



Raport z Wakacyjnego Telefonu Zaufania Grupy Edukatorów Seksualnych Ponton

1. Wprowadzenie

KIM JESTEŚMY?

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 niezetelnych 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 Pontona 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. Podczas roku szkolnego, w każdy piątek przez 4 godziny funkcjonuje nasz Telefon Zaufania dla Młodzieży. Dyżury prowadzone są pod hasłem „Nie wstydź się zapytać.” Na czas wakacji Grupa Ponton uruchamia specjalne poradnictwo sms-owe.

WAKACYJNE POGOTOWIE PONTONOWE

W tym roku nasza grupa zorganizowała po raz drugi Wakacyjną Linie Telefoniczną, przeznaczoną dla młodzieży. Pierwsza edycja tej akcji miała miejsce w roku 2006. Wakacje to dla młodzieży czas swobody, luzu i odpoczynku od codziennych obowiązków. To także czas wyjazdów, podczas których młodzi ludzie mają okazję po raz pierwszy poczuć się samodzielnie i odpowiedzialnie. Również w sferze seksualności. Wakacje to czas, który sprzyja podejmowaniu pierwszych kontaktów seksualnych. Uznaliśmy, więc, że wakacje to dobry czas by wyjść naprzeciw potrzebom młodych ludzi i dać im możliwość zadawania pytań także wtedy, kiedy nie mają dostępu do Internetu. Pytanie można było zadać za pomocą sms-a, co okazało się dogodną formą.

Codziennie od 14 lipca do 31 sierpnia 2006 pod telefonem komórkowym dyżurowały przeszkolone wolontariuszki, które odpowiadały na pytania młodych ludzi związane z dojrzewaniem i antykoncepcją. Telefon Zaufania cieszył się dużą popularnością, akcja ta potwierdziła, że młodzież ma ogromną potrzebę informacji i rozmawiania na temat własnej seksualności, niestety jak dotąd niezaspokajaną ani w domu ani w szkole.

W bieżącym roku 2007 ponownie zorganizowaliśmy sms-owe poradnictwo. Media sprzyjały naszej akcji, dzięki czemu informacja o pogotowiu telefonicznym uzyskała ogólnopolski zasięg.

Przez całe dwa miesiące wakacji, codziennie, przez trzy godziny odpowiadaliśmy na pytania młodych ludzi. Podczas tych dwóch miesięcy zorganizowaliśmy dwie konferencje prasowe sygnalizując alarmująco wysoką liczbę pytań dotyczących nieplanowanych ciąż, a także informując, że zgłaszają się do nas młodzi ludzie, którzy doświadczyli przemocy.

W tym roku dzięki zainteresowaniu mediów udało nam się rozpowszechnić informacje o naszym telefonie zaufania na ogólnopolską skalę. Edukatorzy dostawali bardzo dużą ilość pytań tak, że trudno było czasem odpowiedzieć na wszystkie sms-y. Zdarzały się także telefony, jednak zdecydowana większość młodych ludzi wolała zadać nam pytanie w formie sms-owej.

Wiele osób napisało nam, że to bardzo dobry pomysł, trafiony w dziesiątkę. Dostaliśmy wiele podziękowań. Cieszymy się zawsze czytając takie słowa, jesteśmy zadowoleni, że mogliśmy służyć informacją, czasem pomóc, jednak zdajemy sobie sprawę, że nasza działalność ma bardzo ograniczony zakres. Problemy z którymi boryka się młodzież często wymagają kompleksowej pomocy, a udzielona przez nas informacja oraz jednorazowe wsparcie nie wypełnią dziury w systemie edukacji.

Pytania, które do nas trafiały pokazują niestety dobitnie, że młodym ludziom brak często podstawowych informacji z zakresu, fizjologii, antykoncepcji i seksualności. Pytają nas o to jak się najlepiej zabezpieczyć, ale także „jak to robić by się nie zabezpieczać?” Pytają o relacje z rówieśnikami, a także czy powinni ulec jakimś namowom na seks.

Wolontariusze Pontona cierpliwie odpisywali, że zawsze można odmówić, że nie wolno robić niczego wbrew sobie, jednak nietrudno się zgodzić, że sms-owy kurs asertywności to zdecydowanie za mało. Nauka asertywności powinna być częścią rzetelnej, systematycznie prowadzonej edukacji seksualnej w polskich szkołach. Wśród pytań, które odpisywaliśmy zdarzały się dramatyczne prośby o pomoc gdy osoba pisząca doświadczyła przemocy, były także zgłoszenia nieplanowanych ciąż u młodych dziewczyn. Pozytywnym aspektem jest to, że zauważamy zainteresowanie własnym ciałem i zdrowiem także w kontekście chorób przenoszonych drogą płciową.

