



ALEGE SĂ TRĂIEȘTI SĂNĂTOS



Salvați Copiii
Save the Children România



Educația sexuală în perioada preșcolarității

Această broșură a fost realizată în proiectul de Educație pentru Sănătate „Alegeri Sănătoase”, implementat de Organizația Salvați Copiii și se adresează părinților care au copii de vârstă preșcolară.



Educația sexuală în perioada preșcolară – importantă, dar grea

Pentru cei mai mulți dintre părinți, educația sexuală este încă greu de adus în discuțiile cu copiii noștri; unora ne este greu pentru că retrăim rușinea și tabu-ul ce înconjură acest subiect în propriile noastre familii, în copilărie; altora ne este dificil pentru că nu știm cum să vorbim cu copiii noștri pe această temă; de asemenea, sunt mulți părinți care aleg să amâne acest subiect de discuție pentru alte vârste, considerând că un copil de 4-5 ani nu este încă pregătit pentru acest subiect.

În realitate însă, educația sexuală este despre sănătatea și protecția corpului nostru, într-o primă etapă, despre sănătatea, protecția și împlinirea relațiilor noastre, precum și despre acceptarea și confortul fiecăruia cu sine, într-o etapă ulterioară. Ea trebuie să înceapă simultan cu educația copiilor noștri despre orice altceva pe lumea asta.

Educație facem copiilor noștri în fiecare moment, încă de la naștere. Când îi luăm în brațe, îi învățăm ceva; când îi hrănim, îi învățăm altceva etc.; când facem igiena corpului unui bebeluș, deja pășim încet pe tărâmul educației sexuale, aceea care ține de îngrijirea, igiena, sănătatea și protecția corpului nostru. Educația sexuală poate să înceapă conștient și asumat de îndată ce copilul achiziționează instrumentul miraculos care îl ajută să descopere și să cunoască universul și pe sine – limbajul. Cu ajutorul cuvintelor, fiecare copil „etichetează”, ca mai apoi să înțeleagă universul uman și fizic. Îi învățăm cu blândețe și răbdare că au 2 mâini și 2 picioare, că au ochi și gură, buric și coate. În același context trebuie să învețe și denumirea și, apoi, funcțiile organelor genitale. Este vorba despre corpul lor și despre funcționalitatea acestuia și este primul pas pe care îl facem pentru a ne asigura că toți copiii noștri învață despre sănătate și protecție.

Preșcolăritatea este o vârstă potrivită pentru a educa copiii cu privire la componența și funcționalitatea propriului corp. Este o vârstă marcată de curiozitatea copiilor față de diferențele anatomice dintre fete și băieți, funcțiile organelor genitale, de unde vin/cum se fac copiii sau diferitele cuvinte cu conotație sexuală auzite în anturaj. Această curiozitate este normală și acoperă o nevoie oarecum superficială de informație, așa că sunt de evitat răspunsurile detaliate, complicate și tehnice; răspunsul relaxat și natural este fundamental.

De asemenea, datorită faptului că un copil de 4-5 ani petrece deja foarte mult timp în colectivitate, departe de prezența mamei și a tatălui, limitele, intimitatea și protejarea corpului devin subiecte pentru care copiii trebuie pregătiți cu atenție și blândețe. Deosebit de importantă, dar în același timp neglijată la această vârstă, cu precădere în contextul intrării în comunitate (grădinițe, centre de zi), este discuția despre atingerile potrivite și nepotrivite, în vederea protejării copiilor de diferitele forme ale abuzului sexual.

Este important să purtăm discuții generale încă de la această vârstă și să formăm copiilor atitudini inițiale pozitive despre corp, intimitate, protecție și sănătate, care să atenueze informațiile eronate sau inadecvate pe care le vor afla mai târziu, în presă sau anturaj.

Atitudinea părinților este, de asemenea, foarte importantă în discuțiile cu copiii despre sexualitate, naturalețea și firescul fiind cuvintele cheie. Ne putem gândi la întrebările pe care le pun copiii referitor la sexualitate la fel ca la cele în care întrebă de ce este iarba verde, de ce plouă, de ce vine noaptea și apoi ziua. Reacția diferită/exagerată a adultului transmite copiilor mesajul că subiectele legate de sexualitate sunt tabu, nesănătoase, dar totuși fascinante. Acest tip de reacție crește probabilitatea de a fixa atenția copiilor pe aspecte legate de propria sexualitate sau sexualitatea celor din jur, într-o manieră mai degrabă problematică și nesănătoasă.

