

Józef Augustyn SJ

INTEGRACJA SEKSUALNA



PRZEWODNIK

w poznawaniu i kształtowaniu
własnej seksualności

Wydawnictwo WAM
Kraków 2019

© Wydawnictwo WAM, 2019

Wydanie VI

Współpraca redakcyjna

Henryk Machoń

Opracowanie redakcyjne

Anna Piecuch

Projekt okładki i strony tytułowej

Andrzej Sochacki

ISBN 978-83-277-2217-1

IMPRIMATUR

Kuria Metropolitalna w Krakowie,

+ Jan Szkodoń, Vic. Gen., Ks. Kazimierz Moskała, Notariusz, Ks. dr Wacław Gubała, Cenzor.
Kraków, 23 grudnia 1993 r., l.dz. 2793/93.

WYDAWNICTWO WAM

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

tel. 12 62 93 200

e-mail: wam@wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY

tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 43 03 210

e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA

tel. 12 62 93 260

www.wydawnictwowam.pl

Druk i oprawa: K&K • Kraków

Publikację wydrukowano na papierze Ecco book 70 g vol. 2.0
dostarczonym przez Antalis Poland Sp. z o.o.

Wprowadzenie

Miłość erotyczna i seksualna jest pięknym darem natury stworzonej przez Boga. W Księdze Rodzaju czytamy: *Stworzył więc Bóg człowieka na swój obraz, na obraz Boży go stworzył: stworzył mężczyznę i niewiastę. Po czym Bóg im błogosławił, mówiąc do nich: „Bądźcie płodni i rozmnażajcie się, abyście zaludnili ziemię i uczynili ją sobie poddaną (...)*”. *A Bóg widział, że wszystko, co uczynił, było bardzo dobre* (Rdz 1,27–28.31).

W ten prosty sposób Biblia mówi nam, że pragnienia miłości ludzkiej, bliskości i ciepła w relacji z drugim człowiekiem, jak też naturalne reakcje erotyczne i seksualne nie są grzeszne. *Katechizm Kościoła Katolickiego* podkreśla: „Każdy człowiek (...) powinien uznać i przyjąć swoją tożsamość płciową”, doceniając, jak ważne dla całej osoby jest jej „zróżnicowanie i komplementarność”. Dodaje również, że ludzka seksualność „wywiera wpływ na wszystkie sfery osoby ludzkiej w jedności jej ciała i duszy. Dotyczy ona szczególnie uczuciowości, zdolności do miłości oraz prokreacji i (...) umiejętności nawiązywania więzów komunii z drugim człowiekiem”¹⁶⁸.

Ewagriusz z Pontu, Ojciec Pustyni żyjący w IV wieku, pisze, że człowiek przez wysiłek i pracę wewnętrzną troszczy się o to, by „przedstawić Bogu ciało, udowadniając przez czyny, że Bóg wszelkie prawo, jakie ustanowił, dobrze ustanowił”¹⁶⁹.

¹⁶⁸ *Katechizm Kościoła Katolickiego*, Wydawnictwo Pallottinum, Poznań 1994, 2333, 2332.

¹⁶⁹ Ewagriusz z Pontu, *Pisma ascetyczne*, t. 1, tłum. A. Ziernicki, L. Nieścior OMI, Wydawnictwo Benedyktynów, Tyniec, Kraków 2017, s. 172.

1. *Deklaracja o wychowaniu chrześcijańskim* Soboru Watykańskiego II zobowiązuje rodziców i wychowawców, aby przekazali dzieciom i młodzieży „pozytywne, mądre i odpowiednie do wieku wychowanie seksualne”, nie tylko zgodne z nauczaniem Kościoła, ale także z postępowaniem nauk psychologicznych, pedagogicznych i dydaktycznych, by pomóc „dzieciom i młodzieży w harmonijnym rozwoju wrodzonych zalet fizycznych, moralnych i intelektualnych”¹⁷⁰.

Istotą wychowania seksualnego jest włączenie, zintegrowanie energii emocjonalnej i seksualnej z całą osobowością człowieka, zarówno ze światem jego uczuć, jak też z doświadczeniem duchowym i moralnym. Tak ukształtowana seksualność staje się istotnym elementem wszystkich więzi międzypersonalnych, także więzi z Bogiem. Dzięki integracji¹⁷¹ seksualnej płciowość zostaje wprzęgnięta w służbę miłości i życia w każdym stanie: zarówno w życiu małżeńskim, w celibacie konsekrowanym, jak również w innych formach samotnego życia. Stąd też zasadniczą odpowiedzialnością młodego człowieka jest uczenie się opanowywania sfery seksualnej oraz integrowanie jej ze stopniowo narastającym doświadczeniem różnych rodzajów miłości i odpowiedzialności za nie: przyjacielskiej, narzeczeńskiej, małżeńskiej, rodzinnej.

Integracja seksualna jest koniecznym elementem dojrzałej ludzkiej miłości. Jeżeli bowiem energia seksualna nie zostanie opanowana i włączona w służbę miłości i życia, wówczas – w sposób wręcz niezauważalny – obraca się przeciwko człowiekowi. Seksualność oddzielona od miłości łączy się niemal automatycznie z przeciwnymi odczuciami: z lękiem, smutkiem, gniewem, przemocą. Staje się wówczas siłą destrukcyjną; zamiast budować i jednoczyć osoby, dzieli je, rani i niszczy. Przemoc seksualna bywa stosowana w totalitarnych wojnach, siejąc

¹⁷⁰ Sobór Watykański II, *Konstytucje, dekryty, deklaracje*, Wydawnictwo Pallottinum, Poznań 2002, s. 315-316.

