



FUNDACJA  
NIE WIDĄĆ PO MNIE

DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI

# Komunikacja seksualna





FUNDACJA  
NIE WIDĄĆ PO MNIE

COPYRIGHT © FUNDACJA NIE WIDĄĆ PO MNIE 2023

Tytuł: Komunikacja seksualna

ISBN: 978-83-67802-52-9

Autor: dr Dominik Czajeczny

Korekta: Urszula Szybowicz

Korekta składu: Kamila Olejnik

Kolaże w książce: zdjęcia iStock, kolaż Marcin Czaja

Skład: Marcin Czaja



SP ZOZ Centrum Leczenia Dzieci  
i Młodzieży w Zaborze  
ul. Zamkowa 1  
66-003 Zabór  
NIP: 973-058-82-81  
REGON: 970774176  
KRS: 0000004995



Województwo Lubuskie  
Departament Ochrony Zdrowia  
Urzędu Marszałkowskiego  
Województwa Lubuskiego  
w Zielonej Górze  
ul. Podgórna 7  
65-057 Zielona Góra  
NIP: 973-05-90-332  
REGON: 970770089

Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży w Zielonej Górze  
ul. Monte Cassino 21B, 65-561 Zielona Góra, [kontakt@poradniapozytywka.pl](mailto:kontakt@poradniapozytywka.pl)

---

Partnerski projekt „Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży w Zielonej Górze” realizowany od 01.01.2021r. do 30.06.2023r.  
w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 i współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego



**Fundusze Europejskie**  
Wiedza Edukacja Rozwój



**Rzeczpospolita  
Polska**

**Unia Europejska**  
Europejski Fundusz Społeczny



# Spis treści

---

- 1** — **Komunikacja seksualna z dzieckiem**
- 2** — **Tabu seksualne**
- 3** — **Rygorystyczny model wychowania**
- 4** — **Model liberalny**
- 5** — **Model permissywny**
- 6** — **Bariery w komunikacji seksualnej**
- 7** — **Cel rozmów o seksualności**

# Komunikacja seksualna z dzieckiem

---

Dla większości osób okres pierwszego intensywnego zainteresowania seksualnością przypada na wiek przedszkolny - zazwyczaj między 3 a 7 rokiem życia. Dziecko w tym czasie mocno interesuje się światem na wielu płaszczyznach. Jest obserwatorem, ale posiada jeszcze ograniczone możliwości samodzielnego poszukiwania informacji i rozumienia zjawisk, które zauważa. Dlatego prosi o wyjaśnienia i domaga się wiedzy, zwracając się do najbardziej zaufanego i dostępnego źródła - rodzica lub innego bliskiego dorosłego. Część rodziców na pytania związane z seksualnością udziela częściowych lub fałszywych informacji, albo stara się odroczyć zainteresowanie dziecka. W ten sposób w komunikacji pojawia się tabu seksualne, czyli zakaz zajmowania się sferą seksualności.



# Tabu seksualne

---



Dzieci nauczone tabu używania neutralnych nazw narządów płciowych zamieniają się w dorosłych, którym również brakuje języka do rozmów o seksualności. Powszechność wulgarnych określeń i dyskomfort związany z nazwami neutralnymi (np. penis, pochwa) sprawiają, że na użytek rozmów z dziećmi tworzone są np. wulgarnie zdrobnienia (np. cipeczka, kutasek). Dzieciom, a później dorosłym, brakuje do rozmów o seksualności, a nawet do komunikowania się w gabinecie lekarza czy psychologa, neutralnego języka, który nie niesie ze sobą wstydu czy obrzydzenia. Lepiej więc milczeć.

Tabu seksualne funkcjonuje w każdej rodzinie. Istnieją jednak różnice dotyczące tego, jakie obszary są nim objęte, jakie środki służą kontroli jego przestrzegania i jak uzasadnia się potrzebę jego istnienia.

