



Spolnost u adolescenciji

Marina Nekić

- Adolescencija je vrijeme otkrića i buđenja, vrijeme kad se intelektualnom i emocionalnom sazrijevanju pridružuje tjelesni i spolni.



- Srednja dob početka puberteta - 9.5 - 10 g.
- Srednja dob početka puberteta - oko 12 do 12.5 godina



- Nadolazeća seksualnost zahtijeva prilagodbe za adolescente:
- Tjelesne promjene (hormonalne)
- Što sa seksualnom željom
- Eksperimentiranje s različitim vrstama seksualnog ponašanja
- Usklađivanje oprečnih stavova i vrijednosti (utjecaj roditelja, vršnjaka i medija)
- Integracija emocija, stavova i iskustva u vlastiti identitet koji je još uvijek u razvoju

Seksualnost u adolescenciji karakterizira i određena nesigurnost.

A gotovo sve adolescente brine pitanje – je li moj seksualni život normalan? - je li normalno ako ga nemam ili je li normalno ako ga imam?



Je li bolje ranije ili kasnije?

- **Rano sazrele djevojčice:**

- više problema u o.školi, lošije tjelesno samopoimanje, niže samopoštovanje, devijantno ponašanje, nepopularne, povučene, tjeskobne, bez samopouzdanja, manje uspješne u školi, kasnije moguć povoljniji status u grupi, samopouzdanje.

- **Rano sazreli dječaci:**

- pozitivna samoevaluacija, prednost u grupi vršnjaka, devijantna ponašanja koja se zadržavaju i u odrasloj dobi, većina ih smatra da su dobro prilagođeni ali oni sami izvješćuju o više emocionalnog stresa nego druga skupina

- **Kasno sazrele djevojčice:**

- Više problema u srednjoj školi, ignoriraju ih vršnjake, češće se druže s muškim vršnjacima, u odnosu s odraslima imaju manje problema nego r.s.d., ali su sklonije samoodbacivanju

- **Kasno sazreli dječaci:**

- Socijalna inferiornost, nisu omiljeni u društvu, negativno opće i tjelesno samopoimanje, agresivniji prema roditeljima, osjećaju se odbačenima od strane vršnjaka, ponekad su nametljivi i provokativni ali isto tako neki mogu prednjačiti u postignućima kako školskim tako i profesionalnim



Zašto nam je to važno znati?

- Važno da se upozna s rizicima rane spolne aktivnosti i ove ranog tj. kasnog sazrijevanja djevojaka i mladića. **Pušenje kao najjači prediktor ulaska u spolne odnose za rane adolescente**
- Depresivni simptomi
- Rizično ponašanje (konzumiranje opijata, **cigareta**, alkohola, poremećaji hranjenja, ranije upuštanje u spolne odnose)
- Žrtve vršnjačkog nasilja (kasno sazreli mladići)
- ...nepripremljenost na tjelesne promjene - balans socioemocionalnih zahtjeva
- Npr. rano sazrela djevojčica može privući starije mladiće (stariji mladić, veća vjerojatnost rane spolne inicijacije)



...a još sve to otežava i nezreli CŽS

- Mozak adolescenata je još uvijek nedovršen proizvod.
- Ranije se mislilo da se do treće godine glavnina umrežavanja završi te da se do 10.-12. god, mozak u potpunosti razvije.
- Velike funkcije koje su u odrasloj dobi baš u onim područjima koje je mozak adolescenata još uvijek nedovršen proizvod:
 - **Čeoni režanj:** samokontrola, prosuđivanje, emocionalna regulacija – do kraja adolescencije
 - **Corpus callosum:** inteligencija, savjesnost, svjesnost – sazrijeva u dvadesetim
 - **Temporalni režanj:** emocionalna zrelost – razvija se i nakon 16.god.
- ...i zato su adolescenti često impulzivni i donose neudane odluke, nemarni su i/ili doživljavaju emocionalne tobogane



- Postoji jasan konsenzus o tome što rizično spolno ponašanje tinejdžera (maloljetnička trudnoća, spolno prenosive bolesti, seksualno nasilje, emocionalne poteškoće zbog preranog ulaska u seksualne odnose i sl.)
- Samo reci NE!
- Samo reci NE sada!
- Ako ne možeš čekati, zaštititi se!
- Ne pitaj! Ne govori! - ignoriranje adolescentne seksualnosti.



