

ЯК ГОВОРИТИ З ДІТЬМИ ПРО БЕЗПЕКУ, А НЕ ПРО НАСИЛЬСТВО

Уявімо: ми приходимо до дітей і починаємо розмову про сексуальне насильство. Хтось буде посміхатися, жартувати, хтось казатиме: *“Це сталося з іншими, а я тут до чого?”*. І діти матимуть рацію. Сексуальна поведінка, інформація про сексуальне спілкування – це інтимні теми, і час для такої розмови кожен обирає сам. Вони мають глибокий прихований зміст – і наша психіка шукає захисту: гумор, ігнорування, заперечення. Є ризик, що діти нас не почують.

Для успішної просвітницької роботи в темі запобігання сексуальному насильству **не варто говорити з дітьми про сексуальне насильство, залякувати статистикою і страшними ситуаціями з життя**. Натомість потрібно говорити про безпеку, формувати відповідальну культуру й навички безпечної поведінки.

Подумайте і вирішіть, з якими барвами думок і емоцій ви підете до дітей. І якщо ви обираєте говорити з дітьми про безпеку, ми поділимося нашими лайфхаками:

- 1.Спокій і впевненість дорослих – ресурс для дитини.** Основа розмови з дитиною про безпеку – це ваша здатність зберегти свій емоційний фон і психологічний ресурс. Пам’ятайте: ми не просто ретранслятори інформації, а дорослі, яких дитина може обрати, щоби повідомити про сокровенне.
- 2.Будьте дорослими, поруч з якими безпечно.** Наповнюйте зустрічі з дітьми довірою. Ви не навчаєте й не нав’язуєте, а пропонуєте важливі теми для обговорення. Менше говоріть і більше слухайте. Діти вловлюють найменші коливання настрою дорослих і намагаються захиститися так, як вони це розуміють. Подбайте, щоби приводів для захисту було якомога менше, давайте інформацію дозовано, спостерігайте за емоціями дітей, фіксуйте їхні переживання.
- 3.Приготуйтеся до запитань.** Вони можуть бути різними: складними, смішними, цікавими. Кожне запитання – це спосіб не лише привернути до себе увагу, а й намагання з допомогою дорослих зрозуміти важливі речі. Саме створений вами комфорт допомагає дитині запитувати, а не просто споживати інформацію без роздумів, сумнівів чи заперечень.
- 4.Давайте дітям більше простору для роздумів і пізнання своєї безпеки.** Не намагайтеся переконати, як правильно, ставте запитання, пропонуйте поміркувати вголос, висловити свою думку, обґрунтувати її прикладами зі

свого досвіду чи інших джерел. Це сприятиме розвитку критичного мислення дітей. І ніколи не замовчуйте відповідь, не робіть вигляд, що не почули, не переводьте розмову в іншу площину.

5. **Будьте тактовними.** Це – особливий прояв уваги до співрозмовника. Так, ви своїм прикладом допоможете дітям зрозуміти, як поважати психологічні кордони іншої людини та як підтримувати соціальний комфорт.
6. **Будьте впевненими.** Під час відвертого спілкування дитина, найімовірніше, почуватиметься розгубленою, критично налаштованою, а тому може чинити опір. Пам'ятайте: ви – доросла людина, вам притаманний здоровий глузд. Натомість дітям – імпульсивність, щирість у вираженні емоцій, а іноді показова самовпевненість. Впоратися допоможуть заздалегідь обговорені та осмислені правила взаємодії та ваша впевнена підтримка.
7. **Створюйте атмосферу поваги та захищеності.** Не поспішайте, час – це також ресурс, якого потребують діти. Стежте, як вони реагують на завдання, які виконують, і теми, що обговорюють. Дозвольте їм і собі “купатися” в темі. Адже ви аналізуєте чутливі й важливі запитання. Дехто вперше про них чує, дехто соромиться.
8. **Будьте готові, що хтось захоче поділитися з вами особистим і довірити свій секрет.**