

Найталия Преслер

КАК
ОБЪЯСНИТЬ
РЕБЕНКУ,
ЧТО...



ПРОСТЫЕ СЦЕНАРИИ ДЛЯ СЛОЖНЫХ
РАЗГОВОРОВ С ДЕТЬМИ



Осознанное родительство

Наталия Преслер

**Как объяснить ребенку,
что... Простые сценарии для
сложных разговоров с детьми**

«Питер»

2020

УДК 159.922.7
ББК 88.8

Преслер Н.

Как объяснить ребенку, что... Простые сценарии для сложных разговоров с детьми / Н. Преслер — «Питер», 2020 — (Осознанное родительство)

ISBN 978-5-00116-407-4

Откуда берутся дети? Почему мама и папа не живут вместе? Почему нужно слушаться не всех взрослых и чем могут быть опасны некоторые из них? Это лишь немногие из больших вопросов, на которые бывает очень сложно ответить маленькому человеку. Необходимость обсуждать с ребенком такие темы часто застаёт родителей врасплох – применить свой опыт сложно, а педагогические бестселлеры рассказывают об общих принципах общения с детьми, но не объясняют, как и когда начать разговор, как построить диалог, какие слова лучше подобрать... Психолог Наталия Преслер готова предложить родителям простые сценарии для разговоров с детьми на сложные и важные темы. Понятные советы о том, как начать разговор, какое время лучше выбрать для него, наглядные примеры диалогов. В этой книге вы найдете все, что поможет максимально комфортно и доступно ответить ребенку даже на самые непростые вопросы.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

ISBN 978-5-00116-407-4

© Преслер Н., 2020

© Питер, 2020

Содержание

Введение	6
Как говорить с ребенком о сексуальности	8
Как и что говорить о сексуальности	9
Как говорить о сексуальности с детьми разного возраста	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Наталья Преслер
Как объяснить ребенку, что... Простые
сценарии для сложных разговоров с детьми

© ООО Издательство «Питер», 2020

© Серия «Осознанное родительство», 2020

© Наталья Преслер, 2020

* * *

Моей дочери Амелии – моему любимому неутомимому собеседнику

Введение

Если спросить родителей, какими они хотят вырастить своих детей, что они ответят? Что ответите вы?

Я спросила об этом читателей своего блога. Среди них в основном мамы и папы. В опросе приняло участие более сотни человек, и вот что получилось. Большинство родителей назвали самым важным качеством, которое они хотели бы привить своему ребенку, самостоятельность в действиях, мыслях и чувствах. Под этим подразумевались: способность принимать собственные решения, независимость, понимание своих желаний, способность ставить цели и достигать их, свобода от чужого мнения, способность отстаивать свои убеждения.

На второе место родители поставили удовольствие от жизни, радость, возможность заниматься любимым делом, а также открытость.

На третьем месте оказались доброта и другие моральные качества.

На четвертом месте была ответственность.

Ни один родитель не написал, что хочет, чтобы его ребенок вырос покорным, безынициативным или даже просто послушным...

В то же время, являясь практикующим психологом и много работая с родителями, я заметила, что значительная часть поступающих от них запросов связана с тем, что дети не слушаются. Это вызывает широкий спектр чувств у родителей – от вины до ярости. Послушание становится краеугольным камнем воспитания. Под послушанием подразумевается то, что ребенок должен слышать просьбы взрослых с первого, ну максимум со второго раза, быстро успокаиваться, уметь себя вести «как положено» в обществе, не капризничать, отказываться от своих желаний по просьбе взрослого, быть сдержанным. Если разобраться, то все это про подчинение. Нет, родители готовы позволить детям выбирать между красной и белой футболками, но в целом от них ожидается подчинение авторитету взрослых и подавление своих желаний. Именно на тему того, как добиться от детей послушания, следования правилам, написано множество книг.

Интересный получается парадокс: родителей больше всего беспокоит детское послушание, но, думая о будущем ребенка, они хотят, чтобы он вырос независимым.

