

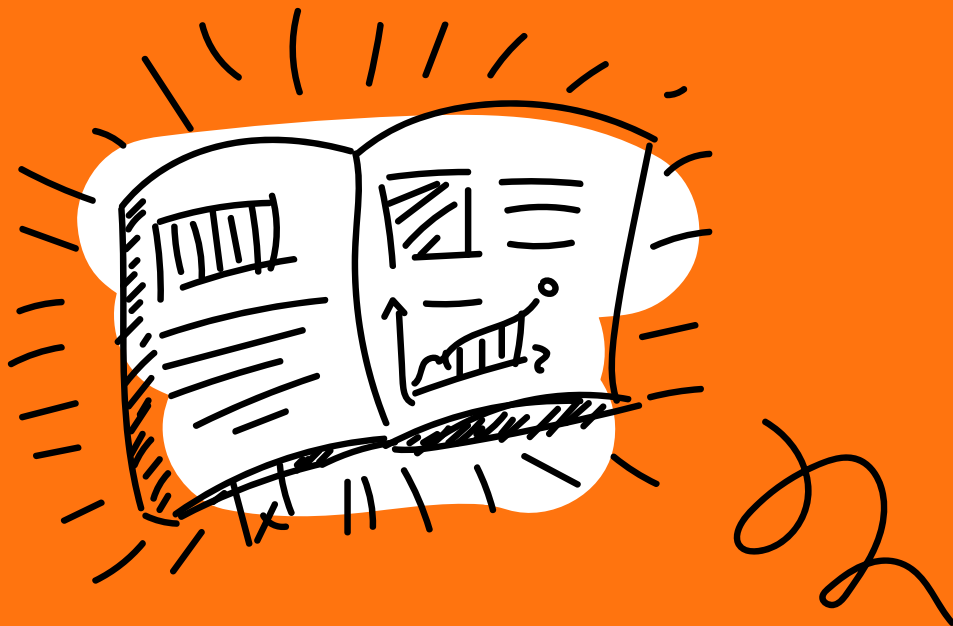


KTO MA WIEDZIEĆ?

NARODOWA
KARTKÓWKA Z WDŻ

jak rozmawiać o seksie!

RAPORT



Od 2018 roku Fundacja SEXEDPL działa na rzecz zapewnienia młodym ludziom, rodzicom i dorosłym kompleksowej, dostosowanej do wieku edukacji seksualnej. W naszych działaniach pokazujemy seksualność w sposób pozytywny. Podkreślamy takie wartości, jak wzajemny szacunek, inkluzywność, równość, empatia i odpowiedzialność. **Codziennie** eksperci Fundacji SEXEDPL odpowiadają na pytania dotyczące podstaw edukacji seksualnej, zdrowia intymnego, czy przeciwdziałania przemocy. Są to zagadnienia, o których powinniśmy uczyć się w szkole i które pokazują, że nie ma w Polsce pokolenia, które odebrałoby rzetelną edukację seksualną.

Jako pracownicy portalu DOZ.pl, w codziennym kontakcie z użytkownikami, dostrzegamy ich silną potrzebę edukacji. Widzimy, że poszukują pogłębionej, rzetelnej wiedzy na tematy związane ze zdrowiem intymnym, strefą seksualności czy antykoncepcji. Często są to tematy intymne, trudne, krępujące, z którymi wielu ludzi nie wie, do kogo się zwrócić.

Dlatego już po raz trzeci łączymy siły z portalem DOZ.PL, aby uświadomić Polkom i Polakom, że niezależnie od wieku, wszyscy mamy braki w wiedzy na temat seksualności i zdrowia seksualnego. I że wszyscy szukamy odpowiedzi na pewne pytania oraz chcemy rozwiązać wątpliwości. Oddajemy w wasze ręce raport, który warto potraktować jako punkt wyjścia w dyskusji na temat rzetelnej edukacji seksualnej w Polsce: zarówno systemowej, bo ta od lat nie zdaje egzaminu w szkołach, jak i rodzinnej, która w wielu polskich domach wciąż traktowana jest jako temat tabu.

“Raport pozwolił nam udowodnić w liczbach to, co od lat obserwowaliśmy — myślimy, że nie potrzebujemy edukacji seksualnej, bo wszystko już wiemy. A jednak liczby nie pozostawiają wątpliwości – potrzebujemy korepetycji z edukacji seksualnej, a na naukę nigdy nie jest za późno. Wierzimy, że społeczeństwo, które ma wiedzę z zakresu

edukacji seksualnej to społeczeństwo zdrowsze, szczęśliwsze, potrafiące stawiać i szanować granice” – podkreśla Martyna Wyrzykowska, dyrektorka zarządzająca Fundacji SEXEDPL.

Przeprowadzone przez IPSOS badanie wyraźnie pokazuje, że poziom wiedzy Polek i Polaków na tematy związane z seksualnością jest bardzo niski. Choć 82 proc. osób oceniło swoją wiedzę na czwórkę, to w teście obejmującym podstawową wiedzę z zakresu edukacji seksualnej czwórkę lub wyższą ocenę uzyskało zaledwie 16 proc. badanych. Wśród źródeł informacji na tematy związane z seksualnością młodzi najczęściej wskazywali rówieśników oraz strony internetowe o wątpliwej wiarygodności. Ze sprawdzonej wiedzy ekspertów korzysta tylko 17 proc. badanych.

Mimo że 86 proc. badanych uważa, że szkoła jest najważniejszym miejscem, które powinno zapewniać uczniom dostęp do rzetelnej edukacji seksualnej, to większość jest zdania, że obecnie lekcje Wychowania do Życia w Rodzinie są mało interesujące, prowadzone w niekomfortowej atmosferze, przez osoby o niskich kompetencjach, skupiające się na aspektach biologicznych i marginalizujące kwestie psychologiczne i emocjonalne. Badani uważają, że samo uczestnictwo w tych zajęciach nie przekłada się w żaden sposób na wyższy poziom wiedzy.

Wyniki te utwierdzają nas w przekonaniu, że zapewnienie młodym ludziom, rodzicom i dorosłym kompleksowej, dostosowanej do wieku edukacji seksualnej pozwalającej zrozumieć zachodzące w ciele zmiany, budować pewność siebie i satysfakcjonujące relacje, ale także dbać o zdrowie, powinno być naszym wspólnym celem. Cieszy też statystyka, że większość badanych uważa, że od klasy IV szkoły podstawowej zajęcia powinny być obowiązkowe i prowadzone wyłącznie przez wykwalifikowanych specjalistów, którzy w otwarty i nieoceniający sposób przekażą wiedzę. Dla 3/4 badanych kluczowe jest, aby na zajęciach z edukacji seksualnej w szkole poruszane były nie tylko tematy związane ze zdrowiem i biologicznymi aspektami seksualności, ale także uwzględniały psychologiczne i emocjonalne problemy, z którymi borykają się na co dzień młode osoby. Edukacja seksualna jest integralną częścią naszego życia, dlatego nie może skupiać się tylko na uczniach. Równie ważne są systemowe działania na rzecz podnoszenia wiedzy i świadomości rodziców i nauczycieli.

Misją portalu DOZ.pl jest informowanie o zdrowiu i to ono stoi dla nas na pierwszym miejscu. Ważną częścią naszej działalności jest sekcja na stronie www "Poradnik o zdrowiu", w której podejmujemy się tematów dotyczących sfery intymnej i seksualności, przekraczamy tabu.


W ramach rozbudowanej czytelni portal DOZ.pl dostarcza kompleksową wiedzę na temat zdrowia. Wiemy, że Polacy sięgają po wiedzę w Internecie, jako pierwsze źródło informacji w wielu sprawach, zwłaszcza wstydlivych, krępujących, intymnych. Dlatego tworzymy dla Czytelników teksty najwyższej jakości, w których nie ma miejsca na błędy czy niezwerifikowaną wiedzę - piszą je eksperci, lekarze różnych dziedzin, w tym seksuolodzy. W kategorii Seks w czytelni portalu DOZ.pl znajduje się ponad 100 artykułów

wyjaśniających w przystępny sposób tematy trudne (np. molestowanie seksualne), wstydlivie (np. opryszczka narządów płciowych) czy nieoczywiste (np. wpływ fast foodów na płodność).

Uruchomiliśmy dedykowaną stronę, na której znajdują się raport z badania i kartkówka z WDŻ, którą można wykonać online. Przez cały czerwiec użytkownicy mogą skorzystać także z konsultacji online z specjalistami z Fundacji SEXEDPL. Konsultacje są darmowe i anonimowe. Postawiliśmy na nowatorskie rozwiązania: stworzyliśmy miejsce, gdzie fachowa wiedza łączy się z troską i zaangażowaniem. Chcemy pokazać, że nie ma w Polsce pokolenia, które odebrało rzetelną edukację seksualną. Przez lata zagadnienia z tego zakresu uznawane były albo za tabu, albo coś, co po prostu się wie i nie wymaga tłumaczenia. Chcemy pokazać, że zmiana jest potrzebna, tak samo jak otwarta i rzetelna dyskusja.

Fundacja SEXEDPL i DOZ.pl





Chciałabym żeby były w szkole zajęcia, które uczą dzieci o tym, jak wygląda ludzkie ciało, jak się zmienia. Wydaje mi się, że nawet byłoby to bardziej przydatne niż przykładowo organizm żaby (...)

Kobieta, 46 lat

Główne wnioski

Niski poziom wiedzy

Przeprowadzone badania wyraźnie pokazują, że poziom wiedzy Polek i Polaków na tematy związane z seksualnością jest bardzo niski. W teście sprawdzającym podstawowe kompetencje z zakresu edukacji seksualnej jedynie 16% respondentów uzyskało ocenę dobrą lub bardzo dobrą. Paradoksalnie, zdecydowana większość badanych (82%) ocenia swój poziom wiedzy w tym obszarze jako co najmniej dobry. Ujawnia to ogromną dysproporcję pomiędzy stanem faktycznym a wyobrażeniami.

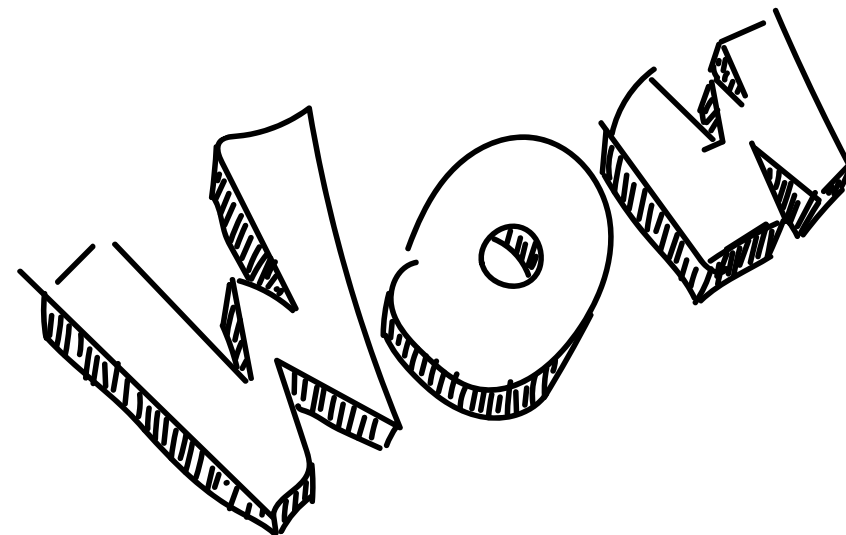
Źródła

Wśród źródeł informacji na tematy związane z seksualnością badani najczęściej wskazują wyszukiwarki internetowe oraz różnorodne materiały o charakterze edukacyjnym

lub informacyjnym. Choć prawie połowa postrzega specjalistów jako wiarygodne źródło wiedzy, to zaledwie 17% deklaruje, że faktycznie z ich wiedzy korzysta.