¹⁷¹ Z języka łacińskiego *integratio* – *integrare* oznacza scalanie, tworzenie całości z wielu elementów lub też harmonijne współdziałanie różnych elementów w danej osobowości.

spustoszenie, upokorzenie i śmierć. Gwałty na bezbronnych kobietach to jedna z największych zbrodni ludzkości, tak w przeszłości, jak i dzisiaj.

2. Skoro płciowość człowieka jest integralną częścią ludzkiej osoby, nie można rozwiązywać jakichkolwiek problemów seksualnych w izolacji od całościowo rozumianego rozwoju osobowego człowieka. Podobnie jak zachowania seksualne mają charakter symboliczny, tak również problemy seksualne są znakiem innych, zwykle głębszych, problemów osobowościowych. „Seksualność człowieka – jak podkreślają włoscy psychologowie Amedeo Cencini i Alessandro Manenti – może służyć wielu ludzkim potrzebom i może być stymulowana przez wiele różnych motywacji, które mogą mieć niewiele wspólnego z seksualnością jako taką. W rzeczywistości seksualność ludzka nie może być rozumiana wyłącznie jako instynkt fizjologiczny. Jest ona związana z potrzebami psychicznymi i ukierunkowana społecznie: jest ona źródłem relacji emocjonalnych z innymi”¹⁷².

Korzystanie ze skutecznej pomocy w rozwiązywaniu trudności na tle seksualnym musi więc iść w kierunku łączenia problemów seksualnych z odkrywaniem i rozwiązywaniem problemów osobowych w sferze emocjonalnej, moralnej i duchowej. Zaburzone zachowania i reakcje seksualne to zawsze znak niedojrzałych, zaburzonych więzi międzyludzkich.

3. Pierwszą inspiracją w pisaniu *Integracji seksualnej* były przede wszystkim liczne spotkania i rozmowy z młodymi ludźmi, nierzadko udręczonymi problemami w sferze seksualnej, powodowanymi nieraz brakiem należytej edukacji. Okazją do tych rozmów stawały się najczęściej ośmiodniowe rekolekcje z prowadzeniem indywidualnym według

¹⁷² A. Cencini, A. Manenti, *Psicologia e formazione. Strutture e dinamismi*, EDB, Bologna 1986, s. 226.

metody Ćwiczeń duchowych św. Ignacego Loyoli¹⁷³. Prosta konferencja, podawana zwykle w trzecim dniu rekolekcji, na temat potrzeby wychowania do miłości i odpowiedzialności, dla wielu uczestników Ćwiczeń była zachętą do poruszenia problemów własnej seksualności, o których często z nikim do tej pory szczerze nie rozmawiali.

Wielu ludzi młodych w czasie tych rozmów spontanicznie sięgało też do całej historii życia, w tym także do zranień z okresu dzieciństwa i dojrzewania, które są zasadniczym kontekstem wszystkich ludzkich problemów, także problemów emocjonalnych i seksualnych. W uważnej analizie własnej historii życia można odnaleźć nie tylko genezę trudności, ale także drogę do ich rozwiązania. Ważnym owocem tych rozmów z młodymi ludźmi było często pierwsze uspokojenie i oddramatyzowanie problemu seksualnego, który – jak się często okazywało – nie był wcale ani pierwszym, ani najważniejszym problemem życia. Częściej były nimi: brak akceptacji swego życia, poczucie niskiej wartości i niewiara w swoje możliwości, uleganie frustracji z powodu najmniejszych porażek, niełatwe relacje z rodzicami, osamotnienie, trudności w nauce, brak więzi przyjacielskich, problemy w nawiązaniu relacji z płcią odmienną.

Drugim istotnym punktem odniesienia w pisaniu książki było dla autora nauczanie Stolicy Apostolskiej odnoszące się do wychowania do życia w rodzinie, między innymi: *Wytyczne wychowawcze Kongregacji do spraw Wychowania Katolickiego w odniesieniu do ludzkiej miłości* (1983), *List do rodzin* Jana Pawła II wydany z okazji Międzynarodowego Roku Rodziny (1994) oraz *Ludzka płciowość. Prawda i znaczenie* – dokument Papieskiej Rady do spraw Rodziny (1995).

Ważną inspiracją w refleksji nad ludzką miłością były także wykłady prof. Federico Arvesú SJ, kubańskiego lekarza i teologa na Uniwersytecie Gregoriańskim w Rzymie¹⁷⁴.

¹⁷³ Św. Ignacy Loyola, *Ćwiczenia duchowe*, tłum. M. Bednarz SJ, Wydawnictwo WAM, Kraków 1992.

¹⁷⁴ Por. *Oni nas stworzyli. Z Józefem Augustynem SJ rozmawiają Jan Paulas i Cezary Sękowski*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2002, s. 217-228.

Chociaż z książki *Integracja seksualna. Przewodnik w poznawaniu i kształtowaniu własnej seksualności* mogą korzystać również osoby dorosłe z problemami seksualnymi, to jednak jest ona skierowana przede wszystkim do młodzieży będącej w okresie wyboru stanu życia. Mogą po nią sięgać także rodzice, duszpasterze i wychowawcy, którzy mają za zadanie pomagać dzieciom i młodzieży w ich drodze do dojrzałej miłości.

4. Są takie dziedziny ludzkiego życia, w których nie można uczyć się żyć „metodą prób i błędów”. Z pewnością należy do nich ludzka seksualność. Pewne, niekiedy nawet jednorazowe błędy w tej sferze, często nie dają się już naprawić, ale zostają jako dotkliwe poranienie na całe życie. Można je leczyć, ale nawet po leczeniu bolesna blizna pozostaje.

