

Консультация для родителей «Как не нарушать интимное пространство ребенка?»

Сегодня мы затрагиваем непростую тему — о важности родительской ласки. Наш эксперт — клинический психолог Марианна Прудникова, руководитель Университетского многопрофильного психологического центра [МГППУ](#), рассказывает о том, как взрослым правильно вести себя с детьми, проявляя внимание и нежность в разные периоды жизни ребенка и в разных условиях.

О важности родительских ласк

Родительская ласка — важный элемент в здоровом развитии малыша. Не только взрослому, но и маленькому человеку важно ощущать ласковые прикосновения, поглаживания по голове, щечотку. С папой важно играть в «валяния» по полу, кататься на спине папы как на лошади и придумывать другие тактильные дурачества. Ласковые руки мамы, которые утешат, приободрят, погладят по голове, воспеты в литературе. Такие ласки и игры не носят сексуализированный характер, но важны для общего здоровья и развития тактильной чувствительности.

Объятия и поглаживания повышают настроение, работоспособность и даже иммунитет, что доказано в исследованиях нейрофизиологов.

Ученым даже удалось установить, что для поддержания физического и психического здоровья человеку важно не менее семи объятий в день. Конечно, объятия должны быть не формальными, а передавать невербально послание ребенку: «Ты мне важен и дорог, я тебя люблю».

О поцелуях

Поцелуи в западной культуре — это признак и ласки, и сексуальности. Когда ребенок только родился, целовать его голенькое тело абсолютно нормально; игра с мамой или папой, когда они говорят: «Кто это у нас тут такой хорошенький?», и поцелуи в животик и пяточки веселят малыша. В таких играх прикосновения заботящихся взрослых к голому телу малыша полезны как для ребенка, так и для родителей. Они дают всем ощущение радости от общения друг с другом, сближают ребенка и его близких взрослых. В подобных играх и в ягодицы поцеловать младенца не зазорно, различные прикосновения дают новые ощущения телу ребенка и являются скорее массажем.

В какое место можно целовать малыша, должна решать каждая семья для себя, но по мере роста ребенка нужно учитывать ограничения, которые связаны с сексуальной безопасностью. Младенца, если очень хочется, мама или папа могут поцеловать даже в губы детским способом, вытягивая губы трубочкой, во время таких тактильных игр. Но к 2–3 годам поцелуи в губы стоит прекратить.

Также трогать интимные места ребенка, за исключением помощи ему в гигиенических процедурах, после 1,5 лет не стоит. Это нужно прекратить для безопасности детей, которые должны знать, что никто из взрослых не может трогать их интимные части тела и целовать их в губы.

Сон

Врачи рекомендуют с самого рождения класть ребенка в отдельную кроватку. В целом до трехлетнего возраста допустим совместный сон детей в одной кровати с родителями, если всем так спокойнее. При этом необходимо, чтобы ребенок и родители спали в пижамах или трусах.

После 3 лет у ребенка должно появиться свое собственное спальное место.

Если родителей беспокоит, что их ребенок проявляет повышенный интерес к своим интимным местам, стоит обратиться к неврологу. Ругать за это детей категорически нельзя. Нужно отнестись к этому как к расстройству, которое можно вылечить. Такое поведение ребенка не является ранним половым созреванием. Это перегруз нервной системы, который стоит убрать с помощью врача для помощи малышу в нормальном развитии.

Посещение бани

Совместное посещение бани с родителями, когда ребенок видит обнаженные тела близких взрослых, не навредит ребенку. Узнать, как выглядит человеческое тело у взрослого, даже полезно, чтобы запретами не вызывать излишнее любопытство и желание подглядеть. С младенчества и до начала школьного возраста вполне допустимо посещение бани совместно с обнаженными взрослыми обоего пола в парной и в душе. Начиная со школьного возраста ребенка взрослым противоположного пола стоит прикрывать интимные части тела полотенцем или простыней. В это же время стоит приучать и самого ребенка прикрывать наготу от взрослых противоположного пола и от сверстников противоположного пола. Это также является обучением безопасности: ребенок должен знать, что наготу следует скрывать и никто не имеет права просить его раздеться и показать свои интимные части тела.

Культурные нормы безопасности интимной сферы должны быть привиты до наступления школьного возраста.

Купание в ванне

Схожие правила касаются и совместного купания в ванне с ребенком. С младенцем до 1 года в ванне могут быть обнаженными родители обоих полов. К трехлетнему возрасту купание в ванне должно быть индивидуальным. Если все же хочется искупаться вместе, как в бассейне, то и правила должны быть как в бассейне: ребенок и родители должны надеть трусы или купальник.

Совместное купание в плавках может быть также началом приучения ребенка к тому, что свои интимные места необходимо прятать.

Ребенок нуждается во всестороннем развитии для физического и психического здоровья и благополучия. В воспитании взрослым всегда важно помнить о том, что следует избегать крайностей. Особенно это касается интимного воспитания детей, которое должно состоять из обучения культурным нормам и запретам, а также включать несексуализированную родительскую ласку, спокойное отношение к обнаженному телу там, где это уместно.

Материал подготовлен при содействии [Отдела](#) по информационной политике и связям с общественностью МГППУ.