Rola szkoły i rodziny

Szkoła w opinii respondentów nie zdaje egzaminu jako miejsce przekazywania rzetelnych informacji o seksualności. Lekcje Wychowania do Życia w Rodzinie są postrzegane jako mało interesujące, prowadzone w niekomfortowej atmosferze, przez osoby o niskich kompetencjach, skupiające się na aspektach biologicznych z marginalizowaniem kwestii psychologicznych i emocjonalnych. Samo uczestnictwo w tych zajęciach nie przekłada się w żaden sposób na wyższy poziom wiedzy.



Główne wnioski

Również dom rodzinny w przypadku większości badanych nie stanowi wsparcia w omawianym obszarze. Kwestie związane z seksualnością stanowią w wielu rodzinach temat tabu, który jest przemilczany lub omawiany wyłącznie w kontekście zakazów i ostrzeżeń. Rodzice nie czują się kompetentni, by inicjować rozmowy, z kolei młodzi ludzie wstydzą się zadawać nurtujące ich pytania.

Konsekwencje

W efekcie młodzież, pozbawiona realnego wsparcia ze strony dorosłych, czuje się osamotniona w trudnym okresie dorastania. Wiedzę na tematy związane z rozwojem i zdrowiem seksualnym

czierpie głównie od równie niedoinformowanych rówieśników oraz z internetowych źródeł o wątpliwej wiarygodności. Naraża to młodych ludzi na wiele niebezpieczeństw - od chorób przenoszonych drogą płciową, przez nieplanowane ciążę, po problemy natury psychicznej wynikające z braku akceptacji i zrozumienia dla zachodzących zmian. W dłuższej perspektywie utrudnia to budowanie satysfakcjonujących relacji i przekłada się na trudności w dorosłym życiu.

Oczekiwania

Zdaniem zdecydowanej większości respondentów (86%) rozwiązaniem jest wprowadzenie do szkół zajęć

z edukacji seksualnej, najlepiej poczynszy od klas IV-VIII szkoły podstawowej. Kluczowa jest przy tym rola prowadzącego - powinien to być wykwalifikowany specjalista, który w przystępny i nieoceniający sposób przekazuje wiedzę i potrafi stworzyć atmosferę otwartości. Respondenci oczekują, że zajęcia będą dostosowane do potrzeb i możliwości rozwojowych uczniów i uwzględnia zarówno aspekty biologiczne, jak i te związane z emocjami, komunikacją i budowaniem relacji.

Podsumowanie

Tylko systemowe, konsekwentne działania, angażujące różne grupy interesariuszy, mogą przynieść

realną zmianę. Musimy pamiętać, że edukacja seksualna to nie jednorazowy "zestaw instrukcji", ale nieustanny proces wspierania człowieka w zdrowym i świadomym rozwoju. W młodości budujemy fundament, który zaprocentuje dobrymi decyzjami, zdrowymi relacjami i generalnie wyższą jakością życia w dorosłości.

Trudno pozostawać biernymi w obliczu tak jednoznacznych sygnałów, że dotychczasowe działania są niewystarczające.

SPIS TREŚCI

1

O co ten szum?

2

Stan wiedzy.
Sprawdzamy!

3

Dlaczego tak mało
wiemy?

4

Nieznośna
samotność
dojrzewania

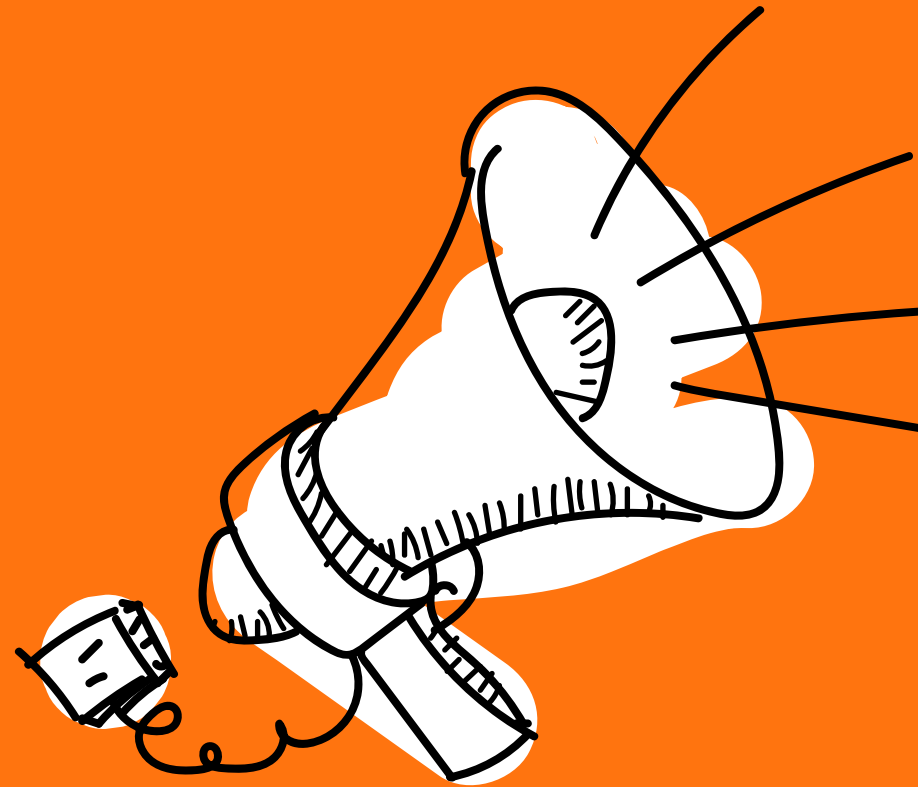
5

Czego pragniemy?
Postulaty dotyczące
edukacji seksualnej

6

Aneks

O co ten szum?



83%

Badanych uważa, że rzetelna edukacja seksualna pozwala zminimalizować wiele czynników ryzyka, na które narażeni są młodzi ludzie

Zdrowy rozwój na każdym etapie życia

Jak podkreślają badani, **rzetelna wiedza** na temat seksualności **pozwała zrozumieć zachodzące w ciele zmiany, budować pewność siebie i satysfakcjonujące relacje, a także dbać o zdrowie.**

Natomiast brak odpowiedniej wiedzy może prowadzić do podejmowania ryzykownych zachowań, problemów zdrowotnych, nieudanych związków czy trudności w akceptacji siebie.

Zdrowy rozwój na każdym etapie życia

Powinny być jakieś zajęcia (...), które powodowałyby, że osoba poznawałaby ten temat chociażby od strefy psychologii, zrozumienia tego tematu, bo czai się dużo niebezpieczeństw. Nie tylko tych *stricte* zdrowotnych na ciało, tylko właśnie siedzących w głowie, (...) No na długie lata potrafią siedzieć.

Mężczyzna, 24 lata

Dobrze jest wiedzieć, co się dzieje (...) z twoim organizmem, i co się dzieje z organizmem innych osób, i to też pomaga bardzo w życiu. (...) to było bardzo przydatne, że, ma się wiedzę, co się dzieje, co się może wydarzyć, co się może nie wydarzyć (...) wydaje mi się, że dało mi to więcej pewności w życiu, to znaczy ogólnie w funkcjonowaniu.

Kobieta, 45 lat

Coś już powinno się wiedzieć, żeby na przykład zapobiegać różnym rzeczom. Żeby też nie poczuć się tak jak... nie poczuć się po prostu też w takim temacie, żeby coś mi się źle stało. Albo jakiś dyskomfort tego typu, żeby nie było czegoś takiego.

Mężczyzna, 57 lat

74%

Badanych chciałoby, żeby informacje dotyczące seksualności człowieka i zdrowia seksualnego były łatwiej dostępne

Dostęp do wysokiej jakości źródeł informacji

Zarówno młodzi, jak i dorośli potrzebują łatwego dostępu do rzetelnych i dostosowanych do wieku informacji o seksualności, **przekazywanych przez specjalistów** - seksuologów, ginekologów, psychologów.

Ważna jest także **otwarta dyskusja społeczna, przełamująca tabu wokół seksualności.** Tylko powszechny dostęp do wysokiej jakości informacji umożliwi świadome decyzje dotyczące zdrowia seksualnego.

Dostęp do wysokiej jakości źródeł informacji

Powinno być to trochę łatwiej dostępne po wyszukaniu, niż jest obecnie. No bo co by mi wyskoczyło, jakbym wpisał „jak rozpocząć swoje życie seksualne”? To by wyskoczyło mi, podejrzewam, że 3 filmiki, a powinno być z 30 filmików, albo 40 i 40 różnych stron, które różne perspektywy przedstawiają, różne pomysły jak to rozpocząć, jak się o tym dowiedzieć.

Mężczyzna, 20 lat

W szkole średniej wchodził internet, mogłem znaleźć jakieś informacje w internecie, natomiast, wiadomo, że z czasem te opowieści sklejały się w jedną jakąś całość i były punkty wspólne, więc jakieś wnioski mogłem wyciągać i ułożyć jakoś w głowie tą całą wiedzę, tak że jakaś tam teoria była.

Mężczyzna, 23 lata

Generalnie wydaje mi się, że nie ma dużej ilości informacji i też jak antykoncepcja hormonalna wpływa na kobiety, jeśli chodzi o i psychiczne, i fizyczne reperkusje. Żadna z tych informacji, których ja się dowiedziałem, nie była mi podstawiona pod nos, tylko sam musiałem znaleźć te informacje.

Mężczyzna, 24 lata

Najczęściej wskazywanymi aktualnym źródłami wiedzy są: wyszukiwarka internetowa i źródła edukacyjne lub informacyjne.

Korzystanie z nich nie wymaga zazwyczaj interakcji z drugim człowiekiem. Biorąc pod uwagę to, że 32% badanych czuje skrępowanie rozmawiając o seksualności, taki sposób zdobywania wiedzy może być dla nich bardziej komfortowy.

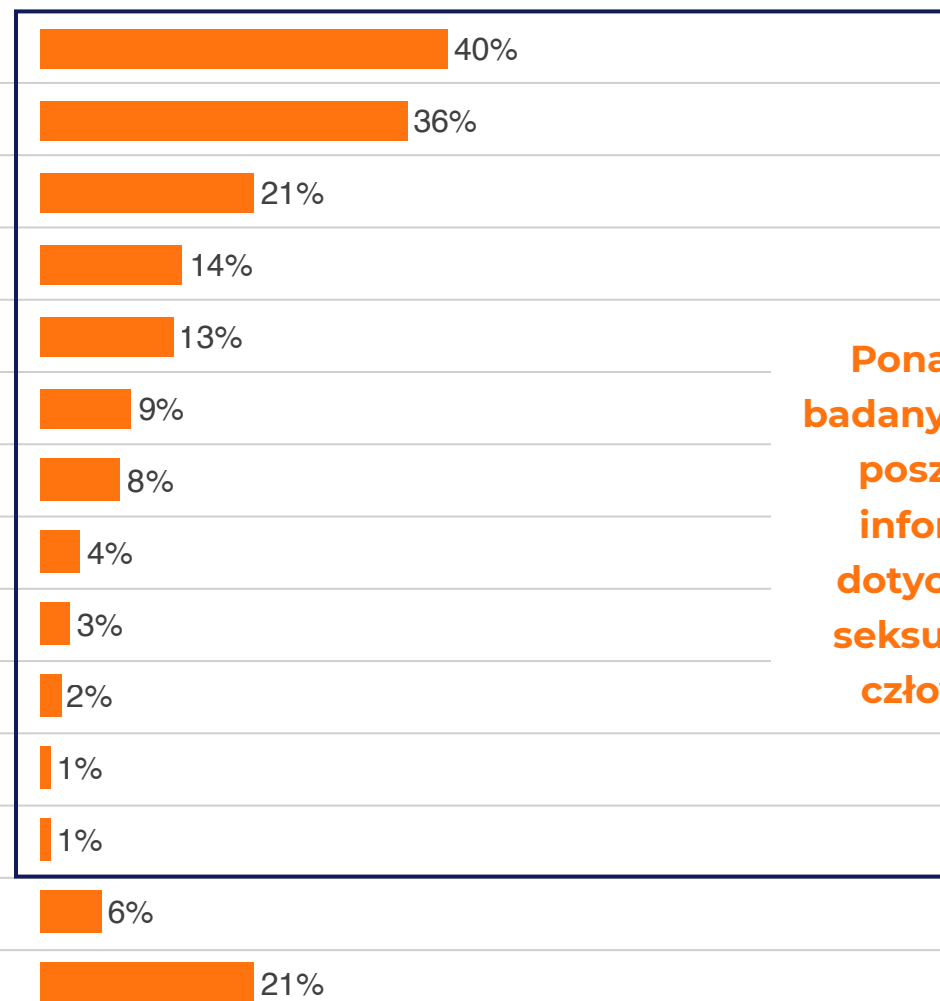
? Pytanie: Jeśli aktualnie masz potrzebę dowiedzieć się czegoś więcej na temat seksualności człowieka, to z jakich źródeł korzystasz?

