

KAKO DA RAZGOVARATE
SA SVOJOM DECOM O SEKSU
Od dvogodišnjaka do predtinejdžera

Lori Berkenkamp i dr Stiven C. Etkins

BIBLIOTEKA
Koristan priručnik

KAKO DA RAZGOVARATE
SA SVOJOM DECOM
O SEKSU

Od dvogodišnjaka do predtinejdžera

Leo commerce
Beograd, 2006

Naziv originala:
Talking to Your Kids About Sex
Lauri Berkenkamp and Steven C. Atkins, PsyD

Naziv knjige:
Kako da razgovarate sa svojom decom o seksu
Lori Berkenkamp i Dr Stiven C. Etkins
Copyright © 2002 Nomad Communications
Copyright © 2006 za Srbiju Leo commerce, Beograd

Sva prava zadržana.

Nijedan deo ove knjige se ne sme reprodukovati u bilo kom obliku bez pismene dozvole izdavača, osim od strane kritičara koji može citirati kratke odlomke u svom pregledu.

Ilustracije na koricama radio Čarls Voglom, Big hed dizajns
Dizajn Dejvid Morin
Priredila Suzan Kejhan

Urednik:
Nenad Perišić

Prevod:
Irina Vujičić

Lektor i korektor:
Marija Živković

Za izdavača:
Nenad i Slađana Perišić

Izdavač:
MIP Leo commerce, Beograd

Plasman:
MIP Leo commerce, Beograd
Generala Mihajla Nedeljkovića 65/2
011/176-2077
011/2166-712
011/2166-714
063/507-334

E-mail:
nesaperisic@hotmail.com
info@leocommerce.co.yu
www.leocommerce.co.yu

Štampa:
Tuli - Vršac

Tiraž:
1000
ISBN 86-83909-50-6

Za mamu, zato što čitanje upustva iz kutije tampona jednostavno nije bilo dovoljno dobro seksualno obrazovanje.

L. B.

Svim roditeljima koji se trude da pomognu svojoj deci da ostanu bezbedna i zdrava.

S. C. E.

„Konačno vodič za namučene roditelje koji žele da razgovaraju sa svojom decom o 'životnim činjenicama' ali nisu sigurni čak ni kako da počnu. Ova pristupačna i zabavna knjiga pruža pravi spoj saveta, aktivnosti i odgovora za ovaj često zastrašujući zadatak. Ispunjena topline i humorom, ona se s poštovanjem odnosi prema raznim roditeljskim stilovima i razvojnim potrebama dece. U ovoj našoj seksom zasićenoj kulturi, gde vršnjaci i mediji daju toliko (dez)informacija koje deca upijaju, stigla je pomoć za roditelje!”

Marta B. Straus, doktor kliničke psihologije i autor knjige
No-Talk Therapy for Children and Adolescents

„Bila sam oduševljena kada sam pročitala novu knjigu Lori Berkenkamp i Stivena C. Etkinsa *Kako da razgovarate sa svojom decom o seksu*, koja je zaista nešto najbolje što sam pročitala na tu temu. *Kako da razgovarate sa svojom decom o seksu* pruža roditeljima sve informacije koje su potrebne o tome šta da očekuju od svoje dece, o razvojnim tačkama, često postavljanim pitanjima, i izvorsne sugestije o načinima na koje roditelji mogu pomoći deci da nauče da cene, poštuju i zaštite svoja tela. Berkenkampova i Etkins predstavljaju primere i informacije koji su majstorski osmišljeni da umanje uznemirenost roditelja suočenih sa pitanjima i problemima u vezi sa temom seksualnosti. Oni to postižu na dovitljiv, humorističan i nenametljivo sjajan način.”

dr Meri Lamija, voditeljka emisije
KidTalk with Dr. Mary na radio Dizniju

PRIZNANJA

Dugujem puno zahvalnosti prijateljima i porodici koji su mi pričali često smešne, iskrene anegdote koje su osnova za mnoge pojedinosti u ovoj knjizi. Posebno sam zahvalna Lisi Fejgan, Lesli Konoli, Suzan Hejl, Rejčel Benoa i Ani Tiprovic na pričama, idejama, komentarima i ispravkama. Takođe hvala svima u Nomad presu na njihovom napornom radu i dobrom raspoloženju tokom čitavog procesa pisanja, uređivanja i stvaranja ove knjige.

