

Работа над собой.

Прежде чем приступить к воспитанию ребёнка, помните о том, что начинать необходимо с себя. Наверняка у каждого имеются те или иные комплексы. Первое, что необходимо сделать – взять их под строгий контроль. Конечно же, избавиться от них подобным образом вам вряд ли удастся, но вы сможете снизить риск передачи этих проблем своему ребёнку. Отнеситесь к этому крайне серьезно – многочисленные психологические работы показали, что чаще всего проблемы сексуального характера носят наследственный характер. Время летит, ваш ребёнок растёт – и его вопросы перестают быть такими невинными, как раньше. И именно на этом этапе большинство родителей начинают всячески избегать подобных тем. И очень зря – это способствует неправильному формированию детского взгляда на секс, которое может остаться на всю жизнь.

Уже не малыши!

Главное, что должны внушить родители – это мысль о том, что секс абсолютно нормальная сторона жизни любого человека. Хотя, разумеется, донести подобную информацию до ребёнка весьма непросто. Детские педагоги предлагают следующие **СОВЕТЫ:**

Естественность (ни в коем случае не краснеть и не выказывать своего смущения во время разговора. Обсуждайте все вопросы, связанные с половым воспитанием, в непринужденной манере, как и все остальные темы. Не

стоит превращать подобные беседы в скучные лекции. Говорите с ребёнком на улице, во время ужина, просмотра телевизора. Манера рассказа (Очень многие родители боятся, что их ребёнок услышит о сексе больше, чем следует в его возрасте. Однако это вовсе не так – память ребёнка крайне избирательна – он вряд ли запомнит ту информацию, которая окажется ему непонятной либо скучной). Родительская активность. (В том случае, если родители посчитают, что настало время поговорить с ребёнком на столь щепетильную тему, да и момент окажется подходящим, стоит проявить инициативу и первыми начать разговор. Иногда гораздо эффективнее заранее предупредить появление тех или иных вопросов, чем услышать их в самый неподходящий момент).

Уже школьник!

Половое воспитание младших школьников – самое легкое, так как первая волна любопытства и интереса к сексуальной стороне жизни человечества уже осталась позади, а до второй еще далеко. В этот период родители должны всего лишь прививать ребёнку правильные взгляды на отношения полов, и в частности, для мальчиков, весьма актуально правильное восприятие девочек и женщин.

Научите мальчика подавать девочке руку на выходе из транспорта, пропускать в дверях, помогать одеваться. Улыбнулись? А ведь именно этого так часто не хватает во многих мужчинах. И этот

этап воспитания очень тесно связан с сексуальным воспитанием.

Половое воспитание девочек в этом возрасте немного сложнее – ведь именно сейчас настало время рассказать дочери о том, что такое менструация, почему она существует, про то, какие гигиенические меры необходимы в этот период. Не стоит полагать, что в 7 – 8 лет эта информация еще преждевременна – у современных девочек зачастую менструация начинается очень рано. И гораздо хуже будет, если она застанет ребёнка неожиданно – ваша дочь может испугаться.



Уже подросток!

Половое воспитание подростка – самая сложная задача. Ведь сексуальная неграмотность в этом возрасте с очень высокой долей вероятности может обернуться серьезными проблемами, такими как венерические заболевания и нежелательная беременность. Да и про эмоциональную сторону вопроса также не стоит забывать. Вы ведь не хотите, чтобы ваш ребёнок вступил во взрослую

жизнь с теми или иными комплексами? А значит, беседы о половом воспитании в этом возрасте просто необходимы.

У девочек, как правило, сексуальное влечение к противоположному полу выражено гораздо менее ярко, чем у мальчиков. Чаще всего девочка воспринимает своего молодого человека скорее как друга, нежели полового партнёра.

Мальчики же, напротив, сознательно стремятся именно к половому контакту. И родители должны позаботиться о том, чтобы он стал безопасным.

Объясните ребенку, что такое контрацепция, ненавязчиво посоветуйте наиболее оптимальный для него вариант. Если вы не можете переступить через себя и поговорить с ребенком на столь откровенную тему, хотя бы позаботьтесь о том, чтобы ему в руки попала необходимая литература.

Обязательно разговаривайте с сыном или дочкой о дружбе, уважении, девичьей чести, мужском достоинстве. Учите ребенка правильному отношению к противоположному полу – он наверняка ещё скажет вам спасибо за это.

Старайтесь говорить со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы. Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст. Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети. Будьте открыты для общения с ребенком, даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.

Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы. Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь. Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайте внимание на любые изменения в поведении своего ребенка. Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными средствами, если он в этом нуждается.

Воспитывая детей, всегда помните, что половое психосексуальное созревание – одна из наиболее уязвимых сфер социализации подростка, часто связанная с несчастливой первой любовью, ранней беременностью, абортам, тяжело сказывающимся на физическом и духовном здоровье молодых людей. Осложнение в сфере интимной жизни не редко являются причинами суцидов, приобщения к наркотикам и алкоголю, развитию психосексуальных и агрессивных патологических наклонностей. Родителям необходимо проявлять тактичность в разговорах с подростками на эту тему. Именно семья формирует нравственность подростков. Ребенок должен видеть взаимную любовь родителей, ибо стиль внутрисемейных отношений, усвоенный в детстве, взрослые дети могут повторять в жизни.

Государственное автономное учреждение Иркутской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

«Основы нравственно-полового воспитания подросткового поколения»

Практическое руководство для родителей



г. Иркутск, 2025 г.