

Wakacyjny Telefon Zaufania 2015



Grupa Edukatorów Seksualnych Ponton

 **Ponton**

Wakacyjny Telefon Zaufania Grupy Ponton Sprawozdanie z dyżurów w lipcu i w sierpniu 2015

W tym roku **po raz dziesiąty** Grupa Edukatorów Seksualnych Ponton zorganizowała Wakacyjny Telefon Zaufania. Po raz drugi akcja została przeprowadzona dzięki wsparciu finansowemu Ministerstwa Edukacji Narodowej. Codziennie, przez cały lipiec i sierpień między godziną 19 a 21, można było, dzwoniąc lub sms-ując, uzyskiwać porady i zadawać pytania na temat dojrzewania, seksualności człowieka, relacji, związków, antykoncepcji, przemocy itp. Podobnie jak w ubiegłych edycjach telefon cieszył się dużym zainteresowaniem – **otrzymaliśmy w sumie 662 zgłoszenia, co daje średnio ponad 10 sms-ów/telefonów podczas jednego dyżuru**. Głównymi beneficjentami telefonu zaufania była dorastająca młodzież, choć osoby dorosłe także zgłaszały się po porady.

Podział pytań według kategorii tematycznych:

Kategoria	Liczba zgłoszeń
Seksualność	195 (29%)
Zdrowie/fizjologia	177 (27%)
antykoncepcja	77 (12%)
ciąża	71 (w tym jedno zgłoszenie ciąży) (11%)
inne	60 (9%)
relacje	56 (8%)
asertywność	15 (2%)
przemoc	11 (2%)
ogółem	662 (100%)

Seksualność

W tym roku można dostrzec znaczącą dominację tej kategorii. Z jednej strony zainteresowanie seksualnością jest normą rozwojową dla dorastającej młodzieży, z drugiej strony można odnieść wrażenie, że pytania, jakie zadawała młodzież są mniej lub bardziej inspirowane przez **pornografię** czy **portale erotyczne**. Młode osoby często wprost komunikują, że oglądają pornografię:

- „czy masturbacja przy filmach pornograficznych jest normalna?”
- „mam problem, oglądam pornosy i czy to normalne, że mam 12 lat i mnie to wciąga”.

Pornografia jest dla młodzieży swoistą wyrocznią, punktem odniesienia do pytań o seksualność. Zdarzało się, że pytania zaczynały się od słów: „na filmach porno tak robią”. Inne sformułowania pojawiające się w zgłoszeniach pośrednio sygnalizują, że osoba miała kontakt z pornografią lub stronami erotycznymi – w pytaniach pojawia się prośba o wyjaśnienie pojęć takich jak np.: „seks grupowy”, „dildo”, „kamasutra”, „pissing”, „milf”. **Zdarza się, że pytającymi są bardzo młode osoby, nawet 10, 11-letnie.** Fakt ten można powiązać z powszechnością treści o charakterze seksualnym w mediach. To powoduje, że do młodych ludzi trafiają informacje związane z seksualnością nieadekwatne do ich wieku, pokazujące seksualność w wypaczony sposób. Jednocześnie młody człowiek nie ma kontaktu z rzetelną wiedzą dostosowaną do potrzeb rozwojowych, a edukacja w domach i szkole jest cały czas niewystarczająca. Młodzież zadając pytania dotyczące seksualności nie posługuje się odpowiednią terminologią – używa albo wyrazów potocznych albo wulgarnych. Pod wpływem presji płynącej z kultury masowej wiele osób decyduje się na kontakty seksualne. **Niepokojącym zgłoszeniem w tym roku była wiadomość od 14 – latki, która współżyje z 31 – letnim mężczyzną:**

- „Czy mogę uprawiać seks z dorosłą osobą? Mam 14 lat a mój chłopak 31...No i ten pierwszy raz...Mam za sobą. Czy grozi mu jakaś kara?”

