



Rozmowy z dziećmi o dojrzewaniu – rola ojca

Warszawa, 17 czerwca 2019 – Wydawać by się mogło, że w dzisiejszych czasach potrafimy rozmawiać o wszystkim, jednak nadal tematyka dojrzewania wywołuje poczucie zakłopotania u rodziców, niezależnie od płci. Kampania „Porozmawiajmy Mamo” koncentruje się przede wszystkim na wspieraniu mam w prowadzeniu rozmów z nastoletnimi córkami m.in. o pierwszej miesiączce. Jednak nie zapominamy również o ojcach, a zbliżający się Dzień Ojca jest pretekstem do zwrócenia uwagi na to, jak ważna jest ich postawa oraz otwarta komunikacja w tej sferze.

Miesiączka w wielu polskich domach jest wciąż tematem tabu, a ciężar przygotowania dziewczynki do zmian towarzyszących dojrzewaniu przenoszony jest na szkołę. Jak pokazały wyniki badania przeprowadzonego w 2018 roku przez Kantar Polska¹, matki nie wiedzą w jaki sposób rozmawiać z córkami na temat menstruacji i dojrzewania. Ta sytuacja dotyczy również mężczyzn, wielu z nich nie jest gotowych do podjęcia rozmowy na „te tematy”. Często wynika to z doświadczenia wyniesionego z domu, gdzie rodzice np. unikali poruszania tematu dojrzewania, a matki i siostry ukrywały fakt, że mają miesiączkę. Tę sytuację pogłębia traktowanie okresu jako tematu wyłącznie „kobiecego”. Tymczasem uczestniczenie ojca w tym aspekcie edukacji i rozwoju jest bardzo ważne.

„Unikanie przez rodziców tematu menstruacji i dojrzewania często wynika z ich niewiedzy czy wstydu przed poruszeniem intymnych kwestii z dziećmi. Jednak ani szkoła, ani rówieśnicy nie zastąpią szczerzej rozmowy z dzieckiem na temat tego, co dzieje się z organizmem podczas dojrzewania i czym jest menstruacja. Jeśli do tej pory jako rodzice omijaliśmy ten temat, warto przełamać tabu” - mówi Agnieszka Górecka, ekspert kampanii „Porozmawiajmy Mamo”, Wiceprezeska Fundacji Edukacji Społecznej, pedagogka, edukatorka seksualna. „Na początek, aby zadbać o swój komfort należy poszukać informacji na temat dojrzewania i menstruacji z wiarygodnych źródeł. Zarówno w księgarniach, jak i w Internecie można znaleźć liczne materiały, które w przystępny i rzetelny sposób przedstawiają zagadnienie cyklu menstruacyjnego, miesiączki, owulacji i towarzyszących im zmian. Pomoże to w podjęciu rozmowy z dziećmi, nawet jeśli nigdy nie poruszaliśmy tego tematu wcześniej. Pamiętajmy, że na budowanie relacji nigdy nie jest za późno. Warto się również zastanowić, w jaki sposób my jako tata czy mama podchodzimy do menstruacji. W dużej mierze to jak rodzice mówią o miesiączce, czy mąż wspiera kobietę w tym czasie czy unika tematu i wstydzi się pójść do sklepu po podpaski, odzwierciedli się w tym, jak będą ten temat traktowały dzieci” - zaznacza Górecka.

Tata okazując córce wsparcie w tym szczególnym czasie, jakim jest dojrzewanie, daje jej również poczucie bezpieczeństwa i pewności siebie, a poprzez swoją mądrą reakcję uczy, że menstruacja nie jest powodem do wstydu, a czymś normalnym i naturalnym. Dotyczy to również rozmów z synami.

¹Raport z badania jakościowego „Młode kobiety” przeprowadzonego na zlecenie Sanofi. Celem badania było uzyskanie odpowiedzi na pytania: „Jak kobiety wspominają pierwszą miesiączkę? Skąd czerpały wiedzę na temat miesiączki? Jakie mają postawy i podejście do menstruacji?”. Badanie Kantar Polska wykonano metodą wywiadów indywidualnych i grupowych w terminie grudzień 2017 – styczeń 2018. Dane w posiadaniu firmy.



