

*Общественное объединение  
«Белорусская ассоциация помощи детям-инвалидам и молодым инвалидам»*

# **«Любовь - самая прекрасная жизнь!»**

*Доклады, рабочие материалы, размышления на тему  
«Сексуальность людей с умственными ограничениями»*

Минск  
Издатель А.Н. Вараксин  
2008

### **Авторы:**

- Доктор Дитер Фишер, академический директор университета Вюрцбург, кафедра «Специальная педагогика».
- Инес Бадер, дипломированный психолог, диакония Штеттен, руководитель отдела.
- Доктор, профессор Михаэль Зайдель, психиатр и невропатолог, главный врач в Учреждении им. Бодельшвинга Бетель, Билефельд.
- Алла Гулякевич, психотерапевт

В брошюру «Любовь - самая прекрасная жизнь» вошли доклады и рабочие материалы, представленные немецкими специалистами в сентябре 2002 г. на семинаре, организованном общественным объединением «Белорусская ассоциация помощи детям-инвалидам и молодым инвалидам» и Учреждением им. Бодельшвинга Бетель (Германия).

Издание брошюры стало возможным благодаря финансовой поддержке Фонда им. Роберта Боша (Штуттгарт).

ISBN 978-985-6822-85-1

# Содержание

<b>Предисловие</b> .....	4
<b>Предисловие ко второму изданию</b> .....	5
<i>Доктор Дитер Фишер. Размышления лечебного педагога на тему «Сексуальное воспитание людей с умственными и физическими ограничениями»</i> .....	7
<i>Профессор Михаэль Зайдель. Сексуальность людей с умственными ограничениями с точки зрения врача.</i> .....	35
<i>Инес Бадер. Обзор психосексуального развития</i> .....	49
<i>Доктор Дитер Фишер. Партнерство. Любовь. Сексуальность. Тексты для тренингов.</i> .....	61
<i>Алла Гулякевич. Половое воспитание</i> .....	75

# Предисловие

**Ч**еловек с умственным ограничением должен мириться со многими обидами, потому что окружающие либо вообще его не понимают, либо понимают в недостаточной степени. Даже специалисты, работающие с людьми с ограничениями, не могут утверждать, что они точно знают, *кто он*, конкретный человек с умственными ограничениями. Профессиональное всезнайство часто наносит людям с ограничениями дополнительные обиды и травмы.

Однако, пожалуй, самой большой несправедливостью можно считать попытки представителей сообщества «нормальных» ущемить права людей с ограничениями в их стремлении реализовать себя в сексуальном плане. Человека с умственными ограничениями сильнее всего обижает, если мы рассматриваем его как бесполое существо или как ребенка, который не способен осознать, что он является мужчиной или женщиной.

Человек существует только как мужчина или как женщина. Половая принадлежность определяет наше человеческое бытие. Естественно, развитие подрастающих женщин и мужчин поднимает целый ряд вопросов для нас, родителей и сотрудников организации, оказывающей помощь людям с ограничениями. На белорусско-немецком семинаре, который проходил в сентябре 2002г., мы хотели обсудить вопросы такого плана, а не уходить от них, поскольку стремились отдать должное мужчинам и женщинам с ограничениями.

Половая принадлежность человека реализуется в отношениях. Коммуникация между такими же, как он или отличными от него позволяет человеку наладить свою жизнь. Общество достаточно часто мешает людям с ограничениями реализовывать характерный именно для них вид коммуникации и развития отношений. Общество ставит всякого рода препятствия на пути человека с умственными ограничениями. Поэтому было очень важно, чтобы на семинаре понятие «сексуальность» рассматривалось очень обширно и принимался во внимание весь огромный пласт чувственности и телесности. Таким образом, сексуальность наполняется смыслом, а наши рамки понимания жизни расширяются.

Авторы хотели, чтобы предложенные материалы были ясными и понятными и чтобы их можно было без особых проблем использовать при групповой работе с родителями или на семинарах для сотрудников. Данные доклады и статьи должны стать стимулом для дальнейшей работы. Однако ответы на интересующие вопросы каждый должен искать для себя сам. Это может обогатить как нашу собственную жизнь, так и сделать наше общение с людьми с ограничениями более плодотворным и приносящим взаимное удовлетворение.

5 февраля 2003 г.  
**Пастор Герберт Вольхюттер,**  
*Билефельд, Германия*

# Предисловие ко второму изданию

**В** данной брошюре изложены взгляды на сексуальность людей с особенностями психофизического развития. Люди с умственными ограничениями отнюдь не являются асексуальными, они стремятся быть любимыми и любят, испытывают половые потребности и романтические чувства. Сексуальные переживания, которые испытывает любой человек, играют значимую роль не только в его развитии, но и в укреплении его связи с другими людьми. Именно эта связь приносит понятие смысла жизни. Справедливо ли представителям сообщества «нормальных» относиться к людям с умственными ограничениями, как к наивным детям, неспособным осознать себя мужчиной или женщиной, или как к бесполом существам?

Цель этого издания - привлечь внимание специалистов, работающих с людьми с ограничениями и пересмотреть свои взгляды на сексуальность, половую принадлежность, полоролевое поведение.

Половая принадлежность и полоролевое поведение человека реализуются в коммуникациях между подобными себе. Общение позволяет человеку наладить свою жизнь. Менталитет людей, даже не только тех, кто живет рядом, но и непосредственно работающих с людьми с умственными ограничениями ставит всякого рода препятствия на пути познания ими себя, своей чувственности и телесности.

В издании приводятся размышления и немецких специалистов (педагога, врача, психолога), работающих с точки зрения мультидисциплинарного подхода в этой области. Даны рекомендации для педагогического подхода к сексуальности, а также задания для работы в малых группах.

Материалы, приведенные в данной брошюре, могут использоваться специалистами при работе не только с детьми, подростками и молодыми людьми, имеющими особенности психофизического развития, но также и с их родителями. Они позволяют расширить знания специалистов в области полового воспитания и применить свои знания на практике. Ведь половое воспитание - это реальная возможность научить людей с умственными ограничениями справляться со своими сексуальными чувствами и выражать свои сексуальные желания. Еще Кэмптон сказал: «Умственно отсталые люди нуждаются в половом воспитании больше, чем кто-либо другой, потому что они не могут узнать о сексуальных аспектах жизни от друзей, из книг или наблюдая за поведением других людей, и им гораздо труднее, чем здоровым, отделить реальность от вымысла» (Kempton, 1978).

**А.Ф. Гулякевич,**  
психотерапевт



*Доктор Дитер Фишер,  
академический директор университета,  
кафедра «Специальная педагогика»*

**Размышления лечебного педагога  
на тему «Сексуальное воспитание  
людей с умственными и физическими  
ограничениями»**

*Тот, кого я люблю,  
сказал мне, что я ему нужен.  
Поэтому я берегу себя,  
смотрю под ноги  
и боюсь любой капли,  
которая может меня убить.*

*Бертольд Брехт*

**В** семьях, где есть дети или подростки с ограничениями, родители сталкиваются с целым рядом проблем во взаимоотношениях с ними, в основе которых лежат ограничения ребенка. Естественно, по мере взросления ребенка изменяется и круг проблем, которые так или иначе необходимо решать с учетом его возрастных особенностей. Родителям необходимо постоянно обсуждать со своим ребенком волнующие его вопросы: что его беспокоит в отношениях с другими людьми; что кажется интересным, красивым, волнующим; что раздражает, разочаровывает, приводит в уныние. В данном случае речь идет о человеке, имеющем физические или умственные ограничения, которому помимо преодоления обычных проблем подросткового периода приходится справляться и с определенными трудностями, вызываемыми его заболеванием, что само по себе является достаточно конфликтной ситуацией. Поэтому родители должны постараться сделать все возможное, чтобы помочь своему ребенку преодолеть растущую неуверенность в себе и убедить в том, что в такой обширной и проблематичной области как сексуальность ему удастся найти свое счастье. С другой стороны, родители должны быть достаточно откровенны и честно рассказать о новых трудностях, с которыми ему предстоит столкнуться.

Между тем, не стоит списывать все проблемы только на ограничения, хотя в определенном смысле это вполне естественно. Испытывая боль, мы на собственном опыте имеем возможность убедиться, насколько сильно физический или психологический дискомфорт может влиять на наши чувства, мысли, поведение. Боль постепенно заполняет наше сознание подобно мраку, поглощающему все вокруг. Родители, столкнувшись с чем-то, на что очень сложно повлиять: болезнью ребенка, случайно обнаруженными гомосексуальными наклонностями сына или наркоманией дочери, - могут растеряться, поддаться панике и рассматривать эти проблемы как основные, определяющие их жизнь и жизнь их ребенка. Реагируя подобным образом, родители поступают несправедливо не только по отношению к себе, но и к близкому человеку, нуждающемуся в их поддержке и понимании, и способствуют возникновению невралгических и критических моментов.



Я считаю, что к сексуальности нужно относиться всего лишь как к одному из аспектов жизни и, соответственно, успехи или неудачи в этой области не рассматривать в качестве основного критерия оценки, счастлив данный человек или нет. Естественно, умственные и физические ограничения, и особенно нарушения опорно-двигательного аппарата, оказывают неблагоприятное влияние на формирование и полноту сексуальных переживаний. Но если бы дело было только в этом, то люди без ограничений были бы всегда счастливы, полностью удовлетворены своей сексуальной жизнью. Тем не менее, это далеко не так.

Недавно я прочитал:

**ЛЮБАЯ правда приемлема, если она не ведет к утрате человеческих отношений.**

Я бы сформулировал это несколько иначе:

**ЛЮБАЯ правда приемлема при условии наличия человеческих отношений, которые дают опору и поддержку пораженной или отмеченной проблемами жизни.**

Причем в данном случае следует иметь в виду, что под «отношениями» подразумеваются «Я-Это-Отношения», а не «Я-Ты-Отношения» (М. Бубер), т.е. соотнесенность с вещами и предметами в этом мире.

Для выполнения данного условия необходимо прежде чем рассматривать сексуальность и сложности, возникающие у нас с ней, дать общую характеристику нашей лечебно-педагогической работы с людьми с ограничениями независимо от того, где она осуществляется: в семье, школе, мастерской или в реабилитационной клинике.

## РАМКИ НАШЕЙ ЛЕЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

Рамки нашей лечебно-педагогической работы можно символически представить в виде креста с двумя осями. Полюса данных осей находятся в напряженности по отношению друг к другу, которую нельзя устранить безболезненно, не помешав гармоничному и, в конечном итоге, продуктивному процессу развития ребенка или человека.

- на первой оси друг против друга находятся собственное **Имя** и **Заболевание**;
- на второй оси - **Помощь** (воспитание, уход, терапия, образование) и так называемая **Резилентность**.



Теперь попытаемся вкратце объяснить *значимость* отдельных полюсов:

**(1) Имя:** *каждое имя - программа (жизни)!*

Именем мы выделяем ребенка из множества других детей. Каждая история жизни начинается с собственного имени, и каждая история жизни заканчивается соответствующим именем. Как только ребенку дают имя, устанавливается связь между ним и семьей, и наоборот. Но одновременно происходит и обособление: *ты относишься к нам, но ты также абсолютно собственное лицо.*

Собственным именем мы ручаемся за наше поведение и самостоятельно несем ответственность за наши действия. Наше имя охватывает всю нашу программу жизни и делает нас уникальными.

**(2) Заболевание или Ограничение:** *любое ограничение (заболевание) представляет собой определенную жизненную ситуацию (обстоятельство)!*

Любопытно, что любое *ограничение* или заболевание также имеет *имя* - даже если это всего лишь термин. Таким образом, каждое ограничение и каждое заболевание своим наименованием создает конкуренцию собственному имени человека. Часто какие-то признаки предмета или личности переносят на весь предмет или личность, когда, например, говорят об алкоголике, о женщине с шизофренией или о ребенке с синдромом Дауна и при этом забывают, что речь идет о господине А., госпоже В., об Анне или Йозефе.

Чем большее значение родители, данный человек или специалисты придают соответствующему ограничению или заболеванию, тем больше опасность утраты имени собственного при явном доминировании названия заболевания, что является непростительным ущемлением прав личности.

**(3) Помощь:** *помощь (стимулирование) мы рассматриваем как общее понятие для комплекса мероприятий, направленных на формирование у человека живого интереса к себе, к своей жизни, к окружающему миру.*

*Помощь* предоставляется каждому, независимо от его способностей или ограничений. При этом разработка программ помощи людям с ограничениями должна проводиться с учетом потребностей и проблем каждого конкретного человека. Отсутствие явных признаков улучшения его физического или психического состояния, несмотря на существенные материальные и/или людские затраты, ни в коем случае не должно быть основанием для прекращения работы с ним.

Комплекс мероприятий, направленных на оказание помощи людям с ограничениями, включает: уход, обучение, воспитание и терапию.

**(4) Резилентность:** явление резилентности все чаще попадает в поле зрения тех, кто работает с больными людьми, с людьми с ограничениями или с людьми со сложными психологическими или физическими проблемами. Специалисты часто сталкиваются с поразительной силой воли отдельных детей, подростков, взрослых и пожилых людей, которым несмотря на определенные трудности не только удается жить полноценной жизнью, но и иногда полностью победить свой недуг. Подобные случаи часто побуждают родных и близких людей с ограничениями, равно как и врачей, эрготерапевтов и других заинтересованных лиц прилагать огромные усилия, чтобы заставить человека поверить в себя, в свои силы. Между тем, хотя это очень важно, не стоит быть слишком настойчивым. Вышеописанная резилентность говорит в пользу того, что мы, приходящие извне, должны помогать людям, нуждающимся в помощи, уходе и т.п., но не диктовать им свои условия, не делать все за них и не пытаться организовать их жизнь по нашему усмотрению. Каждый имеет право на самоопределение, самовыражение, поиск собственного стиля жизни.

В научной литературе РЕЗИЛЕНТНОСТЬ описывается не как «защитное воздействие с буферным, отражающим эффектом», который эффективен в определенный момент времени или в определенный период времени. Скорее она выражается в том, как люди справляются с переменами в их жизни, и что они делают в тех или иных обстоятельствах, откуда черпают силы для дальнейшей жизни. На резилентность в значительной степени влияют прежний опыт человека: его детские или юношеские переживания, условия жизни в период зрелости. Резилентность - не только чистый результат актуального или обусловленного ситуацией волевого усилия. Опыт познания смысла жизни и зарождение идей для формирования собственной жизни также способствуют развитию и проявлению данного качества.

Таким образом, мы имеем дело с возможностями и навыками, которые не можем привить, сформировать и натренировать, но можем помешать их возникновению и развитию, если будем чрезмерно опекать ребенка с ограничениями, решать за него все проблемы или каким-либо иным образом пытаться оградить его от тягот жизни. Не стоит также относиться к людям с ограничениями как к «вечным детям» на протяжении всей их жизни и тем самым не давать свободы для становления и развития личности.

Чтобы стимулировать возникновение и развитие у ребенка с ограничениями сил резилентности, важен *спокойный* и *трезвый* подход: дела поправятся и все будет хорошо, если мы будем больше доверять друг другу.

Родителей и воспитателей всегда волновал вопрос, что формирует у детей и подростков целеустремленность, способность преодолевать трудности, стресс, и что надо делать для возникновения и развития этих качеств. Чтобы добиться значительных успехов в этой области, необходимо:

- научить ребенка радоваться жизни и видеть положительные моменты даже в проблемах и неудачах;

- постоянно давать ребенку понять, что его любят и уважают его потребности и чувства;
- ставить перед ним трудные, но выполнимые задачи;
- развивать навыки, необходимые в повседневной жизни;
- помочь ребенку примириться со своим телом, научить его любить его и ухаживать за ним;
- научить ребенка не оценивать себя в зависимости от того, как его воспринимают окружающие, и не стремиться во что бы то ни стало оправдать их ожидания;
- помочь ребенку построить надежную систему социальных отношений;
- давать ребенку чувствовать себя нужным;
- научить ребенка радоваться новому.

Если напряжение между *обими* полюсами сдвигается на продолжительное время или нарушен баланс *четырёх* полюсов - при определенных обстоятельствах это вполне реально, то жизнь данного человека и вместе с ней жизнь его родственников и друзей зачастую принимают ложное направление, что иногда имеет серьезные негативные последствия.

Если попытаться схематически изобразить вышесказанное, то у нас получится **Дом**, фундаментом которого будет представленный выше крест из векторов. Это значит, что в семье, в школе или в центре дневного пребывания все четыре полюса должны занимать свое место в соответствии с их полярностью (**Имя/Заболевание** (с именем!); **Помощь/Резилентность**) и находиться между собой в определенном равновесии.

