1.Что такое половое воспитание ребенка?

Сексуальное (половое) воспитание – это не разговоры о сексе. Это разговоры о физиологии, гигиене, безопасности, умении говорить «нет», о личных границах, понимании своего тела и его потребностей.

А вопрос «откуда берутся дети?» совершенно не про секс. Это вопрос познания мира, собственной идентичности. Ребенку в этот момент важно понять, как произошло чудо его появления, а не про интимные отношения.Хотя впервые дети спрашивают, откуда они появились на свет, в 3-4 года, лучше не сочинять им про это сказки. Если правду не скажете вы, все объяснят вашему ребенку более старшие дети.

Лучше сразу признаться, что сначала ваш ребенок почти год жил в животике у мамы. Когда-то он был всего лишь точкой, потом вырос, чуть позже напоминал маленькую рыбку, потом превратился в динозаврика, со временем стал похож на котеночка, а родился хорошеньким человечком… Но все-таки самый главный вопрос: как «точка» попала в мамин живот? На этом этапе просвещения можно сказать, что дети появляются в мамином животике после того, как папа и мама встретились, полюбили друг друга и поженились. Вполне возможно, что тут ваш малыш захочет узнать историю знакомства родителей. Не бойтесь поведать ему, как вы впервые увидели друг друга в гостях, во время учебы или на работе, как почувствовали друг к другу симпатию и интерес… Семейная история позволит ребенку ощутить единение с родителями.

Есть несколько тем, о которых нужно сказать обязательно. Например, интимные части тела: нужно назвать их, показать, где они находятся, и объяснить, что они предназначены только для самого человека, поэтому другие люди могут видеть и трогать их только в очень конкретных ситуациях. После этого можно рассказать уже о ситуациях: они бывают безопасные и небезопасные, а также прикосновения бывают безопасные и небезопасные.

С какого возраста нужно предупреждать ребенка о том, что его может подстерегать опасность?

В возрасте от 3 до 5 лет, малыш начнет осознавать опасность некоторых вещей и сможет частично контролировать свое любопытство. Психика малышей раннего и дошкольного возраста устроена таким образом, что они пока не способны осознавать последствия своих действий даже для самих себя, что уж тут говорить о последствиях для других людей.  Дети в этом возрасте действительно не осознают последствий своих поступков!

А вот с 7-летнего возраста формируется произвольная способность регуляции собственного поведения. В этом возрасте ребенок способен следовать правилам. Ко всем этим умениям добавляется еще одно – способность осознавать последствия своих действий для самого себя. Младший школьник уже понимает, что нельзя играть с огнем, потому что можно обжечься. Т.е. в младшем школьном возрасте ребенок уже может осознавать последствия своих действий для самого себя.

В 16 лет человек уже может продумывать свои действия наперед, строить планы и понимать, что именно будет зависеть от его поступков.

Родители очень часто сомневаются в необходимости «неприятного разговора» на тему сексуальной безопасности. Разговор можно начинать уже с двух лет. Это время для первых бесед о том, что на теле есть разные места и некоторые из них – особенные. В этом возрасте ребенок уже способен понять общую идею согласия и отказа. Немного погодя можно расширить тему и рассказать, что и в каких ситуациях с ребенком допустимо делать взрослым, а что нет.

Будет ли безопаснее для ребенка, если он будет более просвещен в интимном плане, в области интимной безопасности, анатомической терминологии?

Статистика говорит о том, что насильники реже делают своими жертвами тех детей, которые знают анатомические термины для обозначения половых органов. А в некоторых семьях используют уменьшительно-ласкательные термины.  Приучение их к использованию правильных анатомических названий для обозначения половых органов – это шаг, приближающий к этой цели. И в этом не ничего плохого!

Как начать беседу с ребенком о сексуальной безопасности?

Правило нижнего белья – простой способ обезопасить вашего ребенка от насилия. Оно учит детей, что их тело принадлежит им, что они имеют право сказать «нет» и что необходимо информировать взрослого, если они расстроены или обеспокоены.

Рекомендации и методы:

не относитесь к беседе о безопасности вашего ребенка как к единичной. Гораздо лучше проводить беседы почаще и небольшими порциями.

