



МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)



ГБУ РС(Я) "РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
СОДЕЙСТВИЯ СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ"



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ (ПОСОБИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ)



ЯКУТСК,
2024



Министерство труда и социального развития
Республики Саха (Якутия)



ГБУ РС(Я) «Республиканский центр содействия
семейному воспитанию»

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

(Пособие для родителей)

Якутск
Дом печати
2024

УДК 159.922.77(072)
ББК 74.200.55я7
П52

Авторы:

канд. психол. наук А.В. Киселева, педагоги-психологи ГБУ РС(Я)
«Республиканский центр содействия семейному воспитанию»
З.С. Шахурдина, Н.Ф. Иванова, М.В. Козлова, А.Н. Колесова

Ответственный редактор

Э.В. Кондратьев, директор ГБУ РС(Я)
«Республиканский центр содействия семейному воспитанию»

П52 **Половое воспитание детей и подростков** : (пособие для родителей) / А. В. Киселева, З. С. Шахурдина, Н. Ф. Иванова [и др.] ; ответственный редактор Э. В. Кондратьев ; Министерство труда и социального развития Республики Саха (Якутия), Республиканский центр содействия семейному воспитанию. – Якутск : Дом печати, 2024. – 52 с.
Агентство СІР НБР Саха

Методическое пособие для родителей по основам полового воспитания детей и подростков, формированию культуры безопасного полового поведения.

Для широкого круга читателей.

УДК 159.922.77(072)
ББК 74.200.55я7

© Киселева А.В. и др., 2024
© ГБУ РС(Я) «РЦССВ», 2024
© Оформление. Дом печати, 2024

ПРЕДИСЛОВИЕ

Уважаемые родители!

Методичка, которую вы держите в руках, написана специально для вас. Она посвящена сложной теме – половому воспитанию детей и подростков.

Человеческая сексуальность – сложное явление; она складывается из природных (биологических) и социальных факторов. К первым относятся пол и половая конституция, ко вторым – воспитание, окружение и отношение родителей.

Взрослые люди, сталкиваясь с выражением «половое воспитание», часто думают, что половое воспитание касается исключительно биологической составляющей, которая проявляется в интимных отношениях между взрослыми. Это заблуждение. Информации об «интимных отношениях» в методичке не будет.

Мы построили методичку на основе ответов на вопросы, которые чаще всего задают родители на наших занятиях, лекциях и вебинарах, посвященных половому воспитанию.

Основные подходы и правила полового воспитания, изложенные в данной методичке, были сформированы в российской культуре. Они дополнены научно разработанными и апробированными рекомендациями, связанными с изменениями, произошедшими в социальной и информационной среде.

Завершает методичку список литературы, с которой мы рекомендуем познакомиться, если у вас возникло желание исследовать эту тему более глубоко или появились свои вопросы.

ВОПРОС № 1. ЧТО ТАКОЕ ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ?

Часто под термином «половое воспитание» подразумевают рассказы о «пестиках и тычинках». Увы, тема намного шире и серьезнее, а нарративы из жизни растений давно устарели.

Половое воспитание – это процесс целенаправленного формирования личности мужчины или женщины, разделяющих традиционные ценности, принимающих свой биологический пол, уважительно относящихся к противоположному полу.

Половое воспитание направлено на формирование ценности семьи, установок ответственного родительства, ответственного отношения к своему здоровью (в том числе репродуктивному), формирование личных границ (как физических, так и психологических) и культуры безопасного полового поведения, навыков защиты себя от насилия.

Половое воспитание детей – составная часть единого, цельного процесса воспитания. Не осуществляя его, опуская часть вопросов на самотек, невозможно из мальчика вырастить мужчину, а из девочки – женщину. Кризис семьи, который констатируют ученые и практики, растущее количество разводов, измены и предательства, сломанные судьбы, дети, растущие в неполных семьях, ранние проблемы со здоровьем у одиноких/разведенных людей, сексуальное насилие и инцесты – все это является результатом стихийно происходящего полового воспитания.

В широком смысле половое воспитание – это система медико-психолого-педагогических мер по формированию у родителей, детей, подростков и молодежи установок ответственного родительства, правильного отношения к вопросам пола, репродуктивному здоровью; так что и нас с вами оно тоже касается.

Родителям на заметку. Намеренная ложь, которая часто присутствует в этом процессе, когда мы, например, рассказываем детям про аиста или капусту – сначала приводит к формированию неправильной картины мира, а затем нарушает отношения между родителем и ребенком, часто приводя к полному эмоциональному разрыву. Почему? Этому способствует явная намеренная ложь родителя: ребенок перестает доверять человеку, который его намеренно обманывает при объяснении сокровенных вещей.