Таким образом, выстраивается связь между четырьмя основными задачами:

<b>Имя</b> соответствует	основной задаче Называния
<b>Заболевание</b> соответствует	основной задаче Распознавания
<b>Помощь</b> соответствует	основной задаче Изменения
<b>Резилентность</b> соответствует	основной задаче Подкрепления

Следует отметить, что в рассмотренном выше символическом доме лечебно-педагогической работы реализуется также половое воспитание.

## РОЛЬ ПОЛОВОЙ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

Наша сексуальность - это следствие нашей половой принадлежности.

Сексуальность не является чем-то самостоятельным и объектно-ориентированным. Она присуща любому человеку. *Пол, половая принадлежность, половое поведение* как альтерна-

тивные понятия, возможно, более точно выражают то, что мы имеем в виду, когда говорим о сексуальности.

Наша половая принадлежность и, как следствие, сексуальность являются в определенном смысле неотъемлемой частью каждого из нас, определяют наше половое поведение, волнуют, возбуждают, подстегивают нас. Если обстоятельства складываются удачно, сексуальность может стать для нас великим счастьем, дающим силы для интересной плодотворной жизни. И вместе с тем, если сексуальность по каким-то причинам выходит из-под контроля разума, начинает занимать доминирующее положение, превращается в манию, она может стать причиной больших проблем, отравляющих жизнь не только данного человека, но и всех окружающих.

В связи с этим *лечебно-педагогическая* работа с людьми, имеющими умственные, физические ограничения или те и другие в комплексе, должна ориентироваться на выполнение *двух полярно противоположных друг другу задач*:

- (a) с одной стороны, мы должны отстаивать *право* на сексуальность для каждого человека - независимо от степени тяжести его заболевания - и при наличии у него возможности для реализации себя в этом плане всячески поддерживать его стремление жить полной жизнью;
- (b) с другой стороны, если человек не может реализовать свою сексуальность вследствие каких-то внешних обстоятельств или своего недуга и сознательно выбирает альтернативный образ жизни, т.е. отказывается от реализации своей сексуальности, то к такому выбору нужно относиться с уважением. Людей, которые пошли на это, нужно всячески поддерживать, стимулировать развитие чувства личной ответственности за свой выбор, свои решения и любые формы проявления своей сексуальности с учетом специфики заболевания.

Иными словами, родители и воспитатели ни в коем случае не должны мешать подростку или молодому человеку/девушке самостоятельно определиться, что делать со своей сексуальностью. И вместе с тем в случае осознанного самоотречения и отказа от половых/брачных отношений постараться ему помочь найти альтернативные возможности занять себя, жить полной жизнью и не чувствовать себя в чем-то ущемленным. Это очень непростая задача как для родителей и воспитателей, так и для самого человека, имеющего *физические* или *умственные* ограничения, не говоря уже о тех, кто страдает от *эпилепсии* или имеет какие-либо *расстройства психики*.

Таким образом, если обычно при обсуждении проблем полового воспитания нас волнует только вопрос, что «разрешено» и что «неприемлемо», то при половом воспитании людей с ограничениями очень важно учитывать специфику их недуга.

Данный взгляд на эту проблему устанавливает другой акцент в половом воспитании. К нему не подходят с общепринятых позиций, когда постоянно задаются вопросом, что «разрешено» или «не разрешено», и сексуальность в этом случае либо принижается, либо превозносится как качество, которое, хотя таковым и не является, но считается нашей самой ценной жизненной и созидательной силой. Освободить эти *энергии*, стимулировать их и научить с ними обращаться с удивлением и счастливо, а также ответственно и созидательно - одна из главных задач достойного человека и служащего человеку полового воспитания.

## ОБ ОТДЕЛЬНЫХ АСПЕКТАХ ТАКОГО ОБШИРНОГО ПОЛЯ ЗАДАЧ

Половое созревание является неотъемлемой частью жизни каждого человека. В процессе его человек осознает значение своей половой принадлежности, раскрывается как мужчина или женщина. Половое созревание создает базу для дальнейшего развития и наполняет нашу жизнь смыслом. Однако даже при так называемых благоприятных общественных, культурных, индивидуальных и социальных условиях человек сталкивается с определенными проблемами при реализации себя в сексуальном плане.

В основе этих проблем лежат фундаментальные *противоречия*, на которых зиждется жизнь человека: противоречие между чувствами и разумом, между рациональным и иррациональным, мужским и женским началами, между рассудком и потребностями (влечениями), между идеальными намерениями и реальными конкретными событиями (экстаз, состояние влюбленности, обольщение). В данном случае речь идет о передаче знаний и создании «мостов», где это возможно и необходимо.

С сексуальностью в жизни человека что-то возникает и потом с возрастом пропадает. В ней люди находят формы и выражение своей увлеченности, любви и самореализации, власть интеллекта над которыми так же мала, как и способность управлять всей нашей жизнью. «Наше тело берет власть над нами, и иногда нам приходится прилагать невероятные усилия, чтобы остановиться» (М. Шмайхель).

Наши намерения не всегда совпадают с тем, что происходит в действительности. И в данном случае очень трудно определить, что это - определенная закономерность, простое стечение обстоятельств или результат наших индивидуальных особенностей. Так или иначе, мы не всегда можем сознательно распорядиться собой, и именно это свойство является характерной чертой проявления нашей сексуальности.

Нередко акт *сексуального общения* приобретает для нас какое-то *особенное* значение, воспоминания о нем оседают в нашей памяти и становятся, таким образом, *составляющей нашей истории жизни*. Тем самым человек влияет на свои потребности, а также на свои намерения, на свои ценности и на свое ощущение наполненности и смысла. Следовательно, можно

сделать вывод, что *сексуальность* человека - это то, как он ее сам воспринимает: как акт насилия или удовольствия, акт зачатия или проявление чувственности, акт общения или именно «просто» способ самоудовлетворения.

В данном контексте *история жизни* человека может рассматриваться как совокупность *встреч*. Таким образом, наша *сексуальность* приобретает новый акцент: в широком смысле ее суть выходит за рамки момента удовольствия и стремления к продолжению рода.

В этой связи хотелось бы процитировать профессора М. Шмайхеля:

*«При половых контактах человек неосознанно познает свое историческое существование. И именно невозможность этого является причиной отчаяния и страха тех, кому это по каким-либо причинам недоступно или запрещено. Иными словами, это значит, что они в определенной степени приговорены к отсутствию истории (истории жизни) и, учитывая также тот факт, что половая жизнь помогает человеку более полно осознать значение своей половой принадлежности, они вместе с тем обречены на безликость (проблема самоопределения). В этом случае человек не может в полной мере пройти полную цепочку жизни от рождения (прихода), становления (развития и реализации себя) и ухода (смерти)».*

То есть *сексуальность* человека в то время, когда она бодрствует, жива и актуальна, определенным образом обуславливает его возможность *существования*, присутствия в данном месте в «историческом» плане и в плане самоопределения.

Данная мысль выражает, насколько далеко каждый из нас продвинулся от кажущегося недостойным *сексуального* желания, от вопроса морали, что разрешено или не разрешено, а также насколько далеко мы ушли от вопроса: запрещать или способствовать определенным действиям, когда речь идет о *сексуальности* у людей с умственными и/или многочисленными ограничениями.

*Сексуальность* не то, чем обладают, а мы говорим - мы являемся половыми существами. И как *таковые* мы осязаем и познаем ту глубину нашего *существования*, которую вряд ли можно ощутить другими способами, кроме как с помощью реализованной и пережитой *сексуальности*. Тем самым мы участвуем в никогда нескончаемом *творении*, обогащаем и углубляем нашу *историю жизни* и благодаря ей получаем в дар, при условии, что мы допускаем или нам предоставляют *сексуальность* в нашей жизни, формирующую, созидательную и жизненную силу. Следовательно, еще раз подтверждается то, что: нельзя просто говорить с холодом и внутренним бесчувствием об *определенной* *сексуальности*, поскольку речь всегда идет о *нашей* *сексуальности*.

*Женское* или *мужское* начало, как и *история жизни*, никогда или редко являются только непосредственным результатом прожитой или созданной *сексуальности* или, при ее утрате, никогда или только в редких случаях зависят от непознанной, но тем не менее принятой

сексуальности. Такой положительный или отрицательный опыт: в самом счастливом случае - это исполнение желаний; в самом худшем - совращения и травмы, оставляет глубокий след в нашей памяти. Однако только этого опыта недостаточно для полового самоопределения.

К половому самоопределению относятся и *роли*, которые ждут нас в колыбели как подарок, а иногда и как бремя, и которые мы осваиваем также различными способами - в большинстве случаев посредством учебных процессов как осознанно, так и неосознанно. Особенно, если мы - отец или мать, супруг или супруга, возлюбленный или возлюбленная, то можем реализовывать свои роли согласно нашему стилю и нашим представлениям и тем самым в большей степени управлять своей судьбой.

Но также и в этом случае всегда независимо от того, что нас еще беспокоит: *Все, что мы, люди, имеем, и все, чем мы живем и являемся, нуждается в личном созидании, а также в надиндивидуальном культивировании.* Особенно это касается нашей сексуальности.

Воспитание и образование играют при этом большую роль наряду со всеми дополнительными более или менее ситуативно познанными явлениями и событиями, с которыми мы сталкиваемся и которые вносят свой вклад в формирование упомянутых ролей.

## ПОЛОВАЯ РЕАЛИЗАЦИЯ В РАМКАХ ОГРАНИЧЕННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Большое значение сексуальности во всех наших жизненных проявлениях еще больше затрудняет попытки объяснить и рассмотреть ее, а также задать вопросы по данной теме достаточно беспристрастно и в то же время основательно, принимая во внимание человека с умственными и/или физическими *ограничениями*.

С одной стороны, значимость сексуальности усиливает боль, если сексуальное поведение проявляется не так, как мы это ожидаем, переносим или выдерживаем; с другой стороны, мы, может быть, чувствуем еще большее давление того, что в качестве вклада в самостоятельную реализацию и формирование человека нужно сделать все возможное для активизации, сопровождения и развития сексуальных действий и сексуального переживания.

Если к этому мы добавим размышления о том, что мы, как *половые существа*, прежде всего, изначально через наше тело и наши чувства, а также с помощью социальной среды, осознаем, что мы мужчина или женщина и тем самым, в конце концов, укрепляемся в нашем Я, то все вышеприведенные сомнения и усилия встанут более остро.

Нужно всегда помнить о том, чтобы осознание себя как *мужчины* или *женщины*, а не находящееся посередине существо среднего рода (Оно), не затерялось ни в наших речевых об-



ращениях, ни в наших действиях и предпочтениях (например, в одежде), которые стирают различия между мужским и женским

Прежде всего, надо положить конец общепринятой традиции, рассматривать людей с ограничениями в течение всей их жизни в качестве «детей» и обращаться с ними как с детьми. Они являются или станут *мужчинами* и *женщинами*, такими как мы - счастливыми, или несчастными, застенчивыми и смелыми, открытыми и сдержанными, увлекающими, а иногда и отталкивающими.

Еще большее значение имеет *чувственное* возбуждение человека и предоставление ему через «чувственную сферу» приятных переживаний. Даже в том случае, когда эти переживания надоедают, они все равно снижают иногда почти *механически* привлекательную тягу к сексуальному действию или, по крайней мере, преобразуют ее.

Вопросы: что нужно нам самим, и что необходимо для людей с ограничениями, являются *экзистенциально значимыми историями*. Они важны для того, чтобы жизнь таких людей была наполненной, а не пустой, и чтобы мы в конце жизни не затаили траурную песню о том, что мы или они пропустили в жизни что-то важное, а, может быть, и самое важное.

Само *Ограничение* почти всегда для всех, кто с этим сталкивается как непосредственно, так и косвенно, - *стеснение* как в ведении жизни, так и в ее организации. Определенную схожесть по воздействию мы нередко находим и в *одаренности*. Только одаренные люди еще чаще играют своими возможностями и невозможностями, чем это делает человек с ограничениями. (И тем не менее нам следует отважиться на сравнение такого рода: ограничение иногда бывает как одаренность, а иногда оно действительно является одаренностью.)

Приступы эпилепсии, аутизм, депрессия или мания, а также паралич или умственное ограничение являются такими стеснениями. Только очень редко можно вырваться из рамок этих ограничений, однако не при помощи медицины (лекарств!).

Но ограничение или недуг - это всегда также и *восприятие* мира, а не только постоянно блокирующие обусловленные переменные организации жизни, которые вплетены в соответствующего человека и связаны с ним.

*Причины* такого стеснения могут быть разными. Это - необычно функционирующее *тело*, многочисленные нарушения в *восприятии*, отсутствие возможности к обобщению и *продумыванию*, к планированию и предугадыванию какого-то положения вещей или ситуации, а также *невозможность оценки* последствий собственного поведения или поступков. Также определенную роль играют *состояния фрустрации*, которые порождают *негативную* самооценку или вообще приводят человека в состояние безропотного смирения; и не в последнюю очередь виноваты в этом *предраассудки* и *стереотипы*, с которыми ежедневно сталкиваются люди с ограничениями, и которые уничтожают любой позитивный импульс в жизни

человека. Нельзя забывать и о внешних условиях существования: например, недостаточно просторное или слишком тесное жилье, насилие в семье или в учреждении со стороны санитаров и воспитателей. Все это является *опытом*, который может навредить человеку в его восприятии сексуальности и бросить темную, зачастую хорошо запоминающуюся тень на эту сферу жизни, которая как блокатор распространиться и на другие области жизни.

## ОГРАНИЧЕНИЕ И СЕКСУАЛЬНОСТЬ

Из вышесказанного вытекает логическое следствие, что мы не можем в общем говорить об ОПРЕДЕЛЕННОМ ограничении.

С одной стороны, мы должны различать умственное, физическое и психическое ограничение, хотя между ними и существуют некоторые схожие моменты и смешивание. Однако с другой стороны, люди с ограничениями, как и многие люди без ограничений, *индивидуальны* как личности и настолько же *разные* в своем ограничении или одаренности, как и все мы.

### Об умственном ограничении

Здесь также нужно отметить, что не существует ОПРЕДЕЛЕННОГО *умственного* ограничения. Как правило, мы исходим из общего нарушения *когнитивной* способности, то есть, у человека с умственными ограничениями отсутствует в привычном для нас виде или присутствует только фрагментарно мышление во всех его функциях и видах, а именно предположение, обдумывание и резюмирование. Но в большинстве случаев только мы, обычные люди, воспринимаем это как изъян или недостаток; на практике люди с ограничениями далеко не всегда осознают свой недуг.

Здесь также нужно различать людей, чье так называемое умственное ограничение является результатом или следствием *повреждения мозга*. В этом случае мы имеем дело в большинстве своем с чрезвычайно *несбалансированным профилем способностей*, что нередко и для самого такого человека может стать кошмаром или, по меньшей мере, содержимым собственного восприятия.

Но вернемся к человеку с умственными с ограничениями, которые у него имеются с рождения. Тогда в позитивном плане происходит следующее: такие люди воспринимают мир *телесно-чувственно*, и в нем или по отношению к нему ведут себя в соответствии с таким восприятием. В лучшем случае это коробит непричастных к этому людей, которые рассчитывают на другое, когнитивно согласованное или скорее рационально контролируемое поведение.

Самый большой «недостаток», если подходить с нашими обычными мерками, заключается, пожалуй, в том, что присутствует большая *конкретность*, которая только при определенных условиях выходит за рамки определенных картинок.

Например, у ребенка образ дерева может вызывать совершенно другие ассоциации, а именно: дерево - это папа. Тем самым ребенок может только при определенных условиях обмениваться информацией или общаться, так как у его потенциальных собеседников другое представление о дереве, либо они имеют односторонний и очень субъективный образ дерева. Кроме этого, он, вероятно, и не хочет ничего знать о других людях и их деревьях, потому что его знакомство с «папой и деревом» для него является наполненным, осмысленным и тем самым достаточным.

Погружение в такую *чувственность* и *телесность* является великой силой многих людей с умственными ограничениями; она преобразует все вокруг и школу, и службу в церкви, и жизнь в общежитии. Нередко такие люди изменяют отношение к близости, дистанции и теплоте за семейным столом. Для них телесно-чувственные переживания, часто направленные на себя, являются *экзистенциально наполняющим* событием, что также в определенных обстоятельствах приводит к тому (вернемся на мгновение к сексуальности), что будет достаточно для самоудовлетворения. И потому, что это прекрасно, возникает желание повторения: хочется обнять каждого, сидеть у многих на коленях или постоянно стереотипно спрашивать посторонних: Ты мой друг? Сам вопрос при этом, может или хочет ли человек, которого спрашивают, быть другом в полном смысле этого слова, занимает только очень немногих людей с ограничениями дольше того счастливого и захватывающего момента встречи.

