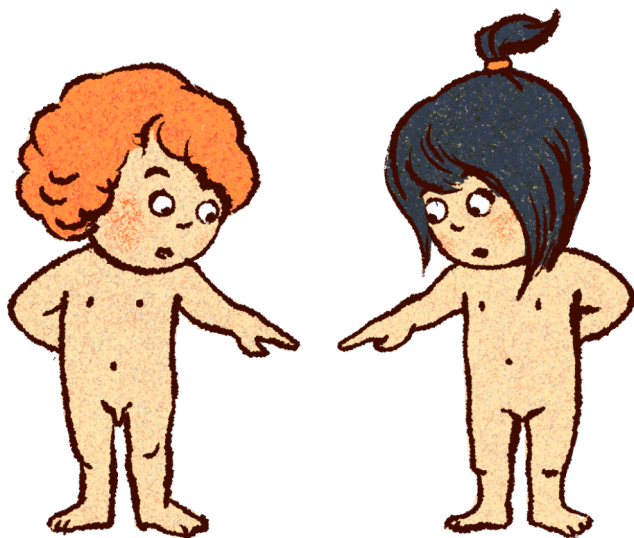


MOJE TELO,

MOJA ČUSTVA

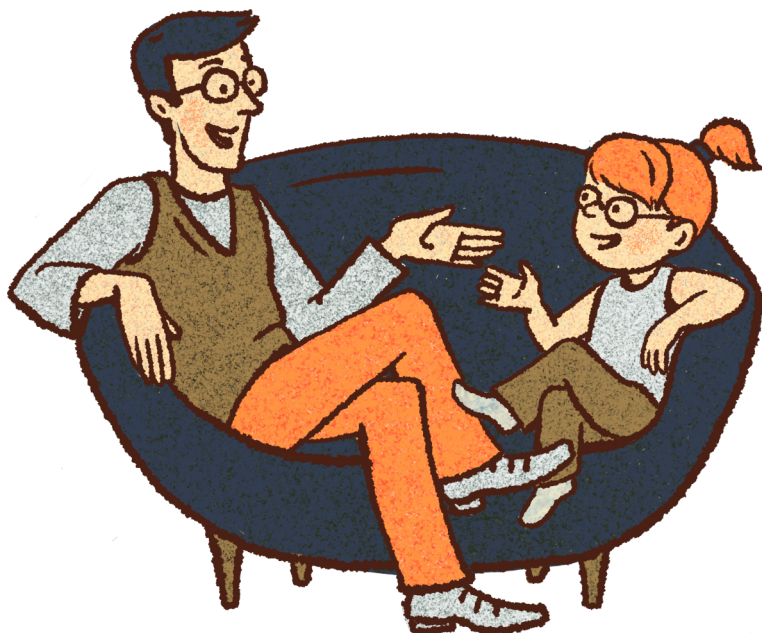


**Spolna vzgoja je lahko
tudi enostavna!**

Priročnik za starše

4-6 LET

Uvod



Dragi starši in skrbniki! Veseli nas, da vas zanima naše gradivo. To pomeni, da sodite med tiste odrasle, ki želijo otroke na poti v odrasčanje kakovostno in varno podpreti tudi na področju spolne vzgoje. Pri tem bi vam radi pomagali. Le redki odrasli so se namreč naučili neprisiljeno govoriti o temah, povezanih s telesom, ljubeznijo, spolnostjo in identiteto. Vsak izmed nas se tako na drugačen način sooča s potrebami svojih otrok glede znanja na področju čustev in spolnosti.

Radi bi vam pomagali nadgraditi vaše znanje na različnih področjih, povezanih s to tematiko. Tako boste svojim otrokom lahko odgovorili na vsa vprašanja, ki se jim bodo porajala med otroštvom in mladostjo. Otroci se bodo s svojimi vprašanji namreč verjetno na vas obračali samo, če bodo imeli občutek, da od vas dobijo iskrene in ustrezne odgovore.

Najbrž ste kot odrasel družinski član prva oseba, na katero se otrok obrača z vprašanji – tudi če ima otrok v vrtcu in šoli na razpolago kompetentne

osebe, ki se trudijo za starosti primerno spolno vzgojo. Vi ste tisti oziroma tista, ki že na previjalni mizi imenuje vse dele telesa – ali pa nekatere izpusti. Vi lahko odločite ali boste otroku na vprašanja o spolnosti odgovorili z »za to si še premajhen_a« ali pa »zanimivo vprašanje, moram razmisliti, kako ti lahko to razložim«.

Prej ko boste začeli obravnavati teme, povezane s telesom, ljubeznijo, odnosi, spolnostjo in identiteto, kot nekaj vsakdanjega, lažje bo tako vam kot tudi vašemu otroku. Starejši kot je otrok, tem bolj nerodni postanejo prvi pogovori, povezani s spolnostjo. Pogosto si vsi udeleženi oddahnejo, ko se takšni pogovori končajo. Bolj koristno je, da otroka ustrezno spremljate ves čas med odraščanjem. Otroci, ki so se naučili, da se z vprašanji lahko obrnejo na vas in da od vas dobijo resno in pravilno obrazložitev, bodo še dolgo svoja vprašanja naslavljali na vas.

Starši želijo za svoje otroke le najboljše. Zato je zelo pomembno, da se soočite s svojimi morebitnimi negativnimi stališči glede spolne vzgoje, ki so morda nastala na podlagi lastne neustrezne vzgoje ali pa medijskih vtisov. S tem priročnikom bi vam radi ponudili takšno priložnost.

Spolna vzgoja je tudi pomemben pripomoček za preprečevanje spolnih zlorab, saj otroke opremi z besedami in informacijami, s katerimi se lahko v primeru neželenih situacij ustrezno izrazijo. Pomislek, da boste s starosti primerno in občutljivo spolno vzgojo otroka preobremenili ali mu vzeli »nedolžnost«, ni primeren. Vzeli mu boste nevednost. To pa je bistvena razlika.

Otroci so od samega začetka spolna bitja, ne le od pubertete. Otroške spolnosti ne smemo primerjati s spolnostjo odraslih, saj je obarvana predvsem z igrivostjo in radovednostjo. Pri otrocih lahko na primer opazujemo vedenja, kot so otroško raziskovanje telesa, želja pa gledanju in kazanju ter postavljanje vprašanj. Otroke že zgodaj zanimajo razlike med spoloma in tudi to, kako so sami nastali.

Z občutljivimi in starosti primernimi odgovori na njihova vprašanja otrok ne seksualizirate. Nasprotno, pomagajte jim, da lahko najdejo ustrezne besede za svojo radovednost. Na ta način spolna pedagogika krepí njihovo samozavest in jih varuje pred zlorabami, saj lahko lažje prepoznajo spolna dejanja.

In otroci, ki navidezno nimajo vprašanj? Morda so bila njihova vprašanja »preslišana« ali opredeljena kot »prezgodnja«. Otroci imajo zelo občutljive »antene« in točno vedo, na koga se lahko z vprašanji obrnejo. Če odrasli njihove radovednosti ne znajo ali želijo potešiti, hitro najdejo druge poti

(starejše brate ali sestre, medije ...). Knjige ali aplikacije o spolni vzgoji so dobre vstopne točke v to tematiko. Pomembno pa je, da si prej vzamete čas in preverite, ali so slikovni prikazi, filmi in jezik primerni za vašo družino.

Noben starš se ne more izogniti vsaj neki obliki spolne vzgoje. Začne se s poimenovanjem delov telesa na previjalni mizi. Kasneje vaš odnos do otrokovih vprašanj sporoča vaš stališča in vrednote. Pogovor o temah, ki jih boste tukaj našli, je vedno povezan tudi z vrednotami, ki jih boste posredovali vašemu otroku. Smiselno je torej že zgodaj razmisliti o lastnih stališčih in vrednotah.

Za trenutek se spomnite: kako, kdaj, kje in od koga ste sami dobili informacije o spolnosti? Katere teme so se pojavljale? Katere (in zakaj) se niso? Kaj bi lahko bilo bolje? Ali ste bili deležni spolne vzgoje, kakršno si želite za svojega otroka? Ne? Potem sodite med veliko večino. Dobra novica pa je, da lahko to sami naredite bolje! In pri tem bi vam radi pomagali.

To pa ne pomeni nujno, da morate postati izvedenec na vseh področjih, povezanih s spolno vzgojo. Ko vas otrok nekaj vpraša in odgovora ne morete stresti iz rokava, je najbolje, da postavite časovni okvir, v katerem poiščete ustrezen odgovor. Bodite avtentični in iskreni. Rečete lahko na primer: »Moji starši se z menoj niso pogovarjali o teh stvareh, jaz pa bi to rad_a naredil_a boje.« Opremite se s knjigami, primernimi starosti, in/ali si oglejte našo aplikacijo.