CE ÎNSEAMNĂ EDUCAȚIE SEXUALĂ ÎN PERIOADA PREȘCOLARITĂȚII?

Diferențele anatomice dintre fete și băieți suscită adesea curiozitatea copiilor. Mulți copii urmăresc pe ascuns copiii de sex opus și observă diferențele anatomice dintre fete și băieți. Pentru a le explica mai multe despre acest subiect, putem apela la dicționarele de anatomie, editate special pentru această vârstă, care ilustrează corpul uman, cu denumirile organelor, în general. Este important să le vorbim despre fiecare organ în parte precum și despre funcția importantă pe care o îndeplinește pentru corpul și sănătatea noastră.

Intimitatea. La această vârstă, copiii sunt pregătiți să învețe care sunt părțile corpului care trebuie să rămână intime: nu pot fi atinse de străini și nu pot fi arătate în public. De pildă, chiar și la plajă sau la înot, unele părți ale corpului rămân acoperite deoarece sunt părți private ale fiecărei persoane. Acestea nu

se arată în public și nici nu trebuie atinse de persoane străine. Pentru a introduce firesc acest subiect de discuție, observați împreună cu copilul, în locurile publice sau în familie, modul cum se comportă oamenii, cum se ating, cum se îmbracă, cum se poartă ori se îmbrățișează. Le putem comunica câteva dintre obiceiurile altor țări privind exprimarea fizică a gesturilor de afecțiune. Spre exemplu, rușii se sărută pe obraz de trei ori, în timp ce japonezii evită atingerile de orice fel atunci când e vorba de interacțiunile sociale. Punctați regulile societății și relațiile dintre oameni astfel încât copilul să învețe ce este potrivit să facă și ce nu.

Întrebările dificile. Copilul este foarte curios la această vârstă, predominând întrebările cauzale de tipul „De ce?”. Curiozității i se adaugă spontaneitatea și impulsivitatea, așa că întrebările surprinzătoare pot apărea în timp ce așteptăm la coadă la supermarket sau de față cu musafirii. Reacția părinților în aceste situații este esențială – copilului i se răspunde cu calm că întrebarea lui va fi explicată când veți avea mai mult timp și liniște, de îndată ce veți ajunge acasă. Este esențial să revenim asupra întrebării copilului atunci când condițiile ne permit acest lucru.



Pentru că educația sexuală a copiilor reprezintă adesea o provocare pentru părinți, vă propunem mai jos câteva abordări prietenoase care să faciliteze dialogul constructiv, sănătos, dar mai ales relaxat cu copiii noștri.

Despre fete și băieți

Din momentul în care începe viața noastră, fiecare dintre noi suntem fie fată, fie băiat. Oare cum putem noi să ne dăm seama dacă o persoană este fată sau băiat?

Oare ne dăm seama după numele pe care le purtăm?
Este adevărat că fetele și băieții au de obicei nume diferite, dar nu întotdeauna. Sunt țări în care același nume poate fi purtat deopotrivă de fete și băieți, de exemplu Robin, Jamie sau Christie.

Oare diferențele vin din hainele pe care le purtăm? Uneori sunt diferite, de foarte multe ori sunt aproape la fel ... de exemplu blugii, tricourile sau încălțăminte. *Îți vin în minte și alte exemple?*

Dar părul? Ce spui de păr? Este diferit în cazul fetelor și băieților?
Ai văzut vreodată fete cu părul scurt? Dar băieți cu părul lung?

Să fie felul în care se joacă? Fetele și băieții au jocuri diferite, dar nu întotdeauna. Este adevărat că băieților le plac cel mai adesea mașinuțele, iar fetelor, păpușile. Dar sunt o sumedenie de jocuri pe care le joacă toți copiii, fete și băieți. De asemenea, și fetele și băieții se pot juca împreună, în grupuri, sau separat.

Ție cum îți place să te joci? Poți să îmi dai câteva exemple?

Așadar, nici jocul, așa cum nici numele, hainele sau lungimea părului, nu ne ajută să ne dăm seama cu certitudine de diferențele dintre o fată și un băiat.

