**Как разговаривать с детьми про телесность, сексуальность и безопасность**

*Воспитатели и родители часто избегают разговаривать с детьми о сексуальности и теле. Они не хотят отвечать на вопросы ребенка по этой теме, не помогают ему сформировать правильный словарь, не разговаривают с ним про телесные границы, правила безопасности. В статье – памятки для родителей о том, как и зачем говорить с детьми разного возраста про телесность, сексуальность и безопасность.*

Родителям нужно разговаривать с ребенком о телесности и сексуальности для того, чтобы вовремя объяснить ему правила безопасного поведения. Это поможет предотвратить сексуальное и физическое насилие над ним. Расскажите родителям, как разговаривать с детьми о теле и сексуальности и как бороться с собственными страхами и предрассудками. Предложите памятки: «Когда говорить с детьми про тело, сексуальность и безопасность», «Какие есть аргументы “за” и “против” беседы с детьми про их тело», «Родительские мифы, и как дети реагируют на них», «Книги для детей про тело, сексуальность, отношения и безопасность».

## Почему родители избегают разговаривать с детьми про сексуальность

**Важно**
*Объясняйте детям, что интимные отношения – это только для взрослых людей*

Родители нередко избегают разговаривать с детьми про сексуальность и отношения из-за собственных стереотипов и страхов. Возможно, в детстве они не получали опыт доверительных отношений со своими родителями и из-за этого считают тему сексуальности табуированной. Во взрослой жизни их собственным детям будет гораздо сложнее обсуждать со своим партнером или партнершей интимные отношения, переживания. Кроме того, дети таких родителей в будущем часто испытывают трудности, когда нужно отказаться от сексуальной близости, если они ее не желают.

|  |  |
| --- | --- |
|   |   |
|   | **Пример.** Одна из мам вспоминает: «В детстве я знала, что женщины носят младенцев в животе, но думала, что женщина просто выходит замуж и именно из-за этого у нее внутри появляется маленький ребенок. О реальном положении дел я впервые услышала на детской площадке, когда мне было лет шесть-семь. Этот рассказ показался мне просто невероятным: “Мой папа такое делает?!” Я помчалась домой и потребовала от мамы подтвердить, что на самом деле все не так. А она расплакалась и сказала, что уже собиралась мне об этом рассказать. Выяснилось, что меня не обманули». |   |  |
|   |   |

## Как происходит психосексуальное развитие ребенкадо поступления в детский сад

До поступления в детский сад ребенок проживает оральную стадию психосексуального развития[1](https://e.psihologsad.ru/734405#F1). Этот период начинается с кризиса новорожденности и переходит в младенчество. Ребенок начинает узнавать свое тело, знакомиться с половыми признаками. Это знание пока эмоционально не нагружено, воспринимается как данность.

Гендерная социализация начинается с рождения, когда родители покупают для младенца одежду соответствующих цветов, определенные игрушки. Формируется образ тела, когда ребенок тянет в рот кулачки, сосет большой палец, хватает себя за ножки.

Основной способ познания окружающего мира и получения удовольствия – через рот и его слизистую, например, во время грудного кормления. Когда ребенок начинает самостоятельно ходить, физически отделяется от матери, начинается переход к следующей стадии развития. Он вступает в кризис трех лет.

Когда говорить с детьми про тело и сексуальность

Ребенок задает первые вопросы о сексуальном развитии. Например: «Как ты меня родила?», «Когда появится на светмой братик/сестричка?», «А что такое секс?» Расскажите ребен­ку, как он родился, доступными словами с учетом его возраста.

Ребенок проявляет любопытство к своему полу. Интересуется различиями между мальчиками и девочками, темами секса и деторождения. Дайте понять, что вы открыты для разговора.

Ребенок приносит из детского сада познания о сексе. Лучше разговаривать с ребенком прежде, чем он получит информа­цию из сомнительного источника: на детской площадке во дворе, от ровесников, чужих взрослых.

