

Муниципальное бюджетное учреждение
«Тахтамукайская межпоселенческая централизованная библиотечная система»

Яблоновская городская библиотека №3



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКОВ



п. Яблоновский

2020



Половое воспитание – это комплекс воспитательных и просветительных воздействий на ребенка, направленных на овладение им нормами поведения, свойственными представителям его пола, способствующих гармоничному развитию, полноценному формированию полового поведения и детородной функции, содействовать укреплению физиологических и нравственных основ брака и семьи.



Половое воспитание подростков: рекомендательное пособие для родителей / подготовила Ачох Л.К. – Яблоновский. – 2020.



Особенности полового воспитания в разных возрастах

Ранний возраст

Психосексуальное развитие происходит сразу после появления на свет. Малыш реагирует на прикосновения, поглаживания и укачивания. В возрасте 6 месяцев его начинают интересовать части своего тела. Он только обнаруживает свою отдельность от матери и исследует себя. Поэтому трогает все, к чему достаёт. Не нужно пугаться, если половые органы исследует намного чаще. Это нормально, не стоит ругать и убирать руки.

В два года знает как все части тела называются. А в три уже отличает мальчиков от девочек не только по розовому цвету и бантикам. Может начать интересоваться, как попал маме в животик. Расскажите доступно и без подробностей, как появляются дети (от любви папы и мамы...). И ни в коем случае не выдумывайте про аистов и капусту. Иначе малыш подрастёт и потеряет доверие к вашим словам.

В 4 года происходит идентификация себя с мальчиком или девочкой. Может начать повторно трогать себя за гениталии, осознавая, что это приятно. Не стоит опять-таки его ругать, это пройдёт скоро. А вот при резкой негативной ситуации могут со временем развиваться сложности сексуального характера. Ведь отложится в сознании, что это стыдно, грязно и некрасиво. Чувствуете неловкость — выйдите на минуту из комнаты.

Дошкольный и младший школьный возраст

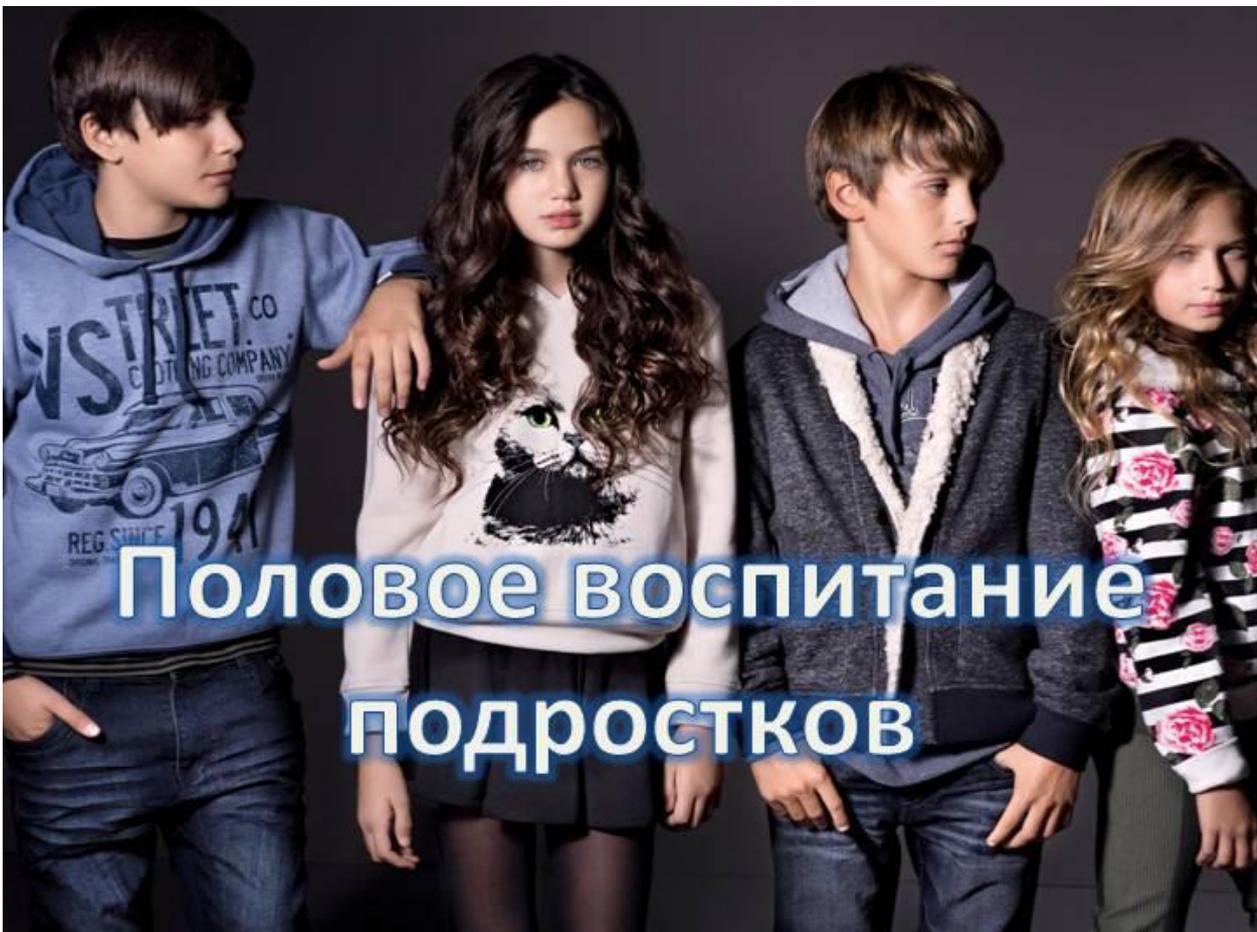
В пять лет проявляется стеснение. С этого момента душ принимать ребёнок должен только с родителем своего пола. Если нет такой возможности — научите правильной гигиене половых органов, будет мыться сам. Или заходит в ванну трусиках, и снимает после того, как ему помогут помыть спину и голову.