Gros zgłoszeń młodzieży dotyczyło **orientacji psychoseksualnej, doświadczenia homofobii w rodzinie i w grupie rówieśniczej.**

- „(...) *zacznę od początku. Mam 18 lat i jestem gejem. Akceptuję siebie. Lecz już pogubiłem się w kłamstwach przed swoimi rodzicami (...) wczoraj poleciały z ich strony słowa typu ty pedale. Dążyłem do tego, by im powiedzieć, ale strach mnie ogarnął. Co mam robić?*”
- „(...) *Jak mogę sprawdzić czy jestem biseksualny? Co mam zrobić jak mam ochotę na seks z facetem w łóżku?*”

Wśród zgłaszających się sporą grupę stanowią **osoby z niepełnosprawnościami**, które nie mają z kim rozmawiać o seksualności, mają niski poziom wiedzy, a jednocześnie są bardzo zainteresowane tym tematem.

Wielu chłopców pyta o masturbację. Cały czas pokutują mity, że masturbacja jest niebezpieczna dla zdrowia:

- *Mam problem z onanizowaniem się, jestem ze wsi i nie mam z kim o tym porozmawiać. Obawiam się, że coś mi się stanie, że to coś złego.*

Chłopcy oglądający pornografię niepokoją się czy podołają kontaktom seksualnym, obawiają się, że nie będą tak sprawni jak aktorzy porno, pytają także o wygląd i rozmiar penisa. Jeden ze zgłaszających się nastolatków zakomunikował, że planuje **inicjację seksualną odbyć w agencji towarzyskiej** - jest tak bardzo przerażony perspektywą pierwszego stosunku.

Zdrowie/fizjologia

Młodzieży często brakuje wiedzy na temat anatomii, fizjologii, czy zmian zachodzących w dojrzewającym ciele.

- „*Czy na jądrach rosną włosy?*”
- „*Co to jest lechtaczka?*”
- „*Czy to normalne, że mam poranny wzwód?*”

W jednym ze zgłoszeń padło pytanie, **czy podczas stosunku mężczyzna**

wprowadza penisa do macicy. Widać także, że młode osoby bardzo bojaźliwie i niechętnie podchodzą do wizyt u lekarza. W razie problemów zdrowotnych zamiast udać się do ginekologa czy urologa posiłkują się pseudowiedzą, jaką znajdują na forach internetowych. Podczas zgłoszeń na dyżur telefonu zaufania bardzo szczegółowo opisują dolegliwość licząc na diagnozę i poradę co robić. **Jedna ze zgłaszających się osób pytała nawet czy może wysłać zdjęcie genitaliów,** żeby dyżurantka oceniła czy są prawidłowo zbudowane.

Antykoncepcja

W sms-ach i telefonach młodzieży pojawia się cały czas mnóstwo mitów na temat antykoncepcji takich jak przekonanie, że pierwszy stosunek seksualny czy stosunek podczas miesiączki nie wymaga zabezpieczenia. Podobnie stosunek przerywany cały czas jest uważany za dobre zabezpieczenie przed ciążą. Niektóre osoby pytały o to, **czy założenie dwóch prezerwatyw zwiększa ich skuteczność lub czy tej samej prezerwatywy można użyć wielokrotnie.** W zgłoszeniach dotyczących antykoncepcji pada dużo pytań dotyczących antykoncepcji awaryjnej. Przypuszczamy, że dla **części młodzieży temat zabezpieczenia staje się ważny dopiero po fakcie, czyli po ryzykownej sytuacji, która może skutkować ciążą.**

- „Czy po stosunku przerywanym należy zażyć tabletkę „po”?”
- „Czy tabletkę „po” może kupić 15 latka? Na legitymację?”

