



Bērns redzēja pornogrāfiju – nu un kas?

*Agnese Sladzevska,
centra „Dardedze” valdes locekle*

Kad gadumijā tika laista klajā Krisa Dūves grāmata vecākiem „Klikšķini šeit, Tomas!” par palīdzību bērniem, kuri saskaras ar pornogrāfiju internetā, sociālajos tīklos bija lasāmas pretrunīgas reakcijas. Izskanēja viedoklis, ka problēma ir izdomāta: arī daudzi no mums, pieaugušajiem, pirmo seksuālo audzināšanu esot ieguvuši no pornogrāfiskiem materiāliem, un nekas mums nekaiš. Tā kā 11. februāris visā pasaulei ir Drošāka interneta diena, šis ir labs brīdis izvērtēt interneta drošības principus katram savā ģimenē, tāpēc šajā rakstā pastāstīsim par pornogrāfijas radītajām sekām, ko redzam mūsu organizācijas klientos – bērnos.

Mazākiem bērniem – lielāks risks

Bērnu ziņkārība nav nekas jauns, taču, pateicoties interneta izplatībai, pornogrāfiska, vardarbīga un cita bērniem nepiemērota satura pieejamība pašlaik ir tāda kā nekad agrāk. Ekrānierīces bērniem tiek rādītas dažkārt jau kopš zīdaiņa vecuma. Ja bērns potenciāli kaitējošu saturu vēl nemeklē pats, šis saturs uzirst reklāmas logos, bet „Youtube” multfilmu izvēlnē dažu klikšķu attālumā ir filmiņas, kuras var šokēt pat pieaugušo. Ceturtā daļa bērnu ir redzējuši pornogrāfisku saturu pirms 12 gadu vecuma, 68% pusaudžu ir sasta-

pušies ar pornogrāfiskiem materiāliem nejauši („The Journal of Sex Research”, 2016), un bieži sākumskolas vecuma bērniem pornogrāfiskus materiālus parāda kāds vecāks skolasbiedrs vai kaimiņu bērns.

Pie centra „Dardedze” psihologiem arvien biežāk vēršas ģimenes, kuras pamanījušas negatīvas izmaiņas bērna uzvedibā. Tām, protams, var būt arī daudzi citi iemesli, tāpēc to, ka konkrētās izmaiņas var būt veici-nājusi pornogrāfijas skatīšanās, secinām, ja kāds bērnu „pieķer” to skatāmies vai arī bērns pats to ir pateicis. Bērnos redzamas tādas pazīmes kā trauksme, pārņemtība ar domām par redzēto, kas kavē iespēju mācīties, koncentrēties un atcerēties, var būt vēlme atkārtoti meklēt un skatīties pornogrāfiskus materiālus. Dažkārt bērns arī cenšas imitēt ekrānā redzētās darbības ar citiem bērniem dārziņā vai skolā, tai skaitā veicot orālo un anālo seksu, un tas nav retums. Seksuāla izmantošana, pēc Valsts policijas datiem, ir izplatītākais nozie-gumu veids pret bērniem Latvijā, un būtiskā daļā gadījumu pāridarītājs ir cits nepilngadīgais.

Mazu bērnu acīs pornogrāfija ir pielīdzināma vardarbīgām un citām satraucošām ainām, kas biedē, iespiežas atmiņā uz ilgu laiku, kā arī var ietekmēt viņu izpratni par dzimumu lomām un attiecībām.

Jautu šo informāciju apstrādāt un turēties pretī tās ietekmei. Mazu bērnu acīs pornogrāfija ir pielīdzināma vardarbīgām un citām satraucošām ainām, kas biedē, iespiežas atmiņā uz ilgu laiku, kā arī var ietekmēt viņu izpratni par dzimumu lomām un attiecībām. Kāds 9 gadus vecs bērns par pornogrāfiju vaicāja: „Vai tiešām man tas būs jādara?” Bērnam var rasties grūtības ievērot robežas attiecībās, tāpēc rodas risks, ka pieaugušie vai citi bērni viņu var pakļaut seksuālai izmantošanai. Baiļu dēļ var rasties arī pilnīgs noliegums pret seksualitātes tēmu, kas savukārt traucē bērnam apgūt vecumam atbilstošu informāciju par ķermeņa attīstību un seksualitāti.

