

ЗНАННЯ ЗАХИЩАЮТЬ!

**ІНФОРМАЦІЙНА БРОШУРА ДЛЯ БАТЬКІВ І РЕФЕРЕНТНИХ ОСІБ ПРО
СЕКСУАЛЬНУ ОСВІТУ Й ЗАХИСТ ВІД СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА**

Цю брошуру для батьків було розроблено в рамках проєкту «**PRÄVENTION BARRIEREFREI**» (запобігання без бар'єрів) і вона покликана стати путівником для батьків і референтних осіб усіх дітей і підлітків.

Проєкт «**PRÄVENTION BARRIEREFREI**» став можливим завдяки гранту на жіночий проєкт від Федеральної канцелярії Австрії і був реалізований асоціацією «Hazissa» за підтримки експертів з Австрії, Німеччини та Швейцарії (доктор Міріам Дамроу, Моніка Еглі-Альге, ліценціат філософії, доктор Мартіна Кальхер).



 Bundeskanzleramt

forio | Forensisches Institut
Ostschweiz



Діти, підлітки й молодь з обмеженими можливостями, порушеннями чи мовними та культурними бар'єрами особливо ризикують зазнати досвіду сексуального насильства.

**Батьки й референтні особи можуть посприяти безпеці дітей і підлітків:
ця брошура покликана допомогти вам у цьому!**

Найважливішими складовими захисту від сексуального насильства є емоційне й сексуальне виховання, навчання правам дітей і правам людей з обмеженими можливостями, а також знання про пропозиції отримання консультацій і допомоги.

Про що йде мова?

Існують різні терміни для позначення форм сексуального насильства, до яких належать:

- **Сексуальне зловживання:** сексуальне зловживання дітьми та беззахисними особами насамперед використовується в кримінальному праві й у розмовній мові (професійно сумнівно).
- **Сексуальне насильство:** сексуальні дії проти волі іншої людини (із застосуванням сили, загроз, тиску, маніпуляцій тощо). Сексуальне насильство здебільшого відбувається в близькому соціальному оточенні з боку відомих/родинних злочинців.
- **Сексуалізоване насильство:** насильство з сексуальним компонентом у найширшому сенсі, наприклад, удар по пенісу, в груди

Залежно від контексту використовуються інші терміни, наприклад, **сексуальна експлуатація**.

Зазвичай сексуальне насильство не починається мов грім серед ясного неба. Сексуальне насильство — це процес. Воно починається з нехтування кордонами сорому й тіла.

Сексуальне домагання: воно відрізняється від інших форм сексуального насильства. Під сексуальним домаганням розуміється будь-яка форма небажаної сексуальної уваги, слова, свисти, погляди, дотики тощо. Воно відбувається головним чином у громадських або напівгромадських місцях, у барах, транспорті, у парку, у басейні тощо. Злочинці є здебільшого незнайомими людьми.



- **Порушення сексуальних кордонів** можуть відбуватися ненавмисно. Наприклад, якщо під час заміни підгузків або в процесі догляду відбувається нехтування кордонами сорому й інтимності дітей. Навіть стрес і нестача часу підвищують ризик. Якщо порушення кордонів відбулися, до них потрібно поставитися серйозно та замислитися над ними, щоб уникнути їх у майбутньому. Усі діти й підлітки мають право на повагу до своїх кордонів і дотримання своїх кордонів!
- **Сексуальні напади** це навмисне, сплановане порушення сексуальних кордонів. Тут свідомо порушуються кордони сорому й інтимності дітей і підлітків. На першому місці стоїть задоволення власних потреб (наприклад, торкатися дітей в інтимній зоні тіла, запитувати дітей про їхній сексуальний досвід, спостерігати за дітьми, коли вони миються чи переодягаються). Якщо діти ще не відчували, що їх кордони сорому сприймаються поважно та шануються батьками й референтними особами, злочинцям буде легше здійснювати напади!
- **Сексуальне насильство** охоплює в себе всі сексуальні дії, до яких примушують із застосуванням насильства (маніпуляції, погрози, тиск тощо) або які чиняться до осіб, які не здатні дати свою згоду на ці дії (наприклад, діти, люди з обмеженими можливостями, особи, які не здатні дати відсіч тощо). У законі ці насильницькі дії називаються злочинами проти статевої недоторканності й самовизначення.

Деякі з цих злочинів узагальнено в юридичній брошурі «**Recht Sexy**» (правило сексуальності). Ви можете завантажити чи замовити цю брошуру на сайті www.hazissa.at.

**Стає зрозуміло, що нам доводиться
втручатися вже під час порушення кордонів,
щоб запобігти серйозним насильницьким
подіям!**

Саме тому з раннього віку потрібно
поважно ставитися до близькості й дистанції,
кордонів і порушення кордонів.

Дуже часто переходи між порушенням
кордонів, нападами та насильством мають
розпливчастий характер, тому часто буває
важко розпізнати, коли починається
насильство.



Що таке сексуальне насильство над дітьми й підлітками?

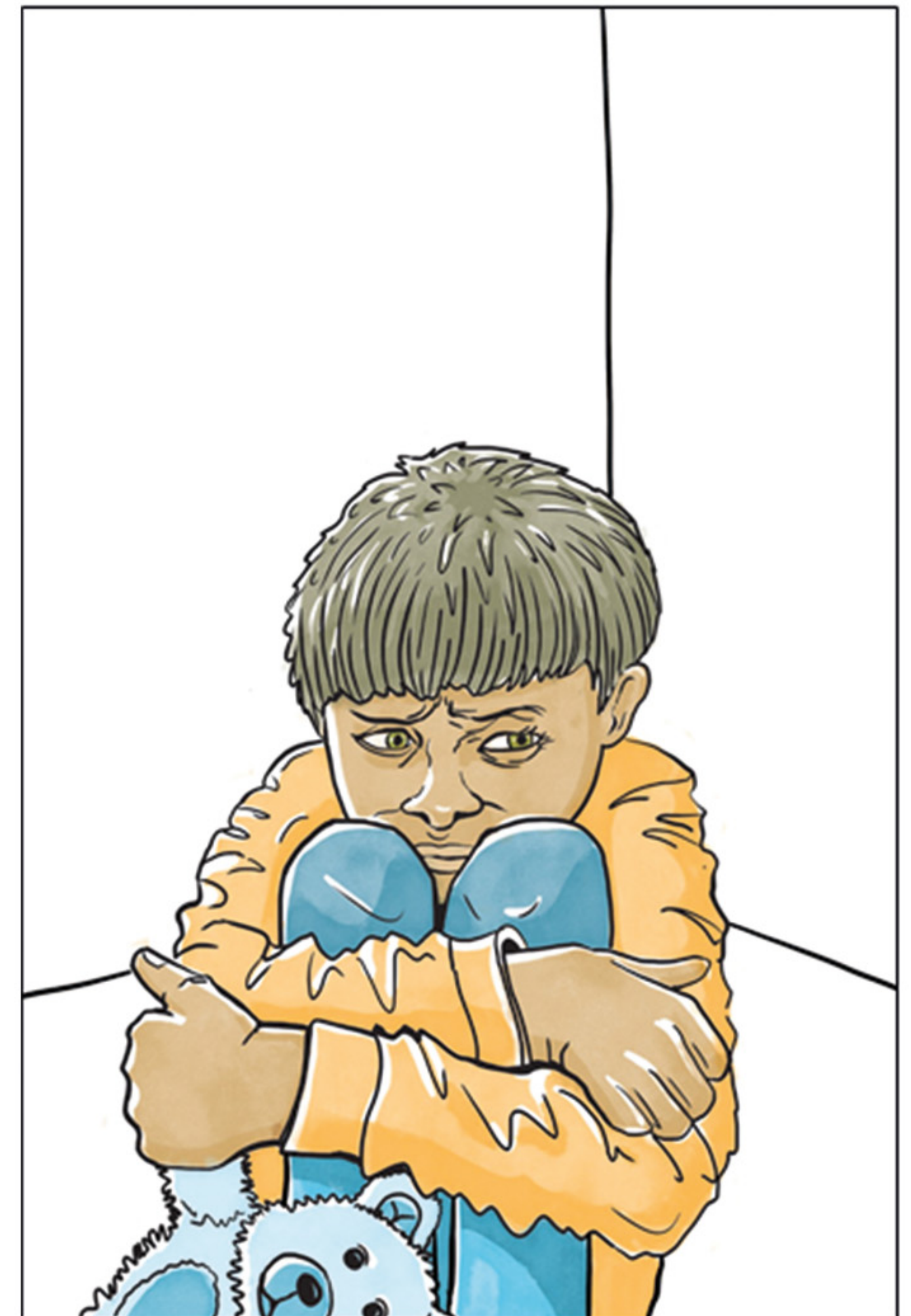
Сексуальне насильство — це сексуальні висловлювання або сексуальні дії, спрямовані на дітей/підлітків або вчинені по відношенню до них. Приблизно 95 % злочинців — це референтні й довірені особи з близького соціального оточення дитини/підлітка, а більшість із них — чоловіки.

Це дає розуміння, що попередження на кшталт «Не ходи з незнайомцями!» та «Не розмовляй з незнайомцям!» не підходить для захисту дітей від сексуального насильства!

Сприйняття незнайомців як потенційно злих, а довірених осіб — як взагалі добрих, суперечить тому, що показують дослідження та кримінальна статистика.

Близько однієї п'ятої всіх дівчат і однієї восьмої всіх хлопців зазнають сексуального насильства.

