, copiii devin discreți cu activitățile lor și se retrag. Această separare este un pas important către independență. O parte din acest recul implică faptul că propriul corp și sexualitatea cuiva sunt percepute ca o chestiune privată. În calitate de părinte, este important să acordați atenție limitelor copiilor dumneavoastră. Încercați să apreciați când este adecvată reținerea și în ce situații copilul are nevoie de sprijin sau conversație.

Rețineți că acționați ca model în calitate de părinte. Comportamentul dumneavoastră față de partener și față de propriul corp este permanent perceput și analizat de copil. Fiți autentic în ceea ce spuneți și faceți. Nu trebuie să fiți un model perfect și acest lucru poate avea cel mai mare efect de învățare, mai ales când copilul sesizează diferența dintre ideal și realitate.

### **Intimitatea și sentimentul de rușine**

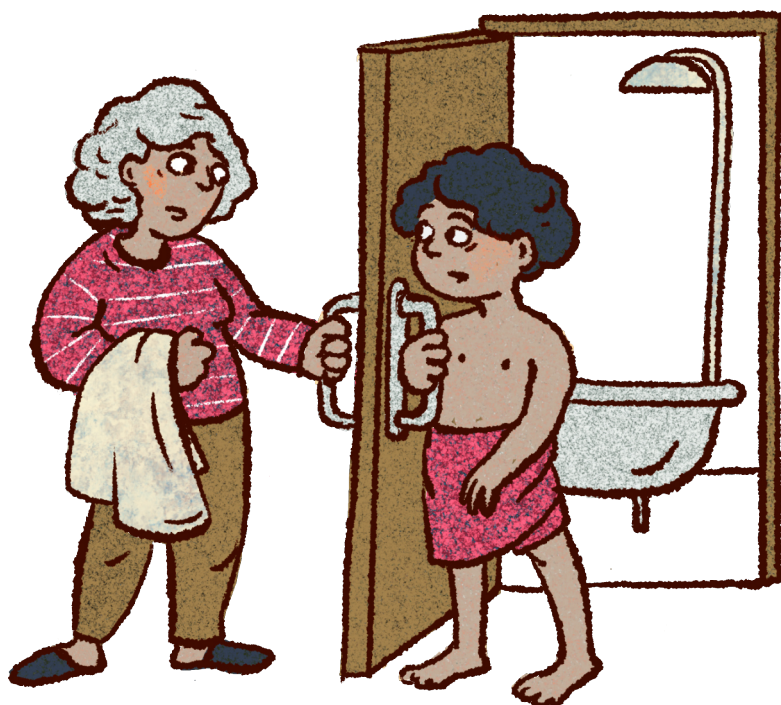
Intimitatea în mijlocul familiei a fost experimentată de copil de-a lungul vieții sale de până acum. Pe când era bebeluș, era mângâiat și îngrijit. Când era micuț, dormea în patul părinților sau îi însoțea pe părinți la baie. În virtutea acestei imparțialități, apare îndoiala: nu cumva intimitatea dintre părinte și copil a devenit prea mare? Limitele de discreție trebuie respectate. Tratați cu seriozitate și considerație sentimentul de rușine al copilului. Acest sentiment de rușine nu este ceva arogant și nici nu constituie un blocaj. El reglementează care din acțiunile legate de corp (de exemplu, a merge la toaletă sau a face duș) pot fi publice și care nu. În acest fel, se creează o sferă intimă, de protecție. Pe de o parte, copilul se delimitează de ceilalți, pe de alta se adaptează la normele din societate.





*Pentru mulți copii, următoarele situații sunt însoțite de un sentiment de rușine:*

- îmbrăcatul și dezbrăcatul*
- igiena personală*
- baia sau dușul*
- jocurile de explorare și autostimularea*
- toaleta locală după folosirea wc-ului*



Delimitarea și semnalarea frontierelor intime se manifestă la copii din ce în ce mai frecvent odată cu înaintarea în vârstă. Este modul în care aceștia își construiesc intimitatea. Copiii învață acum că fiecare persoană are dreptul la intimitate și că este în regulă să existe limite.

