

Grupa Edukatorów Seksualnych
„Ponton”

Wakacyjny Telefon Zaufania 2011

Raport



Raport z Wakacyjnego Telefonu Zaufania Lipiec – Sierpień 2011 Grupy Edukatorów Seksualnych „Ponton”

W wakacje 2011 roku Ponton po raz siódmy zorganizował poradnictwo w formie telefonu zaufania. Pytania dotyczące antykoncepcji, zdrowia, seksu, seksualności, relacji i tym podobnych można było kierować na specjalny numer codziennie przez cały lipiec i cały sierpień w godzinach od 18 do 21. Taka forma poradnictwa okazała się być niezwykle potrzebna, ponieważ młodzi ludzie w czasie wakacji szczególnie często nawiązują kontakty seksualne, co przy wciąż alarmująco niskim poziomie wiedzy z zakresu antykoncepcji i fizjologii generuje pytania. Ponadto młodzież, będąca na wyjazdach i oderwana od Internetu, bez dostępu zatem do naszego forum, szczególnie ceni sobie możliwość zadawania nam pytań nie tylko telefonicznie, ale też poprzez SMS.

Dostaliśmy w tym roku **980 pytań**. Jest to nieco mniej niż w poprzednich latach, mimo tego pytania przychodziły codziennie.

Otrzymaliśmy w tym roku **14 zgłoszeń przemocy**. Są to akty przemocy nie tylko na tle seksualnym, ale też znęcanie się psychiczne i fizyczne. Młodzież nie ma do kogo zwrócić się z takim problemem i boi się reakcji otoczenia. W takim wypadku kierujemy te osoby do innych organizacji, poza tym polecamy im porozmawiać z kimś dorosłym z otoczenia.

Zgłosiło się do nas również **9 dziewczyn w ciąży**. Ciąże te były zarówno wynikiem gwałtu jak i nieodpowiedzialnych, ryzykownych zachowań. Oznacza to, że młode osoby wciąż nie zdają sobie sprawy z tego, że niezabezpieczony seks może w konsekwencji prowadzić do ciąży. Znamienne jest to, że zgłaszają się do nas wyłącznie dziewczyny w ciąży, a nie pary: pokazuje to, że w Polsce ciąża wciąż jest głównie problemem dziewczyny, a chłopcy właściwie nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za ciążę. W tym roku zgłosiło się do nas też kilka osób z pytaniem o aborcję, np. środki wczesnoporonne. Odpowiadaliśmy, jaki jest stan prawny i że mogą się zgłosić do młodzieżowego telefonu zaufania 116 111 lub do psychologów po pomoc. To pokazuje jednak, jak bardzo potrzebna jest profilaktyka i edukacja

seksualna, żeby do takich sytuacji, w których zrozpaczona dziewczyna pyta o aborcję, w ogóle nie dochodziło.

Pytania zostały pogrupowane w osiem kategorii, przy czym zdarzają się pytania, które trudno jest jednoznacznie przyporządkować tylko jednej kategorii. Kategorie te to:

- Antykoncepcja
- Seksualność
- Zdrowie/Fizjologia
- Relacje
- Asertywność
- Zgłoszenia przemocy
- Ciężce
- Inne

Oto zestawienie pokazujące, ile pytań zostało zadanych poprzez SMS-y i telefony w danych kategoriach:

	SMS	Telefon	Ogółem
Antykoncepcja	189	42	231
Seksualność	165	27	192
Zdrowie/Fizjologia	235	26	261
Relacje	117	11	128
Asertywność	60	5	65
Zgłoszenia przemocy	14	0	14
Ciężce	8	1	9
Inne	56	24	80
Ogółem	844	136	980

Jak widać, młodzież szczególnie upodobała sobie **zadawanie pytań poprzez SMS**. Forma ta gwarantuje przede wszystkim anonimowość: łatwiej jest coś napisać niż zadzwonić i nawiązywać bezpośredni kontakt, szczególnie gdy młodzież zadaje pytania, które uchodzą za wstydliwe. SMS jest tani, można go wysłać w ciszy, dyskretnie i właściwie w każdej sytuacji. Są to prawdopodobnie główne powody, dla których młodzież zdecydowanie częściej wysyłała nam SMS-y niż do nas dzwoniła.