Baza: 2141 badanych online w wieku 15-65 lat

Źródła wiedzy na temat seksualności człowieka

Wyszukiwarka internetowa, np. Google, Bing
Źródła edukacyjne i informacyjne (np. filmy, czasopisma, strony internetowe, książki)
Partner lub partnerka
Specjaliści spoza szkoły (np. seksuolog, seksuolożka, lekarz, lekarka)
Media społecznościowe i fora internetowe (np. Facebook, Instagram, TikTok, Discord)
Koledzy, koleżanki, przyjaciele
Źródła pornograficzne (np. filmy, czasopisma, strony internetowe, książki)
Rodzice
Członkowie rodziny inni niż rodzice
Nauczyciel, nauczycielka lub inna osoba pracująca w szkole, np. psycholog, pielęgniarka
ChatGPT
Inne
Trudno powiedzieć
Aktualnie nie szukam takich informacji

% odpowiedzi



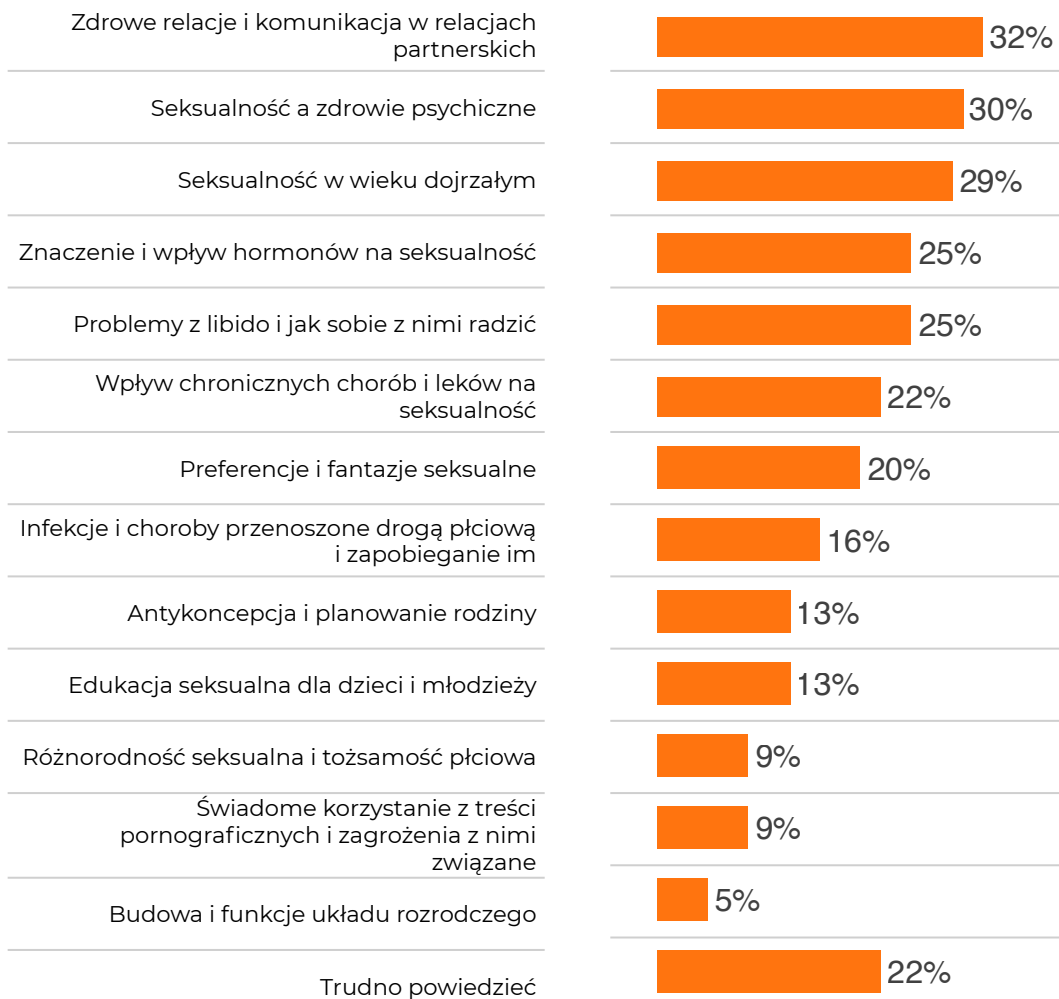
Ponad 70% badanych nadal poszukuje informacji dotyczących seksualności człowieka

Co trzeci badany (32%) chciałby wiedzieć więcej nt. zdrowych relacji i komunikacji w relacjach partnerskich. Podobny odsetek jest zainteresowany związkiem między seksualnością a psychiką (30%). Seksualnością w wieku dojrzałym interesuje się 29% ogółu badanych i aż 46% osób w wieku 55-65 lat.

? *Pytanie: Z perspektywy Twojej aktualnej sytuacji życiowej i stanu zdrowia, na jakie tematy związane z seksualnością chciał(a)byś wiedzieć więcej?*

Baza: 2141 badanych online w wieku 15-65 lat

Tematy, o których badani chcieliby wiedzieć więcej



% odpowiedzi

Stan wiedzy. Sprawdzamy!



TEST WIEDZY

21 pytań na temat
seksualności
i zdrowia seksualnego

PUNKTACJA

do 6 punktów	ocena niedostateczna
7-10 punktów	ocena dopuszczająca
11-14 punktów	ocena dostateczna
15-17 punktów	ocena dobra
18-19 punktów	ocena bardzo dobra
20-21 punktów	ocena celująca

Przy wystawianiu ocen zastosowano szkolne kryteria. Do zaliczenia sprawdzianu wymagane było co najmniej 30% poprawnych odpowiedzi.

**Stwierdzenia
w kolejności od
najtrudniejszego
(najwięcej popełnionych
błędów) do
najłatwiejszego dla
badanych 1/3**

? *Pytanie: Wiedza
dotycząca seksualności
i zdrowia seksualnego
obejmuje różne sfery
życia człowieka,
chcielibyśmy, żebyś na
podstawie posiadanej
wiedzy ocenił/a
prawdziwość poniższych
stwierdzeń:*

Baza: 2141 badanych online w wieku 15-65 lat

Nr	Stwierdzenia	Prawda	Fałsz
Stwierdzenie fałszywe oznaczono kolorem czerwonym			
1.	Zarówno kobiety jak i mężczyźni zaczynają produkować swoje komórki rozrodcze (komórki jajowe lub plemniki) w czasie dojrzewania	80%	10%
2.	W jądrach produkowany jest płyn, który jest składnikiem spermy	67%	11%
3.	Wiek zgody, czyli wiek, od którego można z daną osobą uprawiać seks, wynosi w Polsce 16 lat	52%	36%
4.	Owulacja to pierwszy dzień cyklu miesięcznego	42%	42%
5.	Aby uniknąć infekcji intymnych powinno się używać płynu do higieny intymnej i dokładnie myć nim codziennie wnętrze pochwy	42%	43%
6.	Tabletka „dzień po” nie działa antykoncepcyjnie po tym, jak dojdzie do zapłodnienia	35%	39%
7.	Rak jąder dotyczy przede wszystkim młodych mężczyzn, dlatego powinno się zacząć samobadanie jądra już od ok. 15 roku życia	37%	35%

**Stwierdzenia
w kolejności od
najtrudniejszego
(najwięcej popełnionych
błędów) do
najłatwiejszego dla
badanych 2/3**

? *Pytanie: Wiedza
dotycząca seksualności
i zdrowia seksualnego
obejmuje różne sfery
życia człowieka,
chcielibyśmy, żebyś na
podstawie posiadanej
wiedzy ocenił/a
prawdziwość poniższych
stwierdzeń:*

Nr	Stwierdzenia	Prawda	Fałsz
	Stwierdzenie fałszywe oznaczono kolorem czerwonym		
8.	Do zapłodnienia dochodzi w jajowodzie	48%	33%
9.	Na prawdopodobieństwo ciąży, ryzyko poronienia oraz zdrowie płodu mają wpływ tylko czynniki po stronie kobiety (m.in. jej wiek i styl życia)	26%	64%
10.	Podczas aplikacji tamponu trzeba uważać, by nie włożyć go zbyt głęboko – może wtedy wpaść do macicy	23%	51%
11.	Korzystanie z niektórych rodzajów lubrykantów może obniżyć skuteczność prezerwatyw	37%	21%
12.	Może się zdarzyć tak, że w wyniku stosunku odbytego w trakcie miesiączki dojdzie do zapłodnienia	66%	19%
13.	Podczas seksu oralnego można się zarazić chorobą przenoszoną drogą płciową	64%	18%
14.	Ludzkie ciało jest symetryczne, dlatego penis w erekcji powinien być zawsze skierowany na wprost	16%	66%

**Stwierdzenia
w kolejności od
najtrudniejszego
(najwięcej popełnionych
błędów) do
najłatwiejszego dla
badanych 3/3**

? *Pytanie: Wiedza dotycząca seksualności i zdrowia seksualnego obejmuje różne sfery życia człowieka, chcielibyśmy, żebyś na podstawie posiadanej wiedzy ocenił/a prawdziwość poniższych stwierdzeń:*

Baza: 2141 badanych online w wieku 15-65 lat

Nr	Stwierdzenia	Prawda	Fałsz
Stwierdzenie fałszywe oznaczono kolorem czerwonym			
15.	Każda infekcja ma swoje objawy, dlatego jeśli osoba ich nie ma, to znaczy, że na pewno jest zdrowa	14%	73%
16.	Stosunek przerywany to skuteczna i bezpieczna metoda zapobiegania ciąży	14%	79%
17.	Wirus HPV jest groźny także dla mężczyzn i dlatego szczepieniem przeciwko HPV jest zalecane bez względu na płeć	62%	10%
18.	Podczas mycia członka trzeba uważać, żeby nie odciągnąć napletka, by w ten sposób nie usunąć specjalnej substancji, która się pod nim zgromadziła, tzw. mastki	9%	64%
19.	Stulejka to sytuacja, w której napletek jest tak wąski, że niemożliwe lub utrudnione jest odstąpienie żołądki penisa	68%	8%
20.	Kobieta nie musi regularnie odwiedzać ginekologa, jeśli od dłuższego czasu nie uprawiała seksu i nie planuje ciąży	8%	85%
21.	W trakcie całego okresu karmienia piersią nie jest możliwe zajście w ciążę	6%	80%

82%

Badanych **ocenia swoją wiedzę** na temat seksualności człowieka i zdrowia seksualnego **na czwórkę lub wyżej**

Jednocześnie **w teście wiedzy** obejmującym podstawową wiedzę z zakresu edukacji seksualnej **czwórkę lub wyższą ocenę uzyskało tylko**

16%

Badani zdecydowanie zawyżyli swój faktyczny poziom wiedzy na temat seksualności człowieka i zdrowia seksualnego.

