

Как доступно рассказать ребенку о ВИЧ



Нашим детям, к сожалению, придется жить в мире, где существует эпидемия ВИЧ. А потому им как минимум нужно знать, что это такое. А достоверную информацию они могут получить только от нас – родителей.

ВИЧ-инфекция - слишком серьезная угроза, чтобы о ней умалчивать. Как правильно и понятно поговорить о ВИЧ с детьми разных возрастов?

ВИЧ-инфекция - это серьезная опасность. А об опасности лучше предупредить заранее, тогда и риска получить ВИЧ-инфекцию у Вашего ребёнка будет меньше. Ваш ребёнок не изолирован от современного общества, а значит, ему тоже угрожает ВИЧ. Постарайтесь дать ребёнку полную и доступную информацию для профилактики.

С чего начинать в дошкольном возрасте?

В возрасте 5-6 лет еще не имеет смысла рассказывать отдельно о вирусе или ВИЧ-инфекции – необходимо гигиеническое воспитание в целом. Ребенку-дошкольнику следует прививать общие навыки: не подбирать с земли, пользоваться только своей зубной щеткой и полотенцем, не брать чужие вещи и прочее. Нужно говорить ребёнку, чтобы он ни в коем случае не трогал шприцы или иглы, если вдруг случайно найдёт.

Разговор о ВИЧ

Школьнику можно уже рассказывать о самом вирусе иммунодефицита - но на понятном языке. Например, иммунную систему можно сравнить со скафандром у космонавта или с железными латами у рыцаря, а вирус иммунодефицита человека – с тем агентом, который повреждает скафандр или латы. Космонавт с повреждённым скафандром становится беззащитным – так и человек, если у него ВИЧ-инфекция.

Да, разговор о ВИЧ со старшими детьми неотделим от разговора о сексе. Но рано или поздно об этом говорить нужно будет. И ваша задача – тесно переплести такие понятия, как настоящая любовь, непорочность, здоровье, телесная и духовная чистота, с понятием интимной близости.

Разговор о путях передачи ВИЧ

Детям старше 11-12 лет можно рассказывать о ВИЧ более полно, включая больше медицинской информации. Важно информировать ребёнка о

путях передачи инфекции. Информация должна быть полной и максимально правдивой. Если вы расскажете не всё, ребёнок, скорее всего это почувствует, и не будет вам доверять. При этом он будет больше прислушиваться к информации из других источников – может быть, не таких достоверных, но где от него не будут ничего скрывать. Не стоит бояться рассказывать о ВИЧ – ваш ребёнок не изолирован от внешнего мира, если он не узнает об этом от вас, он узнает в другом месте – из Интернета, телепередач, от сверстников. Качество такой информации будет оставлять желать лучшего.

Постарайтесь не запугивать ребёнка – по словам психологов, запугивания не эффективны. Дело в том, что наше сознание не может долго помнить «ужастики» и старается быстро вытеснить их на периферию. Информация, которая сообщается с помощью запугивания, не удерживается в памяти дольше трех месяцев. Вместо запугивания старайтесь информировать и развивать осознанность.

ВИЧ и половое поведение

С подростками моложе 13 лет разговор о ВИЧ должен начинаться с беседы на тему отношений с противоположным полом. О том, как нужно строить эти отношения, что всё это очень серьёзно и достойно. О взаимной заботе в паре и о половом воздержании. После этого можно переходить к теме ВИЧ, делая акцент на половом пути передачи. Объясните ребёнку, что единственной полноценной защитой от ВИЧ является верность своему любимому человеку, и только это! Презерватив – это далеко не панацея, от ВИЧ он защищает всего на 85% - причём при условии правильного хранения и использования. А при несоблюдении этих правил – эффективность защиты ещё ниже. От некоторых опасных заболеваний, передающихся половым путём, презерватив не защищает вовсе – например, от цитомегаловирусной инфекции и вируса папилломы человека. Говоря с девушкой, объясните, что эти инфекции очень негативно влияют на её способность зачать и выносить здорового ребёнка. Нужно объяснить, почему опасны незащищенные половые связи, рассказать, что ВИЧ-позитивные люди внешне ничем не отличаются от окружающих, и могут даже сами не знать, что у них ВИЧ. При случайных половых контактах выяснить ВИЧ-статус партнёра невозможно. Наилучшей защитой от ВИЧ является воздержание и правильное половое поведение – то есть верность своему любимому человеку.

В этих разговорах также желательно избегать запугивания и директивного стиля в общении – так вы только потеряете доверие подростка. Лучше будет, если вы спокойно проинформируете его об опасности и позволите сделать ему осознанный, ответственный выбор. При таком подходе вероятность рискованного поведения можно действительно снизить.

Уважаемые родители!

Пусть разговор будет спокойным, непринужденным. Говорите правду: начните с того, что вам и самим немного неудобно об этом говорить, скажите что-нибудь вроде: «Я не знаю, что и как тебе сказать. Мои

родители никогда не говорили со мной об этом. Жаль, что они не делали этого». Можете сказать, что многие ВИЧ-инфицированные заразились в подростковом возрасте.

И помните, что главное условие любого разговора – это честность.