ЧТО ТАКОЕ ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ?



ВОПРОС № 2. С КАКОГО ВОЗРАСТА СЛЕДУЕТ НАЧИНАТЬ ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ? ЧТО ОНО ВКЛЮЧАЕТ?

Не осознавая этого, большинство родителей начинают половое воспитание ребенка еще до его рождения, когда на процедуре УЗИ определяется пол ребенка: исследования показывают, что родители по-разному общаются с девочками и мальчиками еще на этапе внутриутробного развития, во время беременности, готовят для них разную одежду, игрушки.

Половое воспитание продолжается сразу после рождения ребенка, когда мы называем малыша «мальчиком» или «девочкой», рассказываем о том, как ведут себя представители пола, то есть формируем у ребенка определенную «картину мира», где живут люди двух полов и закладываем нормативные представления о них.

Пол – первая категория, в которой ребенок начинает осознавать себя как человек. В возрасте около 2 лет, часто еще не умея называть себя по имени и не зная своего возраста, ребенок уже знает, «мальчик» он или «девочка».

На каждом этапе возрастного развития ребенка половое воспитание имеет определенные задачи. Очевидно, что половое воспитание ребенка дошкольного возраста значительно отличается от младшего школьника или подростка.

Содержательно в половом воспитании можно выделить несколько основных блоков: анатомо-физиолого-гигиенический, формирование культуры безопасного полового поведения, ценностно-смысловой блок, к которому относятся вопросы культуры отношений, формирование установок ответственного родительства и т.д.

Родителям на заметку. Родители обучают детей не только во время разговоров. Родители обучают детей своим примером. Это обучение намного сильнее и действеннее. А если слова родителя расходятся с делом, например, папа говорит, что нельзя обижать девочек, а сам обижает маму, то ребенок, в первую очередь, воспроизводит его поступки. А потом научается обманывать: говорить одно, а делать другое.

ВОПРОС № 3. ПОЧЕМУ НЕКОТОРЫЕ РОДИТЕЛИ ПРОТИВ ПОЛОВОГО ВОСПИТАНИЯ?

Мнения родителей о необходимости полового воспитания в настоящее время сильно поляризованы. Часть родителей убеждена в его необходимости, но есть и такие, которые считают, что «это может испортить ребенка», «мы без этого как-то росли, и наши дети тоже вырастут».

Существуют несколько причин, из-за которых родители имеют негативную позицию по отношению к половому воспитанию:

- родители ошибочно связывают половое воспитание с обучением сексу (половое воспитание этого не предполагает);
- у родителей есть личные комплексы и проблемы, при которых обсуждение вопросов, связанных с анатомией, физиологией и/или гигиеной поднимает невротический стыд и страхи;
- некомпетентность родителей и сложность в обсуждении специализированной информации (например, по анатомо-физиолого-гигиеническому блоку) приводит к тому, что тему нужно «замолчать» или «пусть об этом ребенку расскажет специалист»;
- на уровне практики пока отсутствует «закрепленная в традиции» грамотно выстроенная система полового воспитания, которая, с одной стороны, была основана на важных для нашего общества ценностях, с другой, была дополнена данными современных научных исследований и разработок, сделанных на их основе.

Родителям на заметку. Напомним, половое воспитание – не информирование о вопросах анатомии, физиологии и гигиены, хотя эти вопросы очень важны. Оно включает и ценностно-смысловой блок, и формирование культуры безопасного полового поведения. Кроме того, наши дети взрослеют в особой информационно-коммуникационной социальной среде; ребенок обязательно узнает о том, что ему интересно, но нет гарантий, что он получит достоверную и корректно поданную информацию.

ВОПРОС № 4. ЕСТЬ ЛИ ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В РЕЛИГИОЗНЫХ СЕМЬЯХ?

Половое воспитание – это часть воспитания духовно-нравственного, а в религиозных семьях, как известно, воспитанию духа ребенка, формированию его нравственного «стремления» уделяется большое внимание.

Одним из важных направлений религиозного воспитания является формирование целомудрия (или целомудренности) – интегральной характеристики личности, которая проявляется в нравственности, уважении традиционных отношений, благочестии, неприемлемости сексуального экспериментирования, смены партнеров и «легких отношений», проживания в гражданском браке и т.д., другими словами – в преобладании духовных ценностей над побуждениями тела, удовлетворении потребностей в физическом удовольствии, соблюдении чистоты помыслов и желаний.