И как из человека, который постоянно подавляет свои желания в пользу желаний другого, вырастет независимая и свободная личность? Откуда такое противоречие?

Источником его является родительский страх. Именно страх не дает увидеть, что здесь что-то не так. Те методы, которыми мы воспитываем детей, не соответствуют нашим целям. Заметить это мешает родительский страх того, что атмосфера открытости и доверия, возможного компромисса означает отсутствие границ и уважения к другим. Словно существует только два состояния: либо подавляешь ты, либо тебя. Либо жесткий контроль, либо полная свобода. Многим трудно удержаться посередине.

Границы и правда очень важны, значимы. Они нужны, чтобы ребенок ощущал себя защищенным, чувствовал свои рамки, ограничения. Границы – это привязка к реальности. «Есть мои желания, но я не всегда могу получить то, что я хочу. Есть внешние ограничения, есть желания других людей. Нужно уравнивать их».

Но границы – это еще не все. Без смелости, веры в себя, отсутствия страха ошибки, страха быть отвергнутым или даже наказанным, если заявил о своем мнении, границы – лишь вечные кандалы для потенциала личности. Как же воспитать в детях веру в себя и психологическую смелость? Как сохранить у них желание действовать, пробовать новое, исследовать мир вокруг? И в то же время не вырастить беспредельщиков?

При помощи диалога.

Диалог – это когда есть двое, ты и Другой. Не только мама или папа, объясняющие, что нужно делать, как жить. Диалог – это взаимодействие двух личностей, пытающихся прийти к компромиссу, услышать друг друга.

Важная задача воспитания – научить и ребенка, и себя самого налаживать диалог, то есть быть с кем-то.

Иначе мы воспитываем нарциссов – тех, кто находится в вечном одиночестве: одиночестве депрессии («я ничтожество, меня никто не понимает, я никому не нужен») и одиночестве подавления других («я главный», «вы – никто», «делайте так, как я сказал»). Другими словами, жертв или агрессоров, что, по сути, две стороны одной медали.

Тот самый родительский страх, который мешает увидеть противоречие в воспитании детей, как раз и коренится в этом полярном восприятии мира: либо я буду сильным, либо меня подавят. Либо я проявлю власть над ребенком, либо он будет управлять мной. Диалог же – это когда границы уважения личности каждого, границы допустимого поведения и соблюдения правил в обществе остаются неизменными. Но мы создаем пространство, в котором ребенку не страшно сказать о своих желаниях и чувствах и быть понятым, услышанным и принятым. Как конкретно это сделать, как выстроить такие диалоги и отношения с детьми, вы узнаете из этой книги.

Давайте строить диалог. Как умеем. Давайте учиться. Важен даже не результат, а путь. Не вините себя, если не получается сразу. Сначала многие из предложенных в книге подходов могут показаться неестественными, нереалистичными. Но помните, что обучение новому – это путь, где можно ошибаться, пробовать снова и изобретать.

Как говорить с ребенком о сексуальности

Сексуальность – это не только способность или желание заниматься сексом. Сексуальность дается от рождения и даже раньше, это весь чувственный опыт. Просто сексуальность имеет разный смысл на разных этапах развития человека. Детская, инфантильная сексуальность и взрослая, зрелая очень отличаются. Взрослых возмущает детское сексуальное поведение (например, разглядывание частей тела друг друга), потому что взрослые вкладывают в это свой смысл. Но подобное детское поведение – это обычно лишь наивность и любопытство, а не желание вступить в половую связь или получить оргазм.

Прикосновения относятся к базовым потребностям человека (наравне с утолением жажды, голода, потребности в защите и безопасности, а также любви). Исследования показывают, что родители должны держать своих младенцев на руках как можно чаще. Младенцы понимают, что их любят, и впитывают этот опыт, когда родитель держит их на руках, гладит и обнимает.