Ce spui de emoții? Simt fetele și băieții diferit? Fiecare ființă umană, fie că este fată sau băiat, bărbat sau femeie, are emoții și sentimente. Cu toții simțim bucurie, atunci când lucrurile se întâmplă așa cum ne dorim; furie, când ceva se întâmplă diferit decât ne-am dori; frică, atunci când simțim pericolul și tristețe atunci când pierdem ceva drag și important pentru noi.

Tu te-ai simțit vreodată astfel? Poți să îmi dați câteva exemple?

Ei bine, dar de corp ce spui? Este diferit corpul fetelor față de corpul băieților? Ia să vedem?

Cap? Au și fetele și băieții.

Făță? Au și fetele și băieții.

Ochi? Nas? Gură? Dinți? Gât? Umeri? Piept? Spate? Burtică? Brațe? Palme? Degete? Șolduri? Buric? Fund? Au și fetele și băieții.

Ei, iată că am ajuns în sfârșit la singurele părți ale corpului care sunt întotdeauna diferite la fete și la băieți, la bărbați și la femei – părțile genitale. Se mai numesc private sau sensibile.

Ei bine, copiii băieți au penis și testicule - seamănă cu 2 mingiuțe care stau într-un săculeț de piele care se numește scrot. Penisului i se mai spune și altfel. Tu ai auzit vreodată altă denumire?

Copiii fete au vulvă. Și vulva are și alte denumiri. Poți să îmi dai un exemplu? Este important însă să știi și să folosești denumirile corecte ale organelor tale genitale.

Și penisul și vulva au niște deschizături foarte mici prin care băieții și fetele elimină urina, adică fac pipi. Pentru că le folosim când mergem la toaletă, igiena, sănătatea și protecția organelor intime este foarte importantă. De aceea le spălăm zilnic, le acoperim mereu cu haine și nu le arătăm altor oameni.

Despre intimitate

Este natural și sănătos să fim interesați și curioși în legătură cu corpul nostru, dar și cu corpul altor persoane din jurul nostru. Deși sunt multe asemănări între corpurile noastre, corpul fiecăruia dintre noi este unic și trebuie tratat cu atenție și respect, îngrijit și păstrat sănătos.

Poate că tu ești curios să afli cum arată corpul altor fete și băieți, poate chiar corpul nostru, al părinților tăi – mai ales acele părți care sunt aproape întotdeauna acoperite cu îmbrăcăminte, cum ar fi de exemplu organele genitale. Aceste părți ale corpului sunt numite „părți intime” și merită extra atenție din partea noastră.

Ele se mai numesc și părți „sensibile”, de aceea trebuie:

- să le protejăm de lovituri - ne doare foarte tare atunci când ne lovim în „părțile sensibile”,
- să le păstrăm curate – de aceea le spălăm în fiecare zi, ca pe dinți, și le acoperim cu lenjerie intimă/ chiloți. Poate ai văzut că, de cele mai multe ori, chiar și la mare, la plajă, deși descoperim cea mai mare parte a corpului, organele genitale rămân acoperite, tocmai pentru a le proteja mai bine.

Și atingerea părților intime are câteva reguli speciale. Oamenii mari și copiii se ating tot timpul, dar în feluri diferite.

De exemplu:

- părinții și copiii se îmbrățișează, pentru a-și arăta iubirea;
- dăm mâna cu o persoană atunci când facem cunoștință;
- băieții și bărbații își strâng mâna prietenește, atunci când se revăd după o perioadă mai lungă de timp;
- părinții sau prietenii ne mângâie pe cap, pe mânuțe sau pe umăr atunci când suntem triști și avem nevoie de alinare.

Atingerile sunt foarte importante în viața noastră pentru că ne apropie de alți oameni și ne ajută să simțim emoții plăcute, precum bucurie, afecțiune, drag; de asemenea, atingerile ne ajută atunci când simțim emoții grele precum tristețe, frică sau furie. Acestea sunt atingeri bune, potrivite, pentru că ne ajută să simțim iubire și bucurie.

Nimeni nu are voie să ne atingă dacă acest lucru ne face să ne simțim rău sau inconfortabil. Aceasta este o regulă foarte importantă: nu atingem pe nimeni, dacă persoana respectivă nu își dorește asta; de asemenea, nu vom permite nimănui să ne atingă, dacă acest lucru ne deranjează.