В школьном возрасте активно могут с одноклассниками обсуждать темы секса. Это важный период, когда вы можете сформировать доверительные отношения. Объясните малышу, что в случае каких-либо вопросов на тему секса он может обращаться к вам. С девочками до 7–8 лет важно поговорить о менструации, иначе она испугается, когда это с ней впервые не случится



Подростковый возраст

В этот период у детей происходит перестройка гормонального фона. И активно начинает проявляться половое созревание. У мальчиков сексуальное влечение выражено более ярко, они стремятся именно к совершению полового контакта. Им важно нравиться, влюбляться и получать романтические признания от парней.



О чём нужно рассказывать

В первую очередь вы должны рассказать ребёнку о том, как защитить и сохранить своё здоровье. А также здоровье будущего партнёра. Выберите подходящее время и обязательно поговорите на такие темы, как:

- **Физиологическое строение их половых органов.** Может возникать много смущения и напряжения, но все же старайтесь называть все органы соответствующими терминами. Не нужно придумывать ласкательные имена, ребёнок должен знать достоверную информацию о строении своего тела. Расскажите о функциях каждого органа, для чего он создан природой.
- **Половое созревание.** Предоставьте информацию о процессах, которые происходят в их организме. Им будет намного легче сталкиваться с изменениями, когда они будут знать, что это нормально. Что это происходит со всеми, только у кого-то начинается раньше, у кого-то позже.
- Девочкам подробную информацию о менструациях, о том, что может изменяться грудь. Начнут расти волосы в интимных зонах. Мальчикам важно знать о возникновении ночных поллюций. О том, что порой будут испытывать возбуждение и эрекцию. Начнёт «ломаться» голос и также появится растительность как в интимной зоне, так и на лице.
- **Гигиена.** Вроде и так понятно, дети давно приучены к гигиене. Но сейчас можно подробнее рассказать о заболеваниях, которые возникают при несоблюдении чистоты. Важно менять ежедневно белье и регулярно правильно подмываться. Порой даже злоупотребление мытьём может привести к воспалительному процессу у девочек. Редкое подмывание грозит мальчишкам инфицированием смазки, которая скапливается под крайней плотью. И со временем это может вызвать её сужение, которое называется фимоз.
- **Венерические заболевания.** Какие признаки при возникновении инфицирования, последствия. Расскажите о том, какие врачи занимаются диагностикой. Какое может назначаться лечение. Им важно знать о последствиях необдуманного поступка. Что это может привести к колоссальным изменениям их организма. Что лечение может занимать очень длительный период. А такие заболевания, как ВИЧ и СПИД остаются на всю жизнь. И требуют постоянного поддержания иммунной системы с помощью медикаментов.
- **Методы контрацепции.** Расскажите существующие способы контрацепции и защиты не только от заболеваний, но и от нежелательной беременности. Покажите, как правильно пользоваться презервативом. В какую сторону выворачивать и как правильно одевать. Что нельзя открывать зубами во избежание его повреждения. А также нежелательно носить в кармане, иначе может протереться. Все эти нюансы очень важны, иначе защитные функции теряются.
- **Вредные привычки.** Подростки должны иметь представление о пагубном воздействии курения, алкоголя и наркотиков на их организм. Что это вызывает привыкание. Очень влияет на здоровье будущих детей. Может менять их сознание и разрушать здоровье.