Близько двох третіх потерпілих зазнають сексуального насильства протягом тривалого часу.



Порушення кордонів, напади та насильство часто відбуваються між дітьми й підлітками одного віку.



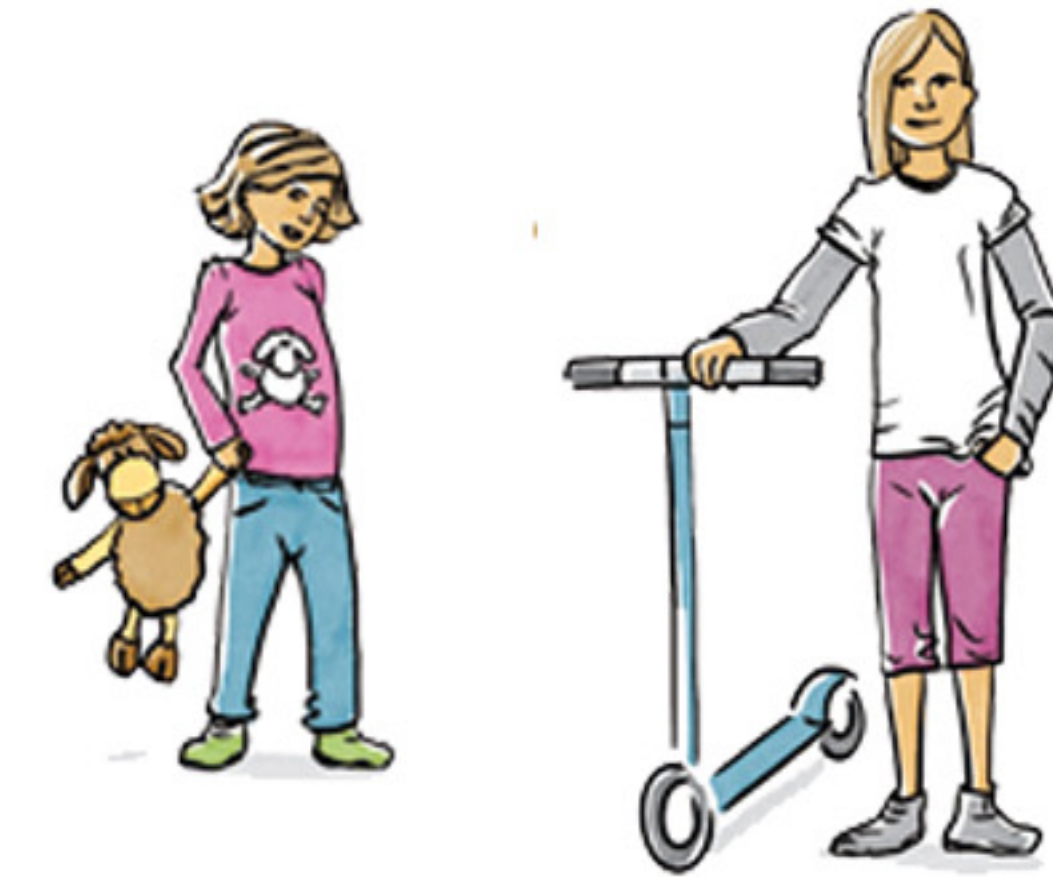
Діти та підлітки з обмеженими можливостями, порушеннями, бар'єрами та статевою ідентичністю, яка відхиляється від норми, особливо ризикують стати жертвами сексуального насильства.

Але ще вони особливо схильні до ризику проявляти нападницьку чи насильницьку поведінку!

Як мені захистити дітей і підлітків від сексуального насильства?

Багато складових сприяють захисту дітей і підлітків, якщо:

- Зміцнювати дітей і підлітків і залучати їх до участі;
- Уможливлувати самоефективність;
- Здійснювати права дітей;
- Активно сприяти емоційному й сексуальному вихованню;
- Надавати інформацію про форми насильства й можливості отримання допомоги й підтримки тощо.



Запобігання сексуальному насильству — це ставлення поваги і свободи насильства, а не одноразовий захід. Досвід, як поводитися з кордонами свого тіла й інтимності, діти й підлітки отримують у повсякденному житті. Наприклад, у спілкуванні з батьками, референтними особами, помічниками, вчителями й опікунами.

У повсякденному житті підлітки мають дізнатися, що їхні права й кордони охороняються. Це спонукає їх звертатися за допомогою, якщо цими межами нехтують.

Важливою підставою для захисту від насильства є **права дитини**, які закріплено в Конституції Австрії, та **Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю**, яка гарантує особливий захист дітям і підліткам з обмеженими можливостями чи психічними розладами.

Усі люди мають права!

Розширення прав і можливостей і залучення

Розширення прав і можливостей означає зміцнення людей. Участь і спільне обговорення (залучення) відіграють в цьому важливу роль. Спільне обговорення та участь у прийнятті рішень призводять до того, що діти й підлітки набувають досвіду в тому, що вони самі можуть приймати участь у формуванні свого життя (самоефективність). Це робить дітей міцнішими, впевненішими в собі й витривалішими (психологічна стійкість).

Спільне обговорення — це право дитини! Всі діти й підлітки мають право на участь у прийнятті рішень з усіх питань, що їх стосуються, а також говорити те, що вони думають.

Звісно, у неповнолітніх є такі рішення, які мусять приймати батьки в межах своєї виховної відповідальності. Наприклад, коли йдеться про медичне обслуговування, обов'язок навчання, гігієну тощо.

Однак у сім'ях, школах і закладах також існують рішення, які можуть прийматися спільно, наприклад, питання співіснування, прогулянок або харчування. Однак області, в яких дітям дозволяється приймати власні рішення, мають особливе значення: це починається у малюків під час поцілунків та обіймів, і продовжується у підлітків і дорослих, чи хочуть вони обмінюватися пестощами та з ким вони цього хочуть, а також чи вступати їм у стосунки.

Надання інформації:

Усі люди мають право на інформацію відповідно до віку й розвитку з усіх питань, що їх стосуються. До неї належить інформація про насильство та про те, де вони отримають допомогу, якщо їм знадобиться підтримка.

Важливими закладами з надання допомоги є:

- Центри захисту дітей та офіси омбудсмена в справах дітей і молоді
- Консультаційні центри для людей з обмеженими можливостями
- Офіс омбудсмена в справах людей з обмеженими можливостями
- Центри захисту від насильства
- Залежно від місця проживання, компетентні соціальні працівники чи працівниці.

У додатку можна знайти інші координаційні центри, які можуть запропонувати допомогу й підтримку.

Порада!

Поміркуйте, до кого можна звернутися у разі підозри чи переживання насильства (родичі, опікуни тощо) та які заклади з надання допомоги існують у вашому регіоні!

Емоційне й сексуальне виховання

Емоційне й сексуальне виховання, що відповідає віку та розвитку, є основою профілактичної роботи проти сексуального насильства.

Емоційне виховання означає вміння висловлювати власні почуття, бажання та потреби. А ще уважно й співчутливо сприймати та поважати почуття інших. Ненасильницьке спілкування та навички вирішення конфліктів є важливими складовими емоційного виховання.

Мета комплексного сексуального виховання полягає в тому, щоб діти, підлітки, а також дорослі були добре обізнаними про своє тіло та сексуальність і могли говорити про це.

Дітям і підліткам з когнітивними обмеженнями необхідно пропонувати особливі й індивідуальні можливості для розвитку розуміння свого тіла простою мовою або у формі малюнків і жестів. Так вони отримують можливість висловлюватися чи повідомляти, коли хтось змушує їх почуватися незручно або торкається їх проти їхньої волі.



Права дитини

Діти мають знати свої права.

Права дитини однаково застосовуються до ВСІХ дітей.

Для захисту від насильства особливе значення мають такі права дитини:



- Кожна дитина має право на захист і турботу. Добробут дитини стоїть на першому місці.
- Кожна дитина має право на співмірну участь і врахування її думки відповідно до її віку.
- Кожна дитина має право на інформацію відповідно до її віку й розвитку з усіх питань, що її стосуються.
- Кожна дитина має право на ненасильницьке виховання. Усі форми насильства заборонені.
- Кожна дитина з обмеженими можливостями має право на захист і турботу, які задовольняють її особливим потребам. Рівноправність у всіх сферах повсякденного життя має бути гарантовано!

Сексуальні права людини

Сексуальні права людини однаково застосовуються до ВСІХ людей.

Для молодих людей особливе значення мають такі сексуальні права людини:

- Право на сексуальну свободу й автономію. Кожна людина може вільно реалізовувати свою сексуальність без насильства, примусу, експлуатації, травмування, катування та зґвалтування.
- Право на сексуальну рівність. Ніхто не може зазнавати дискримінації за ознакою статі, віку, релігії, сексуальної орієнтації, фізичного чи психічного захворювання.
- Право на сексуальне задоволення й вираження сексуальних відчуттів. Ніхто не має права # забороняти людині сексуальне задоволення й право на почуття, кохання, спілкування, дотики тощо.
- Право на ґрунтовне статеве просвітництво дітей і комплексне сексуальне виховання. Кожна людина має право на якісну сексуальну освіту й охорону сексуального здоров'я.
- Кожна людина має право самостійно вирішувати, чи вступати їй у партнерство чи шлюб і з ким.
- Кожна людина має право самостійно вирішувати, чи хоче вона мати дітей і скільки.

Власні сексуальні потреби не повинні задовольнятися за рахунок інших!

Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю

Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю, яка набула чинності у 2008 році, спрямована на рівноправну участь осіб з інвалідністю та психічними захворюваннями в суспільстві. П'ять принципів Конвенції — це підвищення обізнаності, доступність, залучення, індивідуалізація та різноманітність, а також інклюзія і життєвий простір. До найважливіших прав Конвенції про права осіб з інвалідністю належать:

- Право на повагу притаманної людині гідності, індивідуальної автономії, включно зі свободою приймати власні рішення, а також незалежність в сенсі самовизначення.
- Право на повну й ефективну участь в суспільстві та включення в суспільство.
- Навіть люди з інвалідністю мають рівні права щодо сімейного життя та на співмірну підтримку під час виконання своїх батьківських обов'язків.
- Право на повагу до розмаїття людей з інвалідністю або захворюваннями й прийняття цих людей як частину людського різноманіття та людства.
- Право на недискримінацію.
- Право на рівність можливостей.

Сексуальна освіта

Сексуальну освіту часто називають основою профілактичної роботи проти сексуального насильства, і це справедливо! Тільки коли діти зможуть говорити про «нормальну» сексуальність, вони зможуть говорити і про сексуальне насильство, довіритися комусь і звернутися по допомогу.

Психосексуальний розвиток починається з народження й триває до дорослого віку. Залежно від віку й ступеня розвитку викладаються різні змісти й теми.

Що й коли мають знати діти?

Статеве просвітництво дітей не відбувається за одну розмову, в якій пояснюють, що таке статеві зносини.

Сексуальність — це дещо більше, ніж статеві зносини!

Про стосунки, сексуальність, кохання й почуття слід говорити знов і знов. Ці теми є важливими з дитинства та супроводжують нас усе життя!



Не всі діти ставлять питання:

Навіть якщо діти не ставлять (не можуть ставити) запитань, ви маєте право на обґрунтовану інформацію про своє тіло, фізичні процеси, сексуальність і (сексуальне) насильство. Діти навчаються дечому, навіть коли ми з ними не розмовляємо: а саме, що сексуальність — це табу і що в них немає співрозмовника на цю тему!

Обговорюйте досвід повсякденного життя (наприклад, коли народжується дитина, звідки вона береться? Або коли ваша дитина знаходить тампон або презерватив і хоче дізнатися, що це).

Батьки допомагають своїм дітям короткими та зрозумілими для дітей відповідями. Так діти можуть накопичувати знання про сексуальність і тіло відповідно до свого віку. Ці розмови мають стосуватися не тільки фактів. Почуття й цінності, як-от рівність, повага й ненасильство, теж пов'язані з темою тіло й сексуальність і повинні обговорюватися.



Дитяча сексуальність проти дорослої сексуальності

Дитяча сексуальність докорінно відрізняється від дорослої!

Деяко вважає, що сексуальність — це дещо тільки для дорослих. Але сексуальність розвивається від народження і є чимось набагато більшим, ніж статеві зносини!

Сексуальність — це частина розвитку особистості, яка продовжується протягом усього життя.

Пестоці, обійми та лоскотання — це дуже чуттєві та приємні відчуття. Діти й підлітки навчаються, взаємодіючи з собою, з батьками, вихователями, вчителями, помічниками тощо. Вони також навчаються через спостереження та гру. Вони спостерігають, як батьки й інші дорослі поведуться між собою.

Так вони дізнаються, як вести стосунки і як виражати симпатію, любов і повагу. У грі з ляльками й подругами чи друзями стає очевидним, що зараз у дітей на думці, тому можна використовувати гру для того, щоб поступово далі пояснювати дитині та відповідати на запитання.

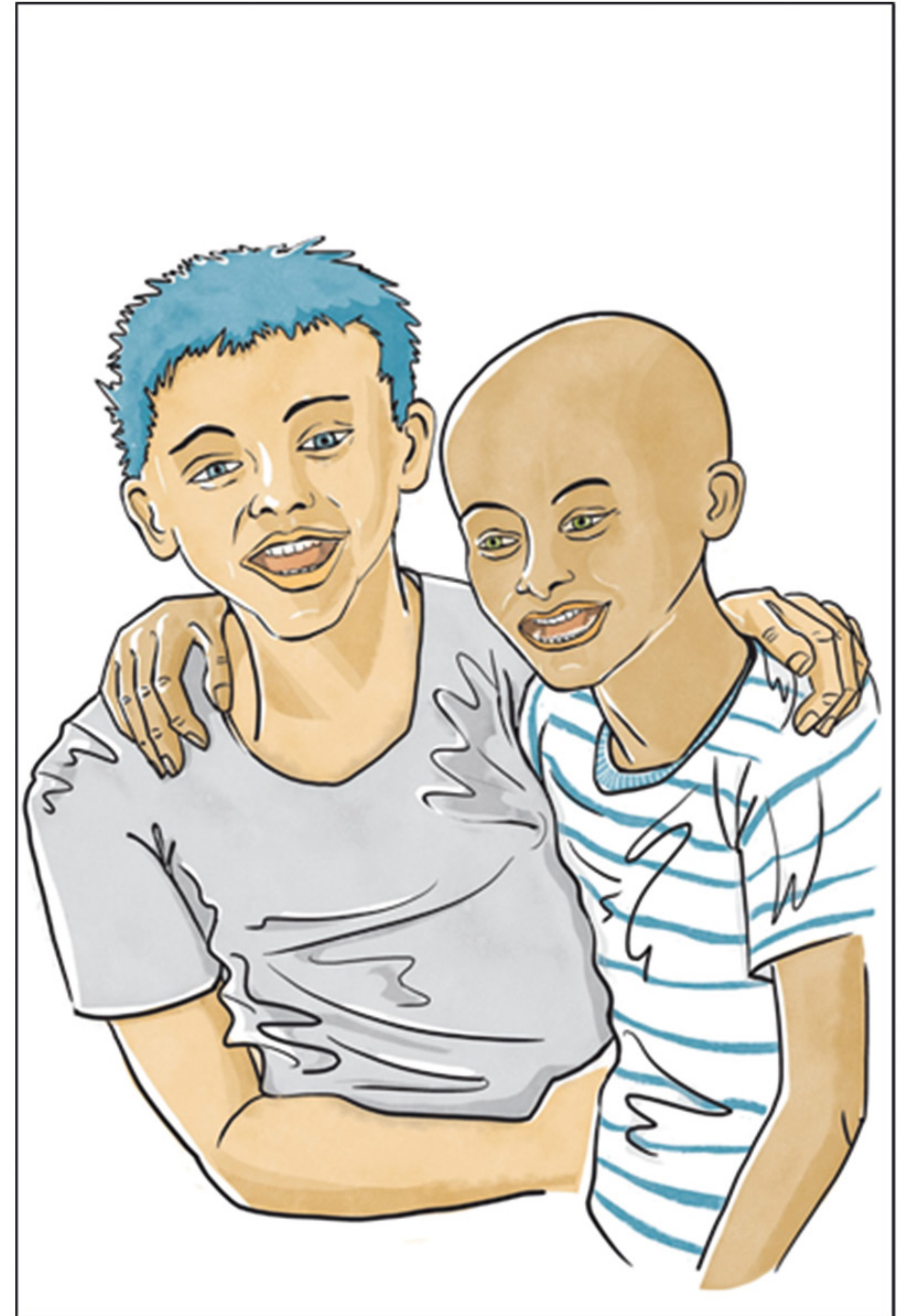


Дитяча сексуальність докорінно відрізняється від дорослої!

У дитячій сексуальності («ігри в лікаря», «ігри в дочки-матері», тілесні ігри) йдеться не про стосунки чи задоволення, а скоріше про контакт і соціальне навчання. Діти допитливі і хочуть досліджувати своє тіло й тіло своїх товаришів по іграх.

Перехід до дорослої сексуальності відбувається поступово в період статевого дозрівання (пубертату). Тільки з цього моменту молоді люди здатні збагнути сексуальність дорослих і свідомо приймати рішення за чи проти неї!

В Австрії цей рубіж досягається в 14 років. З цього моменту дозволяється «доросла сексуальність» з іншими особами, які теж мають бути достатньо дорослими.



Я та сексуальна освіта ...

Сексуальна освіта багато в чому пов'язана зі своєю історією:

Як у вашій сім'ї поводитися з сексуальністю (наприклад, нагота, обійми, любов, ніжність)? Як ви переживали сексуальну освіту та статеве просвітництво вдома й у школі? З ким ви розмовляли на ці теми? Які ваші власні уявлення про мужність, жіночність, розмаїття, любов і стосунки? Крім сім'ї свою роль відіграють культурні, релігійні та соціальні норми. Не кожен прояв сексуальності дозволяється або толерується в кожному суспільстві. Різні норми, кордони й уявлення теж можуть приховувати можливість виникнення конфлікту!

Наш власний досвід впливає на те, про що ми можемо говорити чи що вважаємо непристойним. Якщо знати і замислюватися про власні погляди та підходи до сексуальності, можна адекватніше й відкритіше говорити про це з дітьми, підлітками та молодими дорослими.

Службові й професійні кордони теж відіграють свою роль і мають сприйматися й осмислюватися.

Пам'ятайте про кордони! Батьки й вихователі теж мають кордони та не бажають (не мусять!) ділитися всім зі своїми дітьми, підлітками та клієнтами.

Дитячий садок, школа, спортивний клуб тощо:

У всіх закладах, де за дітьми чи підлітками наглядають, супроводжують, навчають їх або піклуються про них, важливу роль відіграє поведження з близькістю та дистанцією, тілесністю та сексуальністю.

