

Fletëpalosje për prindër

# ÇKA ËSHTË EDUKIMI SEKSUAL?



# ÇKA ËSHTË EDUKIMI SEKSUAL?

Edukimi gjithëpërfshirës seksual është fitimi i njohurive dhe aftësive të cilat mundësojnë zhvillimin dhe praktikimin e shprehive, qëndrimeve, cilësive, vlerave dhe sjelljeve për rritje dhe zhvillim të shëndetshëm. Përfshin informata shkencërisht të sakta në lidhje me zhvillimin njerëzor, anatominë dhe shëndetin riprodhues, si dhe informata në lidhje me kontracepsionin, lindjen e fëmijës dhe infeksionet seksualisht të transmetueshme (IST), përfshirë HIV-in. Po ashtu kjo shkon përtej informacioneve, duke u ndihmuar të rinjve që të eksplorojnë dhe të zhvillojnë vlera pozitive në lidhje me shëndetin e tyre seksual dhe riprodhues. Ky edukim përfshin diskutime në lidhje me jetën familjare, marrëdhëniet, kulturën dhe rolet gjinore, dhe gjithashtu adreson të drejtat e njeriut, barazinë gjinore dhe kërcënime të tilla si diskriminimi dhe abuzimi seksual. Po ashtu, u ndihmon të rinjve që të zhvillojnë vetëvlerësim dhe aftësi jetësore që e inkurajojnë të menduarit kritik, komunikimin e qartë, vendimmarrjen e përgjegjshme dhe sjellje të respektueshme.



Edukimi gjithëpërfshirës seksual:

- Nxist respektin për të drejtat e njeriut dhe diversitetin
- Inkurajon aftësitë e të menduarit kritik dhe pjesëmarrjen e të rinjve në vendimmarrje
- Zhvillon qëndrime që promovojnë barazinë dhe përfshirjen gjinore
- Komunikon me një qasje pozitive të ciklit jetësor ndaj seksualitetit
- Përmban informacion shkencërisht të saktë
- Ofron një mjedis të sigurt dhe të shëndetshëm të të mësuarit
- Përfshin metodat pjesëmarrëse të mësimdhënies për të ndihmuar në forcimin e aftësive të komunikimit dhe aftësive vendimmarrëse
- Adreson pabarazinë gjinore, dobësitë, përjashtimin dhe shkeljet e të drejtave të njeriut, përfshirë dhunën me bazë gjinore dhe abuzimin seksual

Edukimi gjithëpërfshirës seksual i referohet të pajisurit të fëmijëve dhe të rinjve me informata, **njohuri dhe aftësi** të cilat u **mundësojnë zhvillimin dhe praktikimin** e tyre për rritje dhe zhvillim të shëndetshëm.

## PSE ËSHTË I NEVOJSHËM EDUKIMI SEKSUAL?

Edukimi gjithëpërfshirës seksual luan një rol vendimtar në adresimin e shëndetit dhe mirëqenies së fëmijëve dhe të rinjve. Edukimi gjithëpërfshirës seksual i fuqizon të rinjtë të marrin vendime të informuara në lidhje me marrëdhëniet dhe seksualitetin, shtatzënitë e hershme dhe të paqëllimta, HIV-in dhe infeksionet e tjera seksualisht të transmetueshme (IST), të cilat akoma paraqesin rreziqe serioze për shëndetin dhe mirëqenien e tyre.

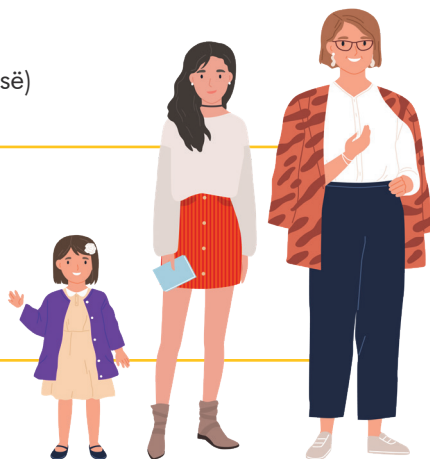
**Informacionet  
e sakta rreth  
seksualitetit dhe  
seksit janë shumë  
me rëndësi për të  
tashmen dhe të  
ardhmen e tyre**

