



MODA

BEAUTY

LIFE

TREND

VIDEO

SFILATE



Golden Globe  
2019

Saldi

Oroscopo  
2019

People

Moda e  
Ambiente



↓ SCOPRI I TREND

# Parliamo di sesso ai bambini: 5 consigli ispirati al metodo educativo danese



— *Se il popolo di Danimarca è tra i più felici al mondo è anche merito dell'educazione impartita in famiglia e a scuola. La psicologa Jessica Alexander - autrice de "Il metodo danese per crescere bambini felici" - torna a spiegarlo con un nuovo manuale in cui si invita ad avviare il dialogo sul corpo e sul sesso sin dai 4 anni di età. Le abbiamo dato carta bianca per illustrarne le ragioni*

DI JESSICA  
ALEXANDER \* -

figli libri



INVECECONCITA

—  
La malattia di chi non butta via niente

DAL MAGAZINE

—  
Il talento delle italiane per lo spazio

## PARLIAMO DI SESSO AI BAMBINI: 5 CONSIGLI ISPIRATI AL METODO EDUCATIVO DANESE

TRADUZIONE DI  
CLARA SERRETTA  
08 Gennaio 2019

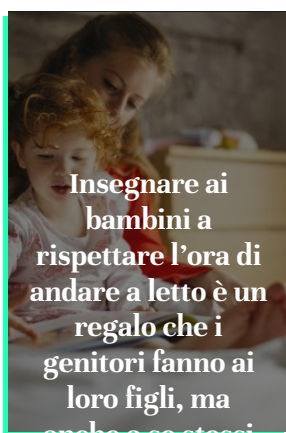


chiunque abbia dei figli ha prima o poi dovuto affrontare la questione, in un modo o nell'altro. Ci siamo tutti ritrovati in situazioni che avevano a che fare con il corpo o con la sessualità in generale, e ci siamo chiesti quale fosse la cosa giusta da fare e da dire in un determinato momento. La verità è che molti di noi da piccoli non hanno ricevuto informazioni chiare in merito e non sono stati guidati alla scoperta di questa sfera della nostra vita, per cui adesso si sentono a disagio con i propri bambini.



In **alcuni stati americani** l'unico tipo di educazione sessuale permesso è quello che suggerisce l'astinenza come unico metodo per prevenire malattie e gravidanze indesiderate e in generale la nudità è un tabù, o addirittura percepita come illegale, anche se si tratta per esempio di allattare al seno in pubblico o prendere il sole in topless. **Nelle scuole italiane non c'è nessun programma curricolare di educazione alla**

**sessualità** che difatti non esiste a meno che non venga specificamente richiesto. Fare questo genere di "formazione" è delegato alla famiglia o alla Chiesa.



Nonostante l'alone di vergogna che in diverse culture ammantava la questione sessualità, i ragazzi ai nostri giorni sono esposti a immagini ipersessualizzate sia in tv che sui social media sin dalla tenera età, che ai genitori piaccia o meno. Il paesaggio è drammaticamente mutato per i nostri figli e noi non possiamo più ignorare quest'argomento. Proprio per questo è più importante che mai aiutarli ad avventurarsi su questo terreno.

INIZIATIVA  
SPECIALE

—  
La Donna D 2018

QUESTA SETTIMANA IN EDICOLA



## PARLIAMO DI SESSO AI BAMBINI: 5 CONSIGLI ISPIRATI AL METODO EDUCATIVO DANESE

Le ricerche dicono chiaramente che prima affrontiamo la questione corpo e sessualità con i nostri bambini, **più forte sarà la connessione che creiamo con loro** e meglio quindi riusciremo a proteggerli.



## L'esempio danese in 5 consigli

In Danimarca, un Paese considerato negli ultimi quarant'anni tra i più felici al mondo, si ritiene che i bambini abbiano diritto di avere **informazioni chiare e oneste sul corpo e sul sesso sin da quando hanno quattro anni.**

Ogni anno c'è un'intera settimana dedicata all'educazione sessuale, che i danesi chiamano **"la settimana del sesso"**, durante la

quale bambini di tutte le età, genitori e insegnanti vengono incoraggiati ad affrontare l'argomento. La maggior parte di noi non si sentirebbe pronta a un'iniziativa simile, tuttavia comprendere l'importanza di cominciare a parlarne anche in casa farebbe già una bella differenza.

**1) Osate!** Tuffatevi nell'acqua fredda e iniziate a parlarne. Vi è mai capitato di dovervi tuffare nell'acqua gelata anche se proprio non vi andava? Dopo lo shock iniziale vi siete sentiti subito alla grande. Be', succede la stessa cosa quando si comincia a essere più aperti e onesti sulle questioni inerenti alla sessualità con i propri figli. È difficile trovare il coraggio per cominciare a parlarne, ma dopo che lo si fa, diventa tutto più facile e ci si sente subito meglio. Cercate di iniziare il prima possibile, in qualsiasi momento.