Coraz częściej także zgłaszają się do nas chłopcy, którzy w sposób odpowiedzialny podchodzą do współżycia seksualnego i pytają jaka metoda antykoncepcyjna jest najskuteczniejsza i najlepsza dla partnerki. Postawa partnerska i współodpowiedzialność za podejmowane zbliżenia to model jaki powinien być upowszechniany na zajęciach z edukacji seksualnej. Niestety często to tylko dziewczyna ponosi konsekwencje nierozważnego kontaktu seksualnego.

Raport z Wakacyjnego Telefonu Zaufania to swego rodzaju przekrój przez problemy młodzieży wynikające często z niewiedzy, ciekawości i osamotnienia. Podsumowując część wprowadzającą warto zauważyć, że największym problemem, jest to, że młodzi ludzie po prostu nie mają do kogo zwrócić się z pytaniami i ewentualna prośbą o pomoc.

Seks jest w wielu polskich domach wciąż tematem tabu, rodzice nie rozmawiają z dziećmi, o czym często informowano nas w sms-ach. W szkole nie ma zajęć z edukacji seksualnej, pozostaje więc wrywkowa wiedza czerpana z różnych źródeł w Internecie oraz kolorowej prasie. Często informacje tam podane są niekompletne pozostawiają merytorycznie wiele do życzenia.

2. Raport

Podczas dwóch miesięcy wakacji w Telefonie Zaufania dyżurowało 9 osób. Dyżurujący to edukatorki i edukatorzy seksualni, którzy przeszli wcześniej szkolenia z ginekologami, seksuologami i psychologami tak by móc kompetentnie udzielać informacji. Każda osoba, która odpowiadała na pytania przygotowała sprawozdanie ze swojego dyżuru.

Po zestawieniu wszystkich sprawozdań zebrany materiał został podzielony na poszczególne kategorie tematyczne, w ramach których pogrupowaliśmy zadawane nam pytania:

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

Największa ilość pytań dotyczyła zagadnień związanych z antykoncepcją. Najczęściej pytano o najskuteczniejsze metody zapobiegania ciąży, a także o konsekwencje ryzykownych zachowań seksualnych. Niestety część pytań to te zadane „po fakcie”, czyli gdy doszło już do niezabezpieczonego stosunku seksualnego.

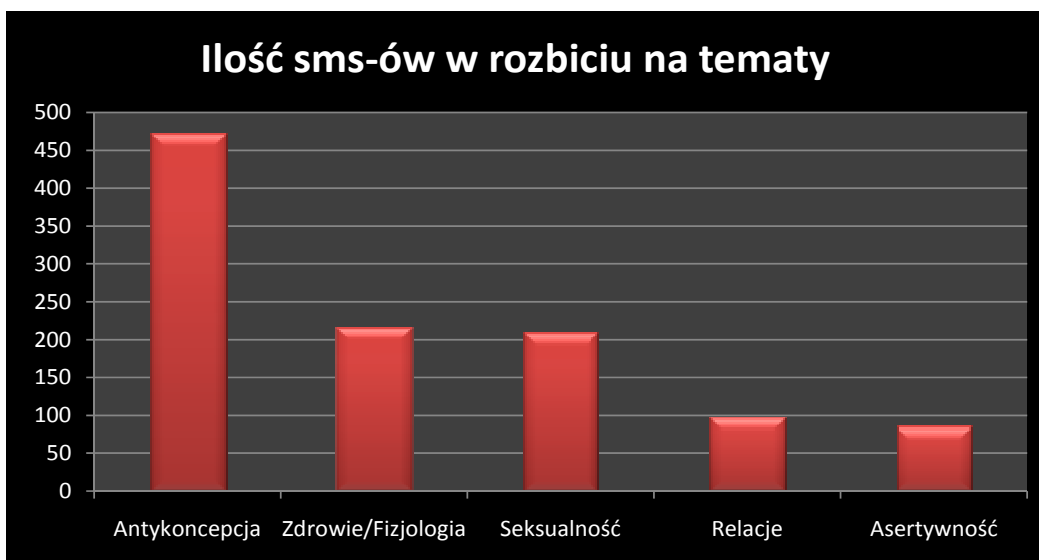
Na drugim miejscu znajdują się pytania zgrupowane w kategorii Zdrowie/Fizjologia. W grupie tej znalazły się pytania dotyczące ciała, fizjologii dojrzewania, a także profilaktyki HIV/AIDS oraz innych chorób przenoszonych drogą płciową. Znaczna ilość zapytań związana była także z seksualnością i erotyką.

