

Pedagogizacja rodziców miesiąc listopad

## MASTURBACJA DZIECIĘCA

Samodzielna regulacja emocji na początku przysparza dzieciom wiele trudności, jednak wraz z wiekiem, znajdują one coraz więcej możliwości, aby sobie pomóc.

Fakt, że dziecko próbuje regulować swoje napięcie, nie musi świadczyć o tym, że jego rodzice popełniają jakiś błąd, lub w rodzinie kryje się jakiś problem, to raczej sposób, w jaki dziecko usiłuje poradzić sobie z trudnymi emocjami (a czasami także z intensywnie przeżywaną radością), oraz element ustawicznego poszukiwania równowagi między bliskością a autonomią. Do innych przyczyn można zaliczyć moment intensywnego rozwoju dziecka, jakieś wyzwanie, które stanęło na jego drodze, niedawne zmiany w życiu, poszukiwanie coraz to nowszych narzędzi, bo te, które zna, przestały wystarczać...

Każde takie zachowanie możemy traktować jako sygnał, że dziecko próbuje samo – najlepiej, jak potrafi – uporać się z daną trudnością a my, jako dorośli, powinniśmy starać się je w tym delikatnie wesprzeć.

**WSPIERANIE JEST DUŻO SKUTECZNIEJSZE, NIŻ WYSIŁKI, KTÓRE ZMIERZAJĄ WPROST DO LIKWIDACJI OKREŚLONEGO ZACHOWANIA.**

Sposoby rozładowywania napięcia, stosowane przez dzieci w różnych momentach:

- ssanie palców
- wkładanie różnych przedmiotów do buzi
- kołysanie się
- płacz
- śmiech
- krzyk
- piszczenie
- tupanie
- uderzanie czegoś/ kogoś
- gryzienie
- szczypanie
- tiki
- obgryzanie paznokci/ ubrania
- sikanie w majtki
- uciekanie, bieganie
- dotykanie swoich części intymnych, masturbacja

W/w strategii radzenia sobie z trudnymi emocjami często nie są miłe i wyglądają brzydko, stąd mogą być odbierane jako dowód porażki wychowawczej – bo przecież obgryzione paznokcie osoby postronne mogą postrzegać jako pewne zaniedbania ze strony rodziców.

Dorosłym trudno patrzeć na takie zachowania przez kamerę „to jest jakaś strategia”. Zazwyczaj widzą coś złego, coś, co trzeba natychmiast usunąć np. niesmacznym lakierem do paznokci. Skupiamy się na przyszłych skutkach owych zachowań – krzywe zęby, brzydkie paznokcie itp. A co najgorsze – dokładamy swoje napięcie do tego napięcia, które już w dziecku jest.

Z punktu widzenia dziecka, problematyczne zachowanie jest często najlepiej znanym mu sposobem radzenia sobie z emocjami. Ono samo – bez informacji zwrotnej – nierzadko orientuje się, że jego zachowanie jest niemile widziane, przysparza kłopotów. Czuje dyskomfort mając obgryzione paznokcie, mokrą bieliznę, dostrzega brak zgody kolegów na to, by być gryzionym, popychanym. Z drugiej strony mamy nacisk rodziców. Nie dość, że dziecko źle się czuje, to w momencie próby ukojenia emocji, spotyka je brak akceptacji, wyrzuty, kary. Kiedy dorośli koncentrują się na samym zachowaniu dziecka, uykają im rzeczywiste potrzeby, stojące właśnie za nim. A im bardziej dziecko zdenerwowane oraz czujące zdenerwowanie i irytację dorosłych, tym bardziej potrzebuje sobie w jakiś sposób poradzić. Docieramy tak do błędnego koła.

## EMOCJE RODZICA

Dla rodziców, jednym z całkowicie naturalnych, lecz niezmiernie kłopotliwych, sposobem regulacji napięcia ich dzieci jest ostatni z wymienionych wcześniej strategii, czyli dotykanie swoich części intymnych, masturbacja.

Niezależnie od przyczyn masturbacji, warto przyrzeć się swoim własnym postawom dotyczącym zachowania dziecka: co w nim jest takiego trudnego, dlaczego budzi takie emocje, dlaczego nam przeszkadza, dlaczego zależy nam na tym, aby tego nie rozbiło, co dzieje się w nas, kiedy widzimy masturbujące się, lub eksplorujące swoje ciało dziecko, w jaki sposób reagujemy na komentarze dotyczące seksualności. Jakie mamy wspomnienia z dzieciństwa dotyczące tej sfery życia, jak postrzegali ją ważni dla nas dorośli, czy my w ogóle akceptujemy seksualność własnego dziecka. Z tym tematem wiąże się wiele trudnych historii związanych z własnym doświadczeniem z okresu dzieciństwa, kiedy to dziecięca masturbacja spotkała się z negatywnym odbiorem, co skutkowało trudnościami z akceptacją własnego ciała i swojej seksualności, higieną, dotykiem się w miejscach intymnych nie tylko w związku z masturbacją, ale w ogóle, komunikowaniem potrzeb w kontakcie z partnerem/partnerką, wzięciem odpowiedzialności za własną seksualność. Ludzie, którzy spotkali się z krytyką wobec masturbacji, zmagają się również z poczuciem wstydu, winy, strachem dotyczącym własnej seksualności.

