

RAPORT Z WAKACYJNEGO TELEFONU ZAUFANIA 2009

GRUPY EDUKATORÓW SEKSUALNYCH „PONTON”

Wakacyjne Pogotowie Pontonowe

Pierwsza edycja tej akcji miała miejsce w roku 2006, kiedy wpadliśmy na pomysł zorganizowania specjalnego Telefonu Zaufania, żeby młodzież mogła zadawać pytania za pomocą smsów. Jak się okazało, ta idea bardzo sprawdza się w wakacje, kiedy młodzi ludzie często mają mniejszy dostęp do komputera i Internetu, a nie rozstają się z telefonami komórkowymi. Pytania można było zadawać tradycyjnie przez telefon oraz za pomocą smsa, co się bardzo podoba młodzieży. Sms zapewnia większą anonimowość niż rozmowa telefoniczna, jest tani, a odpowiedzi można zachować w telefonie i mieć do nich zawsze dostęp.

Wakacyjny Telefon Zaufania podobnie jak w poprzednich latach czynny był przez cały lipiec i sierpień przez trzy godziny dziennie od godziny 18.00 do godziny 21.00. Dyżurowało na nim jedenastu wolontariuszy z Pontonu. Nasza akcja kolejny raz cieszyła się ogromnym powodzeniem. Liczba przychodzących do nas pytań z roku na rok jest coraz większa. W czasie trzygodzinnego dyżuru edukatorzy dostawali często ponad 100 smsów. Młodzież nadal zdecydowanie preferuje pisanie wiadomości tekstowych, jednak podczas tych wakacji odebraliśmy więcej telefonów niż w poprzednich latach. Doświadczenia z tegorocznego dyżuru w wakacyjnym telefonie Zaufania Pontonu potwierdzają w dużej mierze zbierane przez nas wnioski w poprzednich latach. Młodym ludziom w dalszym ciągu często brak podstawowych informacji z zakresu antykoncepcji i seksualności, a także własnej fizjologii.

Edukatorzy odpowiadają na coraz więcej pytań, ale ilość problemów nie zmniejsza się, a poziom niewiedzy młodzieży wciąż jest tak samo niepokojący. Kolejne lato zakończyło się refleksją, że młodzi ludzie bywają bardzo osamotnieni w zmaganiu się z problemami wieku dojrzewania. W pisanych do nas smsach nierzadko pojawiały się deklaratywy o treści: „jesteś pierwszą osobą, z którą szczerze rozmawiam na ten temat”, „dzięki, że jesteście, bo dotąd nikogo nie odważyłam się o to zapytać” itp. świadczące o tym, że nastolatki czują się samotne i nie mają z kim porozmawiać o swoich problemach. Wspaniale, kiedy chłopak czy dziewczyna, mają oparcie w rodzinie i mogą o wszystko zapytać najbliższe osoby z otoczenia, jednak wiemy od samej młodzieży, że seks w wielu polskich domach jest wciąż tematem tabu. Rodzice nie chcą bądź nie potrafią rozmawiać ze swoimi dziećmi na temat seksu, a wychowywane w takiej atmosferze dzieci, kiedy wchodzi w trudny wiek dojrzewania, nie potrafią zwracać się do rodziców ze swoimi pytaniami.

W wielu szkołach nie ma rzetelnie prowadzonych zajęć z edukacji seksualnej, młodym ludziom pozostaje więc wyrywkowa wiedza czerpana z różnych źródeł w Internecie oraz z kolorowej prasy. Informacje tam podane bywają niekompletne oraz pozostawiają merytorycznie wiele do życzenia. Internet oferuje także szeroki dostęp do pornografii i coraz częściej to właśnie ze stron pornograficznych nastolatki czerpią pierwsze informacje na temat seksu, i ma to opłakane skutki.

Potwierdzają to pytania zadawane wolontariuszom dyżurującym w Wakacyjnym Telefonie Zaufania. W tym roku zaobserwowaliśmy wzrost pytań związanych z samą seksualnością. Młodzież chętniej pytała o pozycje, techniki seksualne, wygląd narządów

płciowych niż o zdrowie i fizjologię. Znalazło to swoje odbicie w tegorocznej statystyce.

Podobnie jak w poprzednich latach celowo pogrupowaliśmy zadane nam podczas wakacyjnych dyżurów pytania w taki sam sposób, aby można było łatwo porównać, jakie tematy stają się bardziej, a jakie mniej interesujące dla młodzieży w kolejnych latach.

Kategorie tematyczne, w ramach których pogrupowaliśmy zadawane nam pytania:

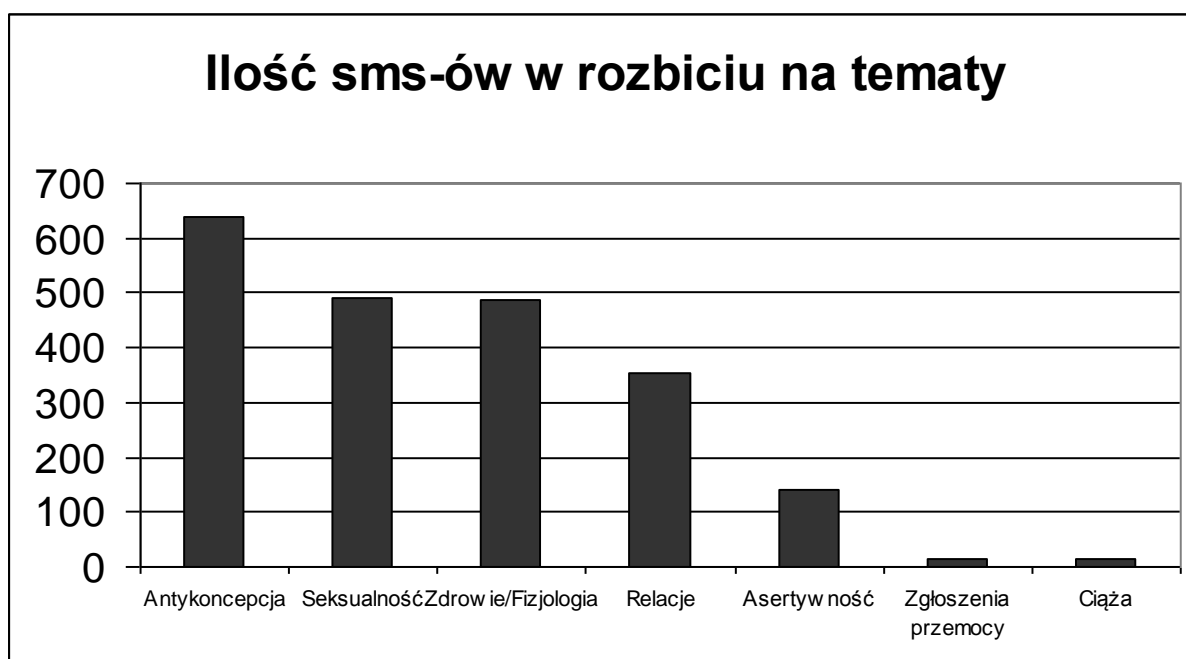
- Antykoncepcja
- Zdrowie/Fizjologia
- Seksualność
- Relacje
- Asertywność

Od trzech lat młodzież niezmiennie zadaje najwięcej pytań związanych z antykoncepcją. W tym roku dostaliśmy ich aż 639. Na drugim miejscu znalazła się kategoria seksualność z 491 pytaniami od młodzieży, co daje ponad dwa razy więcej niż w ubiegłym roku. Mimo iż kategoria zdrowie i fizjologia inaczej niż w poprzednich latach znalazła się na trzecim miejscu, pytań było również bardzo dużo - aż 483. Młodzież zadała nam kolejno 354 pytania dotyczące relacji z rówieśnikami, w szkole i w domu oraz 139 pytań związanych z pojęciem asertywności. W tym roku dostaliśmy 16 zgłoszeń przemocy, w obrębie których młodzież pisała o przemocy w domu, w relacjach rówieśniczych, a także o wykorzystywaniu seksualnym, gwałcie i autoagresji.

Odebraliśmy także 16 zgłoszeń nieplanowanej ciąży u młodych dziewczyn. Nie wszystkie dziewczęta podały nam swój wiek. Najmłodsza miała piętnaście lat, pisały do nas również szesnastolatki i siedemnastolatki, które znalazły się w tak trudnej sytuacji.

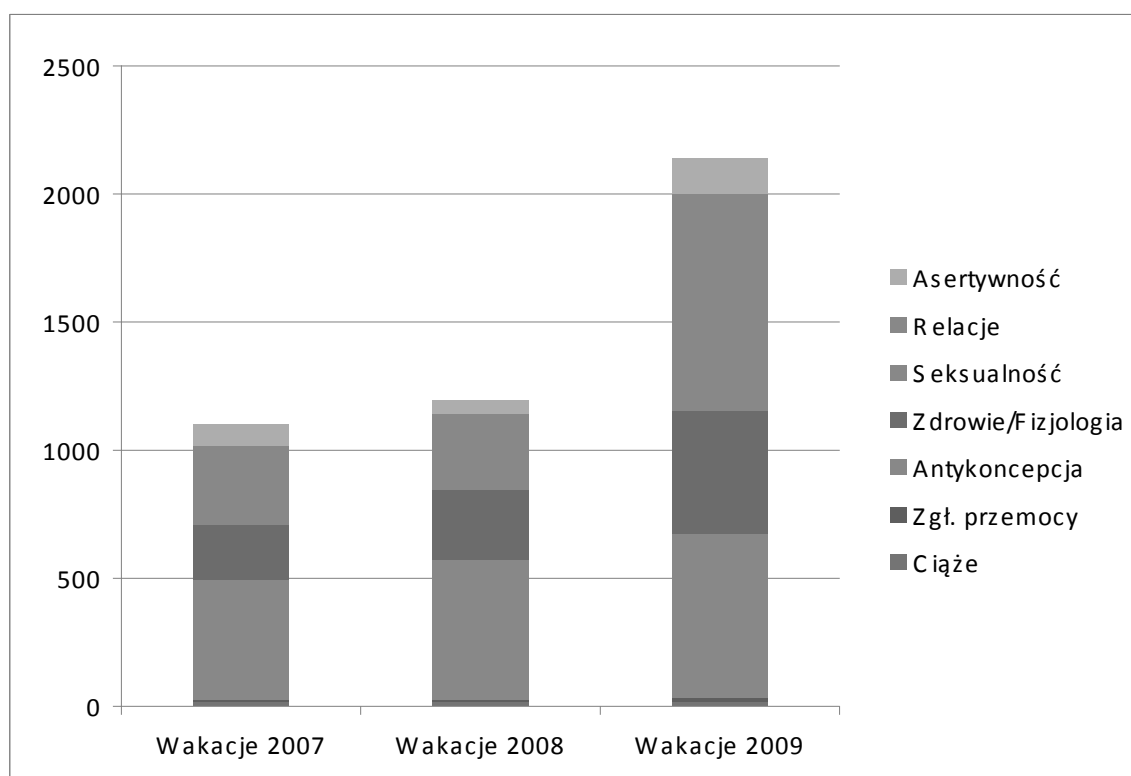
Statystyka :