Otrzymaliśmy także zgłoszenia, które pokazują, że część młodzieży podchodzi bardzo dojrzałe do seksualności – młode osoby pytały się nas o to jak się przygotować do pierwszego stosunku, jaki rodzaj antykoncepcji wybrać, jak prawidłowo założyć prezerwatywę:

- „Jaka antykoncepcja jest najlepsza na pierwszy raz?”
- „Jakie formy antykoncepcji polecacie 16 – latce?”
- „Jak namówić mamę, żeby poszła ze mną do ginekologa po pigułki?”

Ciąża

Podczas tegorocznej edycji telefonu zaufania otrzymaliśmy jedno zgłoszenie od nastolatki w ciąży. Dziewczyna nie ukrywała, że jest przerażona całą sytuacją:

- *„ja mam 17 lat on 18. Zdarzyło nam się kilka razy współżyć bez prezerwatywy. (...) Okres mi się spóźnił tydzień, zrobiłam test i wyszło, że jestem cięży. Na razie nie powiedziałam nikomu, nie wiem co robić. Nie wyobrażam sobie co powiem mamie.”*

Choć dotarła do nas tylko jedna nastolatka w ciąży, mamy świadomość, że takich dziewcząt w Polsce jest tysiące. **Według danych GUS co roku około 15 tysięcy dziewcząt poniżej 19 roku życia rodzi dzieci¹.**

Zwróciła naszą uwagę duża ilość pytań o możliwość zajścia w ciążę podczas niezaawansowanych technik seksualnych takich jak pieszczoty w ubraniu, petting. Większość tych obaw nie miała uzasadnienia, opisywane sytuacje nie mogły doprowadzić do zapłodnienia. Pytają zarówno dziewczęta jak i chłopcy:

- *„Umyłem ręce po masturbacji o godz. 12-tej, o godz. 16-tej zacząłem dotykać partnerkę. Czy na ręce mogły być jeszcze plemniki, które mogły zapłodnić”*
- *„Witam. Mam problem. Mam 19 lat i nigdy nie miałam zbliżenia z partnerem. Jak na razie chcę poczekać. Mimo to ciągle obawiam się ciąży i męczy mnie pewna rzecz. Często wyjeżdżamy gdzieś razem i boję się, że gdy śpimy razem w łóżku, przytulamy się to czy mogę zajść w ciążę. Obawiam się że jego sperma może jakoś przypadkiem dostać się w okolice warg sromowych. Zawsze śpię w bieliznie i piżamie (krótkie spodenki). A on w bokserkach. Czy jest to możliwe ? Bardzo się stresuję i proszę o odpowiedź”*

Część pytań o możliwość zajścia w ciążę padała od dziewcząt, które nigdy nie miały kontaktów seksualnych i „odkrywały” u siebie objawy ciąży po lekturze forów internetowych. Bardzo trudno było je przekonać, że jednak nie są w ciąży:

¹ Główny Urząd Statystyczny, *Rocznik Demograficzny 2014*, Warszawa

- *„Miesiączka spóźnia mi się trzy tygodnie. Nigdy nie uprawiałam seksu, jednak nieraz się masturbowałam. Pobolewa mnie podbrzusze a jak czytałam na internecie to jest objaw ciąży. Czy mogę być w ciąży?”*
- *„Witam. Miesiączka spóźnia mi się 2 tygodnie. Czego przyczyną może być moja utrata okresu? Nie uprawiałam seksu, więc nie wiem. Czy to może być ciąża?”*

Dla niektórych zgłaszających się niepokój związany z możliwością zajścia w ciążę był tak ogromny, że uniemożliwiał im normalne funkcjonowanie. Jedna z dziewcząt dzwoniła prawie codziennie, aby upewnić się, że nie jest w ciąży. Związany z tym stres doprowadził ją do objawów psychosomatycznych takich jak silne bóle brzucha, zaburzenia łaknienia, a w konsekwencji do zaniku miesiączki, co w jej mniemaniu potwierdzało, że jest w ciąży. Inne dziewczęta uważały, że paniczny strach przed ciążą powoduje pogorszenie relacji z chłopakiem.