## NIEPOKOJE RODZICA

- czy to jest normalne?
- czy inne dzieci tak robią?

- czy to, że dziecko tak robi, świadczy o jakimś zaburzeniu lub problemie rozwojowym?
- czy dane zachowanie może świadczyć o tym, że dziecku dzieje się krzywda?
- czy trzeba coś z tym zrobić?
- czy trzeba skonsultować się ze specjalistą, z jakim?
- gdzie szukać wsparcia?

### JAK WSPIERAĆ DZIECKO W NAPIĘCIU?

Po pierwsze, dobrze jest uczynić poszukiwanie przyczyn. Często to właśnie tu znajduje się odpowiedź.

- O co chodzi?
- O co próbujesz zadbać, kiedy robisz to, co robisz?
- Co stoi za Twoim zachowaniem, emocjami, słowami?
- Z czym Ci trudno, z czym próbujesz sobie poradzić?
- Jak ja mogę Cię w tym wesprzeć?
- Co mogę zrobić, żeby Ci z tego napięcia odjąć a nie dodać?

### MOJE DZIECKO SIĘ MASTURBUJE

Masturbacja jest zachowaniem naturalnym i występuje u dużej grupy dzieci, nie prowadzi do żadnych konsekwencji zdrowotnych, bądź psychologicznych a służy jedynie poznaniu i rozumieniu własnego ciała, uczy zaspokajania przyjemności. Brakuje naukowych podstaw, potwierdzających jej szkodliwość, wpływ na późniejsze preferencje seksualne oraz jakość życia seksualnego. Dzieci nie stają się rozerotyzowane. Natomiast zakazywanie masturbacji, piętnowanie i straszenie przez dorosłych, może mieć wpływ na rozwój seksualny dziecka. Zdarza się, że podejmowanie tej aktywności zaspokaja inne potrzeby, dlatego w takich przypadkach sugerowana jest konsultacja ze specjalistą.

### DLACZEGO DZIECI SIĘ MASTURBUJĄ?

Podejmowanie tej aktywności sprawia im przyjemność i to jest główny powód. Ale są też inne, np.:

- zaspokajanie ciekawości,
- poznanie własnego ciała, zrozumienie jak ono działa i wygląda,
- rozładowanie napięcia,
- zajęcie, kiedy jest nudno,
- radzenie sobie z różnymi trudnymi emocjami i doświadczeniami
- dostarczanie sobie stymulacji dotykowej

Dzieci poznają swoje ciała, eksplorują swoje twarze, ręce, nogi, narządy płciowe, są ciekawe wyglądu części ciała, których nie da się bezpośrednio zobaczyć, dlatego sprawdzają to przez dotyk. To jeden z początkowych przejawów kontaktu z własną cielesnością i seksualnością –

poznawanie i ciekawość oraz miłe doznania.

Z obserwacji wynika, że dziecko może przeżywać pobudzenie, ma przyspieszony oddech, zaczerwienienie na twarzy i ciele, sprawia wrażenie, jakby „odpływało”, czasem po prostu się kiwa, lub dziwnie podskakuje.

## CO MOŻE POMÓC?

- okazywanie wsparcia poprzez przytulenie, masaż, inne kojące emocje czynności
- czasem podanie informacji, że jest to czynność intymna (nie zajmujemy się nią w miejscach publicznych)
  - uwzględnijmy przy tym wiek dziecka, który pozwoli ją przyjąć, zrozumieć i zastosować się do niej
  - warto, aby zaproponowane odosobnienie nie było rodzajem kary, lub sposobem na izolację dziecka od rodzica.

## KIEDY DZIECKO SIĘ MASTURBUJE – CO JESZCZE WARTO WIEDZIEĆ?

- Czasem jest zapoczątkowana przez infekcję, swędzenie i dyskomfort w obrębie okolic intymnych (zadbanie o zdrowie nie musi spowodować, że dziecko nagle zrezygnuje z przyjemności, którą odkryło).
- Raczej nie ma możliwości, żeby dziecko zrobiło sobie krzywdę gołymi rękami, ale warto zwrócić uwagę na wszelkie pomysły używania różnych przedmiotów do stymulacji
- sprawdzić, czy dziecko nie ma niedoboru bodźców - jeśli tak, przyjrzeć się integracji sensorycznej
- tłumaczenie dziecku w domu, że ma czegoś nie robić w przedszkolu jest nieskuteczne i generuje większe napięcie

W obszarze seksualności częstą postawą jest nieufność, tymczasem dzieci potrzebują zaufania do wzrastania i rozwoju zaufania rodziców do ich intencji a także do ich kompetencji w dziedzinie troszczenia się o swoje potrzeby i rozwoju.

Opracowanie w oparciu:

- „O dziecku w napięciu” Anita Janeczek- Romanowska (www.bycbliżej.pl)
- „Dziecko z bliska. Zbuduj dobrą relację” wyd. Mamania 2019, wyd. II rozszerzone, Agnieszka Stein
- „Nowe wychowanie seksualne. Ciało, emocje. Umysł. Dorastanie do dobrych relacji z sobą i z innymi”. wyd. Mamania 2018, Agnieszka Stein

Opracowała: Beata Łagodzińska