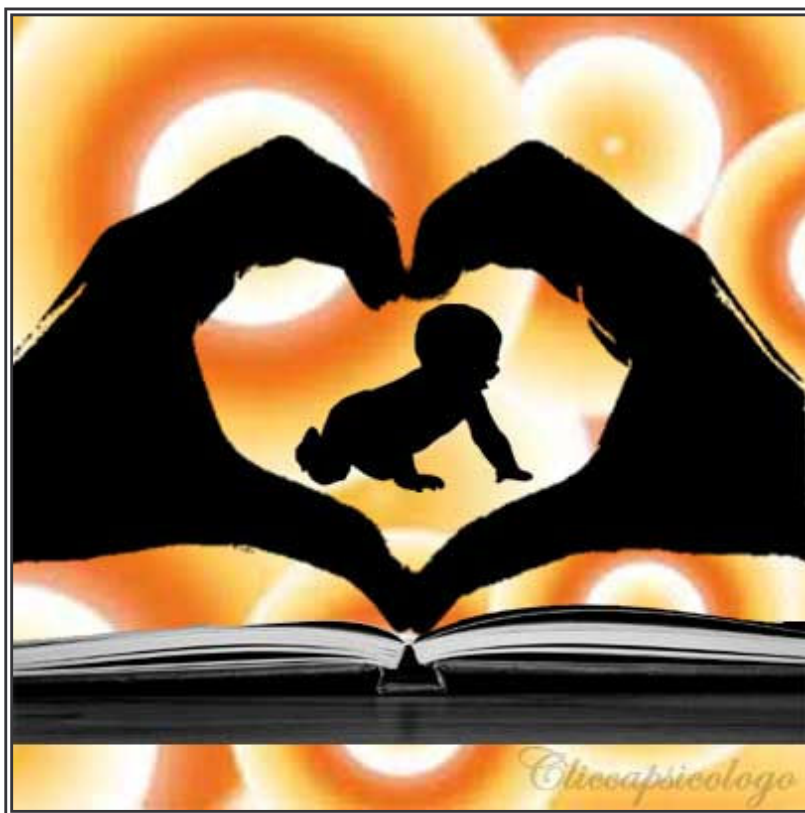


TRA CAVOLI E CICOGNE

Perché? Chi? Quando? Come?

