

SAMUZADOVOLJEVANJE PRI PREDŠOLSKEM OTROKU

Okolje, v katerem otrok živi, je pomemben vir spoznanj in znanja, ki ga otrok pridobiva – tudi na področju spolne vzgoje. Otrok z opazovanjem življenja okoli sebe spoznava razlike med spoloma, načine izkazovanja ljubezni med odraslimi, sliši pogovore o ljubezni ... Učenje o spolnosti je tako enako pomembno kot učenje o ostalih področjih življenja. Otroci morajo vedeti in čutiti, da so njihovi spolni organi enako pomembni kot npr. njihove roke ali noge. Vsak mora biti ponosen, da je punčka ali fantek. Otroke je potrebno naučiti, da pogovor o spolnosti in občutkih ni »tabu« tema.

Otrok se že rodi kot spolno bitje, to ne »postane« šele s spolnim zorenjem. Že od rojstva raziskuje svoje telo in njegovo delovanje. Samozadovoljevanje se najpogosteje začne v obdobju **navajanja otroka na kahlico**. Do takrat so namreč genitalije običajno skrite v plenički, potem pa začne otrok ta del telesa vse bolj spoznavati. Stopnjevanje samozadovoljevanja se kaže **med tretjim in petim letom**. Po petem letu se večina otrok že nauči, da se samozadovoljuje le v intimnih prostorih.

Samozadovoljevanje je torej povsem normalno, običajno in neškodljivo zdravju ter ga slej kot prej odkrije vsak otrok. Pomembno pa je, da se starši zavedate, da se otroci samozadovoljujejo, ker jim to nudi ugodje in ob tem NE razmišljajo o spolnosti, pač pa je namenjeno užitku, sproščanju napetosti (npr. vznemirjenja, razburjenja...) ter raziskovanju.

KAKO RAVNATI, ČE SE VAŠ OTROK SAMUZADOVOLJUJE

Starši se morate zavedati, da vaše **neustrezne in neprimerne reakcije lahko vodijo do resnih škodljivih posledic za otrokov čustveni razvoj**. Če bodo vaši odzivi na otrokovo dejavnost v obliki šoka, jeze, sramovanja, bo otrok od vas dobil sporočilo, da je spolnost nekaj umazanega, grdega in grešnega. To pa lahko izkrivi otrokov čustveni razvoj - opremi ga z občutki krivde in sramu, kar vodi v spolno zavrtost. Na ta način pogosto starši lastno spolno zavrtost prenašajo na otroke, saj gre za njihove občutke sramu in krivde, ki jih vsilijo otroku ob povsem naravnem in zdravem početju.

- **Dopustite otroku zasebnost:** Pretirana pozornost in opazovanje otroka med samozadovoljevanjem ali celo »lovljenje« otroka pri tej dejavnosti pomeni vdiranje v njegovo zasebnost. Po drugi strani pa daje spolni aktivnosti pretirano pomembno vlogo. Samozadovoljevanje za otroka ne pomeni neustrezno vedenje, kar lahko vodi do tega, da začne to početi kjerkoli. Starši v takšnem primeru otroku pojasnite, da njegovo početje ni napačno, vendar pa tega ne počnemo kjerkoli (kot tudi ne lulamo kjerkoli), pač pa obstajajo za to bolj primerni zasebni kraji (npr. spalnica, kopalnica). Nekateri otroci ne bodo razumeli pomen zasebnega kraja, zato je prav, da mu razložite, da je to kraj, kjer je sam. Okrog šestega leta otroci že razumejo, da se lahko samozadovoljujejo, ko so sami.
- **Brez prepovedi, kaznovanja ali ustrahovanja:** S prepovedjo ne boste dosegli nič oziroma ravno nasprotno. Ponavadi se želja po tistem, kar je prepovedano, še poveča. Starši ne smete stremeti k temu, da se samozadovoljevanje pri otroku ukine. Otroci ne smejo biti kaznovani zaradi tega. Prav tako so nedopustni tudi miti o tem, da bodo dobili izpuščaje, mozolje in bradavice, da bodo zaradi tega oslepeali, da se jim bo del telesa posušil ali da se jim bo zmešalo, saj otroku dajejo

napačne informacije o njegovem telesu, občutkih, željah in spolnosti. Kot že omenjeno lahko takšne informacije otroku v odrasli dobi povzročijo, da se sramujejo svojega telesa, svojih spolnih potreb in imajo težave pri normalnem navezovanju stikov. Tega pa si ne želi noben starš za svojega otroka.

- **Ignorirajte:** Otrokovemu igranju s spolovili ne posvečajte veliko pozornosti, saj bo otrok na ta način s tem sčasoma prenehal. Z leti, ga bodo zanimale druge stvari, zato bo igro s spolovilom opustil ali pa jo bo ponovil le včasih. Če želite, da se otrok manj samozadovoljuje, potem ga poskušajte nežno preusmeriti k drugim dejavnostim. Pomembno pa je, da ignorirate samozadovoljevanje med spanjem in ne hodite ves čas preverjat, kaj otrok počne, saj ima pravico do svoje zasebnosti.
- **Več crkljanja:** Z več božanja in crkljanja, se nekateri otroci manj pogosto samozadovoljujejo.



- **Pogovor z vzgojiteljem/vzgojiteljico:** Najboljše je, da se z vzgojiteljem/vzgojiteljico dogovorite, da v takih trenutkih otroka poskušajo zamotiti z drugimi, zanimivimi dejavnostmi ali nalogami. Pomembno je namreč, da enako reagirate na otrokov pojav samozadovoljevanja. Priporočljivo je tudi, da skupaj razmišljate o možnih vzrokih za ta pojav, sploh kadar gre za sum prenapetosti, stresa ali zlorabe pri otroku.
- **Preverite zdravstveno stanje otroka:** Včasih je dotikanje genitalij lahko tudi posledica infekcije rodil ali sečil, zato preverite, ali je videti znake vnetja, izpuščaje, oziroma če morda otroka ti organi pečejo ali srbijo. Takrat je seveda potrebno obiskati zdravnika.

RDEČI ALARM: Če opazite, da se otrok zelo pogosto samozadovoljuje, morda celo do te mere, da začne resno **motiti njegovo normalno življenje, igro ali druženje z vrstniki**, poskušajte najprej ugotoviti, v kakšni čustveni stiski je naš otrok, saj mu to početje navadno služi za sproščanje napetosti, mu nudi uteho in ga pomirja. V primeru, da s pogovorom tega ne zmorete ugotoviti in **samozadovoljevanje postane stalnica** pri otroku, če nikakor **ne uspete preprečiti samozadovoljevanja na javnih mestih**, ali če na podlagi drugih znakov posumite, da je **mogoča spolna zloraba**, saj se tudi zlorabljeni otroci pogosteje samozadovoljujejo, je nujno potrebno poiskati **strokovno pomoč razvojnega psihologa ali pedopsihiatra**.

Še enkrat – samozadovoljevanje v predšolskem otroku je nekaj povsem normalnega, običajnega in ni povezano s spolnostjo v odraslosti. Starši morate biti otroku tudi tu dostopni v vseh pogledih ter mu zagotavljati varnost in ne grožnjo. Tako boste lahko skupaj z otrokom uspešno prekrmarili skozi obdobje spolnega dozorevanja. Pa srečno! ☺

Pripravila: svetovalna delavka Sergeja Hudolin, univ. dipl. psih.