

## KŪNAS, LYTIS, SEKSUALUMAS: KAIP APIE TAI KALBĖTIS SU VAIKU?

**A.Kurienės patarimai** Kada su vaikai pradėti kalbėti apie lytiškumą, kaip ugdomas vaiko santykis su kūnu ir lytimi, kokiais žodžiais atsakyti į klausimus apie vaikų atsiradimą, kaip reaguoti į gydytojus žaidžiančius šešiamečius?

Miestomamos.lt pakalbino Aušrą Kurieneę – mamą ir močiutę, psichologę, psichoterapeutę, Paramos vaikams centro steigėją ir vadovę, knygos „Kaip užauginti žmogų“ autorę.

– Kalbamės ne tik kalba, bendraudami su vaikai perduodame savo nuostatas, ir visais kitais būdais. Su kokiomis nuostatomis apie savo kūniškumą, lytiškumą, seksualumą vaikai užauga iki tos stadijos, kai jau išmoksta kalbėti? Ir kokie skirtumai tarp šių terminų?

– Seksualumas yra viena lyties savybių. Lytiškumas sujungia gerokai daugiau aspektų. Diskusijos viešoje erdvėje dažnai supainioja šiuos du dalykus. Lytiškumo ugdymas prasideda, kai vaikas yra įvardijamas kuria nors lytimi – kai kuriems tai nutinka dar vystantis mamos pilve. O kūniškumas – gan daug kūno yra nesusieta su lytimi: nepriklausomai nuo jos, mes turime beveik visus tuos pačius organus. Kai vaikas atranda savo privatumo poreikį, jį reikia gerbti. Kartais susipainiojama dėl kalbos: angliškai ir lytis, ir seksas yra „sex“. Bet kai skrendate į užsienį ir pildote grafą „your sex“, turbūt nerašote „geras“, „retas“, „nuobodus“, rašote „vyras“ arba „moteris“. Suprantame, kad čia klausia lyties, o ne sekso. Taip ir „sexuality education“ lietuviškai išvertus yra „lytiškumo ugdymas“. Lytiškumo ugdymas – tai integruotas mokymas apie pažintinius, emocinius, socialinius, tarpasmeninius ir fizinius lytiškumo aspektus, siekiant suteikti vaikams ir jaunuoliams informaciją, įgūdžius ir pozityvias vertybes, kad galėtų sukurti visaverčius santykius, rūpintis savo ir kitų žmonių lytine sveikata ir gerove. Vaikui labai svarbu gauti žinias, susijusias su savo lytimi ir kūnu, įgyti įgūdžius, kaip juo rūpintis, išsiugdyti vertybes ir nuostatas dėl savo ir kito kūno. Pirmą žinutę vaikui apie jo paties kūną yra mūsų santykis. Yra žmonių, kuriems kai kurie kūniški dalykai kelia nerimą. Jeigu mama bara savo dvimetę dukrą, kad valgydama sausainius ji turės didelį pilvą ir bus negraži – tai yra tiesioginis vėlesnių problemų programavimas, gal jai bus sunku priimti besikeičiančią išvaizdą bręstant, o gal nėštumas ir didelis pilvas kels sumišusius jausmus. Vaikui duodame pirmą žinią vos tik sužinome jo lytį. Ar tai, ką mes matome, kaip liečiame, ką suprantame, yra mums priimtina, malonu, gražu, patrauklu, ar yra taisytina nuo pirmųjų sekundžių? Dviejų dienų kūdikį močiutės apžiūrės atidžia akimi, ar nėra kur kokios dėmės, apgamo – ko nors nekokybiško. Užtat ir sakau, kad niekada nėra per anksti pradėti vaikui formuoti žinojimą, kad kūnas – visos jo dalys – yra svarbios, reikalingos, gerbtinos. Nėra šlykščių dalių. Kas pasakė, kad ausis yra patraukliau nei vagina? Mūsų kultūroje lyties organai kartais siejami su nuodėme, negrožiu, nešvara. Daugybė ritualų, kurie yra atėję iš senovės, susiję su higiena, kai buvo žymiai mažiau galimybių palaikyti kūno švarą. Bet iš kur dabar eina toks šleikštulio aspektas? – Už žodžių yra daug nuostatų. Lietuvių kalboje man jų trūksta: jie arba medicininiai, kurie buityje stringa, arba labai infantilūs, kurie stringa kita prasme. Taip, kalbėdama su visai maža mergaite dar galiu pasakyti, kad tai yra putytė. Bet kai jai eina aštunti metai... tada rinktis vaginą? – Galite pasakyti, kad moksliniai terminai yra du: makštis ir vagina. Kuris tau atrodo patraukliau? Mažiems vaikams būna periodas, kai jie išmoksta naują žodį ir jį kartoja – užpakalis, putytė, kakutis. Jei jus tas žodis trikdo, pagalvokite, ar jį pakeitus kokia rankyte irgi norėtumėte reguliuoti vaiko elgesį? Reikėtų tiesiog nekreipti dėmesio – praeis. – Anksčiau ar vėliau ateina laikas kalbėtis apie tai, iš kur atsiranda vaikai. Iš pradžių užtenka atsakymo – „iš meilės“. Vėliau tokio atsakymo nebeužtenka. Kokius žodžius rinktis rekomenduotumėte tada?