Antykoncepcja	Seksualność	Zdrowie/ Fizjologia	Relacje	Asertywność	Zgłosz. przemocy	Ciąże	Ilość pytań ogółem
639	491	483	354	139	16	16	2142



Porównanie ilości pytań w poszczególnych kategoriach na dyżurach w 2007 2008 i 2009 roku:

	Antykoncepcja	Zdrowie/Fizjologia	Seksualność	Relacje	Asertywność	Ciąże	Zgł. przemocy
Wakacje 2007	472	215	209	96	85	15	7
Wakacje 2008	546	275	213	84	52	15	10
Wakacje 2009	639	483	491	354	139	16	16



Antykoncepcja i ciąży

W tym roku otrzymaliśmy aż **639 pytań dotyczących antykoncepcji**. Młodzi ludzie najczęściej pytali nas o to, jakie zabezpieczenie będzie dobre na pierwszy raz, która z dostępnych metod antykoncepcyjnych jest najskuteczniejsza, co zrobić jeśli lekarz nie będzie chciał wypisać recepty na antykoncepcję, które metody są najmniej kosztowne a mimo to skuteczne itp. Pytania te zadają osoby podchodzące do seksu odpowiedzialnie i rozsądnie. Wolontariusze zwykle mogą im pomóc dostarczając potrzebnych informacji bądź kontaktując z lekarzem. Niepokojące jest jednak to, że utrzymuje się równoległe tendencja do zgłaszania pytań po fakcie, kiedy już doszło do niezabezpieczonego, ryzykownego kontaktu seksualnego. Wiele osób pisało również, że nie stosuje żadnych nowoczesnych metod antykoncepcji i polega tylko na stosunku przerywanym. Zaobserwowaliśmy, że z jednej strony młodzi ludzie choć pytają o antykoncepcję, to i tak nie wierzą w jej działanie, bojąc się np. o to, czy pigułka antykoncepcyjna naprawdę działa, czy prezerwatywa nie ma otworów, przez które przenikają plemniki itp., z drugiej strony jest wiele osób, które wciąż kierują się wiedzą opartą na stereotypach i podwórkowych przekonaniach i nie zabezpieczają się w ogóle bądź robią to w sposób nieprawidłowy. Efektem tego, niestety, są nieplanowane ciąży u nawet bardzo młodych dziewczyn. **Podczas tego dyżuru zanotowaliśmy aż 16 zgłoszeń od nastolatek, które już stwierdziły ciążę lub była ona bardzo prawdopodobna.** Niestety, nie możemy pomóc inaczej niż namawiając zrozpaczoną nastolatkę, by porozmawiała z kimś dorosłym w swoim najbliższym otoczeniu i poszukała wsparcia, bo często pierwszą reakcją dziewczyny w sytuacji nieplanowanej ciąży jest panika i zagubienie, a nawet myśli samobójcze. Rozmowa z rodzicami lub mądrym pedagogiem szkolnym to pierwszy krok, który musi zrobić dziewczyna, żeby poradzić sobie dalej z tą trudną sytuacją. Szkoda, że w tak wielu domach i szkołach nie rozmawia się z dziećmi, zanim pojawią się kłopoty.

Przykłady pytań i zgłoszeń z tej kategorii:

- *Chcemy z chłopakiem zacząć uprawiać seks, na jaką metodę się zdecydować, żeby była najskuteczniejsza?*
- *Czy to możliwe, że prezerwatywa będzie przedziurawiona lub pęknięta, a chłopak tego nie zauważy?*
- *Czy kiedy dziewczyna przyjmuje pigułki, naprawdę jest zabezpieczona już od pierwszej pigułki, boję się, że to w ogóle nie zadziała?*
- *Czy jeśli dziewczyna bierze pigułki, to powinna obliczać sobie dni płodne i bezpłodne?*
- *Mam 15 lat, przeżyłam już pierwszy raz z chłopakiem, chciałabym brać pigułki, ale boję się reakcji rodziców, co zrobić?*
- *Czy to prawda, że w ciążę nie da się zajść podczas pierwszego razu?*