Как общаться об интимном

- **Важно, чтобы разговор с подростком проводил родитель одного с ним пола.** Иначе это может вызывать у ребёнка очень много смущения. Из-за которого он может отказываться от диалога. В случае когда нет такой возможности, пробуйте поэтапно что-либо рассказывать. Когда он привыкнет и возникнет доверие, сможете перейти к более открытому разговору.
- **По поводу темы о гормональной перестройке, предоставьте не только информацию, а научите, как правильно обходится с изменениями.** Поддержите дочку, выберите необходимые средства гигиены во время месячных и научите ими пользоваться. Мальчишек, во избежание чувства стыда перед родителями, научите менять и стирать постель самостоятельно. Покажите, как безопасно бриться. Какой бьютигальтер выбирать, какое бельё необходимо для комфорта и здоровья.
- **Если обнаружили материал порнографического содержания – не нужно устраивать скандал.** Это только отдалит подростка от вас. Их интерес носит экспериментальный характер. Подростки обычно обсуждают какие-либо моменты, связанные с сексом. Обмениваются знаниями. Поэтому не удивительно, что ваш ребёнок решил удовлетворить своё любопытство. Будьте спокойны, если сын или дочка видели порнографические моменты, это не означает, что они не понимают разницу между близкими отношениями и просто сексом.
- К тому же запретный плод сладок. Он всегда найдёт возможность раздобыть необходимый материал, в другой раз лучше спрятав. Не запугивайте и также не рассказывайте об отвращении к такому процессу. Иначе он обесценит всю информацию, которую до этого получил от вас в целях защиты. Проявите терпение и уважение к личным границам подростка. И посвятите время на создание системы ценностей, в которой сексуальность не подавляет остальные интересы.
- **Посмотрите вместе фильмы о любви, обсудите их.** При этом дайте возможность подростку высказать своё мнение. И ни в коем случае не критикуйте его. Он только учится, у него нет опыта, по сравнению с вами. Лучше поделитесь своей историей отношений, ошибками и их последствиями. Как вы справлялись с ними, проживали сложные моменты.
- **Научите заявлять о своих границах, о том, что им не нравится или не хочется.** Пусть поймёт, что отказать и сказать «мне это неприятно» — нормально и правильно. Никто не имеет права заставлять их игнорировать себя ради того, чтобы угодить. Из-за страха отвержения они могут наделать много глупостей. Учите уважать себя и принимать такими, какие они есть.
- **Приучайте к тому, что влюблённость не должна заменять все в их жизни.** Обучение в школе, обязанности дома и посещения кружков не должны игнорироваться. А в отношениях важно уметь уважать другого, заботиться о нём. Проявлять нежность, поддерживать и слушать.
- **Не реагируйте злостью или обидой, если при разговоре ребёнок смеётся и шутит.** Он не обесценивает ваши попытки, а пытается справиться со своей неловкостью. Таким образом, происходит разрядка.