Zakaj že tako zgodaj?

- ▶ Ker se otroci za razlike med spoli zanimajo že zelo zgodaj. Pri tem ne gre le za dečke in deklice, temveč tudi za dožemanje raznolikih ženskosti in moškosti. Z uporabo podčrtaja_v tem priročniku zaobjemamo vse ljudi, tudi tiste, ki se ne morejo ali želijo umeščati v dvospolni sistem.
- ▶ Ker otroci želijo vedeti, kako so nastali.
- ▶ Ker v vrtcu oziroma šoli poberejo seksualizirane izraze in jih ne znajo ustrezno umestiti.
- ▶ Ker so v medijih (od plakatov preko televizijskih oglasov in vse do pornografije v digitalnih medijih) že zelo zgodaj soočeni s seksualiziranimi vsebinami in ker pornografija ne bi smela biti prvi stik s tematično.

- ▶ Ker znanje krepi otroke pri spopadanju s spolno raznolikostjo v vsakdanu. Otroci sprejemajo raznolikost/raznolike načine življenja, če so z njimi seznanjeni, in to je dobro za sožitje v naši družbi.
- ▶ Ker se otroci, ki so bili deležni dobre spolne vzgoje, bolj pozno odločajo za prvi spolni odnos, saj vsaj približno vedo, kaj jih čaka in ne podležejo tako hitro pritiskom vrstnikov. Ti otroci so na področju ljubezni, spolnosti in odnosov tudi bolj ogovorni do sebe in drugih.
- ▶ Ker so otroci, ki so bili deležni dobre spolne vzgoje, boljše zaščiteni pred spolnimi zlorabami: poznajo imena za svoje dele telesa (in tako lahko zgodaj artikulirajo, če jih na primer nekdo boža po genitalijah) in vedo, kam spolnost »sodi«, namreč k velikim mladostnikom in odraslim, če to obe osebi želita. In da tega nihče ne sme početi z otroki.
- ▶ Ker je spolna vzgoja eden od najpomembnejših gradnikov pri preprečevanju spolnih zlorab otrok. Storilci_ke v veliki večini primerov prihajajo iz ozke socialne okolice otrok in zato je svarilo pred »hudobnimi neznanci« veliko premalo.

Brez skrbi, povsem v redu je, če je otrokom nerodno ob pogovorih o spolnosti, sploh če niso vajeni z vami govoriti o teh rečeh. Hihitanje je dovoljeno! In dovoljeno je tudi, da se jim kaj gnusi. Ta čustva otrok lahko tudi okrepite, tako da mu jasno sporočite: »Kot otrok si človek težko predstavlja, da je to lahko kaj lepega – in tega z otrokom tudi nihče ne sme početi!« Na ta način ste, brez strašenja otroka, v pogovor o spolnosti vpletli preventivo pred spolnimi zlorabami.

Kakšno vlogo igra pri tem psihoseksualni razvoj?

Praviloma velja: vsak otrok se razvija s svojo hitrostjo. Nekateri otroci se za te teme zanimajo prej, drugi nekoliko kasneje. Enako velja tudi za druga področja v življenju. Če otroku prisluhnete in ste pozorni na njegove aktualne interese, boste hitro ugotovili, kaj ga zanima in za kaj je pripravljen. S knjigami in drugimi gradivi (na primer lutkami, ki imajo tudi spolne organe, sestavljankami, ki predstavljajo različne oblike družin) lahko otroku te teme ponudite skoraj mimogrede.

Ta priročnik je razdeljen na tri starostne skupine, ki temeljijo na standardih za spolno vzgojo, ki jo je razvila Svetovna zdravstvena organizacija v Evropi: 4–6 let, 7–9 let in 10–12 let. Prehodi niso ostri in vsi učni koraki se ne pojavijo v navedeni starostni skupini.

Naslednja tabela prikazuje, katere razvojne korake in področja zanimanja lahko pričakujete v določeni starosti in kako so ti povezani s podporo staršev. Starostne skupine so pri tem le splošno vodilo, saj standardni otrok ne obstaja.

0-4 let

- ▶ Otroci naj bi poznali konkretna imena svojih delov telesa, še posebej spolnih organov. Tukaj je pomembno, da že zgođaj uporabimo tudi strokovne izraze, v slovenščini sta to na primer izraza »penis« in »vulva«.
- ▶ Otroci poznajo razlike med spoli, tako telesne kot tudi družbene.
- ▶ Otroci lahko zaznajo in izrazijo različna čustva in posredujejo svoje želje in potrebe.
- ▶ Naučijo se osnov telesne higijene in jo izvajajo.
- ▶ Razvijejo pozitiven odnos do lastnega telesa in sposobni so izraziti lastne želje in meje, na primer v igrah raziskovanja telesa.
- ▶ Razvijejo prve ideje in predstave o modelih družin in različnih sorodstvenih vezeh.

4-6 let

- ▶ Otroci poznajo s starostjo pogojene telesne razlike: telesa otrok so videti drugače kot telesa odraslih (na primer poraščenost, oblika telesa, dojke).
- ▶ Prejmejo konkretno znanje o plodnosti in razmnoževanju.
- ▶ Prejmejo znanje o nosečnosti, porodu, dojenčkih in koncu življenja.
- ▶ Razvijejo lastno spolno identiteto.
- ▶ Zaznajo in razlikujejo čustva (na primer ljubosumje, jeza, strah, razočaranje).
- ▶ Dobijo znanje o tem, da vsi ljudje niso »prijazni« do otrok in kdaj morajo poiskati pomoč pri osebi, ki ji zaupajo.
- ▶ Zagotoviti jim je treba možnost zasebnosti in razvijanje občutka sramu.

7-9 let

- ▶ Znanje o telesu postane bolj natančno: menstruacija, ejakulacija, individualne razlike pri razvoju. Biološke in socialne razlike med moškim in žensko, ter znanje o spolni raznolikosti.
- ▶ Prejmejo osnovna znanja o spolno prenosljivih boleznih ter osnovne informacije o kontracepciji.
- ▶ Poznajo različne oblike odnosov pri ljubezni, prijateljstvu ipd. Znajo vzpostaviti socialne stike in sklepati prijateljstva, pri tem so do drugih spoštljivi.
- ▶ Pride do nadaljnje utrditve čustev in ukvarjanja z njimi.
- ▶ Sram in zasebnost igrata vse večjo vlogo.
- ▶ Otroci naj bi poznali pravice otrok.

- ▶ Otroci pridobijo znanje o telesu, telesnih predstavah in telesnih modifikacijah (genitalno pohabljenje deklet, obrezovanje pri dečkih, ukrepi za spremembo spola pri inter-spolnih otrocih, motnje prehranjevanja, tetovaže/pirsingi). Opis lastnega telesnega doživetja je odvisen od zdravja, samopodobe in vedenja.
- ▶ Imajo znanja o masturbaciji oziroma samozadovoljevanju.
- ▶ Razširijo svoje zaznavanje in ukvarjanje z lastnimi čustvi in čustvi drugih, kot je na primer ljubosumnost.
- ▶ Poznajo posledice nosečnosti (starševstvo, sprememba odnosov). Ukvarjajo se z vprašanjem nosečnosti v istospolnih zvezah ter z vprašanjem neplodnosti.
- ▶ Doživljajo zmenke/srečanja/spogledovanje oz. »flirtanje«.
- ▶ Pomembna so tudi znanja na področju medijske kompetence, konkretno to pomeni poznavanje interneta in njegovih nevarnosti (utrditi in poglobiti je treba na primer poznavanje ravnanja s fotografijami in vedenja v klepetalnicah). Imajo temeljna znanja o spolnosti/internetu/telesnih podobah v medijih.
- ▶ Pridobijo bolj poglobljena znanja o spolno prenosljivih boleznih.