- Czy od polknięcia spermy można być w ciąży?
- **Mam 16 lat uprawiałam seks bez gumki dwa miesiące temu i od tej pory nie miesiączkuję, boję się, że jestem w ciąży.**
- Czy to prawda, że dziewczyna po okresie może to robić bez zabezpieczenia i nie zajdzie w ciążę?
- **Mam 15 lat, zrobiłam test i wyszedł pozytywny, to był mój pierwszy raz i nie wiem, co teraz zrobię ze swoim życiem, boję się komukolwiek o tym powiedzieć.**
- Mam 14 lat już uprawiałam seks z moim chłopakiem, chciałam zapytać, czy jeśli on przed samym spuszczeniem się wychodzi ze mnie, to na pewno jest bezpieczne?
- Czy zastosowanie dwóch prezerwatyw naraz jest skuteczniejsze?
- **Witam. Zaszłam w ciążę i nie wiem, co zrobić. Nie skończyłam jeszcze szkoły. Jestem w gimnazjum, czy przez to mogę być wyrzucona ze szkoły? Czy powiedzieć rodzicom? Strasznie boję się ich reakcji. Nie wiem co robić, błagam pomóżcie.**

Seksualność i asertywność

W tym roku młodzież zadawała nam setki pytań związanych z seksualnością. Nastolatki interesują się seksem, erotyką i starają się jak najwięcej dowiedzieć od nas na tematy, które nie są poruszane ani w szkole ani w domu. Obserwujemy ogromny głód wiedzy oraz naturalną ciekawość nastolatków, którą w miarę naszych możliwości staramy się zaspokoić, odpowiadając na ich pytania zgodnie z merytoryczną wiedzą. Z niepokojem zauważamy jednak coraz większy **wpływ pornografii** i erotyki na zachowania młodzieży. Z pytań zadawanych nam w telefonie zaufania jasno wynika, że coraz częściej wiedza, na której bazują osoby zadające nam pytania, to wiedza zaczerpnięta właśnie z portali prezentujących treści pornograficzne, do których często nawet bardzo młode osoby mają pełny dostęp. Już w zeszłym roku zwracaliśmy uwagę, na to, że dziewczyny traktują siebie w sposób przedmiotowy, starają się wejść w rolę obiektu seksualnego, i w ten sposób zdobyć wysoką pozycję w grupie rówieśniczej. Dziewczyny pytają o to, jak powinny wyglądać podczas uprawiania seksu, w jakiej wystąpić bieliźnie, jak się zachowywać, czy wzdychać, czy jęczeć, czy być dziką czy niewinną, tak jakby przygotowywały się do odegrania roli wyrafinowanej kochanki. Chłopcy są zestresowani rozmiarem penisa i tym, czy będą potrafili dostatecznie długo uprawiać seks i doprowadzą partnerkę do wielokrotnego orgazmu. Jest to w dużej mierze rezultat oglądania treści pornograficznych, które kreują rzeczywistość fikcyjną. Aktorzy do tego typu filmów dobierani są specjalnie pod kątem walorów fizycznych, mężczyźni mają nieprzeciętnych rozmiarów genitalia, kobiety zoperowane piersi i wargi sromowe, całkowicie usunięte jest owłosienie łonowe. Młodzi ludzie rozpoczynający współżycie seksualne często nie potrafią oddzielić rzeczywistości od fikcji kreowanej przez porno. Są zaskoczeni, że stosunek nie trwa godzinami, a partnerka nie ma idealnie symetrycznej waginy i kilku orgazmów pod rząd.

Pornografia przyczynia się do powstawania wielu niebezpiecznych mitów, których odbicie widzimy w pytaniach zadawanych nam przez młodzież.

W filmach porno nie pokazuje się zakładania prezerwatywy, ani stosowania innych rodzajów antykoncepcji. Młodzi ludzie, którzy czerpią wiedzę o seksie, głównie z takiego źródła, często po prostu nie zastanawiają się nad tym, że powinni się zabezpieczyć. Chłopcy często z niechęcią odnoszą się do zakładania prezerwatyw, bo skoro na filmie tego nie widzieli, uznają, że jest to niepotrzebne, komplikuje i psuje zabawę. Dziewczyny w wielu przypadkach godzą się na seks bez zabezpieczenia, ponieważ nie chcą zawieść oczekiwań, oraz nie potrafią odmówić ani postawić jasnych warunków.

Pisaliśmy już wiele o braku asertywności zwłaszcza u dziewcząt. W tym roku potwierdzają się nasze obserwacje – **młodym dziewczynom zdecydowanie brakuje umiejętności wyznaczania właściwych dla swojego dobrego samopoczucia i bezpieczeństwa granic.**

Niestety, przez całe lato dostawaliśmy zgłoszenia o tym, że dziewczyny podejmują kontakty seksualne bez zabezpieczenia, ponieważ partner nie zgadza się na używanie prezerwatywy. Widoczne jest również, że stosunki analne stają się coraz bardziej popularną formą kontaktów seksualnych u coraz młodszych osób. Seks analny jest często pokazywany w filmach porno. Nastolatki nie zdają sobie sprawy z tego, że jest to specyficzny rodzaj seksu, który wymaga przygotowania, wyjątkowej delikatności i zaufania do partnera. Traktują seks analny jako metodę antykoncepcyjną oraz sposób na zachowanie dziewictwa, rozumianego wyłącznie w znaczeniu fizjologicznym (błona dziewicza pozostaje nienaruszona). Zdarza się często, że chłopcy po obejrzeniu w filmach pornograficznych stosunków analnych namawiają dziewczyny na ten rodzaj seksu. Tu też spotykamy się z brakiem odmowy ze strony dziewczyn. Dostajemy pytania od nastolatek głównie o to, czy faktycznie taki seks gwarantuje, że nie dojdzie do ciąży, i czy nie trzeba prezerwatywy, podczas kiedy taki stosunek może być po pierwsze bolesny i traumatyczny dla dziewczyny rozpoczynającej dopiero współżycie seksualne, po drugie bardzo łatwo w ten sposób o zakażenie chorobą przenoszoną drogą płciową. Dodatkowo przy nieuwadze ze strony chłopaka, sperma może łatwo się przedostać do pochwy i nie uniknie się ciąży. Niestety, te argumenty nie zawsze są w stanie przekonać piszące do nas dziewczyny. Zarówno seks analny jak i oralny jest prezentowany w pornografii i młodzi ludzie to naśladują. To wstrząsające, kiedy 14-letnia dziewczynka pyta nas, czy powinna zrobić chłopakowi „loda”, bo inaczej ją rzuci, a ona już kiedyś próbowała i ma odruch wymiotny, więc pyta, co zrobić, żeby pozbyć się obrzydzenia.