## Informații despre fertilitate, reproducere și contracepție

Copiii în vârstă de șase sau șapte ani pot explica, de obicei, diferența fizică dintre femei și bărbați. Ei știu că femeile au o vulvă și bărbații un penis. Ei înțeleg, de obicei abia mai târziu legătura dintre procreare și sarcină. Apoi, copiii suspectează că adulții fac sex doar dacă vor un copil. Legătura dintre sexualitate și dorință este de obicei evitată, deoarece este mai ușor pentru părinți să vorbească despre reproducere. Educația și oferirea de informații privind fertilitatea, reproducerea și contracepția ar trebuie să aibă loc înainte de pubertate.

Menstruația poate începe la unele fete la vârsta de nouă sau zece ani. Pentru multe fete prima menstruație vine fără disconfort, brusc. Explicați-i fetei dumneavoastră ce se întâmplă în organism, la ce să se aștepte de acum înainte și cum să se descurce cu menstruația.

## Rolul mass-media

Din ce în ce mai frecvent, copiii vin în contact cu mass-media: se uită la televizor, citesc reviste și cărți sau navighează pe internet. Fără ca părinții să poată preveni acest lucru, cei mici intră în contact cu imagini diverse și informații despre sexualitate. Copiii nu înțeleg insinuările sexuale din filme sau de pe afișele publicitare, doar observă că reprezentarea are de-a face cu sexul. Acest lucru stârnește întrebări sau iritare. Ca părinte, ar trebui să monitorizați atent consumul de mass-media al copilului. Un fenomen negativ care trebuie semnalat este că primul contact cu materiale pornografice are loc devreme. Filmele sunt adesea distribuite pe telefoanele mobile și vizionate împreună în curtea școlii sau în autobuzul școlar. Acest lucru nu poate fi prevenit. Educația adecvată vârstei și informarea completă a copiilor este de importanță majoră.



*Citiți împreună reviste sau cărți, vizionați emisiuni TV sau navigați împreună pe internet. Sugestii utile:*

*Stabiliți reguli pentru tv și navigarea pe internet. Ce se poate urmări? Care pagini sunt tabu? Când se poate porni și când trebuie oprit televizorul/computerul?*

*Acordați atenție recomandărilor de vârstă pentru filme, emisiuni TV sau jocuri pe calculator.*

*Supravegheați copilul în faza de început a utilizării internetului. Informați copilul cu privire la posibilele pericole, cum ar fi paginile de pornografie sau reclamele, ofertele contra-cost și manipularea da-*

*telor confidențiale. Aveți posibilitatea să instalați programe de control parental și să lucrați împreună, folosind site-uri și motoare de căutare dedicate copiilor.*

*Consultați-vă și informați membrii și prietenii familiei despre restricționarea consumului de media la copilului dvs. Ce reguli trebuie respectate, ce limite trebuie avute în vedere?*