Який внесок можуть зробити заклади?

- Позитивне ставлення, відкритість та обмін думками на тему сексуальності та сексуальної освіти в закладі з батьками й опікунами.
- Правила поведження одне з одним і правила дитячої сексуальності («ігри в лікаря», тілесні ігри тощо), які відпрацьовуються в групах відповідно до віку.
- Поважне й осмислене поведження з кордонами дітей (тілесні кордони, інтимні кордони, професійні кордони тощо), приклад: кодекс поведінки!



- Включення тем сексуальності та захисту від сексуального насильства до педагогічних концепцій, а також до програм освіти й підвищення кваліфікації.
- Розробка концепції захисту від насильства для закладу.

Заручитися підтримкою зовнішніх експертних центрів із захисту дітей і підлітків та запобігання під час розроблення концепцій захисту від насильства!

Що ж таке «нормально»?

Сексуальний розвиток дітей віком 0–6 років

Дослідження тіла й органів чуття, випробування себе та знайомство

Діти...

- пізнають себе та своє навколишнє середовище за допомогою всіх органів чуття.
- досліджують власне тіло та грають із ним, проявляють підвищений інтерес до своєї статі
- сприймають, що існують різні тіла.
- розвивають власні бажання й уявлення та хочуть їх втілювати (фаза автономії).
- хочуть приймати перші власні рішення.
- відчувати сильні почуття: кохання, радість, сором, злість, ревності тощо
- цікавляться тілами інших дітей: практикують «ігри в лікаря», тілесні ігри, «ігри в дочки-матері».
- знайомляться з правилами дитячої сексуальності («що можна, що не можна»).
- пробують себе в різних ролях.
- із задоволенням поведуться з власним тілом і показують його.
- розвивають почуття кордонів сорому й інтимності.
- накопичують знання про власне тіло, про себе та фізичні процеси.



Як мені підтримати розвиток моєї дитини віком 0–6 років?

- Пропонуйте ігри для всіх органів чуття, наприклад, ігри з водою або місивом, гойдання, танці, стрибання, обіймання тощо.
- - Заохочуйте та супроводжуйте рольові ігри, «ігри в дочки-матері», ігри з перевдяганням, поміркуйте про власні гендерні ролі й ідеали.
- Називайте всі частини тіла, включно зі статевими органами, наприклад, під час заміни підгузків, купання й одягання. Також забезпечте символи та слова для всіх частин тіла у візуальній комунікації!
- Не забороняйте торкатися свого тіла й власних статевих органів. Але створіть правила та безпечний простір для цього (наприклад, у власній кімнаті).
- Посприяйте в цілісному сприйнятті свого тіла. Пропонуйте дітям час, коли їм можна під захистом пізнавати «наготу». Наприклад, дозвольте час «без підгузків», коли діти не контролюють утримання сечі.
- Статеве просвітництво дітей за допомогою книг і матеріалів з картинками. Надайте символи та слова для позначення сексуальності відповідно до віку під час візуальної комунікації.
- Ставтеся до запитань серйозно та відповідайте на них («Це нормально, що ти мене питаєш. Я дізнаюся, якщо чогось не знаю!»)
- Пояснюйте, як мити й доглядати власне тіло. Під час догляду повідомляйте про дотики й кажіть, що робиться.

- Ставтеся з повагою до бажань і кордонів дитини, навіть коли не всі уявлення дітей можуть бути втілені.
- Не забороняйте сексуальну поведінку дитини; відповідний віку досвід важливий для розвитку особистості. Створюйте моменти, коли діти можуть бути між собою! Договоріться про правила й обмеження (правила для «ігор у лікаря»).
- Спокійно та виважено реагуйте на провокації і лайливі слова. Поговоріть про те, які почуття вони викликають. Донесіть до дитини, що повага очікується від кожного.
- Ставтеся до почуттів серйозно, заохочуйте терпіння до емоційних сплесків, (мовне) вираження почуттів, у тому числі у візуальній комунікації.
- Відповідне віку й обмежене за часом використання цифрових мультимедійних засобів — зробіть використання допоміжних мультимедійних засобів відповідним розвитку, різноманітним і безпечним! **Цифрові мультимедійні засоби (телевізор, комп'ютер, мобільний телефон тощо) шкодять дітям віком до 3 років!**

Фізична взаємодія належить до нормального розвитку дітей.

Наскільки різними бувають діти, настільки ж і відрізняється їхня сексуальна поведінка.

- У дитинстві існує багато видів сексуальної поведінки, вона має інше значення, ніж сексуальність дорослих.
- Більшість дітей мають «фізичну/сексуальну» взаємодію з іншими дітьми приблизно одного віку («ігри в лікаря, тілесні ігри, ігри у відкриття»), у всіх вікових групах, найчастіше у віці 3–4 роки.
- Починаючи з дошкільного віку (розвиток почуття сорому, знання соціальних правил), тілесна цікавість/активність переміщується в особистий простір/кімнату.

Дитяча сексуальність докорінно відрізняється від дорослої —
статеві зносини не є складовою дитячої сексуальності!

Дорослі сексуальні практики мають значення з моменту статевого дозрівання
(пубертату) та законодавчо дозволяються з 14 років («сексуальне повноліття»).



Для «ігор у лікаря» існують чіткі правила!

«Ігри в лікаря» належать до психосексуального розвитку й починаються в дитинстві.

Як і в інших іграх, тут існують свої правила:

- Нікого не можна примушувати.
- Ніхто не повинен постраждати.
Не можна вставляти будь-які предмети в отвори тіла
(анус, вагіну, ніс, вухо, рот).

- «Ігри в лікаря» є «інтимними», а не «публічними». Кордони сорому всіх учасників (включно з глядачами й іншими особами!) повинні дотримуватися та поважатися.
- Діти мають бути приблизно одного віку (різниця у віці щонайбільше 2 роки).
- Дорослим сексуальним практикам не місце в дитячих «іграх у лікаря»!
- Приділяйте увагу гігієні: не забуваємо мити руки!
- Якщо хтось не дотримується правил «ігри в лікаря», мають втрутитися дорослі.

Діти повинні знати, що мають право на допомогу.

Коли дорослі мають втрутитися?

Коли...

- Дітей залучають до «ігри в лікаря» з дітьми, які явно перевершують або поступаються.
- Діти намагаються переконати або змусити інших «грати в лікаря».
- Діти під час гри завдають шкоди собі й іншим.
- Діти створюють тиск секретності.
- Діти закликають інших до дорослих сексуальних практик.

Ми не терпимо насильства! Говоріть про це!

Має бути очевидним, що насильство (наприклад, фізичне насильство, сексуальне насильство, психічне насильство, таке як-от поширення чуток, обзивання, проганяти інших тощо) є нетерпимим. негайно зупиніть насильство серед дітей і займіть позицію!

Коли кордони перетинаються (наприклад, заглядання під спідницю, мацання, сексуальні жарти чи образи), це вже не є розвагою і невинною грою!

Діти повинні засвоїти, що насильницька поведінка це не нормально — практикуйте навички спілкування та вирішення конфліктів!

Послання таке:

«Напад і насильство не дозволяються в нашій школі!»





Der Neinrich

Edith Schreiber-Wicke
© 2002 Thienemann



Sina und Tim

Ursula Enders, Ilka Villier
© 2019 Zartbitter

Erbsenklein Melonengroß

Cornelia Lindner,
Verena Tschernjak
© 2021 Achse



Wir können was, was ihr nicht könnt

Ursula Enders,
Dorothee Wolters
© 2020 Mebes&Noack



Сексуальний розвиток дітей віком 6–10 років

Почуття й тіло на стадії перетворення

- Розвиваються кордони сорому, зростає потреба в усамітненні.
- Випробовуються гендерні ролі, пізнаються взірці для наслідування.
- Влада й сила стають відчутними.
- Виникають дружба й соціальні відносини, передусім в одностатевій групі, та набувають дедалі більшого значення.
- Розвиваються перші ознаки раннього статевого дозрівання.
- З'являються перші захоплення та закоханості.



Як мені підтримати розвиток моєї дитини віком 6–10 років?

- Зміцнюйте соціальні навички, такі як увага й емпатія (здатність чуттєвого проникнення).
- Дозволяйте незалежність.
- Заохочуйте вираження почуттів, потреб і здатності чуттєвого проникнення.
- Не засуджуйте «передпубертатні» емоційні сплески. Зберігайте спокій, установіть кордони й хваліть за позитивну поведінку.
- Сприяйте статево просвітництву дітей відповідно до віку навіть поза школою.
- Ставте під сумнів гендерні ролі. Підтримуйте дитину в її індивідуальності.
- Заговорюйте про розвиток і зміни тіла. Підготуйте дитину до статевого дозрівання.
- Потенційне відхилення фізичного розвитку від розумового – діти іноді воліють грати з молодшими дітьми через їхні інтереси. Добре стежте, зокрема, за поведінкою в сексуальних іграх. Припиняйте нападницьку поведінку, домовтеся про чіткі кордони та правила.

Кожна дитина є унікальною і розвивається у власному темпі. Тому сексуальний розвиток не протікає однаково у кожної дитини! Цей розвиток — процес від народження до дорослого віку.



Von wegen Bienchen und Blümchen!