С таким мировосприятием, переживанием и устройством жизни многие люди с умственными ограничениями достигают завидного свойства, которое характеризуется глубиной и полнотой. Но вместе с тем от них ускользают важные импульсы, отвечающие за мысленное проникновение, приобретение вместе с языком понятийности и за понимание системных, главных и так называемых объективных взаимосвязей и закономерностей.

Тем не менее, мы можем многому научиться у этих людей, что пойдет на пользу только нам. Поэтому мы должны отражать это понятным для них способом и демонстрировать им, насколько они важны для нас как современники «с головой»; тогда они чувствуют скрытую в себе силу, с которой в состоянии жить своей жизнью и одновременно одаривать нас таким образом жизни.

То, что *чувственность* быстро «проходит», т.е. затихает и кроме окраски, а иногда и кроме картин мало что остается, обуславливает нередко обременяющая *развлекательность*. Она создает, с одной стороны, *беспокойство*, с другой - *скуку*. Именно эта, так быстро возникающая скука, как выражение неосуществленной более длительной связи, иногда имеет следствием обращение к телу со всеми его частями и данностями (кожа, волосы, эрогенные зоны,

половые органы), и всему тому, что можно «делать» с ними (например, кусать, царапать, тянуть, щипать, бить и т.д.). В результате скука становится причиной автоэротики и зачастую такое поведение нередко порождает конфликты и почти всегда вызывает вопрос о том, что можно делать, что нужно разрешать, а что запрещать.

В большинстве случаев люди с ограничениями не понимают раздражения со стороны других людей по отношению к их действиям или к ним самим, хотя, естественно, они его чувствуют и из-за этого часто огорчаются.

Но в них также живет сила *пола*, хотя понять психологическое поведение, натренировать так называемые «хорошие манеры», приобрести соответствующие знания и передать общепринятые ценности, а также трансформируемые общественные установки является сложной задачей.

Как конкретно, практически и с ориентацией на каждый день можно и нужно работать с детьми, подростками и взрослыми с умственными ограничениями отображает следующий пример.

Каждую пятницу последний урок в школе для людей с умственными ограничениями был посвящен теме «как происходит общение людей друг с другом»:

**Как я приобретаю друга?**

**Как сделать себя красивым(ой), чтобы понравиться другому?**

**Как обращаться с телефоном, чтобы я мог(ла) позвонить ему или ей?**

**Что идет на пользу, что доставляет мне боль или что доставляет радость или боль другому?**

**Как это происходит или как это делают, чтобы быть нежным к себе или к другим?**

**Что мне делать, если я не нравлюсь другой(му), может даже он (она) говорит мне «злые слова»?**

**Что делать, чтобы показать другой(му), что он(она) мне нравится?**

**Как я замечаю, что я нравлюсь/не нравлюсь другой(му)? Как я чувствую, что я обидел(а) другого(ую)?**

**Кто я, мужчина или женщина? Как я могу это понять и как я могу определить пол у другой(го)? и т.д.**

Вывод: результаты оказались очень противоречивыми.

С одной стороны, были описаны *дефициты*, если здесь вообще допустимо обобщение, с другой - *ценности*, прежде всего способность воспринимать мир и собственную жизнь на *телесно-чувственном* уровне. Здесь также несложно описать противоположные результаты.

Также как и односторонняя направленность на чисто когнитивное, разумное и интеллектуальное теряет определенное качество жизни, так и в том случае, когда кто-то первично живет на *телесно-чувственном* уровне, и этот вид развития и организации жизни задает тон всему остальному.

Правда, нужно назвать еще одно различие: В противоположность преимущественно *когнитивно* определенной встречи с миром, которой автоматически присуще внутреннее дистанцирование, *телесно-чувственной* направленности не хватает этого от природы, что часто может даже доставлять боль.

Но именно эта *близость* может всех сопричастных людей запросто утомить или совсем изнурить, и именно эта близость является первым шагом по направлению к той проблемной (также) сексуальной соблазнятости.

Из этих двух аспектов, которые несложно раскрыть и глубже, возникает необходимость защиты, заботы и сопровождения многих людей с умственными ограничениями. Это нужно, прежде всего, для оберегания и заботы о такой ценности как их мировосприятие, а также и ради того, чтобы ни эта ценность, ни ее «носители» не были брошены и подвержены возможным разрушающим, т.е. также неуважительным силам, и уже в меньшей степени из-за возможного причинения ущерба таким людям. *Цель обучения* людей с умственным ограничением - «культивирование конкретности» (конгресс по образованию в городе Линц (1999)).

### **О физическом или двигательном ограничении**

К физическим ограничениям причисляются все те нарушения, которые прежде всего, влияют на внешний вид человеческого *тела*, например, последствия детского церебрального паралича, малый рост или ампутации, какие-либо нарушения в результате ожогов или прочие нарушения.

При *двигательном* ограничении изначально ограничена, затруднена или полностью отсутствует *двигательная способность* человека.

Людам с физическими ограничениями приходится бороться с *двумя* различными по своей сути проблемами:

С одной стороны, с заточением в собственном теле, которое не дает или чрезвычайно затрудняет осуществить или сформировать идею, желание или намерение, так что

это обходится, например, большими затратами сил, времени, более высоким процентом ошибок и неудач при одновременно более меньшей результативности, чем ожидали сами эти люди или другие.

Другая проблема заключается в постоянной конфронтации с мнением окружающих людей, которое почти всегда выражается во *взгляде* другого человека. Каждый раз, когда на человека с ограничениями обращают внимание из-за его *странного* тела, ему снова напоминают о его ограничении. Сам человек может справиться с отношением к своей внешности, своей слабости и благодаря вспомогательным средствам найти общий язык с телом, но перед такими взглядами, перед тем, что на тебя обращают внимание и тебя оценивают, человек с ограничениями бессилен, и каждый раз при этом он снова осознает, что он не такой, как остальные.

Под взглядом другого человека наше тело формируется для нас как бы заново; мы сами воспринимаем себя неадекватно. Люди с *физическими* ограничениями почти всегда получают негативно оценивающий и классифицирующий взгляд и редко созидательный, восторженный или даже любящий. Такие люди также редко встречаются с тем, что их кто-то сразу же считает «красивыми», что ими кто-то восхищается и, может, при этом страстно желает.

*Принятие* собственного существования происходит только тогда, когда не только принимают свое собственное тело, какое оно есть, но и когда человеку с ограничением удастся справиться с этими *взглядами* и с тем, что его *рассматривают*. Если у него это получается, то потом появляется, по крайней мере, основа для примирения с таким положением вещей. Здесь можно привести высказывание З. Фрейда, которое обращает наше внимание на то, что «Я в первую очередь является телесным Я».

Такая точка зрения, идущая от Ж.П. Сартра, считается экзистенциальной. Однако кроме него проблематикой тела человека занимался Мерло-Понти, также французский философ и литератор. На основе своего склонного к феноменологии понимания они рассматривают ту же проблематику немного более лояльно и, таким образом, приходят к несколько иной интерпретации.

Мерло-Понти за *отправную точку* берет тот факт, что мы, люди, *обладаем телом*. Правда, для него тело - это «объект», мы же *являемся* одновременно и «субъектом», поскольку обладаем еще и *плотью*. С собственным телом человек выходит из «невидимости в видимое» и предоставляет тем самым свое тело для оценки. Через него и с ним человек действует во всей своей ограниченности и обладает всеми своими возможностями. Через свои поступки человек *превращает* свое тело в свою плоть; и с этого момента *его Я* задает тон в форме поступков и переживаний. В *своей плоти* человек находит, если развитие протекает благоприятно, свое *жилище* в этом мире и, как следствие, больше не чувствует себя заточенным в свое тело как в *тюрьму*. Страдания для него прекращаются настолько, насколько ему удастся пройти путь примирения и принятия себя и своего тела.

Но у людей с физическими ограничениями отношение доверия к самим себе и к миру не формируется автоматически. В данном случае тело так просто не становится тем счастливым жилищем, которое доставляет удовольствие быть внутри этого мира и на этом свете. Такое тело часто мешает (ограничивает) человеку самостоятельно уютно обустроить окружающий мир и устанавливать с вещами и людьми мирное, увлекательное и, в конце концов, даже дружеское сосуществование. Тогда ведущей становится не деятельность самого человека с *физическими ограничениями*, а деятельность, направленная на него извне. Не добровольная и легкая встреча, а «подбирание» кем-то является основой организации жизни. Часто происходит замыкание в самом себе. Себя исключают из происходящего, прячут свои «антенны», отказываются от своего намерения и все чаще настраиваются на своего рода позицию *ожидания* по отношению к миру и к самой жизни.

В этом ракурсе содержанием жизни становятся не *жизненная* коммуникация с окружающим миром и его постоянными изменениями, не *живой* обмен, не *волнующее* любовное приключение, а усилия, старания и нередко бремя.

Но здесь также уместно вспомнить другое изречение З. Фрейда: «*Что человек не может получить с лета, он должен получить это усердием*».

Но это только одна сторона проблемы. С другой стороны, решающим является позиция других, что значит конкретно: Мы, родители, воспитатели и учителя должны активнее стремиться к проявлению *другого взгляда* - не осуждающего, не оценивающего, не недоброжелательного или ужасающего, а теплого, уважительного по отношению к отдельному человеку. То есть стараться обращать к людям с ограничениями любящий взгляд, а не только предъявлять требования, и зачастую еще с нетерпением.

*Способности любить учатся у людей, которые сами кого-то любят*, которые нежно обращаются или обращались с кем-то, и которые окружают нас теплом. От любящего человека мы учимся отвечать на любовь и дарить другим людям свою любовь совершенно по-новому.

У многих людей с физическими ограничениями есть *любящие* родители. Но их дальнейшая история жизни как совокупность приобретенного и накопленного опыта редко рассеивает их последние глубочайшие сомнения: являются ли они действительно людьми, *достойными любви*.

Снова и снова они сталкиваются с тем, что проявляемая ими любовь редко находит адекватный ответ, как и в случае, когда они сами не всегда могут правильно оценить близость и дистанцию, насущную потребность и терпеливое ожидание. У людей с умственными ограничениями чрезвычайно сильно проявляется потребность в симпатии по отношению к санитарам, воспитателям и учителям, иногда также по отношению к

чужим людям. Они не осознают, что долговременная любовь возможна всегда только в *интерактивном* плане и в коммуникативном плане развивается достаточно продолжительное время.

Любовь, таким образом, *одобрение* другого человека - без предварительно продуманных условий. «Хорошо, что ты есть!» - эти слова выражали бы то, о чем мы ведем речь. Но можно привести и другое: «Что я могу сделать, чтобы Ты мог быть самым собой в большей мере, чем без меня?» - или, говоря более рассудительно: «Любить означает способствовать *развитию* другого человека!» Однако не произнесенное или только подуманное изречение может пробудить любовь, и только претворенное в действие изречение вызовет любовь и реализует ее. Следовательно, недостаточно просто *учить любви*, нужно *жить* с людьми с умственными или физическими ограничениями *с любовью*, т.е. *принимать такую жизнь*, и именно в том вышеописанном «*любящем виде*».

Параллельно необходимо постоянно поддерживать мысль о том, что нельзя довольствоваться *ожиданием* или замыкаться в себе, а нужно постоянно проявлять *инициативу*, чтобы избавиться от того чувства, что тебя «подобрал» (Шмайхель) другой человек, чтобы надолго преодолеть это парализующее чувство и показать другим, что существует, несмотря на все ограничения, живой и любознательный, интересный и интересующийся, любящий и достойный любви человек.

## А ЕСЛИ ЖЕ ЛЮБВИ ВСЕ НЕТ?

Никто не знает единственно надежного пути в «сад любви» или к счастливой «только» в сексуальном плане полной жизни, хотя потребность в этом может присутствовать на протяжении всей жизни. Это касается и людей с умственными или физическими ограничениями. Следует отметить, что наличие какого-либо ограничения вовсе не значит, что у человека будут особенные трудности в межличностных отношениях или что его личная жизнь не сложится.

Удачные и прежде всего жизнеспособные союзы среди людей с ограничениями являются убедительным примером обратного, даже если для их поддержания необходимо доброжелательное отношение окружающих, а иногда и помощь специалистов.

И все-таки одного пусть даже сильного желания реализовать себя в сексуальном плане часто недостаточно. Необходимо найти «средства» и способы, которые приблизят людей с ограничениями к желаемой цели. И одновременно с этим нужны определенные способности для адаптации своих собственных целей к интересам других людей, для развития этих целей в рамках данных возможностей, для жизни с этими целями, а также для формирования вышеназванных целей по согласованию с другими людьми.



## Что делать?

Рассматривая пути решения приведенной выше проблемы, надо:

- (а) учиться всему тому, что *способствует любви*, ее возникновению и развитию;
- (б) не забывать о возможности *отречения* от кого-либо или чего-либо, и помогать человеку с ограничениями *выработать* спокойное отношение к тому, что, возможно, придется принять такое решение.

Известно, что любой прогресс, будь он *тесно* связан с сексуальностью или касается *обширного* поля чувственности, нежности, эротики и любви, *положительно* влияет на *общее* развитие личности. Именно поэтому стоит прилагать столько усилий, чтобы поддержать людей с ограничениями в их сексуальной жизни, в их потребности любить и быть любимыми, способствовать им в реализации этих потребностей и предоставлять необходимую помощь. В меньшей степени следует поощрять нарциссизм, насаждать обычные моральные представления либо заставлять педантично им следовать.

*Следует также остановиться на еще одном сложном вопросе, а именно: на вынужденном и поэтому недобровольном отречении.* По сравнению с аскетизмом, который выбирают добровольно, отречение является действием, к которому принуждают или обстоятельства, или окружающие.

В жизни человека всегда есть области, к которым чувствуешь почти *маниакальную* тягу. Слово «мания» выражает это в несколько более сублимированной форме. Итак, области, которые для того или иного человека на непродолжительное или на долгое время *не предусмотрены*.

Не все женщины могут рожать детей, не все мужчины могут иметь детей; не все дети будут такими, каких мы желаем, и не каждый муж - идеальный любовник.

Не у всех людей есть дом и постоянная работа; не с каждым симпатичным человеком я смогу подружиться и не всегда могу оставаться в одном месте так долго, как хотелось бы.

Это можно отнести к жизни *любого* среднестатистического человека. Всему есть пределы или границы: границы для страны, народа, семьи, но также и границы для конкретного человека. Внешние обстоятельства общественного или политического характера, общепринятые правила, чья-то воля ограничивают нас в удовлетворении своих потребностей, что вызывает у нас разочарование, иногда даже страдание и боль. Справиться с ними и следовать тем *экзистенциальным* моментам нашей жизни, но также «договориться» с ними - центральные, уникальные и самые значимые *жизненные задачи*, которые могут возлагаться на нас, как правило, в течение всей жизни.

Необходимость жить в границах немало людей считают неприемлемым требованием и личной обидой. Девизом их жизни стало самоопределение и автономия, они запутались в фатальном понятии свободы, закутались или замкнулись в нем вплоть до непринятия реальности. Однако в принципе нам нужно радоваться, что в нашей жизни, и в жизни вообще существуют *границы!*

Слишком большой сад мог бы оказаться нам не по силам; неограниченно растущая живая клетка повергла бы нас в смертельный ужас; неограниченный поток воды смывает деревья, улицы и дома, а нас приводит в ужас; безгранично продолжающаяся жизнь - это был бы ад. Никогда не настанет конец... Это - катастрофа.

С одной стороны, осуществляемая *лечебно-педагогическая* работа над реальными границами, а также над часто впоследствии возникающей пустотой, над невозместимой утратой или разрушенной мечтой, если она имеет успех, создает основу для того, что мы обозначаем *принятием* того или иного образа жизни. С другой - она является постоянным условием для того, что мы понимаем под *приобретением* личности.

Касаясь темы «сексуальность», можно сформулировать более прозаично: Для меня не предусмотрены в ожидаемом мной виде сексуальность или любовь, или партнерство, или собственные дети. Мое самое большое желание исполняется только с оговорками или вообще не исполняется и не становится также моим жизненным личным полем.