– Yra tam tikri principai: neatsakyti vaikui daugiau, negu jis klausia, ir atsakyti trumpai. Neskubėkite su mažais vaikais atsiversti knygu, įsijungti kompiuterių ir rodyti filmų. Vaikui tai – labai svarbi ir gausi informacija, jam reikia laiko ją suvokti. Po stadijos, kai tinka pirmas atsakymas – iš meilės – ateis antras: kaip iš meilės? Keturmečiui galima pasakyti – nes mamytė ir tėtukas vienas kitą myli, ir tada mamytės pilve pradeda augti vaikelis. Niekada nėra per anksti pradėti vaikui formuoti žinojimą, kad kūnas – visos jo dalys – yra svarbios, reikalingos, gerbtinos. Nėra šlykščių dalių. Gal po dviejų savaičių, po mėnesio, o gal po dviejų dienų vaikas, apmąstęs šią nepaprastos svarbos informaciją, išnirs ir tęs tą pokalbį, lyg jis

baigėsi ką tik – o kaip pilvelyje? Tada jau galite pasakyti, kad jie labai stipriai susiglaudžia, ir taip pilvelyje pradeda augti kūdikėlis. Vėliau gal klaus kaip nuo susiglaudimo?, gal pabandys pats su kuo nors labai stipriai susiglausti. Tada ateis su dar konkretesniu – o kaip tam pilvelyje ir iš kur?, jūs sakysite – žinai, kad berniukai ir mergaitės skiriasi: berniukai turi pimpaliuką, mergaitės putytę. Ir kai labai stipriai susiglaudžia, tada ir susilieja pimpaliukas su putyte. Čia informacijos – jau dviem mėnesiams mąstymo. Jeigu 6–7 metų vaikas jūsų pirmą kartą paklaus, iš kur atsiranda vaikai, galite atsiversti knygą. Ne anatomicinį atlasą su visais organais, ne save kaip anatomicinį objektą – pirmos knygos turėtų būti gana konkrečiais piešiniais. Senais laikais buvo išleista puiki knyga „Iš kur aš atsiradau?“ – ji labai paprasta, konkreti ir aiški. Ir dabar yra tokių knygų ar filmukų. Svarbu nepradėti kikenti, neišsigąsti, nepasakyti oi, aš turiu pagalvoti. Lygiai kaip vaikas paklaustų, iš kur galvoje atsiranda utėlės. Vaiko smalsumas yra labai natūralus: mažiukai kalba apie bambą, liečia mamos krūtis. Jeigu nepradedame patys rodyti savo nepasitenkinimo, gėdinti ir mušti per nagus fu, negalima pimpaliuko liesti, negalima liesti mamytės, vaikai labai natūraliai kalba apie savo ir kitų kūnus ir turi labai daug smalsumo.

– O kaip parodyti ribas? Kad vaikas viešumoje neimtų mamos čiupinėti taip, kaip jai atrodo nepriimtina?  
– Jau ir dvimetis gali pradėti girdėti sąvokas asmeniška, privatu, intymu. Jeigu jūs nebenorite, kad liestų net ir ne viešoje vietoje, galite labai ramiai pasakyti – tai asmeniška, mes vienas kito privačių vietų neliečiame. Tai yra lytinio ugdymo pradžia. Net jeigu dvimetis nesuprato 9 iš 10 žodžių, iš intonacijos žinutę jis supras.

– Darželyje šešiamečiai kartais nusimauna kelnes ir rodo vienas kitam, ką ten turi. Namie – žaidžia gydytojus ar šeimą. Kaip elgtis tėvams?