Kolejne kategorie to Relacje i Asertywność. Młodzi ludzie pytali o zagadnienia związane z relacjami z rówieśnikami oraz z rodziną.

W ostatniej grupie znajdują się pytania związane z postawą asertywną, a ściślej z jej brakiem. Wielu młodych ludzi nie potrafi, bądź ma wątpliwości czy może odmówić gdy ktoś ich nakłania do zbliżeń seksualnych. Ma to miejsce zwykle wtedy gdy osoba wywierająca presję jest osoba bliską. Zdarzało się, że edukatorzy przyjmowali zgłoszenia związane z przemocą psychiczną i fizyczną, także na tle seksualnym. Poszczególne kategorie zostaną szerzej omówione w dalszej części.

Na poniższym wykresie można zobaczyć jak zainteresowanie młodych ludzi poszczególną tematyką znajduje odzwierciedlenie w liczbach:

Według naszych obliczeń młodzież w trakcie wakacji zadała nam niemal tysiąc osiemdziesiąt pytań.



Antykoncepcja

Warto dokładniej przyjrzeć się pytaniom zgromadzonym pod hasłem „Antykoncepcja”. To szerokie zagadnienie, które cieszyło się największym zainteresowaniem ze strony młodych ludzi. W tym dziale zadano nam 472 pytania.

Poniżej zamieszczamy typowe przykłady pytań dotyczących metod antykoncepcyjnych:

- *Jakie są najskuteczniejsze metody antykoncepcyjne?*
- *Jak właściwie zabezpieczyć się przed nieplanowaną ciążą?*
- *Czy antybiotyki mogą obniżyć działanie tabletek antykoncepcyjnych?*
- *Czym się różnią plastry antykoncepcyjne od pigułek, czy są na receptę?*
- *Jeśli biorę tydzień pigułki czy mogę nie używać prezerwatywy?*

- *Czy muszę mieć receptę żeby kupić Postinor? Bardzo drogi jest?*
- *Jak się dobrze zabezpieczyć podczas pierwszego razu?*
- *Podczas stosunku pękła prezerwatywa, co możemy zrobić?*
- *Jak określić kiedy mam dni płodne, a kiedy niepłodne?*
- *Jakie prezerwatywy są najlepsze?*
- *W jaki sposób prawidłowo nałożyć prezerwatywę?*
- *W aptece nie chcieli mi sprzedać prezerwatywy, czy mogę je kupić gdzieś indziej?*

Młodzi ludzie bardzo wnikliwie dopytywali o interesujące ich zagadnienia, podkreślając często, że nie mają z kim o tym porozmawiać.

Dostawaliśmy też niepokojące sygnały świadczące o tym, że lekarze ginekolodzy często nie poświęcają pacjentkom czasu, nie udzielają informacji sprawiając, że młode dziewczyny czują się niepewnie i wstydzą się zadawać lekarzowi dodatkowe pytania na temat antykoncepcji.

Dostawaliśmy także sygnały, że środki antykoncepcyjne są zbyt drogie lub trudne do zdobycia. Sytuacje takie powtarzają się zwłaszcza w małych miejscowościach, gdzie często lekarz lub farmaceuta z apteki jest tylko jeden na całą miejscowość i osoba kupująca nie ma zapewnionej anonimowości lub po prostu spotyka się z odmową.

Druga grupa pytań, które zostały zawarte w tym dziale to te, które niestety świadczą o poważnych brakach w wiedzy. **Zdecydowana większość dotyczyła tematu niechcianej ciąży.** Dostawaliśmy pytania wskazujące na paniczny lęk przed ciążą (przy niewystarczającej wiedzy z zakresu fizjologii prokreacji) jak również pytania świadczące o niechęci do stosowania jakichkolwiek metod antykoncepcyjnych.

Niestety wciąż pokutują stereotypy, że dziewczyna podczas swojego pierwszego razu nie może zajść w ciążę, lub, że seks w trakcie miesiączki oraz stosunek przerywany stanowią pewne zabezpieczenie.