Tas ir normāli, ka, sākot no 13–14 gadu vecuma, pusaudzis meklē un interesējas par seksuāla rakstura saturu, tomēr vairāk pornogrāfiska satura materiālus meklē tie bērni, kuriem ir izteiktāka trauksmes un vientulības sajūta. Būtiski, lai vecāki arī pusaudža gados saglabātu pozitīvu kontaktu ar bērnu un palīdzētu viņam veselīgi aizpildīt laiku. Arī šajā vecumposmā redzētais var radīt atkarību un vēlmi redzēto atdarināt – jāatceras, ka bērns vadās pēc pieaugušo piemēra un cenšas pieaugušos imitēt visās jomās. Tāpat jaunietim vēlāk var rasties problēmas just uzbuldinājumu, esot kopā ar reālu partneri. 88% ainu no populārākajiem pornogrāfiskajiem materiāliem satur fizisku agresiju, bet 72% pusaudžu tajos redzējuši nelabprātīgas sek-suālas attiecības (pētījums „Youth and Porn”, Jaunzēlande, 2017). Bērns iemācās, ka tāds ir sekss – nereti sievieti pazemojošs un vardarbīgs – un tam nav nekāda sakara ar mīlestību, uzticēšanos un intimitāti.

Vecāku loma bērnu personiskajā drošībā

Ļoti būtisks vecāku uzdevums ir preventīva saruna ar bērnu. Vai bērns izstāstīs vecākiem, ka ir redzējis pornogrāfiju, ja ģimene par to nekad nav runājusi vai brīdinājusi bērnu, ka par to vajadzētu pateikt? Vis-ticamāk, ne: ja vecāki nav „ieminiņši tacīņu” sarunai par neērtām tēmām, nevaram gaidīt, lai bērni sāktu runāt pirmie. Taču vecākiem sākt sarunu pirmajiem ir pat ļoti vērtīgi – tas dod iespēju parādīt sevi kā pirmo informācijas avotu un iedrošināt bērnus nākt un stāstīt, ko viņi ir redzējuši vai piedzīvojuši. Svarīgi bērnos radīt apziņu, ka viņu zinātkāre ir normāla un uz jebkuru jautājumu tiks atbildēts, savukārt vecākiem būtu svarīgi nejaukt kopā dažādus jēdzienus – pornogrāfija nav tas pats, kas seksualitāte, kailums vai stāsts par to, kā rodas bērni.

Labs brīdis sarunai par drošību internetā ir tad, kad bērns patstāvīgi sāk lietot viedierīces vai ģimene nopērk kādu jaunu ierīci. Varam apspriest, kādi varētu būt riski un kā no tiem izvairīties, kas internetā ir bē-

Visaugstākais risks piedzīvot negatīvas sekas ir bērniem, kas vēl nav sasniegusi pubertātes ve-cumu, – bērni tikko sākuši iet skolā un patstāvīgi lietot internetu, bet vecāki, lai lieki nesatrauktu, ne-reti izvairās runāt par bērnam kaitējošu saturu. Mēs ļaujam bērnam piekļūt visam un sagaidām, ka viņš pats spēs par sevi parūpēties, taču mācēt lietot ie-rīci nav tas pats, kas mācēt sevi pasargāt. Tieks pa-nākts pretējais – bērns nezina, no kā interneta vidē vajadzētu uzmanīties, sastopoties ar nepiemērotu saturu, cenšas to no vecākiem slēpt un nesaņem nepieciešamo atbalstu, lai saprastu un „pārstrādā-tu” redzēto.

Kailums un sekss bioloģiskā limenī var piesaistīt jebkura bērna uzmanību, taču pornogrāfija maza bērna smadzenēm ir pārāk spēcīgs stimuls – vien-kārši sakot, tajās vēl nav attīstījušās „bremzes”, kas

nam piemērots un kas nav, kā arī kopīgi uzrakstīt uz lapas ģimenes interneta lietošanas noteikumus – pārrunājot ekrānierīču lietošanas ilgumu, atpūtas laiku naktī. Pirmsskolas vecuma bērnam par pornogrāfiju jāzina tik daudz (maz), lai viņš spēj to atpazīt un no tās izvairīties. Mēs varam pastāstīt, ka tās ir bildes, filmas vai apraksti, kuros ir redzamas cilvēku intīmās vietas un kuri mūsos var izraisīt satraukumu, no kā pēc tam ir grūti tikt valā. Bērnam ir vajadzīgs vienkāršs un skaidrs plāns, piemēram, aizgriezties, iet prom un pastāstīt, turklāt bērns kopā ar vecākiem var izdomāt arī pats savu plānu. Iepriekš pārdomājot rīcības iespējas, mēs samazinām šīs tēmas noslēpumainību un kaunu.