2) Cercate occasioni di dialogo, **usate le parole giuste e non fate moralismi.** Il sesso non è "l'argomento", ma un argomento che si deve affrontare nel corso di tutta la vita. Leggete ai vostri figli dei libri che parlino del corpo e di come si fanno i bambini, usando la terminologia giusta, e provate a fornire spiegazioni chiare, per quanto compatibili con la loro età. Rispondete alle loro domande in modo esaustivo e onesto. E ricordatevi che il vostro tono e la vostra reazione sono importantissimi! Dire ai bambini cose come "ne parleremo quando sarai più grande" li farà sentire in dovere di continuare a fare domande. Più spesso affronteremo il discorso in circostanze non forzate, più naturalmente i bambini capiranno che possono sempre chiedere a noi e dirci quello che passa loro per la testa. Non

## PARLIAMO DI SESSO AI BAMBINI: 5 CONSIGLI ISPIRATI AL METODO EDUCATIVO DANESE

sempre avremo la risposta giusta, ma l'onestà intellettuale crea un legame e offre la possibilità di stabilire una comunicazione sincera, che ha un valore inestimabile.



### 3) Insegnate la "felicità del

**corpo".** In danese questa espressione viene riassunta in una sola parola: *kropsglad*. Si tratta di una parte molto importante dell'educazione sessuale. Il modo in cui trattiamo il nostro corpo e quello in cui ne parliamo sono intimamente connessi al nostro benessere. Gli studi hanno dimostrato che il genitore dello stesso sesso ha un impatto decisivo su come il bambino vede se stesso. Quindi, una madre che dice: "Ho delle gambe orrende",

quando si guarda allo specchio, e poi rivolgendosi alla figlia afferma: "Sei bellissima", determina il modo in cui la bambina vede se stessa. Le parole che diciamo contano. I bambini imitano i genitori, per cui cercate di essere clementi con voi stessi e con gli altri. Più è sano il rapporto che i nostri figli hanno con il proprio corpo e meno si sentono giudicati per come appaiono ma piuttosto valorizzati per ciò che sono, più saranno felici.

**4) Parlate della tecnologia e fatelo presto.** Cercate l'occasione di parlare di tecnologia e social media. Che si tratti di far riferimento all'esperienza di un amico, di guardare un film o un telegiornale insieme, ponete domande senza però fare una predica. Molti bambini, per esempio, non si rendono conto che le immagini di giornali e tv possono essere ritoccate e questo crea in loro un senso d'inadeguatezza. Magari non sanno come reagire se vedono delle immagini sgradevoli o nel caso di approcci da parte di sconosciuti. Fate loro capire che possono sempre chiedere a voi. Parlare di questi argomenti li proteggerà sotto moltissimi aspetti e avere con loro un rapporto così intimo sarà bellissimo.

**5) Fate gruppo con gli altri genitori.** Il supporto è fondamentale. Parlate con gli altri della vostra esperienza e prendete spunto dalle idee di altri genitori. Nell'era della tecnologia le esperienze altrui possono essere di grandissimo aiuto. E se siete preoccupati per ciò che vostro figlio fa o guarda, non ignoratelo. Cercate di capire cosa è normale per ogni fascia d'età e condividete le informazioni

PARLIAMO DI SESSO AI BAMBINI: 5 CONSIGLI ISPIRATI AL METODO EDUCATIVO DANESE

con gli altri, oppure chiedete loro aiuto come fanno gli iscritti al gruppo Facebook Il Metodo Danese Gruppo genitori.

*\* Psicologa americana sposata a un danese, Jessica Alexander è già autrice del bestseller "Il metodo danese per crescere bambini felici!". Il suo secondo manuale "Il nuovo metodo danese per educare i bambini alla felicità a scuola e in famiglia" è uscito a fine 2018 per [Newton Compton](#) (10 euro)*

DI JESSICA  
ALEXANDER \* -  
TRADUZIONE DI  
CLARA SERRETTA  
08 Gennaio 2019

figli libri

SULLO STESSO ARGOMENTO



ISCRIVITI  
ALLA NEWSLETTER



• D RICETTE • OROSCOPO • REDAZIONE • PUBBLICITÀ • SCRIVETEICI • PRIVACY

Seguici su

Ritaglio ad uso esclusivo del destinatario

PARLIAMO DI SESSO AI BAMBINI: 5 CONSIGLI ISPIRATI AL METODO EDUCATIVO DANESE