Kompletny brak asertywności i umiejętności wyznaczania własnych granic, połączony z mniej lub bardziej świadomym czerpaniem wzorców z pornografii, bywa tragiczny w konsekwencjach. Dziewczyny często godzą się na seks, który okazuje się rozczarowaniem, a potem na długo czują niechęć do zbliżeń, bądź przeciwnie, traktują swoje ciało przedmiotowo, eksperymentują i nawiązują wiele ryzykownych kontaktów seksualnych często bez przyjemności.

Przykłady pytań:

- Pytam, dlaczego nie mogę mieć orgazmu i dlaczego strasznie boli mnie przy stosunku? Pierwszy raz był dla mnie straszny, robiliśmy to prawie

trzy godziny i strasznie mnie bolało. Seks nie jest dla mnie przyjemnością.

- Czy można błonę dziewiczą przebić przy intensywnych pieszczotach?
- Moja dziewczyna nie wydaje żadnych dźwięków, jak uprawiamy seks, po czym mam poznać, że miała orgazm?
- Mam problem ostatnio robiłam chłopakowi „loda” i sperma, która wytryskuje do buzi jest dla mnie obrzydliwa, czy każdej dziewczynie tak się wydaje?
- Mam chłopaka i uprawiamy seks, ale nie mogę osiągnąć orgazmu, to jest denerwujące i jestem zła, co robić?
- Mam za kilka dni spotkanie z koleżanką, czy mam się do niej dobierać?
- Mam chłopaka, postanowiliśmy spróbować czegoś więcej niż tylko pocałunków i pieszczot, gdy sobie to wyobrażałam byłam podniecona, ale kiedy on mnie dotykał to było coś dziwnego, nie czułam w ogóle tego.
- Czy dziewczyny powinny golić miejsca intymne?
- Jak długo maksymalnie można się kochać?
- Jak zaspokoić kobietę? Bo jestem prawiczkiem i boję się, że jak już do tego dojdzie, nie będę umiał temu sprostać.
- Mam pytanko, jak podejść w czasie stosunku kobietę, żeby była tak podniecona, żeby zrobiła wszystko?
- Penis mojego chłopaka nie chce zmieścić się do pochwy, co zrobić?
- Jakie są idealne wymiary członka? Czy to prawda, że da się go jakoś powiększyć?
- Mam 17 lat podobają mi się mężczyźni i kobiety, czy jestem osoba biseksualną?
- Czy homoseksualizm to upośledzenie? Bo siostra mi mówi, że tak.
- **Mam 16 lat, mój chłopak chce żebym uprawiała z nim seks analny, zgodziłam się, bo on mówi, że to zwykły seks, tylko można go robić bez gumki, i nie zajdę w ciążę, chcę się upewnić, czy to prawda?**
- Dziś po raz pierwszy uprawiałam seks z chłopakiem, umówiliśmy się również na jutro, ale nie chce tego robić, bo to było takie obrzydliwe, jak mogę odmówić nie raniąc go?

Zwracały się do nas o pomoc również osoby zaniepokojone brakiem pociągu do płci przeciwnej lub pewne tego, że są homoseksualne, obawiające się braku akceptacji ze strony swojego środowiska.

Część pytań sformułowana była w sposób pozostawiający wiele do życzenia, nie brakowało wulgaryzmów i przasných określeń na czynności seksualne oraz intymne czę-

ści ciała. Staramy się korygować ten język, jednak sobie sprawę, że skoro tematy związane z seksem stanowią tabu w szkołach oraz w wielu domach, nie możemy oczekiwać od młodzieży dobrej znajomości słownictwa z zakresu seksualności i erotyki.

Relacje i przemoc

Podczas wakacji edukatorzy z Pontonu odpowiedzieli również na mnóstwo pytań dotyczących relacji, zarówno między rówieśnikami, jak i między członkami rodziny. Wiele osób prosiło o poradę, jak przełamać nieśmiałość, jak nawiązać przyjaźń, wyznać komuś zakochanie lub dogadać się z rodzeństwem czy z rodzicami. Wydawało by się, że większość z tych pytań nie wskazuje na nic niepokojącego, normalne sprawy wieku dojrzewania... Problem jednak w tym, że nastolatki często bardzo samotne borykają się z różnymi rzeczami, takimi jak: trudności w nawiązaniu relacji, brak akceptacji siebie, kompleksy, nieśmiałość, nieuzasadnione wybuchy złości, napady smutku, przygnębienia, a także **autoagresja – czyli przemoc wobec siebie**.