Tematski del

Telo

Spolni označevalci – Biološka razvrstitev spolov

Medicina in družba postavljata glede spola določene zahteve. Po teh spolnih označevalcih ljudi delimo na moške in ženske:

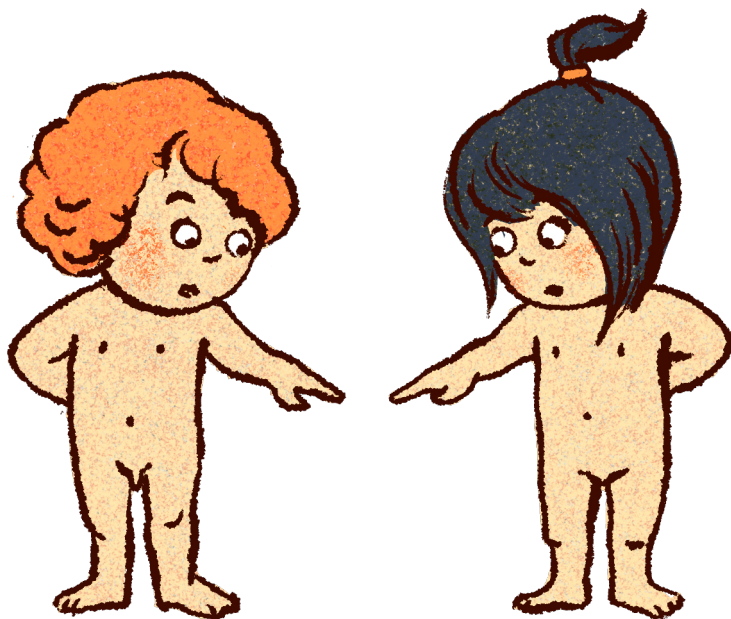
	Moški	Ženska
Genetika	kromosomski par XY	kromosomski par XX
Spolne žleze	moda + spermiji	jajčniki + jajčeca
Notranji spolni organi	prostata, semenovodi	jajcevodi, maternica, vagina, brecilni kraki
Zunanji spolni organi (genitalije)	penis, skrotum + moda	vulva = vrh ščegetavčka, sramne ustnice, venerin griček, nožnična odprtina
Sekundarni spolni znaki	brada, glas, mišice, poraščenost	prsi, določena razporeditev maščobe
Hormoni	povišan delež testosterona	povečan delež estrogena

Razvoj spola v maternici

V prvih petih tednih nosečnosti poteka razvoj obeh spolov pri vseh otrocih enako. Šele nato se moški in ženski embriji začnejo različno razvijati. Pri dekletih izboklina med nogami postopoma dozori v zunanje spolne organe: klitoris ter zunanje in notranje ustnice vulve. Za dokončanje spolnega razvoja se morajo nato tvoriti še spolne žleze – jajčniki in moda. Po petem tednu v telesu ženskega embrija zrastejo še tkiva, ki se spremenijo v maternico, jajcevod in zgornji del vagine. Pri moškem embriju je podobno: tukaj se tvorijo obodek, semenovod in semenski mešiček, ostalo tkivo zakrni.

»Kaj pa bo?«

Že v nosečnosti je mnogim staršem pomembno vedeti, »kaj bo otrok« – torej deklica ali deček. Pri približno enem do dveh otrocih na vsakih 1000 otrok pa spola na podlagi genitalij (zunanjih spolnih organov) ni mogoče jasno določiti. To se imenuje interspolnost ali variante spolnega razvoja.





Interspolnost je skupni izraz za različne variante spolnega razvoja. Lahko gre za genitalije (zunanje spolne organe), notranje spolne organe, spolne žleze, hormonsko sliko ali tudi kromosome. V mnogih državah otroke, ki se rodijo z interspolnimi genitalijami, še danes kemijsko ali hormonsko »prilagodijo« enemu od obeh spolov (ženski/moški), kar pomeni, da jim operirajo genitalije in/ali notranje spolne organe, tako da so videti »nedvoumno«. Ker otroci ne morejo pristati na te posege, jih mnoge organizacije, na primer Amnesty International, označujejo kot kršitev človekovih pravic, saj je telesna nedotakljivost »žrtvovana« na račun norme.

Realnost glede spolnih značilnosti ponuja precej več variant, kot jih prikazuje zgornja tabela:

Genetika	XX, XY, XXY, XXYY, XXXY
Spolne žleze	moda + spermiji, jajčniki + jajčeca
Notranji spolni organi	semenovodi / jajcevod, maternica, vagina, prostata
Zunanji spolni organi	penis / klitoris / faloklitoris, sramne ustnice / modnik
Sekundarni spolni znaki	porazporeditev maščobe, rast brade, prsi, glas, mišice, poraščenost telesa
Hormoni	testosteron, estrogen

Majhni otroci in njihova telesa

Le malokdo se zaveda, da že skozi svoj odnos do dojenčka prakticira »spolno vzgojo«, na primer takrat, ko poimenuje dele telesa ali pa nekatere zamolči. S svojim odnosom polagamo temeljni kamen za otrokov pozitiven odnos do lastnega telesa in kasneje tudi do lastne spolnosti.

Za večino otrok s penisom je popolnoma naravno, da se ga dotikajo, ga vlečejo ali drgnejo. Otroci z vulvo se mnogokrat drgnejo ob rob stola ali plišaste igrače. To je povsem starosti primerno. Takšne načine samostimulacije mnogi otroci na primer uporabljajo kot uspavalni ritual. V tej starostni skupini se veliko otrok dotika lastnih genitalij, saj to izzove »prijetne občutke«. Če otrok še ni razvil občutka sramu, lahko do takšnega vedenja prihaja tudi v javnosti, na primer pri jutranjem krogu v vrtcu ali na družinskih praznovanjih.



Starši in vzgojitelj_ice, ki se na to odzovejo z besedami »Če ti je to prijetno, potem to, prosim, počni v sobi/v kotičku za počivanje ipd.,« otroku pokažejo, da se svojega telesa seveda sme dotikati kjerkoli – vendar da prav tako obstajajo pravila in meje. Otroka med raziskovanjem svojega telesa zaščitite tudi pred pogledi odraslih. Če vaš otrok to počne prekomerno, je lahko vzrok v pomanjkanju alternativnih možnosti za sprostitve, lahko je znak stresa, ki ga otrok doživlja, ali pa obstajajo organski vzroki. Za strokovni nasvet lahko prosite vzgojitelj_ico ali svetovalno točko, kjer se ukvarjajo z otroško spolnostjo.



Pojavijo se prva vprašanja

V nadaljevanju smo za vas zbrali primere značilnih otroških vprašanj in možnih odgovorov. Zeleno označeni odgovori vam bodo morda v pomoč pri odgovarjanju na vprašanja vaših otrok. Črno zapisani stavki so mišljeni kot razlaga za odrasle bralke in bralce.

»Kaj je razlika med dečki in deklicami?«

»Večina deklic ima vulvo, večina dečkov ima penis in moda.«

Na ta način izrazite, da so genitalije pri različnih spolih različne in hkrati vključite inter spolne otroke. Že majhni otroci opazijo razlike med spoloma. To se jim zdi zelo zanimivo in zadevo želijo večkrat preveriti, na primer tako, da gredo skupaj na stranišče. Pomanjševalnice in družinski izrazi za spolne organe so povsem sprejemljivi, dobro pa je, da otrok pozna tudi pravilne izraze. V tej starostni skupini je to omejeno na zunanje, torej vidne spolne organe.



Nožnica/vagina je povezava med vulvo in maternico in ni vidna, saj sodi med notranje spolne organe. Pomembno je, da otrok spozna pravilne izraze, zato jih brez zadržkov uporabljajte. Razmislite morda tudi o alternativah besedam, povezanih s sramom, na primer sramne dlake ipd., saj se nikomur ni treba sramovati svojih genitalij.

»Od kod pridejo otroci?«

»Ko so otroci dovolj veliki, pridejo po približno devetih mesecih iz nožnice.«

Na vprašanje, ali je to boleče, lahko na primer odgovorite:

»To je za otroka in mamo zelo naporno. Ampak ko je otrok na svetu, je mama tako vesela, da vse drugo sploh ni pomembno.«

Če se je otrok rodil s pomočjo carskega reza, lahko to razložite s preprostimi besedami:

»Ker glavice nisi obrnil_a navzdol, sem dobila narkozo, odprli so mi trebuh in te vzeli ven. Potem so mi trebuh spet zašili.«