Dacă o altă persoană, adult sau copil, cunoscut sau necunoscut, insistă să te atingă deși tu nu îți dorești acest lucru, este foarte important să:

- îi spui persoanei respective să se oprească; cum ai putea să faci asta?

Exemplu: „Oprește-te! Te rog să nu mă mai atingi!”

- să îi spui unui adult de încredere (mama, tata, doamna educatoare) despre asta.

Nu uita: corpul tău este doar al tău și tu hotărăști cine poate să îl atingă!

Îți amintești că ți-am spus mai devreme că atingerea părților intime are câteva reguli speciale. Haideți să ne gândim, în ce situații descoperim și atingem părțile intime?

- Facem asta în parc? Sau când avem musafiri? Sau la locul de joacă? Sau în timpul activităților noastre la grădiniță?
- Părțile intime se descoperă și sunt atinse când le spălăm, când folosim toaleta și când ne îmbrăcăm. Când tu ai fost mic/ă, noi (mami și tati), bunicii și doamnele educatoare



te-au ajutat cu spălatul și îmbrăcatul părișilor intime și cu mersul la toaletă. Dar asta s-a întâmplat doar până în momentul în care tu ai început să te descurci singur/ă cu aceste comportamente. Pentru că sunt intime, aceste părți ale corpului tău vor fi atinse doar de către tine. Tu deja reușești să te speli și să te îmbraci singur/ă. De asemenea, pe măsură ce crești, când mergi la duș sau la toaletă, vei închide ușa de la baie, pentru că a face duș și a folosi toaleta sunt comportamente private, pe care fiecare persoană le face singură.

- În orice loc, acasă sau la grădiniță, la baie intrăm abia după ce batem la ușa și ne asigurăm că nu este nimeni acolo; sau dacă este necesar, așteptăm să ni se ofere permisiunea. Dacă încă nu te descurci cu dușul sau folosirea toaletei, este în regulă să ceri ajutorul nostru, al părinților.

Este important să îți minte: nicio persoană, adult sau copil, cunoscut sau necunoscut, nu are voie să te atingă sau să îți ceară să îi arăți părțile tale intime. Dacă o altă persoană, adult sau copil, cunoscut sau necunoscut, insistă să te atingă sau să îți ceară să îi arăți părțile tale intime, este foarte important să:

- îi ceri persoanei respective să se oprească; cum ai putea să faci asta?

Exemplu: „Oprește-te! Te rog să nu mă mai atingi!”

- să îi spui unui adult de încredere (mama, tata) despre asta.

Nu uita: corpul tău este doar al tău și tu hotărăști cine poate să îl atingă!

De 32 de ani, Salvați Copiii România construiește programe sociale, politici publice și practici solide în beneficiul copilului din România. Expertiza și complexitatea proiectelor la nivel național fac din organizație o instituție socială esențială, al cărei rol este medierea între societate și autoritatea publică, în beneficiul superior al copilului.

În trei decenii de activitate, Salvați Copiii a intervenit activ în societate, identificând soluții concrete pentru protejarea și sprijinirea copiilor vulnerabili și a militat, în același timp, pentru o colaborare viabilă cu autoritățile decidente.

Salvați Copiii și-a asumat rolul de supraveghere vigilentă a autorităților publice, în așa fel încât acestea să implementeze politici publice de durată care să corecteze cauzele care duc la vulnerabilizarea copiilor. Totodată, organizația a reușit să creeze rețele active de solidaritate, prin încurajarea responsabilității sociale a companiilor și a societății, în sens larg.

În calitate de membru al Save the Children, cea mai mare organizație independentă din lume care promovează drepturile copilului și care cuprinde 30 de membri și desfășoară programe în peste 120 de țări, VIZIUNEA noastră este o lume care respectă, pentru fiecare copil, dreptul său la supraviețuire, educație, protecție și participare, asumându-ne MISIUNEA de a obține progrese importante privind modul în care copiii sunt tratați și producerea schimbărilor imediate și de durată în viața acestora. În cei 32 de ani de activitate, peste 2.920.000 de copii au fost implicați în programele și campaniile Organizației Salvați Copiii.



Salvați Copiii
Save the Children România

Secretariatul General

Intr. Ștefan Furtună nr. 3, sector 1,
010899, București, România

telefon: +40 21 316 61 76

e-mail: secretariat@salvaticopiii.ro

web: www.salvaticopiii.ro