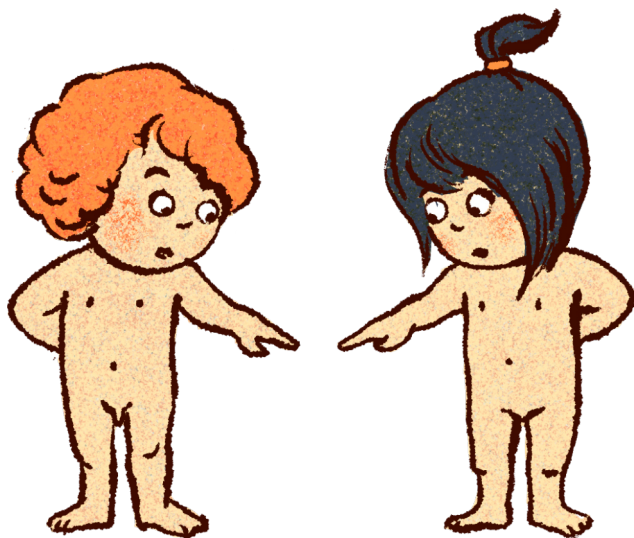


МОЄ ТІЛО,

МОЇ ЕМОЦІЇ

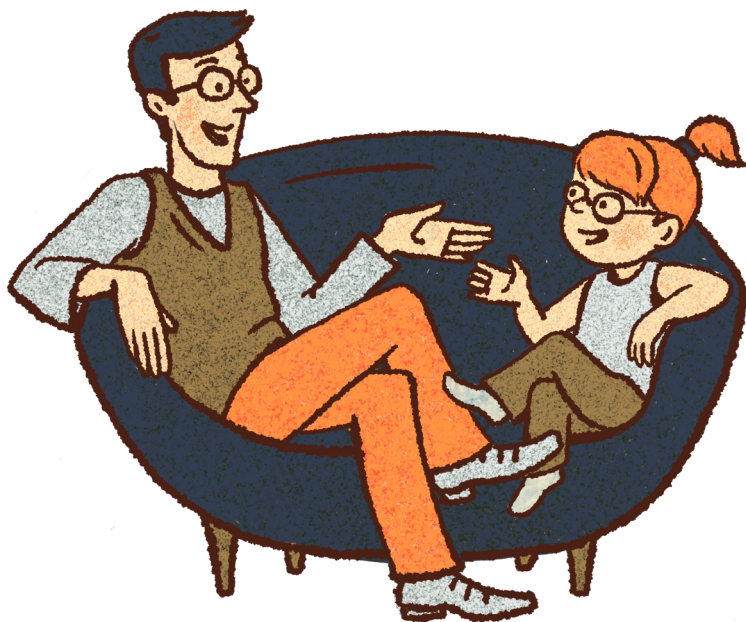


**Статеве виховання
легко та просто!**

Посібник для батьків

4-6 РОКІВ

Вступ



Шановні батьки та опікуни, ми раді, що ви дізналися про нашу пропозицію. Це означає, що ви - один з тих дорослих, хто хотів би добре і безпечно супроводжувати дітей на їхньому шляху до дорослого життя, в тому числі і в сфері сексуальної освіти. Ми хотіли б допомогти вам у цьому. Тому що: дуже мало дорослих навчилися невимушено говорити на такі теми, як тіло, любов, сексуальність та ідентичність. Тому кожна людина має свій власний "багаж статевого виховання" - добре наповнений для одних, але зовсім порожній для інших.

Ми хочемо допомогти вам заповнити "індивідуальні відділення" вашого багажу - так, щоб ви могли відповісти на всі питання, які виникатимуть у ваших дітей протягом дитинства та юності, і які вони, ймовірно, задаватимуть вам лише тоді, коли зрозуміють, що також отримують на них відповіді.

Як дорослі члени сім'ї, ви є першою контактною особою для своїх дітей, навіть якщо у дитячих садках і школах є спеціалісти, які проводять

статеве виховання відповідно до їхнього віку і з урахуванням їхніх особливостей. Це ви вже називаєте всі частини тіла на пеленальному столику або не називаєте деякі; це ви можете відповідати на питання про сексуальність: "Ти ще занадто малий для цього" або "Цікаве питання, але я маю спочатку подумати, як тобі на нього відповісти".

Чим раніше ви почнете звертатися до тем тіла, любові, стосунків, сексуальності та ідентичності як до звичайних повсякденних тем, тим легше буде вам, а також вашим дітям. Чим старшими вони стають, тим більш сором'язливими стають так звані "бесіди про статеве виховання". Нерідко обидві сторони зітхають з полегшенням після того, як вони закінчуються. Краще супроводжувати дітей м'яко. Діти, які дізналися, що вони можуть прийти до вас зі своїми питаннями і отримати серйозні і точні відповіді, також будуть звертатися до вас зі своїми питаннями протягом тривалого часу.

Батьки хочуть найкращого для своїх дітей. Тому ще важливіше серйозно ставитися до будь-якого негативного ставлення до сексуальної освіти (чи то через власне виховання, чи то через вплив засобів масової інформації). Ми хотіли б запропонувати вам можливість розібратися з цим.

Статеве виховання є важливою частиною профілактики насильства, оскільки воно робить доступними для дітей слова та інформацію, за допомогою яких вони можуть виражати себе та спілкуватися у разі виникнення неприємних ситуацій. Вам не потрібно турбуватися про те, що ви перевантажуєте своїх дітей статевим вихованням, яке не відповідає їхньому віку, або позбавляє їх "невинності": Ви забираєте їхнє невігластво. Це суттєва різниця.

Діти сексуальні, тому що вони є сексуальними істотами з самого початку, а не тільки з моменту статевого дозрівання. Дитячу сексуальність не можна порівнювати з дорослою, вона характеризується переважно грайливою, дитячою допитливістю. До поведінки, яку можна спостерігати, відносяться, наприклад, дитяче дослідження тіла, бажання дивитися і показувати, ставити запитання. Діти з раннього віку цікавляться відмінностями між статями і тим, як вони самі стали такими.

Відповідаючи на запитання делікатно і відповідно до віку, ви не "сексуалізуєте" дітей. Це допомагає їм знайти спільну мову. Таким чином, сексуальна освіта зміцнює їхню впевненість у собі та захищає від насильства, оскільки вони можуть швидше класифікувати сексуальні дії.

А діти, які, здається, не мають жодних запитань? Можливо, питання "підслухали" або вважали "занадто ранніми"... Діти мають дуже тонкі "відчуття" і знають, до кого вони можуть звернутися зі своїми питаннями. Якщо дорослі не задовольняють їхню жагу до знань, вони швидко знаходять інші шляхи (старші брати і сестри, засоби масової інформації...). Навчальна книга або веб-сайт завжди є гарним вступом до теми. Важливо, щоб ви заздалегідь не поспішали і подивилися, чи підходять вам презентації, фотографії, фільми, а також мова, якою вони написані.

Жодна доросла людина не може уникнути статевого виховання в тій чи іншій формі: воно починається з називання всіх частин тіла на пеленальному столику. Те, як і чи відповідатимете ви на запитання пізніше, покаже дитині ваше ставлення і цінності. Розмови на теми, які ви знайдете тут, завжди пов'язані з ціннісним ставленням, яке ви передаєте своїм дітям. Тому має сенс замислитися над цими цінностями на ранній стадії.

Зупиніться на мить: як, коли, де і хто вас "просвітив"? Які теми піднімалися? Які з них залишилися поза увагою (чому)? Як могло бути краще? Чи отримали ви ту освіту, яку хотіли б дати своїй дитині? Ні? Тоді ви належите до абсолютної більшості. Добра новина: ви можете зробити краще! І саме в цьому ми хотіли б вам допомогти.

Це не означає, що ви повинні стати професіоналом у всіх цих питаннях. Скористайтеся можливістю, коли ваша дитина запитає вас про щось, а ви не маєте відповіді, дружньої до дитини, прямо зараз. Будьте автентичними, кажучи, наприклад, "Мої батьки погано мене вчили, але я хочу виправитися". Придбайте книжки, які відповідають віку дитини, та/або скористайтеся нашим додатком.

І чому так рано?

