
Сексуальное образование для людей с ОВЗ

— Дарья Браженкова
brajenkova@gmail.com —

Почему надо учить?

Комплексное сексуальное образование (ЮНЕСКО)

Комплексное сексуальное образование (КСО) – это процесс преподавания и изучения когнитивных, эмоциональных, физических и социальных аспектов сексуальности, основанный на специально разработанной учебной программе. Оно призвано сформировать у детей и молодежи подтвержденные фактами и наукой знания, умения и ценностные установки, которые помогут им ответственно относиться к своему здоровью, благополучию и личному достоинству; строить уважительные межличностные и сексуальные взаимоотношения; понимать, как их решения влияют на благополучие их самих и окружающих; а также осознавать и защищать свои права на протяжении всей жизни.

Сексуальные права

Согласно международному стандарту прав человека все люди имеют право свободно контролировать и принимать решения по вопросам, касающимся своей сексуальности; свободы от насилия, принуждения или запугивания относительно своей сексуальной жизни; иметь доступ к информации, образованию и услугам в области сексуального и репродуктивного здоровья; иметь защиту от дискриминации по признаку выражения своей сексуальности.

Сексуальные права

Сексуальные права являются частью существующих прав человека и основных свобод, включая право на жизнь, право на неприкосновенность частной жизни, свободу мысли и самовыражения, свободу от насилия, образование и информацию, равенство, свободу от всех форм дискриминации и достижения наивысшего стандарта уровня здоровья.

Важно!

- **Безопасность.**
- Люди с РАС независимо от пола почти в 3 раза чаще становились жертвами нежелательного сексуального контакта.
- Риск выше в случае недостатка знаний в области сексуальных отношений.

(Brown-Lavoie, S. M., Viecili, M. A., & Weiss, J. A.; 2014)

Важно!

- **Качество жизни.**
- Самые большие затруднения: сложности романтического ухаживания, сенсорная дисрегуляция в контексте сексуальности.
- Некачественное и некорректное сексуальное просвещение для людей с РАС.

(Barnett, J. P. and Maticka-Tyndale, E.; 2015)

Важно!

- Социализация:
- Гигиена
- Безопасность
- Приемлемое поведение
- И так далее

Чему надо учить?

Периодизация навыков (по материалам презентаций Peter Gerhardt)

Детский сад и начальные классы:

- Отличие мальчиков от девочек.
- Публичное и приватное.
- Базовые факты о сексе, включая части тела.
- Подготовка к пубертату (как меняется тело).
- Уход за собой во время менструации.
- Приемлемые и неприемлемые прикосновения.
- Гигиена и самообслуживание: самостоятельность в банных процедурах, одевании.

Периодизация навыков

(по материалам презентаций Peter Gerhardt)

Средняя школа и далее:

- Пубертат и менструация.
- Эякуляция и поллюции.
- Как говорить «Нет».
- Мастурбация.
- Поведение в публичных и частных местах.
- Использование общественных туалетов.
- Симпатия и сексуальные чувства.
- Романтические отношения.
- Личная ответственность и семейные ценности.
- Сексуальные предпочтения.
- Законодательство относительно сексуальных отношений.
- Беременность, контрацепция.

Развитие детей от 0 до 4 лет

Нормальное поведение

- Любопытство по поводу собственного тела, в том числе половых органов.
- Прикосновение к гениталиям, включая мастурбацию
- Не стесняются наготы (от 0-2х лет), с взрослением начинают испытывать стеснение

Что важно обсудить?

- Правильно называйте все части тела, в том числе пенис и влагалище, ягодицы и т.д.
- Научите детей уважительно взаимодействовать со сверстниками того же возраста.
- Дайте очень простые ответы на вопросы о теле и функциях организма

Развитие детей от 5 до 8 лет

Нормальное поведение

- Может задавать вопросы о сексуальности или репродукции
- Может проявлять любопытство к телу взрослых (например, желание пойти в ванную с родителями, прикоснуться к женской груди и т. д.).
- Может шутить по поводу частей тела и их функций.
- Ребенок начинает вести себя более «гендерно».
- Игры или занятия, которые исследуют сексуальность и тело (могут происходить с друзьями разного пола).

Что важно обсудить?

- Объясните основную информацию о различиях между мужской и женской анатомией.
- Предоставьте основную информацию о репродукции.
- Поговорите о физических изменениях, которые произойдут в период полового созревания.
- Поощряйте соблюдение конфиденциальности.
- Научите когда что-то уместно и неуместно.

Что важно обсудить?