- Međutim, konsenzus uopće ne postoji kada je riječ o zdravom seksualnom ponašanju mladih.
- Većinom se raspravlja o tome koji su oblici seksualnog ponašanja odgovarajući, a da se pritom ignorira složenost dimenzija spolnosti.



- Primani cilj spolnog odgoja je promocija spolnog zdravlja.
- Pomoći mladima da razviju pozitivan stav prema vlastitoj spolnosti, ali i mogućnosti za razvijanje vještina za donošenje odluka i prihvaćanje odgovornosti.





- Seksualnost je važan dio svih nas i uključuje mnoge aspekte, poput:

- Spola i roda
- Seksualnog identiteta
- Seksualne orijentacije
- Erotike
- Emocionalne privrženosti i ljubavi
- Reprodukcije
- Zdravlja
- Spolno prenosive bolesti
- Nasilja itd.



Seksualna inicijacija ili prvo spolno iskustvo

- Ključan događaj u adolescentskom razvoju :
- ... može utjecati na buduće spolno ponašanje, a ponekad i na druga područja života.
- ...daje nam uvid u kulturalni kontekst u kojem mladi žive.
 - ...npr...shvaćanje tih kontekstualnih aspekata, tj. stupanj u kojem ih je mlada osoba internalizirala može utjecati na kronološku dob seksualne inicijacije kao i na značaj tog iskustva za mladu osobu.



- Seksualno ponašanje adolescenata često je motivirano očekivanjima o prihvatljivom spolnom ponašanju i uz to vezanom željom za prihvaćanjem od strane vršnjaka, a ne stvarnom seksualnom željom.
- Seks se obično doživljava kao **zgoditak ili uspjeh** kod dječaka, dok je za adolescentice seks najvažniji način postizanja **privrženosti, nježnosti i intimnosti**.
- Premda imaju jednaku količinu anksioznosti vezano za prvi snošaj, **djevojke obično brinu oko toga rade li pravu stvar**, a **mladići brinu oko toga da li stvar rade na pravi način**.



○ Neki mogući razlozi ulaska u seksualni odnos:

- ❖ potvrđivanje maskuliniteti i femininiteti,
- ❖ uzbuđenje
- ❖ znatiželja
- ❖ zaljubljenost
- ❖ zamjena za emocionalnu bliskost,
- ❖ u inat roditeljima,
- ❖ izgraditi samopoštovanje,
- ❖ osvetiti se,
- ❖ riješiti se ljutnje,
- ❖ dosada,
- ❖ osigurati vjernost partnera...



- **Djevojke** su sklonije, nego mladići, iskustvu prvog spolnog odnosa u kontekstu ozbiljne veze, a kao razlog za stupanje u prvi spolni odnos najčešće navode emocionalnu bliskost.

- S druge strane, **mladićima** prvi spolni odnos često predstavlja prazničku avanturu ili avanturu za noć, odnosno mladići više ulaze u kontekst prve veze.

Do kraja srednje škole oko polovina djevojaka i oko 60% mladića će biti seksualno aktivna

Znatiželja, uzbuđenje, pritisak vršnjaka

- Općenito gledajući, u prosjeku **mladići** i **djevojke** ulaze u prvi spolni odnos s oko 17/18 godina.



- Većina mladih na prvi seksualni odnos pristaje dobrovoljno, međutim, neki govore o tome da je čak 15% adolescenata imalo prvo neželjeno seksualno iskustvo.

To su pretežno djevojke koje su bile silovane ili su na odnos pristale pod utjecajem alkohola, droge ili nagovora/pritiska skupine vršnjaka.



- Na preranu seksualnu inicijaciju (prije 15.) utječu:
- Rano tjelesno sazrijevanje
- Loša obiteljska dinamika
- Niska obrazovna aspiracija
- Nereligioznost
- Slabiji školski uspjeh
- Konzumacija alkohola i opojnih sredstava (pripadnost vršnjačkim grupama koje promoviraju rizično ponašanje)



- Danas je relativno manji postotak adolescenata koji postaju seksualno aktivni prije 15 godine.
- 1/4 djevojaka koje su imale prvo seksualno iskustvo prije 15. god. Imale su starijeg partnera bar 4 godine, a njih 2/3, partnera koji je bio stariji godinu ili dvije.



