



Valentīndienas sarunas par seksualitāti

Publicēts: 17.02.2023.

[Sociālie pakalpojumi](#)

[Sociālie projekti](#)

[Projekts Atver sirdi Zemgale](#)



2023. gada 14. februārī, sakrītības rezultātā arī dienā, kad sabiedrībā diezgan plaši tiek atzīmēta *visu milētāju diena*, patīkamā kafejnīcas gaisotnē un veidojot sarunām drošu vidi, aicinājām uz diskusiju vecākus, kam aug bērni/jaunieši ar intelektuālās attīstības traucējumiem. Sarunas tēma – bērnu un pusaudžu seksualitāte. Uz sarunu ieradās bērnu ar vieglākiem un smagākiem attīstības un/vai veselības traucējumiem vecāki, audžuvecāki, kā arī speciālisti, kas aprūpes iestādēs ikdienā rūpējas par bērniem ar smagiem multipliem (tai skaitā garīgās) attīstības traucējumiem.



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Mūsu sabiedrībā ļoti lielai daļai vecāku runāt ar bērniem/jauniešiem par seksualitātes tēmu jau ir diezgan sarežģīti, bet ja bērnam ir attīstības un veselības traucējumi, šīs sarunas kļūst vēl grūtākas un izpratne, ko un kā darīt ir vēl mazāka. Tai pat laikā, lai šie bērni/jaunieši varētu veiksmīgi integrēties un iejāļauties sabiedrībā, tai skaitā skolā un sabiedriskajā dzīvē, ir ļoti būtiski runāt un ieaudzināt bērniem sabiedrībā pieņemamu uzvedību un skaidru izpratni, par to, ko ir pieņemts uzskatīt par publisku, ko par privātu tēmu, izpausmi vai rīcību.

Es, savā personīgajā pieredzē gan darbā, organizējot pasākumus bērniem un pieaugušajiem ar garīgās veselības problēmām, gan vienkārši atrodoties sabiedrībā, esmu saskārusies ar situācijām, kur saistībā ar seksualitātes izpausmēm ir veidojušās

konfliktsituācijas. Tāpēc šo un vairāku citu iemeslu dēļ, uzskatu, ka par seksualitātes jautājumiem ir nepieciešams runāt un diskutēt; apgūt zināšanas; apgūt veselīgas robežas un mācīt tās bērniem, lai nenodarītu pāri ne citiem, ne paši sev.

Diskusiju, 14. februārī Jelgavā, vadīja biedrības "Papardes zieds" vadītāja Iveta Ķelle un psiholoģe Inga Safina, kuras darba pieredze saistīta ar speciālās skolas audzēkņiem. Jautāju Ingai, kāpēc viņasprāt ir vajadzīgas šādas sarunas par seksualitāti.

Inga vēlējās uzsvērt, ka seksualitāte, pirmkārt, ir dabiska un neatņemama katra cilvēka un viņa dzīves daļa: "Tikšanās laikā dalībnieki dalījās pieredzē, izteica savu viedokli un pārdomas. Diskusija būtībā pieskārs virknei svarīgu akcentu seksualitātes jautājumā. Lai gan ir daudz mītu un nostabilizējušos stereotipu par seksualitāti, seksualitāte attiecas uz visiem cilvēkiem. Ārkārtīgi svarīgs seksualitātes temats ir tiem cilvēkiem, kuru funkcionēšanu ietekmē jebkāda veida invaliditāte. Pieredze rāda, ka cilvēkiem ar intelektuālās attīstības traucējumiem, seksualitāte tiek apskatīta un saistīta ar sava veida nemieru un uzskatīta kā nepiedienīga. Tomēr cilvēkiem ar intelektuālās attīstības traucējumiem ir tādas pašas vajadzības uz seksualitātes izpausmēm un intimitāti kā citiem; neskatoties uz to, ka viņiem var rasties grūtības dzīvot pilnvērtīgu seksuālo dzīvi pazeminātas pašefektivitātes dēļ, vāju seksuālās komunikācijas prasmi dēļ; kā arī var būt grūtības apgūt un iemācīties "sociāli pieņemamu" seksuālo uzvedību.