# KUR DUHET TË FLASIM ME FËMIJËT?

Në ditët e sotme fëmijët hulumtojnë për seksin/seksualitetin shumë më herët se dikur. Ju nuk duhet të nxitoni por duhet të keni parasysh që pa komunikuar me fëmijën nuk mund të dini sa di ai/ ajo për këtë çështje. Kjo varet nga:

- Moshë e fëmijës
- Pjekuria
- Informatat e parapara
- Vlerat tuaja dhe niveli i komfortit (rehatisë) për komunikim

Edukimi mbi seksualitetin është proces gjatë gjithë jetës, që fillon nga lindja dhe vazhdon gjatë fëmijërisë së hershme, arsimin fillor të mesëm të ulët, arsimin të mesëm të lartë dhe vazhdon tutje si i rritur.



Prej lindjes fëmija mëson për dashurinë, prekjen, marrëdhëniet, etj.

Foshnjët dhe fëmijët mësojnë për edukimin seksual nëpërmjet prindërve duke i parë dhe vëzhguar ata, për shembull: marrëdhëniet, emocionet, ndërveprimin, lojën që bëjnë me ta, mësimin për organet e trupit (emërtimet, funksionet).



Kur fëmija bëhet adoleshent zhvillon marrëdhënie me familjen në një ambient social më të gjerë, të cilat vazhdojnë të japin mesazhe rreth sjelljeve, qëndrimeve dhe vlerave seksuale.



### Më mirë të flasim më herët sesa një minutë më vonë!

Studimet kanë treguar se edukimi i fëmijëve mbi seksualitetin nuk rrit apo nxit aktivitetin seksual por e ndihmon dhe e dërgon sigurt, fëmijën dhe nesër të rriturin, drejt veprimeve pozitive, të drejta dhe të sigurta të cilat kanë ndikim sot dhe në të ardhmen

## MOMENTET E PËRSHTATSHME DHE SFIDAT

Shfrytëzoni sa më shumë momentet e përshtatshme. Biseda duhet të fillohet nga cilido prind/kujdestar i cili ndjehet rehat dhe i qetë në komunikim me fëmijën. Këto momente janë përreth jush:

- Kur ju dhe fëmija shihni ndonjë grua shtatzënë, kur shikoni televizor, kur shikoni reklama ku reklamohet prezervativi, reklama për peceta apo skena dashurie.
- Shfrytëzoheni këtë mundësi të flisni për ndjenjat, vlerat dhe pyesni fëmijën se a ka ndonjë pyetje.
- Nuk është me rëndësi vetëm sasia se sa kohë flisni por me rëndësi është që të krijoni besimin tek fëmija, ashtu që kurdoherë që ka nevojë të komunikojë, personi i parë me të cilin do ta bënte këtë të jeni ju.

Zhvillimi seksual fillon që në lindje dhe ndikohet nga shumë ndryshime fizike por edhe nga niveli i njohurive dhe besimeve të cilat krijohen varësisht nga ajo se çka vëzhgon fëmija dhe mënyra se si e edukojmë për nga aspekti socio-kulturor e fetar.

Duke folur hapur me fëmijët tuaj për marrëdhëniet, intimitetin, dhe seksualitetin, ju mund ta nxisni rritjen dhe zhvillimin e tyre të shëndetshëm dhe të siguroni që të marrin vendime të mira në lidhje me marrëdhëniet dhe intimitetin.

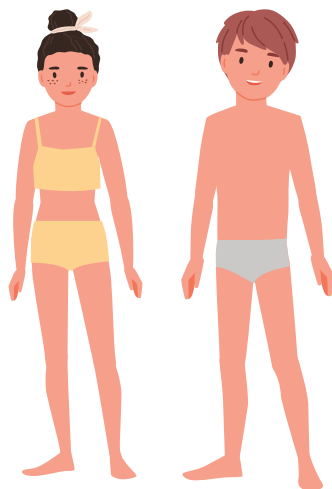
## PYETJET QË BËJNË FËMIJËT E VEGJËL (TË MOSHËS 4-9 VJEÇ)