Rondissone - 2 ottobre 2015



Dr.ssa Paola Abrate - Psicoterapeuta, Sessuologa clinica

Dr.ssa Tiziana Dellamula - Psicoterapeuta

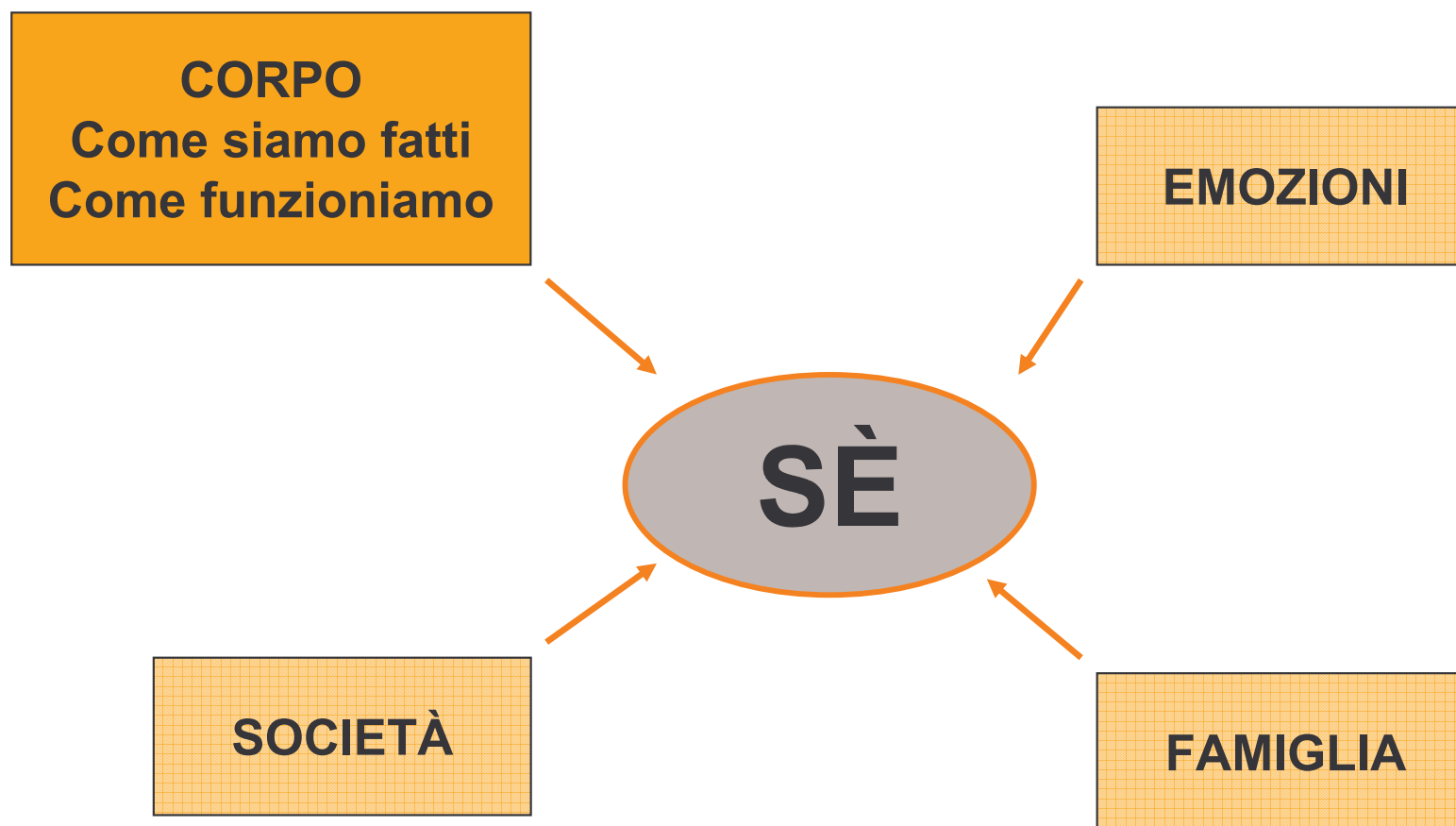


I TEMI DELLA SERATA

1. **Perché** educare i nostri figli alla sessualità
2. **Chi** deve occuparsi di educare i nostri figli alla sessualità
3. **Quando** si può iniziare a parlare di sessualità con i nostri figli
4. **Come** affrontare il tema
5. **Adolescenza** e sessualità
6. Spazio alle vostre **domande**
7. ...e ai vostri **feedback**



IDENTITA PERSONALE E SVILUPPO DEL BAMBINO



STIMOLI SESSUALI DA TV. RETE. SOCIAL NETWORK

MODELLO DI SESSUALITÀ "FAST-FOOD"



**PROPORRE IN ALTERNATIVA UN'IDEA DI SESSUALITÀ
FATTA DI CORPI, EMOZIONI, RELAZIONI, STORIA**

“Dobbiamo far nascere in loro il desiderio di una sessualità fatta di gioia, di corpi che si prendono, di emozioni, di piaceri dei sensi e di gioco, d'amore, di stupore, di doni. Dobbiamo convincerli che ne vale la pena. [...] Soltanto per qualcosa che merita, i ragazzi sono disposti ad accettare la scommessa con se stessi e con la vita” (F. Veglia e R. Pellegrini, 2003)

ATTENZIONE!

