**Почему я должен говорить о ВИЧ/СПИДе со своим ребёнком**

Жизнь - это долгое и прекрасное путешествие.

Она может стать опасной экспедицией, а может - приятной прогулкой.

Пусть рядом всегда будет тот, кто предвидит беду и поможет обойти её стороной.

Тот, кто укажет верный путь к здоровью.

Потому что детям всех возрастов необходимо знать об этой смертельной болезни.

Потому что дети слышат о ВИЧ/СПИДе с экрана телевизора, в школе, от друзей во дворе.

Многое из того, что им рассказывают, не соответствует истине.

**•  У детей возникает много вопросов и тревог относительно ВИЧ/СПИДа. Кто лучше родителей сможет на них ответить?**

Какое бы хорошее образование ни получали дети, при обсуждении таких сложных вопросов, как ВИЧ, СПИД, безопасный секс и наркотики, никто не заменит понимающих родителей. Пока ребенок ещё не стал подростком, у родителей есть уникальная возможность сформировать у него адекватное представление об этом и подготовить почву для обсуждения таких «трудных» вопросов, как безопасное сексуальное поведение.

**Начать бывает тяжелее всего**

Пусть возраст и развитие Вашего ребёнка подскажут Вам, когда и как начать разговор.

Подождите момента, чтобы начать беседу. Помните, что дети могут быть слишком застенчивы или смущены для того, чтобы задавать вопросы.

•  Отвечайте на вопросы, когда они возникают. Ваши дети могут не спросить больше.

•  Внимательно выслушайте все вопросы. Убедитесь в том, что Вы их поняли и отвечайте прямо.

• Не бойтесь сказать, что Вы находитесь в замешательстве. Часто только признание этого дает Вам чувство свободы.

• Позаботьтесь о том, чтобы количество информации было приемлемым для возраста Ваших детей. 6-летние не должны знать так много о ВИЧ/СПИДе, как 12-летние.

•  Употребляйте правильные термины. Задавайте вопросы, чтобы убедиться в том, что Ваши дети понимают то, о чём Вы говорили.

• Когда Вы вместе слушаете что-либо по радио или смотрите по телевизору. Вы можете спросить: «Понял (а) ли ты, о чем говорили? Ты знаешь, что такое СПИД?».

• Если Ваш ребёнок приходит домой из школы с шуткой о СПИДе, спросите, что он думает об этой шутке. Затем исправьте любую дезинформацию и поговорите о серьёзности заболевания.

• Когда Ваш ребёнок приближается к подростковому возрасту, возьмите инициативу в свои руки и начните беседу, если она не возникнет стихийно.

• В конце концов не ограничивайтесь одной беседой. Тема настолько важна, что Вам следует говорить об этом много раз, в течение многих лет.

Оренбургский областной центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями.

 Отдел медицинской профилактики: 460035, г. Оренбург, ул. Невельская, 24/1.