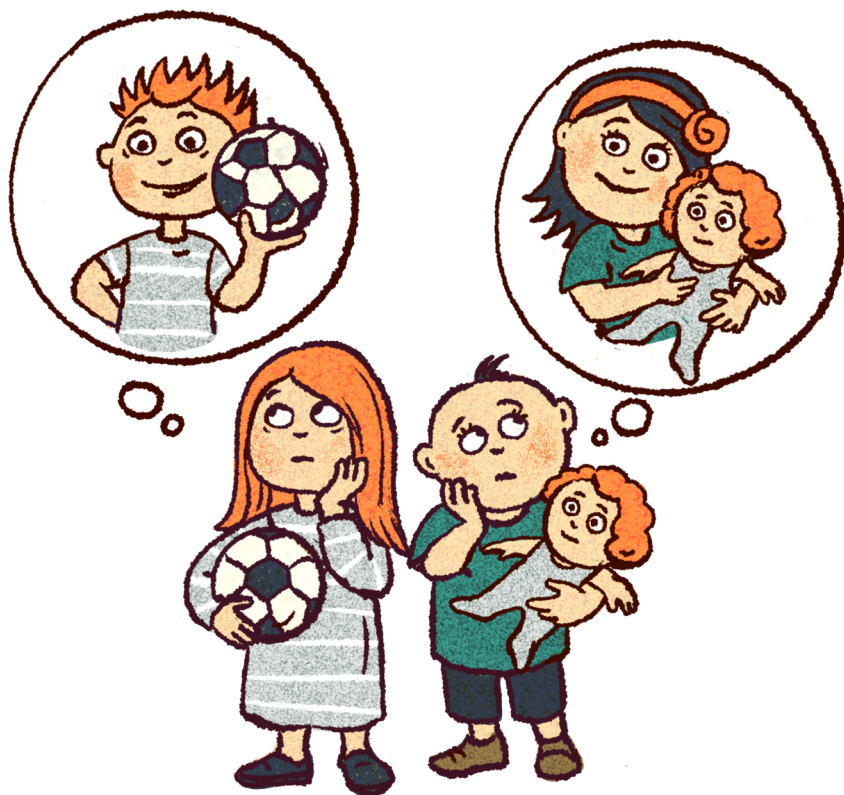
»Kako pridejo otroci v trebuh?«

»Največ otrok nastane tako: ko se imata moški in ženska zelo rada, se poljubljata, se ljubkujeta, včasih tudi gola in najbolj tesno ljubkovanje je, da nožnica sprejme penis. Potem se ljubkujeta naprej in iz penisa pride veliko majhnih semenčic. Ko ti pridejo do jajčeca v maminem trebuhu, lahko nastane dojenček.«

Odgovorite na VSAKO vprašanje, ki vam ga postavi otrok. Ni vam treba odgovoriti takoj, lahko si vzamete nekaj časa in razmislite o odgovoru. Vendar potem ponovno pristopite do otroka in sami načnite temo in odgovorite na vprašanje.



Identiteta



Vsak otrok ima občutek pripadnosti spolu

Otroci kaj kmalu opazijo, da imajo spol in z njim povezana pričakovanja osrednjo vlogo v njihovem življenju. Otroci se spolno uvrstijo že pred četrtem letom starosti. To pomeni, da povsem zavestno dojemajo razlike med odnosom do deklet in fantov. To ima vpliv na razvoj lastne identitete, na vedenje otroka in na lastno uvrstitev med »prave« fante oziroma »prava« dekleta. V razvojni psihologiji se za to uporablja izraz spolna identiteta.

Že v predšolski dobi otroci opazijo, da obstajajo razlike v vedenju in zunanjih značilnostih deklet in fantov. Vedenje in komentarji staršev bistveno vplivajo na razvoj spolne identitete in otroke vodijo do dvoma glede tega, kaj je »pravi« deček oziroma »prava« deklica, kako se igra, oblači, kako se vede. Deklice tako na primer opazijo, ali so večinoma pohvaljene za svoj trud in svoj videz. Na dečke pa vsekakor vpliva to, če jih spodbujajo k bolj divjemu vedenju in jim sporočajo, da moški ne jočejo.

Po tej fazi opazovanja sledi približno pri starosti štirih let čas, ko se začnejo otroci identificirati z lastnim spolom. Otroci se na primer raje igrajo z osebami lastnega spola.

Ideja o tem, kaj je »pravi« deček oziroma »prava« deklica, se med življenjem spreminja, in sicer v skladu z lastnim telesnim razvojem in na podlagi informacij o raznolikosti spolov, ki jih otroci prejmejo iz svojega okolja.

Spolna identiteta: moj otrok je trans

Spolna identiteta, torej lastni občutek pripadnosti določenemu spolu, je tesno povezana s samoopazovanjem. Razvije se v možganih in ni zavestna odločitev posameznika. Stephanie Brill in Rachel Pepper v priročniku za starše o tem zapišeta: »Ljudje si ne izberejo, ali se dojemajo kot deček ali deklica ali oboje ali nič od tega. So preprosto takšni, kot so.«

Pri nekaterih otrocih se spolna identiteta ne ujema s telesnim spolom, torej anatomijo. Te otroke imenujemo transspolni otroci.

Spolna identiteta se razvija v istem obdobju kot govor. Zato se lahko zgodi, da vam otrok z besedami sporoča svoje občutje. Lahko slišite na primer stavke kot »Mami, jaz sploh nisem fant, penis mi bo zagotovo kmalu odpadel.« ali »Od Božička si želim penis.« Takšne izjave se glede vsebine in pogostosti lahko močno razlikujejo, pomembno pa je, da jim prisluhnete.

Švicarska organizacija Transgender-Netzwerk svetuje staršem, ki sumijo, da je njihov otrok trans, naj si vzamejo veliko časa, dobro prisluhnejo in otroku še naprej nudijo vso starševsko ljubezen. Starši, ki so se v Nemčiji združili v organizacijo Trakine e.V., to zapišejo tako: »Za nas so v ospredju potrebe naših otrok, ki jih izražajo tukaj in zdaj. Sem sodi najprej priznanje spolne pripadnosti, ki jo sami izražajo in, v primeru, da si mladi tako želijo, prilagoditev telesnih pojavov na spolno samopodobo.«



Otroka, njegove izjave in vedenje jemljite resno in ga podpirajte v stiku z drugimi ljudmi. Če imate glede te teme vprašanja, vam svetujemo, da se obrnete na Transgender Europe, saj nudijo informacije iz posameznih držav in lahko vzpostavijo stik z iniciativami v vaši državi.

Otroško knjigo »I am Jazz« je pri 14 letih kot soavtorica napisala Jazz Jennings. Rodila se je kot biološki deček, že pri dveh letih pa je vedela, da je transspolna. S knjigo, ki je izšla leta 2014, želi opogumiti otroke, ki se jim godi podobno kot njej (ISBN: 978-0803741072).

Otroci se naučijo socialnega spola

Različne študije prihajajo do spoznanja, da dekleta in fante različno obravnavamo in jih pogosto stereotipno umeščamo. To ni nujno nekaj slabega, vendar je smiselno, da že v predšolskem obdobju zavestno razmislimo o teh vzorcih. Kot je razvidno iz novejšega eksperimenta, ki ga je opravila profesorica psihologije Kristin Shutts iz Medisona, dojemanje spolov že vpliva na to starostno skupino. Triletni deklice in dečki so na monitorju videli enega za drugim dečka in deklico, ki sta imela pri sebi neznan predmet. Deček je rekel: »Ime mi je Ben. Rad imam Spudel. Spudel je moja najljubša jed.« Deklica pa je dejala: »Ime mi je Betsy. Rada imam Blickets. Blickets so moja najljubša jed.« Po tem so otroke, ki so sodelovali pri eksperimentu, vprašali, kaj bi sami raje jedli. 65 % dečkov se je odločilo za Spudel in 85 % deklic za Blickets. Jedi prej niso poznali in so se pri svoji odločitvi očitno ravnali glede na spol otrok.

Kako sploh lahko umestimo razliko med dekleti in fanti? Je ta mala razlika prirojena ali privzgojena? Stroka glede tega še vedno nima enotnega mnenja, vendar pa obstaja domneva, da je za približno polovico razlik odgovorna genetika, za polovico pa okolje. Še vedno obstaja tendenca, da fante vzgajamo drugače kot dekleta. Fante že zgodaj dojemamo kot bolj močne in žilave, potolčena kolena so pri njih zaželena in nekaj, nad čimer se ne smejo pritoževati. Dekleta dojemamo kot bolj komunikativna, zato se z njimi prej in več pogovarjamo. To pomeni, da tudi predšolske otroke uvrščamo glede na njihov spol in se tako do njih tudi vedemo, kar pa se pogosto dogaja nezavedno in precej samoumevno. Vendar bi bilo bolje, da z otroki ravnamo glede na to, kaj radi počnejo, glede na njihove talente, znanja in individualna nagnjenja. Tudi ko starši zavestno skušajo dekletom in fantom nuditi raznolike možnosti, bodo verjetno opazili, da se otroci ravna po spolnih stereotipih. V starosti od treh do štirih let je to povezano z razvojem spolnega občutka in s tem povezanim procesom iskanja samega sebe. Starejši, kot so otroci, bolj občutljivi postajajo na primer pri izboru oblačil in igrač. Pogosto se raje odpovedo barvam in predmetom, ki domnevno »pripadajo« drugemu spolu.



Kaj lahko storite vi? Bodite vzor in se čisto samoumevno in brez razlag lotevajte žensko in moško konotiranih opravil (tudi moški lahko na primer likajo in ženske so lahko dobre domače mojstrice). Otroku se pomagajte znati tako, da mu že zgodaj odgovarjate na vprašanja in hkrati čim manj utesnjujete spolne vloge. Dovolite otroku, da eksperimentira s spolnimi vlogami. Pri oblačenju se izogibajte izjavam, kot so: »Takšne stvari dekleta/dečki ne nosijo.« Naloge razdeljujte glede na individualne sposobnosti in zanimanja otrok.