***Non pensate che parlare ad un bambino di
sessualità lo renda sessualmente precoce ...***

PREVENZIONE DEGLI ABUSI E DEI DISTURBI SESSUALI

*“Nessuno ha davvero bisogno di un libro o di un insegnante per capire quali sono i gesti e le cose del sesso. Noi umani siamo stati capaci di riprodurci per millenni senza avere a disposizione alcun libro o educatore sessuale. Non c'è bisogno dell'educazione sessuale per capire come si fa il sesso. C'è invece bisogno dell'educazione sessuale per imparare come proteggere la nostra salute in relazione ai nostri comportamenti sessuali. **I nostri bambini hanno bisogno di adulti capaci di promuovere un'educazione sessuale che li sollevi dalle loro paure ed ansie, un'educazione sessuale davvero capace di proteggerli.**”*

G.G.Abel e N.Harlow The stop child molestation book. Xlibris Corporation, 2001

IN PRIMIS TOCCA PROPRIO A NOI GENITORI...



- ✓ Indipendentemente dalla propria formazione (anche una mamma analfabeta è in grado di educare alla sessualità)
- ✓ Consapevolezza della propria sessualità

E INSIEME...

- ✓ **Gli insegnanti** (bambini e adolescenti)
 - ruolo educativo
 - gli adolescenti preferiscono confrontarsi con figure esterne
- ✓ **Gli specialisti**
 - quando qualcosa ci sfugge
 - quando qualcosa non funziona bene

- ✓ Fin dalla **nascita**
- ✓ Educazione **permanente**
- ✓ Metodo **incidentale**
 - partire dalle loro domande
 - se non fanno domande, stimolare la loro curiosità parlando tra genitori
 - eventi intorno a noi come punto di partenza per parlarne (una notizia in tv, un fatto accaduto a scuola, ecc...)

ALCUNI INCIPIT INFELICI...



“Oggi parleremo di sesso!”

“È venuta l’ora che tu sappia certe cose...”

**“Non c’è nulla di cui vergognarsi, quindi parliamo pure della tua
Sessualità”**

ALCUNE PREMESSE...

- ✓ **NO imbarazzo, vergogna, tabù → sessualità come qualcosa da evitare, blocco della comunicazione**
- ✓ **Ascolto attivo**
- ✓ **Lessico familiare ed emotivo**
- ✓ **Sincerità**
- ✓ **Non aver paura di riconoscere di non sapere qualcosa**
- ✓ **Parlarne tra genitori = dare il permesso**
- ✓ **Verificare cosa pensa/sa**
- ✓ **No a spiegazioni troppo complesse e sofisticate**
- ✓ **Condividere con il discorso → poi eventuali video**
- ✓ **Risposte adeguate secondo l'età**

DA 0 A 2 ANNI...

- ✓ **utilizziamo il tatto per aiutare il bambino a scoprire il proprio Corpo e le sensazioni piacevoli che derivano dalle coccole**
- ✓ **Educazione emotiva**

DA 3 A 6 ANNI...

- ✓ **iniziare a sottolineare le differenze tra maschi e femmine**
- ✓ **scegliere semplici spiegazioni per spiegare da dove vengono i bambini**
- ✓ **Educazione emotiva**

UN ESEMPIO... “la storia del cicetto e della cicetta

Io sono il “cicetto”, mi trovo in mezzo alle gambe dei maschi e ho una forma allungata; vicino a me, ci sono due palline dove cresceranno i semini quando sarò grande.

Io sono la “cicetta” e mi trovo in mezzo alle gambe delle femmine, ho una forma di due labbra che hanno in mezzo due buchini, uno serve a far uscire la pipì e uno i bambini quando sarò grande.

Quando un uomo e una donna si incontrano, stanno bene insieme, fanno tante belle cose, si parlano volentieri e sono felici, vuol dire che sono innamorati. Molte volte poi, loro si sposano”

Quando vanno a letto, se tutti e due lo desiderano, possono mettersi nudi e farsi tante coccole, darsi i baci e farsi le carezze. Succede che all'uomo viene il cicetto duro, così lui lo mette nella cicetta della donna e si dice che “fanno l'amore”. Dal cicetto escono i semini che vanno in un sacchettino che si trova nella pancia della donna, “dove” ogni mese cresce un ovetto. Il semino più veloce entra nell'ovetto e così comincia a crescere un bambino.