Izuzetno se divim kliničkim veštinama Stivena C. Etkinsa i njegovoj posvećenosti pacijentima. Uživala sam radeći s njim na ovom projektu. Najzad, hvala Ričarde, Saša, Noa i Sajmone na radoznalosti i neverovatnom strpljenju svih onih nebrojenih puta kada sam rekla: „Deco, pišem jednu knjigu i moram da vam postavim nekoliko pitanja...”
L. B.

Želeo bih da izrazim svoju najdublju zahvalnost svojim sadašnjim i bivšim klijentima. Naučio sam i još uvek učim najviše od vas, učitelji moji. Hvala vam što ste podelili lične pripovesti koje su ojačale i unapredile moje sposobnosti kliničkog psihologa. Vaše priče su dirnule moj život na toliko načina i pomogle su mi da postanem bolja osoba.

Naročito sam zahvalan svojim prijateljima, koji služe kao moja odabrana porodica, na beskrajnoj podršci i putokazima. Sami znate ko ste. Takođe hvala mojoj porodici na šaljivim i blamirajućim, a istovremeno univerzalno prepoznatljivim primerima pitanja i komentara. Deca obično govore najluđe stvari. Takođe želim da se zahvalim Aleksu i Suzan i celom osoblju u Nomad presu. Objašnjavanje deci o polu, seksu i seksualnosti može biti teško za roditelje. Osoblje u Nomad presu se spremno suočilo sa zadatkom da pomogne roditeljima u potrazi za takvom podrškom.

S. C. E.

PREDGOVOR

Uobičajena klinička zabrinutost koja potresa roditelje u praksi dr Etkinsa jeste kako da se suoče sa barijerom koju postavljaju multimedijalne poruke koje se tiču seksa. Svi smo čuli izraz: „Seks sve prodaje”. Kada uključite televizor, radio ili dok surfujete po internetu možete naleteti na mnoge neželjene seksualne teme. Sa druge strane, kada traže savet, mnogi roditelji priznaju da su poraženi i nemoćni.

Ova knjiga ima nameru da posluži kao vodič za roditelje koji tražaju za razvojno zasnovanim primerima i preporukama u razmatranju potencijalno uznemirujuće teme seksa. Čitaoci će otkriti da termin „seks” ima različita značenja tokom razvojnih faza. Priča o „seksu” za dvogodišnje dete posebno se bavi razumevanjem pola, što se radikalno razlikuje od onoga što se dvanaestogodišnjak možda muči da razume. Razgovor o biološkim činjenicama u vezi sa seksom ili polom sa trogodišnjim detetom može da pomogne da se započne proces otvorenog roditeljskog savetovanja o seksu dok vaše dete odrasta. Ova knjiga naglašava da roditelji treba da budu primarni učitelji za decu, naročito u pogledu pola, seksa i seksualnosti. Takođe daje savete za postavljanje i ojačavanje granica, za učenje dece o ispravnom i pogrešnom dodirivanju i iznosi poruku da je intimnost rezervisana samo za obostrano zainteresovane odrasle osobe.

Primeri ponuđeni kroz knjigu imaju za cilj da pomognu da se objasni kako deca razumeju svet u različitim uzrastima. Takođe su ponuđene preporuke koje treba da pomognu da se priđe temama u vezi sa seksom u različitim uzrastima. Ključna tema kroz knjigu je tema o razvijanju veštine pretpostavljanja nevinosti kad god vam deca priđu u vezi sa seksualno eksplicitnim materijalom. Ova pretpostavka nevinosti zahteva aktivno slušanje i dobronamerno savetovanje pošto seksualne poruke koje deca dobijaju iz naše kulture mogu biti preteške i zbunjujuće. Roditelji treba deci da služe kao primarni učitelji.

Kada se razmatraju razna značenja reči „seks” kroz razvojne uzraste, nesumnjivo će se pojaviti izvesne teme. Može biti područja, primera ili preporuka koje se čine neetičkim u poređenju sa pravilima uspostavljenim u vašem domu. U skladu s tim, podstičemo vas da ispitujete svoje vrednosti i da pokušate da primenite savete iz ove knjige kad god vam se to učini zgodnim.