Fëmijët shumë të vegjël janë të natyrshëm, të hapur dhe kurioz për trupat e tyre, të njerëzve të tjerë dhe funksionet trupore, të tilla si prekja e gjinjve të grave, ose dëshira për të parë kur të rriturit shkojnë në tualet. Duke u rritur, rreth moshës 4-6 vjeçare, bëhen më shumë të vetëdijshëm për ndryshimet midis djemve dhe vajzave. Ata mund të fillojnë "të luajnë mjekun" dhe kopjojnë sjelljet e të rriturve të tilla si puthja dhe mbajtja e duarve, bëhen gjithnjë e më të vetëdijshëm për rregullat shoqërore që e rregullojnë sjelljen dhe gjuhën seksuale. Ata gjithashtu mund të bëjnë më shumë pyetje në lidhje me çështjet seksuale, të tilla se si vijën foshnjat dhe pse djemtë dhe vajzat janë fizikisht të ndryshëm.



## SEKSUALITETI TEK FËMIJËT E VEGJËL

Fëmijët e vegjël eksplorojnë trupin e tyre dhe të bashkëmoshatarëve të tyre, gjë që mund t'i bëjë prindërit/kujdestarët të pyesin veten ose rrethin se a është çdo gjë në rregull me fëmijën, a është normale kjo sjellje apo këto pyetje ose të kërkojnë ndihmë nga profesionistët.



Ruajtja e qetësisë nga ana e prindërve/kujdestarëve është e një rëndësie të veçantë, përfshirë zërin dhe qasjen. Më së miri është që në mënyre të qetë të pyetet secili fëmijë çfarë po bënte, si u erdhi ideja, si mësuam për atë veprim, si u ndjenë kur e bënë atë veprim? Kur fëmijët bëjnë sjellje të tilla kjo tregon se është koha që ata duhet të mësojnë diçka në këtë aspekt dhe gjithnjë duke pasur parasysh situatën, prindi mund t'ua mësojë fëmijëve se është në rregull të jenë kurioz për trupat e njerëzve të tjerë, por që pjesët intime duhet të mbahen private, madje edhe me miqtë.

## PYETJET QË BËJNË FËMIJËT E MOSHËS PARA-ADOLESHENTE (8,9-10,11 VJEÇ)

Duke u rritur, fëmijët fillojnë të turpërohen dhe të mos bëjnë pyetje. Fillojnë të duan më shumë privatesi (për shembull, të mos duan të zhvishen para njerëzve të tjerë) dhe ngurrojnë të flasin me të rriturit për çështje seksuale. Vërehet prekja e qëllimshme e pjesëve intime (masturbimi),

luajtja e lojërave me fëmijë të moshës së tyre që përfshijnë sjellje seksuale si duke luajtur familje, ose të dashurin / të dashurën. Bëjnë përpjekje për të parë njerëzit e tjerë lakuriq ose duke u zhveshur e gjithashtu fillojnë shikimin e fotove të njerëzve të zhveshur ose pjesërisht të zhveshur, shikimin / dëgjimin e përmbajtjeve seksuale në media (televizion, filma, lojëra, internet, muzikë, etj.) si dhe fillimin e tërheqjes seksuale / interesimit ndaj bashkëmoshatarëve.







Në të njëjtën kohë ata nuk kanë dëshirë të kuptohet nga ana e të tjerëve përmbajtja e bisedave, postimeve në rrjete sociale, etj. Po ashtu edhe komunikimi jo verbal i tyre fillon të avancohet, fillojnë përqaqimet, prekjet, puthjet e para duke treguar kësaj ndjenjë e dashurisë, përkushtimit dhe interesimit ndaj të tjerëve.

Krahas kujdestarit në klasë edhe prindi kësaj duhet të bëjë biseda të hapura me fëmijët duke parashtruar pyetje dhe duke u përgjigjur në pyetjet eventuale të fëmijëve të tyre si:

Cilat janë vlerat e mia? Çfarë dëshiroj të jem në shoqëri? apo Si dëshiroj që shoqëria të më shohë? A jam i kënaqur me atë që jam? A jam pjesë e shoqërisë apo si përshtatem me të?, etj.



## SEKSUALITETI TEK ADOLESHENTËT (MOSHAT 10 DERI 19 VJEÇ)

Sapo fëmijët ta arrijnë pubertetin, interesimi i tyre për seksin rritet dhe vazhdon gjatë gjithë adoleshencës. Nuk ka asnjë mënyrë për të parashikuar se si do të silltet një adoleshent seksualisht. Shumica e adoleshentëve i eksplorojnë marrëdhëniet me njëri-tjetrin, bien në dashuri dhe kryejnë marrëdhënie seksuale përpara moshës 20 vjeçare.