- Объясните разницу между приемлемым и неприемлемым прикосновением.
- Информируйте о границах. Пусть дети знают, что их тело принадлежит им и что они могут сказать «нет» нежелательному прикосновению.
- Объясните, что мастурбация - это то, что происходит наедине.
- Поговорите о личных правах и обязанностях:
 - «твое тело принадлежит только тебе»
 - относиться к мальчикам и девочкам одинаково.

Развитие детей от 9 до 13 лет

Нормальное поведение

- Мастурбация. Некоторые дети могут касаться своих половых органов с целью удовольствия. Это не происходит публично.
- Во время полового созревания у подростков часто возникает необходимость в независимости.
- Интерес к отношениям. Подросток может захотеть иметь девушку или парня.
- Испытывает интерес к обнаженным или раздевающимися людям, находя удовлетворение в средствах массовой информации (телевидение, фильмы, веб-сайты и журналы) с сексуальным контентом.

Что важно обсудить?

- Разговаривать о физических аспектах полового созревания и изменениях в их организме.
- Обучать детей социальным и эмоциональным аспектам полового созревания.
- Предоставлять соответствующую возрасту информацию о сексуальности и основную информацию о сексуальном поведении и инфекциях, передаваемых половым путем.

Что важно обсудить?

- Объяснить, что существуют разные сексуальные ориентации, такие как гетеросексуальная, гомосексуальная и бисексуальная, и т. Д.
- Поощрять навыки критического мышления, позволяющие отличать факты от вымысла в образах СМИ.
- Поддерживать их в понимании того, что они имеют права и обязанности в дружбе и отношениях. Обсудите характеристики здоровой дружбы и отношений.

Темы для взрослых

Consent - информированное согласие

- Лицо понимает механику определённого полового акта.
- Лицо знает о потенциальных рисках для здоровья (например, ЗППП).
- Лицо понимает, что половой акт между мужчиной и женщиной может привести к беременности.
- Для выражения согласия необходима надёжная коммуникация.



Секс за деньги

- Стресс от сложной социальной ситуации.
- Обобщение опыта на других женщин.
- Фрустрация: механический секс не отношения и не всегда достаточен.
- Вопросы легальности (законодательство страны может меняться в течение жизни ученика).
- Этичность подобного выбора.



Порнография

- Нереалистичное представление об отношениях и сексе, приемлемом и неприемлемом.
- Нереалистичное представление о физиологии → комплексы, тревожность.
- Просмотр порнографии делает мужчин более агрессивными по отношению к женщинам (Malamuth et al.; Farley et al.; Hald et al.)
- Выход: этичное порно и открытый разговор.

Мастурбация

- Доступная.
- Безопасная.
- Эффективная.
- Приемлемая.

Мастурбация

- Приемлемые время и место:
 - В своей комнате за закрытой дверью
 - НЕ учите делать это в санузле!
- Безопасные и эффективные практики: смазка, секс-игрушки.
- Доступ к возбуждающим материалам.

Как обучать?

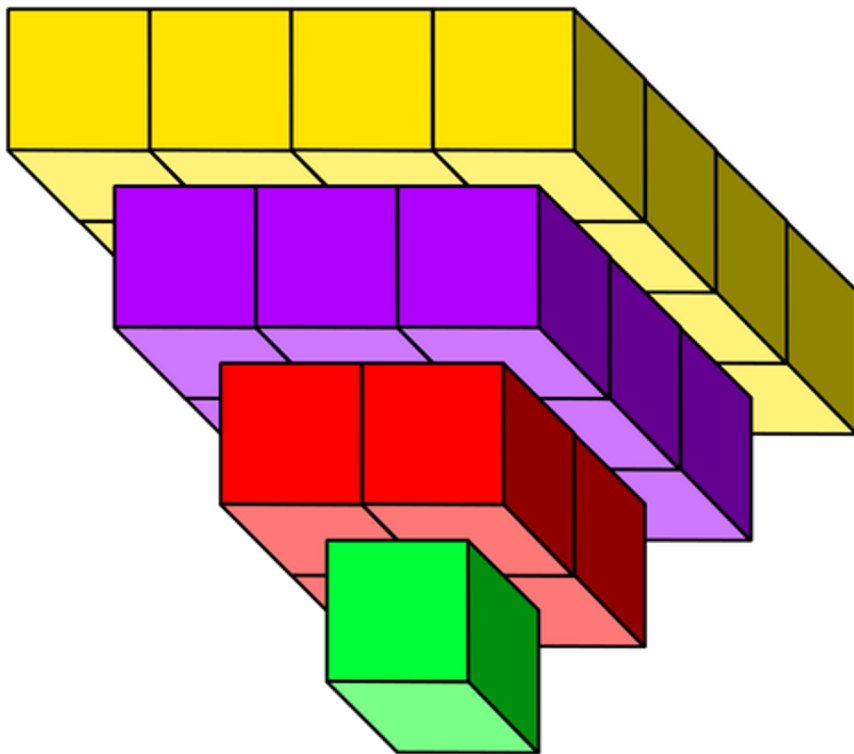
Правило 5 лет

- Обучаем нужным навыкам и информируем заранее - у нас должен быть пятилетний план!