Čustva

S spolno vzgojo od rojstva naprej otroci spoznajo, kakšno vrednost imajo telesni stik, intimnost in bližina in kakšno ugodje je s tem povezano. Otroci se naučijo razlikovati med prijetnimi in neprijetnimi čustvi ter med znanimi in neznanimi osebami. Ta sposobnost se z odraščanjem vse bolj razvija. Vi kot starš s tem, kako reagirate, govorite in določenim stvarjem posvečate svojo pozornost, zavestno in podzavestno posredujete sporočila v zvezi s čustvi in občutji. S tem zavestno, in tudi podzavestno, posredujete spolno vzgojo.



Otroci imajo pravico do čustev. V tej starosti otroci ne razlikujejo med »občutkom v trebuhu« in racionalno mislijo, ki odraža občutek. Gre torej za celostno doživljanje čustva. Pomembno je, da z otroki govorimo o čustvih, kot so veselje, žalost, strah in tudi jeza. Zberite pogum in tudi vi pred otroki pokažite čustva, pa naj gre za strah, žalost ali veselje. Tako otrokom sporočate, da čustva sodijo k življenju, da jih smemo tudi izraziti in da to prav tako velja za moške in dečke. Če otrokom razložite, katero čustvo vas v nekem trenutku prežema, se otroci tudi naučijo pravilno dodeliti izraze za čustva lastnemu občutenju. Na ta način lahko otroci potem jezikovno dojemajo čustva in jih znajo tudi ustrezno verbalno izraziti.

Čustva otrok je treba vselej spoštovati. Tudi, če menite, da niso primerna. Otroci dobro vedo, kdaj so veseli, s kom se želijo igrati in kdo je njihov novi prijatelj ali prijateljica.





Izobrazba igra pomembno vlogo

V starosti od štirih do šestih let mnogo otrok odkrije tudi ljubezen do starša nasprotnega spola ali do katere druge bližnje osebe nasprotnega spola. To se lahko začne že pri treh letih. Starši lahko pogosto slišijo stavke, kot so: »Ko bom velik_a, se bom poročil_a s teboj!« Na ta način otrok pokaže, kako pomemben mu je starš in izraža svojo ljubezen. To lahko gre celo tako daleč, da otrok postane ljubosumen in želi imeti starša samo zase, kar se lahko izrazi na primer v odnosu do drugih otrok: »Pojdi stran, to je moja mama!« Ti intenzivni občutki so lahko tako močni, da otrok sploh več noče stran od vas in na primer želi vsako noč spati pri vas v postelji. Takšno

obnašanje je lahko za starše neprijetno, vendar je pomembno vedeti, da otrok tega ne počne namenoma.

Vedenje je izraz iskrenih otroških čustev, ki izražajo navezanost in pripadnost. Otroku ljubeče in z razumevanjem pokažite, da lahko odnos, ki je med otrokom in vami, obstaja tudi vzporedno z vašimi drugimi odnosi (prijateljstvo, prijatelji drugih otrok, partner_ka) in da zaradi tega vajina vez ni nič manjša. Lahko se tudi zgodi, da si otroci namesto starša za izkazovanje ljubezni izberejo neko drugo bližnjo osebo. Izkažite veliko mero razumevanja in bodite pozorni na to, da ne pride do nesporazumov. Ravno v tem obdobju je bližina za otroke zelo pomembna. Poleg tega je pomembno, da se otroci naučijo, da smejo postaviti meje in da imajo pravico reči »ne«. Otroke spodbujajte pri razvijanju avtonomije. Svojega otroka lahko na primer ljubeče spodbudite k spanju v svoji postelji ali k temu, da nekaj časa preživi pri sorodnikih ali prijateljih.

Otroci spoznajo meje in razvijejo občutek sramu

V tem obdobju postajajo stiki z drugimi otroki vse bolj pomembni. Mnogo otrok lahko naveže nove stike v vrtcu, na igrišču ali v soseski. V teh skupinah otrok se učijo, kako naj se vedejo in katerih socialnih pravil se morajo držati. Večina otrok se zelo rada igra z drugimi otroki in igre vlog imajo zelo velik pomen. Otrokom lahko pomagajo pri predelovanju doživetega in razgradnji strahov.

Otroci svojo radovednost potešijo tako, da raziskujejo lastno telo ali telesa drugih otrok. Pri teh igrah morajo obstajati jasna pravila, ki veljajo za vse. Tako otroci pridejo v stik z »mejami«. Otroci se naučijo spoštovati meje drugih in postavljati lastne meje.

Občutek sramu se razvije običajno v starosti od treh do štirih let. Poglobi se v obdobju osnovne šole, včasih šele tik pred puberteto. Kot velja tudi za druga obdobja učenja o sebi, se otrok takrat zave samega sebe kot samostojne osebe. To je pomemben korak. Sram ima zaščitno funkcijo. Na ta način namreč ljudje varujemo svojo zasebnost in zasebnost lastnega telesa. Bodite pozorni na to, da je intimna sfera zasebna, ni pa tabu. Vaš otrok naj pozna svoje celotno telo in naj ga tudi zna poimenovati. Prav tako naj otrok ve, da se lahko dotika vseh delov svojega telesa. Z odprtim načinom boste svojemu otroku sporočili tudi, da lahko doma postavlja vprašanja – in to o vseh temah.



V interakciji z drugimi otroki in v odnosu z drugimi bližnjimi osebami se otroci naučijo, da obstajajo meje. To lahko opazite tudi, ko otrok domov prinese besede, ki jih dojema kot »grde«. Otroci opazijo, da z izgovarjanjem teh besed pri odraslih izzovejo določene reakcije. Pogosto otroci pomena teh besed sploh ne poznajo. Zanima jih predvsem reakcija, ki jo lahko z besedo izzovejo. To se jim zdi zabavno in razburljivo. Kajti vprašanje, ki se navezuje na to, je: »Kako se bosta odzvala mama oziroma očka? Ali me bosta oštela? Kaznovala?« Da bi preizkusili meje, otroci pogosto ponavljajo takšne besede v situacijah, ki so za starše neprijetne, na primer na igrišču.



Pri spolno konotiranih izrazih pogosto delujejo trije koraki:

- 1. besedo sami izgovorimo (že samo to besedo pogosto »odčara«),*
- 2. besedo starosti primerno razložimo,*
- 3. zahtevamo alternativo.*

V takšnih primerih je dobro izražati sporočila v prvi osebi in jih na primer formulirati tako: »Te besede ne maram, zdi se mi žaljiva (na primer fukati). Želim, da temu rečemo z nekom spati.«



Otroci so radovedni

Otroke vse bolj zanimajo vprašanja, povezana z razmnoževanjem. To je zelo izraženo v primerih, ko v družini pričakujete novega člana ali pa je noseča kakšna otroku bližnja oseba. Takrat vas lahko otrok zasipa s takšnimi vprašanji. Otrok ne razlikuje med vprašanji, povezanimi s telesom in razmnoževanjem, in vprašanji z drugih področij, ki ga jo zanimajo. Zato se lahko zgodi, da otrok vprašanje postavi v zelo neugodnem trenutku, na primer med nakupovanjem pred blagajno. Takrat je pomembno, da otroku

ljubeče in spoštljivo sporočimo, da nam lahko postavi kakršnokoli vprašanje. Vendar ste lahko pomirjeni, ni nujno, da na vsako vprašanje odgovorite takoj. Vsekakor pa se k vprašanju nujno vrnite kdaj kasneje. Ko ste spet doma in si lahko po pospravljanju nakupov vzamete čas za pogovor z otrokom. Otroku ste dolžni odgovor – ne čakajte, da vam otrok vprašanje ponovno postavi, saj lahko medtem poišče druge vire za potešitev radovednosti. Pomembno je, da otroku posredujete občutek, da se lahko s svojimi vprašanji vselej obrne na vas in da jih boste tudi odgovorili. V skladu s tem morate potem tudi ravnati.

Dobre in slabe skrivnosti

Otroci se morajo imeti možnost umakniti. Morda tudi vaš otrok z navdušenjem gradi brloge iz odej in stolov. Otroci prav tako potrebujejo skrivnosti. S tem so mišljene neškodljive skrivnosti, ki niso povezane z nasiljem ali grožnjami. Lepe skrivnosti, take, ki so povezane z nečim razburljivim in napetim, preprosto sodijo v življenje otrok. Takšne skrivnosti spodbujajo otrokovo avtonomijo in samostojnost ter pomembno vplivajo na oblikovanje njegove osebnosti. Otroci čustva izražajo drugače kot odrasli in le redko verbalno. Otroci se izražajo skozi svoje vedenje, skozi slike, ki jih naslikajo, ali skozi igro. Zato je pomembno, da ste pozorni na vedenje otroka. Če se vam zdi nekaj sumljivo, sledite svojemu občutku in zadevo raziščite.