Il bambino, che è più piccolo di una capocchia di uno spillo, si attacca al sacchettino della donna e attraverso il cordone ombelicale comincia a prendere da lei dei pezzettini piccoli di cibo e delle bollicine piccole di aria. Così cresce, cresce, cresce e diventa sempre più grande.

Dentro la pancia il bambino sta bene al caldo, dà i calci e i pugni, dorme, si sveglia, ascolta la voce del papà, della mamma e anche la musica. Dopo nove mesi si sente un po' stretto dentro alla pancia, e così fa una capriola, si mette a testa in giù e comincia a spingere verso la cicetta della mamma perché vuole uscire.

La mamma si accorge che il bambino vuole uscire perché sente male alla pancia e la sua cicetta si allarga come un elastico. Allora va all'ospedale dove i dottori l'aiutano a far uscire il bambino. Quando il bambino è nato, i dottori tagliano il cordone ombelicale senza fare male al bambino, lui comincia subito a piangere perché gli entra l'aria nei polmoni.

Appena nato gli fanno il bagnetto, lo vestono e lo mettono nella culla con la coperta azzurra se è un maschio e rosa se è una femmina. Più tardi gli viene fame, allora lo portano dalla mamma che lo mette vicino alle tette, così lui succhia il latte e continua a crescere. Ogni volta che nasce un bambino, il papà, la mamma e tutti i parenti sono molto felici.

(Tratto da “Manuale di educazione sessuale – vol 2” – Fabio Veglia, 2005)



INFANZIA E PRE-ADOLESCENZA

DA 6 A 10 ANNI...

- ✓ dare informazioni sulle mestruazioni e sulle eventuali polluzioni notturne
- ✓ informarli sui prossimi cambiamenti fisici che avverranno
- ✓ farli sentire liberi di esprimere curiosità
- ✓ slatentizzazione sessuale dell'infanzia → interventi pro-attivi e regolativi
- ✓ Due note sulla masturbazione



UNA TESTIMONIANZA (V elementare)

Vorremmo farvi partecipi dell'esperienza che abbiamo condiviso assieme ai nostri compagni e alla maestra Michela. Noi, conversando con lei, abbiamo provato delle sensazioni davvero particolari e personali: **ci siamo emozionati, anche un po' agitati, ma abbiamo provato la libertà di esserci tolti dal nostro intimo dei dubbi**, perché non capivamo fino in fondo alcune espressioni della sessualità.

Abbiamo provato anche un senso di tranquillità perché sapevamo di parlare con una persona "fidata". Abbiamo anche scherzato sulle parole (anche quelle più birichine), abbiamo sentito a volte anche un leggero imbarazzo quando parlavamo del nostro corpo, del cambiamento, dell'innamoramento, di farsi le coccole e le carezze, di quale sia la differenza tra l'amicizia e l'amore, del fare l'amore, delle mestruazioni, del concepire un figlio ...

Ognuno di noi, quando si fa educazione sessuale, ha qualcosa di cui vorrebbe parlare per potersi dare una risposta, per soddisfare le sue curiosità. Ogni lezione insomma, equivale a un'emozione e a un sentimento diverso. Ogni volta ci liberiamo da un "piccolo peso", che spesso è rimasto sullo stomaco per molto tempo.

Alcune persone, anche adulte, credono che questi siano argomenti troppo difficili per noi e che sia troppo presto per discuterne. **Pensiamo di avere il diritto di parlare della sessualità per conoscere cose che ci appartengono; in famiglia a volte non troviamo il coraggio, preferiamo magari parlarne con le amiche o gli amici.**

Adesso però abbiamo capito che questo argomento complesso richiede anche di sentire la nostra voce.

