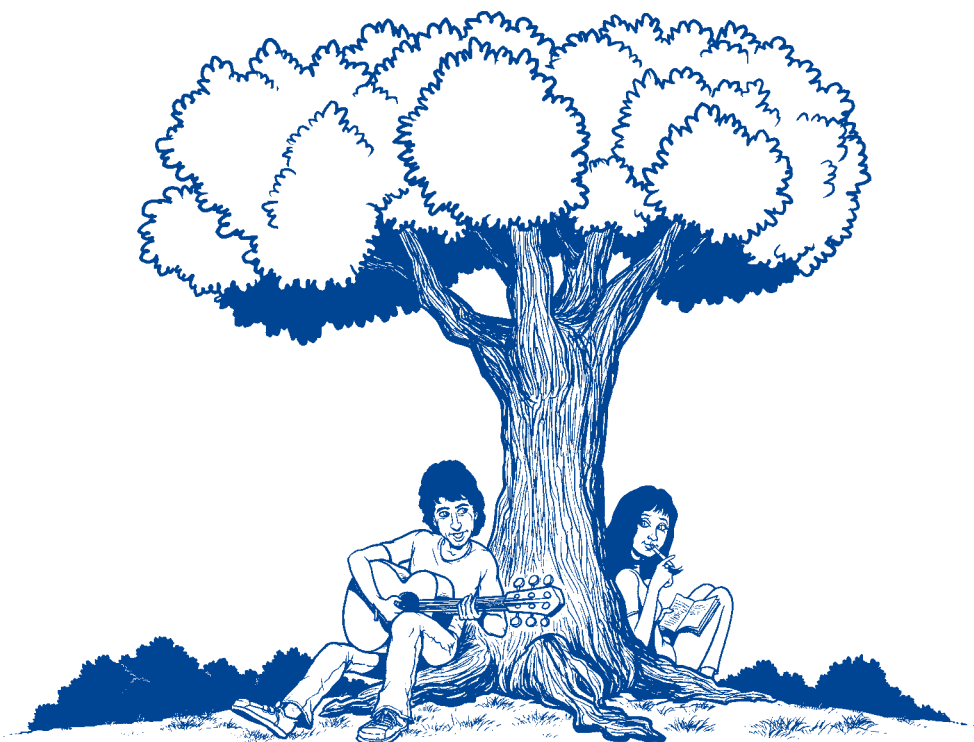


Pubertet I DECA SA AUTIZMOM

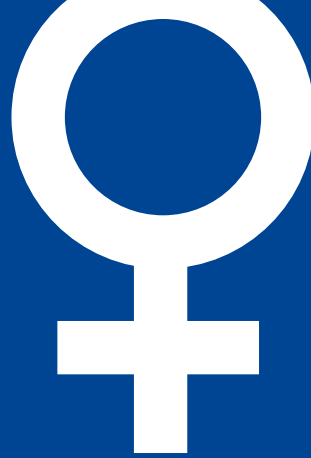
NA SASTANKU GRUPE RODITELJA, JEDNA MAJKA POSTAVILA JE PITANJE: „MENTALNO GODIŠTE MOJE ĆERKE OTPRILIKE JE NA NIVOU TREĆEG RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE, A ONA JE VEĆ DOBILA MENSTRUACIJU. TO MI JEDNOSTAVNO NE IZGLEDA MOGUĆE.“

Sva deca prolaze kroz pubertet nezavisno od IQ-a ili društvenih veština.

Ukoliko je razvojni nivo deteta u neskladu sa njegovim godinama, mozak neće reći telu da prestane da se razvija. Pubertet je faza razvoja baš kao što je i prelazak od bebe ka detetu. Kod devojaka, pubertet uglavnom počinje u dvanaestoj, a kod dečaka u četrnaestoj godini. Fizičke promene puberteta usredsređene su na razvoj sekundarnih karakteristika i početak menstruacije (kod devojčica) i ejakulacije (kod dečaka).



U PROSEKU, MENSTRUACIJA SE PRVI PUT POJAVLJUJE U 12. ILI 13. GODINI, ALI KOD NEKIH DEVOJČICA, MOŽE SE POJAVITI I VEĆ U DEVETOJ ILI TEK U SEDAMNAESTOJ.