Ne pomeni ne

Otroci imajo pravico in željo do zasebnosti. To se lahko nanaša na telo, z ugotovitvijo: »Moje telo je moje!« S tem je povezana želja, da gre otrok sam na stranišče, da se sam oprha, da se igra v lastni sobi ali brlogu. Kot starš to spoštujte in upoštevajte. Tudi če menite, da se vaš otrok pri prhanju ne opere dovolj natančno. Ljubeče ga opozorite na to, ne da bi mu odrekli možnost samostojnega ravnanja. Pomembno pa je, da otroka proti njegovi volji ne stiskate, poljubljate, crkljate ali žgečkate. Otrok sam odloči, ali želi objem. Seveda pa je dotikanje proti volji otroka pomembno, ko gre za preprečevanje nevarnosti.



V primerih zlorabe otrok storilci običajno niso neznanci. 80–90 % primerov se zgodi v otrokovemu bližnjemu okolju. Na primer znotraj družine, med znanci ali znotraj institucij. Pri spolni zlorabi je otrok v primerjavi z odraslim popolnoma nemočen. Še posebej takrat, ko se otrok po pomoč obrne na kakšnega drugega odraslega in ga ta ne jemlje resno. Otroci morajo tudi do osemkrat signalizirati, kaj se dogaja, preden jim kakšna odrasla oseba verjame. Če imate kakšen sum, sledite občutku. Bodite pozorni in natančno prisluhnite.

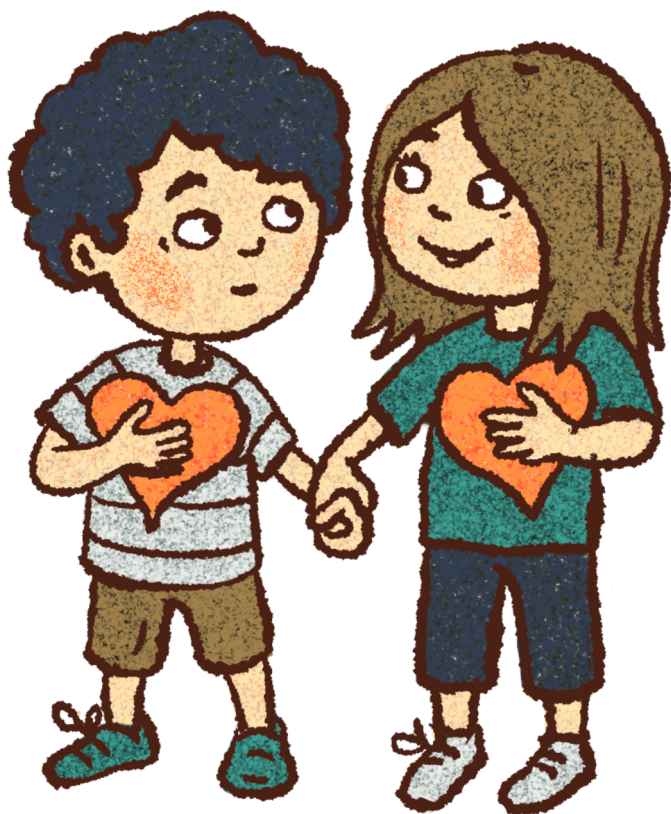
Otroci za razvoj pozitivnega odnosa do lastnega telesa in za spodbujanje govornih sposobnosti potrebujejo besede za vse dele telesa. Na ta način ima otrok možnost imenovati, kaj potrebuje ali česa ne želi. Izjave kot so: »Na roki se me lahko dotikaš, na trebuhu pa ne,« naj bodo torej dovoljene. Sem sodi tudi imenovanje zunanjih spolnih organov.

Otroci imajo pravico reči »ne«, tudi bližnjim osebam. Vendar tudi za to, da znajo reči ne, potrebujejo vaje, ki so namenjene temu, da lahko otroci v nujnih situacijah samozavestno zastopajo svoje stališče. Otroku lahko vadi na primer stavke »Tega ne želim. Ne, ne grem s teboj. To mi ni všeč.« Za krepitev samozavesti potrebuje tudi zagotovilo, da te stavke lahko izreče, ko se tako počuti. Tudi če se vam zdi, da v nekem trenutku to ni primerno.

Po drugi strani lahko cenite veselje majhnih otrok do razkazovanja. Ponošni so na svoje telo in se v njem dobro počutijo. Veselite se dejstva, da vaš otrok odkriva svoje telo. Postavite pa tudi pravila, kdaj in kje je v vaši družini golota sprejemljiva. Prav tako lahko otroku na ljubeč način razložite meje.

Ljubezen

Otroci se telesno in psihospolno razvijajo različno hitro (Uvod, psihoseksualni razvoj). Kot starš je vaša naloga, da otroka v tem razvoju spremljate in spodbujate. Pri tem morate biti vedno pozorni na dejstvo, da se otroška spolnost in spolnost odraslih bistveno razlikujeta. Otroci imajo podobne telesne reakcije kot odrasli, vendar otroci tem doživetjem pripisujejo povsem drugačen pomen, gre namreč za del telesnega doživljanja (Telo). Kot starš morate torej paziti, da si otrokovih spolnih dejanj ne razlagate iz perspektive spolnosti odraslih. Spolna vzgoja se odvija predvsem na nespolnih področjih – sem sodijo na primer izkušnje potešitve osnovnih potreb ter telesno dojemanje ali tudi odnos do drugih ljudi ter doživljanje bližine in varnosti.



V starosti približno štirih let se otroci začnejo zanimati za spole in spolne organe. Želijo preizkusiti, kako spolne vloge delujejo v vsakdanu in v družbenih odnosih. Pri tem se zgledujejo po starših, prijateljih_cah in znanih_kah. Skozi igre vlog otroci stopajo z drugimi v stik, preizkušajo vloge in trčijo ob meje. Naučijo se pravil sobivanja in jih tudi preizkušajo – to je pomemben korak pri razumevanju družbenega življenja. Od četrtega leta naprej se tvorijo stalna prijateljstva, večinoma v skupinah istega spola. Pomembna naloga odraslih je ob tem spoštljiv odnos do otrokovih prijateljskih čustev v tej starosti. Če vam otrok zaupa, da ima neko prijateljico ali prijatelja rad, se mu ne posmehujte ali omalovažujte teh čustev. Če otrokovih lepih in prijetnih čustev ne jemljete resno, je lahko zaradi tega razočaran ali zmeden. Za otroke so občutki ljubosumja, razočaranja, zasnjanosti in naklonjenosti zelo pomembni.

Otroci se kognitivno vse bolj razvijajo, sveta ne dojemajo več samo preko čutil, ampak vse bolj tudi razumsko. To se izraža tako, da otrok odrasle obsipava z vprašanji. Lahko pa se tudi zgodi, da otrok sploh ne postavlja vprašanj. Otroci se razvijajo različno. Kot starši imate dolžnost, da otroka spodbudite k pogovoru. Pri tem pa morate seveda spoštovati tako otrokove meje kot tudi otroške potrebe.

Pogovor in občutek zaupanja sta pomembnejša od popolnih odgovorov. Otrok naj dobi občutek, da tako njega kot tudi njegova vprašanja jemljete resno in jih spoštujete. Na ta način gradite zaupanje in gotovost, da se otrok z vsemi vprašanji lahko obrne na vas. To je še posebej pomembno, ko otrok doživlja nadlegovanje ali napade. Če otroci o svojih vprašanjih, izkušnjah in opažanjih ne morejo govoriti, sčasoma nehajo poskušati. Če tak otrok iz kakršnegakoli razloga doživlja stisko, lahko to le težko izrazi ali pa tega sploh ne poskuša.



Vprašanja, povezana s spolnostjo in razmnoževanjem, so za mnoge starše izziv, saj ustrezne odgovore težko stresejo iz rokava. Zato si je možne odgovore smiselno pripraviti in naslednji nasveti so vam lahko pri tem v pomoč:

- Izogibajte se dolгим predavanjem. Dobro prisluhnite, kaj želi otrok vedeti, saj običajno zadostuje že kratek odgovor.*
- Pomagajte si s knjigami in drugimi gradivi. To vam lahko pomaga pri iskanju ustreznih besed, otrok pa si lahko o temi ustvari lastno predstavo.*
- Bodite iskreni, če nečesa ne veste oziroma ne znate razložiti. Otroku recite, da morate o tem razmisliti in se kasneje vrnite k*

vprašanju.