Ponieważ nasz telefon zaufania jest anonimowy, trudno powiedzieć coś więcej o osobach, które się z nami kontaktowały. Jednak część osób przedstawiała się, pisała ile ma lat, poza tym można było też z form gramatycznych wnioskować płeć.

Na ogół kontaktowały się z nami **częściej dziewczyny niż chłopcy, w wieku od około 12 do 18 lat.**

Poniżej prezentujemy przykładowe pytania, oryginalne cytaty i wnioski wynikające z poszczególnych pytań w danych kategoriach.

Antykoncepcja: przykładowe pytania (pisownia oryginalna):

- „Witam.chciałam zapytać jaka metoda antykoncepcji jest najlepsza i najbardziej skuteczna na pierwszy raz?”
- „czym się różni globulka od pigułki”
- „Czy stosunek przerywany zabezpiecza?”
- „Co to jest krążek dopochwowy ring, czy cos takiego?”
- „Czy zalozenie dwoch prezerwatyw moze zwiekszyc pewnosc zabezpieczenia?”

Najczęściej młodzi ludzie mają świadomość, że należy się zabezpieczyć w czasie stosunku, nie wiedzą jednak, jak to zrobić. Padają więc pytania o najlepszą i najskuteczniejszą metodę. Często pojawia się pytanie, jaka metoda daje 100% skuteczności, na co oczywiście musimy odpowiedzieć, że taka metoda nie istnieje. Ponadto podkreślamy, że tylko prezerwatywa chroni przed chorobami przenoszonymi drogą płciową. **Z nadesłanych pytań można wnioskować, że o ile młodzież zdaje sobie sprawę z tego, że niezabezpieczony seks może w konsekwencji nieść za sobą ryzyko ciąży, o tyle nie mają świadomości powagi chorób wenerycznych.**

Na ogół młodzi wiedzą, że istnieją takie środki jak prezerwatywy, tabletki i globulki. **Nie zawsze jednak wiedzą, jak z nich korzystać, czy i jakie mają skutki uboczne.** Co także niepokojące: padają pytania o stosunek przerywany, który nie jest metodą antykoncepcji, pytania zaś wskazują, że mit o tym wciąż się utrzymuje, tak samo jak mit o tym, że w czasie pierwszego stosunku nie można zajść w ciążę.

Wśród młodych ludzi zadających nam pytania o antykoncepcję można wyróżnić osoby świadome, zadające bardzo dokładne pytania, np. odnośnie do stosowania pigułek antykoncepcyjnych. Są też jednak osoby, które mają o antykoncepcji tylko podstawową wiedzę, albo jak się okazuje dopiero od nas dowiadują się o konieczności zabezpieczania się, aby uniknąć niechcianej ciąży i chorób przenoszonych drogą płciową.

Zdrowie i fizjologia (pisownia oryginalna):

- „Witam. Mam takie pytanie : czy podczas całej ciąży można mieć regularnie miesiączkę czy jest to nie możliwe? Jeśli nie to przez ile miesięcy miesiączka może występować?”
- „Dostałam właśnie swoją pierwszą Miesiączkę ... !!! Nie ma nikogo w domu oprócz mnie . Co mam zrobić ? Proszę o dokładne wytłumaczenie .”
- „Czy można myć się podczas miesiączki ?”
- „Witam. Mam pytanie. Czy podczas stosunku może być ryzyko zarażenia się HIV?”

- „*Jakimi chorobami można się zarazić przez pierwszy raz?*”
- „*czy masturbacja może sprawić że nie będę mógł mieć dzieci?*”
- „*Co to jest ejakulacja?*”
- „*Moje piersi nie rosną, kiedy zaczną??*”
- „*mam 17lat i mam pierwszy raz już dawno za sobą niedawno kochałam się z chłopakiem bez zabezpieczenia oczywiście zdążył wyjść gdy dochodził ale i tak boję się że mogłam zająć wciężę pomóc*”

W tym roku odnotowaliśmy wzrost pytań z zakresu zdrowia i fizjologii. Pytania te były bardzo różne i można podzielić je na trzy subkategorie: **pytania o wygląd zewnętrzny, pytania o procesy zachodzące w ciele (w tym o to, czy mogło dojść do ciąży) i pytania o niepokojące objawy.**