- **Religioznost** može biti zaštitni faktor za prerani ulazak u spolne odnose, ali isto tako može kasnije biti rizični faktor.
- Kako?
- Studenti koji su bili seksualno aktivni ali i religiozni nisu koristili zaštitu (kondome) prilikom spolnih aktivnosti.



- Na djevojke, kada se kontrolirale obiteljske varijable, SES, popularnost u grupi, najviše utjecaja na stupanje u spolne odnose imale su bliske prijateljice.
- Svaka druga djevojka će stupiti u spolne odnose ako je članica visoko rizične skupine.
- **Zaštitni faktor:** Visoka razina akademskih aspiracija kao i dobar uspjeh u školi odgađa ulazak u spolne odnose (osobito za djevojke)



- **ZF:** Dobri odnosi s roditeljima – smanjen rizik za 2,7 puta (za prijevremeni ulazak u seksualne odnose kao i za rizično seksualno ponašanje)
- Relacija lošeg odnosa s roditeljima i seksualnog ponašanje kod **djevojaka** je posredovana pojavom depresivnih raspoloženja, dok je za **mladiće** ta veza utvrđena preko alkohola.

Manje roditeljske podrške, više rizičnog ponašanja kao i slabija emocionalna samoregulacija i više seksualnih partnera.

- Za razumijevanje seksualnosti mladih važno je u obzir uzeti i ljubavne veze.
- ...jer na ljubavnu vezu se gleda kao na mogućnost
 - zabave,
 - **seksualnog eksperimentiranja** i
 - zadržavanja ili formiranja statusa u grupi vršnjaka.



- Općenito u adolescenciji dolazi do istraživanja i eksperimentiranja, a time i do porasta učestalosti i vrste seksualnih aktivnosti.
- Porastom čestine ljubavnih sastanaka, raste razina seksualnih aktivnosti od držanja za ruke i poljubaca na prvim sastancima, do spolnih odnosa na kasnijim sastancima.
- U početnim fazama ljubavnog odnosa, adolescenti ne srljaju izravno u seksualne aktivnosti.

48% mladića i 45% djevojaka dobi od 15 do 19 je imalo iskustva oralno-genitalnog seksa; 11% djevojaka i 10% mladića je imalo iskustvo analnog seksa



Ponašanje	Prvi sastanak	Nekoliko sastanaka	Postojana veza
Držanje za ruku	90	93	95
Lagano grljenje	93	94	97
Peting	47	82	88
Ljubljenje	46	84	90
Uzajamno masturbiranje	18	45	64
Snošaj	16	44	60



- Unatoč ovim podacima valja istaknuti da je seksualna aktivnost adolescenata **sporadična** i da je najčešća seksualna aktivnost masturbacija.
- **Masturbacija:** masturbacija je univerzalan oblik seksualnog ponašanja, te omogućava tinejdžerima da istraže vlastitu seksualnost na siguran i intiman način. 67 % mladića i 34 % djevojaka je izvijestilo da su počeli masturbirati prije 15.
- **Seksualne fantazije:** uobičajeno seksualno ponašanje u adolescenciji uključuje sf. 13–18 godina, 72% priznalo da imaju sf.
- Većina adolescenata iskusi neki oblik seksualne aktivnosti, a da nužno nije riječ o snošaju. 14–17 godišnjaci: 86% se ljubilo, 47% se trljalo jedno od drugo, 16 % dodiri genitalnog područja.



RIZIČNO SPOLNO PONAŠANJE ADOLESCENATA

- Rizično seksualno ponašanje dovodi do barem 3 posljedice:
 - **neželjene trudnoće**
 - **zaraze spolno prenosivim bolestima (najčešće klamidija i gonoreja)**
 - **seksualne viktimizacije (seksualna iskustva pod uvjetima nasilja, prijetnji ili ucjena)**



○ Razlozi zbog kojih su mladi izloženiji negativnim posljedicama vlastite seksualnosti:

- skloniji eksperimentiranju
- za potrebne informacije i pri donošenju odluka obično se obraćaju vršnjacima koji jednako (ne)znaju kao i oni
- “naivna” shvaćanja o osobinama drugih (npr. poznata i draga osoba nije rizična, rizični su obično stariji i provokativno odjeveni i sl.)
- iskrivljeno mišljenje o nedodirljivosti – to se nekom drugom događa, ja sam poseban/a ili prava ljubav liječi sve.