когда вы будете готовы к разговору, ваш ребенок может быть к нему не готов. Не волнуйтесь. В этом вопросе очень важно не настаивать на своем.

включение простых бесед о безопасности вашего ребенка в повседневный распорядок дня – прекрасный способ предотвращения превращения беседы в лекцию.

5.Как объяснить детям о мерах предосторожности, с чего начать?

Начните с правила о «нижнего белья». Оно довольно простое: никто не имеет права трогать детей за те места, которые закрыты нижним бельем. Включая родителей, кстати. Самому ребенку тоже запрещено трогать других людей за эти зоны.

Никто не может обнимать или целовать ребёнка без его согласия. Спрашивать разрешение перед телесным контактом - правильно!

Прикосновения могут быть хорошими и плохими Плохие - когда тебя трогают без разрешения. Прикасаются к интимным зонам или смотрят/фотографируют их.

Расскажи о секретах, которые тебя расстраивают Хорошие секреты вызывают чувство радости, предвкушения.

Ответственность за произошедшее – всегда на взрослом. Педофилы делают все, чтобы вызвать у ребёнка стыд и вину. Поэтому нужно повторять, что в любых ситуациях ребёнок не виноват и требует помощи. ⠀

Просить помощь – нормально!

Секреты: дети их любят, а преступники этим пользуются. Как родителям выстроить правильный психологический контакт с детьми, чтобы вовремя понять, что ребенок столкнулся с сексуальными посягательствами? Как заручиться доверием своего ребенка?

Да. Абьюзеры и насильники часто манипулируют детьми, используя идею секрета. Дети верят этому. Так вот, нужно объяснить, что вовсе не все секреты нужно хранить, особенно если от них становится плохо.

Действия под покровом тайны – это основная тактика тех, кто занимается сексуальными домогательствами. Поэтому столь важно обучить детей различию между хорошими и плохими тайнами, а также создать атмосферу доверия. Этот момент можно использовать для обсуждения различия между хорошей тайной (например, если это вечеринка-сюрприз) и плохой тайной (то есть то, что вызывает у ребенка отчаяние и подавленность). Родители должны поощрять детей в том, чтобы они делились с ними плохими тайнами.

6.Как родителям распознать, что ребенок испытывает определенный дискомфорт в результате совершенных в отношении него противоправных действий против его половой свободы?

О том, что ваш ребенок находится под воздействием сильного нервно-эмоционального напряжения, вы можете судить по следующим признакам, наблюдаемым у него:

1.Частые неадекватные отрицательные эмоции (плач, хныканье, капризы).

2.Понижение настроения.

3.Немотивированные приступы гнева.

4. Высокий индекс возрастных страхов или появление страхов, не свойственных данному возрасту (страхи более младшего или более старшего возраста).

5.Пониженная коммуникабельность ребенка (с трудом вступает в контакт с незнакомыми людьми).

6. Высокая конфликтность с окружающими взрослыми и детьми (сам создает конфликты).

7.Высокий уровень общей и ситуативной тревожности.

8.Отсутствие или минимальное проявление положительных эмоций.

9.Снижение познавательной деятельности (практическое отсутствие реакции новизны).

Дополнительные критерии:

1. Наличие вредных привычек у ребенка (сосание пальца, грызение ногтей, привычка теребить или выдергивать волосы, ресницы и т.д.).

2. Наличие онанизма.

3. Наличие энуреза.

4. Периодически появляющееся заикание.

Наличие этих дополнительных критериев указывает на то, что нервно-эмоциональное напряжение у ребенка имеет хронический характер.

Существуют ли какие-то службы поддержки родителей и детей, столкнувшихся с проблемой сексуального насилия в отношении детей?

Да, такая служба на сегодняшний день существует, психотерапевтическую психологическую помощь можно получить в психотерапевтическом центре, расположенном по адресу: ул. Пирогова, д.6. На прием нужно будет прийти с одним из родителей (законных представителей), запись к специалистам осуществляется по электронной регистратуре, либо непосредственно в регистратуре центра (тел. регистратуры: 58-53-41). График работы психотерапевтического центра с 8 до 18 часов. Анонимно ты можешь обратиться за психологической помощью на «Телефон доверия» по номеру 8-800-200-01-22.