- ▶ Тому що діти починають цікавитися гендерними відмінностями в дуже ранньому віці. Йдеться не лише про хлопчиків чи дівчаток, а про сприйняття різнобічної жіночності та мужності. За допомогою зірочки* або гендерної зірочки ми використовуємо гендерно-чутливе позначення, також у цьому посібнику, яке також робить видимими людей, які не можуть або не хочуть вписуватися у двостатеву систему.
- ▶ Тому що діти хочуть знати, звідки вони "походять".
- ▶ Тому що вони підхоплюють сексуалізовані терміни/слова в дитячому садку та школі і не можуть їх класифікувати.

- ▶ Тому що вони стикаються з сексуалізованим контентом у засобах масової інформації (від білбордів до телевізійних рекламних роликів і порно в цифрових медіа) у дуже ранньому віці, і порно, зокрема, не повинно бути першим підходом до цієї теми.
- ▶ Адже знання зміцнюють дітей, коли вони зустрічають/сприймають ґендерне розмаїття у повсякденному житті. Діти сприймають різноманітність/різноманітний спосіб життя, коли знають про нього, а це важливо для доброго співіснування в нашому суспільстві.
- ▶ Тому що добре освічені діти набагато довше готуються до першого сексу в підлітковому віці, оскільки вони приблизно знають, чого очікувати, і не так легко піддаються тиску з боку однолітків. Діти отримують більше можливостей і стають більш відповідальними у питаннях любові, сексуальності та стосунків.
- ▶ Тому що добре освічені діти краще захищені від сексуального насильства: Вони мають назви для всіх частин свого тіла (наприклад, можуть раніше зрозуміти, коли хтось погладив їх по геніталіях) і знають, де "місце" сексуальності - а саме з великими підлітками або дорослими, якщо це те, чого хочуть обидва. І що так не можна робити з дітьми.
- ▶ Тому що статеве виховання є однією з найважливіших складових у запобіганні сексуальному насильству над дітьми. Більшість кривдників походять з близького соціального оточення дітей; застереження від "злих незнайомців" не є достатнім.

До речі, цілком нормально, якщо діти соромляться цієї теми, якщо вони не звикли говорити про неї. Хихикати дозволяється! А ще їм дозволено відчувати огиду: Заохочуйте своїх дітей у цих почуттях, чітко кажучи їм: "Як дитина, ти ще не можеш уявити, що це може бути чимось приємним - ніхто не має права так чинити з дитиною!" Таким чином, не налякавши дитину, ви ввели тему запобігання сексуальному насильству над дітьми у виховну бесіду.

Яку роль у цьому відіграє психосексуальний розвиток?

В принципі, кожна дитина має свій темп. Деякі діти цікавляться темами раніше, інші - трохи пізніше. Так само, як і з іншими темами в житті. Якщо ви будете прислухатися до своєї дитини і звертати увагу на те, які інтереси вона переслідує в даний момент, ви дізнаєтеся, коли вона до чого готова. За допомогою книжок або інших дитячих ігрових матеріалів (наприклад, ляльок із сексуальними частинами або пазлів, що представляють різні форми сім'ї) ви можете запропонувати дитині ці теми майже випадково.

Цей посібник розділений на три вікові групи, які взяті зі стандартів ВООЗ для сексуальної освіти в Європі: 4-6 років, 7-9 років і 10-12 років. Переходи є плавними, і не всі етапи навчання вкладаються у зазначений віковий діапазон.

У наступній таблиці показано, які зміни та сфери інтересів можна приблизно очікувати для яких вікових груп і з яким типом батьківського виховання вони пов'язані. Вік є приблизним, жодна дитина не є нормальною дитиною.

0-4 роки

- ▶ Діти повинні знати конкретні назви частин тіла, особливо статевих органів. Важливо використовувати фахові терміни на ранній стадії. У німецькій мові прикладами цього є "пеніс" і "вульва".
- ▶ Діти знають про відмінності між статями, як фізичні, так і соціальні.
- ▶ Діти можуть сприймати і виражати різні почуття, висловлювати бажання і потреби.
- ▶ Вони дізнаються про правила особистої гігієни та вперше застосовують їх.
- ▶ Вони розвинули позитивне ставлення до власного тіла і можуть виражати власні бажання та обмеження, наприклад, в іграх на дослідження тіла.
- ▶ Вони розвинули початкові уявлення та поняття про моделі сім'ї та різні ступені спорідненості.

4-6 років

- ▶ Діти дізнаються про фізичні вікові відмінності: Дитяче тіло виглядає інакше, ніж у дорослих (наприклад, волосся, форма тіла, груди).
- ▶ Вони отримають конкретні знання про фертильність та репродукцію.
- ▶ Вони отримають знання про вагітність, пологи, немовлят і кінець життя.
- ▶ Вони розвинуть власну гендерну ідентичність.
- ▶ Вони зможуть сприймати і розрізняти емоції (наприклад, ревності, гнів, страх, розчарування).
- ▶ Вони отримають знання про те, що не всі люди "милі" до дітей і коли їм слід/можна звернутися за підтримкою до людини, якій вони довіряють.
- ▶ Для них мають бути створені можливості для розвитку приватності та сорому.

7-9 років

- ▶ Знання тіла стають більш конкретними: менструація, еякуляція, індивідуальні відмінності у довгостроковому розвитку. Біологічні та соціальні відмінності між чоловіками та жінками, а також знання про гендерне розмаїття.
- ▶ Вони отримають базові знання про інфекції, що передаються статевим шляхом, і приблизний огляд контрацепції.
- ▶ Вони мають знання про різні стосунки з точки зору любові, дружби тощо. Вони можуть встановлювати соціальні контакти і заводити друзів, поважаючи при цьому інших.
- ▶ Відбувається подальша консолідація і конфронтація з почуттями.
- ▶ Сором і приватність відіграють дедалі важливішу роль.
- ▶ Діти повинні знати про права дитини.

- ▶ Діти мають справу зі знаннями тіла, образами тіла та модифікаціями тіла (каліцтво статевих органів для дівчаток, обрізання для хлопчиків, заходи зі зміни статі для дітей-інтерсексуалів, розлади харчової поведінки, татуювання/пірсинг). На опис ставлення до власного тіла впливають стан здоров'я, самооцінка та поведінка.
- ▶ Вони мають знання про мастурбацію.
- ▶ Вони розширюють сприйняття і протистояння власним і чужим почуттям, таким як ревності.
- ▶ Вони знають про наслідки вагітності (батьківство, зміни у стосунках). Вони стосуються питання вагітності в одно-статевих стосунках та проблеми безпліддя.
- ▶ Вони отримують досвід побачень/домовленостей//флірту.
- ▶ Важливо володіти медіаграмотністю, що означає поведінку з інтернетом і можливими небезпеками (наприклад, робота з фотографіями/чатами повинна бути закріплена і поглиблена). Ви маєте базові знання про сексуальність/інтернет/зображення тіла в медіа.
- ▶ Тема інфекцій, що передаються статевим шляхом, розглядається більш детально.

Тематична частина

Тіло

"Гендерні маркери" - біологічна класифікація статей

Медицина і суспільство мають наступні критерії щодо тіла - люди діляться на чоловіків і жінок за наступними так званими гендерними маркерами:

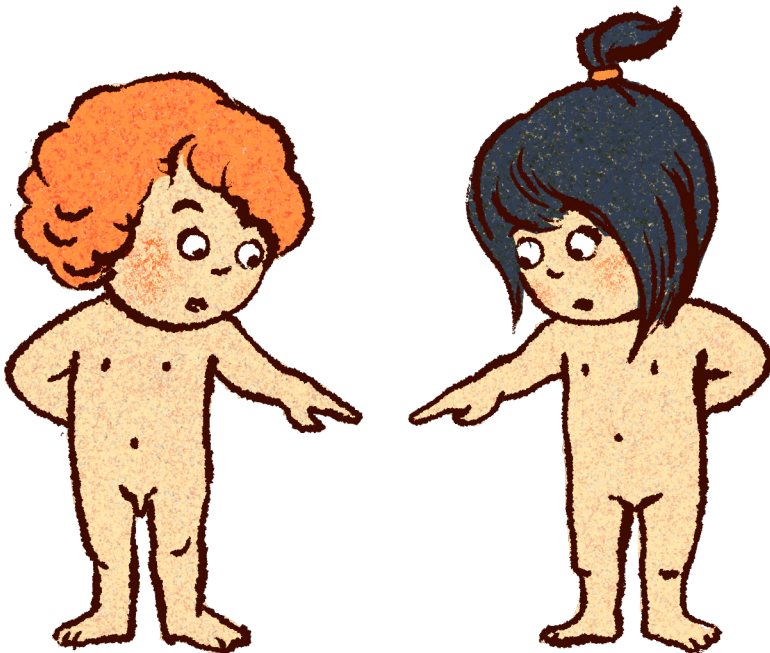
	Чоловік	Жінка
Генетика	Набір хромосом XY	Набір хромосом XX
Статеві залози (гонади)	Яєчка + Сперматозоїди	Яєчники + Яйцеклітини
Внутрішні статеві органи	Простата, Сім'явивідні протоки	Маткова труба, Матка, Вагіна, Ніжка клітора
Зовнішні статеві органи (геніталії)	Пеніс, Мошонка + Яєчка	Вульва = Головка клітора, Статеві губи, Лобок, Піхвовий отвір
Вторинні статеві ознаки	Борода, Голос, Мускулатура, Волосяний покрив	Груди, особливо розподіл жиру
Гормони	Підвищена концентрація тестостерону	Підвищений рівень естрогену

Пренатальний статевий розвиток

Протягом перших п'яти тижнів вагітності статевий розвиток у всіх дітей відбувається однаково. Лише після цього чоловічі та жіночі ембріони розвиваються окремо. У дівчинки опуклість між ногами поступово перетворюється на зовнішні статеві органи: клітор, зовнішні та внутрішні статеві губи. Щоб завершити статевий розвиток, тепер повинні сформуватися статеві залози - яєчники і яєчка. Починаючи з п'ятого тижня в організмі жіночого ембріона ростуть тканини, які перетворюються на матку, маткові труби і верхню частину піхви. Аналогічно відбувається і в ембріона чоловічої статі: тут формуються придаток яєчка, сім'явивідні протоки і насінніві бульбашки, а зайві тканини регресують.

"Хто ж це буде?"

Вже під час вагітності багатьом батькам важливо знати, "хто це буде" - дівчинка чи хлопчик. Приблизно в одного-двох з 1000 дітей після народження не можна чітко визначити стать через їхні геніталії (зовнішні статеві органи). Це називається інтерсексністю або варіантами гендерного розвитку.





Інтерсексність - це так званий "парасольковий термін" для позначення варіантів гендерного розвитку: це може стосуватися геніталій (зовнішніх статевих органів), внутрішніх статевих органів, статевих залоз, гормонального балансу, а також хромосомного набору. У багатьох країнах дітей, які народжуються з інтерсексуальними геніталіями, все ще хірургічно/гормонально "адаптують" до однієї з двох стандартних статей - чоловічої/жіночої, тобто їхні геніталії та/або внутрішні статеві органи оперують так, щоб вони виглядали "однозначно". Оскільки відповідні діти не можуть дати згоду на ці заходи, Amnesty International, наприклад, говорить про порушення прав людини: фізична недоторканність "приноситься в жертву" нормі.

Таким чином, реальність надає набагато більше варіантів, ніж таблиця вище, щодо статевих ознак:

Генетика	XX, XY, XXY, XXYY, XXXY
Статеві залози (гонади)	Яєчка + Сперматозоїди, Яєчники + Яйцеклітини
Внутрішні статеві органи	Сім'явивідні протоки / Маткова труба, Матка, Вагіна, Простата
Зовнішні статеві органи	Пеніс/Клітор/Фалоклітор, Статеві губи/Мошонка
Вторинні статеві ознаки	Розподіл жиру в організмі, Ріст бороди, Груди, Голос, Мускулатура, Волосся на тілі
Гормони	Тестостерон, Естроген

Маленькі діти та їхні тіла

Мало людей усвідомлюють, що вони змалечку займаються "статевим вихованням" - наприклад, називаючи чи не називаючи частини тіла. Саме тут закладається фундамент для позитивного образу тіла та чутливого, позитивного підходу до власної подальшої сексуальності.

Для більшості дітей з пенісом торкання, смикання або потирання його є цілком природним. Діти з вульвами часто труться ними об краї стільців або м'які іграшки. Це відповідає віку. Діти також люблять використовувати цей вид самостимуляції як засіб для засинання/ритуал. Багато дітей у цій віковій групі стимулюють себе на власних геніталіях, оскільки це викликає "тонкі відчуття". Якщо почуття сорому ще не з'явилося, вони також можуть робити це публічно - наприклад, у ранковому колі дитячого садка або на сімейних святах.



Батьки або вихователі, які реагують на це словами "якщо тобі це подобається, то, будь ласка, роби це в кімнаті/у затишному куточку тощо", показують дитині, що їй, звісно, дозволено торкатися свого тіла скрізь, але існують правила та обмеження. Також захищайте дитину від поглядів дорослих, коли вона досліджує своє тіло. Якщо ваша дитина робить це надмірно часто, це може бути пов'язано з відсутністю альтернативних способів розслабитися, це може мати органічні причини або бути ознакою стресу, який дитина відчуває. Зверніться до педагога або консультаційного центру, який розуміється на дитячій сексуальності, щоб отримати експертну думку.



Перші питання, які виникають

Нижче ми зібрали приклади типових дитячих запитань і можливі відповіді на них. Ви можете використовувати відповіді, позначені зеленим кольором, у спілкуванні з дітьми. Речення, написані чорним кольором, є поясненням для дорослих читачів.

"Яка різниця між дівчатами та хлопчиками?"

"У більшості дівчаток є вульва, у більшості хлопчиків - пеніс і яєчка".

Цим ви берете до уваги той факт, що геніталії виглядають по-різному, та включають інтерсексуальних дітей. Діти вже змалечку розпізнають відмінності між статями. Вони знаходять це дуже захоплюючим і хочуть "перевіряти" це знову і знову, наприклад, ходячи в туалет один з одним. Ласкаві або родинні слова на позначення статевих органів - це нормально, але діти також повинні знати правильні терміни. У цій віковій групі це стосується термінів для зовнішніх, тобто видимих, статевих органів.



Піхва / вагіна є сполучною ланкою між вульвою та маткою і її не видно. Вона належить до внутрішніх статевих органів. Встановлення правильного терміну так само важливо, як і уникнення слів "лобок", "статеві губи", "лобкове волосся" тощо, щоб передати позитивний образ тіла, адже ніхто не повинен соромитися своїх статевих органів.

"Звідки з'являються емоплята?"

"Коли дитина досить велика, вона виходить через піхву приблизно через 9 місяців".

На запитання, чи це боляче, ви могли б відповісти:

"Це дуже великий стрес для матері та дитини. Але коли це є, ти такий щасливий, що це вже не має значення".

Якщо ваша дитина народилася шляхом кесаревого розтину, поясніть це у зрозумілій для дитини формі, наприклад:

"Оскільки ти не лежав головою вниз, мені дали знеболювальне, потім розрізали живіт і витягли тебе. Після цього живіт знову зашили."