Carsten Müller, Sarah Siegl

© 2021 Edition Michael Fischer/EMF Verlag

Klär mich auf

Katharina der Gathen

© 2021 Klett Kinderbuch



Mädchen, Junge, Kind

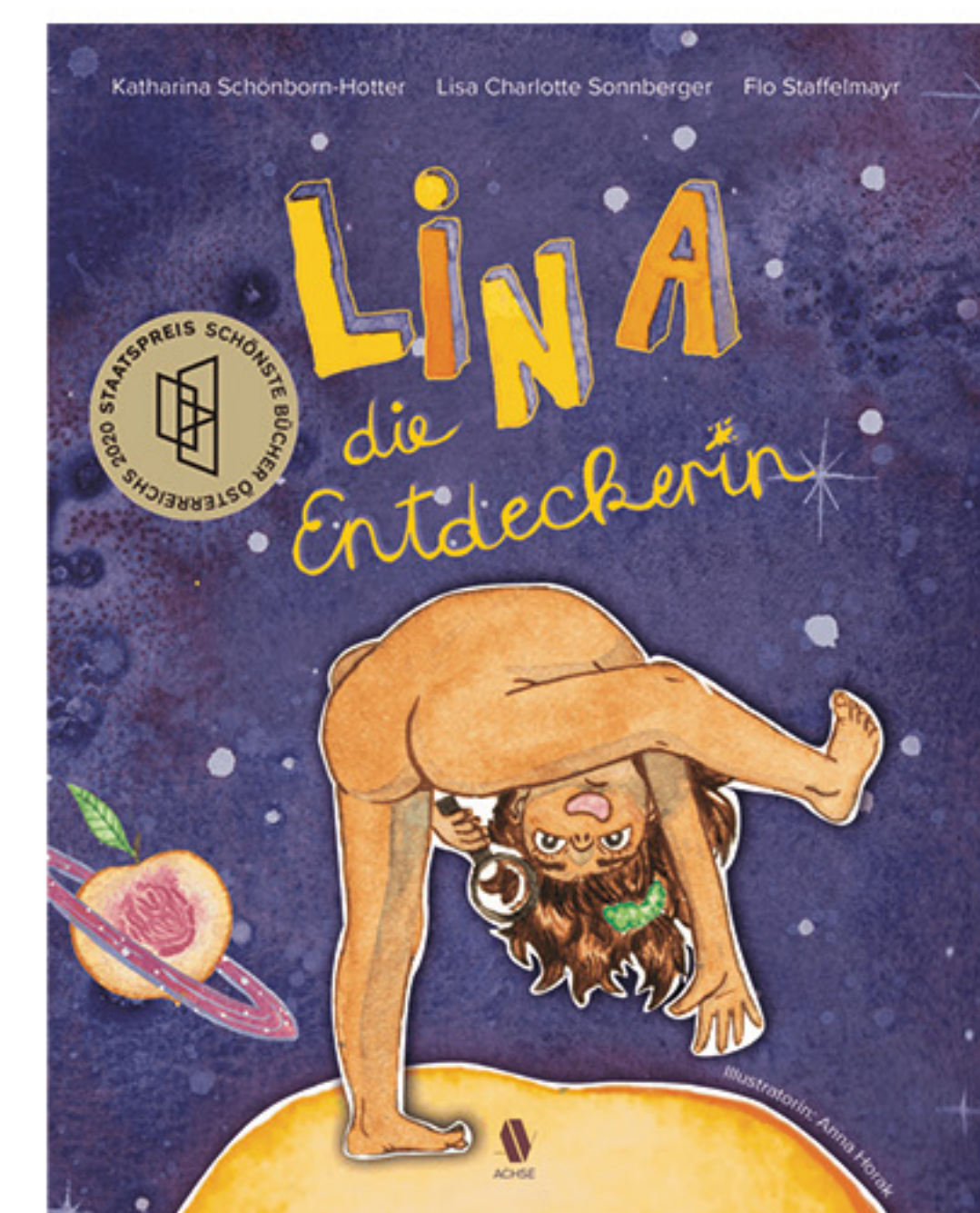
Daniela Thörner

© 2021 Familiar Faces

Lina, die Entdeckerin

Schönborn-Hotter, Sonnberger & Staffelmayr

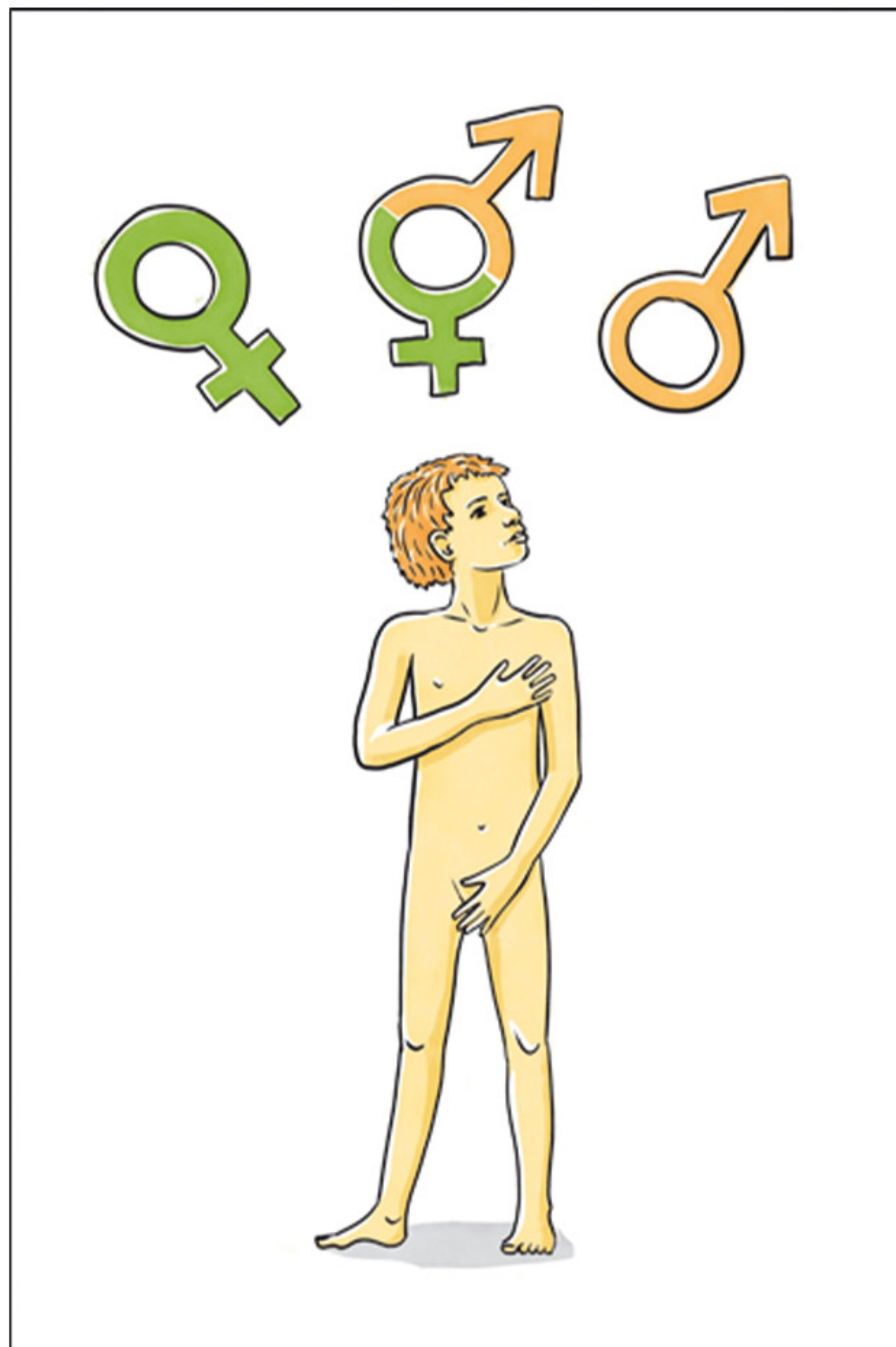
© 2020 Achse Verlag



Сексуальний розвиток підлітків віком 10–14 років

Починається раннє статеве дозрівання

- Помітні фізичні, когнітивні й емоційні зміни.
- Дедалі більшого значення набувають соціальні відносини й коло друзів.
- Збереження інтимної сфери (навіть у сім'ї) набуває важливішого значення.



- Ставляться під сумнів та випробовуються соціальні ролі, сексуальні орієнтації і гендерні ідентичності.
- Підвищений інтерес до дорослої сексуальності на теми контрацепції, тілесних функцій, гігієни, стосунків, вагітності, сексуальності, кохання тощо.
- У дівчат може розпочатися перша менструація. Цикли поки що доволі нерегулярні.
- Перше нічне сім'явипорскування у хлопців.
- Підвищений інтерес до самозадоволення/мастурбації.

Будьте уважні з темою порнографії! Порнографію заборонено для підлітків віком до 18 років!

Як мені підтримати розвиток моєї дитини віком 10–14 років?