DEVOJČICE • Fizičke promene kod devojčica najčešće počinju da se pojavljuju u periodu između sedme i četrnaeste godine. Devojčice počinju naglo da rastu, razvijaju im se grudi, pojavljuju se pubične malje i malje ispod pazuha, kao i vaginalni sekret. Veoma je važno održavati higijenu svakodnevnim tuširanjem. Menstruacija se pojavljuje uglavnom godinu ili dve nakon pojavljivanja gore navedenih promena. U proseku, menstruacija se prvi put pojavljuje u dvanaestoj ili trinaestoj godini, ali kod nekih devojčica može da se pojavi već u devetoj ili tek u sedamnaestoj. (Strong, DeVault, Sayad & Yarber 2005)

Kada primetite da se kod ćerke pojavljuju fizičke promene puberteta, trebalo bi da razgovarate sa njom o menstruaciji. Na primer, jedan otac bio je zabrinut zbog toga što njegova ćerka glasno viče i trči po sobi svaki put kad vidi krv, čak i ako je posekotina na prstu veoma mala. Ona ne može da se smiri sve dok se na posekotinu ne stavi zavoj. Kako će ta devojčica reagovati na krv iz vagine? Predlažemo da uloške za menstruaciju zovete veoma velikim zavojima. Ćerkama će to olakšati prelazak u period menstruacije. Kao dodatak tome, porodica može početi da navikava devojčicu na upotrebu i promene uloška pre nego što taj važan dan i nastupi.

Ideje za pomoć devojčicama u tom procesu

- U donji veš svoje ćerke stavite nešto crveno da biste joj pokazali kako može da izgleda krv kad počne menstruacija.
- Majka bi trebalo da pokaže korake nošenja i promene higijenskog uloška. Ukoliko je moguće, u ceo proces treba uključiti i ostale devojke u kući.

- Obeležite uložak i gaćice različitom bojom, kako biste pokazali gde treba postaviti uložak na donjem vešu.
- Kupite nekoliko različitih vrsta higijenskih uložaka. Probajte različite proizvođače, veličine, debljine, sa i bez krilaca, i sa i bez mirisa.
- Napravite vizuelni raspored promene higijenskog uloška. Imajte na umu školski raspored. Pokušajte da prilagodite vreme promene sa pauzama između časova.
- Ukoliko vaša ćerka najbolje uči činjenice, kupite knjigu u kojoj je objašnjena menstruacija. Potpuno objašnjenje menstrualnih faza može pomoći vašoj ćerki pri prelasku u novi period života. Za druge, ove informacije mogu biti previše. Kao roditelj, vi znate na koji način će vaša ćerka najbolje naučiti.
- Isplanirajte proslavu za dan kad prvi put dobije menstruaciju. Odrastanje u ženu predstavlja veliki događaj i treba ga proslaviti.

DEČACI • Fizičke promene kod dečaka uglavnom počinju oko 13. godine. Kod nekih počnu ranije, sa 12 godina, dok kod nekih počnu tek sa 17 ili 18 godina. Uglavnom, pubertet kod dečaka nastupa dve godine kasnije nego kod devojčica. Sekundarne karakteristike dečaka podrazumevaju: ubrzan rast, uvećanje šaka i stopala, uvećanje mišićne mase, produbljivanje glasa, rast brade i malja u pubičnom delu. Polni organ takođe se razvija (Strong, DeVault, Sayad, Yarber, 2005). Kao i devojčice, i dečaci bi trebalo svakodnevno da se tuširaju. Veoma je važno da kosa, pazuh i genitalni deo budu čisti.

U PUBERTETU, KOD DEČAKA, POJAVLJUJE SE EJAKULACIJA SPERME. MNOGI DEČACI NESVESNI SU PRVE EJAKULACIJE, KOJA SE NAJČEŠĆE JAVLJA TOKOM SPAVANJA (TZV. MOKRI SNOVI).



U pubertetu, kod dečaka, pojavljuje se ejakulacija sperme. Mnogi dečaci nesvesni su prve ejakulacije, koja se najčešće javlja tokom spavanja (tzv. mokri snovi). Jedna majka ispričala je kako se sin plašio da joj ispriča za noćna izlučivanja jer je mislio da će ona biti razočarana budući da je on sada već „veliki dečko“ koji ne mokri u krevet. To je išlo dotle da je odbijao da ide na spavanje noću. Važno je da uverite svog sina da to što se dešava nije uriniranje. Takođe, dečaci mogu imati erekcije u neočekivanim situacijama. Objasnite da je to deo puberteta i da će naposljetku prestati.

Ideje koje mogu pomoći dečacima u pubertetu:

- Nemojte imati preterane reakcije, ali ni preslabe. Imajte na umu činjenicu da vaš sin verovatno nema nikakvu ideju o onome što mu se dešava, onda kada, na primer, ima noćnu ejakulaciju. Promenite posteljinu ili dopustite da vam on pomogne u tome.
- Smirenim glasom, objasnite svom sinu šta je to što se dešava tokom puberteta. Povežite noćne ejakulacije sa drugim promenama koje doživljava, a zatim objasnite da je to deo puberteta i odrastanja u muškarca.
- Iznajmite ili kupite knjigu u kojoj su objašnjene promene kroz koje dečaci prolaze tokom puberteta.