Формирование целомудренности – это стратегия полового воспитания, которая также ведет к формированию нравственных ценностей и установок – ценности семьи, ответственного родительства, определенного отношения к телу и вопросам сохранения репродуктивного здоровья.

Следует отметить, что благодаря такому половому воспитанию религиозным семьям удается избежать части сложных вопросов и проблем, с которыми сталкиваются невоцерковленные родители подростков.

Однако на этапе подросткового и юношеского возраста дети из религиозных семей в силу низкой информированности и высокой доверчивости могут быть более уязвимы в сложных ситуациях социального взаимодействия, связанных, например, с сексуальным насилием.

Родителям на заметку. Все семьи очень разные. Вне зависимости от уровня духовности родителя, детско-родительские отношения могут быть нарушены по разным причинам. Нежелание, активное избегание, ложь при объяснении вопросов деторождения или отношений между супругами, как правило, приводит к последующим эмоциональным разрывам в отношениях.

ВОПРОС № 5. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МНЕ ТРУДНО ГОВОРИТЬ НА ЭТУ ТЕМУ?

Родители, задающие этот вопрос, в первую очередь, имеют в виду темы анатомио-физиолого-гигиенического блока. Хотя бывает, что ценности и жизненные смыслы обсуждать с детьми тоже сложно. Это довольно распространенная проблема, ведь чаще всего у родителей нет собственного детского опыта подобных разговоров, так уж получилось, и с этим ничего не поделаешь.

Мы уже упоминали, что тема полового воспитания и формирования культуры безопасного полового поведения сейчас находится в зачаточном состоянии, поэтому взрослым непривычно в принципе разговаривать на эту тему, а уж тем более со своим ребенком. Обсуждение физиологических процессов созревания половой системы и организма в целом, менструаций или методов контрацепции может казаться стыдным и вызывать сильные затруднения. Из-за недостатка собственных знаний взрослые боятся сказать что-то неправильно или сделать что-то не так.

Чтобы справиться с этими трудностями, необходимо самим подробно разобраться в вопросах физиологии, послушать экспертов, почитать книги. Вопросы, связанные с собственным стыдом, страхом и сложностями в отношениях, необходимо проработать с психологом.

Разобравшись в терминологии, механизмах и своих внутренних ощущениях, родитель будет чувствовать себя уверенно, а значит, станет для ребенка именно тем человеком, на которого можно положиться и кому можно без опасения задать волнующие вопросы. В настоящее время есть масса литературы и даже курсы по половому воспитанию для родителей, пройдя обучение на которых, вы будете чувствовать себя уверенно, обсуждая с ребенком сложные вопросы «про это».

Родителям на заметку. Изучение вопросов анатомио-физиологического блока, как показывает практика, часто бывает полезным и для взрослых людей: табуированность темы в собственной родительской семье иногда приводит к тому, что в сознании состоявшегося взрослого «живет» большое количество мифов и заблуждений.

ВОПРОС № 6. ПОЧЕМУ РЕБЕНКУ НЕ МОГУТ РАССКАЗАТЬ ОБ ЭТОМ В ШКОЛЕ?

Система образования осуществляет половое воспитание на всех уровнях обучения ребенка:

- в детском саду ребенок осваивает полоролевые модели поведения, завершается формирование гендерной идентичности (психологического пола);
- в младших классах – учиться выстраивать отношения и дружить, находясь на новом уровне социального развития;
- в средних и старших классах – изучает основы анатомии и физиологии, психологические и юридические вопросы, связанные с созданием собственной семьи.

То есть на протяжении всего периода обучения, педагоги и специалисты системы образования в соответствии с существующими стандартами обучения (их называют ФГОСы – Федеральные государственные образовательные стандарты) осуществляют половое воспитание.

Однако система образования не может заменить семью, маму и папу.

Первичная социализация ребенка происходит в семье, его личность формируется во взаимодействии с родителями, при наблюдении за их поведением. Поэтому половое воспитание должно быть обязательным компонентом семейного воспитания.

Родителям на заметку. По результатам социологических исследований большая часть родителей (80,3 %), считают, что половое воспитание детей – это прежде всего их обязанность, и только (41,7 %) возлагают ответственность на школу.

ВОПРОС № 7. КТО В СЕМЬЕ ДОЛЖЕН ЗАНИМАТЬСЯ ПОЛОВЫМ ВОСПИТАНИЕМ РЕБЕНКА?