- Пропонуйте доступ до належної інформації (книги та матеріали).
- Пропонуйте обговорення, наприклад, на тему щодо
 - Здорових стосунків: згода у стосунках, ненасильницьке спілкування та вирішення конфліктів тощо.
 - Гендерні ролі та розмаїття: ставте під сумнів власні рольові моделі та ставлення до гендерної різноманітності.
 - Розвиток у період статевого дозрівання: як змінюються тіла, відносини й інтереси?
- Будьте уважні до фізичного, когнітивного й емоційного розвитку дитини — уникайте знецінення, глузування та нехтування інтимною сферою.
- Якщо розвиток фізичних і когнітивних здібностей сильно відрізняється:
 - Пояснюйте процеси в організмі з урахуванням особливостей розвитку. Повторення мають важливе значення!
 - Супроводжуйте потреби емоційного розвитку відповідними пропозиціями, які відповідають розвитку.
 - Дайте дітям випробувати себе в соціальних ролях, граючи в рольові ігри. Створіть свободу дій для участі в прийнятті рішень.
 - Звертайте увагу на інтимну сферу та кордони сорому під час догляду!

Підготовка до відповідальної, самостійної дорослої сексуальності:

Що краще діти поінформовані та просвічені, то пізніше в них буде їхній «перший раз», то більша ймовірність того, що вони убезпечуватимуться та захищатимуться від ХПСШ.

Дізнайтеся про пропозиції щодо сексуальної освіти, наприклад, у Мережі сексуальної освіти Штирії (www.netzwerk-sexuelle-bildung-steiermark.at).

Сексуальне повноліття в Австрії

З 14 років підлітки стають «сексуально повнолітніми». Це означає, що вони можуть самі вирішувати, чи проявлятимуть вони сексуальну активність і з ким. Звісно, тільки якщо всі достатньо дорослі та згодні! Якщо одній з осіб усього 13 років, то друга особа не може бути старшою за неї більше ніж на 3 роки (тобто не старше 16 років).

Вік настання кримінальної відповідальності

З 14 років підлітки досягають віку кримінальної відповідальності або також «здібні вчиняти злочини». Це означає, що вони можуть бути притягнуті до відповідальності за карані діяння. Незалежно від того, чи скоєно адміністративне правопорушення (наприклад, недотримання Закону про захист молоді) чи порушення кримінального законодавства (наприклад, сексуальний примус, завдання тілесних ушкоджень тощо) — підлітки старше 14 років несуть відповідальність за свої дії!

Свідоме ставлення до мобільних телефонів, комп'ютерів тощо!

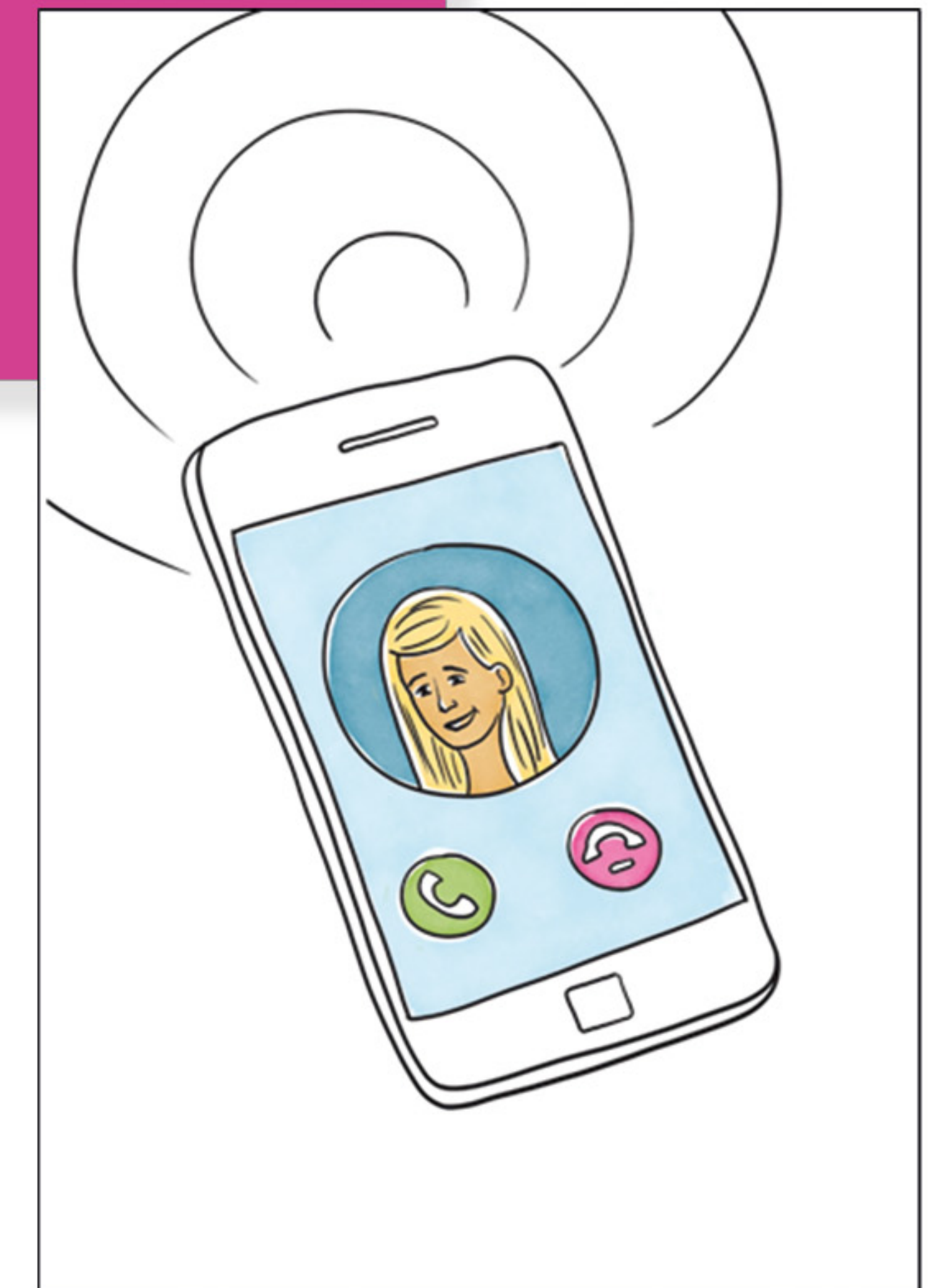
Діти та підлітки використовують різні цифрові мультимедійні засоби. Зокрема, Інтернет пропонує багато можливостей, але й приховує багато небезпек. **Тому потрібно вчитися, як правильно з цим поводитися!**

Дорослі несуть відповідальність за захист своїх дітей від умісту, який не відповідає їхньому віку. Порнографія (зображення сексуальних дій) та зображення зі сценами насильства можуть завдати шкоди психосексуальному розвитку дітей. Вони змінюють уявлення про сексуальність і можуть сприяти сексуальному насильству.

Неповнолітнім (до 18 років) заборонено дивитися порнографію, володіти нею, завантажувати чи пересилати її!

Цікавтеся тим, що слухають і дивляться ваші діти. Здобудьте собі теж медіаграмотність і навчайте цьому інших! Говоріть із дітьми про вміст, яким вони цікавляться.

На сайті www.saferinternet.at можна знайти поради та підтримку для дітей, підлітків і батьків щодо безпечного використання цифрових мультимедійних засобів.