Но более важным является вытекающий из вышесказанного шаг - искать и найти конкретный ответ на вопрос: *Но чем же является тогда предписанное или предназначенное мне мое жизненное поле?*

Искомый ответ легче найти, а также и легче *жить* с помощью тех *свободных* жизненных сил, предоставленного мне *свободного* пространства и появляющегося *свободного* времени, которые достаются мне благодаря *одобренному отречению* в качестве компенсации или подарка.

В последнем высказывании речь ни в коем случае не идет о морализирующей педагогике отречения, но и не об отречении ради так называемых высоких целей. Еще З. Фрейд сказал, что любая культура возникает только на основе отречения.

Но настолько само собой разумеющимся, как это принимают, такое *превращение* «Нет» в желаемое «Да» не является. Многие люди, которые всю свою жизнь страдают от неизбываемого препятствия, служат доказательством этому, как и люди с беспрепятственным «Да» в своей жизни не становятся автоматически счастливыми.

Нужно очень долго и активно работать с таким «Нет», и даже однажды найденное «Да» очень редко продержится всю жизнь, если не будет постоянного закрепления, часто ежедневного и еженощного повторения по шагам.

Геолог Романо Гуардини писал: «Принять может только тот, кто вообще согласен существовать». В упрощенном виде это значит: Мы фактом человеческого существования подвержены или подчинены диктату жизни, ни автором, ни господином которой не являемся. Как *часть природы* мы вовлечены в ее законы, мы редко являемся их творцами, виновниками или вообще инициаторами.

Но также действует и то, что истребованным от нас или предоставленным нам «Нет» не блокируются или уничтожаются одновременно все остальные области жизни, даже если иногда это очень болезненно.

Часто рекомендуемый путь *компенсации* вместе с тем является, пожалуй, самым обманчивым, сомнительным и может быть, недостаточным. Способность бегать или играть в футбол нельзя компенсировать. То же относится и к желанию «компенсировать» отсутствие собственных детей. Боль остается болью, а страдание - страданием; но параллельно можно открыть другие области жизни и жизненные задачи, специализироваться в них и быть экспертом в них. В других областях можно создавать что-то новое, развивать идеи и даже зажечь свежий огонь в человеке, когда он увидел исполнение своих собственных «искренних желаний», как будто только ради этого и жил.

Но условием для этого является: не погружаться в собственную боль и не замыкаться навсегда в своей обиде, а заново открывать, развивать и раскрывать свои творческие силы.

Петер Радтке, актер с очень тяжелыми физическими ограничениями, недавно написал: «Живущий в счастье Франц Шуберт никогда не написал бы «Зимнюю сказку» - этот увлекательный цикл песен о быстротечности или недостижимости наполненной счастьем любви, а внутренне уравновешенный, психически здоровый Винсент ван Гог никогда не нарисовал бы такие чудесные «Подсолнухи».

Я полностью согласен с этими примерами, но они также являются исключительными: такие «превращения», как и «творения» предусматривают особенные способности, и их нельзя безусловно переносить на таких людей, как ты и я.

Однако, как мы знаем, способности можно поощрять и раскрывать, а не только пассивно принимать. Мы также должны помнить и о том, что результатов, описанных в этих примерах, достигают не всегда. Только те силы, которые вносят ясность относительно собственной смысловой роли в этом мире и облегчают нахождение соответствующих задач, имеют собственную и огромную ценность.

Таким образом, в связи с *отречением* перед нами возникает *троекратная* задача:

- почувствовать в себе «Нет», принять его и учиться постоянно заново принимать его;
- найти в этом подходящий для соответствующего человека *созидательный импульс*, а также черпать силы и

- найти или разработать себе область, вернее, *свою* область, которую человек способен развивать, раскрывать, формировать, которая доступна ему и, в конце концов, *предназначена* для него.

В принципе речь идет все о том же - не отступать или убегать в смирение. Скорее, наоборот: раскрываться, идти в мир, искать свое, т.е. соответствующее собственной личности место, утвердиться в этом и *стать тем/той, кем должно стать в этом мире*.

Приведенные ниже примеры иллюстрируют высказанную мысль во всей *амбивалентности*:

**Пример 1.** В этой связи я вспоминаю 10-летнего мальчика. Из-за того, что его мать приняла препарат контерган (Contergan), родился без рук, а только с пальцами, которые росли из его плеч. Когда однажды вечером я относил его в кровать, он рассказал мне о своем «самом большом желании» - обнять свою мать, потому что он ее «так сильно любит». Но именно этого он не может и никогда не сможет сделать. Также и другим людям мальчик охотно показал бы, как они ему симпатичны, «по настоящему пожав руку» (и потом он перечислил своих друзей). Немного помолчав, он поведал мне о своей идее, над которой уже долго думает: «Я размышлял, как можно по-другому доставить им радость. Для своих друзей я придумал игру, в которую хочу поиграть с ними завтра, и ты, естественно, поможешь мне ее подготовить!»...что мы затем вместе и сделали.

Пронизывающая его боль в этот вечер не исчезла и, конечно же, не растворилась навечно, но высвободила его продуктивные силы, которые без этого решающего факта (жизни без рук) никогда бы не проявились в нем.

**Пример 2.** То, что жизнь никогда не развивается только в одном направлении, показал мне отец одного мальчика. После ранней смерти своего сына он стал с большим сочувствием и осторожностью относиться ко всему окружающему. Но от всех этих замечательных качеств он охотно отказался бы, если бы смог получить обратно сына.

*Положить конец* такому противоборству с отречением не в наших силах, хотя мы можем очень стараться. Однако то, что дети или подростки с ограничениями должны сталкиваться со своей *Не-возможностью* или *Не-способностью*, кажется мне таким же важным, как и передача им способностей, и тренировка навыков. В обоих случаях речь идет об одном и том же: обретении *личности* и *индивидуальности*, может, о достижении гармонии с окружающим миром и об ослаблении ни к чему не способствующих областей и лжи.

Мы также должны верить в *силу*, прежде всего, детей и подростков с ограничениями, т.е. в ту резилентность, которая в состоянии отражать атаку на личную жизнь и при этом развивать именно из этой сопротивляемости неповторимую жизненную силу.

Но речь не идет о предоставлении дешевого утешения или «только» замещающего удовлетворения для ухода от существующих болезненных моментов.

*Боль при развитии человека* обладает своим определенным качеством, и ее нужно включать, а не утаивать, в собственную концепцию жизни, особенно с учетом существующего ограничения; мы фактически пропустили то, о чем, прежде всего, идет речь - способствовать, поддерживать и обеспечивать *становление собственной личности*.

Насколько сильно отдельный человек, будь он с ограничением или нет, лично желает или ценит *сексуальное* переживание, нуждается в нем или чувствует в себе необходимость отказа от него, практически всегда ускользает от нас. Но будем исходить из того, что «наша сексуальность» представляет собой окрыляемую и освежающую жизненную силу. В этом случае нас в меньшей степени должен занимать вопрос о так называемом плохом или хорошем поведении или разрешенном либо санкционированном поведении в психологическом плане, а также вопрос об общественно значимых нормах или культурном образовании. В первую очередь мы должны рассматривать то, чем должен быть, жить и что создавать в своей жизни отдельный человек как личность, имеющий собственные идеалы и цели, с личными возможностями и границами.

## **В ЗАКЛЮЧЕНИЕ НЕСКОЛЬКО СЛОВ РОДИТЕЛЯМ И ВОСПИТАТЕЛЯМ**

Как бы не отличалось отношение к ребенку или подростку с ограничениями со стороны родителей и воспитателей своими задачами и целевыми установками, все же они едины в одном: желают каждому человеку с ограничениями всего самого наилучшего и по возможности счастливой и беззаботной жизни.

Но именно это является тем пунктом, где, с одной стороны, можно исчерпать себя, а с другой - потерять себя.

(1) Надо всегда помнить о собственной жизни и не растворяться полностью в жизни другого человека. Для этого нужны выдержка, а также фантазия и хорошие идеи. Иногда нужно отстаивать и даже защищать свои желания и идеалы.

Как невозможно прожить за другого человека его жизнь, так нельзя позволять кому-либо прожить за нас нашу собственную жизнь. В нас самих всегда целенаправленно заинтересованы, и к нам как к незаменимой личности предъявляют определенные требования.

Тот довод, что кто-то активно выступает *за другого* и использует все силы и время *для другого*, теряет свою убедительность, если собственная жизнь все больше становится пустой и появляется чувство неудовлетворенности.

Родители, и особенно учителя и воспитатели, являются «благожелателями». В детстве и юношестве родители могут быть лучшими друзьями людей с ограничениями. Но потом нужно «готовить место», которое займет кто-то другой - любимый человек или друг, или для того, чтобы оно оставалось пустым для возможности столкновения с неизбежной реальностью, реальностью существования границ.

(2) Но параллельно нужно оставить то, что мы называем знаменитым «светом в конце туннеля». Здесь происходит та фокусировка, которая больше не учитывает все в комплексе, а видит только те невралгические моменты, которые нам не удаются или от которых мы особенно страдаем (например, вопрос о самоудовлетворении и обращении с ним у людей с ограничениями). Речь идет о поведении в психологическом смысле, его направлении в определенное русло или вообще его исключении и уничтожении. К такой постановке вопроса также можно прибегнуть, но сначала имело бы смысл бросить «широкий взгляд» (также и в отношении сексуальности), который дает лучшее понимание и представление о цели, чем прослеживаемая потребность предоставления, тренировки и насаждения правил поведения.

Вероятно, специальная или лечебная педагогика является, в принципе, такой дисциплиной, девиз которой - *широта*, и которая хочет вывести людей, живущих с ограничением, из обусловленной данным ограничением *узости*. Развитие способностей и навыков, а также выявление значений и нахождение смысла, как и столкновение с *не*-способностью или постоянно возникающей *границей* или пустотой относятся к задачам такой педагогики.

Мы осветили важные аспекты (история жизни и приобретение личности) и старались создать тот самый «широкий взгляд» вплоть до момента, когда на горизонте появляется «Нет» относительно жизненных желаний. Тем не менее я ощущаю в себе определенное чувство неловкости.

При этом меня занимают и заботят настолько сложные, потому что на них не так просто ответить, вопросы, которые вытекают из нашей «узкой области» реализованной сексуальности: о самоудовлетворении, о помощи при сексуальных действиях, о замещающем «партнерстве» при половом акте (например, родителями), вопросы контрацепции или стерилизации у мужчины и женщины.

### **Важные моменты**

*Первый* касается слов для возможности полного описания «нашей сексуальности», *второй* - *интерактивный* и коммуникативный момент, без которого немислимо осуществление сексуальности.

## О словах

Нередко появляется ощущение беспомощности при описании сексуального события, переживания и опыта. Излучаемая нежность, сокровенные мечты, бесконечная тоска, неизвестная близость, болезненное отдаление, страстная преданность и нескончаемая любовь - все это в большей степени порождает в нас «наша сексуальность». Может быть, здесь достаточно картин, воспоминаний, запахов, красок, иногда отдельных предложений или только этих более или менее скупых слов для представления о том, с чем нам действительно приходится сталкиваться.

Бенхоетц, еврейский писатель и журналист, однажды сказал, что слова являются «шторами и окнами» одновременно. Это могло бы служить границей языка; но другое коренится во *власти* обозначения и в самом *факте* обозначения, как мы это пытались применить со всей осторожностью в предыдущих размышлениях. Но окончательную глубину той жизненной силы и динамики «нашей сексуальности» нельзя выразить словами. Ее живость выбивается за рамки структуры языка и поглощает или проникает всюду, что живет *в нас, вокруг нас и с нами*.

Может быть, это самый большой подарок, который выпадает нам в связи с «нашей сексуальностью». Окончательные масштабы остаются нам, людям, неизвестными как невыразимая словами тайна, хотя каждый переживает сексуальность по-своему. Но для самостоятельно познающего и научно мыслящего человека данный факт представляет одновременно и недовольство, и опасность. Если нельзя выразить словами суть, то говорят о том, что другим кажется понятным. И снова мы бросаем «узкий взгляд», вместо того чтобы осмелиться посмотреть на *широкое* поле переживания, изумления и удивления, ошибок, сомнений, а также непонимания.

## Интерактивный момент

Второй аспект касается интерактивного и коммуникативного момента «нашей сексуальности».

*Наша сексуальность* реализуется всегда с направлением *на* что-то, будь это даже собственное тело. Таким образом, изречение «Сексуальность - это то, что из нее делают», наверное, не совсем полностью подходит. Всегда, когда речь идет о *собеседнике*, последний не только участвует в разговоре. Иногда он сам начинает его и даже указывает нам путь, вместо того чтобы мы определяли этот путь самостоятельно и индивидуально.

Так, мужчина может удовлетворять себя сам только как мужчина, а не как женщина, и наоборот. Можно быть счастливыми друг с другом. Между двумя мужчинами отношения строятся по-другому, чем между мужчиной и женщиной или между двумя женщинами и т.д.

Большая проблема многих людей с ограничениями - это их зачастую недостаточная соотнесенность с чем-либо или кем-либо, односторонние или слабо сформированные «самостоятельные отношения». Часто они не слышат или не видят, кем тот, та или то являются в действительности, какое послание они получают извне, и как они сами могут демонстрировать другим свои желания, стремления и ожидания. Вышеописанная скука - это только внешняя сторона часто скрытой внутренней проблемы. Тем самым половое воспитание людей с умственными а иногда также и с физическими ограничениями или двигательными нарушениями действительно является *образовательной работой*, т.е. всеобъемлющей *работой над отношениями*. Только так можно избавить сексуальность от изолированности и придать ей ту живость, которая свойственна ей, и при определенных обстоятельствах даже инстинктивна.



## ПЕСНЯ ЛЮБВИ

Если я говорю языками человеческими  
и ангельскими, а любви не имею,  
то я - медь звенящая,  
или кимвал звучащий.

Если имею дар пророчества,  
и знаю все тайны,  
и имею всякое познание и всю веру,  
так что могу и горы переставлять,  
а не имею любви -  
то я ничто.

И если я раздам все имущество мое  
и отдам тело мое на сожжение,  
а любви не имею, -  
нет мне в том никакой пользы.

Любовь долготерпит,  
милосердствует,  
любовь не завидует,  
любовь не превозносится,  
не гордится,  
не бесчинствует,  
не ищет своего,  
не раздражается,  
не мыслит зла,  
не радуется неправде,  
а сорадуется истине.

Все покрывает,  
всему верит,  
всего надеется,  
все переносит.

Любовь никогда не перестает.



*Профессор Михаэль Зайдель,  
психиатр и невропатолог  
Билефельд, Германия*

# **Сексуальность людей с умственными ограничениями с точки зрения врача**

Я ТЕБЯ  
ЛЮБЛЮ

**К**акое значение имеет сексуальность для людей с умственными ограничениями; как к ней нужно относиться; какие опасности и риски она в себе таит; как с этим следует обращаться; нужно ли разрешать или запрещать сексуальность у таких людей, развивать или подавлять ее? Что является нормой, а что патологией в сексуальности людей с умственными ограничениями? Как связана сексуальность со здоровьем и болезнью?

Разговор о сексуальности подразумевает две вещи:

Во-первых - личную честность, во-вторых - понимание не только того, что сексуальность проявляется в многочисленных формах, но и того, что существует множество ее оценок, на которые влияют самые различные индивидуальные, профессиональные, социальные, культурные и религиозные условия и опыт.

Все знают, что, например, гомосексуальность, т.е. склонность в половом плане к представителям того же пола, сексуальные отношения с партнером того же пола, в разных обществах и религиях оцениваются по-разному. В западных странах, в том числе и в Германии сексуальность рассматривается сегодня (однако так было не всегда) как равноправная форма способности к любви, которую нельзя преследовать или запрещать. В Германии и в других странах, кстати, некоторые политики и другие известные люди открыто заявляют о своей гомосексуальности.

Другими словами, если хотят честной беседы о сексуальности, нужно быть готовым к знакомству с тем, что кому-то покажется незнакомым, подозрительным, может, даже чуждым и чужим. Но обязательно должна присутствовать *открытость* и *непредвзятость* по отношению к обширному полю сексуальности. Это включает также знакомство с научными выводами международных *сексологических исследований* и *сексологии*.

Тема сексуальности намного шире, чем медицина в узком смысле, так как включает наряду с биомедицинскими и личные аспекты, а также общественные и политические.

Право на самостоятельно определенную сексуальность является элементарным *правом каждого человека*. Оно распространяется на всех людей, независимо от того, есть ли у него какие-либо ограничения или нет. Это значит, что люди с умственными ограничениями также обладают правом на сексуальность и партнерство.