Обучить можно любого!

- “Модель Скарборо”: разработана Уилли Скарборо.
- 3 уровня информирования в зависимости от когнитивного уровня ребенка.
- Начинайте с самого важного и добавляйте со временем.

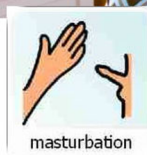
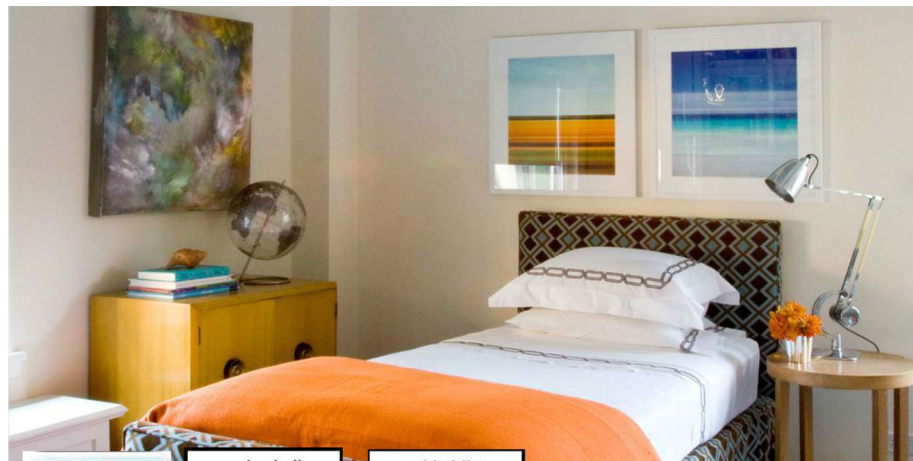


Модель Скарборо

- Первый уровень информирования: самая общая информация в одном – двух предложениях. Пример: «Иногда у женщин из влагалища идет кровь. Это нормально».
- Второй уровень – расширенная информация. Пример: более подробные сведения о том, что такое менструация, что она бывает раз в месяц и означает, что девушка взрослеет и ее организм работает.
- Третий уровень – углубленная и подробная информация. Пример: подробные сведения о биологии менструации и ее значении для репродукции.

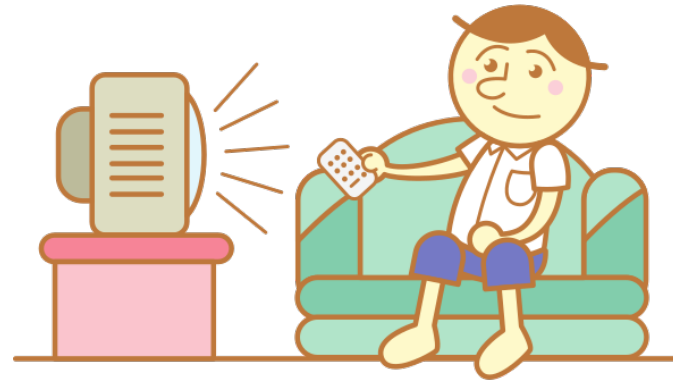
Различение и сопоставление

- Сопоставить действия и места, где их можно совершать.
- Сопоставить места и подходящие действия.

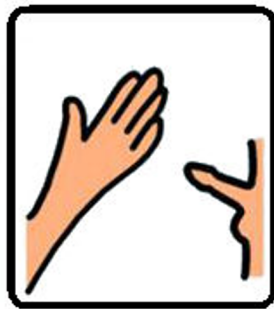
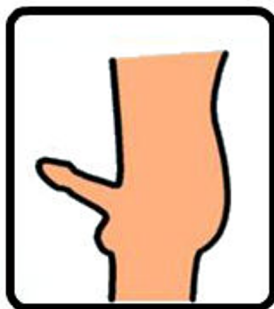


Различение и сопоставление: «Публичное и приватное»

- Подготовьте карточки с изображением открытых и закрытых дверей (разных).
Подготовьте карточки с изображением действий.
Положите на стол две картинки с действиями.
- Дайте ученику карточку с дверью и спросите: “Что можно делать с **открытой** дверью?”.
Ученик должен положить карточку “Открытая дверь” на подходящее действие.
- Если ошибся: покажите на правильную карточку, верните карточку в комплект, через несколько блоков повторите.