## **Violența sexuală**

Problema violenței sexuale împotriva copiilor trebuie avută în vedere permanent. Pe această temă, trebuie să prevenim fără a crea panică. Copiii ar trebui să învețe să-și cunoască limitele, să spună nu și să caute ajutor și sprijin în caz de urgență. Agresiunile sexuale sunt acte sexuale care încalcă masiv și/sau în mod deliberat limitele personale ale copilului. Acest lucru începe cu atingerea secretă, priviri semnificative sau remarci nepotrivite și merge până la atingerea ținută a sânilor, feselor sau zonei genitale. Forțarea copiilor să atingă sau să privească adulți sau adolescenți în timpul contactului intim, când urmăresc filme pentru adulți sau în timpul masturbării – acestea sunt, de asemenea, agresiuni sexuale. Forme deosebit de grave sunt tentativele sau actele cu penetrare orală, vaginală sau anală, violurile. Fiți conștienți de faptul că abuzul sexual asupra copiilor nu este, de obicei, accidental, ci planificat cu atenție. Agresorul construiește o relație cu minorul și, adesea, cu părinții, de obicei într-o perioadă de timp îndelungată. Agresiunile sexuale au loc adesea în cercul familiei și cunoștințelor, motiv pentru care confidenții din afara acestor cercuri au o importanță deosebită pentru victime, în cazul în care acestea ar putea avea nevoie de ajutor. De obicei, violența începe cu atacuri minore și amenințări, pentru a testa în ce măsură copilul păstrează secretul. Ca părinți, este adesea dificil să vorbim despre violența sexuală. Protejați copilul fără să-l speriați.



*Învățați-vă copilul că poate avea încredere în sentimentele sale. Copiii pot distinge între atingeri plăcute și neplăcute și pot trasa limite. În cazul în care aceste limite sunt încălcate, copilul trebuie să dispună de abilitatea necesară pentru a se apăra, strigând NU! și căutând ajutor și sprijin.*

*Discutați cu fiul/fiica dumneavoastră despre faptul că există adolescenți și adulți care doresc să profite de copii. Copiii nu sunt vinovați; responsabilitatea revine întotdeauna adultului, niciodată copilului.*

*Explicați-i copilului diferența dintre secretele bune și cele rele. Unele secrete pot provoca dureri abdominale, deoarece se presupune că nu este permis a se face vorbire despre ele. Copilul trebuie încu-*

*raja să împărtășească aceste secrete adulților care-i oferă siguranță și protecție.*

Comportamentul copiilor care au experimentat violența sexuală diferă foarte mult în funcție de vârstă și personalitate. Puțini copii declară în mod deschis dacă au trecut printr-un act de violență sexuală; ei sunt mai predispuși să insinueze experiența, din moment ce le lipsește vocabularul pentru ceea ce s-a întâmplat. Tocmai din acest motiv, insinuirile lor rămân adesea neglijate. Fiți conștienți că minorii nu inventează de la sine un abuz sexual.



*Dacă simțiți că asupra copilului dumneavoastră a fost comis un abuz, luați acest sentiment în serios și acționați:*

*Găsiți o persoană de încredere cu care să interacționați.*

*Arătați-i copilului că vi se poate destăinui.*

*Spuneți-i că sunteți îngrijorat pentru că ați observat schimbări.*

*Rămâneți calm și permiteți-i copilului să vorbească despre secrete bune și rele. Explicați-i că obținerea de ajutor nu înseamnă păra sau trădare. Copilul trebuie să simtă că este crezut.*

*Nu puneți presiune pe copil.*

*Spuneți-i că știți ce înseamnă un subiect stresant și că sunteți rezistenți la asemenea subiecte.*

*Nu confrunțați niciodată copilul cu posibilul autor sau cu posibila autoare al/ a agresiunii.*

## Aplicație pentru copii



Cu ajutorul aplicației noastre, copiii descoperă într-un mod distractiv, jucăuș și potrivit vârstei lor informații relevante despre corp, emoții și respect.



**Descărcați și  
testați acum  
gratuit aplicația!**



# Despre proiect

## Organizații partenere



Cofinanțat prin  
programul Erasmus+  
al Uniunii Europene

Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru elaborarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor conținute în aceasta.



Toate conținuturile acestui site, în special textele, imaginile și grafica, sunt protejate de drepturi de autor. Cu excepția cazului în care se specifică altfel, drepturile de autor sunt deținute de sexedu.eduskills.plus și sunt licențiate în conformitate cu Creative Commons Attribution - Necomercial - Distribuție în aceleași condiții 4.0 Licență internațională. Acestea pot fi utilizate în condițiile licenței.

© 2022 sexedu.eduskills.plus