"Sessualità" ci richiama alla parola "origine": siamo nati, ci siamo sviluppati, ci piace pensare che stiamo per diventare grandi.

E un po' di vergogna su certe cose, l'abbiamo messa da parte.

(Tratto da "Manuale di educazione sessuale – vol 2" – Fabio Veglia, 2005)

PREADOLESCENZA E ADOLESCENZA: DEFINIZIONI

La fase preadolescenziale precede la fase adolescenziale. È il momento che segna il passaggio dall'età in cui si è bambini a quella in cui si diventa grandi. E' caratterizzata da una crescita improvvisa del corpo sia in dimensioni che in proporzioni dovute all'improvviso rilascio di ormoni sessuali. Questi cambiamenti diverranno più evidenti nell'adolescenza dove la maturità sessuale viene ultimata.

Questo significa che sia i ragazzi sia le ragazze potrebbero già avere figli. Nella nostra società la maturità sessuale avviene prima di quella culturale e sociale.

La parola adolescenza deriva dal latino *adolescere*, che appunto vuol dire "crescere". I cambiamenti non riguardano solo il fisico ma anche aspetti psicologici, della capacità di pensare e del comportamenti



COSA CAMBIA NEL FISICO DELLE FEMMINE

Le ragazze iniziano a produrre gli ormoni sessuali all'età di 11÷12 anni, i ragazzi un po' più tardi, tra i 12 e i 13 anni.

Nelle femmine gli ormoni sessuali più abbondanti sono gli estrogeni.

Fase preadolescenziale delle femmine: gli estrogeni aumentano di volume il seno e delle secrezioni della [vagina](#); gli androgeni, sono responsabili della crescita della peluria pubica e ascellare (e anche di quei fastidiosi foruncoli che spesso rovinano il viso: l'acne). La loro comparsa precede lo sviluppo sessuale.

Durante l'adolescenza viene raggiunta la maturità sessuale e dunque la capacità di riprodursi. Nelle ragazze si ha la prima mestruazione tra i 11 e 16 (menarca), un'emissione di sangue dall'utero che si ripete tutti i mesi ed è collegata con la produzione ciclica di una cellula uovo da parte dell'ovaia, l'organo genitale femminile



COSA CAMBIA NEL FISICO DEI MASCHI

Fase preadolescenziale dei maschi: gli ormoni prodotti in maggiore quantità sono gli androgeni, che determinano l'aumento della statura e della muscolatura, l'abbassamento del timbro della voce, l'aumento del volume del **pene** e dei testicoli (le ghiandole genitali maschili) e la comparsa dell'eiaculazione, cioè l'emissione del liquido che contiene le cellule seminali maschili – gli spermatozoi – che si formano nei testicoli.



COSA CAMBIA NELLA MENTE DEGLI ADOLESCENTI

Il preadolescente difficilmente riesce a pensare in modo concreto ciò che sta avvenendo sul e nel suo corpo. Il cambiamento fisico è troppo veloce e improvviso rispetto alla sua capacità di elaborarlo

I mutamenti provocano anche diversità nel modo di percepirsi e di pensare alle persone che stanno intorno

Bisogno di segretezza e di autonomia

Il gruppo dei pari diventa un importante punto di riferimento affettivo e di confronto

Molti adolescenti attuano una sessualità agita senza aver compreso realmente le implicazioni affettive e emotive, i rischi sulla salute e gli effetti indesiderati

Spesso si trovano scottati dalla velocità con cui si può entrare e uscire da un'esperienza di coppia e impreparati al rischio di abbandono



PERCHÉ PARLARE DI SESSO CON GLI ADOLESCENTI

I genitori che non parlano della sessualità con gli adolescenti possono far correre loro dei rischi per il fatto che lasciano che si procurino da soli le conoscenze e le informazioni utili, restando in balia anche di possibili informazioni errate. Gli adolescenti hanno bisogno di avere una buona educazione sessuale per poter vivere una sessualità serena