Половое воспитание детей и подростков требует порой колоссальных усилий. Но они оправданы. Благодаря своевременной информации ваш ребёнок научится строить гармоничные отношения с противоположным полом. По статистике, дети, с которыми родители говорили о сексе, меньше были подвержены венерическим заболеваниям и нежелательной беременности. Если вам удалось разговор, со временем вы будете к нему возвращаться. Потому что ваш ребёнок будет чувствовать поддержку и обращаться за опытом с новыми вопросами.

Какова роль полового воспитания и образования подростков для их будущего счастья

Чтобы ответить на этот вопрос, надо разделить понятия полового воспитания и полового образования.

Половое образование это:

- рассказать на уроках биологии об устройстве половых органов,
- о болезнях, передающихся половым путем,
- о СПИДе и способах его профилактики,
- о процессе оплодотворения и внутриутробном развитии ребенка,
- а также о методах контрацепции.

Половое образование проводить нужно и важно. Главное — вовремя. При этом обязательно разделять аудитории юношей и девушек, чтобы они могли задать волнующие их вопросы без стыда и смущения.

Ошибки полового воспитания подростков

Итак, какие ошибки, часто с лучшими намерениями, совершают взрослые в процессе полового воспитания детей и подростков и тем самым портят им судьбу, лишают их счастья парных отношений? Разберем главные из них. Это:

1. Преждевременное пробуждение сексуальности.
2. Пренебрежение нравственным воспитанием, обесценивание чувств.
3. Отсутствие контроля информационного пространства.
4. Так называемые уроки полового воспитания, рассказывающие о физиологии секса.
5. Пропаганда гомосексуализма и теории гендерных ролей.
6. Лояльное отношение к мату, употребление матерных слов.

Самая большая ошибка — преждевременное пробуждение сексуальности

Ребенок от 7 до 13 лет (примерное время полового созревания) находится в стадии латентной сексуальности. Задача его психики на этом этапе — наработка опыта человеческих взаимоотношений, товарищеские связи, учеба, игра, спорт. На этом этапе закладываются такие важные компоненты психики, как совесть, эго-идеал, формируются самоуважение и навыки адаптации к окружающему миру. Пробуждение сексуальности до начала периода полового созревания разрушает еще несформированную детскую психику, затормаживает развитие души.

Чрезмерная сексуализация информационного пространства и так обеспечивает достаточную осведомленность наших детей относительно вопросов пола и деторождения. Новости, сериалы, ток-шоу, посты и ленты в соцсетях — это тот информационный фон, в котором живет ребенок. Он никуда не может деться от этой информации, и задача родителей на уровне семьи — не заострять внимание на сексуальных темах, а, наоборот, увлекать ребенка интересными занятиями и контролировать его информационное пространство с раннего детства, не допуская в него развращающий психику контент.

Гормональный всплеск, который переживают подростки, естественным образом пробуждает у них интерес к собственному телу, а также к теме взаимоотношений полов. И для того, чтобы подросток без вреда для себя смог справиться с подростковыми искушениями, очень важно заложить к этому времени в его душу нравственную основу, сформировать способность к глубоким чувствам в противовес желанию получить наслаждение немедленно. В эпоху гаджетов и клипового мышления задача эта чрезвычайно трудная, но подъемная.

Половое воспитание девочек подростков

Что бы ни говорили западные поборники гендерного равенства, мальчиков и девочек надо воспитывать по-разному. Свобода социальной реализации и свобода гендерной идентичности — это совершенно разные вещи. Мужчины и женщины отличаются и физиологией, и психически.

Чтобы человеческий вид не вымер, природа устроила так, что мужчины и женщины в отношениях хотят не одного и того же. Мужчина хочет женщину — в прямом понимании этого слова. Его желание вдохновляет его на труд и на подвиг, ради желанной женщины он готов построить дом, вырастить сына, победить всех врагов и достать звезду с неба. Женщина хочет от мужчины прежде всего защиты и безопасности. Она готова его вдохновлять, быть для него красивой и заботливой — для того, чтобы под его крылом она могла родить и вырастить детей.

