

MERRE KËTË
FLETUSHKË DHE LEXOJE
KUR TË KESH KOHË.



A JE NJË I RI/E RE?

SHUMËLLOJSHMËRIA E MENDIMEVE DHE NDJENJAVE
SEKSUALE GJATË ADOLESHENCËS ËSHTË E ZAKONSHME.

NDONJËHERË SEKSUALITETI YT NË ZHVILLIM E SIPËR
MUND TË TË NGATËRROJË OSE SHQETËSOJË
NDAJ MUND TË JETË E DOBISHME
TË FLISNI ME NJË TË RRIUR TË BESUAR

MOS HARRO –
TI NUK JE VETËM!



Seksualiteti është një dimension
thelbësor i qenies njerëzore gjatë gjithë
jetëgjatësisë së tij.

- Të rinjtë zakonisht fillojnë të zhvillojnë interesa seksuale për të tjerët përgjatë periudhës së pubertetit, disa mund të përjetojnë nevoja ose interesa seksuale edhe më herët.
- Të kesh një interes seksual për bashkëmoshatarët kur rritesh është krejtësisht normale. Adoleshenca përfshin zbulimin e vetvetes dhe vëzhgimin e aspekteve të ndryshme të seksualitetit.
- Disa të rinj mund të dallojnë tek vetja një interes për më të vegjlit se vetja. Të mendosh për aspekte të ndryshme që lidhen me seksualitetin shpesh nuk do të thotë që këto mendime janë të përhershme apo se këto mendime do të ktheheshin ndonjëherë në veprime.

Mendimet seksuale të një të riu ndaj fëmijëve mund të lidhen me një gamë të gjerë faktorësh. Me mbështetjen e duhur, ju mund të eksploroni seksualitetin tuaj në zhvillim e sipër me një të rritur të besuar dhe të thelloni të kuptuarin e vetvetes.

Jeta Sociale

Disa të rinj mund të përballen me sfida në marrëdhëniet me bashkëmoshatarët për arsye të ndryshme, dhe kjo mund ti çojë ta kenë më të thjeshtë e të ndihen më rehat të ndërveprojnë me fëmijë më të vegjël. Është krejtësisht normale që të rinjtë të kenë miq të moshave të ndryshme; nuk ka asgjë të keqe. Megjithatë, kur bëhet fjalë për takime ose për të pasur partnerë seksualë që janë dukshëm më të vegjël, është e rëndësishme të mbani mend se për shkak të ndryshimit në moshë, përfshirja në aktivitet seksual mund të jetë e paligjshme.

Ndryshimet në pubertet

Ndryshimet hormonale gjatë pubertetit mund të intensifikojnë përkohësisht dëshirën tuaj seksuale. Kjo është krejtësisht normale dhe ndonjëherë një i ri mund të vërejë tërheqje seksuale që shfaqet në situata të përditshme ku janë të pranishëm fëmijë dukshëm më të vegjël. Në raste të tilla, është e rëndësishme të respektohen kufijtë dhe limitet ndaj vetes dhe të tjerëve.

Shëndeti mendor

Disa sfida të shëndetit mendor dhe karakteristika të sjelljes, ndonjëherë mund të përfshijnë mendime seksuale ndaj fëmijëve. Këto mund të përfshijnë p.sh. mendime fikse apo vështirësi për të kuptuar shkaqet e veprimeve seksuale.

PSE ËSHTË I RËNDËSISHËM EDUKIMI SEKSUAL?



MIRËQENIA EMOCIONALE

Të kesh njohuri për marrëdhëniet e shëndetshme dhe kufijtë ndikon pozitivisht në mirëqenien tuaj emocionale duke ju ndihmuar të krijoni dhe mbani lidhje pozitive me të tjerët.

PARANDALIMI I DËMIT

Edukimi mund t'ju ndihmojë të kuptoni rëndësinë e respektimit të kufijve tuaj dhe të të tjerëve si dhe të dhënies së pëlqimit, duke reduktuar rrezikun e përfshirjes në sjellje të dëmshme.

FUQIZIMI

Edukimi seksual ju fuqizon të merrni vendime të informuara për trupin dhe marrëdhëniet tuaja, duke ju dhënë mjetet për të mbrojtur limitet dhe mirëqenien tuaj.

PARANDALIMI I VIKTIMITIZIMIT

Duke patur njohuri për sjelljet e papërshtatshme ndaj fëmijëve, mund të zvogëlohen gjasat që ju të bëheni viktimë ose të merrni pjesë pa dashje në veprime të dëmshme.

PASOJAT JURIDIKE

Duhet të jeni të vetëdijshëm se veprimet seksuale që përfshijnë fëmijë dukshëm më të vegjël se ju, mund të jenë të paligjshme dhe mund të çojnë në pasoja të rënda ligjore.

PO SIKUR TË KENI MENDIME SEKSUALE NDAJ FËMIJËVE MË TË VEGJËL?

Seksualiteti në zhvillim

Është e rëndësishme të kuptohet se të kesh mendime dhe ndjenja të herëpashershme seksuale për fëmijët si i ri mund të jetë një pjesë e natyrshme e zhvillimit seksual.

Ndarja e shqetësimeve tuaja

Nëse mendimet dhe ndjenjat po bëhen të vazhdueshme apo nëse ju vetë jeni të shqetësuar për to, është e rëndësishme të flisni me një të rritur të besuar.

Të rriturit e besuar

Një i rritur i besuar mund të jetë një prind, kujdestar ligjor, mësues, punonjës social në shkollë, ose një i rritur tjetër ku ju keni besim. Mund të jetë e vështirë për të diskutuar mbi këto mendime, por marrja e udhëzimeve dhe mbështetjes mund t'ju ndihmojë.

Mendimet dhe ndjenjat nuk janë të paligjshme

Mohimi ose injorimi i mendimeve dhe ndjenjave nuk do t'i bëjë ato të largohen. Është mirë të mbani mend se veprimet sipas mendimeve dhe ndjenjave tuaja seksuale mund të jenë të paligjshme.

Ju mund ta kontrolloni sjelljen tuaj

Ju nuk mund të kontrolloni ndjenjat dhe mendimet seksuale ndaj fëmijëve, por mund të mësoni të kontrolloni sjelljen tuaj në mënyrë që mendimet dhe ndjenjat të mos përkthehen kurrë në veprime seksuale. Është e mundur të jetosh një jetë të mirë me këto mendime dhe ndjenja.

Kërkoni ndihmë

Nëse mendoni se ekziston mundësia që mund të veproni sipas mendimeve dhe ndjenjave tuaja, është e rëndësishme të kërkoni ndihmë për të rritur aftësitë tuaja të menaxhimit të jetës.

JU MUND TË GJENI MBËSHTETJE DUKE TELEFONUAR:

Linja e Këshillimit për fëmijë 116



C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Save the Children



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Commission. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.