В *Правилах ООН о равных возможностях людей с ограничениями* (Standard Rules on the Equalization of Opportunities for Persons with Disabilities) от 1993 г. существует целый ряд положений, которые для всех нас, кто работает с людьми с умственными ограничениями, являются обязательными.

Они гласят, что нельзя принимать законы, ограничивающие право человека с ограничениями на сексуальные отношения, брак и реализацию себя в качестве родителей. Такие люди обладают неограниченным правом на получение информации о функционировании своего тела в сексуальном плане и сексуального опыта.

ООН обязывает государства выступать против предрассудков и дискриминации по отношению к интимным отношениям, партнерству, браку и их роли как родителей. Большое значение придается защите людей с ограничениями от сексуального насилия.

В другом важном документе ООН, в *Программе действий* (World Programme of Action concerning disabled persons), посвященной *декаде ООН для людей с ограничениями*, сформулировано, что потребности этой группы персонального, социального, а также сексуального характера должны реализовываться более активно.

Обобщая комплекс международных норм и положений о правах людей с ограничениями, следует отметить, что существует необходимость рассмотрения потребностей и прав этих людей в области сексуальности. Мы должны рассматривать людей с ограничениями, в том числе и с умственными, как граждан с исконным правом на самоопределение, на партнерские и сексуальные отношения, и даже, при определенных обстоятельствах, если это возможно, на реализацию себя в качестве родителей. Их сексуальные потребности и интересы не являются какой-то помехой, которую нужно подавлять, устранять или заглушать, а напротив, мы должны их развивать и оберегать.

А теперь поговорим о самой сексуальности.

Не так просто дать определение сексуальности. Попробуем дать описание, которое базируется на биопсихосоциальном понимании сексуальности. Сексуальность - это обусловленная в биологическом, психологическом и социально-культурном плане *величина переживания человека*.

Половая принадлежность - основной фактор каждого человека. Ни один человек не существует как бесполое существо, он является мальчиком или девочкой, мужчиной или женщиной. И это относится ко всем людям, будь они с ограничениями или без. Естественно, в зна-

чительной степени зависит от интеллектуальных условий и условий окружающей среды, как и когда человек осознает данный фактор, как он преодолевает вызов, который бросает ему просыпающаяся сексуальность. Развитие сексуальности протекает как сложный процесс, который представляет трудности для обычных детей и подростков и сопровождается множеством конфликтов и раздражительностью. Совершенно ясно, что развитие сексуальности как неотъемлемая часть развития личности, так называемое психосексуальное развитие, для людей с умственными ограничениями часто протекает тяжелее и сложнее, чем у человека без ограничений. Часто оно замедленно и иногда даже остается на более ранней стадии по сравнению с людьми того же возраста, но без ограничений. И это проявляется тем ярче, чем тяжелее нарушение в умственном развитии или при множественных нарушениях развития. На это никогда не означает, что человек с умственными ограничениями не получает сексуальное развитие или не обладает сексуальными ощущениями, даже если это иногда выражается несколько иначе, чем у людей без ограничений.

Современная сексология едина в том, что сексуальность в принципе обладает тремя важными функциями:

Общеизвестная функция сексуальности - это так называемая *функция продолжения рода*. Сексуальность служит сохранению биологических видов. Но во время, когда во многих странах беременность можно предотвратить с помощью противозачаточных средств, когда принята сексуальность немолодых людей, возраст которых уже не позволяет продолжать род, а также когда признаны сексуальные однополые отношения, при которых не возникает беременность, наряду с функцией продолжения рода в качестве центральных признаны еще две функции: *функция соотнесенности* и *функция удовольствия*.

Обе функции в значительной степени составляют то, что в приведенном определении обозначено как *величина переживания* сексуальности человека.

Остановимся на *функции соотнесенности*. Сексуальные отношения, телесная любовь между двумя людьми дают им сознание того, что каждый из них принят партнером, а также ощущения близости, надежности и защищенности. Эти ощущения являются элементарными основными потребностями любого человека. Они - предпосылка для доверия к самому себе, здоровой самореализации и личностного роста. Еще в период младенчества и раннего детства при тесном физическом контакте с любящими родителями ребенку передаются ощущения того, что он любим, а также защищенности и оберегающей близости. Следовательно, такие переживания в раннем детстве являются важной и неотъемлемой основой психосексуального развития в будущем. Отсюда следует, что если детей с ограничениями отделяют от родителей и полностью отдают на попечение в соответствующие учреждения, то это не идет на пользу психосексуальному созреванию ребенка. В этих учреждениях дети никогда не узнают, даже при самом профессиональном уходе, неподдельное, теплое и подлинное ощущение, например, груди матери, рук отца и т.д.

Переживание данного аспекта, а именно близость, надежность и защищенность посредством сексуальной коммуникации между двумя людьми значительно влияет на физическое здоровье человека. Исследования в *психондокринологии* и *психоиммунологии*, этих сравнительно молодых научных областях медицины, доказывают, что элементарные основные чувства благополучия, защищенности и надежности укрепляют сопротивляемость организма. Он лучше справляется с нагрузками окружающей среды и даже с возбудителями болезней. И напротив, неуверенность, страх, стресс и т.д. ослабляют организм и способствуют развитию различных болезней. Эти условия воздействуют как на защитные силы организма человека, - иммунную систему, так и на гормональную систему (эндокринную), которая влияет на многие физические и психические функции.

Независимо от этих научных данных в функции соотнесенности сексуальности проявляется то, что сексуальность непосредственно связана с общим пониманием здоровья. Поговорим об этом подробнее.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет здоровье как хорошее полноценное физическое, душевное и социальное самочувствие, а не просто как отсутствие болезни. Очевидно, что удовлетворяющее сексуальное переживание, удовлетворяющая способность любить, понимаемые как коммуникация, как обмен чувствами принятия друг друга, близости и защищенности между двумя людьми, непосредственно влияют на их самочувствие.

И, естественно, сексуальность служит не только для вступления в отношения с партнершей или партнером, но также для вступления в отношения с самим собой, со своим собственным телом. Сегодня сексология признает, что вступление в сексуальные отношения с самим собой, многие называют это самоудовлетворением, мастурбацией и т.д., является нормальной формой проявления сексуальности. В период созревания молодой человек осознает свои сексуальные функции, свою сексуальную возбудимость, хочет опробовать и узнать ее на собственном теле. Но и позже - при наполненных партнерских отношениях - вступление с самим собой в сексуальные отношения не является чем-то ненормальным, скандальным, а наоборот - часто встречающимся и нормальным.

Я знаю, что многим это нелегко принять, многие считают это аморальным. К сожалению, христианская религия часто занимала отрицательную позицию по этому вопросу. Но нужно иметь в виду, что эти представления бытовали еще в античной Греции. Там, например, верили в то, что в мужском семени уже заложен полноценный человек, или что семя мужчины содержит жизненную силу, которую можно потерять и растратить.

Третья функция сексуальности, которая сегодня признается как самостоятельная и важная величина, - *функция удовольствия*. Получение удовольствия, восприятие сексуального удовлетворения положительно сказываются на переживаниях и самочувствии.

Итак, сексуальность обладает тремя важными функциями.

Самая важная функция сексуальности человека - *функция соотнесенности*. Она тесно связана со второй функцией - *функцией удовольствия*. Третья функция - *функция продолжения рода*. Естественно, эта функция с точки зрения неличного подхода является самой важной, она служит сохранению человеческого вида. Функция сексуальности - размножение - объединяет нас, людей, с животными. Функции соотнесенности и удовольствия качественно отличают нас, людей, от животных.

Развитие нашей сексуальности для каждого человеческого индивидуума представляет собой особую, зачастую на всю жизнь, развивающую задачу. Каждый из нас в процессе своего развития должен объединить в единое целое все три функции сексуальности и научиться владеть ими, сознавая всю ответственность перед обществом. На это влияют биографический опыт, социальные, культурные и другие условия окружающей среды, а также принятые в обществе нормы.

Конечно же, огромную роль играют интеллектуальные возможности человека, чтобы справиться с созреванием своих сексуальных потребностей, а также своей способностью к переживанию и любви. При этом молодые люди нуждаются в образцах для подражания, просвещении и целенаправленном руководстве, тем более если это люди с ограничениями, которые мешают их саморазвитию, самовосприятию и получению социального опыта.

Принадлежность к полу, т.е. быть мужчиной или женщиной, только на первый взгляд кажется простой вещью. Сегодня медицинские исследования показывают, что принадлежность к полу определяется на многих уровнях:

- на уровне хромосомного пола,
- на уровне половых желез и эндокринного пола,
- на уровне так называемых внутренних половых органов,
- на уровне внешних половых органов,
- на уровне так называемого церебрального пола (т.е. специфической половой организации мозга и его функций),
- на уровне так называемого распознаваемого пола (также называемого акушерским полом, т.е. пол, который называет акушерка при рождении ребенка),
- на уровне пола воспитания,
- на уровне так называемой половой идентификации.

Есть люди, у которых по биологическим причинам произошли нарушения на одном или на нескольких из названных уровней. Например, у некоторых из них вследствие врожденного нарушения внешних половых органов присутствуют женские органы, хотя эти люди



по своим генетическим признакам и своей внутренней анатомической структуре являются мужчинами. Поэтому при их рождении их приняли за девочек (так называемый распознаваемый пол, или акушерский) и соответственно воспитывали как девочек. Поначалу все шло хорошо, но при половом созревании сексуальное мужское восприятие дало о себе знать. Мнимые девочки все больше и больше воспринимали себя как мальчики, интересовались их ролями и чувствовали влечение к девочкам. В результате их тщательно обследовали и распознали ошибку. В действительности это были мальчики, с которыми природа сыграла злую шутку и дала им женские половые органы.

Можно себе представить, какие человеческие драмы и страдания скрываются за этим. Этот пример показывает, какой природной силой является сексуальная идентификация человека. Она с огромной силой защищается от противоестественных внешних влияний, в данном случае - ошибочное воспитание в качестве девочки.

Внутреннюю продолжительную определенность и ощущение собственной индивидуальности, собственного поведения и переживания мужским или женским называют *идентификацией пола* (англ. Gender identity).

Известен еще один термин - «*половая роль*» (англ. Gender role). Она нацелена на то, что кто-то что-то делает или говорит, чтобы показать себе и другим, что он чувствует и ощущает себя мужчиной или женщиной, что он обладает мужской или женской идентификацией пола. Половая роль - манифестация идентификации пола вовне, идентификация пола - собственное ощущение половой роли (Money & Ehrhardt 1972). Людям с умственными ограничениями в принципе также дана идентификация пола. Но в какой степени они ее осознают, понимают и выражают на речевом и понятийном уровнях, зависит от их интеллектуального развития и приобретенных знаний. Индивидуальные интеллектуальные способности, знания и условия окружающей среды - способствующие или препятствующие развитию - влияют на то, насколько уверенно они ощущают свою идентификацию пола, и насколько правильно могут реализовать свою половую роль. Так как мы едины в нашей цели помочь людям с умственными ограничениями стать, насколько это возможно, полноценной личностью, защитить их достоинство и способствовать развитию их самостоятельности, мы должны знать о том, что говорилось выше. Мы должны признавать и поддерживать право каждого человека с умственными ограничениями на развитие и раскрытие, на созревание его идентификации пола и его половой роли.

Сексуальность людей с умственными ограничениями, их половая идентификация и роль могут проявляться очень разнообразно. В редких случаях это связано с биологическими отклонениями, например, на хромосомном уровне, в большинстве же случаев - с задержкой общего развития их личности. Особенно часто это встречается у людей с тяжелыми умственными ограничениями, когда у молодых женщины или мужчины проявляются только детские сексуальные потребности.

Нередко родственники или специалисты трактуют элементарную человеческую потребность в нежности и близости как сексуальную раскованность или навязчивость, если такие люди приближаются для телесного контакта.

Таким образом, возникают вопросы:

Что же является нормой, а что патологией в сексуальности?

Какие опасности связаны с сексуальностью?

Сексуальность проявляется в очень разных формах и видах. Ученые пытались дать ответ на вопрос: Что является нормой, а что болезнью? Пытались найти что-то вроде нормы. Хотели знать, что нормально, а что ненормально. Было намерение все, что находится за пределами этой нормы, лечить (при «патологии») или наказывать (при «аморальности»).

Чем глубже и подробнее проникала наука в сферу сексуальности, тем яснее становилось, что здесь не может существовать «нормы». К такому выводу пришли не только в результате использования методов обследования сексуального поведения больших групп людей, но и применения социологического, исторического, этнографического, религиозно-научного подходов. На основании вышесказанного сложилось понимание того, что, с одной стороны, человеческая сексуальность и формы ее проявления во все времена, для всех культур, классов, слоев и групп имеет существенные общие признаки, а с другой, - под влиянием исторических, социальных, культурных и религиозных воздействий проявлялись акценты при оценке определенного сексуального поведения, в отношении общества к такому поведению.

Сегодня вопрос о норме и патологии для сексологии и сексуальной медицины рассматривается с двух точек зрения: чувствуют люди себя со своими сексуальными интересами и склонностями хорошо, довольны ли своей сексуальной жизнью, или страдают, потому что что-то нарушено или повреждено? Так, например, могут существовать сложности с сексуальной возбудимостью, проблемы с телесным соединением (импотенция или боли). В таких и похожих случаях говорят о *сексуальных функциональных нарушениях*. Их диагностикой и лечением занимается *сексуальная медицина*. Часто психические и физические причины или условия так переплетаются, что требуются глубокие специальные знания. Нужно учитывать, что люди с умственными ограничениями также могут страдать от таких сексуальных функциональных нарушений. Но, к сожалению, по этому вопросу нет научной литературы. Таким образом, в этой специальной области отражается то, что действует повсеместно, а именно то, что в медицинском плане и в плане здоровья интересы людей с умственными ограничениями недостаточно защищены.

Совершенно другая проблема возникает в том случае, если мужчина или женщина страдает от своего врожденного пола и связанных с ним ролевых ожиданий, не может с этим справиться и чувствует свою принадлежность к противоположному полу. Это называют

*транссексуализмом*. При транссексуализме речь идет о так называемом *нарушении половой идентификации*, которое значительно сказывается на самочувствии и в целом на судьбе таких людей - вплоть до глубоких жизненных кризисов и самоубийства. Всемирная организация здравоохранения включила диагноз - транссексуализм - в международную классификацию болезней. Причины данной проблемы до сих пор не известны, однако есть указания на то, что транссексуализм имеет биологические причины. (Транссексуализм нельзя путать с так называемой интерсексуальностью, при которой вследствие биологических причин возникают нарушения гармоничного развития физических аспектов половой принадлежности.) В большинстве развитых стран сегодня транссексуализм признан как диагноз. Кроме того, учитывая то, что данное нарушение половой идентификации нельзя устранить ни наказанием, ни терапией, предоставлены правовые и медицинские возможности для так называемой перемены пола и для смены личных сведений (фамилия, указание пола в паспорте). У людей с умственными ограничениями могут также встречаться нарушения половой идентификации. Ясно, что они часто не совсем четко и точно проявляются. Причиной этого среди прочего является также и то, что таким людям сложно точно выразить словами мир своих внутренних переживаний. Если Вы сталкиваетесь с такой проблемой или подозреваете о ее существовании, прежде всего я бы посоветовал очень подробно проанализировать все проблематику и проявить чуткую терпимость. Если умственное ограничение является не только определенной неуверенностью в выражении половой идентификации и половой роли, а скорее соответствует транссексуальной вариации переживания, многое зависит от предоставления свободы действий, чуткого сопровождения и защиты от социальной дискриминации. Здесь прежде всего речь идет о внедрении в социальное окружение *терпимости и уважения*. *Гомосексуальность* сегодня не считается болезненным нарушением, а является равноправным вариантом сексуальной ориентации, равноправным вариантом любви. Поэтому в Международной классификации болезней не существует *диагноза болезни - гомосексуальность*.