W tym roku po raz pierwszy pojawiło się podczas naszych wakacyjnych dyżurów kilka zgłoszeń o autoagresji. Młodzi ludzie pisali nam, że nie radzą sobie w kontaktach z otoczeniem, że czują się samotnie, beznadziejnie, mają niską samoocenę. Nie rozmawiają na ten temat z nikim, ukrywając swój nastrój miesiącami. Rodzice często zapracowani, zmęczeni, nie widzą lub nie chcą widzieć, że coś niedobrego dzieje się z ich dzieckiem. Kumulowane emocje narastają i znajdują ujście w aktach autoagresji takich jak okaleczanie własnego ciała (np. cięcie się żyłką), czy głodzenie się (*anorexia nervosa*). **Odnotowaliśmy pięć zgłoszeń autoagresji u młodych dziewczyn**, które pisały nam o tym, że robią sobie krzywdę, tnąc się żyłką. Dwie z nich deklarowały **myśli samobójcze**. Jedna z dziewczyn podczas korespondencji z wolontariuszką z Pontonu, zadeklarowała, że odbierze sobie życie, a jako powód wymieniła m.in. to, że była molestowana seksualnie w przeszłości i nie może o tym zapomnieć. Wolontariuszka zawiadomiła policję, która na szczęście na czas skontaktowała się z rodzicami dziewczyny. Dobrze, że nie było za późno, ponieważ dziewczyna faktycznie połknęła tabletki nasenne. Takie zgłoszenia szczególnie dramatycznie obrazują rozmiar osamotnienia i bezradności młodych ludzi, którzy nie potrafią sobie poradzić z otaczającą ich rzeczywistością. Nierzadko zdarza się, że pod apatią i trudnościami w nawiązaniu pozytywnych relacji z rówieśnikami, kryją się historie z przemocą w tle.

W tym roku dostaliśmy ponad 12 zgłoszeń przemocy na tle seksualnym.

Wśród osób, które do nas napisały były molestowane i zgwałcone dziewczyny, w tym jedna zaszła w ciążę w wyniku gwałtu. Zgłosił się także homoseksualista, który został zgwałcony przez kolegów. Nakłanialiśmy ofiary do zgłoszenia przestępstwa na policję, ale większość z nich nie chciała o tym słyszeć, tłumacząc, że i tak minęło już za dużo czasu i nie chcą przeżywać tego na nowo. Nielezione traumatyczne doświadczenia mają swoje konsekwencje i zdarza się, że przeradzają się w autoagresję. Jedyne, co mogliśmy zrobić to namawiać osoby, które nam się zwierzyły, żeby zrobiły dalszy krok i poszukały profesjonalnej pomocy u psychologa.

Młodzi ludzie pisali do nas o przemocy psychicznej i fizycznej w domu i w relacjach z rówieśnikami. Zauważyliśmy w tym roku również, że zaczęły zgłaszać się do nas **osoby prześladowane przy pomocy Internetu**. Skontaktowała się z nami dziewczyna, którą poznany w sieci chłopak namawiał przez długi czas, żeby wysłała mu swoje rozebrane zdjęcia. Mimo, że dziewczyna odmówiła, kilkakrotnie ponawiał swoje żądania, wymyślając co, zrobi jeśli ona kolejny raz odmówi. Po dłuższej korespondencji z wolontariuszką z Pontonu, która zdecydowanie odradzała dziewczynie zmianę decyzji, okazało się, że chłopak regularnie wysyła dziewczynie swoje nagie zdjęcia, które wydają

się jej obrzydliwe. Dziewczyna uważała, że skoro sama odmawia mu wysłania swoich zdjęć, powinna „przynajmniej” zgodzić się na otrzymywanie podobnej korespondencji od niego, mimo że czuła się z tym źle. W innym przypadku chłopak nagrał podczas stosunku seksualnego filmik kamerką z telefonu i groził byłej dziewczynie zamieszczeniem go w Internecie.

Niestety, często młodzi ludzie nie mają świadomości, że takie nękanie jest przestępstwem i że mają prawo się przed tym bronić. Tym bardziej konieczne staje się omawianie również i tych zagadnień w szkole.

Przykłady pytań:

- *Czy to normalne, że się nienawidzi wszystkich i chce się jak najszybciej uwolnić od rodziny?*

- *Skąd wiadomo, że jest się zakochanym? Jak zorientować się czy to tylko fascynacja czy miłość?*

- ***Zostałam zgwałcona i nikomu nie powiedziałam, teraz tamten chłopak przysłał mi w e-mailu zdjęcie z tamtej imprezy, z datą gwałtu. Co ja mam zrobić, boję się, że moi rodzice zobaczą te fotki, a i tak mam dość problemów.***

- *Doradźcie mi, jak rozmawiać z chłopakiem przez Internet, żeby mu się chciało gadać?*

- *Miałam chłopaka, który mnie strasznie zranił, czy będę potrafiła jeszcze komuś ufać?*

- *Jak mam powiedzieć starszemu chłopakowi, że mi się podoba?*

- *Co zrobić, kiedy jest ta trzecia w związku? Czy warto zakochiwać się w kimś, kto jest zajęty?*

