



ПРО ІНТИМНЕ ДЛЯ НАЙМОЛОДШИХ

для дітей
до 5-ти років

ВІТАЄМО!

Ця брошура містить завдання, які ознайомлять дитину віком до 5-ти років з основами сексуальної освіти, що є дієвим інструментом для усвідомлення базових правил безпечної поведінки та вивчення свого тіла.

Виконання завдань разом із дитиною також допоможе батькам чи опікунам/-кам підготуватися до перших розмов із тем, що стосуються сексуальності.

Запрошуємо звертатися до цієї брошури також і батьків та опікунів/-ок старших дітей, щоб повторювати чи надолужувати корисну інформацію.

РЕКОМЕНДУЄМО
ВИКОНУВАТИ
ЦІ ЗАВДАННЯ РАЗОМ
ІЗ ДІТЬМИ ТА ЦІКАВИТИСЯ,
ЧОМУ ВОНИ ВИБРАЛИ
ПЕВНИЙ ВАРІАНТ



ПОСІБНИК СПРИЯЄ
СТВОРЕННЮ В РОДИНАХ
ІНКЛЮЗИВНОГО
ДОВІРЛИВОГО СЕРЕДОВИЩА
ТА ЧУТЛИВОГО ПІДХОДУ
ДО ПИТАНЬ СЕКСУАЛЬНОГО
РОЗВИТКУ

Перед виконанням просимо батьків чи опікунів/-ок ознайомитися з матеріалами «Основи сексуальної освіти. Посібник-помічник для батьків та опікунів/-ок», де йдеться про важливі моменти щодо сексуальної освіти, які варто обговорювати з дітьми різного віку.

Посібник надає знання та формує навички, необхідні для відвертої та впевненої розмови про секс із дітьми різного віку.

ЗНАЙОМСТВО

Це – Оленка і Тарасик. Їм дуже потрібна твоя допомога у вирішенні різних завдань.

Мерщій до пригод!



ПРАВИЛО ТРУСИКІВ



Завдання

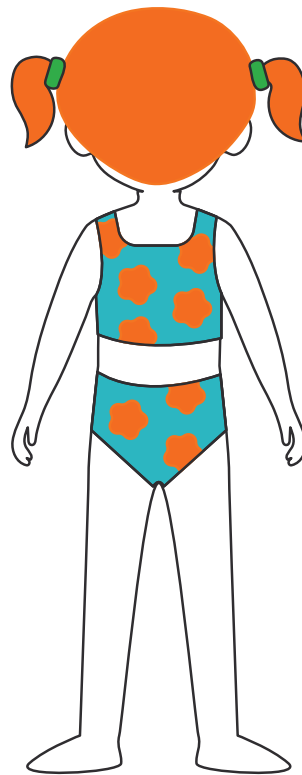
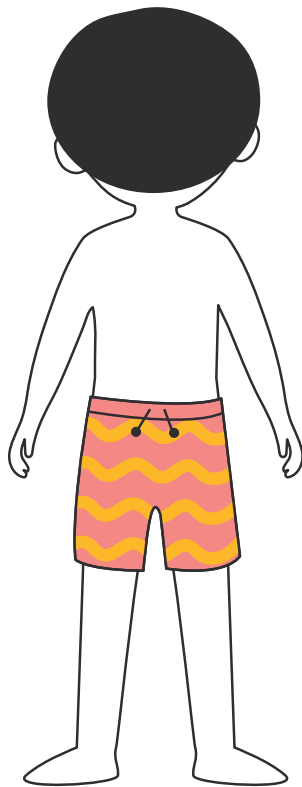
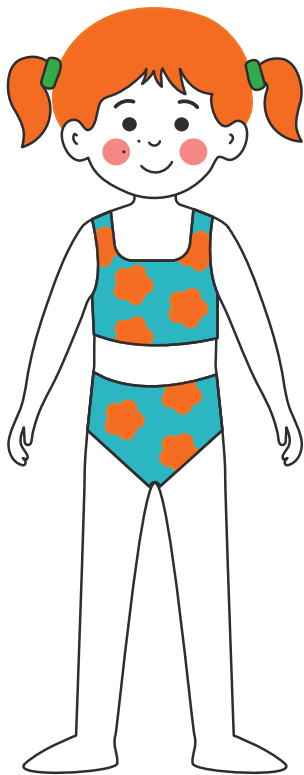
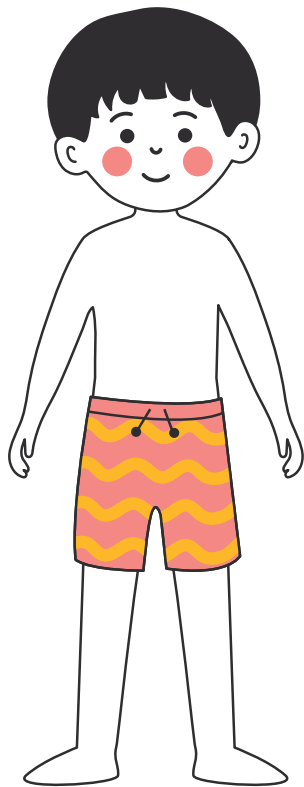
Вибери два кольорові олівці. Розмалюй одним ті частини тіла Оленки й Тарасика, яких НЕ можуть торкатися інші, а другим – ті, яких можна торкатися.