„Nie można zapominać o edukacji chłopców. Ich niewiedza w tej kwestii jest najczęstszym źródłem niechęci i obrzydzenia oraz podtrzymuje tabu wokół miesiączki. Chłopiec tak samo jak dziewczynka, powinien wiedzieć czym jest miesiączka, jak przebiega, że czasem towarzyszy jej ból i dyskomfort. Młody mężczyzna, który posiada taką wiedzę i temat ten nie stanowi dla niego tabu, nie będzie wyśmiewał swoich koleżanek, gdy usłyszy, że mają okres lub wypadnie im z plecaka podpaska” - mówi Kamila Raczyńska-Chomyn, ekspert kampanii „Porozmawiajmy Mamo”, edukatorka seksualna, znana również jako Pani Miesiączka. „Ponadto młodzi chłopcy kiedyś będą mieli partnerkę, żonę i może również własną córkę. Wynosząc dobre wzorce ze swojego domu będą mieli większe szanse, aby być dla nich realnym wsparciem” - dodaje Kamila Raczyńska.

Celem projektu „Porozmawiajmy Mamo” jest przekazanie rodzicom pomocnych narzędzi do rozmowy z dziećmi, nie tylko w kontekście nadchodzących zmian fizjologicznych u dziewcząt, ale również zmian związanych z psychiką i emocjami młodej, dojrzewającej kobiety. W ramach kampanii powstała specjalna platforma edukacyjna www.porozmawiajnymamo.pl stworzona we współpracy z Fundacją Kosmos dla Dziewczynek, na której można zapoznać się z materiałami, przygotowanymi przez ekspertów. Działania prowadzone są również na kanale YouTube „Porozmawiajmy Mamo” oraz kanale społecznościowym Facebook, poprzez akcję hasztagową w mediach społecznościowych #porozmawiajnymamo. We wrześniu rozpocznie się także cykl webinarów edukacyjnych skierowanych do rodziców dojrzewających dzieci.

Organizatorem kampanii „Porozmawiajmy Mamo” jest firma Sanofi. Partnerem inicjatywy jest Fundacja Edukacji Społecznej.

Dodatkowych informacji udziela:

Alicja JABŁOŃSKA - KRZYWY
PR Manager Consumer Healthcare, SANOFI
tel.: +48 22 280 82 45 - tel. kom. : +48 724 247 245
e-mail: alicja.krzywy@sanofi.com

Informacje o Sanofi

Sanofi wspiera pacjentów w pokonywaniu wyzwań zdrowotnych. Jesteśmy globalną firmą biofarmaceutyczną skoncentrowaną na zdrowiu ludzkim. Zapobiegamy chorobom za pomocą szczepionek, dostarczamy innowacyjne sposoby leczenia bólu i łagodzenia cierpienia. Wspieramy zarówno tych, którzy cierpią na choroby rzadkie, jak również miliony pacjentów zmagających się z chorobami przewlekłymi. Dzięki zaangażowaniu ponad 100 000 pracowników w 100 krajach, Sanofi przekształca innowacje naukowe w rozwiązania opieki zdrowotnej dostępne na całym świecie. Jedną z 112 fabryk Sanofi, jest zlokalizowana w Rzeszowie. Sanofi w Polsce zatrudnia blisko 1000 pracowników. Według danych IMS Health Polska, Sanofi zajmuje jedno z wiodących miejsc w krajowym rankingu największych firm farmaceutycznych. Sanofi, Empowering Life

Więcej informacji: www.sanofi.pl  [Sanofi Polska](https://www.linkedin.com/company/sanofi-polska)  [@SanofiPolska](https://twitter.com/SanofiPolska)  [SanofiPolska](https://www.instagram.com/SanofiPolska)