Młodzi ludzie zwracają uwagę na swoje ciało, jednak nie za bardzo wiedzą, czy coś, co zaobserwują, powinno ich skłonić do zgłoszenia się do lekarza, czy też jest całkowicie normalne. Pytają np. o to, czy pojawiające się na penisie krostki są powodem do niepokoju i do jakiego lekarza się z danym problemem udać. O ile dziewczynki na ogół wiedzą, że ich lekarzem w kwestii zdrowia narządów płciowych jest ginekolog, o tyle chłopcy nie wiedzą, że lekarz zajmujący się problemami ich narządów płciowych to urolog lub androlog. Co alarmujące: młodzi nie traktują poważnie zagrożeń chorób wenerycznych.

Często pojawiały się pytania o śluz, pot, bóle. **Zjawisko, które nasiliło się rok temu i które nazwaliśmy „paranoją ciążową”, wciąż się utrzymuje.** Dziewczyny są zaniepokojone spóźniającą się miesiączką, skarżą się na bóle brzucha i są przekonane o tym, że zaszły w ciążę, jednocześnie przyznając, że nie współżyły (!). Pokazuje to nieznaną procedurę procesów zachodzących w ciele, a także mechanizmu zachodzenia w ciążę. Ponadto zgłaszały się dziewczyny, które nie znają procesu miesiączkowania ani co się robi w czasie miesiączki, jak dbać o higienę w tym czasie; pytały co można, a czego nie można w tym czasie robić. Młode osoby są zaskoczone różnymi wydzielinami swoich ciał i pytają nas, czy np. śluz z pochwy jest normalny, czy też jest objawem jakiejś choroby. Wydaje się też, że nie mają z kim porozmawiać o tym, co szczególnie zaskakuje w przypadku dziewczyn i miesiączki, o której powinny rozmawiać ze swoimi matkami/siostrami/bliskimi kobietami.

Niepokojąca jest też liczba pytań dotyczących wyglądu zewnętrznego. Dostaliśmy w tym roku wiele wiadomości, w których dziewczyny wyrażały **obawy związane ze swoją wagą, wielkością piersi**; chłopcy zaś pytali, czy ich penisy nie są za krótkie i czy jest normalne, by penis odstawał w którąś stronę. Widać tu spory **wpływ pornografii**, która (jak wynika z naszego raportu¹), staje się podstawowym źródłem informacji o seksie dla młodych ludzi. Dziewczyny zatem nie akceptują swoich ciał, które nie odpowiadają obrazowi przekazywanemu w pornografii; martwią się o kształt swoich piersi, pytają, jakimi kosmetykami mogą je powiększyć, a także czy powinny się golić w miejscach intymnych. Chłopcy analogicznie porównują swoje narządy i swoją budowę ciała to gwiazd porno i zastanawiają się, czy ich naturalna budowa jest normalna.

1 „Skąd wiesz? Jak wygląda edukacja seksualna w polskich domach. Raport”, http://ponton.org.pl/sites/ponton/files/raport_skad_wiesz_grupa_ponton_2011.pdf

Seksualność (pisownia oryginalna):

- *„Mam 17 lat i chyba jestem homoseksualistą. Od jakiegoś czasu pociągają mnie mężczyźni. Co mam robić, jak uprawiać seks z nimi?”*
- *„witam. podczas intensywnego pettingu z chłopakiem, oboje mamy ochotę na seks. jednakże, gdy chcemy zacząć, mój partner ma problem z erekcją. czy to moja wina.?”*
- *„Mam mały problem z chłopakiem o tuz bardzo podniecają go kurtki z eko skory i ze śliskiego materiału lubi sie nimi masturbować. w sumie mi to az tak bardzo nie przeszkadza u pozwalam mu czasem wziąć moja kurtkę ale czy to normalne?”*

Pytania z zakresu seksualności były bardzo różne. Na ogół wiązały się z różnymi zachowaniami seksualnymi. Młodzi zatem pytają o to, jaka pozycja seksualna jest najlepsza na pierwszy raz; czy odmienna od heteroseksualnej orientacja jest normalna; w jaki sposób sprawić przyjemność partnerowi czy partnerce. Pytania z tej grupy pokazują, że piszą do nas też osoby, które już prowadzą życie seksualne, są w związku, ale chcą być lepsi z myślą o drugiej osobie. W tym kontekście warto też zwrócić uwagę na to, że często młodzieży nieznane jest niewulgarnie nazewnictwo. Pytają zatem „jak zrobić loda”, prawdopodobnie nie mając świadomości, że można ten termin zastąpić neutralnym „seks oralny”.

