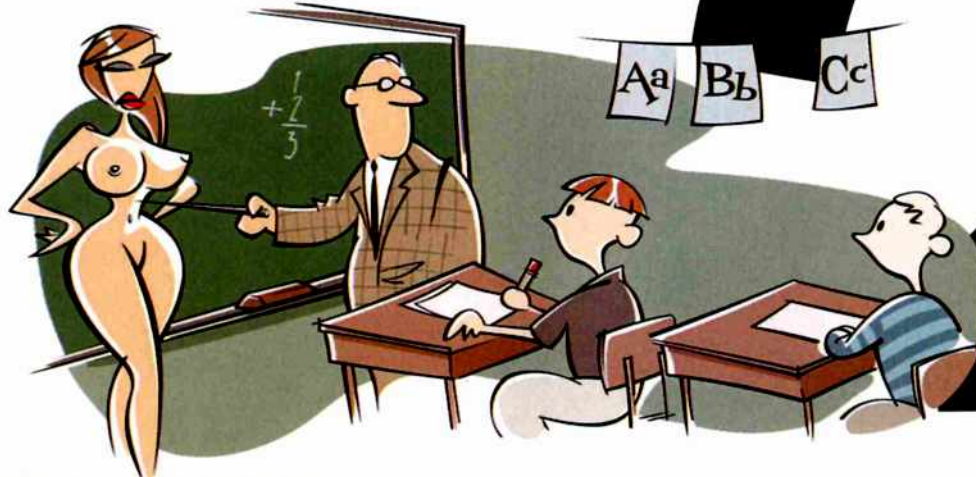


BAMBINO ▶ EDUCAZIONE

Secondo la Società italiana di ginecologia e ostetricia solo un adolescente su quattro riceve una buona "formazione" sessuale. Come correre ai ripari



sessò come parlarne

Privi di informazioni chiare sul sesso consapevole e sicuro, ragazzi e ragazze si "auto-educano" attraverso internet, la tv, gli amici o la pornografia, ricorrono a metodi contraccettivi fai-da-te o non se ne preoccupano affatto. Lo confermano i sondaggi: in Italia una ragazza su tre non usa protezioni perché gli anticoncezionali non sono a portata di mano o il partner non vuole. Il 45% delle teenager decide da sola il mezzo contraccettivo o si consulta con le amiche; quasi nessuna si rivolge al ginecologo o ai genitori. E i maschi? L'educazione sessuale è giudicata dal 50% una perdita di tempo e 6 su 10 ritengono che evitare di avere un figlio sia cosa da donne. Per la Società italiana di andrologia, i ragazzi si preoccupano più di cose futili, come le dimensioni dei genitali o la durata del rapporto, che di problemi reali, come protezione dalle malattie o le gravidanze indesiderate.

Fondamentale dire ai bambini la verità

Una regola da seguire quando si parla con i propri figli è dire sempre la verità. Fin dalla più tenera età, no alle immagini di api, cavoli e cicogne: i bambini nascono da un uomo e da una donna e tale verità va detta in modo chiaro, adattando i dettagli all'età e al carattere del bimbo.

■ Metafore e immagini fiabesche possono creare confusione e, se inculcate da piccoli, sono difficili da estirpare.

giocare d'anticipo

A prescindere dall'età, l'educazione sessuale deve essere puntuale e personale: puntuale perché i genitori devono "giocare d'anticipo", cioè cominciare ad affrontare il discorso con i figli quando questi sono ancora piccoli, senza aspettare che si riempiano la testa di idee bizzarre o pericolose; personale perché ogni genitore conosce la sensibilità del proprio bambino e sa qual è l'approccio giusto per evitare reazioni sbagliate (vergogna, paura, irritazione, chiusura).

Bocciati anche mamma e papà

Gli esperti concordano: certe inibizioni sono gli effetti (devastanti) di una mancata, o scorretta, educazione sessuale, che va iniziata fin da piccoli e in famiglia. Educazione non è solo informazione: i ragazzi ricevono miliardi di dati e notizie ogni giorno, dagli amici, dalla scuola, dai mass media e spesso non sanno distinguere le indicazioni giuste da quelle sbagliate.

■ A questo serve l'educazione, che ha il compito, attraverso le parole e l'esperienza dei genitori, di filtrare le idee e i valori da perseguire dalle convinzioni sbagliate e fuorvianti.

■ Purtroppo le mamme e i papà italiani si dimostrano altrettanto impreparati e imbarazzati nei confronti dell'argomento sesso: solo il 40% delle madri delle ragazze nate dal 1985 in poi parla di contraccezione con le proprie figlie.

La pillola del giorno dopo è "salita" del 60%

La disinformazione e la mancanza di riferimenti chiari e sicuri comportano rischi importanti, come l'aumento delle gravidanze indesiderate e degli aborti o il dilagare delle malattie sessualmente trasmissibili, prima fra tutte l'Aids.