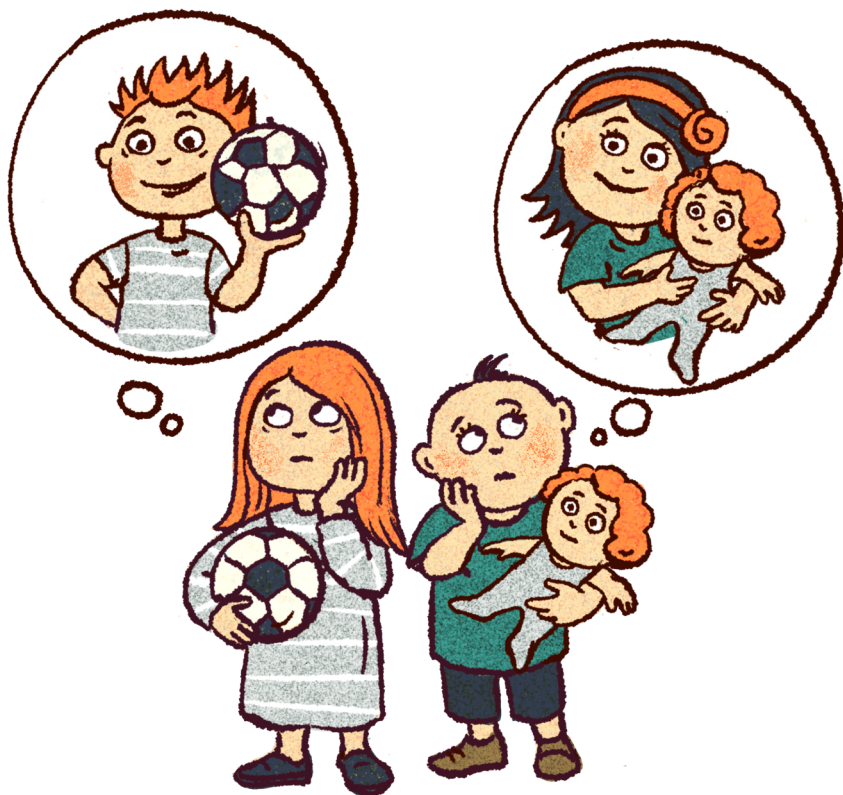
"Як немовлята потрапляють у живіт?"

"Більшість немовлят створені так: коли чоловік і жінка дуже закохані, вони цілуються, притискаються одне до одного, можливо, голі, і найближче обіймання можна бути тоді, коли піхва приймає пеніс. Потім, коли вони продовжують обійматися, з пеніса виходить багато сперми, і коли вона зустрічається з яйцеклітиною, може народитися дитина".

На КОЖНЕ запитання слід відповідати, якщо воно поставлене. На нього не обов'язково відповідати негайно, ви можете дати собі час, подумати про це або почитати. Але потім варто підійти до дитини і відповісти на питання самостійно.



Ідентичність



Кожна дитина має відчуття статі

Діти дуже рано усвідомлюють, що стать і пов'язані з нею очікування відіграють центральну роль у їхньому житті. Вже до 4 років діти класифікують себе за статтю. Таким чином, вони свідомо сприймають відмінності у взаємодії з дівчатами та хлопцями. Це впливає на розвиток его-ідентичності, поведінку дитини, розуміння і самокласифікацію як "справжньої" дівчинки чи "справжнього" хлопчика. У психології розвитку в цьому контексті використовується термін "гендерна ідентичність".

Вже в дошкільному віці діти помічають, що існують відмінності в поведінці та зовнішніх ознаках дівчаток і хлопчиків. Батьківські твердження та поведінка впливають на розвиток гендерної іденти-

чності та спонукають дітей запитувати, що робить "справжнього" хлопчика чи "справжню" дівчинку, у що він/вона грається, що носить, як поводить. Наприклад, дівчатка сприймають це, коли їх хвалять за старанність і коли їх запитують про зовнішній вигляд. Хлопчики зазнають подібного впливу, коли їх заохочують до дикої поведінки або дають сигнал, що плакати - це не по-чоловічому.

Приблизно у віці чотирьох років ця фаза спостереження змінюється періодом, коли діти починають ідентифікувати себе з власною статтю. Перевага надається особам з однієї гендерної групи, наприклад, під час гри.

Уявлення про "правильну" дівчинку чи хлопчика змінюються протягом життя у зв'язку з власним фізичним розвитком та інформацією про розмаїття ґендеру, яку передає соціальне середовище.

Гендерна ідентичність: Моя дитина - трансгендер*.

Гендерна ідентичність, тобто усвідомлення власної ґендерної приналежності, тісно пов'язана із самосприйняттям. Вона формується в мозку і не є свідомим рішенням. Як пишуть Стефані Брілл і Рейчел Пеппер у посібнику для батьків: "Люди не обирають відчувати себе хлопчиками чи дівчатками, або і тими, і іншими, або ні тими, ні іншими. Вони просто є тими, хто вони є".

У деяких дітей гендерна ідентичність не відповідає статі тіла, тобто анатомії. Ці діти є трансгендерними*.

Гендерна ідентичність розвивається одночасно з мовними здібностями. Тому не виключено, що ваша дитина також буде спілкуватися з вами відповідним чином. Речення на кшталт: "Мамо, я зовсім не хлопчик, у мене все одно скоро відпаде пеніс" або "Я хочу, щоб Санта подарував мені пеніс. Такі заяви можуть сильно відрізнятись за змістом і частотою, але важливо, щоб вони були почуті.

Трансгендерна мережа у Швейцарії радить батькам приділяти багато часу, уважно слухати і продовжувати дарувати батьківську любов, якщо вони підозрюють, що їхня дитина трансгендер*. Батьки, які об'єдналися в Німеччині в асоціацію Trakine e.V., чітко формулюють: "Для нас на першому плані - потреби наших дітей, які вони виражають тут і зараз. Це включає в себе, перш за все, визнання своєї визначеної статі, обраного гендерного самовираження і, за бажанням молодшої людини, приведення своєї зовнішності у відповідність до її гендерного сприйняття".



Ставтеся серйозно до висловлювань та поведінки вашої дитини і підтримуйте її у контактах з іншими. Якщо у вас є питання з цієї теми, ми рекомендуємо звернутися до Transgender Europe, оскільки вони мають інформацію з окремих країн і контакти з ініціативами у вашій країні.

Дитяча книга "Я - Джаз" була написана у співавторстві з Джазом Дженнінгсом у віці 14 років. Вона народилася біологічним хлопчиком і вже у віці двох років знала, що вона трансгендер. Своєю книгою, опублікованою у 2014 році, вона хоче заохотити дітей, які відчувають те ж саме, та їхніх батьків (ISBN: 978-0803741072).*

Діти засвоюють соціальну стать

Різноманітні дослідження дають зрозуміти: ми, люди, по-різному ставимося до дівчаток і хлопчиків і нерідко класифікуємо їх стереотипно. Це не завжди є негативним явищем, але його слід ставити під сумнів, коли йдеться про дітей дошкільного віку. Як показує нещодавній експеримент професора психології Крістін Шуттс у Медісоні, ця вікова група вже перебуває під впливом гендерного сприйняття. Трирічні дівчатка і хлопчики побачили на моніторі, як одна за одною з'являються дівчинка і хлопчик, у яких з собою був невідомий дітям предмет. Хлопчик сказав: "Мене звуть Бен. Мені подобається пудель. Шпудель - моя улюблена їжа.", дівчинка: "Мене звуть Бетсі. Мені подобаються білети. Білети - моя улюблена їжа". Потім у дітей, які спостерігали, запитали, що б вони хотіли з'їсти. 65% хлопців обрали шпудель, а 85% дівчат - білети. Вони не знали страв і, очевидно, приймали рішення, виходячи зі статі дітей.

Як це насправді відбувається з дівчатами та хлопцями? Невелика різниця є вродженою чи успадкованою? Дослідники ще не дійшли згоди щодо цього, але припускають, що одна половина визначається генетикою, а інша половина - соціальними впливами. Досі існує тенденція, що хлопчиків виховують інакше, ніж дівчаток. Вважається, що хлопчики змалечку витриваліші та сильніші, мають подряпані коліна і не скаржаться на них. Дівчата вважаються більш комунікабельними, тому з ними розмовляють раніше і більше. Це означає, що навіть дітей дошкільного віку часто несвідомо і цілком природно класифікують і ставляться до них відповідно до їхньої статі. Було б краще ставитися до дітей відповідно до їхніх уподобань і талантів, їхніх здібностей або індивідуальних схильностей. Навіть якщо ви, як батьки, свідомо намагаєтеся запропонувати дівчаткам і хлопчикам більше різноманітних можливостей, ви, ймовірно, зіткнетеся з тим, що ваші доньки чи сини поводяться у гендерно стереотипний спосіб. У віці трьох-чотирьох років це

пов'язано з розвитком почуття статі та пов'язаним з ним процесом самопізнання. Однак, чим старшими стають діти, тим чутливіше вони реагують на атрибуцію, наприклад, у виборі одягу та іграшок, і утримуються від предметів або кольорів, які, як їм здається, "належать" протилежній статі.