Relacje (pisownia oryginalna):

- *„Pisze z paroma chłopakami z jednym z nich nawet 2 razy sie Spotkałam i znowu chcemy sie spotkac w przyszla sobote tylko jest Mały problem nigdy sie jeszcze nie całowalam i boje sie tego ze mi nie wyjdzie prosze o jakies wskazowki”*
- *„Ide teraz do nowej szkoły chcialabym byc dobrze akceptowana przez nowych znajomych w klasie lecz boje sie ze jesli im powiem ze moi rodzice maja gospodarstwo to sie odemnie odwruca i beda sie ze mnie Smieli co mam zrobic”*
- *„A czemu mama nie chce ze mna na ten temat rozmawiac ?”*
- *„Mam skończone 15 lat chodzę z 29 letnim chłopakiem jesteśmy ze so ba bardzo szczęśliwi tylko jest jedno ale moi rodzice jak mam im wytłumaczyć ze ja go naprawdę kocham?”*
- *„Byłam z chłopakiem ponad 5 miesięcy. Ale wszystko sie skończyło. On miał inna przez ponad 7 miesięcy ostatnio Jakoś zaczęliśmy znowu pisać, jak powinnam zachowywać sie wobec niego i jak go rozkochać ponownie?”*

Dostaliśmy w tym roku wiele pytań o relacje: nie tylko w związkach, ale też z rodzicami, koleżankami, ogólnie innymi ludźmi. Z tych pytań wyłania się obraz

młodego człowieka, który dość często nie wie, jak zachować się w danej sytuacji i nie potrafi szczerze porozmawiać o swoich problemach. Dziewczyny często pytają o to, jak zainteresować jakiegoś chłopaka lub jak uratować związek; chłopcy z kolei pytają, o czym rozmawiać z dziewczynami. Pojawiały się pytania o relacje z rodzicami. Z pytań wynika, że nastolatkom trudno jest o niektórych sprawach rozmawiać z rodzicami. Ponadto młodzi boją się odrzucenia, chcą się podobać i być akceptowani w grupie rówieśniczej.

Asertywność (pisownia oryginalna):

- *„Po jakim czasie znajomości powinnam pójść z chłopakiem do łóżka?”*
- *„Ja właśnie chcę spróbować ten pierwszy raz to uprawić seksu ale się boję co mam zrobić?prosze odpisać”*
- *„Witam. W te wakacje postanowiłam zrobić to pierwszy raz z chłopakiem. Ja mam 17 lat, a on 19. Powiedziałam mu o tym i teraz mam wrażenie że on dazy tylko do tego a potem mnie zostawi.”*
- *„Jestem dziewica, mam 14 lat niedawno poznałam chłopaka który ma 23 lata on nalega na seks a ja nie jestem pewna czy się zgodzić muszę dodać że podoba mi się na maxa...jak się zabezpieczac ??chcemy to zrobić jutro a taraz mam miesiaczke moze czy nie ??”*
- *„Mam 13 lat i wielu chłopców proponuje mi seks. A to wszystko przez moje piersi... One wszystkich przyciągają :-/ mam ochotę ale jeszcze nie teraz.”*