Если взрослый напуган, неуверен во время этого контакта, младенцы ощущают дискомфорт, словно с ними самими что-то не так.

Когда родитель реагирует на детский плач, берет ребенка, младенец понимает, что он любим, что его потребности удовлетворяются, что миру можно доверять. Дети, к которым не прикасались, начинают отставать в развитии, плохо есть и усваивать пищу, отдаляются от мира.

Взрослым хочется тискать младенцев, для них это тоже важный чувственный опыт. То, как это проявляется, зависит от собственного детского опыта физического контакта с родителем.

Психологически здоровый родитель очень четко отличает физический контакт, который полезен ребенку, от вредного взаимодействия.

К вопросам сексуальности относятся: первый и последующий опыт телесного контакта с родителем (объятия и пр.); информация о том, как происходит размножение; различия между мужчинами и женщинами; самоощущение ребенка как мальчика или девочки; отношение к своему телу; особенности ухода за телом и знания о нем (о том, как называются половые органы, как мы устроены и пр.); семейные сексуальные ценности (отношение к наготы в семье, телесный контакт, секс до брака, планирование семьи и пр.); передача детям родительских воззрений на отношения между мужчиной и женщиной, о месте в обществе мужчины и женщины, гендерных стереотипов и др.

Когда речь заходит о сексе и сексуальности, у родителей в основном возникают два страха:

- Если я начну говорить о сексуальности слишком рано, не пробудит ли это у ребенка излишний интерес к теме?
- А вдруг будет слишком поздно, и он/она уже узнает искаженную версию от друзей/посмотрит порно/забеременеет в 15 лет/займется небезопасным сексом и пр.

Давайте разберемся с этими вопросами: узнаем, зачем говорить, когда говорить и главное – что говорить.

Как и что говорить о сексуальности

Сначала поговорите с собой

Ознакомьтесь с информацией ниже из раздела «Как говорить о сексуальности с детьми разного возраста» и прислушайтесь к своим реакциям. Что вызвало у вас возмущение, негодование, гнев, смущение, резкое отрицание? Если вы на что-то среагировали достаточно остро, имеет смысл задуматься: «Что это значит для меня лично?» – часто в этом месте ваша болевая точка. А значит, и точка личностного роста и развития.

Не воспитывайте «от противного». Иногда, если в собственном детстве у родителей был негативный опыт, связанный с половым воспитанием (например, их родители были слишком открыты и навязывали детям сексуальные темы, пытались стать друзьями, рассказывая о своем сексуальном опыте, старались узнать подробности их интимной жизни, или наоборот – все сексуальные темы были строгим табу в доме), то, став родителями, эти люди говорят себе: «Только не так, как меня воспитывали!» И впадают в другую крайность. Если с ними были слишком открыты – табуируют тему. Если с ними молчали – навязывают тему слишком явно. Поэтому вспомните, как это было у вас, и постарайтесь избежать крайностей и воспитания «от противного».

Только вы определяете тот объем информации, который будете давать ребенку по вопросам пола, и те ценности, которые хотите ему привить. Важно обсудить друг с другом то, что вы считаете важным донести до ребенка. Также это напрямую зависит от той культуры, в рамках которой вы воспитываете ребенка. Есть вещи, обусловленные семейными ценностями (скажем, отношение к сексу до брака, к самому браку и др.), а есть моменты, которые могут помешать ребенку сформировать здоровую сексуальность (запреты на мастурбацию, например).

Для ребенка полезно, если информация о сексе поступает от обоих родителей.

Так он понимает, что такие разговоры нормальны, и сможет в будущем обсуждать темы секса со своим супругом, а не только с друзьями или подругами, а также свободно говорить со своими детьми, какого бы пола они ни были.

Не молчите, не пускайте тему на самотек

Вопросов пола нельзя избежать, потому что это важная сфера человеческой жизни, и, хотим мы того или нет, она касается абсолютно всех. Не поговорите вы, поговорят другие. У ребенка возникает естественный интерес, и он найдет тех, кто удовлетворит это любопытство, только вместо рассказов о любви, приятии, здоровье он может получить порнографию.