Нужно ли терпимо относиться к любому сексуальному поведению? Конечно же, нет. Нужно запомнить следующее: нельзя терпимо относиться к такому поведению, которое вредит или угрожает правам, достоинству, самоопределению или здоровью других людей. Особенно это касается изнасилования или сексуального насилия. К сожалению, люди с умственными ограничениями часто становятся жертвами сексуальных преступлений. При этом значительную роль играют незнание опасных ситуаций, легкая соблазняемость таких людей, доверчивость и во многих случаях их неосведомленность в сексуальных вопросах. Понятие *сексуальное преступление* следует трактовать очень просто. Оно означает наказуемое сексуальное поведение, в частности, изнасилование, сексуальное принуждение, сексуальное насилие, сексуальные провокации в общественных местах (например, показ половых органов - эксгибиционизм). Люди с умственными ограничениями чаще, чем в среднем по статистике, становятся жертвами сексуальных преступлений. Но, к со-

жалению, они также и совершают сексуальные преступления. Причины тут столь же разнообразны, как и при преступлениях, совершаемых людьми *без* умственных ограничений. Ни в коем случае нельзя считать, что люди с умственными ограничениями более озабоченные или раскрепощенные в сексуальном плане, чем остальные. Первопричиной часто служат незрелость развития личности, недостаточное сексуальное просвещение, малый опыт в социальной сфере, недостаточное знание и владение социальными нормами поведения, а также недостаточная социальная поддержка. Общая незрелость личности может способствовать, например, совершению сексуальных действий с детьми или эксгибиционированию в общественном месте.

Обширная область оценки, с точки зрения уголовного законодательства, здесь не будет рассматриваться. В любом случае наиболее эффективное предотвращение сексуальных преступлений людей с умственными ограничениями - это просвещение и половое воспитание.

Как оценивать и какие педагогические или правовые меры принимать в случае сексуального преступления, могут определить эксперты только в каждом конкретном случае.

Под *парафилией*, часто обозначаемой также как половые извращения (в Международной классификации болезней: *Нарушения сексуальной преференции*), понимают широкий спектр длительно повторяющихся интенсивных сексуально возбуждающих *фантазий*, навязчивых *потребностей* или *типов поведения*, которые направлены на *нечеловеческие объекты* (фетишизм, содомия), причинение партнеру или себе самому *страданий* или *боли* или *унижение партнера* или себя самого (садизм, мазохизм), на *детей* (педофилия) или на *не соглашающихся* или *не способных дать согласие* людей. Из сексологии известно, что негативные индивидуальные условия развития могут играть существенную роль при возникновении парафилий. Здесь также лучшей профилактикой являются поощрение здорового индивидуального (психосексуального) развития, сексуальное просвещение и педагогическое сопровождение в повседневной жизни.

Парафилию изучают сексуальная медицина, а также психиатрия и психотерапия. Если она приобретает уголовно-наказуемый характер, то подключают также меры юридического характера.

Существуют также патологические формы проявления сексуальности. Не к каждому выражению сексуальности следует относиться терпимо, и прежде всего в том случае, если она затрагивает свободу, достоинство и самоопределение или здоровье других людей. В качестве эмпирического правила можно запомнить следующее: патологией сексуальность является в том случае, если от нее страдает сам человек или его окружение.

Если в сексуальности есть патология, нужно оказывать помощь: педагогические или терапевтические мероприятия, а также привлекать соответствующих специалистов.

Существуют ли особые опасности в сексуальности людей с умственными ограничениями?

Люди с умственными ограничениями не являются асексуальными существами, они, как и все люди, рождаются мальчиками или девочками, их половая идентификация и роль, а также сексуальные потребности и поведение формируются и развиваются под влиянием соответствующих внутренних и внешних условий, социально-культурного окружения. Их сексуальность невозможно ни отрицать, ни успешно «подавлять». Как отрицание, так и подавление причинили бы вред сексуальности этих людей. Были бы нарушены не только их элементарные права человека, но это также обусловило бы неправильное развитие личности или даже наказуемый способ поведения. Опыт ежедневной работы с людьми с ограничениями показывает, что в сексуальных конфликтах и подавленных потребностях берут свое начало эксцентричное поведение и нарушения социальной интеграции.

Следующей серьезной опасностью для людей с умственными ограничениями является насилие над ними. Принятие сексуальности как данности нуждается в просвещении, половом воспитании и сознательном ответственном педагогическом сопровождении, что предупреждает сексуальное насилие. Во время, когда СПИД во всем мире стал реальной угрозой, профилактика сексуального насилия приобретает особенно большое значение для защиты здоровья.

Люди с умственными ограничениями обладают сексуальной идентификацией, сексуальными потребностями, желаниями и поведением. Это совершенно естественно. Как мы к этому относимся, что мы делаем для их созревания, - часть нашей культуры.

Сексуальность - не только элемент личности, но и важная движущая сила развития личности, созревания и раскрытия полноценного человека, полноценного мужчины, полноценной женщины. (Понятно, что люди с умственными ограничениями из сексуального отношения и партнерства черпают высокую степень самооценки и доверия к себе, потому что становятся такими же «как и остальные люди».)

Часто люди с умственными ограничениями не могут соответствовать идеалу неограниченного развития личности, потому что это не позволяют их внутренние и внешние условия развития. Но в наших силах изменить и сделать внешние условия развития стимулирующими и поддерживающими. Мы можем надеяться на то, что тем самым в таком человеке мобилизуются внутренние развивающие силы. Об этом свидетельствует опыт тех, кто пошел по такому пути.

Вот что говорит пожилая женщина с умственными ограничениями, которая замужем уже много лет: *«Любовь - самая прекрасная жизнь!»*

## Библиография

Beier, K. M.; H. A. G. Bosinski; U. Hartmann; K. Loewit: Sexualmedizin. Munchen, Jena 2001.

Walther, J.(Hrsg.): Sexualitat und geistige Behinderung. 4. Aufl. Heidelberg 1996.

World Health Organization: Tenth Revision of the International Classification of Diseases, Chapter V (F): Mental and Behavioural Disorders (including disorders of psychological development). Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines. Geneva 1991.

Stoller, R.: Perversion. Gie?en 1998.

United Nations: The Standard Rules on the Equalization of Opportunities for Persons with Disabilities (<http://www.un.org/esa/socdev/enable/dissre00.htm>)(1.9.2002).

United Nations: World Programme of Action concerning disabled persons (<http://www.un.org/esa/socdev/enable/diswpa01.htm>)(1.9.2002).

## ДА И НЕТ

*ДА и НЕТ есть основополагающие слова жизни, которые одновременно являются свидетельством моей суверенности.*

*Я определяю, когда мне сказать ДА, а когда НЕТ, я сам, а никак не моя семья, друзья, знакомые или коллеги.*

*Человек, зависимый от других (например, нуждающийся в постороннем уходе), может быть ограничен в реализации этого своего права, а то и вовсе полностью разучиться его использовать.*

*У того, кого слишком часто вынуждали сказать ДА, поселилось в сердце НЕТ, и нередко оно срывается с губ.*

*Как правило, человек именно тогда учится говорить НЕТ, когда он способен справиться с последствиями своего ДА.*

*Именно твердо сказанное НЕТ оставляет человеку свободу однажды осознанно и решительно сказать чему-то ДА.*

*Не все, о чем меня просят, я обязан делать; однако я должен обдумывать все совершаемое мной.*

*Говоря ДА и НЕТ, я тем самым создаю ту необходимую свободу, которая впоследствии позволяет мне проще признать ее за другими людьми.*

*Лишь свобода сказать ДА или НЕТ делает возможным любое мое развитие.*

*Когда я говорю Тебе НЕТ, я тем самым говорю себе ДА.*

*Даже если я говорю Тебе НЕТ,*

*Я, тем не менее, не обрываю с Тобой связи.*

*Мои ДА и НЕТ берут начало не в моем эгоизме, но в моем согласии с жизнью.*

*Мое ДА, как и мое НЕТ могут быть выражением моей любви.*





**Инес Бадер,**  
*дипломированный психолог,  
руководитель отдела, Германия*

# Обзор психосексуального развития

# Я ТЕБЕ В ЛЮБЛЮ

## 1. ОПРЕДЕЛЕНИЕ

Сексуальность связывается со всем телесным опытом, приносящим удовольствие, и представляет собой в эротическо-социальной области неотъемлемый элемент коммуникации людей и развития личности.

- Сексуальность определяет формы переживания человека с самого раннего детства и до старости. Переживание сексуальности не зависит от когнитивного уровня развития.
- Сексуальное развитие делится на этапы, которые взаимосвязаны с соответствующим физическим, социальным и психическим развитием. Переломы в развитии, достижение различных этапов развития у людей с умственными ограничениями оказывают влияние на их психосексуальное развитие.
- Отдельные участки тела на различных этапах развития связаны с приятными ощущениями.

Шпоркен еще в 1974 г. сформулировал 3-ступенчатую схему сексуальности, которая в последнее время постоянно цитируется при обсуждении темы сексуальности людей с умственными ограничениями. Шпоркен выделял следующие ступени развития сексуальности:

1. Общая область поведения в общечеловеческих отношениях (ежедневное совместное обучение мальчиков и девочек).
2. Основная область нежности, чувственности, эротики.
3. Генитальная сексуальность.

Многие специалисты на основе данной ступенчатой системы часто делали вывод (только отчасти правильный), что сексуальность у людей с умственными ограничениями прежде всего должна проявляться в основной области сексуальности.

Важные последующие аспекты сексуальности связаны с развитием осознания себя мужчиной или женщиной, с приятными телесными ощущениями на всех этапах возрастного развития и с развитием способности к созданию отношений и любви.

Эти аспекты на разных этапах жизни и развития имеют различное значение. Они базируются друг на друге (например, приятные телесные ощущения создают основу для способности создания отношений и любви), по степени важности отступают на второй план (например, приятные чувства от ощущения всего тела на этапе раннего детства позже концентрируются на эrogenных и генитальных зонах), на многих возрастных этапах они особенно подвержены кризисам (например, период полового созревания).

Но все ранние формы сексуальности постоянно присутствуют на более зрелых, дифференцированных этапах жизни и могут заново актуализироваться.

Это более широкое понятие сексуальности позволяет:

- воспринимать сексуальность на каждом отрезке жизни;
- принимать и формировать сексуальную жизнь для каждого человека, а также и для людей с очень тяжелыми ограничениями.

Соответствующее физическое, когнитивное и психическое состояние развития определяет индивидуальный уровень сексуального развития, устанавливает сексуальные потребности и жизненные возможности человека с ограничениями. Но соответствующая сексуальность индивидуума определяется также социально-нормативной средой, отношением родителей и кураторов и принятым (или также табуированным) образцом для отношений в физическо-эмоциональной области.

## 2. ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ

Сексуальность - не только чисто биологический фактор, но и результат социокультурных и психосоциальных учебных процессов. Эти учебные процессы нуждаются в определенных предпосылках, например:

- жизненная среда человека с ограничениями должна формировать благоприятные условия для эмоциональных и социальных учебных процессов (например, изначальное доверие, чувство самооценки, способность к созданию отношений);
- существующие социокультурные правила должны быть непротиворечивыми (никакой двойной морали);
- родители и персонал не должны иметь запрещающего или напряженного отношения к сексуальности;
- информация о сексуальности должна быть достаточной, откровенной и соответствовать уровню развития.

Психосексуальные этапы развития создают границы, в которых осуществляется учебный процесс «Сексуальность». Эти этапы протекают не биологически (как, например, прорезание зубов или обучение ходьбе), а в комплексной связи с физическим развитием и созреванием, с когнитивным и эмоциональным развитием.

### **Обобщение**

Развитие человека постоянно проходит в интеракционных процессах. Возникают важные связи между развитием личности, отношениями и сексуальным развитием.

Развитие личности человека представляет собой многолетний процесс, в котором осуществляются разные последовательные этапы развития. Это развитие включено в развитие отношений у человека.

Период с рождения до половой зрелости можно разделить на несколько этапов развития, которые обладают основным психосексуальным элементом и для которых можно сделать соответствующие и специфические для данного этапа сексуально-педагогические выводы.

Эти выводы касаются также и людей с умственными ограничениями, которые, независимо от своего фактического возраста, по своему развитию находятся на более ранней стадии.

## **3. ОПИСАНИЕ ЭТАПОВ**

### **Младенчество**

Этот период характеризуется оральной фазой, развитием сенсорики и моторики и симбиотической фазой.

В этот период жизни ребенок образует симбиотическое единство с первичным человеком, с которым он постоянно соотносит свои ощущения.

- Посредством немедленного удовлетворения физических и эмоциональных потребностей ребенок ощущает внутренний покой, расслабление и чувство благополучия и может формировать доверие к себе и окружающему миру (базовое доверие).
- Сексуально приятные чувства получает все тело, особенно чувствительная зона - рот. Наряду с этим рот для ребенка также является самым важным инструментом познания своего окружения.

- На этой ранней фазе начинается формирование положительного физического Я. Собственное тело воспринимается как нечто приятное, красивое и дающее наслаждение.

Многие дети с умственными ограничениями сталкиваются на данном этапе с первыми травматическими ограничениями:

- не могут быть установлены симбиотические отношения (частое пребывание в больнице);
- собственное тело воспринимается чаще как нечто болезненное, неприятное (например, боли при эпилепсии, спастике, чувственные ограничения);
- затруднен прием пищи, оральное удовольствие не может быть получено через еду, сосание, глотание (например, прием пищи через зонд).

Люди с тяжелыми ограничениями часто остаются на данном этапе развития всю жизнь. Для положительного развития своей сексуальности им нужно:

- по возможности один и тот же куратор. Удовлетворение симбиотических желаний в соотнесенности с каким-либо лицом;
- направленный на удовольствие уход за телом. Чувственное возбуждение, расслабление и активизация. Возможности познания собственного тела;
- мастурбация или другие формы самостимуляции скорее всего единственная возможность сексуального переживания на данном этапе развития. Примеры самостимуляции: сосание пальцев, выделение слюны, качание, гипервентиляция.

#### **Сексуально-педагогические выводы:**

- изучение тела, границы собственного тела (например, путем стимулирующей личной гигиены, побуждение к движению, физическим играм);
- ощутить приятные прикосновения и получить приятный опыт познания тела;
- называние различных частей тела.

#### **Этап раннего детского возраста**

Этот период характеризуется анальной, исследовательской фазой, фазой дифференциации и началом фазы упрямства.

Ребенок становится все более независимым, симбиотические потребности ослабевают. Превагирует физическое развитие, повышается мобильность, возможны первые перемещения с места на место, растет интерес к материальному и персональному окружению.

- Ребенок начинает использовать свои физические способности для достижения независимости. Но ему необходимы поддержка и восхищение курирующих его людей.
- Важными аспектами развития становятся сознание своего Я, собственная воля, ограничение от других людей.
- Центральное значение имеют любознательность, возможность попробовать, предоставление возможности для многочисленных действий.

На данном этапе ребенок начинает воспринимать себя как самостоятельное существо. Возникают конфликты между стремлением к самостоятельности и все еще сильными желаниями к симбиозу. Воспитание чистоплотности - важное выражение данного конфликта. Вместе с этим возрастающее владение сфинктером связано также с сексуально-приятными переживаниями.

Люди с тяжелыми умственными ограничениями всю свою жизнь остаются на данной фазе развития, они играют со своим телом, открывают для себя область гениталий и показывают различные формы мастурбации. Если есть возможность социальных контактов с другими людьми с ограничениями, то это может выражаться в совместной мастурбации, в манипуляции с телом другого. Однако в таких отношениях еще нет социально-эротического показателя.

### **Сексуально-педагогическая последовательность:**

- Предоставление свободного пространства для самостоятельных действий и проб.
- Фаза упрямства, сопротивление, отказ от выполнения чего-либо - важные шаги к отделению, становлению самостоятельности. Кураторы должны признавать желания к независимости и одновременно с этим предоставлять близость и чувство безопасности. Это является в высшей степени актуальным для взрослых людей с ограничениями, которые переживают данный возраст развития.
- Самостоятельное, неконтролируемое обращение с собственным телом. Формирование интимной сферы.
- Проявление самостоятельности при уходе за телом, одевании и раздевании.
- Возможность выбора (например, еда, одежда, игрушки) для стимулирования принятия решений. Уважение личных предпочтений.

- Первые знания о половых различиях, понимание телесных функций.
- Формы обучения и жизни мальчиков и девочек вместе.

### **Дошкольный этап**

Этот период также называют эдипальным или преддошкольным этапом. На этом этапе развития ребенок знакомится со своей сексуальностью и разучивает присущее полу ролевое поведение (по модели родителей). Он добивается внимания со стороны родителя противоположного пола и подражает при этом поведению другого родителя. При помощи данных навыков личность стабилизируется в половом отношении. Параллельно ребенок увеличивает число людей, с которыми он контактирует (например, детский сад, соседи), и активно завязывает первые дружеские отношения. Благодаря этому возникает более высокая степень самостоятельности, дальнейшее отделение от родителей, меняются нормы или позиции и усиливаются предпочтения и собственный вкус.