Postanowiliśmy z podobnych pytań utworzyć osobną kategorię, ponieważ sygnały o szantażowaniu i zmuszaniu do seksu pojawiały się często. Widać, że młodzi ludzie **są nieustannie pod presją otoczenia**. Seks staje się przepustką do wyższej pozycji w grupie; dziewice i prawiczki są wyśmiewani, więc zarówno dziewczyny jak i chłopcy chcą szybko rozpocząć współżycie, przy czym często przyznają, że nie czują się gotowi. **Boją się odrzucenia** przez partnerkę lub partnera, zgadzają się więc na zachowania seksualne, które im nie sprawiają przyjemności, lub które wręcz wywołują w nich obrzydzenie. **Bardzo niepokojąca jest tendencja do postrzegania seksu jako obowiązku**. Dotyczy to obu płci: chłopcy mają poczucie, że powinni być zawsze chętni i gotowi do seksu. Dziewczyny natomiast piszą: „kiedy powinnam” albo „jak powinnam”, czyli traktują seks jako powinność, dowód miłości, coś, co jest konieczne do trwania związku. Czują, że nie są na to gotowe, a wtedy **nie wiedzą, jak odmówić** i jak przekazać swoje obawy partnerowi.

Ciąża (pisownia oryginalna)

- *„Czy w 8 tygodniu moze usunac ciaze?”*
- *„Mam 20 lat kochamy sie z chłopakiem nieraz bez zabezpieczenia . Ale niewiem czy mi sie spuznia termin na 5 sierpnia czy jestem w ciąży na ile to pewne ?”*

- *„Widzisz jestem w ciąży bliźniaczej a nie chce mieć jeszcze dzieci”*
- *„A tabletki wczesnoporonne zadziałają?”*
- *„Witam. Poltora miesiąca temu kochałam się z chłopakiem. Od jakis 2-3 tygodni mam nabrzmiałe piersi (urośli mi), nie dostałam okresu, od dwóch dni pojawiły się nudności rano, boli mnie podbrzusze, a kochałam się w czasie okresu. Czy to może być ciąża? Kathi17”*

Jak zwykle odnotowaliśmy mnóstwo pytań odnośnie do ryzykownych sytuacji, które w mniemaniu pytających osób miały miejsce. Część z tych pytań można zakwalifikować do wspomnianej już wcześniej „paranoi ciążyowej” – dziewczyny boją się, że mogą zajść w ciążę po kontakcie z brudną deską klozetową albo w czasie pettingu. Część z opisywanych sytuacji nie stwarzała zagrożenia, część jednak wskazywała na to, że rzeczywiście mogło dojść do zapłodnienia: dziewczyny skarżyły się na spóźniający się od kilku miesięcy okres, nudności i inne objawy, które istotnie mogą sugerować ciążę. W takich wypadkach zalecaliśmy test ciążyowy i wizytę u ginekologa, nie wiemy jednak, czy lekarz rzeczywiście stwierdzał ciążę. Zgłaszały się do nas jednak dziewczyny, które już wiedziały, że są w ciąży. Były zrozpaczone, zwykle nikt poza nimi o ciąży nie wiedział; dziewczyny te czuły się zupełnie same i nie wiedziały, do kogo się zwrócić o pomoc. Radziliśmy porozmawiać z kimś dorosłym i ewentualnie skontaktować się z telefonem zaufania dla młodzieży, jednak nie zmienia to faktu, że **co roku młode dziewczyny zachodzą w niechcianą ciążę i zwykle są pozostawione z tym problemem same sobie.**

Zgłoszenia przemocy (pisownia oryginalna)

- *„Mam 15 lat mój chłopak 17. Zmusza mnie do seksu. Jestem dziewica. Boję się. Co robić ??”*
- *„Mam na imię Ala i mam 16 lat, zgwałcili mnie moje przyjaciółki i mój chłopak i zaszłam w ciążę. Co mam teraz zrobić ?????!!!!!!!”*
- *„chodzi o to że od jakiegoś czasu wydzwaniania do mnie osoba z numeru nieznaję. nie mam pojęcia kto to jest, czy taką sprawę można zgłosić na policję? Nie wiesz co można z tym zrobić?”*

Jako edukatorzy seksualni zajmujemy się poradnictwem w zakresie antykoncepcji i seksualności, nie zaś przemocą; dlatego w każdej odpowiedzi na opisywaną sytuację przemocy radzimy aby zgłosić się do odpowiedniej organizacji i porozmawiać z zaufaną osobą dorosłą z otoczenia ofiary przemocy.