Poniżej przykłady pytań (stylistyka oryginalna) :

- *Czy jest jakaś pozycja seksualna, w której się nie zachodzi?*

- Kiedy mogę się kochać bez obaw, że zajdę w ciążę?
- Czy podczas pierwszego razu mogę być pewna, że nie zajdę w ciążę?
- Zrobiłam to bez zabezpieczenia czy muszę się obawiać ciąży, dodam, że to był nasz pierwszy raz?
- Czy mogę być w ciąży przez wspólne korzystanie z toalety?
- Czy podczas okresu mogę zajść w ciążę?
- Jakie są objawy ciąży i jak najszybciej je rozpoznać?
- Czy 13-latką może zajść w ciążę?
- Jak uprawiać seks by dziewczyna nie zaszła w ciążę?
- Czy droga żołądkową można zajść w ciążę (gdy dziewczyna połknie spermę)?
- Jakie jest prawdopodobieństwo, że zajdę w ciążę przez stosunek przerywany?
- Okres mi się spóźnia, a parę razy zrobiłam to bez zabezpieczenia, czy to możliwe, że wpadłam, ja nie mogę być w ciąży, pomóżcie!
- Czy można zajść w ciążę od stosunku w wodzie?
- Czy seks analny jest bezpieczny pod względem ciąży?
- Czy mogę być w ciąży jeśli odbędziemy stosunek oralny?
- Kapałam się nago z chłopakiem w jeziorze, czy mogę być w ciąży? Boli mnie brzuch i mam mdłości, nie mogę przestać o tym myśleć, mam dopiero 15 lat!
- Wypiłem alkohol i z dziewczyną zaszaleliśmy, nie było zabezpieczenia, ale błagam napiszcie, że są jakieś szanse na to, że ona nie zaszła w ciążę!
- Mam 14 lat kochałem się z dziewczyną i ona chyba jest w ciąży.
- Mam pytanie czy jeśli dziewczyna ma dni bezpłodne to możemy się kochać bez zabezpieczenia?
- Czy jeśli chłopak przestanie wcześniej i plemniki nie zdążą dotrzeć do macicy to czy dziewczyna może zajść w ciążę?
- Zabezpieczyliśmy się pigułkami i prezerwatywą. Prezerwatywa nie pękła, dodam, że nie miałem wytrysku czy jednak możliwa jest ciąża? Dziewczyna narzeka, że jest jej niedobrze i teraz się stresujemy.

- Miałam stosunek z moim chłopakiem, miał wytrysk i wszystko dostało się do pochwy, co mam robić, mam 13 lat!

- Okres mi się spóźnia 3 miesiące, test wykazał, że jestem w ciąży, wstydzę się powiedzieć komukolwiek, nawet chłopakowi, z którym to zrobiliśmy. Powinnam chyba pójść do lekarza?

Edukatorzy Grupy Ponton odebrali podczas dwumiesięcznego dyżuru 15 zgłoszeń dotyczących nieplanowanych ciąż.

Wśród dziewczyn, które się do nas zgłosiły była 15 latka, która zaszła w ciążę na kolonii, a także 16 latka, która ukrywa od dłuższego czasu fakt bycia w ciąży przed rodzicami.

Asertywność

Powyżej zamieszczone zostały przykłady pytań, wśród których znajdowały domniemane lub stwierdzone już z całą pewnością nieplanowane ciążę młodych dziewczyn. W grupie pytań związanych z asertywnością, mamy do czynienia z sytuacjami, w których młoda dziewczyna nie potrafi odmówić komuś kto proponuje seks, często jest to zgoda wymuszona również na zbliżenie bez środków antykoncepcyjnych. Młodzi ludzie pytali „czy mam prawo odmówić?”, „czy muszę się zgodzić?”, „czy powinienem?”.

Nauka asertywności i umiejętności odmawiania zdecydowanie powinna być częścią nauczania w zakresie edukacji seksualnej w szkole. Jesteśmy zdania, że przyczyniłoby się to do częściowego obniżenia ilości ryzykownych zachowań seksualnych wśród nastolatków. Problem z odmową oraz jasnym postawieniem granic mają zarówno dziewczęta jak i chłopcy. Oto kilka przykładów:

- Mam 13 lat i zakochałam się w chłopaku, który ma 20, czy mogę z nim chodzić? A jeśli będzie chciał seksu czy powinnam się zgodzić?

- Jak dziewczyna może wytłumaczyć chłopakowi, że nie ma ochoty na seks?

- Jestem z chłopakiem i nie mam ochoty na seks, jak mam mu to powiedzieć, a może powinnam się zgodzić?

- Mam 16 lat i zakochałam się w mężczyźnie, który ma 27, boję się, że nie będę umiała się kochać, kiedy on zechce

- Chłopak na „dowód miłości” chce seksu bez prezerwatywy, boję się, że mnie rzuci jeśli mu odmówię, co zrobić w tej sytuacji?