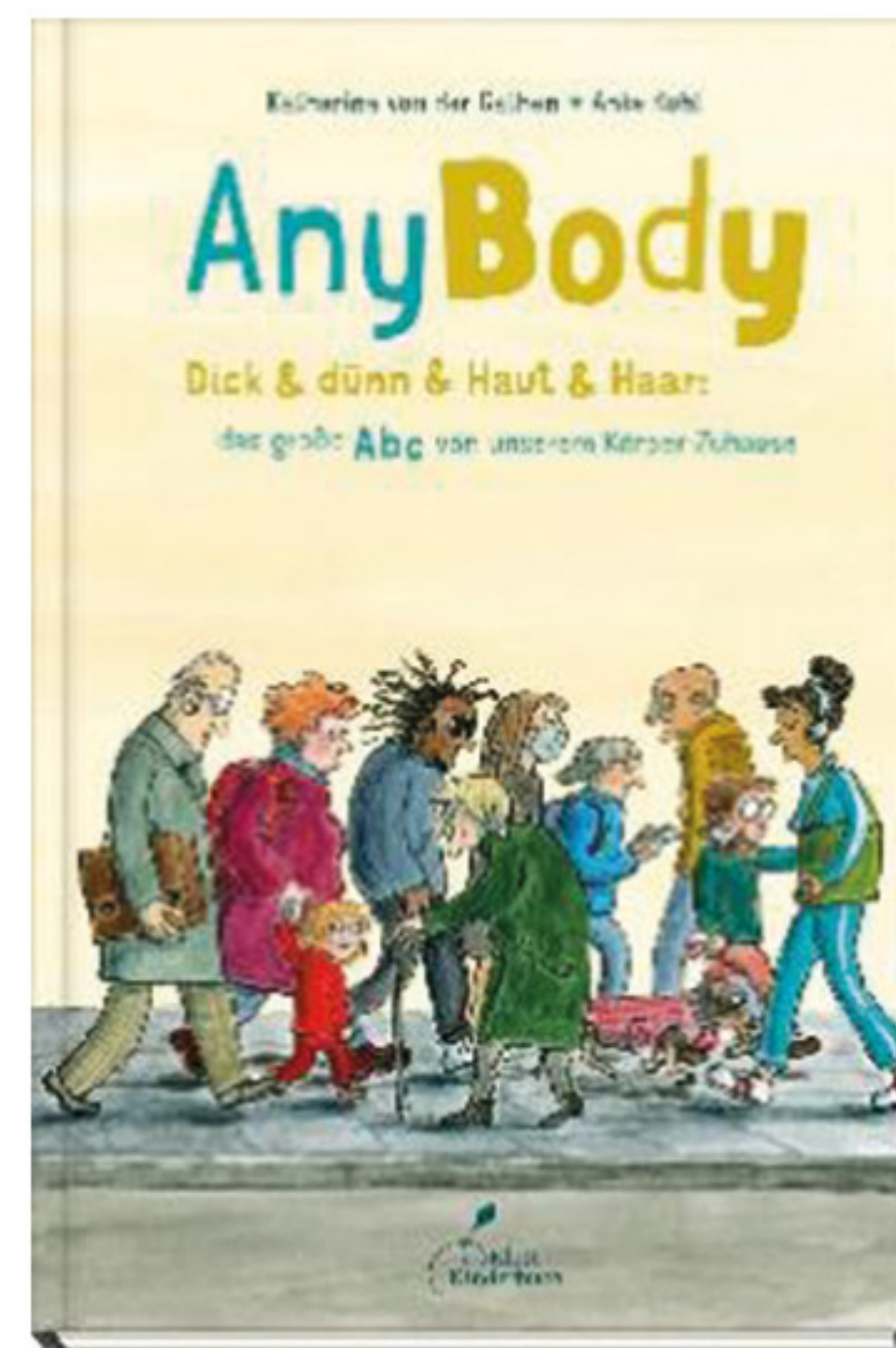


Sei ein ganzer Kerl
Jessica Sanders
© 2020 Zuckersüß Verlag



Schamlos schön
Nina Brochmann,
Ellen Stokken Dahl
© 2020 Dressler

AnyBody
Katharina von der Gathen,
Anke Kuhl
© 2021 Klett Kinderbuch



Wie ist das mit der Liebe?
Sanderijn van der Doef
© 2012 Loewe



Сексуальний розвиток підлітків віком 14–18 років

Підлітки перебувають посередині статевого дозрівання. Тіло дедалі більше перетворюється на доросле. У дівчат статеве дозрівання часто починається дещо раніше.

- Статева зрілість у самому розпалі.
- Відбувається зміна голосу, здебільшого в хлопців.
- Посилене зростання волосся на тілі, наприклад, у пахвових западинах. Передусім у парубків ще й на обличчі.
- Цикли стають регулярнішими.
- Підвищений інтерес до статевих зносин (підліткове кохання).
- Часто з'являються вугрі на обличчі та спині через гормональні зміни.
- Підлітки дедалі більше одержують інформацію з Інтернету або від своїх однолітків.
- Батьки відходять на другий план як джерело інформації. Щоб захистити підлітків від умісту, який може нашкодити їм, підтримуйте інтерес до життєвого світу підлітків! Запитуйте про спільно з підлітками використовувані мультимедійні засоби та контролюйте їх.

Навчайте медіаграмотності!

- Етап розвитку партнерство: перші підліткові стосунки.

Підтримуйте взаємини з підлітками!

Пропонуйте говорити про стосунки, уявлення й ідеали, поміркуйте з підлітками про позитивні, але й негативні зразки та досвід стосунків.

Пам'ятайте, що напади й насильство часто трапляються у перших підліткових стосунках.

Темами для дискусії можуть бути рівність, згода, повага, ідеали, кордони тощо.

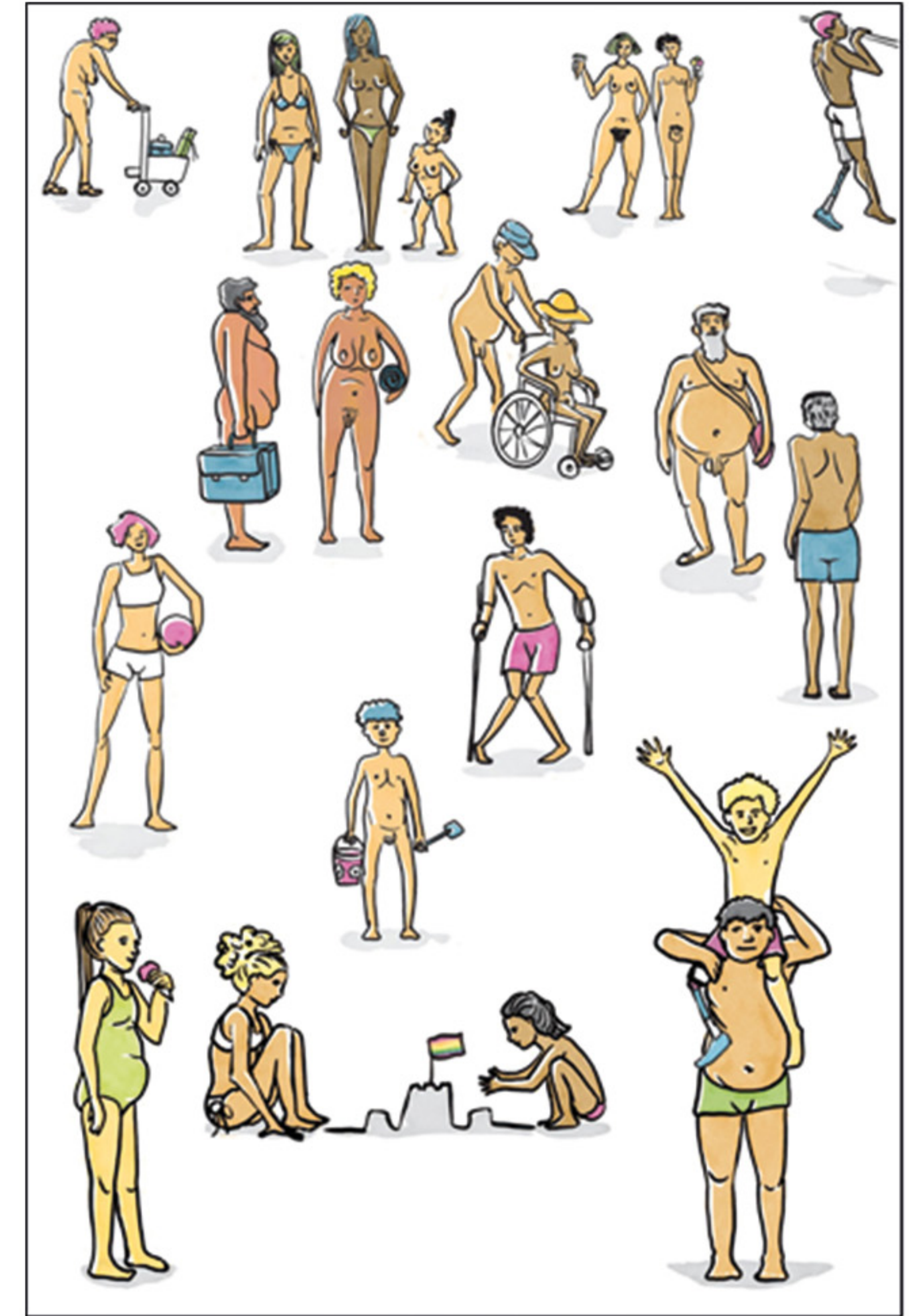
Але також потрібно вправлятися в поведженні з розчаруваннями чи ревностями. Балансування між власними потребами й потребами партнера/партнерки теж є великою проблемою.

- Ставте під сумнів норми краси й звужувальні гендерні ролі в стосунках.



Коли підлітки дивляться порнографічний вміст, це може лякати їх. Тому важливо говорити з підлітками про такий вміст, який їх залякує. Але навіть якщо цей вміст не лякає, він може в небажаній формі вплинути на уявлення й поведінку підліткової сексуальності.

Акробатичні сексуальні практики, покірні жінки та сексуально агресивні чоловіки, фетиші, секс із незнайомцями: не все, що ви бачите на екрані, є добрим, реальним чи однаковим для всіх людей! Порно схоже на фільм-бойовик. Зображення у фільмах-бойовиках теж не відповідають реальності, а підлітки мусять вміти чітко розпізнавати цю різницю.



**Про це теж дорослі можуть і мусять отримувати інформацію, знання та допомогу, наприклад, у рамках програм батьківської освіти.
Це найкращий вплив особистим прикладом!**



**Make Love
Ein Aufklärungsbuch**

Ann-Marlene Henning, Tina Bremer-Olszewski
© 2017 Goldmann



FAQ YOU - Ein Aufklärungsbuch

© 2019 Jugend gegen Aids



Das Jungfernhäutchen gibt es nicht

Oliwia Hälterlein & Aisha Franz
© 2020 Maro



Erster Sex und große Liebe.

© 2017 Österreichische Jugendinfos

Сексуальний розвиток молодих дорослих у віці 18–25 років

У молодому дорослому віці фізичний розвиток завершується. У процесі психосексуального розвитку молоді люди сформували статевоюрольову ідентичність і набули першого досвіду в стосунках. Тепер потрібно далі розвивати й практикувати грамотність у стосунках, знаходити баланс між власними потребами й бажаннями (себелюбство) та потребами й бажаннями партнера або партнерки.



- Дорослий вік тягне за собою нові обов'язки, з 18 років молоді люди вважаються повнолітніми перед законом.
- Домагайтеся незалежності та здатності до самозабезпечення крок за кроком, будуйте необхідну мережу підтримки, забезпечуйте фінансову незалежність.
- Забезпечуйте можливості самостійного й спільного творення в усіх сферах життя.
- З'ясовуйте права людини та сексуальні права людини.
- Серйозно ставтеся до питань планування сім'ї — розмовляйте про завдання, можливості та відповідальність щодо цього.