Пример визуального расписания



Упражнение «Светофор»

- Три поля для визуализации более мягких и более строгих правил поведения
- Изображения мест и людей для сортировки
- Изображения различных прикосновений / карточки с описанием тем для разговора / приемлемые слова и т.п.
- На поля можно сортировать изображения мест (самые мягкие правила – дома, строже – в школе, центре, мастерской, самые строгие – в общественных местах с незнакомыми людьми). Туда же студент раскладывает сначала с подсказкой, а потом самостоятельно карточки с темами для разговоров (в школе с учительницей и одноклассниками можно говорить о динозаврах; о сексе и половых органах можно говорить с мамой и папой дома). Так же можно изучить приемлемые и неприемлемые прикосновения (кто где и как может трогать тебя, кого и как можешь трогать ты) и многие другие социальные правила.



Ссылки

1. <https://sexinforia.com/> - сайт Юлии Ярмоленко
2. <http://familypsychology.ru/roditeli-kak-agenty-neformal-nogo-seksobrazovaniya-cto-delat-travkova-m-r/> - Родители как агенты неформального сексобразования: что делать? (Травкова М.Р.)

Книги на русском языке

1. Терри Кауэнхавен “Тело, границы, сексуальность. Половое воспитание детей с синдромом Дауна: Руководство для родителей и специалистов”

бесплатно на сайте Даунсайд Ап:

<https://downsideup.org/elektronnaya-biblioteka/telo-granicy-seksualnost-polovoe-voospitanie-detey-s-sindromom-dauna-rukovodstvo-dlya/>



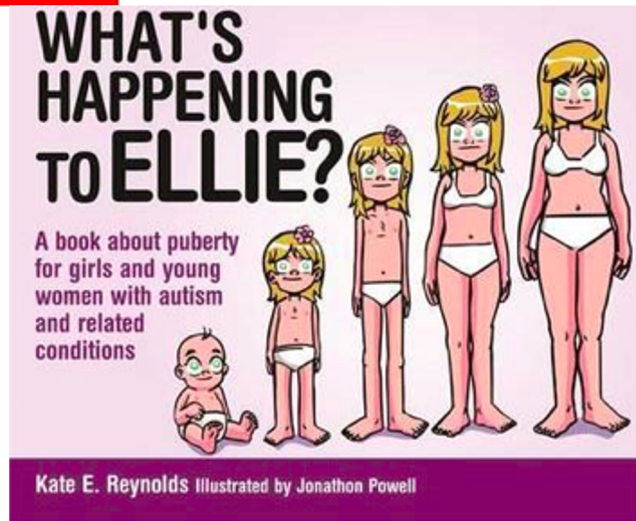
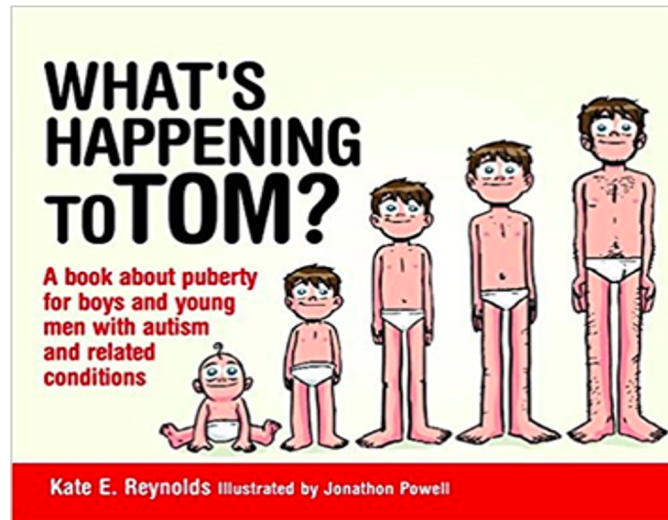
Книги на русском языке

2. Харрис Роби, Эмберли Майкл, «Давай поговорим про ЭТО: о девочках, мальчиках, младенцах, семьях и теле»
3. Роберт Уинстон, «Как помочь ребенку повзрослеть»
4. Давида Хартман, «Программа просвещения детей и подростков с РАС в сфере сексуальности и взаимоотношений»
5. Давида Хартман, «Взросление: руководство для мальчишек»
6. Давида Хартман, «Взросление: руководство для девочек».
7. Джинни Уленкамп, «Руководство по свиданиям для подростков с синдромом Аспергера»

Книги на английском языке

Kate E. Reynolds

- What's happening to Tom?
- What's happening to Ellie?
- Tom needs to go
- Ellie needs to go
- Things Tom likes
- Things Ellie likes



Спасибо!



brajenkova@gmail.com