Podobnie jak uczenie się prowadzenia samochodu bez pomocy instruktora od razu na ruchliwych szosach czy ulicach miasta szybko mogłoby się zakończyć tragicznie, tak również uczenie się korzystania z ludzkiej płciowości tą samą metodą kończy się zwykle w sposób bardzo bolesny dla siebie i innych. Jednym z ważnych celów wychowania seksualnego jest uniknięcie takich właśnie błędów.

Problem integracji seksualnej jest zagadnieniem zbyt szerokim, by mógł zostać omówiony w sposób wyczerpujący w jednej pracy i przez autora, który zajmuje się tą dziedziną przede wszystkim z racji duszpasterskich i formacyjnych. Niniejsza książka nie chce zastępować innych pozycji na ten temat. Jej autor nie rości sobie bynajmniej prawa do wyłączności w spojrzeniu na problem wychowania seksualnego. Książka jest jedynie zebraniem konkretnego doświadczenia, nierzadko bardzo bolesnego, wielu młodych ludzi i pragnie być „ich świadectwem”. Napisanie jej było możliwe dzięki ich wielkiemu zaufaniu, szczerości otwartości, za które autor wyraża im serdeczne podziękowanie.

Józef Augustyn SJ

ROZDZIAŁ I

**ROZWÓJ SEKSUALNY
W OKRESIE DZIECIŃSTWA
I DOJRZEWANIA**

A. Rozwój seksualny dziecka przed okresem dojrzewania

Osobista integracja seksualna jak również wychowanie innych do integracji seksualnej zakłada dobrą znajomość procesu rozwojowego człowieka. Wiele błędów popełnianych przez wychowawców, nie tylko w zakresie wychowania seksualnego, ale także wychowania w ogóle, wypływa z nieznamości rozwoju psycho-seksualnego dzieci i młodzieży. Osoby dorosłe towarzyszące dzieciom w ich rozwoju osobowym (rodzice, wychowawcy, katecheci, duszpasterze) nierzadko przerzucają na nie własne problemy seksualne wieku dorosłego. Dobra znajomość teoretyczna etapu rozwojowego dziecka oraz intuicyjne wyczucie jego problemów osobistych daje dopiero możliwość dostosowania samych treści jak i metody wychowawczej do jego rzeczywistych potrzeb.

1. Kiedy zaczyna się rozwój seksualny dziecka?

Niemowlę w pierwszym okresie życia nie ma jeszcze ukształtowanej świadomości seksualnej, ponieważ nie ma świadomości siebie. Stopniowo odkrywa wszystko: siebie, matkę, ojca, świat rzeczy materialnych. Najpierw odkrywa własne ciało, a wraz z nim sferę seksualną. Odkrywa ją jednak z takim samym emocjonalnym przeżyciem jak wszystkie inne części swojego ciała. Dziecko nie

posiada jeszcze tak bardzo emocjonalnego stosunku do własnej seksualności, który kształtuje się dopiero w okresie późniejszym, zwłaszcza w okresie dojrzewania.

Na dalszym etapie swojego rozwoju, kiedy dziecko powoli odrywa się od siebie, zaczyna dostrzegać innych ludzi. Stopniowo spostrzega, że świat ludzi dzieli się na: mamę i tatę, dziewczynki i chłopców, na mężczyzn i kobiety. I właśnie z tej potrzeby odkrycia własnej tożsamości, także tożsamości seksualnej, rodzi się potrzeba konfrontacji własnej seksualności z seksualnością płci przeciwnej. Stąd dzieci w sposób spontaniczny organizują sobie zabawy seksualne, np. „zabawy w lekarza”, których celem jest odkrycie własnej płciowości, aby móc ją skonfrontować z płciowością „drugiej strony”.

W pierwszych latach życia dziecka bardzo ważną rolę odgrywa obecność wzoru identyfikacji seksualnej: dla chłopca obecność ojca, dla dziewczynki obecność matki. W rozwoju seksualnym dziecka bardzo ważna jest akceptacja całej jego osoby, a w tym także jego płciowości. „Poczucie własnej męskości czy kobiecości jest zasadniczym czynnikiem wpływającym nie tylko na rozwój życia seksualnego, lecz w ogóle na rozwój zarówno psychiczny jak i nawet fizyczny człowieka”⁵. Gdyby nawet tylko jedno z rodziców nie akceptowało w pełni seksualności dziecka, spowoduje to zwykle głębokie zachwianie jego identyfikacji seksualnej w życiu dorosłym. Tak więc bezwarunkowa akceptacja dziecka w jego tożsamości płciowej jest pierwszą, najbardziej pierwotną formą wychowania seksualnego.

Witając się z trzyletnim Dawidkiem, synem moich przyjaciół, powiedziałem kiedyś do niego: „Wyglądasz jak aniołek.” Moje stwierdzenie spotkało się z jego natychmiastowym protestem: „Ja

⁵ A. Kępiński, *Z psychopatologii życia seksualnego*, PZWL, Warszawa 1982, s. 29.

jestem chłopczyk”. Małe dzieci są bardzo wrażliwe na akceptację swojej płciowości. Pewna matka opowiadała mi, jaką „awanturę” zrobił jej czteroletni synek, któremu chciała włożyć sweterek jego siostry. Nieakceptacja tożsamości płciowej dziecka, jest głębokim zranieniem dziecka nie tylko w sferze seksualnej, ale w całym jego rozwoju osobowym.