Да, бывают исключения. Да, в современном мире женщины стали более самостоятельными и уже не так нуждаются в защите, поэтому роли несколько сместились. И да, бывают разные мальчики и разные девочки. Если мальчик с нежной душой, ранимый и душевно хрупкий — это совершенно не значит, что природа ошиблась и поместила в мужское тело женскую душу. И наоборот, сильная, волевая, крепкая девочка — вовсе не мужчина в женском теле.

Нередко под видом полового воспитания девочкам подросткам транслируют совершенно противоположные смыслы. Под видом гендерного равенства вводят понятие сексуальной свободы, на самом деле называя сексуальной свободой сексуальную разнuzданность.

Если уж мы говорим о сексуальной свободе, то для женщины — это свобода сказать «нет», когда не хочется, без чувства вины и последствий в виде насилия или психологического давления. Девочек-подростков надо учить говорить это женское «нет» твердо и с достоинством. Причем делать это надо так, чтобы не привить цинизм и неуважение ко всему мужскому полу, разделяя понятия любовь и влюбленность, желание к эмоциональной близости и половое влечение, чтобы, когда придет время, женщина могла сказать свое искреннее «да».

Очень важно разговаривать с девушками о таких понятиях, как девичья честь и женское достоинство. На примере героев фильмов, книг или на примере реальных ситуаций. К сожалению, массовый тренд, транслируемый в соцсетях, направлен на то, чтобы девушки подавали себя как сексуальный товар. Мужчины с удовольствием пользуются такими девушками, но женятся на других, на тех, в верности которых они будут уверены. Мужчина не может уважать и ценить женщину, которая ведет себя недостойно.

Любовь к чтению классической литературы — один из самых эффективных способов профилактики девиантного полового поведения подростков. Девушка, которая читала правильную литературу, никогда не пойдет на поводу простых инстинктов. Для ее запросов «просто секс» — это мизерное удовольствие. Поэтому она максимально защищена от ранних половых связей и нежелательной беременности — это вообще не ее проблема.

Половое воспитание мальчиков подростков

Чтобы воспитать из мальчика достойного мужчину, мало отдать его на спорт или научить чисто мужским занятиям из серии забить гвоздь или разобрать компьютер. Важно привить ему чувство ответственности, сформировать бережное и уважительное отношение к девушке, помочь осознать высокую значимость роли женщины и красоты целомудрия у девушек.

Конечно, все начинается с теплых и уважительных отношений в семье. Если мальчик не научился любить и уважать родителей, братьев и сестер, ему трудно будет полюбить другого человека. Для юношей особое значение имеет нежное отношение к матери. Обида на мать однозначно формирует плохой сценарий его будущих парных отношений. Такой юноша будет неосознанно выбирать легкомысленных девушек или подталкивать их к провокативному поведению. При этом каждый раз будет страдать от предательства, снова обжигаться и обижаться на весь женский род.

Мальчик в нашем менталитете — это желание быть героем, совершить подвиг. Показывайте, где истинный героизм, а где напускной. Родителям и учителям в школе поможет классическая литература и реальная история нашей страны, богатая настоящими подвигами и героями. Очень важно научить будущего мужчину подчинять пробуждающиеся половые чувства и переживания высшим интересам, интеллекту, воле, творчеству.

Также хорошо вовлекать подростков в социально-полезную деятельность — помощь школе в сборке мебели, посещение подшефного детского дома, участие в конкурсах социальных проектов. Помочь подросткам в их желании к самостоятельному заработку тоже важный шаг на пути к взрослой ответственности и самоорганизации.

А вот увлечение подростков современной музыкой часто носит откровенно деструктивный характер. Имеются в виду популярные в подростковой и даже детской среде рэп-исполнители, употребляющие в своих песнях нецензурную лексику, тем самым легализующие мат.

Как мат влияет на половое воспитание подростков

Впервые информацию о сексе дети получают в дошкольном возрасте, когда слышат мат от сверстника, обычно в возрасте шести лет, плюс-минус год, тогда же «узнаем» откуда берутся дети. Мат и секс — крепко связанные понятия, ведь любое матерное слово семантически — либо половые органы, либо акт соития. Узнать об этом от сверстников — нормально, природно. Когда же дети мат слышат в семье, то это подобно насильному навязыванию информации о сексе в грубой форме. Чувственно же дети воспринимают это как нарушение границ родитель-ребенок, словно он зашел в спальню к родителям и увидел соитие. Психосексуальное развитие ребенка в таком случае притормаживается: он теряет чувство защищенности и безопасности, становится растерян, подавлен, испуган и часто вытесняет эти эмоции.