На этой стадии развития часто находятся люди с умственными ограничениями средней тяжести, может возникнуть дружба и сексуальные встречи с однополыми и/или разнополыми партнерами.

Стимулирование дружбы, помощь при построении отношений, просвещение и предупреждение беременности являются важными педагогическими мероприятиями.

### **Сексуально-педагогическая последовательность:**

- Помощь ребенку или человеку с ограничениями при открытии им специфических половых различий (например, игра во врача, чувство любопытства к представителю другого пола).
- Начало сексуально-педагогического просвещения.
- Формирование форм вежливости, формы обращения с различием близости и дистанции (защита от изнасилования).
- Стимулирование и формирование дружбы (у взрослых людей с ограничениями это также означает предоставление информации о противозачаточных средствах).
- Родители и кураторы на данном этапе развития больше не являются симбиотическими лицами, с которыми соотносит себя человек, а представляют скорее опасность чрезмерной опеки.

## Период перед половым созреванием (школьник)

Этот этап жизни называется латентным периодом или периодом перед половым созреванием. На этом этапе развития начинается управляемая разумом конфронтация с окружающим миром из-за повышенной готовности к ответственности, действиям и адаптации. Также при самоопределении и независимости человека разум начинает играть большую роль.

Телесный опыт касается в значительной степени движения, спорта, формирования интересов. Дружба чаще с однополыми людьми и ориентируется на общие интересы.

На этой стадии развития находятся люди с умственными ограничениями легкой и умеренной степени. Они нуждаются в помощи для самостоятельного устройства жизни, однако способны самостоятельно принимать решения и проявляют интерес к дружбе с другими людьми с ограничениями.

Могут возникнуть проблемы (если человек с ограничениями влюбится в специалиста, работающего с ним), поэтому необходимо, чтобы была возможность многочисленных контактов с другими людьми с ограничениями.

### Сексуально-педагогическая последовательность:

- Обустройство жилой зоны и признание интимной сферы (шкаф, место для кровати, комната).
- Определение близости и дистанции может происходить под личную ответственность самого человека. Можно обращаться адаптировано с требованиями различных социальных ситуаций.
- Требования для правил и норм должны обосновываться тщательнее.
- Становятся важными сообщества, участвующие в принятии решений (например, школа, группа совместно проживающих людей, дом, семья).
- Продолжается сексуальное просвещение. Подготовка к телесным изменениям, происходящим в период полового созревания.

## Этап полового созревания (юношеский возраст)

Половое созревание вызывает глубокий кризис идентификации. Значительные телесные изменения, половая зрелость и конфронтация с нормами родителей ведут к серьезным психическим конфликтам.



Большинство людей с умственными ограничениями переживают половое созревание в телесном плане в соответствии с их возрастом, в то время как психические и социальные изменения либо вообще им неизвестны, либо известны только в рудиментарной форме.

Для людей с ограничениями телесные изменения часто связаны с большими страхами (прежде всего для девочек и женщин), так как у них нет когнитивных способностей обработки данных изменений.

Социальные и эмоциональные проблемы полового созревания у таких людей могут обнаруживаться намного позже (в 20-25 лет), тогда это проявляется в желании отделиться от родителей и может вызвать агрессивное поведение.

### **Сексуально-педагогическая последовательность**

- Медицинская помощь для преодоления физических изменений. Снова становятся важными уход за телом и формирование позитивного чувства к нему. Нужно научить гигиене во время менструации, не нарушая интимную сферу девочки.
- Спокойное отношение к мастурбации.
- Нужно принимать желания отделения и самоопределения (например, одежда, музыка, оформление комнаты).
- Контакты с одноклассниками, однородными по составу группами очень важны для раскрытия собственных представлений о жизни.
- Информация о противозачаточных средствах, венерических болезнях, СПИДе, алкоголе и наркотиках. Сознательная конфронтация с нормами, этическими представлениями, социальной ответственностью.
- Создание перспектив, сознательное планирование жизни.

### **Возраст ранней взрослости**

После пубертантных кризисов происходит стабилизация развития личности. Молодой человек ищет формы для самостоятельного проживания (профессия, партнерство, жилье).

Обретение самостоятельности и личной ответственности возможны у людей с умственными ограничениями только в очень ограниченной форме. Воспитание нужно заменить партнерским сопровождением и консультациями, которые увеличивают возможность самоопределения взрослого человека с ограничениями и предлагают ему совместные формы

интеракций и жизни. Однако еще не построены соответствующие формы проживания и ухода. Правда, существует ободряющий опыт относительно курируемых форм проживания, проживания парами или совместной жизни парами в группе совместно проживающих людей.

Все более и более дифференцированно подходят к желанию людей с ограничениями иметь ребенка, даже если по медицинским и другим показаниям это нежелательно. Жизнь людей с ограничениями, имеющих детей, складывается по-разному.

## КАРТИНА

Нужно все же уметь рисовать.  
Так как для того, кто не понимает,  
что подразумевают,  
нельзя выразить словами,  
как светит солнце в сентябре.

И как оно ранним часом  
на синеватой цветущей траве,  
называемой вереск, превращает  
ночную росу в огненные искры.

И как небольшие сосны  
окутаны белоснежной паутиной,  
как будто они превратятся в куколки,  
защищаясь от осеннего ветра.

Шелковая паутина превращается  
в ничто при прикосновении к ней.  
Только чуть заметное ощущение  
свежести на ладонях.

Это - волшебство Сентября;  
легкая игра света.  
Глазурная поверхность  
над глубокой синевой.

Но тихую горечь превращения  
которая холодом рань покрывает,  
не может передать ни один художник:  
Она живет только как минорная  
тональность в песне.

Ева Штриттматтер



*Очень близко друг к другу,  
потому что вечность  
делает все лишь мигом*

*Доктор Дитер Фишер,  
академический директор университета,  
кафедра «Специальная педагогика»*

**Партнерство  
Любовь  
Сексуальность**

*Тексты для тренингов*

*Нежности нужно время  
Нежности нужно мужество  
Нежность преобразует слабости в силу  
Она сильна и слаба одновременно,  
Ей можно помешать.  
Ее нельзя добиться принуждением.  
Нежность значит сказать Да жизни*

*Катрин Арнольд*

### **Сексуальность стоит в центре**

и ее окружают многочисленные моменты, так называемые **большие и маленькие «братья и сестры»**

- Чувственность
- Нежность
- Телесность
- Теплота
- Близость
- Много добрых мыслей
- Слова любви
- Сила
- Уверенность
- Доверие

но иногда также она окружена очень болезненными вещами:

- Насилие
- Агрессия
- Оскорбление
- Сокращение
- Использование
- Унижение

## Сексуальность нуждается в теле вместе с чувствами в качестве транспортного средства или инструмента

При этом мы рассматриваем тело

- с точки зрения его презентации
- в его коммуникативном значении и
- в его инструментальном значении

## Содержание или цели обширного полового воспитания

- воспринимать собственное *тело*, познавать его и наслаждаться им
- открывать себя как *личность*, но также как мужчину или женщину
- встречать *мир* и дарить себя миру на уровне чувств
- открывать *другого человека* как самостоятельную инстанцию с собственным телом, кожей и волосами, желаниями и границами, и постоянно стремиться к возникновению чувства МЫ
- открывать себя как *мужчину или женщину* по отношению к своим возможностям или границам и находить удовольствие быть мужчиной или женщиной
- познать и уметь называть свое *мужское или женское тело* и тело противоположного пола, а также понять функции тела
- *ухаживать за своим телом, наслаждаться им и создавать его*
- заботиться о своих чувствах, тренировать их и наслаждаться ими вместе с кожей и волосами
- открыть и использовать собственную *нежность* и свою эротическую энергию, и наполнять ими вещи в своей жизни
- уметь обращаться со *скукой* и развивать *интересы*
- уметь различать между *собственным* или тем, кому (чему) *доверяешь*, и *чужим*, между общественным и личным
- учиться заводить и поддерживать дружбу
- учиться обращаться с людьми *противоположного пола*
- узнавать, оценивать и практиковать *формы приемлемой нежности* и эротики
- знать о *процессе зачатия* и понимать его

- знать, понимать и использовать *способы контрацепции*
- знать о *рисках для здоровья*, узнавать и снижать их
- знать не только о прекрасной стороне, но и о трудностях при *совместной жизни* мужчины и женщины, учиться этой жизни и организовать ее по собственному стилю
- знать, как доставить радость другим и как можно дарить любовь
- осознавать, что *отречение* - это фундамент нашей жизни, черпать из этого энергию и учиться с ней обращаться
- научиться говорить *Да и Нет* и знать о последствиях того или иного ответа
- знать, куда обращаться в случае *необходимости*, кому можно *доверять*
- *любить себя*, другого или что-то другое, но также быть любимым и предчувствовать, что это может дать счастье и полноценную жизнь

### **Что придает силы детям и молодым людям, независимо от их одаренности или ограничения**

- находить *удовольствие в жизни* со всеми ее светлыми и темными тонами и оттенками
- постоянно получать подтверждение и ощущать, что он (она) *любим*
- что-то самому получать или испытывать *успех*
- обладать *способностями и навыками* для своей жизни
- любить свое *тело*, примириться с ним и заботиться о нем
- обладать достаточными социальными и, прежде всего, надежными *контактами*
- многие люди оказывают давление тем, что у них есть определенные ожидания по отношению к данному человеку. Человек не должен поддаваться такому давлению ни в моральном плане, ни в плане способностей, если он не может соответствовать ожиданиям других людей
- получать *задания*
- находить радость и *удовольствие в новом*

### **Уровни полового воспитания**

- уровень знаний
- уровень адаптации



- уровень поведения
- уровень формирования

### **Взгляды на половое воспитание**

- так называемый *узкий* взгляд
- так называемый *широкий* взгляд

## **ЗАДАНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ В МАЛЫХ ГРУППАХ**

**(1) Прежде всего дети должны научиться: *Это прекрасно, что у тебя есть тело!***

Подумайте, пожалуйста, как это можно осуществить, что означает в данном контексте слово «прекрасный», где могли бы возникнуть трудности и как можно вмешаться (в положительном смысле этого слова)!

**(2) *Сексуальное поведение никогда нельзя рассматривать без учета соответствующей истории жизни.***

Подумайте, пожалуйста, из чего состоит история жизни Вашего ребенка (Вашего сына или Вашей дочери), где у Вас есть возможность направлять, показывать ориентиры и формировать историю жизни Вашего ребенка

**(3) *Сексуальное поведение тесно связано с соответствующим знанием, которое получили и получают.***

Как Вы оцениваете имеющиеся у Вашей дочери, Вашего сына знания в области сексуальности? Откуда Ваша дочь, Ваш сын получают свои знания, как можно им в этом помочь и направить знания в правильное русло?

**(4) *Скука является проблемой многих людей, а для людей с умственными ограничениями еще большей проблемой.***

Как Вы чувствуете ее у Вашего сына, Вашей дочери? По каким признакам Вы замечаете, что они скучают? Что или кто мог бы противостоять этому состоянию? Как можно на него воздействовать?

**(5) *Чувственность является самой важной величиной сексуальности, но также и в жизни чувственность играет решающую роль, если хотят, чтобы жизнь была полноценной и счастливой.***

Где в повседневной жизни Ваша дочь, Ваш сын сталкиваются с чувственностью? В каких ситуациях они особенно открыты и чувствительны? Где Вы видите также опасности или трудности в том, что Ваш ребенок с ограничениями открыл для себя сферу чувств?

**(5) В принципе, ни один человек не может жить, ориентируясь только на себя. Мы всегда живем *вместе* с другими и *вместе* с миром. Между нами и другими и между нами и миром возникают отношения, если удастся - живой контакт.**

Что Вы наблюдаете у Вашей дочери, Вашего сына в плане создания отношений? В чем проявляются трудности, где идет все хорошо? Что или кто является причиной успеха или неудачи при построении отношений?

**(6) Для всех *потребностей* нужна определенная *реализация*. Это касается как пищи, самообслуживания, одежды, так и сексуальности. Реализация подразумевает как развитие и раскрытие человека, так и ограничение и отказ от каких-либо желаний.**

Как Вы пытаетесь приблизиться к такой *реализации*? В чем Вы видите возможности и трудности? Что могло бы Вам в этом помочь? Как Вы относитесь к *отказу* от определенных желаний?

**(7) Кроме *реализации* все потребности нуждаются также в *контроле*. Это относится как к сексуальности, еде и напиткам, так и к обладанию.**

Что Вы видите у Вашей дочери, Вашего сына, если речь идет о контроле, самоконтроле, а также контроле другими людьми? В чем вы видите трудности? А также, что дало Вам положительные результаты?

**(8) То, как мы себя ведем в психологическом плане, в большой степени зависит от того, кого мы встречаем и с кем контактируем продолжительное время. Это относится и к сексуальности. Появляются возможные положительные или отрицательные примеры для поведения.**

Какие люди стали образцом (также и в плане сексуальности) для Вашей дочери, Вашего сына, на кого они равняются или могут равняться?

**(8) Удовлетворение потребностей, будь это еда или напитки, курение или самостоятельное передвижение, ощущение эротики и сексуальности, нельзя сравнивать с *полноценной жизнью*.**

Что, по Вашему мнению, способствует ориентации на полноценную жизнь? Что можете сделать Вы, а также другие люди для того, чтобы Ваша дочь, Ваш сын не только удовлетворяли потребности, но жили полноценной жизнью?

*Успехов и ощущения радости при работе над данными заданиями!*

## Предложения в рамках темы «Сексуальность», которые заслуживают внимания:

- (1) Тема «Сексуальность» очень обширна и затрагивает все формы человеческого переживания с самого раннего детства до глубокой старости. Она является одной из важных форм бытия человека.
- (2) Через сексуальность возникает *принадлежность* к определенному полу, т.е. человек с умственными ограничениями через свою сексуальность становится либо *мужчиной*, либо *женщиной* с умственными ограничениями.
- (3) Одна только сексуальность сужает жизненный простор.
- (4) С одной стороны, *сексуальность* выражает *индивидуальность*, с другой - направлена на партнерство и - в высшей форме является *выражением любви*.
- (5) *Сексуальность* приобретает свое значение всегда только путем *интеграции* в другие области жизни.
- (6) Человек, который *любит* и *любим*, является единым целым. Он все воспринимает *цельно*, так же думает, действует. Он *интегрировал* свою *сексуальность*.
- (7) *Любовь, теплота, чувственность, нежность и эротика* похожи на добрых братьев и сестер той сексуальности, которая всегда присутствует в жизни, независимо от одаренности или ограничения.
- (8) Чему нужно учить, так это *обращению* со всеми аспектами и значениями *сексуальности*. Также, и прежде всего, сексуальное поведение - результат обучения и зависит от того, как этому учат в семье, школе и обществе.
- (9) В рамках одной культуры складываются *определенные нормы*, которые хотя и предоставляют индивидууму *определенную свободу и ориентир*, но также требуют *определенной адаптации* к ним для избежания конфликтов.
- (10) Если говорить простым языком, то сексуальность - это то, что мы из нее создаем: дорогой или дешевый товар, приносящий счастье или конфликты, защита от скуки или одиночества, средство агрессии или выражение преданности и любви, зеркало психического здоровья или болезни, иногда также кажущаяся первичной техника в практических методах или «только» чувственное ощущение без особой глубины.
- (11) Не надо бояться, если не принимают или подавляют сексуальность, надо опасаться *злоупотребления* ею.