- Od kilku miesięcy współżycie bez żadnego zabezpieczenia bo wstydzę się o tym wspomnieć, a mój chłopak nie proponuje. Nie wiem jak to zmienić, a obawiam się ciąży.

- Moja dziewczyna chce uprawiać seks, a ja nie umiem i nie chcę jeszcze, jak mam jej to powiedzieć?

- Kolega dotyka mnie w sposób, który wydaje mi się dziwny, poklepuje, obejmuje, Jak mam mu powiedzieć, żeby przestał? Nie jestem gejem, ale nie umiem powiedzieć, żeby sobie dał spokój.

Język jakim zadawane są te pytania często wskazuje wyraźnie, że osoba pytająca jest pod presją i nie ma ochoty na seks, jednak z różnych powodów nie jest pewna czy może odmówić.

Wolontariusze Pontona przez całe wakacje odpowiadali młodym ludziom, że mają prawo nie chcieć, mają prawo powiedzieć wprost, że się nie zgadzają, że decyzja o zbliżeniu zależy tylko i wyłącznie od nich. Mimo to wiemy, że część kontaktów seksualnych odbywa się niestety pod presją. Czasem jest to presja rówieśnicza (bo wszyscy mają pierwszy raz już za sobą i nie chce być gorszy/gorsza), czasem presja osoby starszej (to osoba doświadczona na płaszczyźnie seksu, więc zrobię wszystko żeby jej nie rozczarować).

Młodzi ludzie często nie wiedzą, że mają prawo odmówić, a osobie, która nakłania niepełnoletniego do seksu grożą sankcje prawne. Niestety brak asertywności często sprzyja sprawcom przemocy. Sprzyja im także brak w otoczeniu młodzieży (w domu, w szkole) osób, do których mogły by się zwrócić potencjalne ofiary, kiedy zaczyna dziać się coś niepokojącego.

Podczas wakacyjnych dyżurów odnotowaliśmy 7 zgłoszeń dotyczących przemocy.

Zgłosiła się do nas 12 latka, która uciekła z domu ze strachu przed kolegą ojca. Sprawa trafiła na policję, została także zawiadomiona Fundacja Dzieci Niczyje. Odebraliśmy między innymi sms-y od dziewczyny, którą dużo starszy chłopak zmuszał do oglądania filmów pornograficznych i nakłaniał do zbliżeń. Były też sms-y wprost informujące, że dziewczyna została zgwałcona. Niektóre osoby zaznaczały, że nikomu nigdy wcześniej nie powiedziały, że padły ofiarą przemocy.

Relacje

Młodzież w wieku dojrzewania i później boryka się z wieloma problemami emocjonalnymi. Dostawaliśmy sms-y opisujące zarówno relacje z rodziną jak i z rówieśnikami.

Dominowały problemy związane z nieśmiałością, nieumiejętnością nawiązania bliższej relacji z drugą osobą.

Odebraliśmy kilka sms-ów dotyczących orientacji seksualnej. Pisały zarówno osoby niepewne swojej orientacji, zaniepokojone brakiem pociągu do płci przeciwnej, jak i osoby pewne tego, że są homoseksualne, nie mające jednak odwagi by komuś we własnym środowisku, otwarcie o tym powiedzieć.

Przykłady pytań:

- Jestem w szpitalu i muszę tu pobyć jakiś czas, boję się, że mój chłopak w tym czasie pozna kogoś innego i zostanie sama

- Mam 17 lat i zorientowałem się, że podniecają mnie nadzy mężczyźni w telewizji. Czy to prawdopodobne, że jestem homo?

- Jak zainteresować sobą chłopaka? Jestem bardzo nieśmiała i wydaje mi się, że nie będę miała odwagi normalnie rozmawiać.

- Jak zainteresować sobą dziewczynę? Nie wiem czy będę potrafił.

- Dziewczyna dała mi kosza, jestem załamany, chciałbym się z nią dalej spotykać, co powinienem zrobić?

- W ogóle nie mogę porozmawiać w domu na tematy związane z ciałem, z miesiączką. Nawet z mamą. Brakuje mi tego, nie mogę o nic zapytać, czuję się beznadziejnie. Jakbym musiała się tego wstydzić.