Будьте взірцем для наслідування і робіть речі з жіночими та чоловічими конотаціями як щось само собою зрозуміле і без пояснень (наприклад, чоловіки також можуть прасувати, а жінки можуть бути хорошими майстрами). Надайте вказівки, відповідаючи на запитання на ранньому етапі, залишаючи гендерні ролі максимально відкритими. Дозвольте дітям поекспериментувати з гендерними ролями. Наприклад, під час переодягання уникайте тверджень на кшталт "Дівчатка/хлопчики так не одягаються" і розподіляйте завдання відповідно до індивідуальних здібностей та інтересів дітей.

Почуття

Завдяки сексуальній освіті з самого початку діти дізнаються про цінність фізичного контакту, інтимності та близькості, а також про благополуччя, яке з ними пов'язане. Діти вчаться розрізняти приємні та неприємні відчуття, знайомих і незнайомих людей. Ця здатність продовжує розвиватися в міру дорослішання. Як батьки, ви свідомо і несвідомо передаєте повідомлення про почуття та емоції через те, як ви реагуєте, говорите і звертаєте увагу на різні речі. Таким чином, ви свідомо, але також і несвідомо надаєте сексуальну освіту.



Діти мають право на почуття. Діти в цьому віці не бачать різниці між відчуттям, яке вони відчують інтуїтивно, і раціональною думкою, яка відображає це відчуття. Таким чином, це цілісне переживання почуття. Важливо говорити з дітьми про такі почуття, як радість, смуток, страх, а також гнів. Майте сміливість показувати дітям свої почуття, будь то страх, смуток чи радість. Це дає дітям зрозуміти, що почуття належать і можуть бути виражені, в тому числі хлопчикам і чоловікам. Якщо ви пояснюєте дітям, яке почуття у вас зараз, діти також навчаться співвідносити з цим відчуттям терміни різних почуттів. Таким чином, діти стають здатними сприймати і виражати свої почуття.

Почуття дітей завжди потрібно поважати. Навіть якщо ви вважаєте, що це недоречно. Діти точно знають, коли вони щасливі, з ким вони хочуть гратися або хто їхній новий друг чи подруга.





Зв'язок відіграє важливу роль

У віці від чотирьох до шести років багато дітей також відкривають для себе любов до батьків протилежної статі або до знайомої людини протилежної статі; це також може початися у віці трьох років. Нерідко батьки чують від дітей речення на кшталт "Коли я виросту, я одружуся з тобою!". Це показує дитині, наскільки важливими є батьки, і виражає їхню любов. Це почуття може перерости в ревності у дітей, і вони претендують на батьків тільки для себе. Це може виражатися в контакті з іншими дітьми, коли вони кажуть: "Іди геть, це моя мама!". Крім того, ці інтенсивні почуття можуть бути настільки сильними, що ваша дитина не хоче відходити від вас і, наприклад, хоче спати з вами в ліжку щоночі. Така поведінка дітей по відношенню до батьків може бути неприємною, але важливо знати, що дитина не поводить себе так навмисно.

Така поведінка є вираженням серйозних почуттів прив'язаності та приналежності дитини до сім'ї. З любов'ю і розумінням дайте зрозуміти дитині, що стосунки між вами і дитиною залишаються незмінними, навіть поряд з іншими вашими стосунками (дружба, друзі інших дітей, партнер). Буває й так, що діти обирають для своєї глибокої прихильності іншу знайому людину замість батьків і обдаровують її знаками любові. Завжди дбайте про те, щоб не виникало непорозумінь. Особливо на цьому етапі близькість надзвичайно важлива для дітей. Також важливо, щоб діти навчилися встановлювати межі і мали право сказати "ні". Дітей слід надихати і заохочувати до розвитку їхньої автономії. Наприклад, ви можете з любов'ю заохочувати дитину спати у власному ліжку або провести деякий час з іншою знайомою людиною.

Діти відчують межі та розвивається почуття сорому

У цьому віці все більш актуальними стають контакти з однолітками. Багато дітей знайомляться з новими людьми в дитячому садку, на ігровому майданчику або по сусідству. У цих групах діти все більше дізнаються про те, як вони повинні поводитися і яких соціальних правил слід дотримуватися. Більшість дітей отримують величезне задоволення від взаємодії з іншими, рольові ігри мають особливе значення. Вони можуть допомогти опрацювати пережитий досвід або зменшити страхи.

Щоб задовольнити свою цікавість, діти досліджують власні тіла або тіла інших дітей. У таких іграх мають бути чіткі правила для всіх учасників. Це приводить їх до контакту з темою "кордонів". Діти вчаться приймати межі інших дітей, а також встановлювати свої власні.

Залежно від дитини, почуття сорому розвивається у віці від трьох до чотирьох років. Воно продовжує розвиватися у молодшому шкільному віці, іноді незадовго до статевого дозрівання. Як і на інших етапах навчання, дитина відкриває себе як незалежну істоту. Це важливий крок у навчанні. Сором - це захисна функція. Він використовується людьми для захисту інтимності та приватності свого тіла. Переконайтеся, що приватність є приватною, але не табуованою. Ваша дитина повинна знати і вміти називати всі частини свого тіла. Діти також повинні знати, що їм дозволено торкатися власного тіла в будь-якому місці. При відкритому ставленні до цього ваша дитина також знає: "Вдома мені дозволено ставити запитання - на всі теми".

Взаємодіючи з іншими дітьми або спілкуючись з вихователями, діти дізнаються про межі. Це також помітно, коли діти приносять додому слова, позначені як "брудні". Діти помічають, що вимовлення певних слів викликає у дорослих певну реакцію. Часто діти не знають значення цих



слів. Дитина зосереджується на реакції, яку вона викликає. Це сприймається як кумедно і, перш за все, захоплює. Тому що наступне питання: "Як ти думаєш, як мама чи тато відреагують на це? Чи будуть у мене неприємності?". Щоб перевірити ці межі, слова повторюються і використовуються в особливих ситуаціях, які викликають у батьків дискомфорт, наприклад, на дитячому майданчику.



Для сексуалізованих висловлювань добре працює триступеневий підхід:

1. Вимовляйте саме слово (це часто вже "розчаровує" слово)
2. Пояснюйте слово відповідно до віку
3. Пропонуйте альтернативу

Тут варто дотримуватися "Я-повідомлень" і формулювати це, наприклад, так: "Мені не подобається це слово, я вважаю його образливим - наприклад, "трахатись": я хочу, щоб ми говорили на нього "спати один з одним".



Діти допитливі

Серед дітей зростає інтерес до продовження роду. Це може бути особливо сильним, коли, наприклад, очікується поява братика чи сестрички або коли дитина росте в животі у когось із знайомих. Тоді вас

можуть засипати питаннями на цю тему. Дитина не робить різниці між питаннями про тіло і репродукцію та питаннями з іншої сфери інтересів. Тому трапляється, що ці питання ставлять у, можливо, дуже незручних ситуаціях, наприклад, при оплаті покупок на касі. Тут важливо, щоб ви з любов'ю і вдячністю давали дитині зрозуміти, що можна ставити всі запитання. Ви можете бути впевнені, що відповідь не обов'язково має бути негайною. Але повертайтеся до цього питання пізніше. Наприклад, коли ви вдома і знаходите час поговорити з дитиною після того, як приберете покупки. Ви у "боргу вдячності", не чекайте, поки дитина знову запитає - тим часом вона може шукати інші джерела, щоб втамувати свою жагу до знань. Важливо безпосередньо донести до дитини відчуття: "Ти можеш ставити мені будь-які питання в будь-який час, я відповім на них". Тоді ви також повинні дотримуватися цього ставлення.

Хороші та погані таємниці

Дітям потрібна можливість відволіктися. Можливо, ваша дитина теж із захопленням будувала печери з ковдр і стільців. Так само і дитині потрібні таємниці. Це мають бути секрети, які не завдають шкоди через те, що є результатом насильства чи погрози. Красиві і добрі таємниці у дітей, які представляють щось захоплююче і захоплююче в їхньому життєвому світі, є частиною цього. Вони сприяють автономії та відокремленості і є важливими для розвитку особистості. А діти виражають свої почуття інакше, ніж дорослі, рідко за допомогою мови. Діти виражають себе через свою поведінку, малюючи малюнки або граючись. Тому важливо, щоб ви звертали увагу на поведінку вашої дитини. Якщо щось здається вам дивним, прислухайтеся до своєї інтуїції і дійте згідно з нею.