**Abort**



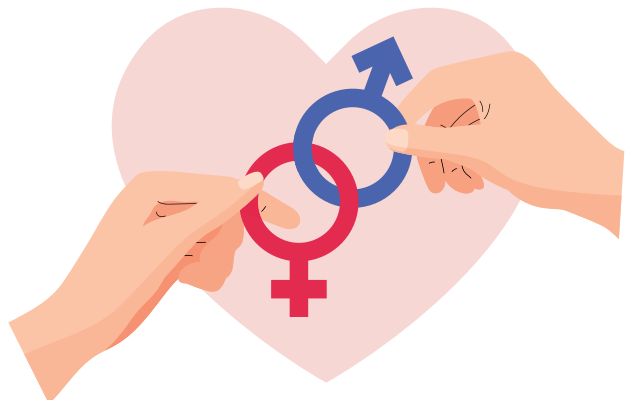
Statistikat tregojnë se në disa shtete shumë vajza ngelin shtatzënë dhe shumë prej tyre kryejnë aborte.

Prandaj diskutimi nga ana e prindërve në kohën e duhur me adoleshentët/fëmijët e tyre për kontracepsionin mund të parandalojë edhe shtatzënitë e hershme të paplanifikuara si dhe sëmundjet seksualisht të transmetueshme .

Adoleshentët kanë shumë pyetje në vete dhe shpesh mendojnë për trupin dhe seksualitetin e tyre. Studime të shumta shkencore kanë treguar se adoleshentët që janë të informuar mirë kanë më pak seks të pambrojtur, më pak shtatzëni të padëshiruara dhe të paplanifikuara dhe se në përgjithësi, marrëdhëniet e tyre të para seksuale ndodhin në moshë të vonshme.

## **PYETJET QË BËJNË TË RINJTË E MOSHËS 20 E MË SHUMË VJEÇ**

Mosha ka një rëndësi të veçantë jo vetëm në sjelljen e personave por edhe në dëshirat e tyre jetësore apo seksuale. Tema e seksualitetit është një ndër më të ndërlikuarat dhe më të sikletshmet për t'u diskutuar. Shumë pyetje iu lindin të dy gjinive (femrave, meshkujve) për seksualitetin.



Disa pyetje që mund të parashtrohen për seksin dhe seksualitetin janë:

**1**

Çka kuptojmë me seks të sigurt?

**2**

Cila metodë kontraceptive është më e mira?

**3**

Cila është mënyra më e përshtatshme për të vënë prezervativin?

**4**

Si mund të merren infeksionet seksualisht të transmetueshme?

**5**

A mund të shërohen infeksionet seksualisht të transmetueshme?

**6**

Çka është dallimi midis dashurisë dhe seksit?

**7**

Kur jemi të pjekur mjaftueshëm sa për të pasur marrëdhënie seksuale?

**8**

Si fitohet HIV/AIDS/SIDA?

**9**

Nga kush mund të merret HIV/AIDS?

**10**

Njerëzit që kanë HIV/SIDA, a duhet izoluar?

**11**

Dhe pyetje të tjera

Duke dëshiruar që secilit individ, fëmijë, nxënës dhe prind t'ua lehtësojmë procesin e të mësuarit lidhur me seksualitetin, MASH me mbështetjen e UNFPA-së ka hartuar udhëzuesit për mësimdhënës të të gjitha niveleve të arsimit parauniversitar që ta trajtojnë përmbajtjen e edukimit seksual ashtu siç e parasheh Kurrikula e Kosovës.

Ju dëshirojmë sukses.



Republika e Kosovës  
Republika Kosovo-Republic of Kosovo  
Qeveria e Kosovës-Vlada Kosova-Government of Kosovo

MINISTRIA E ARSIMIT, SHKENCËS DHE E TEKNOLOGJISË  
MINISTRATSTVO OBRAZOVANJA NAUKE I TEHNOLOGIJE  
MINISTRY OF EDUCATION, SCIENCE AND TECHNOLOGY

“Zhvillimi i këtij manuali është bërë i mundur me mbështetjen e Fondit  
për Popullsi të Kombeve të Bashkuara - UNFPA zyra në Kosovë”