Qualche volta noi non sappiamo che cosa realmente i nostri figli adolescenti pensano rispetto al sesso, quali sono i loro atteggiamenti o in che modo cresceranno. Spesso loro stessi non sanno ancora bene cosa credono di sapere

Prevenzione da forme di comportamento sessuale deviante



TEEN-PORN (consumo di pornografia in età precoce: alcuni dati

Le parole SESSO E PORNO sono nella lista delle prime 5 liste di parole più cercate nei motori di ricerca dai minorenni di tutto il mondo
Da molte ricerche risulta che:

1 minore su tre ha visto pornografia intenzionalmente

7 su 10 vi sono imbattuti occasionalmente senza averla cercata

Salendo in età si scopre che 9 maschi su 10 e 1 giovane donna su tre riferiscono di usare la pornografia regolarmente

I maschi che guardano pornografia regolarmente fra i 12 e 17 anni hanno un debutto sessuale più precoce basato sull'agito

La pornografia se intercetta da un lato una curiosità naturale dell'adolescente sulla sessualità dall'altra rappresenta un trauma vero e proprio



TEEN-PORN (consumo di pornografia in età precoce: alcuni dati

Per chi è giovane visionare grandi quantità di materiale vietato ai minori in una fase in cui si generano modelli e attitudini aspettative e fantasie relative alla sessualità può portare a credere che la visione della pornografia e dei rapporti solo agiti sia quella più corretta

La pornografia può generare dipendenza perché intercetta uno stato biologico in atto in ogni ragazzo, permette di raggiungere alti livelli di eccitazione che portano a cercare compulsivamente materiali sempre più forti



Nel 2014 i dati ufficiali per l'Italia forniti dalla polizia postale rivelano che sono circa 300 le denunce di vittime di adescamento on line

L'adescatore entra solitamente in contatto con la vittima attraverso social network, chat room che permettono di sviluppare buona intimità e privacy tra i due interlocutori

L'adulto utilizza informazioni che il minore mette a disposizione sul suo profilo Facebook per costruire una relazione stretta

Il web offre la possibilità di sviluppare relazioni interessanti e eccitanti apparentemente senza complicazioni e rischi nella vita reale

L'adescamento on line ha molte caratteristiche comuni con l'abuso sessuale dei minori

I nativi digitali si trovano spesso confusi, iper stimolati e curiosi ma quasi sempre gli adulti di riferimento sono latitanti perché non hanno fornito chiare informazioni su come gestire a pieno i contatti on line

COME DOBBIAMO AGIRE PER UNA COMUNICAZIONE EFFICACE

- 1) prepararsi alla sessualità del figlio come parte di un viaggio verso la maturità
- 2) Riconoscete il fatto che il porsi domande e lo sperimentare con i comportamenti sono una componente del diventare indipendenti
- 3) Chiarite bene il vostro punto di vista personale, ma siate disposti ad ascoltare il loro punto di vista. Gli adolescenti che sentono di avere il vostro sostegno diventano più capaci di affrontare la pressione delle relazioni sessuali quando diventano adulti.
- 4) Evidenziare la componente relazionale della sessualità che è una componente molto importante della relazione tra due persone
- 6) Non preoccupatevi di fare chiarezza:
Alcuni genitori hanno paura che dare informazioni agli adolescenti possa essere visto come dire che il sesso va bene, ma le informazioni corrette non sono pericolose



PARLARE DI SESSO CON GLI ADOLESCENTI

I genitori dovranno intercettare quello che man mano i figli portano a livello emotivo e esperienziale, mantenendo attivo il dialogo.

Come scrivono Veglia e Pellegrini: “ se vogliamo parlare con i figli adolescenti di sesso dobbiamo avere in mente qualcosa di bello che ancora ci appassiona.”