- *O czym najlepiej rozmawiać na pierwszej randce?*

- *Jak mam sobie poradzić po stracie taty? Nie mogę zapomnieć o jego śmierci, cały czas o nim myślę, nie chce mi się żyć.*

- *Mam chłopaka i on mnie zdradza, ale ja nie chcę się z nim rozstać. Mam jeszcze taki problem, że on pije, a ja raczej nie, zresztą jestem niepełnoletnia. Jednak jemu nie potrafię odmówić, nie wiem jak to zrobić.*

- ***Byłam na spacerze z chłopakiem, całowaliśmy się i przytulaliśmy na ławce, a potem on zaczął mi wkładać ręce pod spódnicę i dotykał mnie tak jak nie chciałam, ale on stwierdził, że przecież sama chciałam. W sumie umówiłam się z nim znowu, ale nie chce żeby to się powtórzyło, ale mam przeczucie, że znowu tak się stanie, co powinnam zrobić?***

- Za każdym razem jak pomyślę o tym, jakie beznadziejne jest moje życie, mam ochotę się pociąć, już to zrobiłam kilka razy. Zastanawiam się, jaki sens ma moje życie, powinienam je skończyć.

Zdrowie/Fizjologia

W tym roku otrzymaliśmy o wiele więcej pytań z zakresu zdrowia niż w poprzednich latach. W ubiegłym roku w tej kategorii zadano nam 275 pytań, a w tym roku było ich aż 483. Mimo to, w stosunku do reszty pytań kategoria „zdrowie i fizjologia” w tym roku znalazła się na trzecim miejscu po kategorii „seksualność”.

Trudno ocenić, czym dokładnie jest to spowodowane, ale można przypuszczać, że pozostawiona samym sobie młodzież w wielu przypadkach czerpie wiedzę o seksualności z pornografii, coraz bardziej interesuje się samym seksem niż zdrowiem i nie do końca zdaje sobie sprawę z ryzyka, jakie niosą ze sobą niezabezpieczone kontakty seksualne. Z naszych obserwacji wynika, że młodym ludziom brakuje podstawowej wiedzy związanej ze zdrowiem, fizjologią dojrzewania oraz profilaktyką chorób przenoszonych drogą płciową. Nastolatki często znają nazwy konkretnych pozycji seksualnych, wiedzą, co symbolizuje np. „69”, ale nie wiedzą, że przy stosunku seksualnym mężczyzna wsuwa penisa do pochwy, a nie do macicy. Z Internetu i kolorowych pism znają „50 sposobów gorących tricków na urozmaicenie nocy”, wiedzą, co znaczy „fellatio”, ale nie wiedzą, że przez połknięcie spermy nie zachodzi się w ciążę.

W tym roku zauważyliśmy spadek pytań dotyczących prewencji HIV i innych chorób wenerycznych. Jak zawsze pojawiały się pytania dotyczące budowy narządów rozrodczych, masturbacji oraz zmian fizjologicznych wieku dojrzewania. Dziewczyny pytały także o pierwszą wizytę u ginekologa, o to, czy jest konieczna, i jak to naprawdę wygląda. Cieszymy się, kiedy możemy pomóc młodym ludziom i zapewnić ich, że wszystko, co się z nimi dzieje, jest normalne i mogą przestać się obawiać. Nastolatki porównują się między sobą, i bywa tak, że obserwowane różnice w tempie dojrzewania stają się powodem do lęków. Dziewczyny martwią się rozmiarem piersi, chcą się upewnić, że rozwijają się prawidłowo, chłopcy często pytają o polucje i masturbację. Tematy te wydają się zbyt intymne, żeby młodzi ludzie chcieli poruszać je z rodzicami. Zdajemy więc sobie sprawę, że często jesteśmy jedynymi osobami, którym zwierzyli się ze swoich problemów.

Przykłady pytań:

- Czy to normalne, że mam miesiączki raz krótsze raz dłuższe?*
- Mam chyba za krótkie wędzidełko, odczuwam często ból przy erekcji, co powinienem zrobić?*
- Czy jeśli się często masturbuję, to plemniki mogą być słabsze? Słyszałem nawet, że to grozi bezpłodnością.*
- Zauważyłam, że moje piersi różnią się wielkością od piersi moich koleżanek, mam 16 lat, to się jeszcze może zmienić? Jestem też niska raczej.*

- *Czy to prawda, że dziewczyna nawet jak nie współżyje, może pójść do ginekologa? Mam dziwne uczucie od jakiegoś czasu coś mnie tam piecze i szczypie, czekałam, że przejdzie samo, ale nie jest lepiej.*
- *Jakimi chorobami można się zarazić, jak się nie stosuje kondomów?*
- *Mam 13 lat, miesiączkuję od roku, mogę używać tamponów?*
- *Mam strasznie bolesne miesiączki, nic nie mogę wtedy, tylko płakać mi się chce, czy można to jakoś zmienić?*
- *Czym się różnią erekcje dojrzewającego chłopca od erekcji dorosłego mężczyzny?*

Podsumowanie

Grupa Edukatorów Seksualnych „Ponton” zorganizowała już po raz czwarty Wakacyjny Telefon Zaufania dla młodzieży. Poziom wiedzy nastolatków nie zmienia się znacząco, co roku przychodzą do nas podobne pytania, wskazujące na niezmiennie problemy polskiej młodzieży. Omówiliśmy je szeroko w szczegółowych raportach z 2007 i 2008 roku. Zainteresowanych zachęcamy do ich lektury na naszej stronie www.ponton.org.pl

W podsumowaniu wyników z Telefonu Zaufania w 2009 r. staraliśmy się przedstawić przede wszystkim porównanie liczbowe nadesłanych pytań oraz zwrócić uwagę na nowe niepokojące tendencje wśród zachowań młodzieży.