Если избегать разговоров по причине раннего возраста ребенка, откладывая их на будущее, то это послание ребенку в ответ на его интерес: «это закрытая тема, опасная, запретная». В результате он усваивает, что к вам по этому вопросу лучше не обращаться (уровень доверия между родителем и ребенком снижается, в сложных ситуациях он будет искать кого-то другого, чтобы поделиться своими переживаниями). Кроме того, он начинает считать, что у него имеются какие-то неправильные, дурные мысли. Это приводит к снижению самооценки, тема сексуальности обрастает страхами, виной и стыдом, провоцируя неврозы и трудности в сексуальной жизни в будущем.

Поэтому ответы на вопросы (с учетом возраста), а не отговорки заложат фундамент доверия и основу для будущих более серьезных разговоров. Детям очень важно понять, что вы готовы отвечать на эти вопросы.

Разговаривая о сексуальности, вы можете донести до ребенка ценности вашей семьи (например, может ли быть секс до брака и пр.).

Открытость в вопросах пола снизит вероятность сексуального насилия над ребенком. Он будет знать, что позволительно, а что нет, и не постесняется рассказать вам о тревожащем его поведении взрослых, если такое произойдет.

Говорите просто

Заранее почитайте варианты ответов на затруднительные для вас вопросы. Сформулируйте для себя, как можно объяснить ребенку разные концепции.

Говорите только самые простые вещи самыми простыми словами. Формулируйте четко, без иносказаний, намеков, не мнитесь. Говорите свободно и понятно.

Если ребенок застал вас врасплох своим вопросом и вы не можете сразу найти нужные слова для ответа, скажите: «Это очень интересный вопрос. Здорово, что ты заговорил об этом. Я подумаю, как понятно ответить тебе на него, и мы обязательно обсудим это позже». Не забудьте вернуться к вопросу ребенка.

Следуйте за ребенком, не торопитесь

Не рассказывайте больше, чем вас просят. Следуйте за интересом. Меньше – лучше. Если заметили, что ребенок ерзает, отвлекается, значит, он потерял интерес к теме, узнал что хотел, дальше нет смысла продолжать рассказ.

Расширяйте информацию, только если ребенок просит. Выдавайте ее понемногу и смотрите на реакцию, интересно ли ребенку. Конечно, малышам не нужно подробное описание полового акта. Но им можно узнать о том, что дети растут в матке, и о том, что нужны мужчина и женщина, сперматозоид и клеточка, которые соединяются, чтобы появился малыш.

Не устраивайте лекцию о сексе

Не нужно проводить специальных лекций, привыкайте говорить о сексуальности с ребенком в повседневной жизни: просто и ясно, а также честно и в соответствии с возрастом.

Иногда родители волнуются, а вдруг эти разговоры подтолкнут ребенка к сексуальным экспериментам, «наведут на мысли», стимулируют «нездоровый интерес». Если вы адекватный родитель, то этого не произойдет. Исследования опровергают эти опасения. Мы еще поговорим об этом ниже.

Помните, что ошибаться нормально

Даже если вы один или несколько раз неправильно отреагировали на ситуацию, связанную с вопросами пола (например, запретили сыну трогать пенис и напугали тем, что он отсохнет), никогда не поздно исправить ошибку. Все родители совершают промахи. Вы можете сказать ребенку, что сначала отреагировали резко, потому что у вас не было опыта говорить об этом открыто со своими родителями. Что вы об этом жалеете и вообще-то рады, что он задает такие вопросы. Вы подумали и хотели бы это обсудить еще раз.

Иногда вы можете не знать ответа, быть не готовым к вопросам. Так и скажите ребенку. Будьте для своих детей живым человеком, а не ходячей энциклопедией, у которой всегда есть готовый правильный ответ. Сообщите, что вы не знаете ответа, что вам нужно подумать, посмотреть в интернете и т. п. Но важно обязательно вернуться к этому.