■ Nel 2006 in Italia vi sono state quasi 10 mila gravidanze nelle minorenni e più di 4 mila aborti (in forte aumento negli ultimi anni, soprattutto tra le under 14). La clamidia, seria malattia sessuale, è cresciuta negli ultimi 10 anni da sei a dieci volte a seconda delle regioni.

■ Non solo: in sette anni il consumo delle pillole del giorno dopo è aumentato del 60%, a riprova del fatto che questo metodo non è considerato un rimedio d'emergenza, ma un contraccettivo di routine.

■ Idee confuse sui ruoli e sulle reciproche responsabilità e una mancata trasmissione di valori fondamentali, come il rispetto delle volontà altrui, sono anche all'origine di fenomeni sociali come violenze e abusi, perpetrati da chi non conosce altro modo di relazionarsi affettivamente e fisicamente con l'altro sesso.

Il piccolo si tocca? Niente panico

L'esplorazione dei genitali è un comportamento comune nei primi anni di vita e innocuo, non condiziona lo sviluppo psicofisico del bambino. Deriva dalla sana curiosità che i bambini sviluppano verso ogni parte del corpo, in particolare quelle che sporgono o rientrano. Per questo i piccoli si toccano di continuo orecchie o capelli, o si mettono il dito in bocca.

■ Alcune bambine sperimentano persino una sorta di "masturbazione infantile", cioè si strusciano contro il divano o sfregano giochi e bambole contro le proprie parti intime.

■ In queste situazioni non bisogna arrabbiarsi, sgridare il piccolo o spaventarlo (si sentirebbe in colpa e interpreterebbe quello che sta facendo come qualcosa di sbagliato), ma nemmeno far finta di nulla.

■ Spesso toccarsi è un modo per riempire un vuoto, attirare l'attenzione o far passare la noia: basta coinvolgerlo in altre attività che lo distraggano (leggere, disegnare, fare una torta eccetera).

0-5 anni

LA DIFFERENZA TRA MASCHI E FEMMINE

Molti pensano che non abbia senso parlare di educazione sessuale prima dei 5 anni, l'età delle prime domande e dei primi dubbi. In realtà, la scoperta della sessualità avviene prima: fin da piccolissimi i bambini osservano ed esplorano i genitali e già a 2-3 anni realizzano che non sono fatti tutti uguali. È il momento di cominciare a costruire solide basi di un rapporto fatto di complicità, fiducia e comunicazione sincera sulla sessualità. Senza addentrarsi in discorsi tecnici, il concetto da far passare è la diversità fisica tra uomo e donna.

Il linguaggio giusto

Il linguaggio deve essere conforme alla tenera età: si può dire che le bambine sono fatte come la mamma e i maschietti come il papà, utilizzando termini familiari e rassicuranti, come "patatina" o "fiorellino" per indicare l'organo femminile e "pisellino" per quello maschile.

■ La spiegazione deve avvenire nell'unico modo che i bambini piccoli sono in grado di capire e a cui sono interessati: la narrazione. Non bisogna spiegare, ma raccontare il corpo della mamma e del papà. Se l'argomento crea troppo imbarazzo, può essere utile parlare in terza persona: è più facile dire "quando mamma e papà...", piuttosto che "quando io e papà...".



La risposta alla faticosa domanda

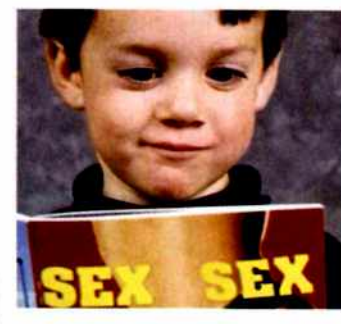
Prima di spegnere la quinta candelina, i bambini hanno già capito a quale genere appartengono, hanno cioè acquisito la loro identità sessuale, che si manifesta, solitamente, nel tentativo di imitare il genitore di riferimento (la mamma per le bimbe e il papà per i maschietti).

È possibile, tuttavia, che il bambino attraversi una fase di sperimentazione del genere opposto, per esempio un maschio può giocare con i pentolini e una femminuccia con le macchinine: questo non deve preoccupare, perché non è segnale di deviazione sessuale, ma una condizione naturale di passaggio.

■ È a quest'età che di solito viene posta la faticosa domanda: "Come nascono i bambini?". Si può rispondere semplicemente che i bimbi nascono dall'amore di un uomo e di una donna che congiungono tutte le parti del loro corpo in un unico grande abbraccio.

■ Limitiamoci a rispondere alle sue domande senza aggiungere altre informazioni non richieste, che potrebbero confonderlo. Se la sua curiosità si spinge oltre, il bimbo va assecondato mantenendo una semplicità di linguaggio e un approccio narrativo.