- *Nie umiem nawiązać przyjaźni, nie potrafię być blisko z ludźmi, nie radzę sobie z tym, możecie coś mi doradzić?*

- *Mam chłopaka, ale pociągają mnie także inni chłopcy, czy coś ze mną nie tak?*

- *Jak sprawdzić czy jestem lesbijką? Bo coraz bardziej nabieram takiego przekonania.*

Zgłaszali się do nas także młodzi ludzie, cierpiący z powodu depresji, zaburzeń odżywiania (anoreksja i bulimia), a nawet myśli samobójczych. Dyżurujący proponowali kontakt z psychologiem, w jednym przypadku sprawa została zgłoszona na policję. Niestety często trudno nakłonić osoby z tak poważnymi problemami na poszukanie pomocy w obrębie rodziny czy tym bardziej na kontakt np. ze szkolnym pedagogiem. Przypuszczamy, że forma sms-owa zapewnia tak wysoki poziom anonimowości, że odważyły się do nas napisać osoby, które nie miałyby odwagi opowiedzieć o swoich problemach w inny sposób.

Zdrowie/ Fizjologia

Pod tym hasłem zgromadziliśmy pytania dotyczące fizjologii dojrzewania, ciała, oraz zdrowia. Młodzi ludzie pytali o wiele spraw związanych z cielesnością, zmianami jakie przynosi wiek dojrzewania oraz z profilaktyką chorób przenoszonych drogą płciową. W Polsce wśród nastolatków wciąż na pierwszym miejscu jest lęk przed nieplanowaną ciążą, na dalszym planie obawa przed zakażeniem się HIV. Jednak z naszych doświadczeń wynika, że coraz więcej młodych osób interesuje się profilaktyką zdrowia.

Zmiany jakie wiek dojrzewania wprowadza w ciało, wydają się czasem młodym ludziom niepokojące. Nastolatki często mają silną potrzebę upewnienia się, że wszystko z nimi w porządku, że rozwijają się prawidłowo. Zwykle to zbyt wstydliwe tematy do rozmowy z rodzicami, dlatego również tego typu pytania kierowane są do nas.

Młode dziewczyny często pytają jak wygląda wizyta u ginekologa, na czym polega pierwsze badanie, kiedy powinny udać się na pierwszą wizytę. Często takie zadane nam telefonicznie pytania pomagają trochę oswoić lęk przed taką wizytą.

Wolontariusze Pontona odpowiadając na pytania zwłaszcza z kategorii Zdrowie, podkreślają zawsze, że nasza porada może rozjaśnić wątpliwości, ale nie zastąpi wizyty u specjalisty.

Poniżej kilka przykładowych pytań z tej grupy:

- *Jak najlepiej zabezpieczyć się przed chorobami wenerycznymi?*
- *Puchną mi piersi i mam nieregularne miesiączki, czy wszystko ze mną w porządku?*
- *Czy masturbacja może spowodować kłopoty z płodnością?*
- *Wydaje mi się, że moje piersi są nierównej wielkości, czy to się jeszcze może zmienić? Mam 14 lat*
- *Miałam po stosunku krwawienie, czy powinnam iść do ginekologa?*
- *Podczas orgazmu nie wydostaje mi się sperma z członka, martwię się tym, czy jest na to jakaś rada?*
- *Czy seks oralny może zagrażać przeniesieniem się jakiś chorób?*
- *Jaką drogą dokładnie można się zakazić HIV?*
- *Czy jeśli dziewczyna bierze penisa do ust może zarazić się jakąś chorobą?*
- *Ile może trwać najdłuższy cykl miesięczkowy? Wydaje mi się, że coś jest ze mną nie tak bo zdarza się, że moje cykle trwają nawet do 40 dni.*
- *Po stosunku gdy oddaję mocz to piecze mnie wszystko w środku, czy to może być jakaś choroba?*
- *Kiedy dziewczyna powinna pójść do ginekologa pierwszy raz i na czym polega dokładnie badanie, czy to prawda, że jest bolesne?*
- *Mam jedno jądro trochę mniejsze czy powinienem to skonsultować z lekarzem?*
- *Na penisie zauważyłem u siebie dziwne białe krostki, nigdy nie współżyłem więc to chyba nie żadna choroba płciowa, ale co to jest w takim razie?*

- Wydaje mi się, że mam stulejkę, wstydzę się porozmawiać o tym z rodzicami, co powinienem zrobić? Z członka nie schodzi mi skóra.

- Czy miesiączka może się spóźnić z innych powodów niż ciążą?

- Czy brak miesiączki u 14-latki jest normalny? Denerwuję się, że coś ze mną nie tak. Koleżanki już nawet parę lat temu podostawały okres. Tylko ja nie.