– Vaikai tyrinėja, smalsauja. 2–3 metų vaikai atranda skirtumus tarp berniukų ir mergaičių. Tuomet irgi svarbu save apžiūrėti ir pačiupinėti. Jie atidžiai tyrinėja savo kūną ir domisi kitais, 5–6 metų vaikai jau žymiai daugiau žino apie socialines normas, privatumą ir gėdą, tad jų tyrinėjimas įdedamas į žaidimą. Žaisti šeimą, daktarą tokio amžiaus vaikams yra labai normalu, kažkuria prasme, privaloma, jei tai yra laisvanoriškas, panašaus amžiaus, panašių proto galių vaikų žaidimas, kuris abiem suteikia džiaugsmo, smalsumo, pasitenkinimo. Ugdymas yra paprastas: vaikas turi ir iš jūsų žodžių, ir iš veiksmų žinoti, kad jo kūnas yra gerbtinas ir vertingas. Yra pavojaus ženklai, kuriuos reikia žinoti: tai neturėtų tapti vieninteliu, kompulsiniu žaidimu. Taip pat – jeigu tokiam žaidime vaikai skiriasi amžiumi, vyresnis įtraukia mažesnį į seksualizuotą žaidimą, naudoja seksualizuotus veiksmus ar kalbą smurtui išreikšti. Vaikas, kuris smurtauja, pats yra kažkur susidūręs, patyręs, matęs dalykus, kurie nepriklauso vaikystei – nes jis žino, kad seksas gali būti naudojamas prievartai, bausmei, ir nežino, kur dėtis su šia trauma. Tai – jau rimta ir spręstina neatidėliotinai, gali reikėti kreiptis į specialias institucijas. Žaidimui nereikalingas nuogumas – svarbu simbolis, fantazija. Jeigu vaikas žaidžia gaisrininką, nereikia tikros gaisrinės atvaryti į namus – vaikas turi galėti susikonstruoti gaisrinę iš bet ko. Kodėl nepaprastai svarbu žaidimas ir jį reikia leisti ir skatinti? Žaidime – tariamoje realybėje – susilieja vaiko žinios apie pasaulį ir gebėjimas simbolizuoti. Vaikas paverčia bet ką bet kuo. Ir jam nereikia nuogumo, kad jis galėtų žaisti gydytoją ar šeimą. Nuogumo jam reikia tyrinėjant, kaip atrodo kito lyties organai. Aš, aptikusi taip žaidžiančius vaikus, pasiūlyčiau toliau žaisti apsimovus kelnes. – O jeigu septynmetis vaikas neklausia, bet iš žaidimų su broliu, mama mato, kad tarpusavyje jie apie tai kalba, ar reikėtų išprovokuoti pasišnekėjimą?

– Vaiko seksualumo raidoje apie 6–7 metus yra latentinis periodas, kai vaiko seksualumas pasidaro slaptas. Visa seksualumui skirta energija yra sublimuota ir nukreipta į kitas pozityvias veiklas. Neatsitiktinai vaikai tuo metu pradeda eiti į mokyklą. Septynmečiai ieško ir matuojasi savo lyties modelius, kas tai yra būti vyru ar moterimi. Tarkim, darželyje geriausi draugai mergaitei buvo Žygimantas ir Jonas, o štai pirmoje klasėje jie yra neegzistuojantys. Kaip ir berniukams – mergaitės. Kažkuria prasme, seksualumas pasidaro slaptas, jo nėra, vaikai apie jį tarsi nežino. Bet tai prasimuša kikenimuose, piešinukuose, miegamojo juokeliuose. Kol prasideda ankstyvasis brendimas – apie devintus metus jie apsidairo ir pamato, kad klasėje yra berniukų ir mergaičių. Tuomet girdime apie romantiškus įsimylėjimus ir draugystes, pirmus nusivylimus, kad žaidė su kitu.

– Mama bijo, kad jos vaikas gali nukentėti nuo seksualinio smurto, jei jos nebus šalia. Ar galima iš anksto pamokyti vaiką, kaip elgtis pavojingose situacijose, kaip jas atpažinti?

– Pirmiausia vaiką turime išmokyti, kad jis apie bet kokius sunkumus, nemalonumus ar keistumus pasakytų suaugusiam žmogui – mamai, tėčiui, o jei jų nėra – auklėtojams ar mokytojams. Svarbu suvokti, kad ikimokyklinukas pats nebus pajėgus apsiginti – prevencija čia nepagelbės: priekabiautojai žino, kaip sugundyti, suvilioti ar išgąsdinti vaikus. Bet vaikas turėtų atpažinti, kad tam tikras elgesys nėra tinkamas. Ugdytas yra paprastas: vaikas turi ir iš jūsų žodžių, ir iš veiksnių žinoti, kad jo kūnas yra gerbtinas ir vertingas. Yra intymios vietos, kurių niekas, išskyrus mamą, tėtį ir gydytoją mamos priežiūroje, negali liesti. Niekas: nei draugai, nei broliai, nei seserys, nei dėdės, nei tetos, nei močiutės ar seneliai. Ir kai vaikui ateina metas, kai rengdamasis jis ir mamai sako nususuk, ji tą ir turėtų padaryti. Kai vaikas atranda savo privatumo poreikį, jį reikia gerbti. Jeigu vaikas labai aktyviai neigtų savo lytiškumą ir garsiai sakytų noriu būti mergaitė, noriu rožinio sijonėlio, aš visų pirma žiūrėčiau, kokios žinutės transliuojamos šeimoje, ką jam reiškia būti mergaite ar berniuku. Kaune yra „Saugaus vaiko centras“, kurie sukūrė labai vykusį žaidimą „Saugus kelias namo“. Kolegės apgalvojo įvairias pavojingas situacijas: meti kauliuką, keliauji ir susiduri, pavyzdžiui, su nepažįstamu žmogumi parke, kuris pakviečia pažiūrėti šuniuko. Arba: į tavo klasę atėjo nepažįstama moteris ir pasakė, kad tavo mama yra ligoninėje ir tau reikia skubiai su ja važiuoti. Ką darysi? Tai – temos pokalbiui su vaiku. Mes nesuprognozuosime visų pavojų, bet galime pasikalbėti su savo vaiku.