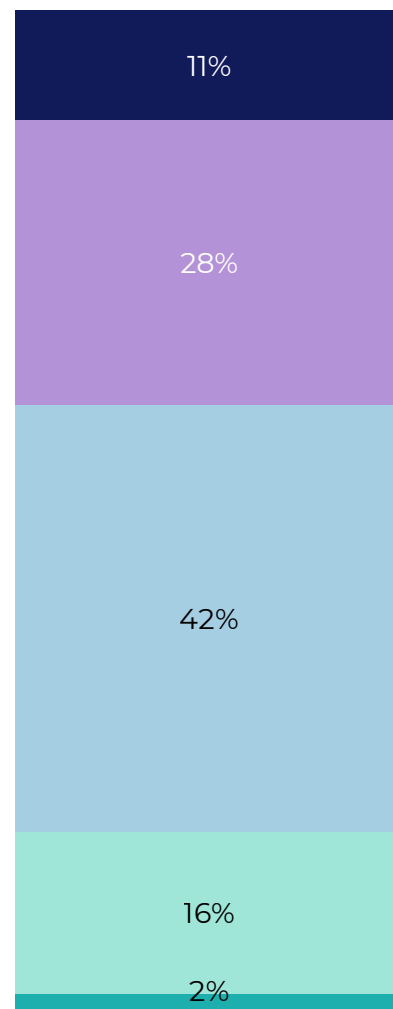
Przy wystawianiu ocen
zastosowano szkolne
kryteria. Maksymalnie
można było uzyskać 21
pkt. Do zaliczenia
sprawdzianu wymagane
było co najmniej 30%
poprawnych odpowiedzi.

? *Pytanie: Jak
ocenił(a)byś swój poziom
wiedzy na temat
seksualności człowieka
i zdrowia seksualnego?*

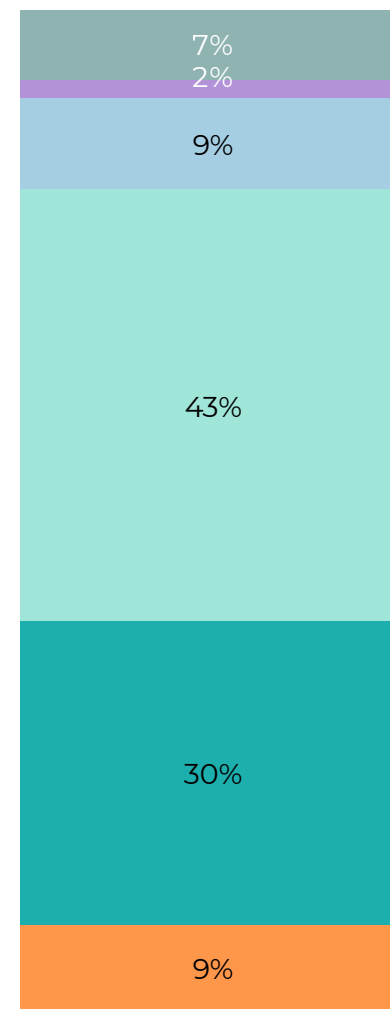
Baza: 2141 badanych online w wieku 15-65 lat

- Celujący
- Bardzo dobry
- Dobry
- Dostateczny
- Dopuszczający
- Niedostateczny
- Trudno powiedzieć

OCENA ZE SPRAWDZIANU



SAMOCENA POZIOMU WIEDZY



Ocena ze sprawdzianu i samoocena poziomu wiedzy w podziale na pokolenia

Badani, niezależnie od wieku, błędnie ocenili swój faktyczny poziom wiedzy na temat seksualności człowieka i zdrowia seksualnego. We wszystkich pokoleniach widać zdecydowane zawyżanie ocen względem tych uzyskanych podczas sprawdzianu.

	Pokolenie Z (15-28 lat)		Mileniali (29-44 lat)		Pokolenie X (45-58 lat)		Baby boomers (59-65 lat)	
Celujący	1%	9%	1%	10%	0%	8%	0%	6%
Bardzo dobry	3%	31%	2%	33%	2%	27%	2%	24%
Dobry	16%	38%	16%	41%	16%	45%	17%	53%
Dostateczny	41%	12%	40%	7%	46%	11%	42%	9%
Dopuszczający	27%	2%	29%	2%	27%	2%	30%	2%
Niedostateczny	13%	1%	11%	1%	9%	0%	9%	0%

Baza: 464/797/609/271

**OCENA ZE
SPRAWDZIANU**

SAMOOCENA

**OCENA ZE
SPRAWDZIANU**

SAMOOCENA

**OCENA ZE
SPRAWDZIANU**

SAMOOCENA

**OCENA ZE
SPRAWDZIANU**

SAMOOCENA

**Uczestnictwo w lekcjach
Wychowania do Życia w Rodzinie
nie wpłynęło na uzyskany wynik
ze sprawdzianu**

Łącznie 59% badanych uczestniczyło lub nadal uczestniczy w zajęciach z WDŻ. Uczestnictwo w zajęciach WDŻ nie wpłynęło na ocenę uzyskaną na sprawdzianie.

? *Pytanie: Czy w szkole uczestniczył(a/e)ś (lub nadal uczestniczysz) w lekcjach z przedmiotu Wychowanie do Życia w Rodzinie?*

Baza: 2141 badanych online w wieku 15-65 lat

Uczestnictwo w Wychowaniu do Życia w Rodzinie



Ocena ze sprawdzianu

- Celujący
- Bardzo dobry
- Dobry
- Dostateczny
- Dopuszczający
- Niedostateczny



Dlaczego tak mało wiemy?



Fragmentaryczna wiedza z niepewnych źródeł

Uczestnicy i uczestniczki badania jakościowego przyznają, że ich wiedza jest niepełna, fragmentaryczna, **oparta na informacjach zasłyszanych od rówieśników czy zaczerpniętych z niepewnych źródeł.**

Zwracają uwagę na **brak rzetelnej edukacji seksualnej w szkołach**

i niedostępność fachowych źródeł informacji.

Część osób podkreśla, że ich wiedza pochodzi **głównie z własnych doświadczeń i jest zdobywana metodą prób i błędów.** Niewiele osób deklaruje pełną świadomość swojej seksualności i pewność w kwestiach zdrowia seksualnego.



45%

Badanych uważa, że nie ma wystarczających kompetencji, żeby dzielić się swoją wiedzą

Fragmentaryczna wiedza z niepewnych źródeł

Moja wiedza jest wybiórcza - coś tam wiem, coś słyszałam od koleżanek, ale na pewno nie jest to pełny obraz. Nie czuję się kompetentna w tych kwestiach.

Kobieta, 23 lata

Wszystko co wiem na ten temat, to głównie z internetu, z takich stron, gdzie boję się, że mogę trafić na jakieś bzdury zamiast prawdziwych informacji.

Mężczyzna, 24 lata

Był taki czas, że myślałem, że mam sporą wiedzę, bo dużo czytałem, rozmawiałem z kumplami. Teraz widzę, że były to często mity i nieprawdy.

Mężczyzna, 45 lat

Badani relatywnie rzadko wskazują nauczycieli (26%), czy rodziców (25%) jako źródło wiedzy na temat seksualności człowieka.

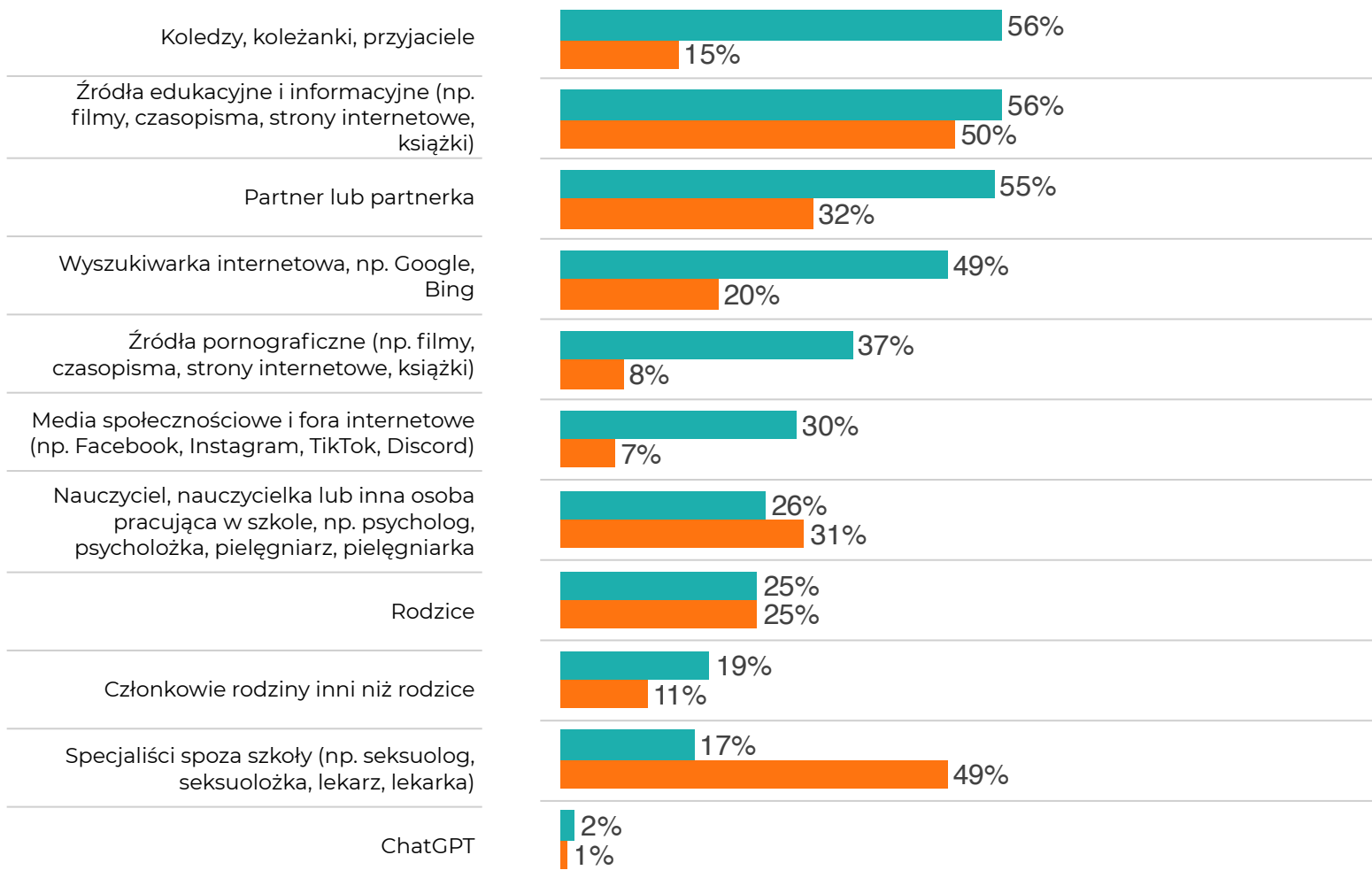
Niemal połowa badanych (49%) uważa specjalistów spoza szkoły za wiarygodne źródło wiedzy, ale tylko 17% czerpało od nich wiedzę o seksualności człowieka.

? Pytanie: Zaznacz wszystkie źródła, z których kiedykolwiek czerpał(a/e)s informacje na temat seksualności człowieka.

? Pytanie: A które uważasz za wiarygodne źródła wiedzy na ten temat?

Źródła wiedzy na temat seksualności człowieka

% odpowiedzi



■ Korzystanie ze źródła kiedykolwiek ■ Postrzeganie źródła jako wiarygodnego

Szkoła nie zdaje egzaminu

1

Niedostosowanie przekazywanych treści do potrzeb i wieku uczniów - tematy omawiane są za późno, powierzchownie, bez uwzględnienia realnych problemów i potrzeb młodzieży.

2

Zajęcia odbierane są jako nieciekawe. Często odbywają się w niezręcznej atmosferze, sprzyjającej raczej żartom i skrępowaniu niż poważnej dyskusji.

3

Nauczyciele WDŻ postrzegani są jako niekompetentni, sami czujący się niekomfortowo z omawianą tematyką, niezdolni do stworzenia atmosfery otwartości.

4

Koncentracja przekazywanych treści na aspektach biologicznych i medycznych, z niemal zupełnym pominięciem kwestii psychologicznych, emocjonalnych i relacyjnych.