2. Pierwsza identyfikacja seksualna – przejście od matki do ojca

Dziecko w pierwszym okresie swojego życia związane jest przede wszystkim z matką. To właśnie od niej czerpie potrzebny mu pokarm, ciepło, akceptację. W pierwszym okresie życia dziecko reaguje najpierw na obecność matki. Z czasem „odrywa się” od niej i „przechodzi” do ojca. Aczkolwiek dziecko odruchowo łączy najpierw do matki, to jednak szuka ono także obecności ojca. Dziecko tym pewniej odrywa się od matki, im bardziej czuje się przez nią całkowicie akceptowane. To właśnie poczucie bezpieczeństwa w kontakcie z matką dodaje mu odwagi w wyjściu do ojca. Proces odrywania się od matki i przejścia do ojca dotyczy zarówno chłopców jak i dziewczynek.

„Oderwanie” się chłopca od matki i przejście do ojca ma podstawowe znaczenie dla rozwoju jego męskości. Ojciec jest bowiem dla chłopca głównym wzorem identyfikacji seksualnej. Stąd też kontakt chłopca z ojcem jest tak istotny. Kontakt ojca z dziewczynką jest także bardzo ważny. Pozytywny stosunek do mężczyzny w dorosłym życiu kobiety rozpoczyna się właśnie od pozytywnego stosunku do własnego ojca.

Ojcowie swoją postawą pełnej akceptacji winni troszczyć się o nawiązanie serdecznego kontaktu już z bardzo małymi dziećmi. Czując pełną życzliwość ojca, dziecko tym odważniej będzie mogło

oderwać się od matki, by przejść do niego. Ciepłe i życzliwe przyjęcie ze strony matki jak i ojca sprawia, iż dziecko uzyskuje fundament pod pełną identyfikację seksualną. Pozytywne spojrzenie dziecka na swoją seksualność może dokonać się tylko wówczas, kiedy czuje się ono bezpiecznie tak w ramionach matki jak i ojca.

Dużą trudność w rozwoju seksualnym może stanowić nieobecność ojca w życiu dziecka. Dziecko wówczas nie ma do kogo przejść. Także chłodna czy tym bardziej agresywna postawa ojca sprawia, że dziecko boi się odejść od matki i zbliżyć się do ojca. Nieobecność ojca lub też obecność budząca jedynie lęk powoduje pewne zachwianie identyfikacji seksualnej zarówno u chłopca jak i u dziewczynki. U chłopca zrodzi się nieakceptacja własnej męskości, lęk przed byciem mężczyzną, natomiast u dziewczynki zrodzi się lęk przed mężczyznami.

Przejście dziecka od matki do ojca dokonuje się w sposób naturalny i prosty tylko wtedy, kiedy na linii matka – ojciec istnieje pełna zgoda, harmonia i miłość. Dziecko nie widzi wówczas w obojgu rodzicach dwóch różnych źródeł miłości, ale odkrywa ich jako jedno źródło miłości. Ich wzajemna miłość jest dla dziecka jedną miłością, z której ono czerpie.

Nie tylko nieodpowiednie zachowanie ojca może utrudnić dziecku przejście od matki do ojca. Sama matka swoją niewłaściwą postawą może również przeszkadzać dziecku w oderwaniu się od niej i w przejściu do ojca. Po pierwsze poprzez swoją matczyną zaborczość. Zaborcza matka, która chce mieć dziecko tylko dla siebie, będzie starała się uniemożliwić mu odejście od siebie.

Są to zwykle kobiety, które nie mają dość stabilnego i mocnego oparcia emocjonalnego w mężu i szukają go właśnie w swoim dziecku. Kobieta mająca skłonności do zaborczości emocjonalnej, po urodzeniu pierwszego dziecka narażona jest na niebezpieczeństwo zajmowania się tylko dzieckiem. Niestety nie są to rzadkie przypadki,

iż kobieta – szczególnie w początkach macierzyństwa – mniej interesuje się swoim mężem, a całą uwagę poświęca dziecku. Taka „miłość” matki do dziecka jest naznaczona zachłannością i lękiem. Taka matka może traktować dziecko jak swoją własność. Nieświadoma swojej zachłanności będzie jednocześnie budować w sobie obraz siebie jako idealnej matki, która wszystko poświęca dla dziecka. Kobieta w rodzinie nie jest najpierw matką, ale właśnie żoną. To jednak bycie dobrą żoną czyni ją dobrą matką. Aby mogła dać silne oparcie emocjonalne dziecku, sama musi mieć mocne oparcie w swoim mężu. Kiedy kobieta przyjmuje postawę zaborczości uczuciowej, wówczas jej dziecko będzie obawiać się odejścia od niej, by przejść do ojca, ponieważ będzie obawiało się jej odrzucenia. Dziecko wyczuje, że oddzielenie od matki będzie wiązało się z odmową jej miłości i bezwarunkowej akceptacji. Zaborczość matki wyraża się także w tym, że dziecko jest obdarzane uczuciem, ale za cenę całkowitej uległości i rezygnacji z własnych najgłębszych potrzeb, szczególnie z potrzeby wolności.

Drugą możliwą negatywną postawą, która utrudnia przejście od matki do ojca, jest brak ciepła ze strony matki, jej obojętność czy nawet chłód emocjonalny. Dziecko nie będzie zainteresowane odkryciem ojca, kiedy nie jest nasycone miłością matki. Głodne miłości matczynej, nie będzie czuć potrzeby szukania ojca.

Szukanie ojca jest szukaniem „świata zewnętrznego”. Nie czując się bezpieczne w ramionach matki, dziecko będzie także obawiać się świata zewnętrznego. Będzie ono odruchowo lgnąć tylko do matki, szukając najpierw jej uczucia. Matka może wówczas nawet dziecko nieco „popychać”, aby otwierało się na ojca, ale zwykle odbierze ono takie gesty matki jako jeszcze jeden przejaw jej emocjonalnego chłodu czy nawet odrzucenia.

Tylko dziecko nasycone, „nakarmione” uczuciem i akceptacją matki, czując się bezpieczne przy niej, będzie szukać także ojca.

