Думи за родителите
и преподавателите

Тази книга за сексуално образование е предназначена за децата в предпубертетна възраст, тоест между 9 и 11 години.

Тъй като тя е част от трилогия, заедно с „Моето сексуално образование. За деца до 6 години“ и „Моето сексуално образование. За деца от 6 до 9 години“, е добре да бъде разглеждана едва след прочитането на първите две части. Например въпросите за физиологичното развитие на момчетата и момичетата не са основно застъпени тук. Те са само споменати, когато се говори за сексуалното пробуждане през пубертета. В тази трета част се обсъжда по-подробно сексуалността като комуникация и източник на удоволствие, докато въпросът за сексуалността като начин за възпроизвеждане е подробно обяснен в „Моето сексуално образование. За деца от 6 до 9 години“.

Темите, които са разгледани и в трите книги, са представени по различен начин, съобразен с възрастта и нивото на психосексуалното развитие на детето. На него му трябва време да осмисли информацията от предишните книги, преди да се заеме с третата част.

За да помогна на подрастващите да приемат идеята за предстоящите големи промени, както във физическо, така и в емоционално отношение, за да ги предразположа да се чувстват по-спокойни и по-уверени по време на своето сексуално съзряване, както и за да отговоря на множеството им въпроси, свързани със сексуалността, реших да застъпя по позитивен начин следните теми:

− Сексуалните роли и стереотипи (Първа глава).

− Предпубертетът и пубертетът, физиологични и психологически промени (Втора глава).

– Сексуалността като комуникация и източник на удоволствие (Трета глава).

− Сексуалната отговорност (Четвърта глава).

Тъй като исках да заинтригувам подрастващите, включих в книгата упражнения, които да ги приканят да участват активно в тази образователна инициатива.

Съвсем съзнателно само бегло засегнах темата за опасните и нездравословни аспекти на сексуалността. Убедена съм, че подрас­т­ващият ще разпознае много по-лесно какво е лошо и неприемливо за него/нея, ако преди това е научен/а какво е здравословно, добро и приемливо. Все пак, ако вие решите, че искате да задълбочите темата за превенцията на сексуалните злоупотреби, ви съветвам да прочетете и книгата ми „Имаш право да кажеш НЕ“.

Що се отнася до интернет, не се колебайте да говорите с децата си за всичко опасно, на което могат да попаднат дори без да са го търсили съзнателно: порнография, сексуални хищници, хиперсексуализиран образ на женското тяло и т.н. Вярвам, че децата ще са подготвени как да реагират адекватно, когато попаднат на опасна и нездравословна информация, ако преди това вече са научени, че сексуалността трябва да зачита правото на всеки на интимност и да представя в уважителна светлина и двата пола.

Когато търсим начин как да подкрепяме детето си по пътя на съзряването и на осъзнаването на сексуалността, най-важното е какви думи използваме, как говорим за сексуалността и в каква светлина я представяме – нека винаги е в позитивен аспект и с уважение. Освен това е важен и примерът, който даваме самите ние като зрели личности – как ние преживяваме и изразяваме себе си като мъж или жена.

Понеже сексуалността е уникална, както е уникален всеки човек, подхождам към сексуалното образование само като насърчаване и напътствие. Единствено на конкретния човек принадлежи правото да открие своята сексуалност и да се разгърне във и чрез нея, естествено, уважавайки както себе си, така и другите.

Ако думите ми са насърчили подрастващите да направят дори и една крачка в тази посока, значи съм постигнала основната си цел.