Szkoła nie zdaje egzaminu

I wydaje mi się, że to też był problem, że nie uczono, tak jakby, odpowiedniego wyrażania swoich uczuć i tego, na co się można zgodzić, na co się można nie zgodzić.

Kobieta, 19 lat

Pamiętam, że ten pan był, jak tak teraz sobie patrzę wstecz, to był taki bardzo kolokwialny i tam rzucał jakimś takimi żarcikami, że jak dziewczyna ma duże oczy, to wiecie, o co chodzi. Rozumiem, że to jest kwestia rozładowania napięcia w powietrzu związanego z tym tematem, ale z perspektywy czasu, to wydaje mi się, że to generuje kolejne stereotypy, niekoniecznie korzystne.

Mężczyzna, 24 lata

W szkole na WDŻ zajęcia były w taki sposób prowadzone, że w ogóle się nie chciało w tym uczestniczyć, bo były prowadzone w sposób w ogóle nieinteresujący, nieangażujący (...). To były bardziej przekonania osoby, która to mówiła, niż *stricte* coś, co powinno być na takim przedmiocie.

Mężczyzna, 27 lat



71%

**Badanych nie
zgadza się z tym,
że za edukację
seksualną dzieci
powinni
odpowiadać
wyłącznie rodzice**

Dom – milczenie nie wspiera

1

W wielu domach seks był tematem przemilczanym, stanowił tabu, którego rodzice unikali lub rozmawiali o nim tylko w kontekście ostrzeżeń i zakazów.

2

Dla młodych ludzi barierą w rozmowach z rodzicami jest przede wszystkim wstyd i obawa przed niezrozumieniem. Respondenci przyznają, że wstydzili się pytać rodziców o kwestie związane z seksualnością, bali się ich reakcji.

3

Rodzice czują się skrupowani tym tematem i niekompetentni, nie wiedzą, jak rozmawiać, boją się, że zachęcą dzieci do eksperymentowania. Sami wychowani w czasach, gdy o tych sprawach się nie mówiło, czują się zagubieni i nieprzygotowani.

4

Młodzi oczekiwaliby od rodziców większej otwartości, gotowości do szczerej, choć dostosowanej do ich wieku rozmowy. Chcieliby móc zwrócić się do nich z wątpliwościami, liczyć na wsparcie i akceptację.

Dom – milczenie nie wspiera

W wieku 16-17 lat, jak już kończyłem powoli gimnazjum. I już mama dostawała informację, że idę się tam z koleżanką spotkać, czy coś, no i mama mówiła właśnie, żeby się zabezpieczać, żeby być ostrożnym, bo to może być duża odpowiedzialność i trzeba na to uważać, że trzeba być w pełni gotowym, jak już się planuje dziecko.

Mężczyzna, 20 lat

Bo z mamą też na ten temat nigdy nie rozmawiałam. W domu zresztą cały czas jest tak, że nikt nie traktuje tego poważnie. Znaczą ja mieszkam teraz z mężem i z dzieckiem, ale nawet jak jestem z mamą i rozmawiamy coś, że okres, że brzuch boli to „e.., co tam, ból brzucha przy okresie to nic takiego”.

Kobieta, 23 lata

Jak miałem 7 – 8 lat, to byłem w pokoju ze znajomymi na obozie i oni coś przeglądali na internecie, na telefonie komórkowym. (...) I właśnie padło stwierdzenie „erotyka”. No i potem nie wiem, wracając do domu się tak zapytałem matki, co to jest i zostałem zrugany, że „nie interesuj się, że to nie jest coś, czym powinieneś się interesować”.

Mężczyzna, 27 lat

Dom – rozmowa wspiera

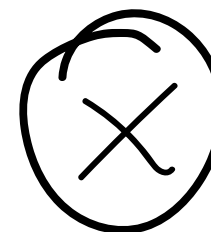
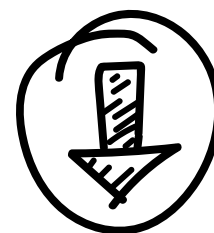
Niektórzy rodzice, wymieniając przede wszystkim matki, podejmują temat seksualności w bezpieczny i dostosowany do wieku dziecka sposób.

Stopniowe wprowadzanie w temat, z uwzględnieniem potrzeb dziecka buduje zaufanie i poczucie wsparcia.

Ważnym aspektem jest też **tworzenie przez rodziców przestrzeni do zadawania pytań, otwartość na wątpliwości.**

Zaproszenie do dialogu, pozwala dziecku poczuć, że ma w rodzicu oparcie. Poczucie bycia wysłuchanym i zrozumianym ma tu kluczowe znaczenie.

Dzięki podstawom przekazanych przez rodziców, młodzi ludzie **zyskują przekonanie, że seksualność jest ważnym, naturalnym tematem.** Czują się zachęceni by pogłębiać swoją wiedzę, m.in. za pośrednictwem źródeł polecanych przez rodziców.



Rówieśniczy krąg

1

Rozmowy z rówieśnikami dają poczucie, że nie jest się samemu z danym problemem czy wątpliwością. Wymiana doświadczeń pozwala znormalizować własne przeżycia. Niektórzy wspominają, że to właśnie rówieśnicy byli dla nich pierwszymi i najbardziej zaufanymi "ekspertami".

2

Rówieśnicy bywają źródłem mitów, nieprawdziwych przekonań. Młodzi ludzie przekazują sobie niesprawdzone informacje, tworzą nierealistyczne wyobrażenia o seksie oparte na pornografii czy opowieściach kolegów.

3

Presja grupy, chęć zaimponowania innym, mogą prowadzić do przedmiotowego traktowania innych (np. dziewczyn przez chłopaków), czy podejmowania ryzykownych zachowań.

4

Rówieśnicy mogą inicjować kontakt z pornografią w formie żartu, chcąc zaimponować lub wywołać zawstydzenie. Nie są w pełni świadomi konsekwencji dla rozwoju psychicznego i emocjonalnego kontaktu z pornografią w młodym wieku.

Rówieśniczy krąg

Raczej to były bliższe koleżanki, ale też nie do końca. (...) W szkole podstawowej to były najbardziej tematy dotyczące dojrzewania, w sensie, nie wiem, która, kiedy ma miesiączkę, ewentualnie jakieś tam rady dotyczące produktów higienicznych, co się sprawdza, co się nie sprawdza.

Kobieta, 19 lat

Koledzy różne filmiki pokazywali, w sieci, na przerwie, żeby się pochwalić, co oni tam nie znaleźli. Patrzyło się po prostu w tamtym czasie, rzeczywiście w tamtym wieku myślało się, że rzeczywiście jest tak, jak tam pokazują na tych filmach. No ale to zderzenie z rzeczywistością jest brutalne i to nie wygląda tak, jak jest to przedstawione.

Mężczyzna, 23 lata

Mam jednego przyjaciela, z którym rozmawiamy właściwie o wszystkim i również o seksie, ale też i tutaj może nie chwając się jakimiś dokonaniem, ale opowiadałem o tym, co robiłem, jak było, a co było złe (...), o samym seksie też i o wszystkim, co jest dookoła.

Mężczyzna, 39 lat

Wirtualny świat realnych pytań i potrzeb

1

Internet daje dostęp do różnorodnych źródeł, perspektyw i doświadczeń, pozwalając zdobyć potrzebną wiedzę, ale też skonfrontować i znormalizować własne obawy i odczucia.

2

Umożliwia anonimowe poszukiwanie odpowiedzi na nurtujące pytania, bez skrępowania i wstydu. Obawa przed reakcją bliskich często blokuje młodych przed zadawaniem pytań dorosłym. Internet staje się bezpieczną przestrzenią eksploracji tematów tabu.

3

Bywa źródłem potencjalnych zagrożeń - fake newsów, mitów i stereotypów na temat seksu. Szczególnie groźne mogą być szkodliwe, przesycane przemocą i uprzedmiotowieniem treści pornograficzne, kształtujące wypaczone rozumienie seksualności.

4

Kluczową rolę mogą odegrać osoby i miejsca będące przewodnikami po internetowych źródłach wiedzy o seksie - zaufani znajomi, profile specjalistów, sprawdzone strony. Dzięki nim możliwe jest oddzielenie rzetelnych informacji od potencjalnie szkodliwych treści.

Wirtualny świat realnych pytań i potrzeb

Generalnie moje researchowanie tych rzeczy najczęściej zaczynało się z tego Reddita, gdzie często były poruszane takie tematy... jakby to jest coś, co jest bardzo w porządku, bo to jest bardzo pozytywna społeczność, która nie neguje ludzi (...) I stamtąd bywały różne linki do tej książki, do tamtej książki.

Mężczyzna, 24 lata

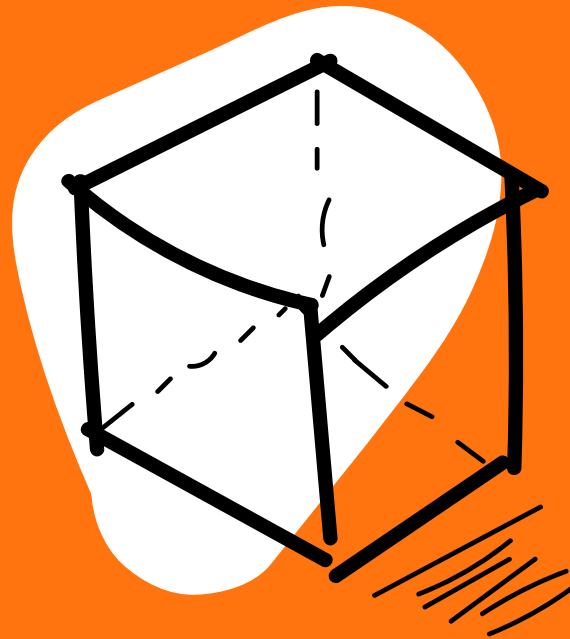
Głównie internet jest takim miejscem, gdzie jeśli czegoś nie wiem bądź się domyślam, to głównie tam mogę zasięgnąć porady nawet. I to anonimowo obecnie, więc też to nie jest tak, że opowiadam o sobie i personalnie jestem ja, tylko po prostu mogę sama dowiedzieć się to, co potrzebuję.

Kobieta, 24 lata

Na Instagramie mam takie osoby, które zajmują się typowo ginekologią i położnictwem. (...) Tam mówią prostym językiem do takiego typowego Kowalskiego. I to jest jasne, i dla każdego zrozumiałe. I to jest fajne, bo oni przekazują wiedzę medyczną niekoniecznie z takiej strony medycznej, zrozumiałą. Bo wiadomo, oni się tego uczą całe życie i to jest dla nich zajawka i są pasjonatami swojej pracy.

Kobieta, 24 lat

Nieznośna samotność dojrzewania



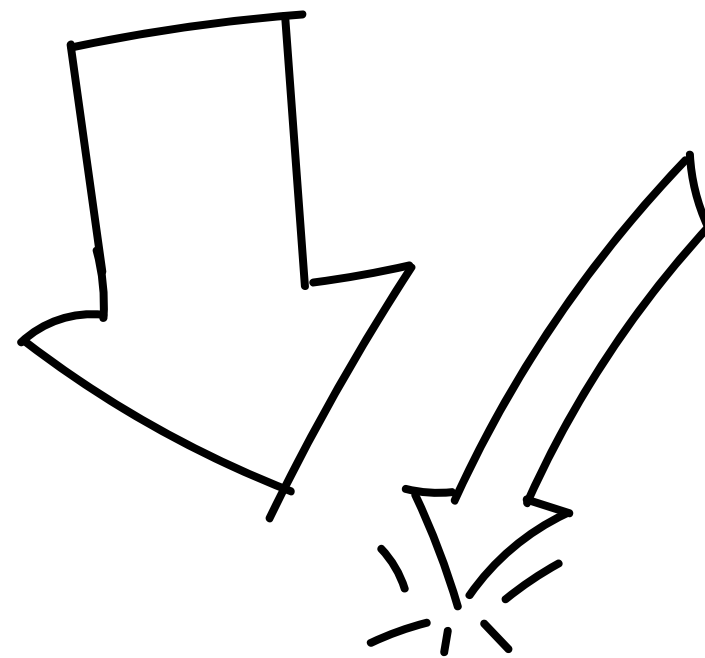
Nieznosna samotność dojrzewania

Wiele osób w okresie młodości czuje **niedosyt wiedzy i wsparcia** związanego z przemianami dojrzewania i wchodzeniem w dorosłe życie.