Otwarcie kobiety na mężczyznę oraz otwarcie mężczyzny na kobietę, które jest istotą integralnie przeżywanej seksualności, jest wpisane także w seksualność dziecka. W tym okresie rozwoju dokonuje się ono w szukaniu ojca, po pierwszym oderwaniu się od matki.

3. Wychowanie dziecka przez samotną matkę

Rodzi się pytanie, jak wychowywać dziecko, kiedy nie ma ojca w rodzinie i matka musi je wychowywać sama? Jest to zawsze dla dziecka bardzo bolesne i raniące, kiedy jest wychowywane tylko przez jedno z rodziców. Nieobecność ojca może sprawiać dziecku dużą trudność w rozwoju emocjonalno-seksualnym (podobnie – choć zdarza się to rzadziej – jest także wówczas, kiedy dziecko wychowywane jest tylko przez ojca). Nie jest to jednak sytuacja bez wyjścia. Uzupelnienie nieobecności ojca może dokonywać się przez pozarodzinne kontakty dziecka: z wychowawcą, przyjacielem domu, z kapłanem. W tych kontaktach dziecko, szczególnie chłopiec, może szukać pewnego wzoru dla własnej identyfikacji seksualnej. Potrzeba ta zostaje wówczas przynajmniej częściowo zaspokojona. W takiej sytuacji matka winna także możliwie jak najwcześniej zacząć rozmawiać z dzieckiem jasno i otwarcie na temat nieobecności ojca, uświadamiając mu ten brak oraz pomagając mu przezwyciężyć to głębokie zranienie emocjonalne.

Bardzo dużą rolę w świadomości i uczuciowości dziecka odgrywa także sama przyczyna nieobecności ojca. Kiedy ojciec porzuca rodzinę, zranienie dziecka związane jest nie tylko z brakiem wzoru identyfikacji seksualnej, ale przede wszystkim ze świadomością bycia opuszczonym czy nawet odrzuconym. Dziecko przeżywa boleśnie sam fakt, że „mój ojciec” mnie nie chciał. Fakt bycia niechcianym jest o wiele trudniejszym do uleczenia wewnętrznego, niż sam brak

wzoru identyfikacji. Kiedy nieobecność ojca wynika np. z faktu jego śmierci, wówczas, choć jest ona także bolesnym doświadczeniem, brak ten nie posiada tak negatywnego wpływu na rozwój uczuciowy dziecka. Łatwiej jest dziecku pogodzić się z brakiem ojca z powodów losowych, niż z faktem bycia porzuconym przez niego.

Kobieta wychowująca dziecko samotnie musi okazać wyjątkową siłę psychiczną, musi bowiem przyjąć na siebie podwójną rolę: ojca i matki. Jest to zawsze zadanie bardzo trudne. W takim wychowaniu matczyna akceptacja i serdeczność winna być połączona z pewną stanowczością i poczuciem bezpieczeństwa, jakie zwykle daje ojciec. Doświadczenie pokazuje, iż wiele kobiet dzielnie spełnia swoje życiowe zadanie samotnej matki.

4. Pomiędzy wczesnymi latami dzieciństwa a okresem dojrzewania

Po pierwszym etapie identyfikacji emocjonalno-seksualnej, przychodzi okres przejściowy, w którym dziecko jest jakby mniej zainteresowane własną seksualnością. W psychologii mówi się o tzw. ukrytej seksualności dziecka. W okresie przejściowym jego zainteresowania seksualne będą uzależnione w dużym stopniu od przeżycia pierwszego okresu identyfikacji seksualnej.

Trzeba także uwzględnić fakt, że dzieci, podobnie jak dorośli, posiadają różną wrażliwość seksualną. Bywają dzieci, których zainteresowania seksualne są silne i żywe, podczas gdy inne traktują „te sprawy” w sposób obojętny lub nawet z pewnym lekceważeniem. „Temperament seksualny” człowieka ujawnia się już w pierwszych latach jego życia.

Pomiędzy wczesnymi latami dzieciństwa a okresem dojrzewania, dziecko – choć nadal posiada pewne zainteresowania seksualne – jest jednak zwykle bardziej „skierowane do świata”. Jest bardziej zajęte

„odkrywaniem świata”. Najpierw świata ludzi. Po przejściu od matki do ojca, dziecko odkrywa innych członków rodziny. Stopniowo wychodzi z „rodzinnego klanu”, aby odkryć tak ważny świat rówieśników. Dokonuje się to stopniowo, także w zależności od związków dziecka z rodzicami. Od pewnego etapu rozwojowego środowisko rówieśników okazuje się być tak samo ważne, a niekiedy nawet ważniejsze od środowiska rodzinnego. Fascynujące jest także dla dziecka odkrycie świata zewnętrznego: świata materialnego, świata przyrody.

Im bardziej dziecko zostało nasycone ciepłem emocjonalnym, akceptacją emocjonalną matki i ojca, im spokojniej i jednocześnie bardziej wyczerpująco zaspokajane są pojawiające się doraźne pytania dziecka z dziedziny seksualnej, tym mniej w tym okresie przejściowym dziecko zainteresowane jest całą sferą erotyczną.

5. Ochrona dziecka przed deprawacją seksualną

Dziecko, które ma głęboki kontakt emocjonalny z rodzicami oraz pełne zaufanie do nich, spotykając się z propozycją „zabaw seksualnych” ze strony rówieśników lub tym bardziej z prowokacjami seksualnymi osób dorosłych, będzie w stanie powiedzieć o nich swoim rodzicom. Rodzice mogą wtedy czuwać nad rozwojem emocjonalno-seksualnym dziecka, nie tyle jednak poprzez zakazy i budzenie lęków, ile poprzez rozmowy prowadzone w zaufaniu i szczerości. Właśnie zaufanie dziecka do rodziców jest tą zasadniczą więzią, dzięki której rodzice mogą kierować jego rozwojem seksualnym oraz ochraniać je przed niewłaściwymi wpływami z zewnątrz, zarówno rówieśników jak i przed deprawacją dorosłych.