Konačno, ***Kako da razgovarate sa svojom decom o seksu*** sadrži specifična pitanja i primere izvučene, delimično, iz kliničkog iskustva dr Etkinsa. Sa velikom brižnošću smo se postarali da maskiramo identifikujuće informacije i dobili smo dozvolu da iskoristimo data pitanja i primere. Samo će pojedinci i njihove porodice moći da identifikuju određene detalje koji ukazuju na njih same.

SADRŽAJ

Prvo poglavlje	Strana 19
-----------------------	------------------

*Šta je to? – Kako da razgovarate sa svojim detetom
uzrasta 2–3 godine?*

Drugo poglavlje	Strana 37
------------------------	------------------

*Pojela si tu bebu? – Kako da razgovarate
sa detetom predškolskog uzrasta?*

Treće poglavlje	Strana 55
------------------------	------------------

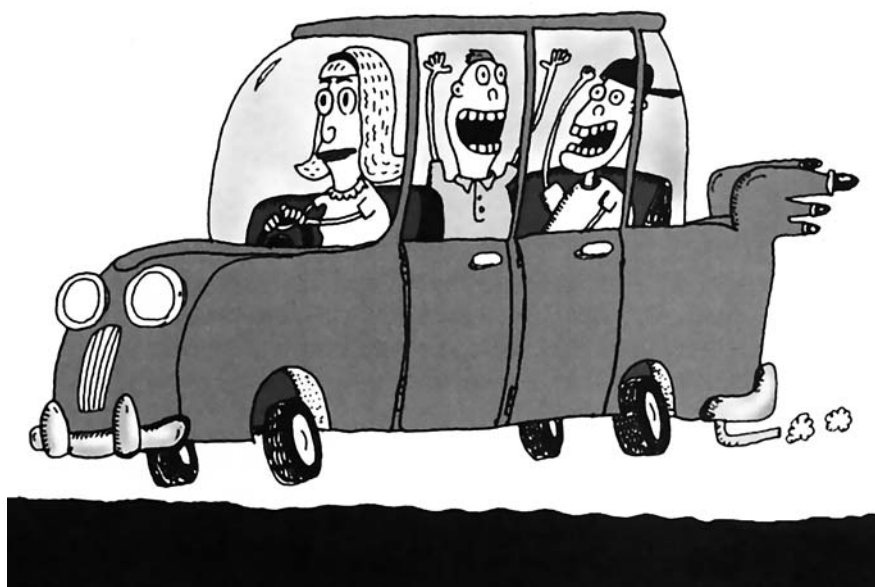
*Bljak. To je tako odvratno! – Kako da razgovarate
sa detetom uzrasta 6–9 godina?*

Četvrto poglavlje	Strana 77
--------------------------	------------------

*Neću da pričam o tome! – Kako da razgovarate
sa svojim predtinejdžerom?*

Peto poglavlje	Strana 109
-----------------------	-------------------

Prava pitanja, pravi odgovori!



UVOD

Dolazite po svog sedmogodišnjeg sina i njegovog druga iz škole da ih odvedete na fudbalski trening. Dok izlazite iz školskog dvorišta primećujete da se zajedno kikoću na zadnjem sedištu. Predosećajući neodoljiv trenutak koji treba da se подели sa mamom, kažete: „Šta je toliko smešno, momci?” Vaš sin napravi grimasu i kaže: „Upravo smo videli dvoje klinaca kako se seksaju!” I on i njegov drug počnu da se histerično kikoću dok se trudite da ne sletite s puta. Posle nekoliko dubokih udaha opušteno ga pitate o čemu se radi. Prevrne očima i kaže vam: „Ma znaš, ljubili su se i grlili na rastanku! Bilo je tako odvratno!” Dok se unezvereno trudite da smislite kako da odgovorite, počinje rvanje na zadnjim sedištim a razgovor je završen. Nastavite da vozite, puls vam se polako vraća u normalu i razmišljate koga prvo da pozovete čim dođete kući, pedijatra ili dečjeg psihologa.