Jednocześnie mają **poczucie, że otoczenie nie traktuje tematu seksualności poważnie**: szkoła nie dostarcza rzetelnej wiedzy, rodzice przemilczają temat lub ograniczają się do zakazów i straszenia.

Pozbawieni pomocy ze strony dorosłych, **zmagają się z poczuciem osamotnienia i zagubienia.**

Pewną, ale i „niepewną” pomoc oferują im w tej sytuacji rówieśnicy i internet. Bywa, że są w stanie przekazać potrzebną wiedzę i zrozumienie, ale mogą być też źródłem presji, dezinformacji, budować fałszywe i szkodliwe wyobrażenia o seksualności i relacjach.



Nieżnośna samotność dojrzewania

Żałuję, że nie miałam takiej informacji o tym, że powinno się w ogóle iść do lekarza i skontrolować, tylko dowiedziałam się mając ileś lat (...) Dopiero miałam 18 lat, jak się dowiedziałam i to było za późno, bo dopiero się dowiedziałam, jaką profilaktykę stosować.

Kobieta, 23 lata

Na przykład nikt mi w życiu nie powiedział, co jest dla mnie absurdalne, że są rozmiary prezerwatyw i te rozmiary prezerwatyw należy dobrać odpowiednio, bo inaczej są nieskuteczne kompletnie. Miałem sytuację, gdzie po prostu pękała mi prezerwatywa i ja nie wiedziałem dlaczego. Jest przekonanie takie, że prezerwatywa jest rozciągliwa, jak jest nakładanie na tego banana to zawsze wchodzi.

Mężczyzna, 24 lata

Nikt nie poruszał tematów emocjonalnych z tym związanych, tylko stronę techniczną, jakie są odczucia, itd., natomiast nie było strony emocjonalnej, nie było poruszanej nigdy kwestii związków jakichś, jak do tego podchodzić, czy tylko spotkanie na raz, czy ma to być jakiś związek, tego nikt mnie nie nauczył, tego musiałem uczyć się sam później, już w takim wczesnym, dorosłym życiu.

Mężczyzna, 39 lat



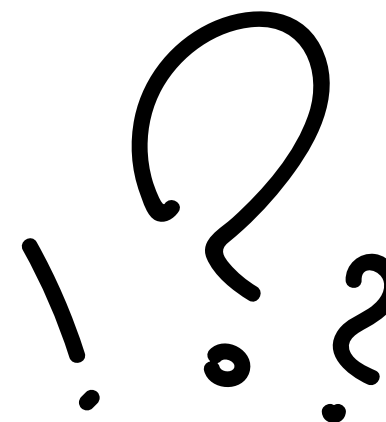
15%

**Badanych uważa, że nie
powinno mówić się
dzieciom o seksie, bo to
niepotrzebnie zwiększa
ich zainteresowanie tym
tematem**

Nieznosna samotność dojrzewania

Czasem na horyzoncie edukacji seksualnej pojawiają się też inni aktorzy i zazwyczaj odgrywają pozytywną rolę: **rodzeństwo**, które wykazuje się większą życzliwością i zrozumieniem niż rówieśnicy, **organizacje pozarządowe** z dogłębną wiedzą i umiejętnością jej komunikacji, **media**, które w sposób otwarty poruszają temat seksualności, czy **partner/ka** – czasem bardziej doświadczony/a, czasem po prostu otwarty i wyrozumiały.

Jednak w wielu przypadkach młodzi wchodząc w dorosłe życie **czują frustrację, dezorientację, są obciążeni lękami związanymi z rozpoczęciem nie tylko współżycia, ale i bliskich relacji z drugą osobą.** Wyposażenie młodych ludzi w narzędzia niezbędne do pokierowania własnym życiem seksualnym w sposób zdrowy, świadomy i spełniony staje się w tej sytuacji ważnym, ale i złożonym **wyzwaniem społecznym.**



Czego pragniemy? Postulaty dotyczące edukacji seksualnej





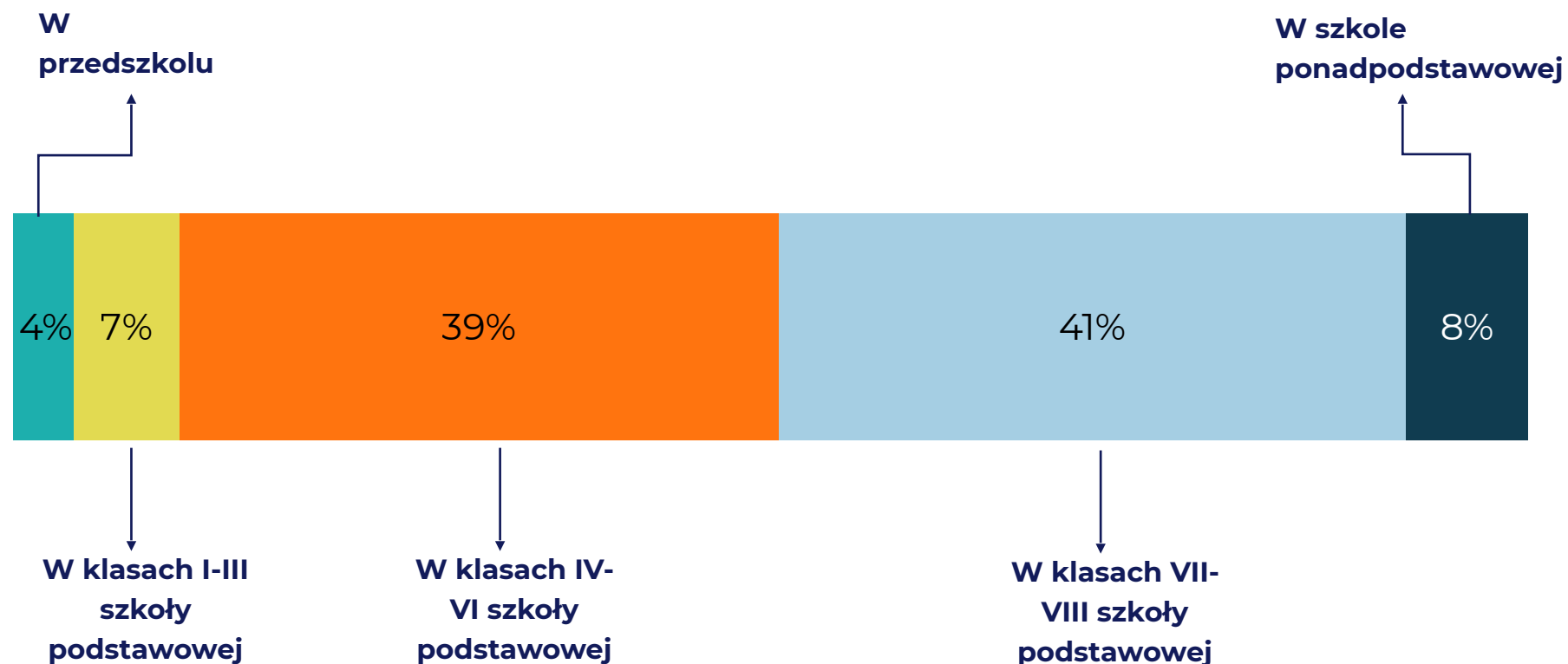
86%

**badanych uważa, że zajęcia
z edukacji seksualnej
powinny odbywać się
w szkole**

86% badanych uważa, że zajęcia z edukacji seksualnej powinny odbywać się w szkole. Spośród nich największa część wprowadziłaby takie zajęcia od klas IV-VI lub VII-VIII. Większość badanych uważa, że od tego etapu zajęcia powinny być obowiązkowe.

? *Pytanie: Kiedy, Twoim zdaniem, należy wprowadzić edukację seksualną, przy założeniu, że jest ona dostosowana do potrzeb i wieku dzieci/uczniów?*

Wprowadzenie edukacji seksualnej na danym etapie



Najważniejsze postulaty dotyczące edukacji seksualnej

- Zajęcia w szkole powinny być prowadzone przez wykwalifikowanych specjalistów. Osoby prowadzące muszą być też otwarte i umieć przekazywać wiedzę w przystępny i nieoceniający sposób.
- Należy uwzględnić tematy związane z kształtowanie umiejętności psychospołecznych, komunikacji, budowanie dobrych relacji, radzeniem sobie z emocjami.
- Zajęcia powinny tworzyć bezpieczną przestrzeń do rozmów o intymności.
- Edukacja seksualna nie może skupiać się tylko na uczniach. Równie ważne są systematyczne działania na rzecz podnoszenia wiedzy i świadomości rodziców i nauczycieli.
- Zajęcia z edukacji seksualnej należy wprowadzać stopniowo, dostosowując tematy do wieku i rozwoju dzieci.

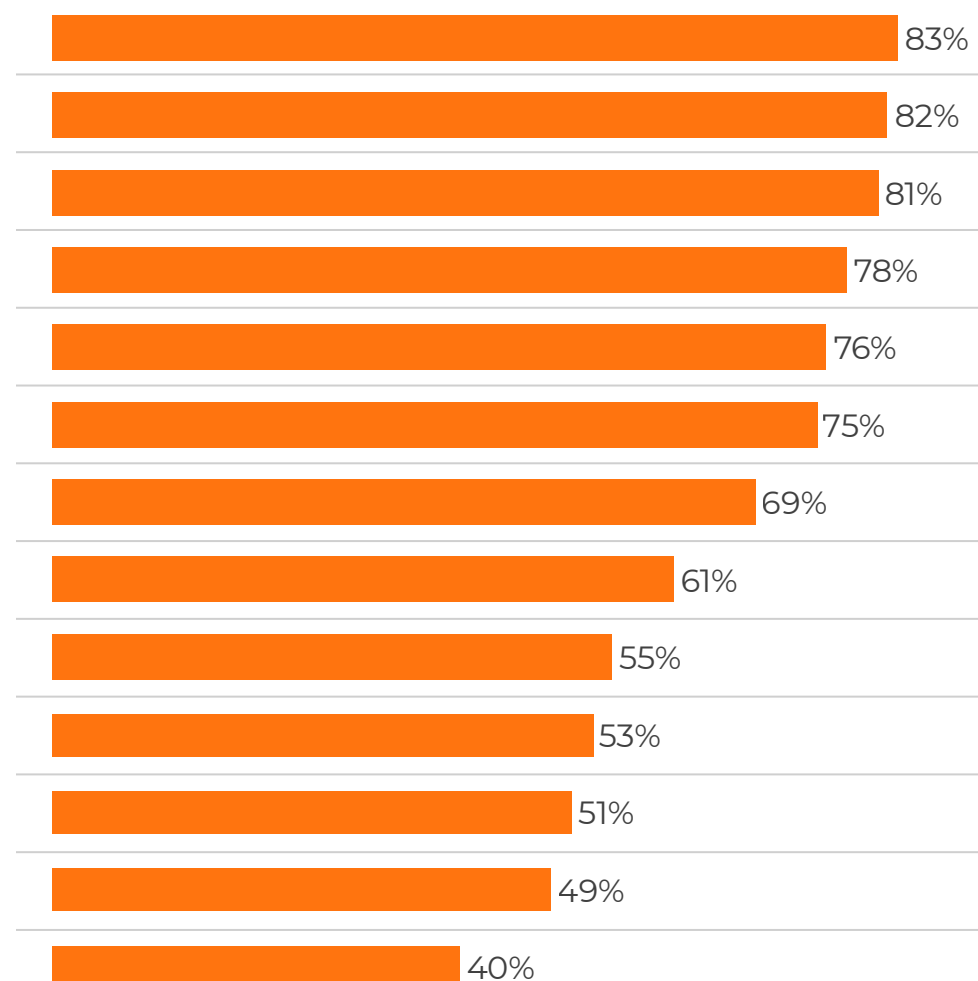
Badani wskazują przede wszystkim tematy związane ze zdrowiem i biologicznymi aspektami seksualnością. Jednocześnie 3/4 opowiada się za uwzględnieniem psychologicznych i emocjonalnych aspektów seksualności.