- *Bodite natančni in se držite dejstev. Olepševanje in nejasne razlage otroka zmedejo in najbrž bo od vas kasneje zahteval obrazložitev.*
- *Tudi vi postavljajte vprašanja. Tako otroci spoznajo, da so enako-pravni udeleženci ke pogovora in da je njihovo mnenje pomembno.*
- *Izkoristite priložnosti, ki se ponujajo za spodbujanje pogovora. Izogibajte se stavkom, kot so »za to si še premajhen_a« ali »tega še ne razumeš«. Tako otroku posredujete, da še ni zrel za takšna vprašanja in negativno vplivate na njegovo samozavest. Otrok se potem s svojimi vprašanji ne bo več obračal na vas, temveč bo iskal informacije pri drugih osebah oziroma po drugih poteh.*

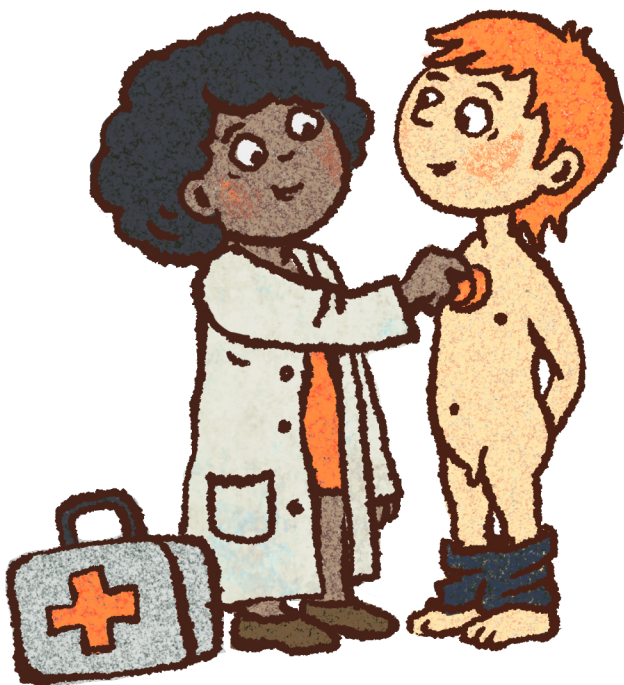
Igrivo raziskovanje

Med raziskovalnimi igrami, ki jim običajno pravimo »igranje zdravnika«, lahko otroci potešijo svojo radovednost o telesu. Igra omogoča potešitev potrebe po nežnosti in preizkušanje različnih vlog. Za otroke je to igra kot vsaka druga. Preizkusijo, kar so videli, poleg tega se jim zdi to vznemirljivo. Na ta način lahko posnemajo vedenje odraslih, na primer poljubljanje, ljubkovanje ali igro vlog pri poroki.

Reakcije odraslih lahko vzbudijo negativna čustva, na primer občutek krivde ali sramu, zato otroci poskušajo takšne igre prikrivati. Odprt odnos do spolnosti in uspešna spolna vzgoja otroku omogočata, da nima občutka, da mora nekaj skrivati. Doživlja in fantazije lahko preizkuša skozi igro.

Pomembno je, da se otroci naučijo spoznati, kje so njihove lastne meje ter da je treba meje drugih spoštovati. Ko otroci potešijo svojo radovednost, spet pridejo v ospredje druge igre – raziskovalne igre so izgubile svojo zanimivost.

Načeloma je dobro, da otrokom dovolite igrati raziskovalne igre. Otrokom lahko zavestno omogočite, da se igrajo, ne da bi jih motili ali opazovali. Kot pri vsaki igri pa je treba postaviti pravila:



- ▶ Igra je za vse prostovoljna.
- ▶ Nobenega otroka ne smemo prepričevati ali siliti. Prepovedano je tudi izsiljevanje (»Če ne, ne boš več moj_a prijatelj_ica.«).
- ▶ Ne pomeni ne in to morajo vsi sprejeti.
- ▶ Igro je mogoče kadarkoli prekiniti ali ustaviti.
- ▶ Do drugih se obnašamo pazljivo, nikogar ne sme nič boleti in nič se ne sme vtikati v telesne odprtine.
- ▶ Otroci naj imajo podobno starost in razmerje moči, torej enak razvoj in telesno velikost.

Odrasli naj posredujejo le, če se morajo otroci igrati proti svoji volji ali jih starejši k temu prepričujejo ter če igre presegajo otroškost, na primer je-manje penisa v usta.

Spolni napadi med otroki

Do spolnih napadov lahko pride tudi med otroki. Razlikujemo med štirimi kategorijami: v zanosu, situacija, ki je ušla izpod nadzora, zavestno izveden napad in napad otroka, ki je sam žrtev nasilja. Napad v zanosu ne predstavlja spolnega nasilja, saj ne gre za prekoračitev meja. Razlog je običajno v veliki radovednosti in spolnem zanimanju otroka, kar vodi v prekoračitev meja drugega otroka. Takšne prekoračitve meja se lahko dogajajo med skupnim igranjem, na primer pri raziskovalnih igrah. Eden od otrok bi rad nehal, drugi pa bi želel nadaljevati, ker se mu zdi dogajanje napeto – in zato se ne ustavi. Tudi takšne situacije zahtevajo posredovanje odraslega.

Pri spolnih napadih med otroki bodite pozorni predvsem na moč in neprostopoljnost, ki sta tukaj ključna elementa. Neprostopoljnost se zdi na prvi pogled element, ki ga ni težko prepoznati. Ko gre za nasilje, pri katerem otrok glasno protestira ali se pritoži odrasli osebi, ga je tudi zares lahko prepoznati. Vendar se lahko zgodi tudi, da so otroci pod pritiskom, naj sodelujejo pri določeni »igri«. Tudi med samim igranjem lahko prostopoljnost izgine in aktivnost se nadaljuje proti volji otroka. Neravnovesje moči ali hierarhije med otroki so odvisne od številnih dejavnikov in praviloma gre za normalen pojav. Vendar če nekdo to neravnovesje izkoristi in pri tem zavestno prekoračuje meje drugih otrok, je nujen poseg odrasle osebe.

Ko posežete v igro, se z otroki pogovorite o vaših razlogih za to in jim osvetlite pravila. Na tem področju je treba krepiti kompetence otrok, na primer s pomočjo iger o postavljanju meja ali čustvih. Če se raziskovalne igre razvijejo v prisilna dejanja, je lahko to znak, da je otrok doživel napad. Možno je tudi, da otroci na tak način predelujejo določeno izkušnjo, na primer, če so imeli stik s pornografijo ali so opazovali spolni odnos. Bodite pozorni na takšne signale in poiščite pomoč pri ustreznih svetovalnih službah.

Praviloma velja: prizadeti otrok ima prednost. Prišlo je do kršitve njegove pravice do samoodločanja, prizadeta so čustva in morda tudi telo. Otrok potrebuje občutek, da ni on tisti, ki je kriv. Stavki, kot so: »K temu vedno sodita dva!« ali »In kaj si naredil_a TI?« so popolnoma neumestni, še posebej če je drug otrok izkoristil premoč. Prizadeti otrok potrebuje pozornost in prostor, da izrazi svoja čustva. Začutiti mora, da mu odrasli verjamejo. Le tako lahko otrok preboli dogodek.

Otroka, ki je napad izvedel, je treba ustaviti in ga soočiti z njegovim vedenjem. Le tako se lahko nauči, da je njegove moči konec, ko se vključijo odrasli. Naučiti se mora, da je takšno vedenje napačno. Bodite pozorni na

to, da na začetku pogovora na kratko opišete dogajanje, kot ga je podal prizadeti otrok. Pogovora ne začnite z vprašanji tipa: »Kaj se je zgodilo?« Večinoma na ta način ni možno razjasniti situacije in otrok takoj začne zanikati dejanja in se braniti. Otroku omogočite, da dogodke dopolni in opiše tudi iz svoje perspektive. Pri tem dajte jasno vedeti, da ne dvomite verodostojnosti prizadetega otroka. Tudi vprašanja okrog razlogov in motivacije za dejanje vodijo večinoma v samoobrambo, saj otrok tudi sam nanje večinoma nima odgovorov. Jasno je treba izraziti, da takšno dejanje ni primerno in da ga je treba ustaviti. Naj bo povsem jasno, da zavračate njegova dejanja in ne otroka samega.

