



COLACUL DE SALVARE

adolescenti pe valuri

Vrem sa putem vorbi cu parintii nostri despre ... sexualitate



Daca vrei cu adevarat sa vorbești cu parintii tai despre acest subiect, incepi prin a citi impreuna cu ei cele ce urmeaza. Parintii trebuie sa fie alaturi de copii lor si atunci când incep să-si pună întrebări despre sexualitate. Sunt pregătiți s-o facă? Cum să înceapă? Ce să spună? Adolescenții au nevoie să discute cu cei apropiați, în care au încredere. Parintii trebuie să fie pregătiți să îi ajute.

"Am un prieten. Nu știu cum să mă port cu el. Am mare nevoie de ajutor de la cineva de încredere. Ce bine ar fi să pot vorbi cu mama!"

Unii părinți acceptă discuția, chiar dacă simt că nu știu tot ceea ce ar trebui să știe. În acest fel copiii vor avea curaj să le vorbească mai deschis.

Alții ar discuta, dar... începutul este greu: "Ar trebui să stau de vorbă cu copilul meu, dar mă simt stânjenit."

Să lăsăm rusinea la o parte! Sa nu se dea raspunsuri de felul: "Esti prea mic! Am să-ti spun despre asta după ce vei crește."

"Lasă prostiile, tu acum ai de învățat".

A vorbi cu adolescenții despre sex nu înseamnă nici a discuta numai despre aspectul sexual, nici a-l încuraja. Înseamnă să vorbim despre: luarea deciziilor,

valori, modele, responsabilitate și consecințe, comunicare.

Pe de o parte sunt adulții care le interzic începerea vieții sexuale, mai ales fetelor. De cealaltă parte sunt colegii și prietenii, care glumesc pe seama celor care recunosc că nu și-au început viața sexuală.

Cum îi pot ajuta pe tineri parintii în asemenea situații? În primul rând să înțeleagă că la pubertate nu apar doar schimbări fizice, ci și de comportament. Cu toate că adolescenții sunt pregătiți din punct de vedere fizic pentru a-si începe viața sexuală, e bine să fie pregătiți să se gândească și la consecințele începerii vieții sexuale.

Unii dintre ei pot gândi așa: "El a spus că nu vrea să mă culc cu el, mă va părăsi. Am fost împreună de câteva ori dar tot m-a părăsit".

"Am crezut că sunt îndrăgostit de-adevăratele de ea și că relația fizică va face dragostea dintre noi și mai puternică. Acum, că totul s-a sfârșit, îmi dau seama că nu o iubeam pe prietena mea, tot ce vroiam era să fac dragoste."

"Mă simteam ca ultima fecioară de pe pământ. Eram convinsă că toată lumea o face. Acum simt că am pierdut o parte din mine, pe care nu o voi mai putea câștiga înapoi."

"M-am gândit că dacă voi face dragoste voi deveni bărbat adevărat. Că, dacă mă voi purta ca un adult, voi deveni matur." În aceste situații adolescenții au nevoie de ambii părinți.

Parintii sunt cei care trebuie să îi ajute să își găsească principiile după care se vor călăuzi în viață. Să îi invite cum să ia cele mai bune hotărâri în viața sexuală.

Pentru aceasta va trebui să le vorbească despre respectarea valorilor personale și a telurilor lor în viață.

Să le spună că relațiile adevărate înseamnă apropiere sufletească și grija pentru celălalt. Înseamnă tandrețe, înseamnă

respect de sine. Deciziile în viața sexuală nu ar trebui luate în funcție de ceea ce fac alții.

Ele se iau în funcție de ceea ce simte fiecare, fără a-i face rău celui alt. Dragostea și dorința nu sunt același lucru.

Mass-media îi bombardează pe adolescenți cu imagini erotice. Nu-i de mirare că mulți au falsă impresie că activitatea sexuală este totul în viață.

Parintii trebuie să le spună că relația intimă nu este singurul mod de a-ti împărtăși dragostea. Ii poți arăta iubirea tot atât de bine printr-un sărut sau o îmbrățișare.

Trebuie depășită de la început ideea că relația sexuală e singura grijă a adolescenților sau că ideile lor se referă doar la actul fizic. Să fim conștienți (parinți și copii) că preocuparea față de relația sexuală este normală la această vârstă și că a te gândi la sex nu înseamnă începerea vieții sexuale.

Să vorbim cu adolescenții despre viața sexuală este important: le creem un punct de vedere realist și sănătos despre relația fizică, le spunem despre ceea ce familia crede că este important în viață le dezvoltăm capacitatea de a face față presiunilor ce pot apărea, le dăm informații exacte despre riscurile activității sexuale, încurajăm cinstea și încrederea reciprocă, le spunem că viața sexuală înseamnă încredere în sine și nu vinovăție.

Ei au nevoie de înțelegerea, ajutorul, valorile morale și experiența parinților, pentru a fi capabili să ia decizii înțelepte referitoare la sexualitate.

Redactia