Na powyższych przykładach wyraźnie widać, że młodzi ludzie często czują się osamotnieni i przestraszeni nie wiedząc dokładnie co się z nimi dzieje. Funkcjonujące powszechnie stereotypy np. na temat szkodliwości masturbacji, bądź bolesności badania ginekologicznego przyczyniają się do zwiększenia obaw. Inaczej byłoby gdyby młodzi ludzie mieli skąd czerpać rzetelną, obiektywną wiedzę. Wiedza ta powinna zawierać również informacje o podstawowych prawach pacjenta. Zdarza się, że młode dziewczyny podczas pierwszej wizyty u ginekologa traktowane są bez szacunku, dostają niekompletne informacje i przez szereg kolejnych lat unikają wizyt u lekarza. Inaczej byłoby gdyby miały świadomość przysługujących im praw i umiały zareagować, gdy lekarz postępuje niewłaściwie.

Seksualność

W tym dziale zebraliśmy wszystkie pytania dotyczące seksu oraz ciała w kontekście erotyki. Dostaliśmy wiele pytań związanych z tym jak sprawić partnerce/ partnerowi przyjemność, sprawić by seks był przyjemniejszy dla obu stron. Zadawano nam także szczegółowe pytania dotyczące rozmieszczenia sfer erogennych, orgazmu i słynnego punktu G.

Język jakim posługują się młodzi ludzie by zadać pytanie czasem odbiega od przyjętych standardów. Zdarza się, że nazwy narządów płciowych są zwulgaryzowane, lub określane w sposób zinfantylizowany, ponieważ osoby zadające te pytania czasem po prostu nie znają prawidłowych określeń i pytają w taki sposób, w jaki potrafią. Wolontariusze w miarę możliwości udzielali

odpowiedzi na wszystkie pytania, sugerując czasem stosowanie właściwych nazw związanych ze sferą seksu.

Nastolatki często swoją wiedzę na temat seksu czerpią z takich źródeł jak kolorowe pisma, także te erotyczne, oraz Internet. W takich źródłach często trudno o poprawne nazewnictwo, trudno więc również się dziwić lub gorszyć gdy młodzi ludzie używają takiego języka jaki jest im dostępny. Dopóki seks będzie tematem tabu w domu i w szkole niewielkie są szanse na to, że się to zmieni.

Przykłady pytań:

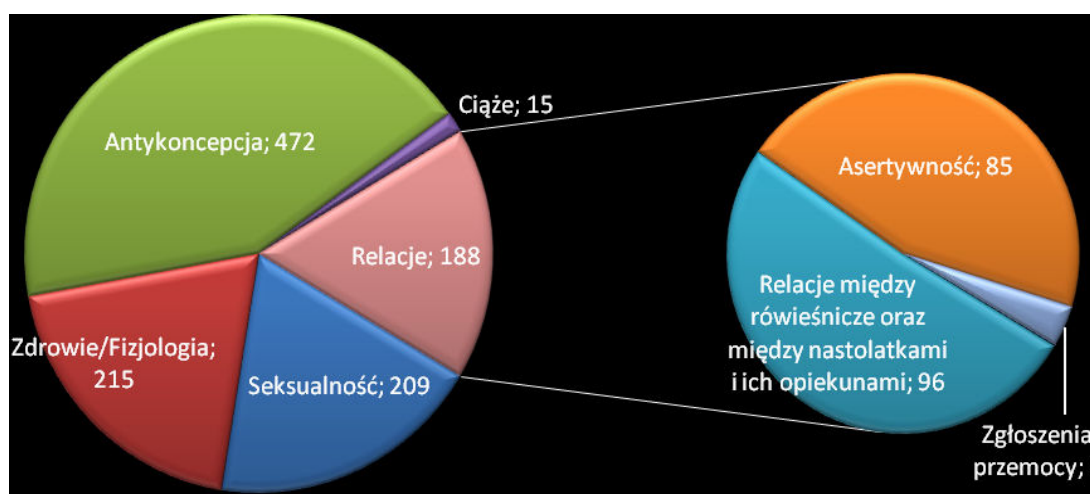
- *Czy jeśli mam „za małego” czy będę mógł zadowolić kobietę?*
- *Chłopak zaproponował mi seks oralny zamiast stosunku, co to dokładnie znaczy?*
- *Co to jest orgazm?*
- *Czy do stosunku analnego można stosować jakieś nawilżacze, albo olejki?*
- *Jak rozpoznać orgazm u dziewczyny?*
- *Czy to normalne, że przy pocałunku robię się wilgotna?*
- *Jak zacząć grę wstępną by podniecić kolesia?*
- *Jak znaleźć punkt G?*
- *Chciałam się dowiedzieć czegoś o seksie analnym?*
- *Czy to normalne, że po kilku wytryskach pod rząd nie ma już tak dużo spermy? Jaka jest normalna ilość nasienia w jednorazowym wytrysku?*
- *Czy to możliwe, że podczas pierwszego razu błona dziewicza nie została przerwana? W ogóle nie krwawiłam.*
- *Co zrobić żeby doprowadzić dziewczynę do orgazmu?*
- *Czy seks analny jest bezpieczny?*
- *Nie chce mi stawać koń i denerwuję się przy zbliżeniu i nic z tego nie wychodzi, jest na to jakaś rada?*
- *Czy pierwszy raz bardzo boli?*