COME DOBBIAMO AGIRE PER UNA COMUNICAZIONE EFFICACE

NON E' TANTO CIO' CHE I GENITORI FANNO, QUANTO CIO' CHE I GENITORI SONO, CIO' CHE GUARDANO GLI ADOLESCENTI

Uno dei principali ostacoli nell'educazione sessuale è il fatto che i genitori cercano di far pensare e provare ai propri figli le stesse cose che pensano e provano loro.

Una delle cose migliori che potete fare è accertarvi che vostro figlio o figlia riceva informazioni precise, chiare ed oneste

Se non sapete rispondere dite che vi informerete o aiutateli a trovare la risposta



E INFINE...

SPAZIO ALLE VOSTRE DOMANDE



TRA CAVOLI E CICOGNE - Bibliografia

INFANZIA

V. Facchini, Piselli e farfalline, son più belli i maschi o le bambine?, Ed. Fatastrac
R. Giommi, M. Perotta, Programma di educazione sessuale, I vol. 3 – 6 anni, Mondadori, Milano 1992
Una storia grande come noi – vol. 1 – a partire dai 5/6 anni, Editrice Monti, Varese, 2000,
Pellai, Un bambino è come un re”, Franco Angeli, 2001

SCUOLA PRIMARIA

R. Giommi, M. Perotta, Programma di educazione sessuale, II vol. 7 - 10 anni, Mondadori, Milano 1992
G. Del Re, G. Bazzo, Educazione sessuale e relazionale-affettiva, Erickson, 1998
L. Magni, R. Lucani, I nati ieri e quelle cose lì, Carthusia Ed., Milano, 1991
A. Pellai, Le parole non dette, Franco Angeli
Una storia grande come noi – vol. 2 – a partire dai 9/10 anni, Editrice Monti, Varese, 2000,
A. Pellai, Mamma, cos'è l'amore? L'amore e la sessualità spiegati ai nostri figli, F. Angeli
A. Pellai, B. Calaba, Col cavolo la cicogna, Erickson
R Harris e M Emberly, E ora parliamo di sesso, Edizioni EL
La Repubblica (a cura di), L'albero della vita. Corso di informazione sessuale per bambini. DVD

SCUOLA SECONDARIA

R. Giommi, M. Perotta, Guida all'educazione sessuale, Ed. Juvenilia s.r.l., Milano 1994
F. Veglia, R. Pellegrini, C'era una volta la prima volta, Erikson
A. Pellai, Questa casa non è un albergo, Adolescenti: istruzioni per l'uso, Ed. Kowalski
Zep, Hélène Bruller, "Tutto quello che non hai mai osato chiedere..." Guida di educazione sessuale con fumetti di Titeuf - libro per ragazzi dai 10 anni in su, Mondadori
A. Pellai, E ora basta!, Kowalski
A. Graziottin, F. Goffi, Educazione sessuale. Tutto quello che dovete sapere se avete un figlio adolescente, Giunti
A. Pellai, Il primo bacio – Ed Kowalski
A. Pellai, Baciare, fare, dire. Cose che ai maschi nessuno dice – Ed. Feltrinelli
A. Pellai, Tutto troppo presto. L'educazione sessuale dei nostri figli nell'era di internet – Ed De Agostini
A. Pellai, B. Tamborini. Lasciatemi crescere in pace! Ed. Erickson

www.sceglitu.it

Sito informativo della Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia

www.sicurinrete.it

Consigli e risorse utili per un utilizzo consapevole e sicuro delle nuove tecnologie.

<http://www.sicurinrete.it/wp-content/uploads/2011/09/Prevenzione-Pellai.pdf>

Documento ricco di consigli pratici sulla prevenzione della pedo-pornografica rivolto a genitori ed insegnanti



GRAZIE PER L'ATTENZIONE!

Speriamo di esservi state d'aiuto almeno un po' a chiarirvi qualche dubbio.

Troverete le slide della serata pubblicate sul sito www.cliccapsicologo.it e www.larondinina.it nei prossimi giorni