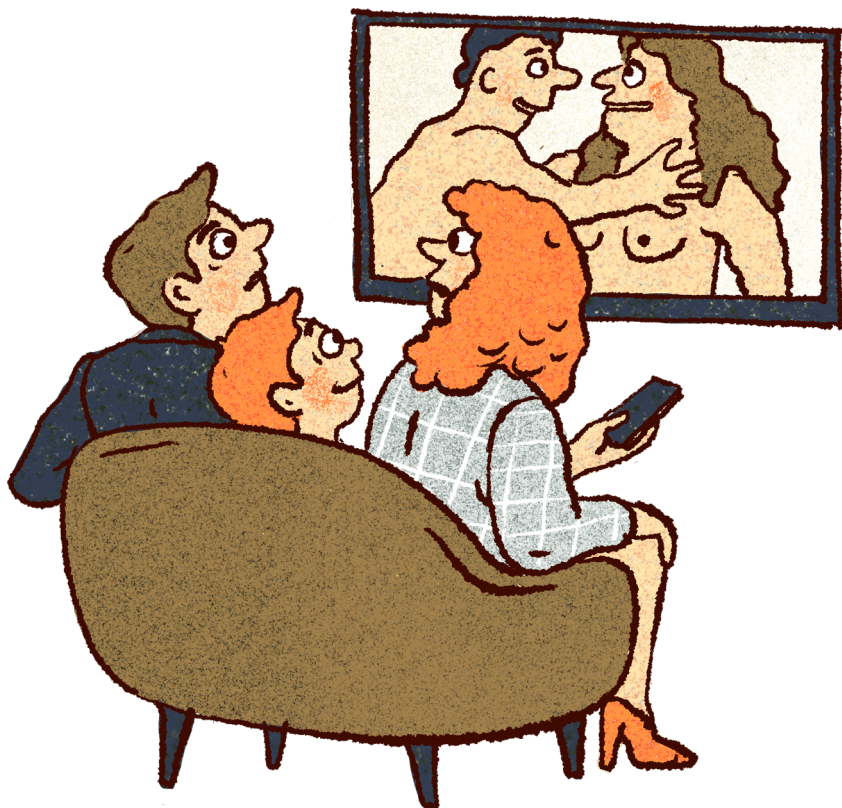
Spolno nasilje



Spolno nasilje je vsako spolno dejanje, ki se izvede nad otroki ali pred njimi proti njihovi volji, s čimer se zavestno ne morejo strinjati. Storilec izkorišča položaj moči, da zadovolji svoje potrebe na otrokov račun. Dejanja so raznolika, med njimi so tako verbalno nadlegovanje, voajersko vedenje, dotikanje genitalij ali prsnega koša, vse do resnih napadov, kot je posilstvo.

Spolna zloraba se začne s tem, da odrasla oseba išče ali nadaljuje stik z otroki, ker ali čeprav jo to spolno vznburja. Pomembno je, da odrasli sami ocenijo svoje vznburjenje – in ne otroci. Te odgovornosti ni mogoče prenesti na otroke, saj pogosto ne morejo oceniti posledic svojih dejanj. Naloga odraslih je zaščititi otroke pred škodljivimi posledicami.

Zgodnja spolna vzgoja v veliki meri preprečuje spolno nasilje. Otroci, ki poznajo svoje telo in so dobro obveščeni, lažje ločijo med dobrimi in slabimi občutki ter poznajo ustrezne besede, s katerimi lahko dogajanje izrazijo. Na ta način so bolj zaščiteni pred spolnimi napadi in lahko o njih poročajo drugim ali poiščejo pomoč.



Otroci doživljajo spolnost v medijih

Otroci se predvsem izven družine pogosto srečujejo z erotičnimi in spolnimi vsebinami, ki jih sicer zaznavajo, ne morejo pa jih razumeti. Starši morajo poznati medije in se veliko pogovarjati z otroki. Na ta način lahko dosežejo, da se izkušnje otrok s spolnostjo, spolnimi vlogami in življenjskim slogom ne napajajo samo iz javne tematizacije. Zdrava samozavest je osnova za preprečevanje morebitnih nevarnosti.



Okrepite svojega otroka z naslednjimi sporočili:

*»Sem pomemben_a, ljubezniv_a in dober_a – takšen_a, kot sem.«
Otrok, ki je ljubljen zaradi sebe in ne zaradi sposobnosti ali dosežkov,
ki pozna svoje prednosti in slabosti, lahko svobodno izrazi svoje mnenje in reče ne.*

»Smem reči ne. Sam_a se odločim, kateri dotiki so mi všeč in kateri ne.« Spodbujajte svojega otroka, da prepozna in zagovarja lastne meje.

»Poznam svoje občutke in jim zaupam.« Otroci bi morali znati spoznati svoja čustva, jih razlikovati in jih tudi izraziti.

»Poznam dobre in slabe skrivnosti, pogovor lahko pomaga in molčanje ne spremeni ničesar.« Otroci bi se morali naučiti, da je nekatere skrivnosti treba deliti, da je iskanje pomoči znak moči in da obstajajo ljudje, ki jih poslušajo, jim verjamejo in jim pomagajo.

»Vem, za kaj gre, lahko postavljam vprašanja in se o vsem pogovarjam.« V spolni vzgoji podučeni otroci vedo, kam spada spolnost – k starejšim mladostnikom in odraslim. Razumejo, da spolna dejanja z otroki niso dovoljena. Poznajo pravila in omejitve, stvari znajo imenovati in ni jih tako enostavno prevarati.

Otroci bi se morali naučiti prisluhniti svojemu občutku. Vedeti morajo, da obstajajo ljudje, ki jim ne želijo ničesar dobrega in ki se na primer želijo otrok dotikati po penisu ali vulvi, jim kazati svoje spolne organe ali pornografsko gradivo. Otroku je pomembno posredovati, da je kompetenten, torej da se sam odloči, kdo se ga lahko dotika in da se sme braniti. Imejte pred očmi dejstvo, da se večina spolnih napadov zgodi v ožjem družinskem krogu. Zato potrebujejo otroci tudi izven družinskega kroga osebe, ki jim lahko zaupajo in pri katerih lahko poiščejo pomoč. Odrasli so tisti, ki so odgovorni spoznati otrokovo stisko in ustrezno ukrepati. Po potrebi poiščite v svojem okolju svetovalne točke in strokovno pomoč.

Vedenje otrok, ki so doživeli spolni napad, se lahko močno razlikuje glede na starost in osebnost otroka. Le redki otroci jasno povedo, da so doživeli spolni napad, saj jim večinoma za to manjkajo ustrezne besede, s katerimi bi lahko dejanje opisali. Največkrat otroci posredno namigujejo na dogodek, zato njihovi poskusi dostikrat niso pravilno razumljeni. Zavedajte se, da si otroci spolnega nadlegovanja ne izmišljujejo sami od sebe. Nekateri prizadeti otroci ne kažejo nobenih posebnosti, drugi se spremenijo in lahko imajo vrsto težav, na primer motnje spanja, bolečine v trebuhu brez razloga, (ponovno) močenje postelje, nazadovanje na govornem področju, strahovi, umik ali agresija, preigravanje spolnih dejanj in spolno obarvani jezik. Ti pojavi pa lahko imajo tudi druge vzroke.



Če imate občutek, da je vaš otrok doživel zlorabo, ga jemljite resno in dogajanje raziščite.

Poiščite nekoga, s komer se lahko pogovorite.

Otroku dajte vedeti, da lahko odprto govori z vami.

Povejte, da vas skrbi, ker ste opazili spremembe.

Bodite mirni in dovolite otroku, da deli dobre in slabe skrivnosti. Sporočite, da pomoč ni izdaja ali tožarjenje. Otrok naj ima občutek, da mu verjamete.

Ne pritiskajte na otroka.

Jasno povejte, da tudi sami poznate težke teme in da lahko to težo deli z vami.

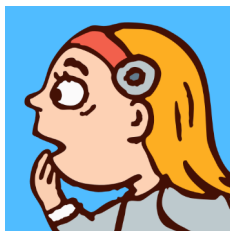
Nikoli se sami ne soočite z možnim storilcem ali storilko.

Poiščite pomoč in podporo v svetovalnih centrih in telefonskih linijah za pomoč. Ugotovite, ali je treba o tem obvestiti vodstvo vrtca ali druge osebe.

Aplikacija za otroke



S pomočjo naše aplikacije otroci na zabaven, igriv in starosti primeren način odkrivajo teme povezane s telesom, čustvi in spoštovanjem.



**Naložite si
brezplačno
aplikacijo in jo
preizkusite!**

0 projektu

Partnerji



Sofinancira program
Evropske unije
Erasmus+

Podpora Evropske komisije za pripravo te publikacije ne pomeni potrditve vsebine, ki izraža le mnenja avtorjev, in Komisija ne more biti odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih vsebuje.



Vse vsebine te spletne strani, še posebej teksti, slike in grafikoni so avtorsko zaščiteni. V kolikor izrecno ni določeno drugače, so avtorske pravice last avtorja sexedu.eduskills.plus in so uvrščene v Creative Commons pod Priznanje avtorstva - nekomercialna raba - brez predelav 4.0 mednarodna (CC BY - NC - ND 4.0) licenca. Uporabijo se lahko le v okviru licenčnih pogojev.

© 2022 sexedu.eduskills.plus