Najłatwiejszy do zaobserwowania jest bezpośredni zakaz rozmów na temat seksualności, odrzucanie pytań ze strony dziecka, wyśmiewanie lub karanie przejawów ciekawości i zainteresowania. Inną formą tabu jest mówienie o seksualności nie wprost, lub zmieniając jej znaczenie. Określenia takie jak np. "siusiaci" i "siusie" pozbawiają narządy płciowe ich seksualnej funkcji. Wskazują na zupełnie inną, łatwiejszą do zaakceptowania rolę – "siusiac" jest przecież do „siusiania”. Ucieczką od konfrontacji z seksualnością są również pojawiające się określenia infantylne (jak np. ptaszki, pszczołki) lub wulgarnie, wskazujące na nieobyczajność, brzydotę narządów płciowych.

Komunikacja odbywa się jednak w szerszym zakresie niż tylko za pomocą rozmowy.

Dzieci uczą się postaw, znaczeń i emocjonalnych skojarzeń związanych z seksualnością także w sposób pośredni – obserwując rodzica, jego reakcje i jego kontakt z innymi (np. relację z partnerem)

Także w tym obszarze dziecko informowane jest o tabu i nabywa zrozumienia (niekoniecznie adekwatnego) zagadnień związanych z seksualnością.

Jedną z pierwszych sfer uczenia się o swojej seksualności są czynności higieniczne. W trakcie kąpieli część rodziców nazywa części ciała („myjemy włosy, rączki, pupę”), omijając jednak okolice narządów płciowych – „tam na dole”. Tworzy w ten sposób strefy tajemnicze, zakazane, których nazw nie wolno wymawiać.

O funkcjach ciała rozmawia się jedynie w kontekście medycznym i fragmentarycznie. **Zachowania takie jak zakrywanie dzieciom oczu czy zmiana kanału w trakcie oglądania filmu również niosą ze sobą przekaz i pewne wartościowanie.** Jeśli komunikaty werbalne i niewerbalne nie są spójne, dzieci szybko tracą zaufanie do tego, co mówią dorośli i szukają innych źródeł. Prym wiodą tutaj internet oraz rówieśnicy. Oba kanały oferują szeroki dostęp do informacji, niekoniecznie prawdziwych.

## Rygorystyczny model wychowania

Model ten pojawia się w rodzinach, w których seksualność powiązana jest z wiekiem lub określonym statusem dorosłego (małżeństwo). Postrzeganie dziecka jako istoty aseksualnej sprawia, że wszelkie przejawy napięć seksualnych lub zainteresowania tą sferą odbierane są jako patologiczne. Zadaniem rodzica jest więc izolowanie dziecka od tego typu treści, które uważane są za właściwe jedynie dla dorosłych.

O ile ochrona dziecka przed treściami wykraczającymi poza jego możliwości rozwojowe (jak np. bycie świadkiem stosunku dorosłych, bycie obiektem seksualnego zainteresowania ze strony dorosłych) jest zadaniem rodzica, o tyle bezwzględne usuwanie ze środowiska treści seksualnych może rodzić przekonanie, że takiej sfery nie ma, a przynajmniej nie powinno być. Własne seksualne doświadczenia (które z perspektywy rozwojowej są normalne i prawidłowe) stają się konfliktowe i pozostają niezrozumiane.

Rygorystyczny model funkcjonuje w dwóch odrębnych światach – dziecięcym, charakteryzującym się całkowitym zakazem poruszania seksualnych zagadnień i dorosłym, pozwalającym na dostęp, wiedzę i uczestnictwo w seksualności. Pojęcie rozwoju psychoseksualnego nie istnieje, a transformacja z zakazu w oczekiwanie sprawności jest wyznaczana przez sztywną granicę.