? *Pytanie: Jakie wątki i tematy, dostosowane do potrzeb i wieku uczniów, powinny być Twoim zdaniem poruszane na zajęciach z edukacji seksualnej w szkole?*

Tematy do poruszenia na zajęciach z edukacji seksualnej

Choroby przenoszone drogą płciową i jak im zapobiegać
Dojrzewanie, zmiany w ciele i jak sobie z nimi radzić
Metody antykoncepcji i planowanie rodziny
Akceptacja własnego ciała i emocje związane z seksualnością
Zasady zdrowych i bezpiecznych relacji, w tym: zgoda na stosunek seksualny
Szanowanie prywatności oraz granic własnych i innych osób
Budowa i funkcje układu rozrodczego
Pornografia oraz zagrożenia z nią związane
Prawa związane z seksualnością i zdrowiem reprodukcyjnym
Różnorodność orientacji seksualnych
Tematyka aborcji
Różnorodność tożsamości płciowych
Leczenie niepłodności, w tym: in vitro

% odpowiedzi



KOMENTARZ

Jest czerwiec – ostatni miesiąc roku szkolnego. Część dzieciaków biega teraz po nauczycielach i nauczycielkach, żeby wyprosić jeszcze możliwość poprawy oceny, ktoś liczy sobie w pośpiechu frekwencję, odbywają się ostatnie sprawdziany... Niedługo zabrzmi ostatni dzwonek i zaczniemy wakacje.

Lektura tego raportu także powinna wybrzmieć jak ten ostatni dzwonek. Ale nie taki, który dzwoni w czerwcu, aby podsumować dziesięć bardziej lub mniej pracowitych miesięcy. To jest taki, który ma nas zaalarmować.

„A ja nie miałam edukacji seksualnej i jakoś sobie radzę” – to moje ulubione zdanie przeciwników lub sceptyków edukacji seksualnej. A jednak ten alarm dzwoni.

Po pierwsze dlatego, że my już nie chcemy sobie „jakoś radzić”. Chcemy mieć wiedzę, która pomoże nam zrozumieć nasze ciała. Chcemy mieć wiedzę, która ułatwi nam zrozumienie, że wszystko z nami ok. Chcemy mieć wiedzę, która wskaże nam,

gdzie szukać pomocy, jeśli będzie ona potrzebna. Chcemy rozwijać umiejętności, które przydadzą nam się w każdego rodzaju relacjach – mówienie o emocjach, potrzebach, asertywność, empatia. Chcemy, żeby ludzie wokół nas także wiedzieli, czym są granice i świadoma zgoda. Chcemy wsparcia w radzeniu sobie z seksualizacją, przemocą, obsesją piękna, presją na osiągnięcia.

Tak odważnie mówię „chcemy”, bo to badanie to pokazało. 86% badanych uważa, że zajęcia z edukacji seksualnej powinny odbywać się w szkole. 83% badanych uważa, że rzetelna edukacja seksualna pozwala zminimalizować wiele czynników ryzyka, na które narażeni są młodzi ludzie. 74% badanych chciałoby, żeby informacje dotyczące seksualności człowieka i zdrowia seksualnego były łatwiej dostępne. To wyniki, które napawają mnie optymizmem.

Oczywiście są także takie, które mnie martwią. Ale niczemu się nie dziwię -

w końcu tej powszechnej, rzetelnej i dostępnej edukacji wciąż nie mamy.

Widzę jednak kilka aspektów, które jeszcze dodatkowo utrudniają nam tę sytuację. Po pierwsze, bardzo mocno przeceniamy swoją wiedzę. A gdy to robimy, to zapewne nie szukamy jej aż tak wytrwale, jak byśmy to robili, będąc świadomym jej braku. Po drugie, szukamy nie tam, gdzie warto. I nawet jesteśmy tego świadomi - wśród źródeł wiedzy wymieniamy najczęściej kolegów, koleżanki i znajomych oraz dość często wyszukiwarki internetowe, ale raczej nisko oceniamy ich wiarygodność. Z kolei za prawie najbardziej wiarygodnych uważamy specjalistów, ale dość rzadko ich odwiedzamy.

I na koniec jeszcze jeden pozytyw. Taki, który bardzo mnie cieszy, ponieważ oprócz szkoły, ważnym elementem mojej pracy jest wspieranie rodziców – głównie na odległość: przez posty, książkę, kurs online. I jak zerknijemy w odpowiedniej tabeli na to, czy osoby ankietowane oceniają rodziców jako wiarygodne źródło wiedzy

o seksualności, to możemy zobaczyć, że im niższy wiek, tym więcej osób odpowiada twierdząco. Wśród pokolenia baby boomers - 22%, w pokoleniu X – 23%, wśród milenialsów – 25%, a wśród najmłodszej grupy jest to 29%. Rodzice, dziękuję Wam! Dajcie swoim dzieciom to, czego sami nie dostaliście, a to bardzo trudne.

Tosia Kopyt - psycholożka, nauczycielka wychowania do życia w rodzinie, edukatorka seksualna. W internecie działa jako "WdŻ dla zaawansowanych".

Edukacja seksualna jest kluczowym elementem w budowaniu zdrowych i świadomych społeczeństw. W obliczu współczesnych wyzwań i zmian społecznych raport ten analizuje aktualny stan edukacji seksualnej w Polsce, identyfikuje główne bariery i proponuje możliwe rozwiązania. Wyniki badania wskazują na poważne braki w zakresie wsparcia domowego, niedostateczne działania systemowe oraz różnorodne, czasem mało wiarygodne źródła wiedzy, z których korzystają młodzi ludzie.

Brak wsparcia w domach rodzinnych

Jednym z niepokojących wniosków raportu jest brak wsparcia w domach rodzinnych. Rodzice nie zawsze wiedzą, jak poruszyć temat edukacji seksualnej, co prowadzi do zawołowanych rozmów lub ich całkowitego braku. To powoduje, że młodzi ludzie nie otrzymują niezbędnych informacji w środowisku domowym, co wpływa na ich rozwój i postrzeganie seksualności.

Konieczność edukacji seksualnej w szkołach

Raport wskazuje, że społeczeństwo jest zgodne co do potrzeby wprowadzenia edukacji seksualnej w szkołach. Blokują to jednak różne czynniki, takie jak polityczne

i ideologiczne spory, brak konsensusu co do treści programów edukacyjnych oraz niski priorytet nadawany edukacji seksualnej w systemie edukacyjnym.

Rozwiązania systemowe

Systemowe i konsekwentne podejście do edukacji seksualnej jest kluczem do sukcesu. Działania te powinny obejmować szkolenia dla grona pedagogicznego, wsparcie dla rodziców oraz stały dostęp do rzetelnych informacji. Proces edukacji seksualnej powinien być ciągły i dostosowany do różnych etapów życia człowieka, aby minimalizować ryzyko i wspierać zdrowe relacje.

Wpływ rzetelnej edukacji seksualnej

Aż 83% osób badanych uważa, że rzetelna edukacja seksualna pozwala zminimalizować czynniki ryzyka. Mimo to, głosy popierające te zmiany często nie są słyszane przez decydentki_decydentów, co ogranicza wprowadzenie skutecznej edukacji seksualnej do szkół.

Źródła wiedzy i ich wiarygodność

Najczęściej wskazywanymi źródłami wiedzy są wyszukiwarki internetowe i różne źródła edukacyjne lub informacyjne. Niestety, te źródła często są niepewne, a wiedza

zdobywana w ten sposób bywa fragmentaryczna i oparta na niesprawdzonych informacjach. Co trzecia osoba badana chce wiedzieć więcej na temat zdrowych relacji i komunikacji w relacjach partnerskich.

Rzeczywiste potrzeby edukacyjne

Raport wskazuje, że wiele osób przecenia swoją wiedzę na temat edukacji seksualnej, co prowadzi do błędnego przekonania, że nie ma potrzeby dodatkowych zajęć. W rzeczywistości obowiązkowe zajęcia mogłyby zapewnić jednolity poziom wiedzy i lepsze przygotowanie młodzieży do życia seksualnego.

Ocena wiedzy różnych pokoleń

Osoby z pokolenia baby boomers często oceniają swoją wiedzę na temat edukacji seksualnej znacznie lepiej, niż jest w rzeczywistości. Wyniki sprawdzianu pokazują, że ich rzeczywista wiedza nie odbiega znacząco od wiedzy młodszych pokoleń, mimo ich wyższej samooceny.

Brak interesujących zajęć w szkołach

Jednym z problemów z edukacją seksualną w szkołach jest mało interesujący sposób

prowadzenia zajęć oraz powielanie stereotypów. To zniechęca uczniów i ogranicza skuteczność edukacji. Znacząca większość osób badanych uważa, że za edukację seksualną nie powinni być odpowiedzialni wyłącznie rodzice.

Raport jednoznacznie wskazuje na potrzebę wprowadzenia systemowej i konsekwentnej edukacji seksualnej, która będzie wspierana zarówno w domach, jak i w szkołach. Edukacja powinna być obowiązkowa, rzetelna i dostosowana do różnych grup wiekowych, aby zapewnić młodym ludziom pełną i spójną wiedzę na temat seksualności. Tylko poprzez takie działania możemy stworzyć zdrowe i świadome społeczeństwo, które będzie potrafiło odpowiedzialnie podejmować decyzje dotyczące swojego życia seksualnego i które będzie wyposażone w odpowiednie narzędzia, pozwalające zadbać o siebie dzięki znajomości swoich praw.

Patrycja Wonatowska - seksuolożka, psycholog, współpracuje z SEXEDPL

ANEKS

Odpowiedzi na stwierdzenia z kartkówki (w kolejności z raportu):

1. Kobiety rodzą się ze wszystkimi swoimi komórkami jajowymi w jajnikach i żadne nie powstaną w czasie ich życia. Mężczyźni mogą produkować plemniki od czasu dojrzewania do końca życia.
2. W jądrach powstają plemniki. Płyn, który jest składnikiem spermy powstaje w najądrzach, prostaty, pęcherzykach nasiennych oraz gruczołach opuszkowo-cewkowych.
3. Wiek zgody wynosi w Polsce 15 lat.
4. Pierwszy dzień cyklu to pierwszy dzień krwawienia miesięcznego.
5. Można, ale nie trzeba używać płynu do higieny intymnej. Żadnych substancji myjących nie wolno wprowadzać do wnętrza pochwy.
6. Tabletki zapobiegające zapłodnieniu, według stanu obecnej wiedzy nie wpływają na proces zagnieżdżenia się zarodka.
7. Prawda
8. Prawda
9. Na prawdopodobieństwo zajścia w ciążę, wystąpienia poronienia oraz zdrowie płodu mają wpływ zarówno czynniki po stronie kobiety, jak i czynniki po stronie mężczyzny.
10. Tampon należy włożyć głęboko, wtedy będzie niewyczuwalny podczas codziennego funkcjonowania. Nie ma możliwości, aby tampon wpadł do macicy, ponieważ „kończy się” ona szyjką macicy.
11. Korzystanie z lubrykantów na bazie oleju obniża skuteczność prezerwatywy (zwiększa prawdopodobieństwo jej pęknięcia).
12. Jest to możliwe szczególnie w przypadku krótkiego cyklu miesięczkowego.
13. Tak, m.in. opryszczka, rzeżączka, kiła, drożdżycy, HPV, WZW typu B i C.
14. Ludzkie ciało nie jest symetryczne, a większość penisów przekrzywia się w jedną stronę. Jeśli kąt jest na tyle duży, że utrudnia to aktywność seksualną lub sprawia ból, należy skonsultować się z urologiem lub urologką.
15. Wiele infekcji przebiega bezobjawowo, dlatego brak objawów nie jest potwierdzeniem zdrowia.
16. Stosunek przerywany ma małą skuteczność i może mieć negatywne skutki dla zdrowia seksualnego.
17. Prawda
18. Podczas codziennej kąpieli lub prysznicy należy odciągać napletek i myć powierzchnię pod nim, aby pozbyć się mastki, która może powodować nieprzyjemny zapach, prowadzić do podrażnień lub stanu zapalnego, ograniczać ruchomość napletka.
19. Prawda
20. Wskazane są coroczne wizyty ginekologiczne.
21. Konieczne jest spełnienie szczególnych kryteriów, aby podczas karmienia piersią prawdopodobieństwo zajścia w ciążę było znikome. Jednym z nich jest wyłączenie karmienia piersią, więc jest to możliwe maksymalnie przez sześć miesięcy.