Dla dziecka, które ma mocne oparcie emocjonalne w swoich rodzicach i jednocześnie zaspokojoną potrzebę informacji seksualnej,

sprawy seksualne w okresie przejściowym są „mniej ciekawe”. Często bywają one odbierane jako nudne. Takie dziecko nie da się łatwo „zepsuć”. Sprawy seksualne bywają bardzo ciekawe tylko dla tych dzieci, u których cała sfera seksualna naznaczona jest głębokim, chorym lękiem. Dziecko porusza się wówczas po linii chorego lęku i chorej ciekawości. Do tej chorej ciekawości seksualnej odwołują się osoby deprawujące dzieci. Osoby te szukają nierzadko „ofiar” właśnie wśród dzieci najbardziej zalęknionych seksualnie, a tym samym najbardziej ciekawych takich doświadczeń.

Czy należy przestrzegać dzieci przed możliwością deprawacji? Z pewnością tak, ale należy to czynić w taki sposób, aby nie wzbudzić w dziecku zbytniego lęku przed światem zewnętrznym: światem rówieśników czy też ludzi dorosłych. Jeżeli przewrażliwia się dziecko na jeden lęk, to wówczas może ono nabierać obronnego stosunku do całego świata zewnętrznego oraz podejrzliwie patrzeć także na tych, których nie powinno się obawiać. Zbytnie przestrzeganie dziecka przed deprawacją seksualną może powodować przyjmowanie lękowego nastawienia nie tylko do seksualności, ale do całego świata zewnętrznego. Świat może się wówczas jawić dziecku przede wszystkim jako zagrożenie.

Dziecko, które nie ma zaufania do rodziców, może łatwo zaufać zupełnie przypadkowemu człowiekowi tylko dlatego, że ten okaże mu więcej zainteresowania i życzliwości niż jego rodzice. Natomiast tam, gdzie dziecko otrzymuje pełne oparcie emocjonalne i akceptację swoich rodziców, nie da się „nabrać na cukierki” przygodnego człowieka.

B. Rozwój seksualny w okresie dojrzewania

Przebudzenie seksualne młodego człowieka jest ważnym choć zwykle jednak trudnym momentem w jego rozwoju osobowym. I chociaż najczęściej on sam nie jest w stanie uświadomić sobie wpływu tego okresu na późniejsze życie, to jednak sposób przeżycia tego okresu posiada decydujące znaczenie na jego dorosłe życie. Szczególnie dotyczy to życia seksualnego. Jednym z ważnych zadań wychowania do integracji seksualnej jest właśnie udzielenie młodemu człowiekowi takiej pomocy, dzięki której przebudzenie seksualne w okresie dojrzewania stałoby się fundamentem pod późniejsze dojrzałe przeżywanie własnej seksualności.

W omawianiu tego okresu nie należy jednak zatrzymywać się wyłącznie na dojrzewaniu seksualnym. Jest ono bowiem jednym z elementów dojrzewania. Skoncentrowanie się wyłącznie na nim byłoby bardzo zubożonym traktowaniem tego ważnego czasu dla rozwoju człowieka. Inne istotne elementy to: dojrzewanie emocjonalne, intelektualne, społeczne i duchowe.

1. Czas przejścia z dzieciństwa do życia dorosłego

Można powiedzieć, że okres dojrzewania jest swoistym czasem przechodzenia z dzieciństwa do życia dorosłego. Wiele sfer w życiu dziecka jest jeszcze uśpionych. Ale w sposób szczególny uśpiona jest cała jego sfera erotyczna. Uśpiona jest jednak także głębsza potrzeba dawania miłości. Dopiero „w miarę dojrzewania uczuciowego wzrasta potrzeba dawania”⁶. Dziecko przed okresem dojrzewania jest

⁶ A. Kępiński, *Autoportret człowieka – myśli, aforyzmy*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1992, s. 77.

skoncentrowane niemal wyłącznie na otrzymywaniu miłości, jest jedną wielką „potrzebą miłości”.

Stąd zobowiązanie dziecka przed okresem dojrzewania do intensywnego „dawania” w jakiegokolwiek dziedzinie na wzór dawania dorosłego człowieka byłoby po prostu krzywdzące. Słusznie więc odbiera się jako krzywdzące dla dziecka, np. jego pracę zawodową. Traktowanie dziecka w sferze emocjonalnej jako dorosłego, kiedy każe się mu nieść odpowiedzialność emocjonalną, jaką normalnie niesie człowiek dorosły, jest także bardzo krzywdzące. Przykładem takiej sytuacji może być zachowanie matki, która sama pozbawiona oparcia emocjonalnego w mężu, szuka takiego oparcia w swoim synu czy córce. Jest to dla dziecka zbyt duże obciążenie emocjonalne.

Okres dojrzewania jest okresem, w którym kształtuje się gotowość do dawania. Młody człowiek uczy się wówczas odpowiadać miłością na miłość. I stąd w okresie dojrzewania kształtuje się nie tylko zdolność do fizycznego działania seksualnego, ale także gotowość dawania życia w dosłownym i symbolicznym znaczeniu tego słowa.