Поради для дорослих

Радимо пояснити дитині «Правило трусиків». А саме: до дитини не повинні торкатися інші люди у тих місцях тіла, які зазвичай закриті спідньою білизною. І самі діти не повинні торкатися інших людей у цих місцях. Навіть батькам чи опікунам/-кам і лікарям/-кам слід запитувати згоди дитини, перш ніж торкатися її інтимних зон. Якщо дитина ходить у садочок, так само варто сказати, що вихователі/-ки можуть допомогти їй переодягати спідню білизну або супроводжувати в туалет, якщо буде така потреба.

Дуже важливо озвучувати такі речі дитині, щоб навчити її, що небажані дотики не мають траплятися з нею. Але коли йдеться про лікарів/-ок чи вихователів/-ок у садочку, дитина може здивуватися, чому батьки чи опікуни/-ки толерують їхню відповідну поведінку. Тож важливо пояснити різницю між небажаним дотиком і оглядом фахівця/-чині для безпеки та спокою дитини. Важливо обговорювати з дітьми, що так само, як інші не можуть торкатися наших інтимних зон, ми не можемо торкатись інтимних зон інших людей.



ЯК НАЗИВАЮТЬ ЧАСТИНИ ТІЛА?



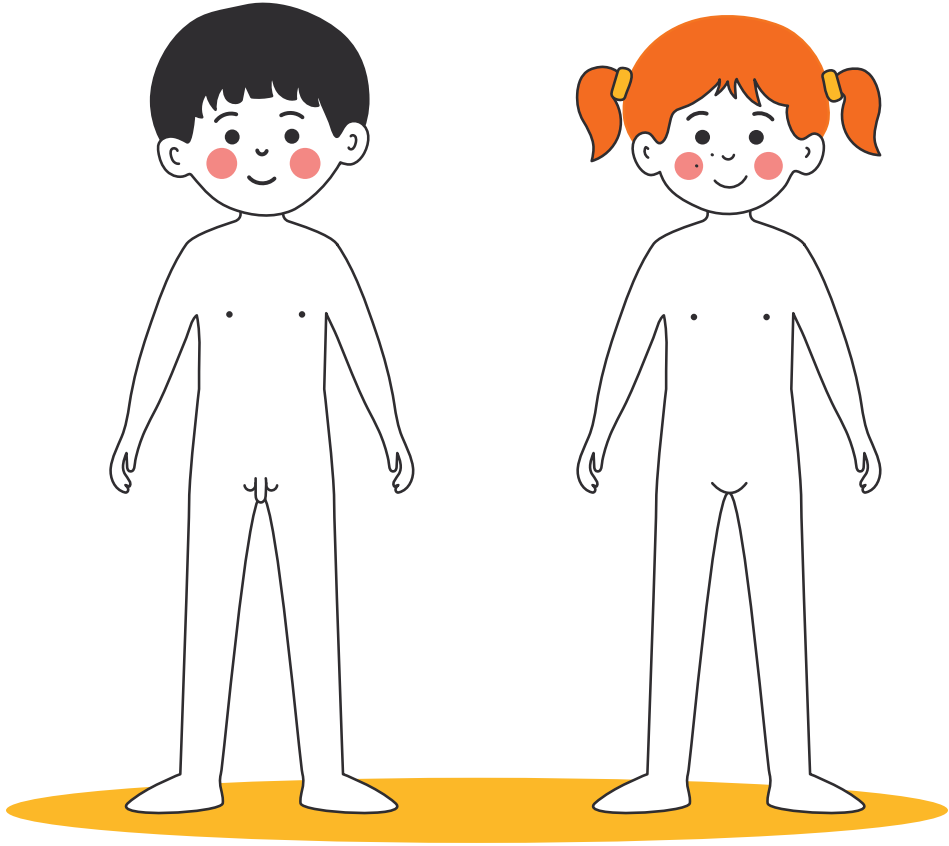
Завдання

Як називаються частини тіла Оленки й Тарасика? Обговорімо.