Ребенок проявляет интерес к сексуальной тематике. Он фанта- зирует, рисует на эту тему, употребляет нецензурные выражения. Помогите ему сформировать здоровое восприятие своего тела.

Ребенок не знает правил безопасного поведения. Обсудите правила безопасности, физические и телесные границы в отно­шениях, что «нет» означает «нет».

Какие есть аргументы «за» и «против» беседы с детьми про их тело

«За»

* Чтобы донести информацию до ребенка грамотно, честно и доступно. Чтобы сохранить с ним доверительные и близкие отношения. Чтобы сформировать у ребенка навыки личной гигиены, заботы о своем теле и физическом здоровье.
* Чтобы помочь ребенку в развитии позитивного взгляда на тело, фи­зиологические проявления, гендерную идентичность и сексуальность.
* Чтобы развить у ребенка сексуальную грамотность и безопасность. Чтобы ребенок всегда мог напрямую обратиться к родителям за помощью при проблемах, трудностях или вопросах по теме сексу­альности, телесности, здоровья, гендерной идентичности.

«Против»

* Страх нанести ребенку психологическую травму.
* Ожидание активных вопросов от ребенка.
* Опасения преждевременного или неуместного разговора.
* Ожидания, что ребенок сам все узнает.
* Семейная установка не разговаривать о сексе идет от старших.
* Опасения «испортить ребенка», привить ему «распущенность».
* Религиозные убеждения и культурные традиции семьи.
* Неосознаваемые переживания родителей при обсуждении секса: расте­рянность, страх, тревога, смущение, чувство вины, злость, отвращение.

**Родительские мифы и как дети реагируют на них**

**Родительские мифы**

* Бояться, что обсуждение сексуальности сделает ребенка морально распущенным и он «пустится во все тяжкие» («Наш ребенок пока еще слишком мал для этого!», «Вырастешь - узнаешь!», «Грех ин­тересоваться такими вещами!»).
* Давать понять, что разговоры про тело и сексуальность являются чем- то «грязным» и постыдным: «Откуда ты узнал об этих гадостях?!».
* Пускать все на самотек: «В моем детстве со мной никто не говорил об этом и я не собираюсь!», «Все как-то про это узнали - и он узнает!».
* Упрощать: «Ну, ты же видел собачек? Вот и у людей так же». Игно­рировать вопросы или придумывать сказки «Твоего братика нам принес ангел!».
* Отрицать: «В нашей стране/семье секса нет!».
* Делегировать ответственность: «Сверстники наверняка тебе луч­ше объяснят!» или «Да, они во дворе уже давно побольше нашего знают про секс! Зачем что-то обсуждать?».
* Обесценивать или негативно реагировать в адрес рассказчика: «Кто из ребят в саду тебе такое рассказал? Я обязательно пожалу­юсь его маме!».
* Читать скучную, длинную и назидательную лекцию с нравоучения­ми и предписаниями: «Делай, как я говорю!».
* Сильно стесняться чувства неловкости, растерянности и стыда: «Я не знаю, как начать разговор с ребенком про «это». Не могу подобрать подходящих слов!».
* Ожидать инициативы от ребенка «Пусть он сначала сам задаст прямой вопрос. Зачем я буду первым разговор затевать?»

**Реакция ребенка**

* «Лучше никогда не спрашивать и не обсуждать с ними эти темы!».
* «Родители всегда слишком заняты и хотят, чтобы я от них от­стал».
* «Все, что связано с телом и сексуальностью, - это грязно, стыдно и мерзко!».
* «Это только мои проблемы!».
* «Они считают, что все это - большая глупость».
* «Родителям нельзя доверять».
* «Они меня обманывают или что-то скрывают».
* «Я всегда буду для них слишком маленьким и глупым, чтобы обсуждать такие вещи».
* «Для них не важны мои чувства, мысли и проблемы». «Они ни в чем не разбираются и сами ничего не знают». Q5 «Родители будут ругать меня или обвинять, стыдить».
* «Им не до меня, у них много своих проблем».
* «Спрошу у сверстников».
* 5 «Посмотрю в интернете и сам все узнаю».