Wiele pytań z tej grupy dotyczyło seksu analnego, oralnego oraz pettingu. Można odnieść wrażenie, że obniża się wiek nie tyle samej inicjacji seksualnej (rozumianej jako stosunek płciowy), ale coraz młodsze osoby podejmują zastępcze formy zbliżeń seksualnych. Jedną z przyczyn prawdopodobnie jest chęć uniknięcia ciąży, nastolatki podejmując wymienione formy kontaktów seksualnych najczęściej nie stosują żadnej antykoncepcji.

To zjawisko jest bardzo niepokojące chociażby z powodu ryzyka zakażenia chorobami przenoszonymi drogą płciową. Często takie zbliżenia seksualne podejmują osoby niedojrzałe jeszcze psychicznie i emocjonalnie do współżycia seksualnego.

Ilość sms-ów z wyszczególnieniem zgłoszeń dotyczących ciąży oraz przemocy:

Relacje	Asertywność	Antykoncepcja	Zdrowie/ Fizjologia	Seksualność	Zgłoszenia przemocy	Ciąże
96	85	472	215	209	7	15



Podsumowanie

Z lektury raportu z działalności Wakacyjnego Telefonu Zaufania Grupy Ponton jasno wynika, że młodzież ma wiele problemów, którym mogłaby zapobiec **rzetelna i obiektywna, powszechna edukacja seksualna** prowadzona w polskich szkołach.

Z naszych doświadczeń wiemy jak istotne jest, by młodzież była świadoma konsekwencji ryzykownych zachowań seksualnych i potrafiła uchronić się przed niebezpieczeństwami takimi jak choroby przenoszone drogą płciową lub nieplanowana ciąża. Z kolei problem przemocy na tle seksualnym, szczególnie wobec młodzieży wymaga kompleksowego systemu wsparcia ze strony instytucji publicznych, pomocy prawnej, socjalnej, psychologicznej i zdrowotnej.

Tylu problemów nie rozwiąże organizacja pozarządowa, a zwłaszcza tak mała jak Grupa Ponton. My zwracamy uwagę na problemy i apelujemy do rządu o podjęcie stosownych działań.

Apelujemy po raz kolejny o wprowadzenie do programów nauczania szkolnego powszechnej edukacji seksualnej, opartej na standardach naukowych i medycznych oraz na standardach praw człowieka wypracowanych przez ONZ i Unię Europejską.

W programie nauczania powinny być uwzględnione:

- **informacje z dziedziny zdrowia seksualnego, w szczególności: seksualności człowieka, profilaktyki HIV/AIDS i innych chorób przenoszonych drogą płciową**
- **wyczerpujące informacje na temat metod i środków zapobiegania ciąży.**
- **konieczność wyposażenia młodzieży w umiejętność asertywnych zachowań m.in. w sytuacjach, kiedy ktoś wywiera presję o charakterze seksualnym.**

Raport z Wakacyjnego Telefonu Zaufania Grupy Edukatorów Seksualnych Ponton

Zwracamy też uwagę na konieczność zapewnienia młodym ludziom dostępu do usług i poradnictwa z zakresu zdrowia seksualnego. Przyjaźni pacjentkom lekarze, przestrzegający zasad intymności i poufałości, służący wyczerpującymi informacjami mogli by przyczynić się do promowania zdrowego stylu życia, promowania bezpiecznych zachowań seksualnych, a także ograniczenia liczby nieplanowanych ciąż u nastolatek.

Liczymy na to, że doświadczenia Edukatorów z Wakacyjnego Pogotowia Pontonowego zebrane w tym raporcie przyczynią się do powiększenia wiedzy o polskich nastolatkach oraz ich potrzebach w zakresie edukacji seksualnej.

*Więcej informacji o grupie Edukatorów Seksualnych Ponton: www.ponton.org.pl
Kontakt: Aleksandra Józefowska (022) 635 93 95*