Поради для дорослих

Для комплексного розвитку дитини та запобігання насильству важливо навчити її назв усіх частин тіла. Під час обговорення інтимних зон потрібно, щоб дитина знала їх правильні назви, так само, як і назви інших частин тіла. Наприклад: не «краник», а «пеніс»; не «піся», а «вувльва». Часом злочинці використовують спрощені метафоричні назви інтимних частин тіла для розбещення дитини, адже тоді простіше переконати її, що відбувається лише гра.



ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ХТОСЬ ЗРОБИВ НЕПРИЄМНО?



Завдання

Що ти робитимеш, якщо хтось зробить тобі неприємно? Ти комусь розкажеш про це, чи мовчатимеш? Пройди лабіринт. Як ти вчинив/-ла би в такій ситуації: розказав/-ла би батькам, розказав/-ла би вихователю/-ці, промовчав/-ла би?



Поради для дорослих

Важливо пояснити дитині: якщо хтось зробить їй неприємно або боляче, вона має розповісти про це батькам чи опікунам/-кам, або, якщо це з якихось причин неможливо – іншим дорослим особам, яким вона довіряє. Завдання батьків чи опікунів/-ок – не знецінювати біль і неприємні почуття дитини, а спробувати з'ясувати і зрозуміти, що саме сталося, і цінувати таку довіру.



ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ТІЛА



Завдання для дитини

Щоб Оленка і Тарасик були в безпеці, обговорімо та складімо разом правила безпеки для них. Наприклад: «Ніхто не може торкатися Тарасика під білизною, якщо його батьків немає поруч».



Поради для дорослих

Обговоріть, чи хоче дитина, щоб правила для Оленки й Тарасика стосувалися і її безпеки. Запишіть правила, щоб до них можна було повернутися й обговорити, якщо виникне необхідність.

A blank page from a notebook with a light yellow background and rounded corners. The page is ruled with horizontal lines, providing space for writing. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

ПРИВАТНІ ТА ПУБЛІЧНІ СПРАВИ



Завдання

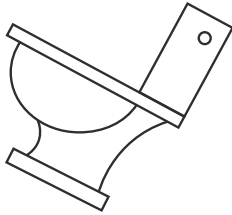
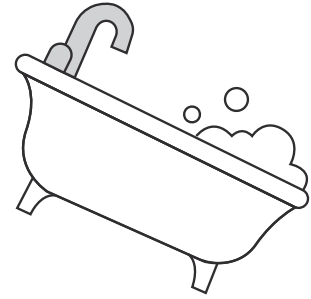
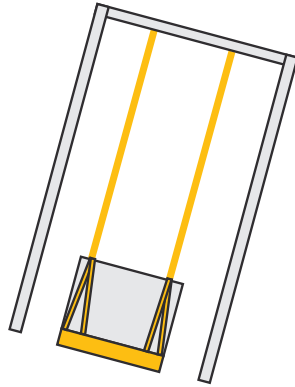
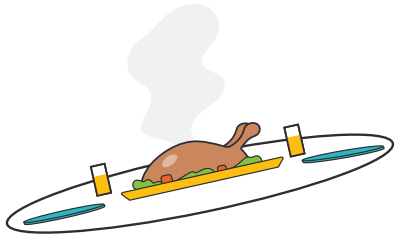
У нашому житті є приватні (які ми робимо наодинці) і публічні справи (які ми робимо разом з іншими).

З'єднай на малюнку лінією те, що можна робити лише наодинці, а іншою – об'єднай ті справи, що можна робити назагал.



Поради для дорослих

Важливо говорити з дитиною про приватні та публічні справи. Є певні дії, які можна робити лише приватно (наприклад, приймати душ, ходити в туалет, переодягатися тощо). А є справи, які можна робити разом з іншими (наприклад, снідати, гратися, співати пісень тощо).