Zvuči vam poznato? Ne brinite, pomoć vam je pri ruci. **Kako da razgovarate sa svojom decom o seksu** primenjuje zdrav razum, praktičan pristup da pomogne roditeljima da razgovaraju sa decom na temu koja kod mnogih ljudi izaziva nelagodnost. Baš kao što dva deteta nisu ista, tako ni dva roditelja neće imati istu filozofiju o odgoju dece niti isti nivo lagodnosti u vezi sa seksom ili razgovorom o njemu. Ova knjiga daje savete i informacije zasnovane na premisi da je važno da vaša deca znaju kako funkcionišu njihova tela i pretpostavlja da je razgovaranje o seksualnom odnosu i mnogim pitanjima koja okružuju seks prirodno, zdravo i važno. Knjiga je takođe napisana iz perspektive da je seksualni odnos aktivnost za saglasne odrasle osobe, a ne za predtinejdžere naoružane knjižicom **Radost seksa** i kutijom kondoma. Molimo vas da imate to na umu dok je budete čitali, budući da se vaša mišljenja mogu a i ne moraju poklapati sa mišljenjima predstavljenim u ovoj knjizi.

Zašto pričati sa decom o seksu?

Zašto da razgovarate sa decom dok su mala? Kad smo već kod toga, zašto uopšte razgovarati sa decom o seksu? Zašto? Zato što su informacije koje dobiju od vas važne i verovatno će biti najtačnije i najpouzdanije informacije o toj temi koje će dobiti, makar dok ne počnu sa seksualnim obrazovanjem u školi. Svakako, vaša deca će uvek imati makar jednog prijatelja koji će ih opskrbiti svakakvim autoritativnim dezinformacijama o seksu i telima koja se menjaju, ali da li želite da prepustite odgovornost za ovu izuzetno važnu temu deci koja još uvek misle da se ljudi na malom ekranu u stvari nalaze u televizoru? Takođe je važno da razgovarate rano i često i da ne prepustite seksualno obrazovanje u potpunosti drugima, bilo da je to pogrešna informacija od strane prijatelja ili „samo činjenice” seksualnog obrazovanja u školama. Vaša deca primaju vrednosti od vas, a



ovo je područje gde je od ključnog značaja da ulijete sopstvene vrednosti u svoju decu.

Vaši roditelji su vam verovatno obrazložili „životne činjenice” kada ste već uveliko bili u mukama adolescencije. Ali razmislite o tom razgovoru – do vremena kad se desio (ili nije, u nekim slučajevima), obično je bilo već kasno. Bilo vas je suviše sramota da bilo šta pitate i verovatno ste mislili da već i sami znate odgovore. Isti pristup verovatno ni sa vašom decom neće biti delotvorniji, i za razliku od vas kada ste bili dete, danas su deca izložena seksu od momenta kada mogu da koriste daljinski upravljač ili da uključe kompjuter ili radio.

Od reči pesama i radio-reklama do porodičnih televizijskih serija, aluzije na seks svakodnevno bombarduju našu decu. Roditelji moraju da uravnoteže to izlaganje sa informacijama koje imaju smisla, koje su prikladne uzrastu i koje ga stavljaju u odgovarajući kontekst za decu. Što ranije počnete da pričate sa svojom decom o njihovim telima i o seksu, lakše će vam biti da nastavite tu diskusiju dok ona budu rasla i sazrevala. I što tačnije informacije vaša deca budu primila, one će im više pomoći da donose informisane odluke kada to bude bilo najvažnije. Započinjanje razgovora o važnim temama kada su ona mala pokazuje deci da vam mogu prići sa svojim pitanjima – kako sitnim tako i krupnim koja su im važna. Ovo će postati još važnije kako budu rasla.

Kako koristiti ovu knjigu

Ovu knjigu bi trebalo koristiti kao priručnik za razgovor sa decom od ranih godina do uzrasta predtinejdžera. Informacije i sugestije za razgovor sa decom o seksu zasnovane su na čvrstim razvojnim principima, kao i na osnovnom zdravom razumu. Iako je razgovaranje sa decom o seksu, zaista, ozbiljna stvar, ono je takođe iscrpljujuće i često veoma smešno – i to sve u isto vreme. Saveti i ideje za naćinjanje ove teme zasnivaju se na verovanju da zapoćinjanje razgovora o seksu sa decom kada su mala pomaže da se raskrći teren za otvorenu i iskrenu komunikaciju tokom ćitavog ćivota – naroćito u ona vremena