- Розширюйте можливості формування стосунків.
- Будуйте плани на майбутнє з молодими дорослими.
- У разі проживання з помічниками або в закладах: чіткі правила взаємин із персоналом із догляду та помічниками, (сексуальне) самовизначення, концепції захисту від насильства...



Make More Love
Ein Aufklärungsbuch für Erwachsene

Ann-Marlene Henning, Anika Keiser
 © 2018 Goldmann

Sex verändert alles
Aufklärung für Fortgeschrittene

Ann-Marlene Henning
 © 2019 Rowohlt Taschenbuch



Сексуальність у людей з обмеженими можливостями

Сексуальність у людей з обмеженими можливостями, психічними захворюваннями або іншими порушеннями часто обтяжено громадськими упередженнями та табу. Це становить особливу проблему для потерпілих. Але й для людей, які їх супроводжують.

Перед батьками і іншими референтними особами постає завдання надавати своїм дорослим дітям необхідну освіту, якої вони потребують для відповідального та самостійного вирішення питань сексуального життя.

Сексуальність не має однакового значення для всіх людей.

Різні чинники можуть ускладнювати переживання сексуальності. Деякими з цих обмежувальних впливів можуть бути:

- Сексуальність як заборонена тема.
- Брак сексуальної освіти, особливо в людей з обмеженими можливостями, психічними захворюваннями й іншими порушеннями.
- Брак можливостей отримувати досвід відповідно до віку та розвитку (від «ігор у лікаря» до підліткових стосунків).

- Обмеження в області тілесних функцій і структур (спастичність, параліч).
- Залежність і втрата влади через пожиттєвий догляд, часті медичні огляди, лікування з дитинства тощо.
- Інституційне забезпечення (брак інтимності та приватності в закладах, відсутність можливостей для участі в прийнятті рішень, відсутність можливості переживати стосунки тощо).
- Неврологічні відмінності та пов'язані з ними зміни в чуттєвому сприйнятті та оброблянні подразників (аутистичний спектр, СПАУ тощо).
- Статеві розмаїття та пов'язана з ними стигматизація (інтерсексуальність, транссексуальність тощо).
- Ліки, що впливають на обмін речовин і деякі функції організму.
- Мовні бар'єри (підтримка в спілкуванні, іноземні мови).
- Сімейні та суспільні цінності:
 - Коли людям з обмеженими можливостями доводиться бути «дитиною назавжди».
 - «Дбайливе насильство» — як ходіння над прірвою між захистом і самовизначенням.
 - Коли молоді дорослі не мають можливості вільного вибору партнера або партнерки.



Офіси омбудсмена у справах дітей і молоді Австрії

Home: www.kija.at

Центри захисту дітей Австрії

Tel: 0664 / 887 36 462

Mail: info@oe-kinderschutzzentren.at

Home: www.oe-kinderschutzzentren.at

Центри захисту від насильства Австрії

Tel: 0800 700217

Home: www.gewaltschutzzentrum.at

Жіночі консультаційні центри

Tel: 01/595 37 60

www.netzwerk-frauenberatung.at

Чоловічі консультаційні центри

Tel: 0800 400 777

www.maennerinfo.at



Офіс омбудсмена в справах людей з обмеженими можливостями Австрії

Tel: 0800 / 80 80 16

Mail: office@behindertenanwalt.gv.at

Home: www.behindertenanwalt.gv.at

Рада омбудсмена

Tel: 0800 / 223 223

Mail: post@volksanwaltschaft.gv.at

Home: www.volksanwaltschaft.gv.at

Омбудсмен Австрії в справах людей з інвалідністю

Tel: 0650 / 408 58 12

Mail: ressl@vereinbehindertenombudsmann.at

Home: www.vereinbehindertenombudsmann.at



Інші офіси омбудсмена та адвокатури можна знайти за посиланням:

www.oesterreich.gv.at/themen/leben_in_oesterreich/ombudsstellen_und_anwaltschaften.html

Служба «Rat auf Draht» для дітей і підлітків

Безкоштовно на території всієї Австрії, цілодобово: Тел.: 147

Пошта: 147@rataufdraht.at головна сторінка: www.rataufdraht.at

Телефон довіри Ö3 | На території всієї Європи щодня з 16:00 до 00:00: Тел.: 116 123

Чат допомоги | www.haltdergewalt.at

Гаряча лінія допомоги жінкам проти насильства

Тел.: 0800 222 555 | Ел. пошта: frauenhelpline@aodef.at

головна сторінка: www.frauenhelpline.at

Екстрений виклик поліції | Тел.: 133

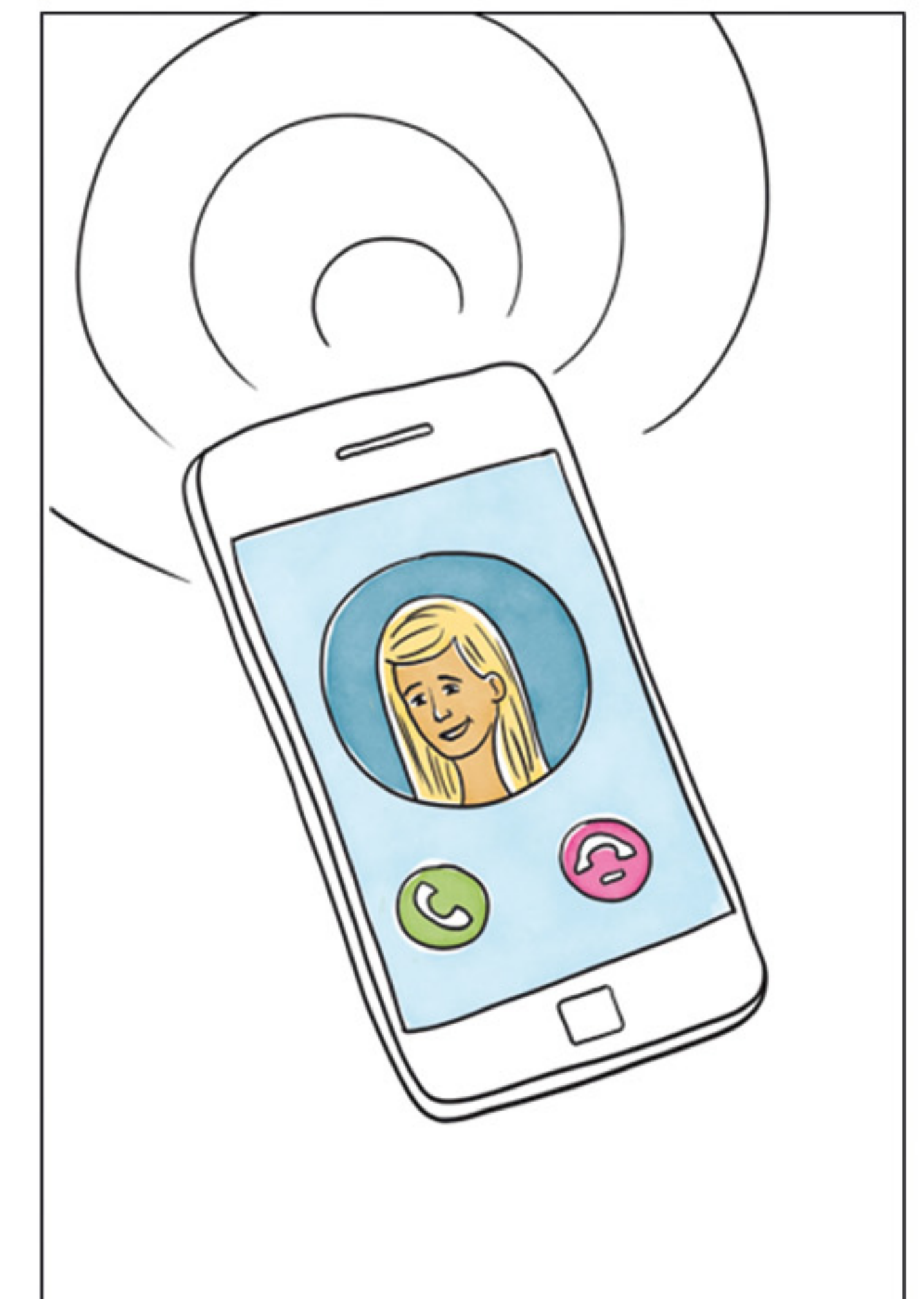
Екстрений виклик для глухих | Тел.: 0800 133 133 через SMS

Європейський екстрений виклик | Тел.: 112

Європейський екстрений виклик для дітей | Тел.: 116 111

Цілодобова гаряча лінія для жінок | Тел.: 01 71719

Цілодобова гаряча лінія для чоловіків | Тел.: 0800 246 247



Асоціація «Hazissa», Karmeliterplatz 2/2, 8010 Graz (Грац) Австрія.

Ел. пошта: office@hazissa.at Домашня сторінка: www.hazissa.at/praevention-barrierefrei

Відповідальність за зміст: **Маг. доктор Івонн Зайдлер (Mag.^a Dr.ⁱⁿ Yvonne Seidler)**

«Hazissa» – це експертний центр із запобігання сексуальному насильству, який пропонує

- брошури та інформаційні матеріали;
- інформаційні вечори та батьківську освіту;
- підвищення кваліфікації, лекції і семінари;
- групові консультації і наставництво;
- супроводження в розробці концепцій захисту в закладах.

**Фінансується Федеральною канцелярією,
програма фінансування жіночих проектів**

 **Bundeskanzleramt**