"Ні" означає "ні".

Діти мають право, а також бажання на приватність. Це може стосуватися тіла - "Моє тіло належить мені!". Це пов'язано з бажанням сходити в туалет наодинці, прийняти душ, погратися у власній кімнаті або в барлозі, який вони зробили самі. Як батьки, ви повинні поважати і шанувати це. Навіть якщо ви вважаєте, що ваша дитина не прибирає за собою після душу. Вказуйте на це з любов'ю, не заперечуючи власних дій дитини. Важливо, щоб жодні дотики, такі як стискання, поцілунки, обійми чи лоскотання, не здійснювалися проти бажання дитини. Натомість дитина сама вирішує, чи хоче вона обіймів. Однак доторкатися, щоб уникнути небезпеки, необхідно.



Насильство не походить від незнайомих людей, 80-90% випадків відбувається у близькому оточенні, наприклад, у сім'ях, серед знайомих або в установах. У випадках сексуального насильства дитина безсила проти дорослого. Особливо, якщо ваша дитина висловлюється, а її не сприймають серйозно або не помічають. Діти повинні подавати сигнали до восьми разів, перш ніж дорослий їм повірить. Якщо щось здається вам дивним, прослідкуйте за цим відчуттям. Придивляйтеся і будьте пильні.

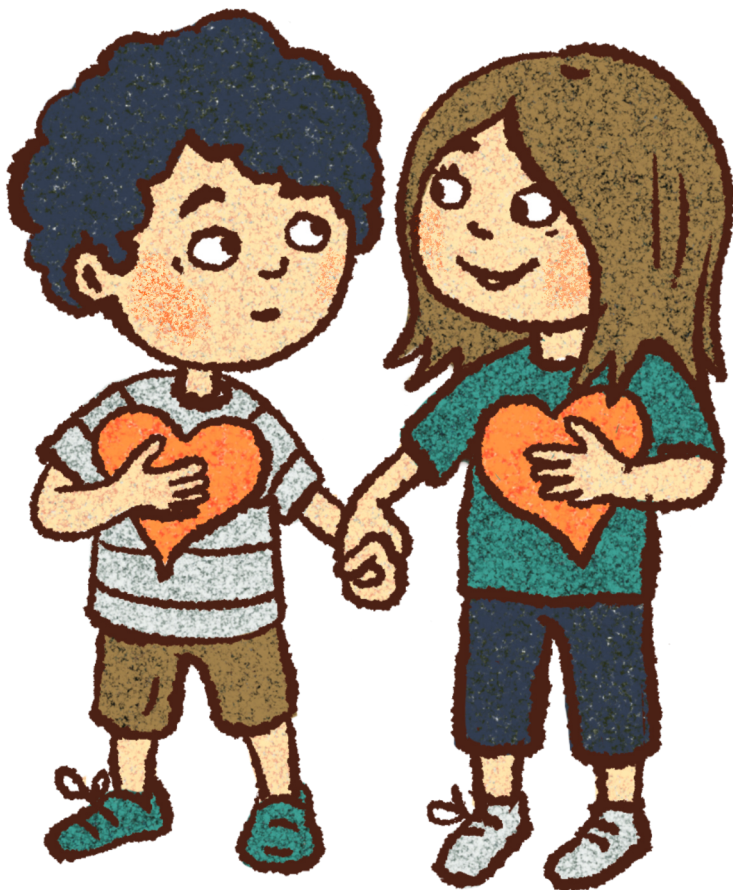
Для розвитку позитивного відчуття тіла, а також для розвитку мовних навичок потрібні слова для відповідних частин тіла. Це дає дитині можливість назвати, що їй потрібно, а що ні. Заяви на кшталт "Ти можеш доторкнутися до моєї руки, але не до мого живота" повинні бути можливими. Сюди також входить називання зовнішніх статевих органів.

Діти мають право сказати "Ні!" навіть знайомим людям. Щоб діти могли впевнено відстоювати свою позицію навіть в екстремальних ситуаціях, необхідно відпрацьовувати вміння говорити "ні". Речення на кшталт "Я цього не хочу!", "Ні, я не піду!" або "Мені це не подобається!" можна добре потренувати. Щоб зміцнити впевненість у собі, дитині потрібно, щоб ви заохочували її вимовляти ці речення, навіть коли їй цього хочеться. Навіть якщо ви вважаєте, що це недоречно.

З іншого боку, ви також можете оцінити радість показу маленьких дітей. Вони пишаються своїм тілом і почуваються в ньому комфортно. Радійте, що дитина відкриває для себе своє тіло. М'яко і з розумінням ставтеся до оголення, встановлюючи правила щодо того, де і коли можна оголюватися. Ви також можете чітко окреслити межі в дружній формі.

Кохання

Діти мають власний темп фізичного та психосексуального розвитку. Як батьки, ви супроводжуєте і підтримуєте цей індивідуальний розвиток. При цьому завжди слід пам'ятати, що слід чітко розрізняти дитячу і дорослу сексуальність. Діти мають такі ж фізичні реакції, як і дорослі, але діти приписують цим переживанням зовсім інше значення: вони є частиною фізичного досвіду. Ви, як батьки, повинні пам'ятати, що не повинні розглядати дитячі сексуальні дії через призму дорослої сексуальності. Сексуальний розвиток відбувається насамперед у несексуальних сферах - досвід задоволення базових потреб і сприйняття тіла є



такою ж важливою частиною цього розвитку, як і стосунки з іншими людьми та відчуття близькості й безпеки.

Приблизно у віці чотирьох років діти цікавляться статтями, а також статевими органами. Вони хочуть дослідити, як гендерні ролі формуються у повсякденному житті та соціальній поведінці. Батьки, друзі та знайомі є прикладом для наслідування. Через рольові ігри діти контактують один з одним, вчать пробувати щось нове і досягати своїх меж. Вони вивчають правила спільного життя і можуть випробувати ці правила на практиці - важливий крок у розумінні соціальної взаємодії. Приблизно з чотирирічного віку формується міцна дружба, як правило, у більш гендерно рівних групах. Шанобливе ставлення до дружби і почуттів дітей у цьому віці є важливим завданням. Коли діти кажуть, що люблять свого хлопця чи дівчину, це не повинно викликати посмішки чи применшення. Якщо не сприймати всерйоз гарні та приємні почуття, це може призвести до розгубленості та розчарування. Для дітей почуття ревності і розчарування, мрійливості і прихильності дуже серйозні.

Когнітивний розвиток дітей прогресує, діти вже не розуміють світ лише через своє тіло та органи чуття, а за допомогою когнітивного осмислення. Про це свідчить той факт, що дорослі переповнені питаннями "чому". Буває й так, що діти взагалі не ставлять жодних запитань. Діти розвиваються по-різному. Як батьки, ви несете відповідальність за те, щоб ініціювати розмови. При цьому слід враховувати обмеження та потреби дитини.

Розмова і відчуття повної довіри важливіші за бездоганно сформульовані відповіді. Дитина повинна зрозуміти, що до її запитань і, перш за все, до неї самої, ставляться серйозно і з повагою. Таким чином ви будувате довіру і впевненість у тому, що ваша дитина може прийти до вас з будь-яким питанням і попросити вас про що завгодно. Це особливо важливо, коли діти зазнають переслідувань або нападів. Якщо діти не можуть говорити про питання, переживання чи спостереження, з часом розвинеться заїкання. Якщо дитина з якоїсь причини нездужає, їй може бути важко або неможливо спілкуватися.