ДО КОГО ЗВЕРНУТИСЯ, ЯКЩО МАЄШ ЗАПИТАННЯ?



Завдання для дитини

Якщо тебе щось цікавить, ти можеш запитати про це в мене. Пройди лабіринт і з'єднай Оленку й Тарасика з батьками, щоб вони запитали про все, що їх хвилює.

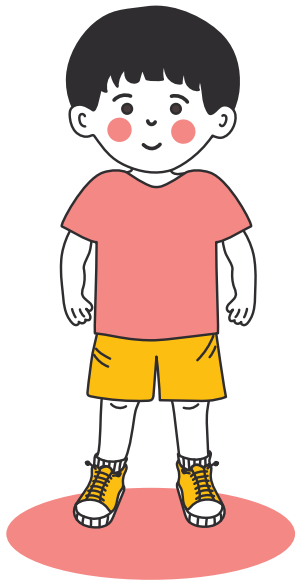


Поради для дорослих

Важливо говорити з дитиною про довірливі взаємини. Якщо їй щось цікаво чи виникають будь-які запитання, вона завжди може звернутися до батьків, опікунів/-ок чи інших дорослих родичів/-ок, щоб поговорити про це.

На жаль, у зв'язку із сором'язливістю батьків чи опікунів/-ок і відповідним браком щирого спілкування дитина може намагатися шукати відповіді в інтернеті або через спілкування з друзями/подругами, які теж не володіють надійною інформацією. Тож дитина може отримати недостовірні або шкідливі відомості.





НАД БРОШУРОЮ ПРАЦЮВАЛИ:

Аліна Касілова, голова відділу психологічної допомоги ГО «Дівчата»

Дар'я Чекалова, заступниця директорки ГО «Дівчата»

Анна Повх, проєктна асистентка ГО «Дівчата»

Тетяна Гриценко, спеціалістка з питань гендерної рівності ЮНІСЕФ

Тетяна Мельниченко, копірайтерка

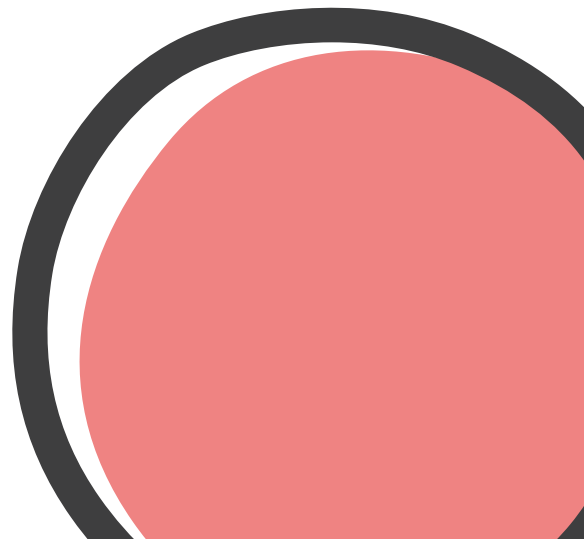
Марія Артеменко, редакторка

Тетяна Михайленко, літературна редакторка

Анастасія Квасниця, дизайнерка

Анна Дученко, дизайнерка

Ганна Столяр, художниця-ілюстраторка



ЮНІСЕФ – дитячий фонд і спеціалізована структура ООН, діяльність якої зосереджена на захисті прав та інтересів дітей у всьому світі. Фонд засновано у 1946 році. Сьогодні діяльність ЮНІСЕФ охоплює 190 країн і території для підтримки найуразливіших дітей та молоді, які найбільше потребують допомоги. В Україні представництво ЮНІСЕФ працює з 1997 року.

unicef.org/ukraine, spilnoteka.org

ГО «Дівчата» – українська громадська організація просвітницького спрямування. Була заснована 2019 року як проєкт, спрямований на підвищення обізнаності підлітків та жінок щодо фізіології, контрацепції та можливостей самореалізації. ГО також надає освітню, гуманітарну, психологічну та юридичну підтримку. У 2022 році ГО «Дівчата» охопила проєктами більше 150 000 осіб.

divchata.org

Брошуру створено за фінансової підтримки уряду Іспанії.

ГО “Дівчата”, ЮНІСЕФ, 2024 рік.