Независимо от степени осознанности и целенаправленности или, наоборот, стихийности и неосознаваемости процесса воспитания ребенка, в нем, как правило, принимают участие все члены семьи: мама, папа, бабушки и дедушки, братья и сестры (если они есть), другие родственники.

Принято считать, что личность ребенка формируется во взаимодействии с родителями или людьми, их замещающими. Однако значительное воздействие на ребенка оказывают те члены семьи, которые чисто физически проводят с ним больше времени. Это отражается как в имитации моделей поведения близкого – взрослого, так и в трансляции им ребенку своих ценностей, смыслов и установок.

Что касается знакомства с информацией по анатомии, физиологии и деторождению, принято считать, что основную полную информацию должен давать родитель одного пола с ребенком. Однако, например, рассказывать девочке дошкольного возраста о том, как она родилась на свет, вполне может и папа.

Если мама сама воспитывает мальчика, считается, что разговаривать с сыном на указанные темы примерно до 8 лет она может сама.

Начиная с возраста 7–8 лет, для ознакомления мальчика с информацией анатомо-физиологического блока, в случае отсутствия отца, необходимо привлекать мужчину. Это может быть дядя, дедушка, отец друга, тренер; важно, чтобы он вызывал доверие у мальчика. Попросите его поговорить с ребенком по продуманному вами сценарию. Мама может присутствовать при этом разговоре и невербально поддерживать всех участников беседы, то есть вести себя просто, непринужденно, спокойно.

Родителям на заметку. Лучше провести несколько таких бесед, где ваш сын сможет задавать чисто мужские вопросы, адресованные именно мужчине. После этого мама сама сможет ответить ребенку на определенные вопросы, ссылаясь на первичный разговор.

ВОПРОС № 8. КАК ВЗРОСЛОМУ ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ?

Задавая этот вопрос, родители хотят получить как можно больше информации об организации процесса, предполагая, что могут быть какие-то специальные ситуации, или специальная подача информации, которая позволит проводить разговоры и диалоги более легко.

Действительно, большое значение имеет, каким образом родитель подает ребенку информацию: говорит спокойно, уверенно, открыто, поддерживая контакт глаз, или краснеет, бледнеет, нервничает, заикается, отводя глаза в сторону.

Необходимо помнить, что ребенок воспринимает не только вербальную информацию (то, что ему родитель говорит), но и чувствует состояние взрослого в этот момент. Поэтому лучше подготовиться к разговору заранее, особенно если тема психологически сложна для вас, и, выбрав подходящий момент, инициировать его.

Возможно, для разговора появится какой-то повод, например, ожидаете рождение малыша/или малыш родился у родителей друга вашего ребенка.

Общие рекомендации по организации разговора:

- усадите ребенка рядом с собой;
- мягко посмотрите ему в глаза, можно бережно прикоснуться к руке или плечу;
- если ребенок первым задал вопрос, сначала уточните, что именно его интересует, потом отвечайте;
- говорите просто, понятно, четко, поддерживайте контакт глаз;
- следуйте за интересом ребенка, не говорите лишнего;
- ведите разговор в контексте бытовых тем.

Родителям на заметку. По своему характеру разговор не должен отличаться от других бесед с ребенком. Ваше лицо должно быть примерно таким же, как в ситуациях, когда вы говорите о покупке новых игрушек, чтении книги. Чем старше ребенок становится, тем сложнее с ним разговаривать о деторождении и половых различиях: велика вероятность того, что ребенок где-то уже получил эту информацию, и ваше «мнение» будет не первым.

Помните: вы транслируете не только информацию! Вы транслируете отношение.

ВОПРОС № 9. С КАКОГО ВОЗРАСТА ПРОЯВЛЕНИЕ РЕБЕНКОМ ИНТЕРЕСА К ПОЛОВЫМ РАЗЛИЧИЯМ СЧИТАЕТСЯ «НОРМОЙ»?

Обычно в возрасте около 3 лет дети начинают открыто проявлять исследовательский интерес к аспектам половых различий и деторождения.

Дошкольный возраст – это период, когда у ребенка активно формируется «картина мира», состоящая из взрослых и детей, мужчин и женщин. Для детей дошкольного возраста вопросы о половых органах и деторождении – это вопросы «об устройстве мира»; они имеют чисто исследовательский характер и не имеют сексуального подтекста. Пока ребенок маленький, половые органы для него – это такие же части тела, как уши или пальцы. Но ответ родителя, неуверенный голос, стыдливый взгляд – могут навести ребенка на мысль о том, что он спрашивает о чем-то «запретном» и/или «очень неприличном».