- (12) Приобретение сексуальности похоже на приобретение языка. Сексуальность, как и язык, с одной стороны, является результатом социальной интеракции, а с другой - средством коммуникации.
- (13) Поэтому необходимо также *воспитание*, которое каждому человеку предоставляет *право* на сексуальную коммуникацию *с самим собой* (разговор с самим собой), а также с людьми *своего* или *противоположного пола*. В результате такое воспитание помогает сохранить, поддерживать и реализовывать всю жизнь эту способность к коммуникации.
- (14) Родители и другие сопровождающие люди часто подходят с *неправильными мерками*, которые приводят к *чрезмерному обереганию* или к *негибким условиям*. Тем самым они устанавливают блокаду и затрудняют поиск собственного пути, а также *индивидуального стиля*.
- (15) Самоудовлетворение можно рассматривать как норму, но необходимо направлять такое поведение и руководить им. Следует уметь отличать общественные помещения от личных, а также людей, которым можно доверять, от чужих.
- (16) Чем более неуравновешенный человек, тем сильнее у него желание в самоудовлетворении. Причем при работе с данной проблемой оправдывает себя метод переклечения внимания, а также терпение.
- (17) Учителя и родители могут выступать в качестве воспитателей по вопросам сексуальности в том случае, если они своим личным поведением завоевали уважение и доверие у своих учеников.
- (18) Половое воспитание - эта та область воспитания, которая непосредственно *затрагивает* и *самого* воспитателя, поэтому от него требуется не только отражение своей собственной половой жизни, но и также ее ревизия и, таким образом, самовоспитание и *самосозидание*.
- (19) Воспитателю ничто *человеческое* не чуждо. Если случилась «драма», то руководством к действию должен быть не страх *и/или* смирение с этим, а стремление найти для всех моментов такого происшествия *разумную* основу.
- (20) Одним из основных содержаний процесса воспитания является передача ребенку того ощущения, что прекрасно иметь *тело*. Это начинается с хорошего питания, включает также сферу гигиены, одежду и внешний вид в целом.
- (21) Но счастье ощущает тот, кто научился быть нежным, кто умеет любить и быть любимым, а также кто просто познал хорошие поступки в своей жизни. В это могут внести вклад и переживания сексуального характера, а также сознательный отказ от такого переживания.

## ЧТО МОЖЕТ СЛУЖИТЬ ПРЕГРАДОЙ ДЛЯ СЕКСУАЛЬНОСТИ

### Слепота

Если сексуальность имеет дело со зрением, светом, красками, прозрачностью, грацией и красотой, отражением в зеркале, с тем, что на человека смотрят и ищут что-то или кого-то, с лицами и языком глаз, то нужно объективно признать, что слепота **может** быть преградой

### Глухота

Если сексуальность имеет дело со слухом, шептанием и прислушиванием, вслушиванием и слышанием, понятиями, именами и объяснениями, со звуком голоса, с музыкой и произнесенными словами, то нужно объективно признать, что глухота **определенно** является преградой

### Ограничение, связанное с органами человека

Если сексуальность через функции органов имеет дело с телом, с поглаживанием, теплотой, с держанием кого-то или с тем, что держатся за человека, с тем, что человека принимают и носят, с танцем, движениями и подвижностью, с ощущением близости, касаниями и обереганием, то нужно объективно признать, что данное ограничение **бесспорно** является преградой

### Психическое ограничение

Если сексуальность имеет дело с чувствами и ощущениями, с печалью, болью и отчаянием, но также с удовольствием и радостью, с бессознательным и мечтанием, предчувствиями и потерей себя, с удивлением, с бесконечной нежностью и смущением, то нужно объективно признать, что данное ограничение **точно** является преградой

### Социальное ограничение

Если сексуальность имеет дело с диалогом, нуждается в собеседнике, ищет подтверждения, хочет доверия и защищенности, нуждается в общности и солидарности, наполнена стремлением и тоской, благодарностью и заботой, требует ответственности, знает ревность и характеризуется одиночеством и чувством, что кого-то покинули, то нужно объективно признать - **да**, данное ограничение - преграда

### Умственное ограничение

Если сексуальность имеет дело с мыслями, представлениями и идеями, языком и воспоминанием, опытом и сознанием, надеждой и желанием, фантазией и творчеством, открытием, постижением, распознаванием и пониманием, то нужно объективно признать, что, данное ограничение - **явная** преграда

*Зигфрид Шрёдер*

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА К СЕКСУАЛЬНОСТИ

- (1) Мы должны учиться, помнить и учитывать, что человек не *обладает* сексуальностью, он *есть* половое существо.
- (2) Все, что мы, люди, делаем, и все, что нам, людям, необходимо, нуждается в соответствующей *реализации*. Это мы должны постигать для того, чтобы жизнь была, по возможности, максимально разнообразной, а также для развития нашего *индивидуального* стиля.
- (3) *Сексуальность* является одним из языков человека. Он должен учиться разговаривать также и на этом языке, причем так, чтобы понимать другого человека, не обижая его или не требуя от него чрезмерных усилий, но также и так, чтобы он не чувствовал отчужденности. Она должна доставлять счастье *обоим* партнерам!
- (4) Сексуальность человека сопровождают
  - уровень знаний
  - уровень адаптации
  - уровень поведения
  - уровень формирования

В плане воспитания обращать внимание только на поведение или только на знание, или на адаптацию, с педагогической точки зрения недостаточно и приводит к незначительным успехам. Сама *реализация* учитывает все три аспекта. Сама *реализация* предполагает также как развитие человека в сексуальном плане, так и отречение от этой потребности, и *направление* ее в другое русло.

- (5) Половое воспитание всегда является *частью общего* воспитания. Речь идет о человеке в комплексе со всеми его возможностями и границами, с его способностью и неспособностью, с его отношением к ценностям и значениям в жизни, с его желаниями и его тоской по полноценной жизни и стремлением найти смысл жизни.
- (6) Содержание или цели полового воспитания зависят от того, какой взгляд (*широкий* или *узкий*) берется за основу для данного воспитания. *Лично я выступаю за широкий взгляд*, чтобы не только смотрели со страхом на сексуальность, но также способствовали созданию отношений и наполнению их жизненной силой.

(7) Содержание или цели обширного полового воспитания

- воспринимать собственное *тело*, познавать его и наслаждаться им
- открывать себя как *личность*, но также как мужчину или женщину
- встречать *мир* и дарить себя миру на уровне чувств
- открывать *другого человека* как самостоятельную личность с собственным телом, кожей и волосами, желаниями и границами, и постоянно стремиться к возникновению чувства МЫ
- открывать себя как *мужчину или женщину* по отношению к своим возможностям или границам и находить удовольствие быть мужчиной или женщиной
- познать и уметь называть свое (*мужское или женское*) *тело* и тело противоположного пола, а также понять функции тела
- *ухаживать за своим телом, наслаждаться им и создавать его*
- заботиться о *своих чувствах*, тренировать их и наслаждаться ими *вместе с кожей и волосами*
- открыть и использовать собственную *нежность* и свою эротическую энергию, и наполнять ими свою жизнь
- уметь обращаться со *скукой* и развивать свои *интересы*
- уметь различать между *собственным* или тем, кому (чему) *доверяешь*, и *чужим*, между общественным и личным
- учиться заводить и поддерживать дружбу
- учиться обращаться с людьми *противоположного пола*
- узнавать, оценивать и практиковать формы *приемлемой нежности* и эротики
- знать о *процессе зачатия* и понимать его
- знать, понимать и использовать *способы контрацепции*
- знать о *рисках для здоровья*, узнавать и снижать их
- знать не только о прекрасной стороне, но и о трудностях при *совместной жизни* мужчины и женщины, учиться этой жизни и организовать ее по собственному стилю

- знать, как доставить радость другим и уметь дарить любовь
  - осознавать, что *отречение* - это фундамент нашей жизни, черпать из этого энергию и учиться с ней обращаться
  - научиться говорить *Да* и *Нет* и знать о последствиях того или иного ответа
  - знать, куда обращаться в случае *необходимости*, кому можно *доверять*
  - *любить себя*, другого или что-то другое, но также быть любимым и предчувствовать, что это может дать счастье и полноценную жизнь
- (12) Половое воспитание основывается не на страхе или чрезмерной опеке, а на сознании того, что прежде всего люди с умственными ограничениями нуждаются в нашей *особой защите*.
- (13) Корнями полового воспитания являются *позитивное восприятие жизни*, прекрасно, что ты живешь, живешь взлетами и падениями, в *отречении*, но также и в *удовлетворении* всех потребностей, живешь с *Да* и *Нет*, с открытыми и закрытыми областями, *сексуальность* - *чудо*, но также и *задача*.
- (14) При этом педагог в жизни человека с ограничениями никогда не играет даже вторую роль, в лучшем случае - третью. На втором месте - тот другой человек, с которым хотят быть, которому отдают или хотят отдать свое сердце.

В заключение я хотел бы пожелать успеха и мужества при реализации такой часто непростой, но прекрасной задачи - «обширного» полового воспитания.

*Дитер Фишер*



### **НЕЖНОСТЬ МОЖЕТ БЫТЬ:**

радостным приветствием при встрече...  
цветком, подаренным другому...  
образом другого человека, который заботливо оберегают...  
чем-то прекрасным, что нашептывают...  
немного растерянностью и смущением...  
и любящим взглядом.

### **БЫТЬ НЕЖНЫМ ЗНАЧИТ:**

находить время для другого человека...  
показывать ему что-нибудь...  
гладить его и позволять гладить себя...  
вместе гулять...  
прислушиваться к другому человеку...  
что-то вместе переживать...  
дарить маленькие подарки...  
вместе слушать музыку...  
и рассматривать другого человека.

### **НЕЖНОСТЬ МОЖНО ПОКАЗАТЬ:**

доверяя другому человеку...  
заботясь о другом человеке...  
относясь с терпением к другому...  
сядешь рядом с другим человеком, если он боится...  
рассказывая ему истории...  
посвящая другого во что-то личное...  
оберегая общую тайну...  
показывая другому, что по нему скучают...  
и что его любят.

### **БЫТЬ НЕЖНЫМ – ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ:**

положить голову на колени другого...  
получить утешение, если человеку плохо...  
примириться после ссоры...  
чем-то поделиться, если это особенно вкусно...  
спать в объятиях другого человека...  
грустить вместе с ним...  
чувствовать немного теплоты...  
прощать другого...  
вместе мечтать...  
умолкать.



Алла Гулякевич,  
*психотерапевт*

# Половое воспитание

Я ТЕБЯ ЛУБЛЮ

## ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ? НУЖНО ЛИ ОНО? КТО ЕГО ОСУЩЕСТВЛЯЕТ?

**Половое воспитание** - воспитание в мальчике мужчины, а в девочке - женщины в широком смысле этого слова и начинается оно с момента рождения ребенка. Осуществляют такое воспитание семья, школа, общественные организации. Может проводиться в группе.

Для сравнения приведу определение сексуального воспитания.

**Сексуальное воспитание** - формирование правильного сексуального поведения. Начинается по мере появления влечения, и осуществляет его специалист. Проводится только в малой группе или индивидуально.

Все люди стремятся к тому, чтобы любить и быть любимыми. К их числу относятся и люди с особенностями психофизического развития. Они способны испытывать половые потребности, сексуальные желания и романтические чувства, которые проявляются в разные периоды развития по-разному.

Большинство родителей детей с особенностями психофизического развития считают, что половое воспитание лишь направляет мысли детей в нежелательную сторону, поэтому оно не нужно и вредно. Некоторые родители испытывают такое смущение при обсуждении вопросов, имеющих отношение к сексуальности, что просто не могут говорить на эту тему. Бывает, родители отстраняются от этих мыслей думая, что их ребенок никогда не будет интересоваться противоположным полом и задавать вопросы о сексуальности. Зачастую родители просто не имеют необходимой информации и не знают, как и что говорить детям, так как сами воспитывались в ситуации запрета на получение такого рода информации - это было стыдно и аморально. Однако родители первыми начинают половое воспитание своих детей, даже если не хотят этого. Так как большая часть информации передается не в словесной форме, а на примере поведения самих родителей и через их установки, то зачастую они даже и не подозревают, что происходит процесс воспитания, полоролевого поведения, отношению к противоположному полу.

Исходя из вышесказанного, в первую очередь необходимо обучать родителей детей с особенностями психофизического развития правильному пониманию, что такое половое воспитание, для того чтобы их дети справлялись со своими сексуальными чувствами и умели выражать свои сексуальные желания. Kempton, Monat отмечали, что сокрытие от детей информации о сексе не удерживает их от половой активности, а половое воспитание вовсе не приводит к безответственному половому поведению; на самом деле результаты скорее всего будут прямо противоположными.

В университете Джорджа Вашингтона была проведена программа «Секс и инвалидность», позволившая выявить наиболее широко распространенные мифы и стереотипные представления о сексуальности людей с особенностями психофизического развития, способные «радикальным образом и без всякой нужды ограничить их половую жизнь» (Chipouras et al., 1979). Вот этот перечень:

- Инвалидам чужды проблемы пола.
- Инвалиды несамостоятельны и инфантильны, а потому нуждаются в опеке.
- Инвалидность порождает неспособность к половой жизни.
- Инвалиды должны жить и вступать в браки с себе подобными.
- Родители детей-инвалидов не хотят давать им половое воспитание.
- Для сексуального удовлетворения необходимо, чтобы половой акт завершался оргазмом.
- Если у инвалида возникают половые проблемы, то они почти наверняка обусловлены именно его инвалидностью.
- Физически здоровый человек может вступать в половые отношения с инвалидом только потому, что не привлекает к себе никого другого.

К счастью, многих людей с особенностями психофизического развития не смутила такая логика, и они стали активно требовать внимания к своим сексуальным нуждам и чувствам. Результатом этого движения стал билль о сексуальных правах инвалидов (Chipouras et al., 1979), состоящий из следующих пунктов:

- Право на половую жизнь.
- Право на уединение.
- Право на получение информации.
- Право на такие необходимые услуги, как консультации по противозачаточным средствам, медицинское обслуживание, консультации по генетическим и сексуальным проблемам.

- Право на выбор семейного положения.
- Право иметь или не иметь детей.
- Право принимать решения, касающиеся собственной жизни.
- Право в полной мере реализовать свои возможности.

По мере того как будет меняться отношение нашего общества к людям с особенностями психофизического развития, а сексуальность все больше восприниматься как фактор, украшающий нашу жизнь, мифические представления и стереотипы будут постепенно исчезать и заменяться большей терпимостью и информированностью.

## **ЧТО НАДО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ? О ЧЕМ ОНИ МОГУТ РАССКАЗАТЬ СВОИМ ДЕТЯМ?**

Половое и биологическое развитие людей с особенностями психофизического развития или без проходит, как правило, одинаково. Сексуальность не зависит от уровня интеллекта, но существует различие между так называемым возрастом достижения умственной и половой зрелости.

Поэтому родители должны быть осведомлены об этапах психосексуального развития детей в зависимости от возраста. Какие изменения происходят с ребенком на физическом и ментальном уровне? Как вести себя с ребенком, что ему говорить, как правильно обучить его гигиене?

Вот примерный план занятий, которые можно проводить с родителями, имеющими детей с особенностями психофизического развития:

1. Мини-лекция «Что такое половое воспитание и надо ли оно».
2. Практическое занятие «Давайте познакомимся со своим телом».
3. Игра-карточки «Найди пару».
4. Мини-лекция «Этапы психосексуального развития».
5. Практическое занятие «Очертание тела».
6. Упражнение «Покажи свои чувства».
7. Мини-лекция «Подростковый возраст»

8. Упражнение «Сказка о половом созревании».
9. Мини-лекция «Гигиена».
10. Мини-лекция «Мастурбация».
11. Мини-лекция «Контрацепция».
12. Мини-лекция «Что делать ребенку в случае сексуального насилия».
13. Подведение итогов.
14. Обратная связь.

Каждый родитель должен знать, что информация, полученная ребенком, будет воспринята правильно при соблюдении приведенных ниже основных принципов полового воспитания.

1. Говорите детям правду.
2. Уважайте ребенка как личность.
3. Относитесь серьезно к любым вопросам ребенка.
4. Доверяйте своим детям.
5. Излагайте информацию по частям, так она лучше усваивается. Повторяйте самое важное несколько раз, пока ребенок не усвоит.
6. Давайте детям конкретные, понятные и однозначные ответы на интересующие их вопросы.
7. Гордитесь тем, что ваш ребенок хорошо информирован.
8. Не ждите от ребенка вопросов. Если вы хотите быть первыми на его пути к истинным знаниям, начинайте действовать сами.
9. Не высмеивайте и не наказывайте ребенка за его любопытство и поступки, связанные с сексуальным влечением.
10. Не обвиняйте ребенка в том, чего он не совершал.

Научно-популярное издание

# «Любовь - самая прекрасная жизнь!»

Ответственный за выпуск А.Вараксин  
Редактор Е.Титова  
Корректор Л.Базулько  
Дизайн и компьютерная верстка А.Ягелло  
Художник И.Титов

Подписано в печать .....2008. Формат 84x90 1/16.  
Печать офсетная. Бумага офсетная. Гарнитура Palladium.  
Усл.печ.л. .... Уч.-изд. л. .... Тираж 4000 экз. Заказ .....

Издатель А.Н.Вараксин  
Лицензия №02330/0131774 от 06.03.2006г.  
E-mail: editpol@tut.by

Отпечатано в типографии ООО «Юстмаж»  
Лицензия №02330/0131681 от 30.04.2004г.  
220103, г.Минск, ул.Кнорина, 50, к.201.