Расскажите ребенку, что все его тело хорошее, но есть интимное поведение

Лучшая родительская установка детям о том, как надо относиться к своему телу, описывается простой фразой: «Все твоё тело хорошее. Но есть интимное поведение».

Этот посыл помогает сформировать в будущем отношение к сексу и своему телу как источнику удовольствия, как к чему-то достойному внимания, не стыдному, а хорошему и приятному. Это основа любви к себе, здоровой сексуальности, принятия себя таким, какой ты есть. В то же время мы показываем, где находятся границы, сообщаем, что есть интимное поведение, не предназначенное для глаз окружающих, которых оно может смутить. Но не потому, что тело ребенка плохое или желания неправильные, а потому что так принято, такие правила.

Постарайтесь уберечь ребенка от сексуальных злоупотреблений

Грамотные основы полового воспитания снижают риск того, что с ребенком произойдет что-то нехорошее.

Чем меньше запретов, стыда или вины накручено вокруг темы секса, тем свободнее ребенок обсуждает все происшествия, мысли и чувства на этот счет.

Важно донести до него мысль: «Твое тело принадлежит тебе. Никто не должен прикасаться к твоим половым органам, кроме врачей или мамы с папой, если этого требует здоровье и гигиена». Важно объяснить, какие прикосновения допустимы и от кого (подмывания, вытирание попы в саду и пр.) и как именно это происходит нормально.

«Если кто-то из взрослых захочет или потрогает тебя неправильно, если у тебя возникнут любые сомнения, правильно это или нет, обязательно расскажи мне, даже если кто-то попросит тебя держать это в секрете». Ребенку нужно говорить об этом максимально просто и прямо, без намеков.

«Никто не может трогать тебя, если ты этого не хочешь/если тебе неприятно».

Это важный посыл для установления границ и закладка фундамента для подросткового периода, чтобы в будущем ребенок смог сказать «нет» в ситуации выбора. Также это может уберечь ребенка от чьих-то злоупотреблений и нехороших умыслов.

Поощряйте вопросы

Если родители обычно отвечают «подрастешь, узнаешь», это напрочь отбивает всякую охоту с ними что-то обсуждать. А обсуждать хочется, и ребенок обратится к тому, кто не будет отнекиваться. Неизвестно, какую информацию он там получит и будет ли она соответствовать вашим ценностям. Скорее всего, нет. Важно, чтобы ребенок понял, что родители готовы выслушать любые его вопросы, что не может быть неправильных или запретных тем. Чтобы дать ему понять это, можно просто сказать: «Я рада/рад, что ты спросил».

Если ребенок не задает вопросов про зачатие, рождение и пр.

Это не значит, что у него их нет. Можно осторожно показать ему, что вы открыты для такого общения, обращая его внимание на беременных или рассматривая ваши фото с ним

в животе: «На этом фото я беременна тобой, ты у меня в животе в специальном мешочке, который называется матка».

Не ждите, пока возникнут конкретные вопросы. Используйте обычные бытовые ситуации, в которых уместно поговорить об этом: случайно услышанная по радио фраза, мытье в душе (можно рассказать, как мыть свои половые органы, как они называются), прикосновения к себе и пр. То есть информация не должна подаваться изолированно, а всегда либо как ответ на вопрос, либо как комментарий к ситуации.

Если дети играли голыми/трогали друг друга

Убедитесь, что возраст детей был примерно одинаковым (разница до трех лет). Если ребенок рассказал вам о том, как они в саду трогали друг друга, не спешите ругаться и возмущаться. Если это была игра детей одного возраста, без проникновений и пр., то, скорее всего, это просто любопытство и незнание социальных норм. Не реагируйте резко, не ругайтесь. Расспросите, во что дети играли.