Кроме того, если подросток растет в атмосфере мата, он получает серьезные психологические травмы, что ставит под угрозу его будущую личную жизнь. Например, девочка в будущем может избегать близости, воспринимать секс как грязь и унижение, ей трудно будет довериться партнеру и почувствовать радость любви. Таким образом девушка, выросшая на мате, лишается огромной части того, что называется женским счастьем.

Публичный мат (от реперов и других «звезд») аналогично перечеркивает восприятие близости между мужчиной и женщиной как чего-то светлого и прекрасного. В еще не созревшей подростковой психике запускается процесс формирования отвратительных ассоциативных связей: «женщина — это телка», «отношения — это случка», кто груб, тот крут и т. д. Самые уязвимые перед влиянием мата оказываются дети, в силу возраста еще не получившие должного чувственного воспитания.

То есть ограждать ребенка от мата, развивать и воспитывать в нем чувства надо задолго до наступления подросткового возраста. Если подросток уже увлекается матерным рэпом, значит у него уже сформировались определенные фрустрации, которые и наполняет такого вида «творчество», запреты в этом случае уже не сработают. Можно только постараться увлечь его чем-то более интересным и перспективным для его будущего. Например, помочь поменять окружение, как вариант — записать на какие-то интересующие его онлайн-курсы или увлечь идеей овладения интернет-профессией.

Резюмируя, скажем, что половое воспитание в подростковом возрасте начинать, увы, уже слишком поздно. И чтобы сделать мальчика-подростка настоящим мужчиной, а девочку-

подростка достойной женщиной, начинать надо гораздо раньше того времени, как у девочки начнет расти грудь, а у мальчика пробиваться усы.



Существуют два этапа сексуального воспитания подростка. Первый этап длится с 9 до 13, а второй — с 14 до 18 лет. Практика показывает, что начальный этап пубертатного периода самый сложный. В этот период подростков всё больше интересует тема своего тела и секса. Дети начинают задавать неудобные вопросы своим родителям, которые часто совершают грубую ошибку — стараются уйти от ответа. Этим поступком они показывают, что секс — запретная тема, повышая любопытство детей до нездоровой заинтересованности.

Особенности сексуального воспитания ребенка на первом этапе пубертата

В возрасте 9-13 лет подростку нужно объяснить следующие изменения, происходящие в его организме:

1. Рост волос на лице, в подмышечных впадинах и в области лобка.
2. Увеличение объема груди за счет роста молочных желёз.
3. Увеличение пениса и яичек.
4. Причины увлажнения влагалища.
5. Причины эрекции и поллюций.

Следует объяснить, что эти изменения происходят у каждого человека в разное время и с разной скоростью. Важно предостеречь ребёнка от большого стереотипа, что волосы на теле — это ужасно. Уже в возрасте 9 лет подросток должен знать, что он имеет право отказаться от прикосновений любого человека, не зависимо от обстоятельств. Следует объяснить подростку, что ему тоже могут отказать в физическом контакте, при этом он не имеет права насильственно прикасаться к человеку.

Сексуальное воспитание подростка на втором этапе полового созревания

В возрасте 14-18 лет нужно рассказать ребенку о гормонах и их влиянии на организм, первом половом акте, заболеваниях, передающихся половым путём, средствах контрацепции и беременности. Девушкам нужно подробно рассказать о менструации, описать процесс зачатия и рождения ребенка.



На завершающем этапе полового созревания в беседе с подростками стоит развеять распространенные мифы, связанные с гендерными отличиями. Не нужно бояться общения с детьми о сексе, думая, что после услышанного они пустятся во все тяжкие. На практике всё работает в обратном порядке — после грамотных бесед с родителями дети более рассудительно подходят к вопросу секса и восприятия себя.