- 70% djevojaka i/ili njihovih partnera ne koristi nikakvu kontracepciju!
- romantični razlozi
- misle da se trudnoća neće dogoditi baš njima
- misle da je kontrola začeća opasna za zdravlje
- misle da njihovi spolni odnosi nisu tako učestali pa je trudnoća manje izgledna
- strah ili sram pri nabavi kontracepcijskih sredstava
- previsoka cijena kontracepcijskih sredstava



AJME STIPE SAD SI STVARNO PRETJERAO SA SIGURNIM SEKSOM!!

- Dva puta više djevojaka nego mladića navelo da upotreba kondoma kvari seksualno zadovoljstvo mladića.
- Najčešći razlozi zašto djevojke ne koriste kondome: **ne razmišljaju o posljedicama, tj. nisu svjesne rizika zbog trenutačne zanesenosti, alkohola ili droge, "zbog dečka" (udovoljavanje seksualnim željama mladića; povjerenje i sigurnost u mladića; prepuštanje kontrole i određivanja rizika mladiću; strahovi, nelagoda i inhibicije zbog sukobljavanja s željama mladića).**
- Najčešće navođeni razlozi zašto mladići ne koriste kondom bili su: **"zbog uzbuđenja, strasti, nemaju vremena; nisu svjesni mogućih rizika i posljedica, ne razmišljaju; nebriga za partnericu."**



- 66 % bi bilo sumnjičavo (ili zabrinuto) oko partnerove seksualne povijesti ako bi im partner ponudio uporabu kondoma.
- 49% smatra da bi njihov partner/ica bili sumnjičavi ako bi tražili uporabu kondoma
- 20% bi se osjećali povrijeđenima
- 37 % smatra da oralni seks i 24 % da analni seks predstavlja vid apstinentskog ponašanja tj. da nije seksualno ponašanje.



- Najefikasniji programi u prevenciji spolno rizičnog ponašanja uključuju:
 - **edukaciju o kontracepciji (korištenju kondoma, sigurnom seksu),**
 - **maloljetničkoj trudnoći,**
 - **spolnoprenosivim bolestima.**
- Efikasni programi osim ovih tema uključuju i teme poput:
 - **komunikacijskih vještina,**
 - **seksualne asertivnosti,**
 - **trening vještina ophođenja kao npr. anticipiranje vršnjačkog utjecaja, utjecaja droge, alkohola na spolno rizično ponašanje,**
 - **trening učenja strategija rješavanja problema.**



- Kroz različite načine poput predavanja, ponavljanja, igranje uloga, davanje povratne informacije, domaćih zadataka i rasprava, prolazi se kroz sve navedene teme.
- Također je neophodno mladima dati priliku da procijene cijenu i dobitak od mogućeg seksualno (rizičnog) ponašanja.
- Moguće je uključiti i mentore vršnjake.
- Također ne treba zanemariti i ulogu media i druge društvene faktore koji mogu utjecati na mlade.
- **Programi moraju biti kulturološki i dobno prikladni. Npr. mlađim adolescentima uputiti više tema koje će se odnositi na odgađanje seksualne inicijacije, dok starijima više govoriti o sigurnom seksu.**



○ **Normativni razvoj seksualnosti**

- Početkom ovog stoljeća javila se određena kritična masa istraživanja koja su počela na spolnost adolescenata gledati kao na normalni i očekivani aspekt razvoja.
- ...spolnost adolescenata promatrati kao integralni dio ličnosti koji je važan za formiranje identiteta.



- Mladi istražuju svoju seksualnost kao prirodni proces u dosezanju seksualne zrelosti.
- Seksualnost je razvojni fenomen i promatranje seksualnosti u okvirima normativnog razvoja ne znači nužno određivanje idealnog vremena za pojedine seksualne aktivnosti nego je riječ o tome da se **razvoj seksualnosti prihvati kao jedna od domena razvoja.**





Hvala na pažnji!!!