Питання на теми сексуальності та репродукції часто ставлять батьків у складне становище, оскільки вони не завжди мають під рукою правильну відповідь. Наступні поради можуть допомогти вам у вихованні дитини:

- *Не читайте довгих лекцій. Уважно вислухайте, що хоче знати ваша дитина, зазвичай достатньо простої відповіді.*

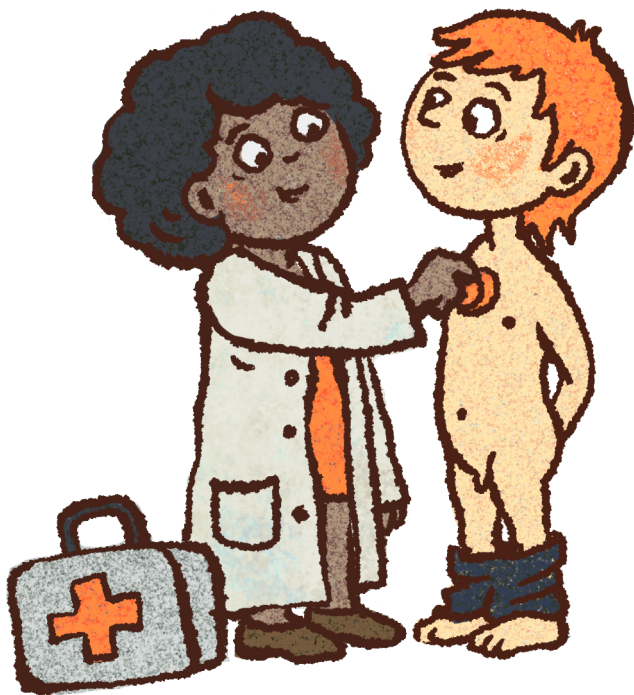
- *Для допомоги використовуйте книги або інші матеріали. Це допоможе вам підібрати правильні слова, а вашій дитині - скласти уявлення про обговорювану тему.*
- *Будьте чесними, якщо ви чогось не знаєте або не можете пояснити. Скажіть дитині, що ви думаєте про це і повернетесь до теми пізніше.*
- *Дотримуйтесь правди і будьте точними. Прикрашення або неточні твердження збивають дітей з пантелику, а вам згодом доведеться пояснювати їх.*
- *Ставте питання і запитуйте, щоб діти зрозуміли, що вони є рівноправними партнерами в розмові і що їхня думка має значення.*
- *Використовуйте можливості, щоб стимулювати розмову. Речень на кшталт "Ти занадто малий для цього" або "Ти цього не розумієш" слід уникати будь-якою ціною. Таким чином ви даєте зрозуміти дитині, що вона ще не готова, і негативно впливаєте на її впевненість у собі. Тоді ваша дитина більше не буде приходити до вас із запитаннями, а шукатиме відповіді в інших людей або через інші канали.*

Пізнавальні ігри

Діти можуть задовольнити свою цікавість до тіла в пізнавальних іграх, так званих іграх у лікарів. Потреба в ніжності задовольняється і стає можливим спробувати себе в різних ролях. Для дітей це така ж гра, як і інші ігри. Вони пробують те, що побачили, і знаходять це цікавим. Таким чином імітується поведінка дорослих, наприклад, поцілунки та обійми або навіть рольові ігри в шлюб.

Реакція дорослих може викликати негативне почуття провини або сорому, тому діти намагаються приховати ігри в лікарів. Відкритий підхід до сексуальності та успішне статеве виховання дозволяють дітям не відчувати, що їм потрібно щось приховувати. Потім вони можуть випробувати досвід і фантазії в грі.

Важливо, щоб діти навчилися знати власні межі і приймати межі інших. Після того, як діти задовольняють свою цікавість, на перший план зазвичай знову виходять інші ігри - пізнавальні ігри втрачають свою привабливість.



Загалом, ви повинні дозволити ігри на дослідження тіла. Ви також можете навмисно запропонувати дітям можливість пограти без перешкод і без нагляду. Як і в будь-якій грі, слід встановити певні правила:

- ▶ Гра є добровільною для всіх.
- ▶ Жодну дитину не можна вмовляти чи примушувати. Шантаж ("Тоді ти мені більше не друг або не подруга") також заборонений.
- ▶ "Ні" означає "ні" і приймається всіма.
- ▶ Гра може бути перервана або зупинена у будь-який момент.
- ▶ Всі дбайливо ставляться один до одного, нікому не можна завдавати болю, нічого не можна засовувати в отвори тіла.
- ▶ Діти повинні мати однакове співвідношення віку та сили, тобто приблизно однаковий вік, однаковий розвиток або однаковий зріст.

Дорослі повинні втручатися лише тоді, коли діти грають проти своєї волі або коли їх вмовляють старші діти, якщо ігри виходять за рамки дитячих, наприклад, взяти пеніс до рота.

Сексуальне насильство серед дітей

Сексуальне насильство може статися і серед дітей. Існує чотири категорії: надмірна активність, незвичайна ситуація, що склалася, навмишний напад і напад з боку дитини, яка зазнала насильства. Напад при надмірній активності - це не сексуальне насильство, а порушення кордонів. Причиною цього часто є те, що власний сексуальний інтерес, власна цікавість настільки сильні, що перетинають кордони іншої дитини. Такі порушення кордонів можуть відбуватися під час спільної гри, наприклад, під час познавальних ігор. Одна дитина хоче зупинитися або не йти далі, інша дитина хоче йти далі, тому що ситуація така захоплююча - і тому не зупиняється. Такі ситуації також потребують втручання дорослих.

Зверніть особливу увагу на силу та недобровільність як головні ознаки сексуального насильства над дітьми. Мимовільність здається легко впізнаваною рисою. Якщо сексуальне насильство відбувається із застосуванням сили, під гучний протест або зі скаргами дорослим, розпізнати його зазвичай не складає труднощів. Однак може статися й так, що на дітей чинять тиск, щоб змусити їх приєднатися до "гри". У процесі активності добровільність також може зникнути, і активність може тривати всупереч волі дитини. Дисбаланс сили або ієрархії між дітьми залежить від різних факторів і зазвичай є нормальним явищем. Якщо цей дисбаланс сили використовується для того, щоб навмисно перетинати кордони інших дітей і робити опір і неприйняття неефективними, необхідне втручання дорослих.

Втручаючись, ви повинні поговорити з дітьми про правила та їхні мотиви. Слід розширювати компетенції та можливості дітей, наприклад, за допомогою ігор на теми встановлення меж або почуттів. Якщо пізнавальні ігри набувають нав'язливого характеру, це може свідчити про пережиті напади. Також можливо, що діти обробляють досвід, наприклад, якщо вони мали контакт з порнографією або спостерігали за статевим актом. Зверніть тут більше уваги і зверніться за допомогою до консультаційних центрів.

Як правило, постраждала дитина має пріоритет. Право на самовизначення, почуття і, можливо, тіло зазнали ушкоджень. Дитина повинна відчувати, що вона не винна в тому, що сталося. Речення на кшталт "Для цього потрібні двоє!" або "А що зробив ТИ?" недоречні саме тому, що

дисбаланс сили був використаний. Постраждала дитина потребує емоційної уваги та простору для вираження своїх почуттів. Вони повинні відчувати, що їм вірять. Тільки так дитина зможе пережити інцидент.

Дитину, яка чинить насильство, необхідно зупинити і поставити перед фактом її поведінки. Тільки так вона може зрозуміти, що влада закінчується, як тільки втручаються дорослі. Вона повинна зрозуміти, що агресивна поведінка була неправильною. Переконайтеся, що на початку розмови ви переказуєте те, що сталося, так, як це описала дитина. Не запитуйте на початку "Що сталося раніше?" - зазвичай немає уточнюючих відповідей, і дитина відразу ж займає позицію заперечення і захисту. Дайте дитині, яка зазнала насильства, можливість доповнити або описати те, що сталося, з її точки зору. Переконайтеся, що дитина чітко відчуває, що ви не сумніваєтеся в її надійності. Питання про мотивацію, про те, чому, також, як правило, призводять до виправдань, тому що дитина зазвичай не може сама відповісти на це питання. Необхідно чітко сформулювати, що така поведінка є неправильною і від неї слід утримуватися. Дайте зрозуміти, що відкидається поведінка, а не сама дитина.