Dorośli i opiekunowie nie zdają sobie sprawy z tego, że współczesne nastolatki to pierwsza taka grupa w historii, która ma nieograniczony dostęp do pornografii w Internecie oraz przesyłanej za pomocą telefonów komórkowych. Kiedy państwo nie zapewnia rzetelnej edukacji seksualnej, pornografia nie może nie wywierać wpływu na wyobrażeniach młodych ludzi o seksie. Młodzi ludzie oglądają ją z ciekawością, bo wydaje im się, że tylko w ten sposób mogą się czegoś dowiedzieć o seksie. Konsekwencją jest m.in. skupienie się na własnym wyglądzie podczas seksu (rodzą się kompleksy), poświęcanie się dziewczynom dla przyjemności chłopaków i ryzykowne zachowania seksualne. Pytania skierowane do edukatorów z Pontonu są tego przykładem. Młodzi ludzie wciąż nie otrzymują w szkole wystarczających informacji na temat zdrowia seksualności, asertywności, antykoncepcji oraz profilaktyki chorób przenoszonych drogą płciową. **Konieczne jest wprowadzenie do szkół rzetelnej, powszechnej, neutralnej światopoglądowo i dostosowanej do wieku dziecka edukacji seksualnej.**

Dopóki w szkołach nie będzie rzetelnie uczyć się młodych ludzi o fizjologii, o tym, jak naprawdę wygląda współżycie i z czym się łączy, jak odmawiać i stawiać granice, te niepokojące tendencje będą się nasilać.

Zagubienie młodych ludzi i pozostawienie ich na pastwę własnych lęków i niepewności prowadzi często do autoagresji i przemocy wobec innych. Dlatego bardzo ważne jest rozmawianie z młodymi ludźmi o emocjach i wątpliwościach, jakich doświadczają w wieku dojrzewania.

O Pontonie:

Grupa Edukatorów Seksualnych „Ponton” jest nieformalną grupą wolontariuszy działających przy Federacji na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny.

Ponton to **młodzieżowi doradcy** zajmujący się edukacją seksualną oraz poradnictwem dla młodzieży w sprawach dojrzewania, antykoncepcji oraz zdrowia i praw reprodukcyjnych.

Nazywamy się również **edukatorami seksualnymi** – nie przypisujemy sobie jednak statusu ekspertów – jesteśmy po to by pomagać, doradzać, ale również kontaktować młodzież z ekspertami, z którymi współpracujemy (ginekologami, psychologami itp.). Edukacja seksualna w Polsce znacznie odbiega od standardów międzynarodowych. Polska młodzież często karmiona jest stereotypami, dysponuje fałszywymi informacjami, które czerpie z niezręcznych źródeł. Młodym ludziom niełatwo jest dotrzeć do podstawowej wiedzy dotyczącej dojrzewania, zdrowia reprodukcyjnego czy antykoncepcji. Jeden z najbardziej niepokojących efektów braku edukacji seksualnej to niechciane ciążę nastolatek oraz zakażenia wirusem HIV wśród młodzieży.

Nasza grupa powstała i funkcjonuje by pomagać młodzieży w tej trudnej sytuacji. Ponieważ młodym ludziom najłatwiej rozmawia się z osobami w zbliżonym wieku, postanowiliśmy w miarę możliwości docierać do młodzieży z informacjami w ramach tzw. edukacji rówieśniczej. Wolontariusze Pontonu od kilku lat prowadzą w szkołach pogadanki z zakresu antykoncepcji, profilaktyki chorób przenoszonych drogą płciową, a także elementów asertywności. Odpowiadamy codziennie na pytania młodzieży za pośrednictwem forum na stronie internetowej www.ponton.org.pl oraz pod adresem info@ponton.org.pl Oprócz Wakacyjnego Pogotowia Pontonowego podczas roku szkolnego, w każdy piątek przez cztery godziny funkcjonuje nasz Telefon Zaufania dla Młodzieży.

Osoby, które przyczyniły się do powstania raportu z działalności Wakacyjnego Pogotowia Pontonowego:

Osoby dyżurujące w Telefonie Zaufania:

Martyna Dawidziuk
Jacek Fenderson
Anka Grzywacz
Aleksandra Józefowska
Marta Kołacka
Anna Konopka
Anna Nikołajew - Diak
Urszula Petka
Marta Pius
Alina Synakiewicz
Paulina Wawrzyńczyk

Opracowanie raportu: Aleksandra Józefowska

Graficzne opracowanie statystyk: Marta Kołacka, Aleksandra Teliszewska

Więcej informacji o grupie Edukatorów Seksualnych „Ponton”: www.ponton.org.pl

Kontakt: Aleksandra Józefowska (022) 635 93 95