2. Okres dojrzewania seksualnego

Dojrzewanie seksualne dokonuje się najpierw poprzez dojrzewanie fizyczne. Nie będziemy zatrzymywać się nad szczegółowym opisem dojrzewania seksualnego w sferze fizycznej. Istnieje na ten temat wiele książek i opracowań. Powiedzmy raczej kilka słów o tym, w jaki sposób młody człowiek winien ustosunkować się do swojego fizycznego dojrzewania seksualnego. Po pierwsze – winien być „uprzedzony” jeszcze przed okresem dojrzewania, najlepiej w indywidualnej rozmowie z osobą zaufaną, o mających nastąpić zmianach fizjologicznych w jego organizmie. W ten sposób wychowanie

seksualne przygotowuje młodego człowieka na okres jego fizycznego dojrzewania seksualnego. To, co nastolatek będzie obserwował w zmianach zewnętrznych i w reakcjach fizjologicznych własnego ciała, będzie dla niego potwierdzeniem informacji, które już wcześniej otrzymał. Zgodność własnych obserwacji w rozwoju fizycznym z informacjami, które otrzymał wcześniej poprzez wychowanie seksualne, daje mu dużą pewność siebie, iż rozwija się normalnie.

Ważnym momentem w przebudzeniu seksualnym są pierwsze fizjologiczne znaki dojrzałości seksualnej: menstruacja u dziewcząt, polucje u chłopców. Dostrzeżenie tych reakcji seksualnych bez przygotowania, zwłaszcza w wychowaniu represyjnym i lękowym, może być dla młodego człowieka pewnym szokiem. Jeden z uczestników ankiety wspomina: „Moja siostra, z którą rodzice nie rozmawiali na temat dojrzewania seksualnego, wchodząc w ten okres była bardzo załęczniona. Prosiła mnie: pomóż mi, bo coś złego się ze mną dzieje”.

Jeżeli dziecko jest wychowywane przez wiele lat w atmosferze lękowej, w której wszystko, co seksualne jest traktowane jako „brzydkie” i „nieczyste”, wówczas te pierwsze naturalne zjawiska seksualne będą traktowane w sposób wyjątkowo lękowy i szokowy. Młody człowiek jest zwykle jeszcze bardzo niepewny siebie i stale siebie obserwuje. Także u dziecka, wobec którego zostało podjęte prawidłowe wychowanie seksualne, mogą pojawić się również pewne obawy i lęki w okresie dojrzewania. Nawet przy najbardziej prawidłowym rozwoju fizycznym, mogą rodzić się w nim pytania i niepokoje. Jest rzeczą bardzo ważną, aby młody człowiek miał możliwość wypowiedzenia ich przed kimś zaufanym w sposób dyskretny oraz z wewnętrzną pewnością, iż będzie potraktowany nie tylko życzliwie, ale także odpowiedzialnie i fachowo. Nawiązana wcześniej silna więź emocjonalna z rodzicami pozwala dziecku na wypowiedzenie swoich pytań i wątpliwości przed nimi.

Źródłem niepewności i lęków dotyczących dojrzewania seksualnego może być nie tylko samoobserwacja młodego człowieka, ale także pewne, nierzadko mylące i dwuznaczne informacje, które docierają do niego z zewnątrz: opinie rówieśników, lektura, opinie środowiska wychowawczego. Jest rzeczą ogromnie ważną, aby miał on możliwość skonfrontowania ich z osobą godną jego zaufania. To wyrażanie swoich niepokojów, obaw o prawidłowość własnego rozwoju fizycznego, jest ważne, ponieważ obawy zdławione mogą tworzyć w świadomości nastolatka lękowe pytania o swoją „normalność” nie tylko w sferze seksualnej, ale także w innych sferach życia.

3. Zainteresowania seksualne

Dziedzina seksualna jest dla młodego człowieka bardzo ważna. Nie może on nie myśleć i nie może nie interesować się budzącą się w nim seksualnością. Chodzi jedynie o to, aby to zainteresowanie miało charakter integralny, to znaczy, aby nie prowadziło do narcystycznej koncentracji na doznaniu zmysłowym, ale łączyło sferę fizyczną z dojrzałą i odpowiedzialną miłością. Zainteresowanie własną seksualnością ma otwierać człowieka na płeć przeciwną, a nie zamykać go we własnych, subiektywnych doznaniach i odczuciach. Seksualność jest miejscem budowania relacji międzysobowych, miejscem dawania miłości i nowego życia.

Młody człowiek jest dzisiaj bardzo często nieprzygotowany, aby właściwie ustosunkować się do tej nowej energii, która się w nim budzi w okresie dojrzewania. Uświadczenie seksualne, o którym mówiliśmy poprzednio, jest bardziej życzeniem i ideałem, niż istniejącą rzeczywistością. „Najpoważniejszym problemem w wychowaniu seksualnym, z jakim spotkałem się w moim życiu, jest brak jasnego i wyraźnego, często jakiegokolwiek, wychowania w tej

dziedzinie ze strony rodziców, szkoły, społeczeństwa, również Kościoła” – skarży się młody chłopiec w ankiecie.

Nastolatki bardzo rzadko rozmawiają szczerze i otwarcie na temat własnej seksualności z osobami dorosłymi. Częściej natomiast rozmawiają ze swoimi rówieśnikami. To właśnie przez rówieśników bywa młody człowiek najczęściej uświadamiany seksualnie. Wprowadzenie w dziedzinę seksualną przez rówieśników zawiera jednak w sobie dwa zasadnicze niebezpieczeństwa. Po pierwsze – wśród młodzieży krąży bardzo dużo nieprawdziwych informacji dotyczących seksualności, informacji opartych o niedojrzałe doświadczenia i odczucia seksualne. Są one zwykle zawężone niemal wyłącznie do sfery fizycznej. Pomijają natomiast całą sferę emocjonalności i duchowości człowieka. Informacje o ludzkiej seksualności krążące wśród młodzieży nierzadko oparte są także na brukowej literaturze, która zwykle koncentruje się tylko na doświadczeniach zmysłowych. Młody człowiek ulegający fascynacji seksualnością nie jest jeszcze w stanie przewidzieć negatywnych skutków oddzielenia fizycznego działania seksualnego od miłości i odpowiedzialności za siebie i drugiego.

