

Spis treści

1. Młodość: burza i napór	3
2. Uwaga! Nastolatek dojrzewa	5
3. Wielki smutek młodych ludzi	8
4. Perfekcyjni rodzice i ich dzieci	10
5. Wychowanie	15
6. Co było w szkole	17
7. Miłość w czasach liceum	19
8. Marzeniem wszystko się zaczyna	21
9. Nie ma sklepów z przyjaciółmi	27
10. Przed ekranem	30
11. Dzieci presji	32
12. Mamo, tato, to jest seks?	37
13. Chłopiec czy chłopczyca?	41
14. Smartfon zmienia emocje	45

© by Forum Media Polska Sp. z o.o., Poznań 2022

ISBN 978-83-260-4165-5

Łamanie: **IGRAM** Wojciech Niedzielski

Wydawca: Forum Media Polska Sp. z o.o.

ul. Polska 13, 60-595 Poznań

bok@forum-media.pl

tel. 61 66 55 800, fax 61 66 55 888

Art. nr 86007

Z badań amerykańskich wynika, że kobiety i mężczyźni marzą z jednakową częstotliwością. Natomiast w treści marzeń znajdują odzwierciedlenie stereotypy kulturowe dotyczące obu płci: kobiety częściej uwzględniają w swoich marzeniach stosunki międzyludzkie, ciało i wygląd zewnętrzny, natomiast mężczyźni – aktywność fizyczną, seksualną, czyny bohaterskie oraz problemy natury technicznej.

Stwierdzono także, że dorośli najczęściej marzeniom oddają się wieczorem, a podczas dnia w chwilach, gdy pozbawieni są aktywności motorycznej i werbalnej. Bardzo rzadko natomiast marzą rano.

NIE BÓJ SIĘ SWOICH MARZEŃ

Skojarzenia

Co ci przypomina wybrany element marzenia? Co przychodzi ci do głowy, kiedy myślisz o tym elemencie marzenia? Pozwól, by twoja wyobraźnia uwolniła się, pozwól wędrować swojej myśli, pozwól pojawić się nieskończonej liczbie skojarzeń w twojej głowie, a nawet głośno je wypowiadaj.

Jeżeli to zrobisz – coś się pojawi: wspomnienie, pomysł, uczucie, idea, słowem: element potrzebny do rozwiązania układanki, problemu.

Dowolne opisywanie

Wypisz ciąg świadomych reakcji wobec swego marzenia. Możesz zacząć w dowolnym momencie marzenia i pisać, co ci przyjdzie do głowy; nie cenzuruj, nie wycinaj, doświadcz wolności, pisząc na papierze, zanotuj wszystko, co myślisz i czujesz. Jeżeli marzenie „urywa się”, pisz: „mam zastój, mam zastój” dotąd, aż pojawi się nowe skojarzenie, wtedy pisz znowu.

Możesz także wypisać na kartce papieru każdy element marzenia, a potem ciąg skojarzeń z nim. Porównaj, co napisałeś o każdym z elementów, poszukuj podobieństw, zachowaj te opisy i wracaj do nich. Za parę dni lub tygodni może znajdziesz coś, co pominąłeś za pierwszym razem.

Wyobrażenia

Wyobrażenia to obrazy lub odczucia podobne do snów. Używaj ich przed zaśnięciem, przed wejściem w marzenia senne. Zamknij oczy, niech skojarzenia krążą wokół obrazów i odczuć płynących z twojej wyobraźni, a ona niech fruwa – pozbawiona twojej świadomej kontroli, niech żyje swoim życiem, a ty pozostając w tej sferze, odnajdziesz coś ważnego dla siebie.

Dialogi

Wymyśl rozmowę między twoimi marzeniami a tobą albo między poszczególnymi elementami marzenia. Jeśli marzysz, że jedziesz autem przez las – wymyśl rozmowę między

12. Mamo, tato, to jest seks?

Dziewczyny po weekendzie łykają w szkole tabletki antykoncepcyjne po stosunku, tak jak się łyka witaminę C. Robią to, nawet jeśli są dziewicami – mówi Zbigniew Izdebski, seksuolog i doradca rodzinny.

ALEKSANDER KRÓL: – CBOS przeprowadził ostatnio sondaż dotyczący „młodocianych dziadków” – rodziców młodocianych rodziców. Okazało się, że pokolenia powielają wzorzec: niezwykle wcześnie stają się rodzicami. Czy niczego ich nie nauczono?

ZBIGNIEW IZDEBSKI: – To nie jest nowa sytuacja, że rodzice – nie tylko ci „młodociani” – nie angażują się w edukację seksualną dzieci. Tak jest od lat. Dorosłemu trudno jest rozmawiać o seksie z dzieckiem: często nie ma odpowiedniego słownictwa, nie czuje się w tym temacie swobodnie. A i dzieci często nie chcą rozmawiać z rodzicami na temat własnej seksualności. Dorośli nie są dla nich zbyt wiarygodni w tej sferze. Dla obu stron tematyka seksualności ludzkiej w pewien sposób jest niewygodna, krępująca, a przez to pomijana. Z drugiej strony, w Polsce od lat niezmiennie istnieje silne przyzwolenie społeczne, by w szkołach fachowo uczyć wychowania seksualnego. Opowiada się za tym niemal 92 procent Polaków! Z racji moich doświadczeń zawodowych nie mam zbyt wielkich oczekiwań co do roli, jaką mogą odegrać rodzice w wychowaniu seksualnym. Oczekuję od nich raczej, by konsekwentnie wymagali od szkoły prowadzenia rzetelnej edukacji seksualnej. Ona powinna towarzyszyć młodemu człowiekowi od szkoły podstawowej, poprzez gimnazjum, aż do szkoły ponadgimnazjalnej. Tylko poprzez konsekwentną edukację seksualną możemy pozbawić seksualność taniej sensacyjności, która jej obecnie towarzyszy. Niestety, w realizacji edukacji seksualnej wciąż działamy zbyt późno, często dopiero wtedy, kiedy młodzi ludzie inicjację seksualną mają za sobą.

Czytałem o projekcie szwajcarskim, w ramach którego dzieci otrzymają modele wagin i penisów, będą się uczyć rozróżniać organy płciowe, dowiedzą się, jak płodzi się dziecko i jak wygląda poród. Czy to ma uzasadnienie?

– Dzieci coraz częściej bombardowane są treściami erotycznymi. Widzą je na billboardach, w kolorowej prasie, w telewizji, internecie. Choćby dlatego warto w ramach procesu socjalizacji przekazywać dziecku różne obszary wiedzy dotyczącej seksualności, tłumaczyć ich sens społeczny. Chodzi przecież o to, by dzieci, a potem młodzież lepiej rozumiała fenomen seksualności. Oczywiście edukacja seksualna musi być dostosowana do fazy rozwojowej dziecka.

Znajoma położna ostatnio mówiła mi o dwóch czternastolatkach w zaawansowanej ciąży, leżących na jej oddziale. Obydwie zostały zapłodnione przez tego samego kolegę. Bawiły się w „słoneczko”, zna Pan tę grę? Dziewczyny kładą się głowami do siebie, a chłopcy...

– Tak zwana gra w „słoneczko” nie jest niczym nowym, nowa jest tylko nazwa. Kiedyś młodzi ludzie mieli podobne doświadczenia seksualne. Również dokonywano wymiany partnerów seksualnych. Zdarzały się i takie sytuacje, że chłopak był sprawcą dwóch ciąż u różnych dziewcząt jednego wieczoru. Oczywiście to były – i są dzisiaj – przypadki incy-