- *„Od ryzykownej sytuacji pół roku temu, nie uprawiałam seksu z chłopakiem, bo panicznie boję się ciąży, przez to mój związek się sypie, nie chcę żeby tak było, ale nie umiem sobie poradzić z tym strachem. Ciągle się kłócimy z chłopakiem o to. On twierdzi, że przestał mi się podobać, a to nieprawda, ja się po prostu bardzo boję. Biorę tabletki, chodzę do psychologa, ale nie potrafię się przemóc. Boję się, że rozleci mi się związek”*

Warto zastanowić się skąd bierze się tak powszechna wśród młodych dziewcząt **paranoja ciążowa**. Z jednej strony zwraca uwagę fakt, że osoby zgłaszające się podczas dyżuru telefonu zaufania charakteryzuje niski poziom wiedzy na temat fizjologii zapłodnienia. Ta tendencja utrzymuje się od lat. Przyczyną tego jest niewystarczająca edukacja seksualna w szkole² oraz brak rozmów na temat seksualności z rodzicami i opiekunami³. Dla młodzieży głównym źródłem wiedzy o seksualności jest grupa rówieśnicza i kultura masowa. W tej ostatniej aż roi się od komunikatów, że żeby być „cool” trzeba uprawiać seks, znać wyrafinowane techniki seksualne, mieć duże doświadczenie. Takie treści docierają do coraz młodszej grupy odbiorców, przy czym są

2 Sprawdzian (z) Wdż. Jak wygląda edukacja seksualna w polskich szkołach. Raport Grupy Edukatorów Seksualnych Ponton 2014

3 „Skąd wiesz? Jak wygląda edukacja seksualna w polskich domach” Raport Grupy Edukatorów Seksualnych Ponton 2011

oni pozostawieni sami sobie z tymi informacjami. Powoduje to u młodzieży dużo niepokoju, tym bardziej, że szkoła i dom rodzinny rzadko tłumaczą czym tak naprawdę jest seksualność człowieka. Szczególnie młode dziewczęta podlegają ogromnej presji – według lansowanego w mediach modelu kobiecości wartość dziewczyny zależy od jej atrakcyjności fizycznej i umiejętności seksualnych. Z drugiej strony w domach rodzinnych dziewczęta są straszone seksem i ciążą – dla wielu z nich jest to jedyna, często bardzo negatywna informacja, jaką dostają na temat seksualności od rodziców czy opiekunów⁴. Dziewczęta otrzymują sprzeczne komunikaty – z jednej strony imperatyw „*musisz uprawiać seks*”, z drugiej strony prezentuje im się wizję seksu, którego uprawianie może zrujnować życie, uniemożliwić skończenie szkoły, znalezienie pracy. Schizofreniczna atmosfera, w jakiej dorastają dziewczęta powoduje piętrzenie lęków, które i tak towarzyszą im podczas wchodzenia w nowe role społeczne, w dorosłość. Dodatkowym problemem, który wyłania się podczas analizy zgłoszeń dziewcząt, które panicznie boją się ciąży, jest brak umiejętności asertywnej komunikacji. Podczas rozmów z tymi dziewczętami często okazuje się, że one jeszcze nie są gotowe na kontakty seksualne, nie mają na nie ochoty, ale nie potrafią powiedzieć „*nie*”. **Paranoję ciążową można odczytywać jako zawołowaną, niewyrażoną wprost niezgodę na stosunek seksualny.**

Niepokojący jest także fakt, że tak wiele dziewcząt posiłkuje się forami internetowymi i na podstawie ich lektury stwierdza czy jest w ciąży. To także pokazuje, że młodzież prawdopodobnie ma niskie zaufanie do rodziców/opiekunów i szkoły lub uważa, że nie uzyska od nich wiarygodnych informacji, co także pokazują przywołane wcześniej raporty Grupy Ponton.