RODITELJI • Kada pričate o muškim i ženskim delovima tela, koristite medicinsku terminologiju. Jezički koncepti za mnoge pojedince sa autizmom mogu biti veoma teški. Na primer, ukoliko dok su mali nauče da „pi-pi“ označava muški polni organ, biće neprilično da taj deo tela tako označavaju kad porastu. Od samog početka, koristite medicinsku terminologiju i naviknite se na upotrebu reči kao što su penis, testis i pubične dlake za dečake, i vagina, grudi i menstruacija za devojčice.

Morate razmišljati i o sledećem:

- Pre nego što budete razgovarali o seksualnosti sa svojom decom, važno je da razmotrite šta je to u šta vi verujete, i zbog čega.
- Za svoju ćerku ili sina, vi ste glavni edukator o pitanjima koja se tiču seksa. Bez obzira na to da li vam je prijatno ili ne, bolje je da činjenice čuju od vas nego da slede, na primer, savete drugara iz odeljenja.
- Morate biti prijemčivi za pitanja. To znači da bi trebalo da budete spremni na bilo koje pitanje koje uključuje seksualnost vaše ćerke ili vašeg sina. Uvek recite: „To je dobro pitanje.“ Možete odlučiti da li ćete na pitanje odgovoriti odmah ili ćete reći: „Razgovaraćemo o tome kad dođemo kući.“ Ukoliko odgovorite pozitivnim tonom, vaše dete nastaviće da postavlja pitanja. Takođe, upamtite da na pitanja treba da odgovarate jednostavno i direktno.

Nemojte svog tinejdžera zatrpavati informacijama.

- Deca nisu savršena. Ona greše, a na nama je da njihove greške pretvorimo u lekcije.
- Koristite iste strategije učenja koje ste koristili i kada ste ih učili savladavanju drugih veština. Primenite te strategije da ih biste ih uputili u menstruaciju i ejakulaciju. Neke od strategija mogu podrazumevati vizuelne rasporede ili liste sa zadacima koji se proveravaju nakon što se izvrše, video-materijal, činjenice iz knjiga, slike koje prikazuju promene koje se dešavaju sa telom, ili specifičnu terminologiju. Razmišljajte o pubertetu kao o još jednoj fazi razvoja. Prihvatite taj period i potom nastavite dalje.

Pubertet i deca sa autizmom

Izdavač

Magona

Novi Sad

www.magona.rs

info@magona.rs

Za izdavača

Goran Sipić

Urednik

Goran Sipić

Prevod sa engleskog jezika

Staša Vukadinović

Lektor

Svetlana Velimirović

Ilustracije

Mladen Oljača

Priprema za štampu

Arpad Terek

Štampa

Offset print, Novi Sad

Tiraž

1.000

ISBN 978-86-87659-15-5

Veliku pomoć pri izradi ove brošure
pružili su nam:

dr Milica Pejović–Milovančević, dr sci dečji psihijatar,
docent Medicinskog fakulteta Univerziteta u
Beogradu

Dragana Koruga, psiholog CIP centra za interaktivnu
pedagogiju

Nataša Srečković, diplomirani logoped, reedukator.



U Srbiji možete kontaktirati sa Republičkim udruženjem Srbije za pomoć osobama sa autizmom. Pri Udruženju radi stručni tim (psihijatri, psiholozi, specijalni pedagozi, socijalni radnici, lekari, učitelji, vaspitači, medicinske sestre) koji pruža pomoć roditeljima i stručnjacima svakoga dana od 9 do 15 sati. Udruženje obezbeđuje sastanke za podršku i savetodavni rad i razne programe kao što su: asistent u porodici, savetodavni rad sa roditeljima, vikend program, rekreativno-terapeutski boravci u prirodi, kao i tematski seminari za stručnjake i roditelje iz cele Srbije.

Više informacija o udruženju može se pronaći na Internet stranici: www.autizam.org.rs.

Udruženje se nalazi na adresi Gundulićev venac 38, Beograd, a telefon je 011/339 26 83 ili 060/0820 555.

**Projekat izdavanja kompleta brošura za
podršku osobama sa autizmom podržali su**



United Nations in Serbia



Fondacija Nj. K. V. Princeze Katarine

**Finansijsku podršku pružila je
DELTA Fondacija**

CIP – Каталогизација у публикацији

Библиотека Матице српске, Нови Сад