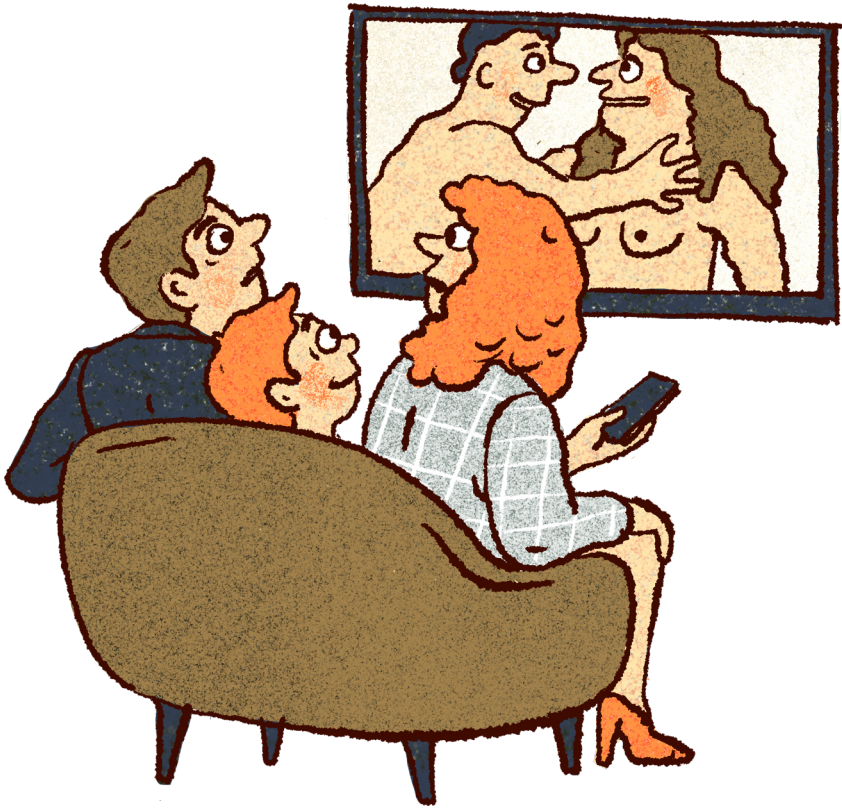
Сексуальне насильство



Сексуальне насильство - це будь-яка сексуальна дія, що здійснюється з дітьми або перед ними проти їхньої волі, на яку вони не можуть дати свідомої згоди. Кривдник використовує своє службове становище для задоволення власних потреб за рахунок дитини. Дії можуть бути різноманітними: це і словесні домагання, і вуайєристична поведінка, і дотики до геніталій чи грудей, і навіть серйозні напади, такі як зґвалтування.

Сексуальне насильство починається там, де шукають контакту з дітьми або продовжують його, тому що дорослий сексуально збуджений, або навіть незважаючи на те, що він сексуально збуджений. Саме дорослі оцінюють власне збудження, а не діти. Цю відповідальність не можна перекладати на дітей, оскільки вони часто не здатні оцінити наслідки своїх дій. Завдання дорослих - захистити їх від шкідливих наслідків.

Раннє статеве виховання має великий ефект у запобіганні сексуальному насильству. Діти, які знають своє тіло, добре поінформовані, можуть відрізнити приємні почуття від поганих і знайшли спільну мову про сексуальний контент, найкраще захищені від сексуального насильства і можуть розповісти про це іншим або отримати допомогу.



Діти отримують досвід сексуальності в медіа

Діти стикаються із зображеннями еротики та сексуальності, особливо поза сім'єю, які вони сприймають, але ще не можуть зрозуміти. Батьки повинні бути медіаграмотними і говорити зі своїми дітьми. Таким чином, можна досягти того, що досвід дітей щодо сексуальності, гендерних ролей та способу життя не лише підживлюється публічною тематизацією. Здорова впевненість у собі є основою для запобігання можливим небезпекам.



Підтримуйте дитину наступними повідомленнями:

"Я важливий, милий і хороший такий, який я є". Дитина, яку люблять за неї саму, а не за здібності чи досягнення, яка знає свої сильні і слабкі сторони, може вільно висловлювати власну думку і говорити "ні".

"Я маю право сказати ні. Я вирішую, які дотики мені подобаються, а які ні". Заохочуйте дитину визнавати і захищати свої власні межі.

"Я знаю свої почуття і довіряю їм". Діти повинні навчитися пізнавати, розрізняти і виражати свої почуття.

"Я знаю хороші і погані секрети, розмова може допомогти, а мовчання нічого не змінює". Діти повинні знати, які секрети можна розповідати, що отримання допомоги є ознакою сили і що є люди, які вислухають, повірять і допоможуть їм.

"Я знаю, про що йдеться, мені дозволено ставити запитання і говорити про все". Освічені діти знають, де місце сексуальності - з великими підлітками та дорослими. Вони усвідомлюють, що сексуальні дії не повинні здійснюватися з дітьми. Вони знають правила і межі, можуть називати речі своїми іменами і їх нелегко обдурити.

Діти повинні навчитися прислухатися до своєї інтуїції. Вони повинні знати, що є люди, які не бажають їм добра, наприклад, хочуть торкатися дітей до пеніса або вульви, показувати дітям свої інтимні частини тіла або порнографічні матеріали. Переконайтеся, що ваша дитина вміє вирішувати, хто може до неї торкатися, і що вона може захистити себе. Більшість сексуальних нападів відбуваються в найближчому родинному колі, тому будьте уважні до цього. Тому дітям також потрібні контактні особи поза сім'єю, яким вони можуть довіряти і які можуть надати допомогу. Батьки та довірені особи несуть відповідальність за те, щоб розпізнати страждання дітей і діяти. Зверніться за професійною та експертною допомогою через місцеві сервіси та пропозиції.

Поведінка дітей, які зазнали сексуального насильства, дуже різниться залежно від їхнього віку та індивідуальних особливостей. Лише деякі діти прямо говорять про те, що зазнали сексуального насильства, вони радше натякають, бо не знаходять потрібних слів, щоб описати те, що сталося. Саме тому натяки часто розуміють неправильно. Пам'ятайте, що діти не вигадують сексуальне насильство самостійно. Деякі діти нічого

не помічають, інші змінюються і демонструють помітні ознаки, такі як розлади сну, безпричинні болі в животі, сечовипускання (знову), регресія мови, страхи, замкнутість або агресія, відтворення сексуальних актів або сексуалізована мова. Ці ознаки можуть мати й інші причини.



Якщо у вас виникло відчуття, що ваша дитина зазнала жорстокого поводження, ви повинні поставитися до цього відчуття серйозно і прослідкувати за ним.

Знайдіть довірену особу, з якою можна поговорити.

Покажіть дитині, що вона може говорити з вами.

Скажіть, що ви стурбовані, бо помітили зміни.

Зберігайте спокій і дайте дитині дозвіл розповідати про хороші та погані секрети. Поясніть, що отримання допомоги - це не донос і не зрада. Дайте дитині відчуття, що ви їй вірите.

Не чиніть тиск на свою дитину.

Скажіть, що ви знаєте про стресові теми і що ви самі стійкі до цього.

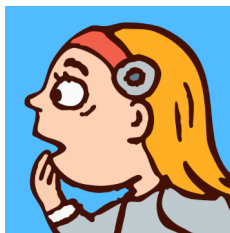
Ніколи не вступаєте у конфронтацію з можливим злочинцем.

Звертайтеся за допомогою та підтримкою до консультаційних центрів та гарячих ліній. З'ясуйте, чи потрібно інформувати керівництво дитячого садка або подібних осіб.

Додаток для дітей



З нашим додатком діти відкривають для себе важливі теми про тіло, емоції та повагу у веселій, ігровій та відповідній до віку формі.



**Завантажте
безкоштовно
додаток та
спробуйте його!**

Про проект

Партнери



Co-funded by
the European Union

Даний проект реалізовано за фінансової підтримки Європейського Союзу. Погляди та думки, висловлені в публікації, належать виключно автору(ам) і не обов'язково відображають позицію Європейського Союзу або Європейського агентства з питань освіти і культури (EACEA). Ані Європейський Союз, ані EACEA не несуть за них відповідальності.



Всі матеріали, зокрема тексти та зображення, захищені авторськими правами. Якщо не зазначено іншого, то авторські права належать до sexedu.eduskills.plus і розповсюджуються на правах ліцензії згідно з Creative Commons Attribution - Non-commercial - Distribution на тих самих засадах 4.0 міжнародної ліцензії. Можуть бути використані на умовах даної ліцензії.

© 2022 sexedu.eduskills.plus