– Kaip paaiškinti vaikui, kodėl žmonės blogai elgiasi. Kodėl vagia? Kodėl plėšikauja? – Nėra vieno atsakymo ir nebūtina žinoti, kodėl žmonės vagia. Gal tie žmonės užauginti be vidinių ribų. Gal jie kažkokiu būdu nesuprato, kad taip įskaudina kitus žmones? Kai kas tikrai pavagia iš nevilties ir skurdo. Galite nebūti visažiniai ir pasakyti paprastai – aš nežinau. Svarbu yra aiškiai įvardinti, kad nesvarbu dėl kokių priežasčių, toks elgesys yra netinkamas. /Trys berniukai žaidžia paplūdimyje – Jei vaiko elgesyje ar pasakymuose atsiskleidžia, kad jam patinka tos pačios lyties vaikai? Arba kad berniukas nori rengtis mergaitiškai? Kaip reaguoti ir priimti, jei tai nelengva?

– Kalbame apie lyties tapatumo raidą, kuri baigiasi arba tapatumo konsolidacija, arba sumaištimi. Apie ketvirtus metus, kai atranda didesnį pasaulį, negu jis ir mama, vaikas pirmą kartą nesąmoningai, bet renkasi lytį – į ką užaugti. Tarp 4 iki 7 metų pradeda skirtis žaidimai, interesai, atsiranda aiškios lyties: berniukai prisiima tėvo, mergaitės – mamos vaidmenį. Jeigu šitame periode vaikas labai aktyviai neigtų savo lytiškumą ir garsiai sakytų noriu būti mergaitė, noriu rožinio sijonėlio, aš visų pirma žiūrėčiau, kokios žinutės transliuojamos šeimoje, ką jam reiškia būti mergaite ar berniuku. Kai paauglystėje pradeda busti lytis tikrąja žodžio prasme, bunda instinktas, seksualumas, žmogus atranda, kas jį lytiškai sujaudina. Jei paaugliai pajaučia trauką savai lyčiai, kai kuriuos tai labai išgąsdina. Dažnai tai dar nėra lyties orientacija – čia daug eksperimentavimo, pasipriešinimo tėvams, bandymų, protesto. Gerai, jei jie randa pagalbą pereiti per šią sumaištį. Nėra kažkokio standarto kaip reaguoti, tačiau tėvams svarbu suprasti, kad tai nelengvas laikas jų vaikams, ir tuomet atsirasi tinkami žodžiai ir veiksmai.

– Tikėtina, kad mergaitė yra būsima mama, o berniukas yra būsimas tėvas. Kada ir ką apie tai turėtų sužinoti mergaitė ir ką turėtų sužinoti berniukas?

– Kalbėti turėtų tie, kurie turi artimus santykius su vaiku. Paprastai, kasdienybėje – einate su mergaite į drabužių parduotuvę, paklausiate, ar dar tau nereikia liemenėlės? Yra proga pasakyti žinai, ir daugiau tokių keistų dalykų išties tau tampa moterimi: menstruacijos, įklotai. Jeigu kalbate su dukra, ir sūnus lenda apie ką jūs čia?, jam labai svarbu pasakyti, kad kalbama apie moteriškus dalykus, nes sesė kažkada bus mama, jai svarbu žinoti, kaip moteris užauga. Ir tau svarbu žinoti, mes ir su tavimi pasikalbėsime, kuo skiriasi mergaitės ir berniukai. Kai bus proga pasakyti berniukui apie menstruacijas, svarbu pasakyti ir apie jo poliucijas. Galima pasiimti knygą. Kviestis, kad į mokyklą ateitų gydytojai ir paaiškintų paprastais žodžiais.