METODOLOGIA

KOMPONENT ILOŚCIOWY

- **Technika:** CAWI
- **Wielkość próby:** 2141
- **Wiek:** 15 – 65 lat
- **Próba reprezentatywna ze względu na:** wiek, płeć, wielkość miejscowości zamieszkania, wykształcenie
- **Czas realizacji:** 19-25 kwietnia 2024

KOMPONENT JAKOŚCIOWY

- **Technika:** wywiad swobodny online
- **Liczba wywiadów:** 14
- **Wiek:** 19 – 57 lat
- **Charakterystyka próby:** mix płci, mix wykształcenia, zróżnicowanie geograficzne, osoby o zróżnicowanych poglądach nt. edukacji seksualnej, uczestniczące i nieuczestniczące w lekcjach WDŻ
- **Czas realizacji:** 16-25 kwietnia 2024

Źródło danych: Ipsos, badanie metodą CAWI na reprezentatywnej próbie Polek i Polaków w wieku 15 – 65 lat (N=2141) oraz badanie metodą indywidualnych wywiadów pogłębionych (14 IDI), kwiecień 2024 r.

Wiarygodne źródła wiedzy w podziale na płeć, pokolenia i udział w zajęciach z WDŻ

Źródło wiedzy	Istotnie więcej niż ogółem		Istotnie mniej niż ogółem				WDŻ	Brak WDŻ
	Kobiety	Mężczyźni	Pokolenie Z (15-28 lat)	Milenialsi (29-44 lat)	Pokolenie X (45-58 lat)	Baby boomers (59-65 lat)		
Koledzy, koleżanki, przyjaciele	13%	16%	13%	16%	15%	14%	15%	14%
Źródła edukacyjne i informacyjne (np. filmy, czasopisma, strony internetowe, książki)	50%	50%	51%	47%	52%	55%	50%	50%
Partner lub partnerka	26%	38%	25%	31%	36%	35%	30%	34%
Wyszukiwarka internetowa, np. Google, Bing	18%	22%	23%	21%	18%	12%	21%	18%
Źródła pornograficzne (np. filmy, czasopisma, strony internetowe, książki)	5%	11%	7%	9%	7%	5%	8%	7%
Media społecznościowe i fora internetowe (np. Facebook, Instagram, TikTok, Discord)	7%	6%	13%	7%	3%	2%	8%	5%
Nauczyciel, nauczycielka lub inna osoba pracująca w szkole, np. psycholog, psycholożka, pielęgniarz, pielęgniarka	31%	31%	32%	31%	30%	30%	35%	24%
Rodzice	26%	23%	29%	25%	23%	22%	26%	23%
Członkowie rodziny inni niż rodzice	10%	13%	14%	12%	10%	10%	11%	11%
Specjaliści spoza szkoły (np. seksuolog, seksuolożka, lekarz, lekarka)	51%	46%	53%	45%	49%	51%	48%	50%
ChatGPT	1%	2%	3%	2%	0%	0%	2%	1%

Baza: 1113/1028/464/797/609/271/1253/888

Kto ma wiedzieć jak rozmawiać o seksie? Narodowa kartkówka WDŻ

Aktualne źródła wiedzy w podziale na płeć, pokolenia i udział w zajęciach z WDŻ

■ Istotnie więcej niż ogółem

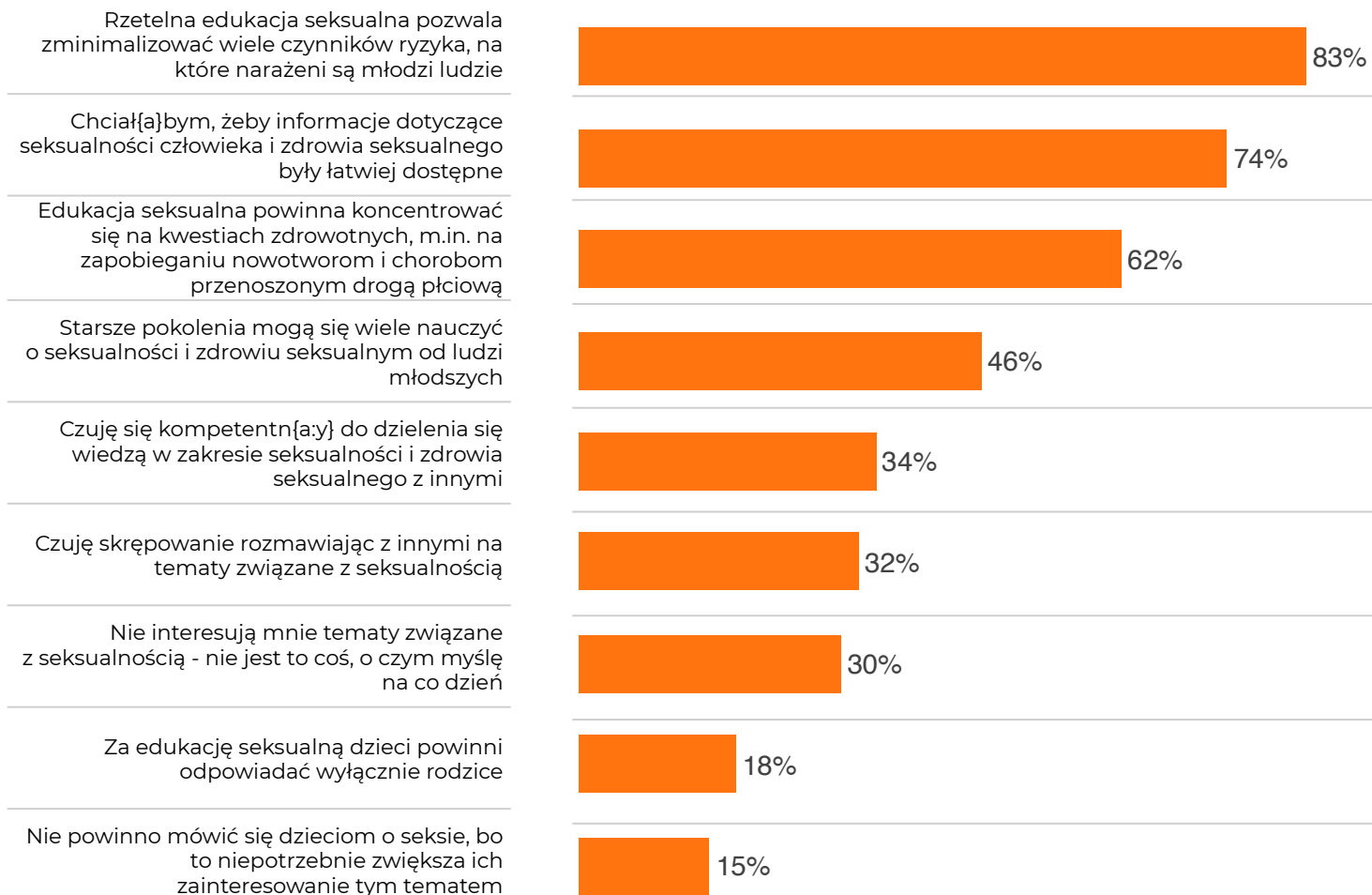
■ Istotnie mniej niż ogółem

	Kobiety	Mężczyźni	Pokolenie Z (15-28 lat)	Milenialsi (29-44 lat)	Pokolenie X (45-58 lat)	Baby boomers (59-65 lat)	WDŻ	Brak WDŻ
Koledzy, koleżanki, przyjaciele	10%	8%	14%	7%	8%	8%	10%	7%
Źródła edukacyjne i informacyjne (np. filmy, czasopisma, strony internetowe, książki)	38%	33%	30%	34%	41%	41%	35%	37%
Partner lub partnerka	20%	22%	22%	21%	21%	19%	22%	20%
Wyszukiwarka internetowa, np. Google, Bing	41%	38%	44%	42%	38%	31%	42%	36%
Źródła pornograficzne (np. filmy, czasopisma, strony internetowe, książki)	7%	11%	10%	10%	7%	5%	9%	8%
Media społecznościowe i fora internetowe (np. Facebook, Instagram, TikTok, Discord)	16%	10%	21%	12%	11%	7%	15%	10%
Nauczyciel, nauczycielka lub inna osoba pracująca w szkole, np. psycholog, psycholożka, pielęgniarz, pielęgniarka	2%	2%	3%	3%	1%	1%	3%	1%
Rodzice	5%	4%	8%	5%	2%	2%	5%	3%
Członkowie rodziny inni niż rodzice	3%	3%	3%	3%	2%	5%	3%	3%
Specjaliści spoza szkoły (np. seksuolog, seksuolożka, lekarz, lekarka)	16%	12%	12%	16%	13%	12%	15%	12%
ChatGPT	1%	2%	3%	1%	0%	1%	2%	1%
Aktualnie nie szukam takich informacji	19%	22%	15%	18%	25%	30%	16%	27%

Baza: 1113/1028/464/797/609/271/1253/888

? Pytanie: W jakim stopniu zgadzasz się lub nie zgadzasz się z następującymi twierdzeniami:

% odpowiedzi zdecydowanie + raczej się zgadzam



Zgadający się z twierdzeniami w podziale na płeć, pokolenia i udział w zajęciach z WDŻ

■ Istotnie więcej niż ogółem

■ Istotnie mniej niż ogółem

	Kobiety	Mężczyźni	Pokolenie Z (15-28 lat)	Milenialsi (29-44 lat)	Pokolenie X (45-58 lat)	Baby boomers (59-65 lat)	WDŻ	Brak WDŻ
Rzetelna edukacja seksualna pozwala zminimalizować wiele czynników ryzyka, na które narażeni są młodzi ludzie	84%	82%	82%	80%	86%	88%	83%	83%
Chciał(a)bym, żeby informacje dotyczące seksualności człowieka i zdrowia seksualnego były łatwiej dostępne	75%	72%	75%	71%	75%	78%	74%	73%
Edukacja seksualna powinna koncentrować się na kwestiach zdrowotnych, m.in. na zapobieganiu nowotworom i chorobom przenoszonym drogą płciową	61%	62%	69%	65%	57%	50%	66%	55%
Starsze pokolenia mogą się wiele nauczyć o seksualności i zdrowiu seksualnym od ludzi młodszych	49%	43%	54%	47%	43%	38%	50%	41%
Czuję się kompetentn{a:y} do dzielenia się wiedzą w zakresie seksualności i zdrowia seksualnego z innymi	31%	37%	31%	37%	34%	34%	37%	31%
Czuję skrępowanie rozmawiając z innymi na tematy związane z seksualnością	36%	29%	37%	35%	29%	25%	33%	31%
Nie interesują mnie tematy związane z seksualnością - nie jest to coś, o czym myślę na co dzień	31%	29%	25%	29%	32%	39%	27%	34%
Za edukację seksualną dzieci powinni odpowiadać wyłącznie rodzice	17%	19%	14%	22%	16%	15%	18%	17%
Nie powinno mówić się dzieciom o seksie, bo to niepotrzebnie zwiększa ich zainteresowanie tym tematem	12%	18%	14%	18%	13%	12%	15%	14%

Baza: 1113/1028/464/797/609/271/1253/888

Kto ma wiedzieć jak rozmawiać o seksie? Narodowa kartkówka WDŻ