■ Nel caso in cui le domande si facciano attendere, aspettiamo. Non c'è motivo, a un'età così precoce, di "forzare" l'argomento.



dare risposte serie, chiare e verosimili rientra nei doveri dei genitori

BAMBINO ► EDUCAZIONE

LE COSE DA FARE...

1 Partire da tre principi fondamentali: rispetto, senso di responsabilità e uguaglianza tra uomo e donna, anche nel sesso. Nessuno ha il potere di sottomettere l'altro e nessuno è obbligato ad assecondare i desideri altrui se non vuole. Bisogna sempre rispettare i desideri dell'altro prossimo e sapersi prendere le responsabilità delle proprie azioni.

2 Dividersi i compiti. Fino a otto anni circa, è la mamma che affronta i primi discorsi sulla sessualità. In seguito, è opportuno che intervenga anche il papà, soprattutto con i figli maschi. È più giusto che tra donne si parli di mestruazioni e tra uomini di preservativi.

3 Rispettare la sua privacy, mantenendo sempre alta l'attenzione. La masturbazione è una pratica sana, ma non deve diventare compulsiva.

... E LE COSE DA NON FARE

1 Non parlarne. L'educazione sessuale deve essere affrontata con normalità e spontaneità e non come un tabù. Le cose di cui si parla con naturalezza in casa si trattano poi con la stessa spontaneità nella vita quotidiana.

2 Mostrarsi imbarazzati. I bambini hanno la naturale tendenza a proteggere i genitori: se si accorgono che certe domande creano imbarazzo o mettono in difficoltà la mamma o il papà, non le ripeteranno in futuro.

3 Usare un linguaggio sveniente in casa. Come spiegare ai bambini che lo stesso termine usato come imprecazione in un momento di rabbia si riferisce all'organo più importante, quello che dà la vita?

6-10 anni

L'ANATOMIA NON HA PIÙ SEGRETI

Ai sei anni la capacità di osservazione e la curiosità sono al top. Le domande si trasformano in dubbi, i bambini non si accontentano più ed esigono spiegazioni. Con l'entrata alla scuola elementare cominciano i condizionamenti esterni e il bambino inizia a sentirne di tutti i colori sul sesso dagli amichetti più grandi. Il genitore non può più rimandare. Se il bambino non mostra interesse, va stimolata la sua curiosità leggendo un libro o sfruttando gli avvenimenti, come la nascita di un cucciolo e altri spunti per entrare in argomento.

Sì a termini tecnici

Gli organi genitali vengono chiamati con il loro nome scientifico e il meccanismo della riproduzione illustrato con precisione, puntando su pochi concetti-chiave: nell'incontro tra l'uomo e la donna, uniti da un forte sentimento, il seme del papà entra nell'ovulo della mamma e da questa unione si forma il bambino.

■ A questa età l'anatomia maschile e femminile non deve avere segreti: il bimbo si avvicina alla pubertà e per sviluppare un rapporto sano con la propria fisicità deve sapere com'è fatto il suo corpo e quello del sesso opposto.



Quando parlare delle mestruazioni

Il compimento della prima decade di vita è il momento ideale per cominciare a spiegare alle femminucce che cos'è il ciclo mestruale. Secondo alcuni studi, l'età del menarca (prima mestruazione) si è abbassata a 12 anni ed è bene arrivarci preparate. Molte di loro, al primo ciclo, si spaventano tanto da viverlo nei mesi e negli anni successivi con ansia.

■ La mamma deve informare la figlia senza dare troppa importanza all'evento. Durante quei giorni si può fare tutto, dal bagno allo sport. Poi non si torna più sull'argomento e si lascia che sia lei a fare domande. È dimostrato che le donne che vivono le mestruazioni come una cosa normale hanno meno dolori di quelle rassegnate o che non le accettano.



La prima volta

Se ne parla già nella preadolescenza. La precocità è assodata: a 14 anni una ragazza su sei ha già fatto l'amore. Gli adolescenti sono ormai consapevoli delle diversità tra uomo e donna, ma tendono a identificare il sesso con la sfera della corporeità, senza legami con l'universo affettivo. Invece è fondamentale che il sesso sia percepito fin da subito come parte di un mondo fatto di sentimenti. Bisogna far capire loro che il rapporto sessuale non serve solo a provare e dare piacere, ma anche a manifestare l'amore. È importante che nell'affrontare il discorso siano presenti riferimenti alla sfera emotiva. Ciò è fondamentale per non avere immagini distorte dell'eros, come quelle fornite dalla pornografia, che non lascia spazio al romanticismo.

Servizio di Roberta Camisasca.
Con la consulenza della dottoressa Emanuela Iacchia, psicologa e psicoterapeuta dell'età evolutiva a Como e a Milano e socio fondatore dell'associazione Panda onlus per la tutela della mamma e del bambino.



“superare l'imbarazzo e informare i propri figli li protegge da molti pericoli”