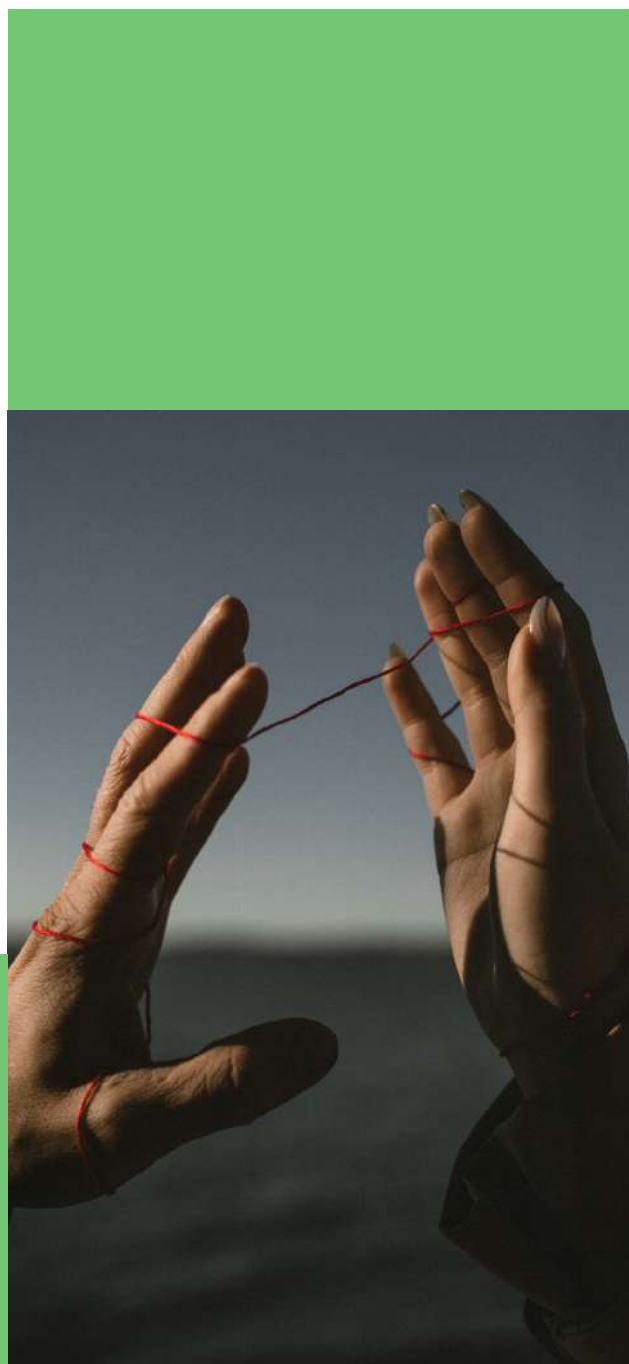


## Model liberalny

---

U jego podstaw leży założenie, że dzieci są istotami seksualnymi.

Sam fakt posiadania płci czyni z nich istoty seksualne. Seksualność podlega rozwojowi, tak jak inne funkcje ciała. W tym modelu także istnieje tabu, jednak jest ono węższe i oparte o argumentację, a nie sztywną regułę. Funkcjonuje tu pojęcie intymności. Różne aspekty seksualności nie są ukrywane przed dzieckiem, istnieje przyzwolenie na poznawanie ich, ale granice wyznacza intymność innych – dziecko nie ma dostępu do seksualności innych osób lub odbywającej się między innymi osobami.



## Model liberalny

---

W skrajnej postaci może on przyjmować formę permissywną, gdzie seksualność jest nadmiernie wartościowana, podkreśla i przecenia się jej znaczenie.



---

Wszystkie trzy opisane modele występują stosunkowo rzadko w czystej postaci. W większości domów zasady stosowane są wybiórczo i doraźnie. Tworzone są w oparciu o własne wychowanie rodziców, ich wiedzę lub jej brak, poczucie swobody lub skrupowania, lęki, zahamowania i kompleksy. Nie wszystkie te aspekty muszą być przez dorosłych uświadomione.

# Bariery w komunikacji seksualnej

Obawa przed seksualizacją  
dziecka

Traktowanie seksualności  
dziecka na równi z  
seksualnością dorosłego  
(pomijając aspekt rozwoju)

Brak wiedzy, nieznaną  
prawidłowości rozwojowych  
norm zachowań seksualnych  
dzieci