Vienīgā lieta seksualitātē, kas ir vairāk vai mazāk dabīga, ir ķermeņa attīstība un augšana. Citādi seksuālā uzvedība lielā mērā ir mācību process. Cilvēkiem ar intelektuālās attīstības traucējumiem seksualitāte nav dabīgs process, viņiem ir nepieciešams specifisks atbalsts. Runāt par seksu, ir veids kā izvairīties no problēmām, nevis tās radīt, jo seksuālā izglītība gandrīz nekad nenoved pie problemātiskas uzvedības, tieši pretēji, informācijas un zināšanu trūkums var radīt problemātisku uzvedību. Un attiecīgi, problemātisku uzvedību var risināt seksuālās izglītības ietvaros.

Viens īpaši svarīgs aspekts saistībā ar seksuālo izglītību ir tas, ka informēšana un izglītošana par ķermeni un seksualitāti, var pasargāt cilvēkus ar intelektuālās attīstības traucējumiem no vardarbības un izmantošanas. To var panākt ar mācību programmām, kas dod izpratni par ķermeni un māca jauniešus ar intelektuālās attīstības traucējumiem justies droši un nepieļaut nepiemērotus vai nevēlamus seksuālos kontaktus un/vai seksuālu izmantošanu pret sevi no citu jauniešu vai pieaugušo puses."

Dažas diskusijas dalībnieku gūtās atziņas, ar kurām viņi labprāt dalījās pēc diskusijas:

"Cik svarīgi bērnam iemācīt, kas ir publisks un kas ir privāts, un ko katrā vidē var/nevar darīt. Un, cik ir svarīgi, ka, aprūpējot bērnu, visas iesaistītās personas ievēro noteiktās robežas."

"Seksuālitāte nav tikai par seksu. Mums, speciālistiem, ir jāizglīto bērni par privātumu, jāatrod aktivitāte, interese, kas aizrauj bērnu."

"Seksuālitāte ir jautājums, kas skar ikviena ikdienu. Tas sākas jau mazotnē un tam ir visciešākā saistība ar privāto un publisko robežu ievērošanu."

"Šādas diskusijas/semināri ir ļoti būtiski un akūti nepieciešami. Kaut arī nav vienas atbildes uz visiem jautājumiem, tas rosina domāt, vērtēt un meklēt."

"Šādas diskusijas ir ļoti nepieciešamas, jo paplašina redzes loku un sniedz jaunas zināšanas. Tās liek aizdomāties un analizēt savu rīcību, tās rezultātus, un meklēt vēlamo rīcības modeli, lai atrisinātu vai novērstu problēmsituācijas."

Diskusijas vadītāja un biedrības "Papardes zieds" vadītāja Iveta Ķelle puda savas pārdomas pēc diskusijas Jelgavā: "Tikšanās ar vecākiem un speciālistiem Jelgavā vēlreiz apliecināja, cik tēma "seksualitāte" ir aktuāla un visaptveroša. Jautājumi, praktiski katrai dalībniecei, bija unikāli, tikai viņas bērnam aktuāli. Paldies par darbīgumu, drosmi jautāt, uzdrīkstēšanos!"

Protams, ka sarunas dinamiku šādā formātā nosaka grupas dalībnieku atvērtības līmenis un gatavība izvirzīt jautājumus, par ko diskutēt. Vēlreiz paldies visām diskusijas dalībniecēm par iesaisti un ieguldījumu sarunā! Un, lai mums veidojas veselīgāka un iekļaujošāka sabiedrība, kopumā!

ESF projektu "Atver sirdi Zemgalē" (projekta Nr. 9.2.2.1/15/I/001) īsteno Zemgales plānošanas reģions sadarbībā ar pašvaldībām, ar mērķi Zemgales reģionā palielināt ģimeniskai videi pietuvinātu un sabiedrībā balstītu sociālo pakalpojumu pieejamību dzīvesvietā

pieaugušajiem ar invaliditāti dēļ garīga rakstura traucējumiem, bērniem ar invaliditāti un viņu ģimenēm un bērniem ārpusģimenes aprūpē. Vairāk informācijas: <http://www.atversirdi.lv>

SIF projektu "Atbalsts ģimenēm, kuras audzina jauniešus ar intelektuālās attīstības traucējumiem, seksuālās un reprodūktīvās veselības izglītības jomā" (proj.līg.nr.: 2022.LV/GDP_NVO/1), īsteno biedrība "Papardes zieds". Vairāk informācijas: <https://papardeszieds.lv/>

Foto: I.Kalnāja

Ilva Kalnāja, projekta "Atver sirdi Zemgalē" komunikāciju

Autors: speciāliste

<https://www.zemgale.lv/lv/jaunums/valentindienas-sarunas-par-seksualitati-0>