Relacje/asertywność

Młodzież komunikowała o trudnościach w relacjach zarówno w rodzinie, jak i w grupie rówieśniczej. Zgłoszenia dotyczyły nieumiejętności nawiązywania kontaktów z ludźmi, samotności.

- *W tym roku przeprowadziłam się do nowej miejscowości, dołączyłam do nowej klasy. Jestem sama, nie mam żadnych znajomych tam, wszyscy są pogrupowani. Czuję się nieakceptowana w klasie.*

4 Ibidem

Inne osoby prosiły o porady dotyczące relacji w związkach czy tego jak sobie radzić z załamaniem nerwowym po rozstaniu. **Wiele niepokoju, obaw budziły kłótnie z rodzicami. Parokrotnie zdesperowani nastolatkwie prosili dyżurantki o interwencję i rozmowę z rodzicami.** Jedna osoba była bardzo zaniepokojona faktem, że jej ojciec jest alkoholikiem.

Pytania dotyczyły także tego jak asertywnie stawiać granice. Najczęściej chodziło o sytuacje, w których zgłaszająca się osoba nie wie jak odmówić partnerowi/ce, który/a nalega na seks.

- *A w jaki sposób...Mam powiedzieć mojemu chłopakowi NIE...Gdy nie chce seksu...???*
- *Mój chłopak namawia mnie na seks analny. A ja się boję. Co robić?*

Przemoc

W tym roku zgłoszono nam różne rodzaje przemocy. Wśród nich był mobbing ze strony dyrektorki szkoły, stalking (osoba która się do nas zgłosiła jest dręczona sms-ami, w których stalker narzuca się, nakłania do seksu). Było też kilka zgłoszeń przemocy psychicznej ze strony członków rodziny. **15 – letnia dziewczyna padła ofiarą przemocy fizycznej ze strony rodziców po tym jak ci dowiedzieli się, że uprawiała seks.**

- *Czy deklaracja praw seksualnych dotyczy także mnie – osoby mogącej zgodnie z prawem uprawiać seks? Mam 15 lat. Rodzice uderzyli mnie i krzyczą na mnie, bo dowiedzieli się, że uprawiam seks. Co mam robić. Czy rozmowa ze szkolnym psychologiem pomoże?*

Zdarzało się, że osoby, które się do nas zgłaszały po poradę nie były świadome, że doświadczyły przemocy seksualnej:

- *„czy jeśli dwie dziewczyny obmacały mnie i uprawiały ze mną seks (a ja byłem pod wpływem alkoholu, uczestniczyłem w tym, ale nie bardzo chciałem) to czy mogę czuć się wykorzystany?”*

Pytania padały też z drugiej strony – zgłaszające osoby nie są świadome, że „nie znaczy nie”, że wywieranie presji na partnerze/ce, który/a nie ma ochoty na kontakt seksualny jest przekroczeniem czyjejś granicy:

- *„dziewczyna nie chce mi zrobić laski, jak ją namówić”*

Inne

Tak jak co roku zdarza się, że na dyżur telefonu zaufania trafiają osoby, które mają pytania niezwiązane z seksualnością czy dojrzewaniem. Proszą np. o porady dietetyczne albo o wyjaśnienie znaczenia snów.

Podsumowanie

Analiza zgłoszeń, jakie napłynęły do Grupy Edukatorów Seksualnych Ponton podczas tegorocznej edycji Wakacyjnego Telefonu Zaufania pokazuje sytuację młodych ludzi w Polsce. Młodzież zalewana jest treściami dotyczącymi seksualności płynącymi z popkultury, z drugiej strony brakuje jej elementarnej wiedzy na temat ciała, seksualności, a także umiejętności radzenia sobie w świecie i stawiania granic. Dlatego tak ważna jest rola szkoły i wsparcie poradnictwem w tym zakresie.

Opracowała: Alina Synakiewicz

Konsultacja: Aleksandra Józefowska

Korekta: Joanna Skonieczna