To, co się okazuje niepokojące, to dość nowe, ale jak się okazuje rozszerzające się zjawisko **sextingu**. Młode osoby są szantażowane tym, że ich intymne zdjęcia lub nagrania, pokazujące je albo nago albo w czasie kontaktu fizycznego z inną osobą, zostaną upublicznione. Zdarza się też, że młode osoby są namawiane do wysłania komuś swoich zdjęć, na których widnieją nago lub w niewyuznacznych pozach.

Inne

Pytania, które było nam trudno zakwalifikować do którejkolwiek z poprzednich kategorii, oznaczyliśmy jako „inne”.

W tej grupie mieszczą się wszelkie podziękowania dla nas i dla naszej pomocy. Młodzi ludzie ewidentnie doceniają to, że mogą anonimowo zgłosić się ze swoimi często intymnymi i wstydliwymi problemami. Zgłaszają nam sytuacje i problemy, o których wcześniej nie rozmawiali z nikim.

Jedna z naszych wolontariuszek odebrała wiadomość od chłopca, który lubi wkładać ubrania swojej siostry. Namówiła go na rozmowę telefoniczną. Po tej rozmowie chłopiec porozmawiał szczerze ze swoją mamą i za namową naszej wolontariuszki oboje udali się do seksuologa. Matka zaakceptowała transseksualizm syna.

Odnotowaliśmy też wzrost pytań w obszarach, którymi się nie zajmujemy. Dziewczyny pytały np. o dobór fryzury do posiadanego przez nich koloru włosów albo o porady kosmetyczne.

Pojawiło się też pytanie o to, dlaczego rodzice pomimo tego, że ich na to stać, nie chcą kupić swojemu synowi nowego łóżka. Trudno jednoznacznie stwierdzić, co takie wiadomości mogą oznaczać, można jednak wysnuć wniosek, że osoby zadające te pytania nie mają do kogo zwrócić się w swoim otoczeniu i nie potrafią szczerze komunikować się z najbliższymi osobami.

Ponadto otrzymaliśmy kilka SMS-ów i głuchych telefonów, które kwalifikujemy jako żarty. Najwyraźniej „poradnictwo seksualne” jest w ich rozumieniu sekstelefonem, więc dzwonią albo dla żartu, albo rzeczywiście oczekując seksu przez telefon.

~~~~~

## **Podsumowanie**

Chociaż w tym roku telefon cieszył się mniejszą popularnością niż w poprzednich latach, liczba pytań sięgająca tysiąca wskazuje wyraźnie na to, że młodzi ludzie szczególnie w okresie wakacji potrzebują wsparcia w zakresie seksualności. Często są osamotnieni, nie mają do kogo zwrócić się z problemami i pytaniami w obszarze antykoncepcji, relacji, asertywności czy zdrowia i fizjologii. W tym roku wyjątkowo wiele pytań odnotowaliśmy właśnie w kategorii zdrowia i fizjologii – młodzi ludzie nie zdają sobie sprawy z mechanizmów i procesów zachodzących w ich własnym ciele, poza tym dziewczyny panicznie boją się ciąży, nawet, jeżeli nie współżyły. Stąd też jak co roku wysoka liczba pytań związana z antykoncepcją. Alarmujące są również zgłoszenia dotyczące niechcianych ciąż i przemocy. W statystykach są to małe liczby, ale każde zgłoszenie przemocy to jest o jedno zgłoszenie za dużo: idealny byłby oczywiście stan, gdzie do przemocy, ale także do niechcianych ciąż, nie dochodziłoby wcale.

Osoby dyżurujące w Wakacyjnym Telefonie Zaufania w 2011 roku:

Anka Grzywacz  
Aleksandra Józefowska  
Marta Kołacka  
Agata Kozłowska  
Lena Marciniak  
Anna Nikołajew-Diak  
Kamila Raczyńska  
Alina Synakiewicz  
Magdalena Zimecka

Grupa Edukatorów Seksualnych Ponton  
przy Federacji na Rzecz Kobiet i Planowania Rodziny

ul. Nowolipie 13/ 15  
00-150 Warszawa

Tel./Fax (022) 635 93 95  
(022) 887 81 40

e-mail: [info@ponton.org.pl](mailto:info@ponton.org.pl)  
www: <http://www.ponton.org.pl>