**Газета «Ақпарат айдыны»№ 112 от 23.06.22**

**Как говорить с детьми о ВИЧ-инфекции**

Большинство школьников младших классов уже слышали об этой проблеме. И, хотя дети узнают о существовании СПИДа довольно рано, их представления больше похожи на фильм ужасов, чем на реальные факты.

И не секрет, что наших детей воспитывает интернет. У родителей есть возможность прояснить для них этот вопрос. Разумеется, для этого им придется сначала самим получить достоверную информацию. Разговор о СПИДе станет основой для разговора о безопасном поведении в отношении ВИЧ-инфекции, а, следовательно, поможет защитить вашего ребенка, когда он вырастет. Нашим детям предстоит жить в мире, где реально существует такая заболеваемость как ВИЧ-инфекция.

Говорить на подобную тему с ребенком нелегко, так же, как нелегко говорить о сексе, алкоголе, насилии. Многие родители сомневаются, можно ли в принципе обсуждать такие вопросы с детьми. Возможно, и вам кажется, что разговоры о нежелательных явлениях только повредят ребенку. Когда он смотрит телевизор, читает журналы и общается с друзьями, он получает разную, зачастую неверную, информацию. Если не начать обсуждать с ним трудные вопросы как можно раньше, кто-то другой, возможно не самый лучший кандидат, возьмет эту задачу на себя. Многие родители не только отказывают своим детям в достоверной информации, но и лишают себя возможности сделать так, чтобы эта информация соответствовала тем моральным и нравственным принципам, которые они хотят привить своим детям. Обсуждать подобные неоднозначные проблемы нелегко, но существуют общие правила общения с ребенком, которые могут помочь справиться с этой сложной задачей. Не следует забывать, что личность каждого ребенка индивидуальна, и только вы сможете выработать индивидуальную стратегию, идеально подходящую именно вашему ребенку.

Дети слышат о «взрослых» проблемах с самого раннего возраста, задолго до того, как они становятся способны их понять. Исследования экспертов говорят о том, что маленькие дети обращаются за информацией в первую очередь к родителям. Когда ребенок вырастает в подростка, ему становится важно почувствовать свою независимость, и за советом он предпочтет обратиться к друзьям или литературе и периодике. У родителей есть уникальная возможность, которой нет ни у учителей, ни у воспитателей. Они могут стать первыми, кто заговорит с ребенком о данной проблеме, и впоследствии никто уже не сможет ввести его в заблуждение. Постарайтесь не упустить момент, начинайте обсуждать с детьми проблемы ВИЧ (а также секса, наркотиков, курения и алкоголя) с раннего возраста и уделяйте этому максимум времени и внимания.  Для подавляющего большинства родителей обсуждать со своим ребенком вопрос о сексе сложно, непривычно, страшно, особенно если сексуальность вызывает тревогу у них самих. Но все же безопасность вашего ребенка требует, чтобы вы преодолели свои комплексы и донесли до ребенка то, что может защитить его в будущем. В конце концов, дети слышат об этом с экранов телевизоров и в своем дворе. Если вы не дадите своим детям информацию, это сделает за вас  интернет.

Детские представления о ВИЧ-инфекции часто бывают пугающе неправильными. Важно как можно раньше развеять все заблуждения. Например, восьмилетняя девочка, играя во дворе, разбивает коленку, а другой ребенок говорит ей, что теперь она может заболеть СПИДом. Родители могут объяснить ей: «Нет, ты не заболеешь СПИДом, его вызывает ВИЧ, а ВИЧ не может проникнуть в организм, если просто разбить коленку. Это может произойти только, если кровь человека с ВИЧ попадает в кровь человека без ВИЧ. Понимаешь?». И не забудьте, что к подобному разговору придется возвращаться в будущем. Одна беседа не сможет сформировать у ребенка четкое представление по такому сложному вопросу. Давайте ребенку информацию точную и подходящую для его возраста. Позднее ребенок будет готов к более подробной информации: Ребенку, не достигшему подросткового возраста, будет сложно понять, каким образом презервативы могут защитить от ВИЧ, или зачем люди пользуются общим шприцом. Если вы уже объяснили ребенку, как происходит половой акт, то вы можете добавить, что «во время секса сперма попадает из тела мужчины в тело женщины, а в сперме может быть ВИЧ». Если же вы еще не говорили с ребенком о сексе, то не стоит начинать этот разговор с проблемы ВИЧ.

Некоторые взрослые до сих пор думают, что проблема ВИЧ-инфекции касается только представителей неких «групп риска» и совершенно не имеет отношения к их детям. Не позволяйте собственным предрассудкам стать угрозой безопасности вашего ребенка. Убедитесь, что он достаточно знает о ВИЧ, и что вы сами обладаете достаточной информацией об этом. Эти знания ребенок должен получить до того, как он столкнется с реальной угрозой ВИЧ-инфекции в будущем.  
**Безопасность вашего ребенка - это прежде всего ваша личная обязанность и ответственность. И главное оружие для защиты детей – это знания.**

**ГККП «Центр по профилактике и борьбе со СПИД»**

**акимата г.Нур-Султан**

**врач-эпидемиолог отдела эпид.надзора Тулепбаева Э.С.**