Opieranie się na własnych  
przekonaniach i  
doświadczeniach

Napięcie, lęk, poczucie  
niezręczności w rozmowach o  
seksualności

Brak adekwatnego języka do  
swobodnego rozmawiania o  
seksualności

Pierwszym krokiem, przygotowującym do rozmowy z dzieckiem, jest rozliczenie się z własną seksualnością. Krytyczne przyjrzenie się swojemu wychowaniu i doświadczeniom oraz temu, jak wpłynęły one na rozwój. Zmierzenie się z własnymi kompleksami, obawami i przekonaniami dotyczącymi seksualności. Zidentyfikowanie własnych barier, które utrudniają komunikację i – o ile to możliwe – podjęcie próby ich rozmontowania. Warto sięgnąć do książek popularno-naukowych o seksualności dzieci, które pomogą poznać i zrozumieć zachowania pojawiające się w ich rozwoju. Lektury te dostarczą wiedzy lub upewnią w tej już posiadanej. Być może usuną część niepewności roli rodzica dotyczącej rozwoju seksualnego dziecka, granicy adekwatnej edukacji i obaw przed otwarciem "puszki Pandory". Warto w tym miejscu przypomnieć, że zainteresowanie kilkulatków sprawami seksualnymi jest uniwersalnym, normatywnym przejawem rozwoju. Jeśli potrzeba ta nie zostanie zaspokojona przez rodzica, dziecko poszuka innego źródła informacji, które może okazać się fałszywe lub krzywdzące.

## Cel rozmów o seksualności

---

Cel rozmów o seksualności z dzieckiem jest o wiele szerszy niż tylko dostarczane informacji. Dojrzałość seksualna rozumiana jest jako zdolność do wchodzenia w bliskie relacje intymne, w których można realizować swoją płciowość nie jako zdolność do odbywania stosunku. Przez zaangażowanie w rozmowę, gotowość do udzielania lub poszukiwania odpowiedzi oraz zapraszanie do dyskusji pomagamy dziecku budować przekonanie, że jego seksualność jest "ok".



Przekonanie to jest podstawą do ukształtowania zdrowej, dojrzałej seksualności. Stopniowe wprowadzanie w złożone zagadnienia intymności, prywatności, zgody i zagrożeń związanych z seksualnością pozwala mu zrozumieć jego funkcjonowanie w sposób dostosowany do wieku, potrzeb i możliwości.

Ostatecznie dajemy dziecku najważniejsze narzędzie, które pozwala uniknąć wykorzystania i przemocy seksualnej – znajomość granic dopuszczalnych zachowań, umiejętność rozpoznawania ryzyka i poczucie oparcia w dorosłym, do którego można się zwrócić z każdą wątpliwością, pytaniem czy prośbą o pomoc.

## Piśmiennictwo

1. Beisert, M. (1991). Seks twojego dziecka. Zakład Wydawniczy-K. Domke.
2. Zielona-Jenek, M., & Chodecka, A. (2010). Jestem dziewczynką, jestem chłopcem: rozwój seksualny dziecka. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
3. Waszyńska, k. Przejawy seksualności dziecka w wieku przedszkolnym – kontekst edukacyjny. Przemiany seksualności w społeczeństwie współczesnym, 131.

# 0 Fundacji



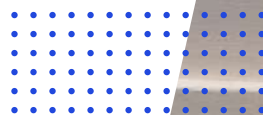
Pogorsząca się sytuacja związana ze zdrowiem psychicznym społeczeństwa zmotywowała nas do spojrzenia na problem od strony zdrowia publicznego, którego niezwykle istotnym i ważnym elementem jest aspekt psychiczny.

Z potrzeby mówienia otwarcie o problemach i oswojania społeczeństwa z tematami zdrowia psychicznego zrodziła się koncepcja Fundacji Nie Widać Po Mnie.

Celem Fundacji jest budowanie świadomości z zakresu zdrowia publicznego z nastawieniem na zdrowie psychiczne i zaburzenia psychospołeczne wśród Polaków, a także wspieranie rodziców, placówek oświatowych i ochrony zdrowia, budowanie świadomości z zakresu profilaktyki zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży oraz edukacja w zakresie szybkiego reagowania na pojawiające się trudności i kryzysy.

Fundacja obejmuje także swoim wsparciem personel medyczny. Organizujemy szkolenia z zakresu wsparcia psychologicznego, wypalenia zawodowego, mobbingu i komunikacji z pacjentem wśród personelu medycznego, który szczególnie teraz zgłasza wypalenie zawodowe i problemy ze zdrowiem psychicznym.

[www.niewidacpomnie.org](http://www.niewidacpomnie.org)





FUNDACJA  
NIE WIDĄĆ PO MNIE