Ваша реакция может быть примерно такой: «Это интимное поведение. Играть нужно одетыми». «Вам интересно узнать, как выглядят мальчики и девочки без одежды. Но это можно сделать другим способом» (покажите книги для детей, почитайте про различия полов).

Напомните про границы и правила: «Дети должны всегда играть в одежде».

Если в игре участвовали другие дети, расскажите их родителям, никого не обвиняя. Если играли дети с большей разницей в возрасте, имели место проникновения пальцами или чем-то еще, это свидетельствует о серьезных проблемах у инициатора игр и требует вмешательства психолога и разбора ситуации.

Называйте половые органы правильно, не используйте иносказательные названия

Когда мы сообщаем маленьким детям о том, как правильно называются органы их тела, мы снижаем вероятность ситуаций, когда люди, не являющиеся членами вашей семьи, не поймут ребенка. Если ребенку хорошо известна его анатомия, то в случае неподобающего обращения, некорректных прикосновений и пр. он может четко объяснить, что именно произошло. У ребенка не будет ощущения стыда и вины. Если что-то называют иносказательно, значит, с этим что-то не так. Придумывая эвфемизмы для обозначения половых органов, вы добиваетесь противоположного эффекта – выделяете их, приковываете к ним внимание. Правильное название всех органов позволяет ребенку чувствовать себя комфортно в своем теле.

Не бойтесь, что из-за разговоров о сексуальности ребенок захочет попробовать секс слишком рано

Существует расхожее мнение, что ребенок от такой информации раньше повзрослеет. Но дети, когда им рассказывают о механизме размножения и правильно называют половые органы, не думают о сексе, возбуждении и оргазме. Они просто удовлетворяют свой исследовательский интерес к тому, как устроены мир и человек. Говоря с ними, мы, наоборот, снимаем напряжение и излишний акцент: действует тот же механизм, что и с проговариванием чувств. Мы озвучили то, что было актуально, и тема теряет остроту, перестает быть «горячей», становится обычной. Ребенку уже нет нужды с кем-то это обсуждать, искать информацию и пр. Если мы обходим эту тему стороной, то интерес усиливается, напряжение увеличивается, тема обрас-

тает страхами, домыслами, трудными эмоциями (стыд, вина и пр.), и ребенок фиксируется на ней, застревает.

Желание экспериментировать со своим телом возникнет у ребенка ровно тогда, когда произойдет половое созревание, как заложено в его организме, и никакие разговоры (в пределах нормы, без соблазнения ребенка) не могут ускорить этот процесс.

Дети не обладают взрослой сексуальностью. Для того чтобы иметь мысли о сексе, они должны иметь физические импульсы к нему, тело и мозг должны созреть, без выработки определенных гормонов это невозможно. Рассказывая о том, откуда берутся дети, что такое пенис и вагина, мы не толкаем их к сексу. Ведь мы не описываем половой акт во всех подробностях и с использованием взрослой терминологии, а преподносим информацию дозированно, ориентируясь на вопросы и в соответствии с возрастом. Тем не менее, если вы заметили, что ребенок пытается имитировать сексуальный акт, то это не потому, что вы ему что-то рассказали, а потому, что он мог увидеть взрослый фильм, контакт родителей или подвергнуться сексуальному насилию.

Не бойтесь, что после разговора про пенисы и вагины ребенок начнет рассказывать всем эти новые слова

Часто этот вопрос возникает у родителей, у которых имеются собственные трудности с разговорами о сексе. У таких родителей даже медицинские названия половых органов вызывают смущение, а секс ассоциируется с чем-то неправильным, грязным, постыдным. Такому родителю следует спросить себя: чем слова «пенис» или «вагина» хуже слов «палец», «рука», «живот», «грудь»? Это просто названия частей тела. Нам важно называть их правильно, чтобы окружающие понимали, что мы имеем в виду.

Если родители спокойно относятся к этим словам, если они говорят об этом с ребенком без смущения, стыда и замалчиваний, то малыш, узнав названия, не будет выкрикивать их на каждом углу, как он не сообщает всем подряд, что его рука называется рукой.