Po drugie – seksualne rozmowy z rówieśnikami (szczególnie wśród chłopców) nierzadko cechują się brutalnością, a nawet pewnym cynicznym podejściem do seksualności. Ukazują one tę ważną, ale jednocześnie delikatną dziedzinę ludzkiego życia, od najgorszej strony: od strony nadużyć, deprawacji czy nawet pewnych dewiacji seksualnych. U wielu młodych, niepewnych siebie ludzi i jednocześnie nie mających „zielonego pojęcia” o seksualności ludzkiej, takie wprowadzenie może robić wrażenie, że wszyscy w taki właśnie brutalny sposób traktują „te sprawy”. Takie „wychowanie seksualne” nie jest wprowadzeniem do integracji seksualnej. Młody człowiek chętnie jednak korzysta z tych prymitywnych informacji swoich rówieśników wówczas, kiedy brak mu jakiegokolwiek informacji.

4. „Dlaczego trzeba panować nad popędem seksualnym?”

Pytanie to, które znalazłem także w przeprowadzonej ankiecie, zadaje sobie wielu młodych ludzi nie tylko o okresie dojrzewania. Spróbujmy na nie krótko odpowiedzieć.

Wraz z fizycznym dojrzewaniem seksualnym rodzą się także potrzeby seksualne. Określenie „potrzeby seksualne” jest jednak bardzo ogólne i mówi niewiele. Na przykład zupełnie inny charakter mają rodzące się potrzeby i pragnienia seksualne w okresie dojrzewania u chłopców, inne u dziewcząt. Jakość i siła tych pragnień i potrzeb jest bardzo zindywidualizowana i uzależniona zwykle od wcześniejszego rozwoju seksualnego, od przeżytych doświadczeń, od stopnia koncentracji na własnej sferze erotycznej i całego wcześniejszego wychowania seksualnego.

I chociaż dopiero w okresie dojrzewania budzi się zdolność do fizycznego działania seksualnego, to jednak wielu młodych ludzi jest bardzo skoncentrowanych na własnej sferze erotycznej już na długo przed fizycznym dojrzewaniem. W takiej sytuacji siła napięć seksualnych, rodzących się potrzeb i pragnień seksualnych jest zwykle o wiele większa i głębsza, niż u tych, którzy nie posiadali takich doświadczeń przed okresem dojrzewania. Jeżeli natomiast młody człowiek wchodzi w okres dojrzewania z „uśpioną” jeszcze seksualnością, wtedy dopiero budzą się pierwsze odczucia, pragnienia i potrzeby seksualne.

Nastolatek powinien uczyć się panowania nad budzącym się popędem seksualnym. Winien nim kierować. „Celem autentycznego wychowania seksualnego jest ustawiczny rozwój w opanowaniu podniet, by dojść z czasem do prawdziwej miłości ofiarnej”⁷. Popęd

⁷ *Wytyczne Wychowawcze Kongregacji do spraw Wychowania Katolickiego*, Rzym 1983, 98.

seksualny jest jedną z potrzeb człowieka. Nie jest jedyną. Młody człowiek doświadcza wielu innych potrzeb i pragnień: poznawania świata, otwierania się i wyjścia do innych, fascynacji emocjonalnej drugim człowiekiem (zakochanie), potwierdzenia swojej wartości w działaniu, potrzeby ideałów, określenia celu i sensu swojego życia, potrzeby ruchu i aktywności fizycznej itd. Na podstawie bardzo wielu rozmów z ludźmi młodymi, mogę powiedzieć, że potrzeby seksualne nie stają się dominujące i nie „zadreczają” młodego człowieka, jeżeli bywają dostrzegane w całym kontekście innych, o wiele ważniejszych i bardziej fundamentalnych w tym okresie życia ludzkich potrzeb. Nie chodzi bynajmniej o lekceważenie odczuć seksualnych, ale o umieszczenie ich w hierarchii innych potrzeb i pragnień ludzkich. Jeżeli odwołamy się do hierarchii przykazań Bożych, to możemy powiedzieć, iż potrzeby seksualne są „szóste”. Realizacja pierwszych pięciu potrzeb sprawia, iż „szósta” potrzeba nie dominuje nad całym życiem młodego człowieka.

Wielu wychowawców zwraca uwagę na zależność, jaka istnieje – szczególnie w okresie dojrzewania – pomiędzy napięciami seksualnymi a wysiłkiem fizycznym. Uprawianie sportu, praca fizyczna, turystyka i związane z nimi życie społeczne, to jeden z dobrych sposobów odwracania uwagi młodego człowieka od koncentracji na własnych odczuciach, napięciach i pragnieniach seksualnych. Jest bowiem rzeczą ważną, żeby młody człowiek nie koncentrował się na własnej sferze erotycznej przez samoobserwację napięć seksualnych, śledzenie wyobrażeń czy pragnień seksualnych⁸.

⁸ Doradzanie jednak wysiłku fizycznego i sportu jako jedynego lekarstwa na problemy seksualne byłoby oczywiście zbytym uproszczeniem. U podłoża silnych napięć, pragnień i potrzeb seksualnych, które stanowią dla człowieka problem, są także inne głębsze problemy emocjonalne, których nie da się wyeliminować jedynie przez zewnętrzną aktywność sportowo-ruchową.