J a bērns atradis nepiemērotu saturu, sods viņam nepalīdzēs. Viņam vajadzīgs atbalsts, izpratne un praktisks padoms, kā ar līdzīgu saturu rīkoties nākotnē.



Foto: www.thesun.co.uk

Te jāpiemin viens no nevēlamiem scenārijiem, ko var redzēt ģimenēs, – tā ir bērna vainošana. Atskārstot, ka bērns skatījies pornogrāfiskus materiālus, vecāki var sadusmoties (justies bezpalīdzīgi) un keras pie viņa sodīšanas. Bērnā veidojas kauna un vainas izjūta – viņš jūtas slikts un turpmāk slēps pornogrāfijas skatīšanos vēl cītīgāk, saprotot, ka no vecākiem viņš palīdzību nevar gaidīt. Šo gribētos uzsvērt īpaši: ja bērns atradis nepiemērotu saturu, sods viņam nepalīdzēs. Viņam vajadzīgs atbalsts, izpratne un praktisks padoms, kā ar līdzīgu saturu rīkoties nākotnē. Ja vecāki konstatē, ka bērns ir skatījies pornogrāfiju, svarīgākais ir saglabāt mieru un pārrunāt to ar bērnu – noskaidrot, ko bērns ir redzējis, pavaicāt, kā viņš pēc redzētā jūtas, paskaidrot, ka tas ir domāts pieaugušajiem un tas neatspoguļo reālas attiecības. Ja bērns vēl sastapsies ar šādu saturu, aiciniet to jums pastāstīt un atbildiet uz visiem jautājumiem, kas bērnam rodas, vecumam atbilstošā veidā.

Protams, svarīgs ir ne tikai mūsu teiktais, bet arī darītais, jo bērna attieksmi pret savu ķermenī veido vecāki. Ja ģimenē bērns redz, ka vecāki mēdz apskauties, dzird atklātas sarunas par cilvēku attiecībām un jūt cieņu pret katru ģimenes locekļa privātumu, viņš būs vairāk pasargāts no apkārtējās vides nevēlamās ietekmes. Turpretī, ja vecāki mēdz bērnu fiziski sodīt, bērnam tiek iemācīts, ka cits cilvēks drīkst mani aizskart vai sāpināt. Tas iemāca bērnam, ka citiem ir vara pār viņa ķermenī un viņi to var izmantot. Ir svarīgi, lai mājās bērnam būtu iespēja izteikt savas sajūtas un tās tiku sadzirdētas – tad arī bērns neļaus sev darīt pāri un vajadzības gadījumā spēs citiem pateikt „nē”.

Viens no pirmajiem soļiem, ko katrai ģimenei vajadzētu veikt, pirms bērns ir patstāvīgi devies interneta plašumos, ir drošības uzstādījumi „Google”, „Youtube” un tādas lietotnes kā „Family Link”, kas palīdz kontrolēt bērna interneta lietošanas paradumus atbilstoši vecumam (vairāk informācijas Latvijas Drošāka interneta centra tīmekļvietnē <https://drossinternets.lv/lv/materials/download/berniem-nepatikams-saturs-ka-rikoties>).

Jāatgādina, ka pornogrāfija, protams, nebūt nav vienīgais interneta radītais risks un ar bērnu vajadzētu pārrunāt arī tādas tēmas kā pazemošana internetā, iedraudzināšana, sekstings un citi apdraudējumi.

Mēs nevaram izolēt bērnu no interneta un satura, kas viņam nav piemērots. Bet mēs varam būt atbalstoši, interesēties par bērnu un sagatavot viņu dažādām situācijām, pirms tās ir notikušas. Drošība interneta nav virtuāla – tā radītie riski ir reāli. Labāk izstāstīt bērnam (interneta) satiksmes noteikumus, pirms palaižam viņu uz ielas vienu pašu.

Resurss vecākiem un speciālistiem bērnu seksuālas izmantošanas prevenci: www.pasargabernu.lv.