Ребенок просто воспримет эту информацию, как и любую другую.

Разговоры о сексуальности помогают избежать неловких ситуаций и неадекватного поведения в обществе. Например, ребенок, которому не сказали, что мастурбация – это интимное поведение, с которым это не обсуждали, а только ругали и запрещали, может попасть в неприятную и даже травмирующую ситуацию в школе, в гостях, в общественном месте.

Если ребенок трогает себя

Для начала важно разобраться с причиной прикосновений. В большинстве случаев это простое исследование себя. Если поведение закрепилось, ребенка часто застают за мастурбацией, то, вероятнее всего, семья переживает непростой период, отношения родителей в кризисе, и ребенок с трудом справляется с тревогой и переживаниями. В крайнем случае постоянная мастурбация – признак абьюза, травмирования ребенка информацией или действиями не по возрасту, насилия, совершенного над ним.

Что говорить в ситуации исследования себя, снятия напряжения:

- Не ругайте ребенка и не запугивайте его недостоверной информацией (что это ведет к болезням и пр.) вне зависимости от вашего отношения к мастурбации.

- Если вы считаете мастурбацию здоровым способом познания своей сексуальности, то можно сказать следующее: «Прикасаюсь к себе может быть очень приятно. Но это интимное поведение, и ты можешь делать это, только когда остаешься один».

- Если вы зашли в комнату и малыш трогает себя, извинитесь и выйдите, скажите, что зайдете попозже. С детьми школьного возраста всегда стучите, если дверь закрыта.

- Если это происходит на людях, мягко отведите руку и скажите: «Это интимное поведение. Прикасаюсь к половым органам можно, когда ты один».

- Если это повторяется, просто напомните малышу: «Ты снова держишься за пенис», – ведь он может этого не осознавать. И снова скажите про интимность такого поведения.

- Если ребенок у вас на глазах трется половыми органами об игрушки или мебель или трет половые органы руками, можно сказать: «Я знаю, что тебе приятно так делать. Но мне некомфортно, когда ты делаешь это при мне. Это интимное поведение. Ты можешь прикасаться к половым органам, когда находишься один/ одна. Например, в своей комнате, хорошо?»

Если поведение закрепилось и ничего не меняется даже после разговоров, приведенных выше, если вы сами не можете понять, почему интерес ребенка к сексуальному поведению все возрастает, если после пяти лет ребенок открыто мастурбирует и ему трудно удержаться от такой активности, незамедлительно обратитесь к психологу. Это может быть признаком серьезных происшествий с ребенком.

Если ребенок видел, как вы занимаетесь сексом?

Пример удачного сценария разговора:

– Мы не ожидали, что ты войдешь. Что ты видел? (*Пытается понять, как ребенок отреагировал.*)

– Вы дрались.

– Нет, мы не дрались. Мы делали друг другу приятно: взрослая любовь выражается через прикосновения друг к другу.

– А почему вы были голые?

– Взрослым так приятно иногда. Так можно делать только взрослым, которые любят друг друга. Иногда взрослые хотят побыть вдвоем. Когда наша дверь закрыта, нельзя заходить. Нужно постучать и подождать, пока тебе откроют. (*Это сообщение о границах и личном пространстве каждого.*)

При этом разговоре важно не злиться на ребенка, утешить его, дать понять, что вы его любите и не сердитесь на него.

Как говорить о сексуальности с детьми разного возраста

Информацию о сексуальности следует дозировать в зависимости от возраста ребенка. В этом разделе приведены лишь общие ориентиры, учитывающие особенности психосексуального развития детей в разные возрастные периоды. В каждой семье будет своя индивидуальная ситуация, на которую сильно влияют культурные традиции и семейные ценности.

До 2 лет

Сексуальное воспитание начинается с младенчества. Дети узнают, что их любят, через прикосновения. Объятия, ласка, поцелуи очень важны, как и разговоры, общение.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.