Повторимся, все вопросы о половых различиях и деторождении, возникающие у ребенка в дошкольном возрасте – это проявление нормального исследовательского интереса и поиска информации, необходимой для построения «картины мира». Поэтому дети дошкольного возраста (чаще от 2 до 5 лет) могут спрашивать родителей и/или людей посторонних о том, откуда берутся дети, почему мальчики/мужчины и девочки/женщины отличаются строением тела; кроме того, могут возникать ситуации, когда дети пытаются рассмотреть половые органы друг друга.

В возрасте 3–4 лет дети начинают играть в игры с сексуальным сюжетом. Это также нормативное явление. Посредством этих игр закрепляется половое самосознание, происходит закладка будущих паттернов гетеросексуальности.

Родителям на заметку. Если ребенок задает вопрос, а родитель не готов к ответам, он может взять паузу, сказав: «Хороший вопрос, здорово, что ты про это спрашиваешь, но сейчас я занят, а эта тема стоит более внимательного обсуждения. Мы обязательно поговорим об этом с тобой чуть позже».

ВОПРОС № 10. ЧТО ТАКОЕ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОГО ПОЛОВОГО ПОВЕДЕНИЯ»? КАК ОНА СВЯЗАНА С ПОЛОВЫМ ВОСПИТАНИЕМ?

Культура безопасного полового поведения – это знание определенных правил и наличие соответствующих им моделей поведения и/или навыков коммуникации, которые позволят ребенку защитить себя от сексуального насилия.

Когда взрослые узнают о том, что младенцы, малыши и маленькие дети могут стать жертвами сексуализированного насилия, им кажется, что мир сошел с ума.

К большому сожалению, такие вещи происходят во всем мире и в нашей стране. Мировая статистика свидетельствует, что каждый шестой мальчик и каждая четвертая девочка подвергаются сексуализированному насилию до 18 лет; из них примерно 34 % пострадавших – дети младше 9 лет.

Достаточно условно в культуре безопасного полового поведения можно выделить две части: правила общей безопасности и правила, связанные с половым воспитанием.

Основой культуры безопасного полового поведения являются:

- правильное название наружных половых органов;
- «правило нижнего белья»;
- умение различать хорошие и плохие секреты;
- навык обращения за помощью к близким взрослым;
- знание общих правил безопасности в социуме.



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ВОПРОС № 1. В ЧЕМ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА?

В половом воспитании дошкольника условно можно выделить два направления:

- формирование гендерной идентичности;
- формирование культуры безопасного полового поведения.

Термином «гендер» в науке обозначают психологический пол; совокупность проявлений женственности (феминности) у девочки и мужественности (маскулинности) у мальчика; связанное с социальными и культурными стереотипами о поведении и качествах представителей биологического пола.

Осознание пола является фундаментом личности; еще не зная о себе ничего и иногда не умея разговаривать, ребенок уже знает – «мальчик» он или «девочка». В возрасте старше 2 лет, начиная сравнивать себя с другими мальчиками и девочками, получая разъяснения, ребенок узнает, что «мальчики носят штанишки, а девочки – платьица», мальчики «играют машинками, а девочки – куклами» и т.д. (в разное время и в разных культурах эти признаки могут сильно различаться).

Основные «фигуры», на которые ребенок ориентируется при различении полов – его родители (или люди, их замещающие): папа и мама выступают в качестве образцов «мужского» и «женского», «ролевых моделей».

В раннем детстве ребенок начинает осваивать половые роли и полоролевой репертуар. Это происходит при разъяснении взрослых, прямо инструктирующих ребенка на соответствие или несоответствие поведения полоролевым моделям.

Основы культуры безопасного полового поведения также закладываются в дошкольном возрасте (мы рассмотрим этот вопрос отдельно).

Родителям на заметку. Некоторые родители ошибочно полагают, что половое воспитание проводится только в отношении подростков. Это неверно. Половое воспитание дошкольника также очень важно.

ВОПРОС № 2. КАК ФОРМИРУЕТСЯ ГЕНДЕРНАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ?

Формирование гендерной идентичности – внутреннего самоощущения себя как представителя определенного пола – происходит в дошкольном возрасте и завершается примерно к 5 годам – возрасту «первого рождения личности» (в отечественной психологии есть метафора «личность рождается дважды»).

Формирование гендерной идентичности происходит в процессе идентификации (уподобления) себя родителю своего пола.

Половая идентификация – это процесс осознания и принятия себя как представителя того или иного пола – включает 3 аспекта:

- когнитивный – ребенок начинает относить себя к одному из двух полов, приобретает представления о содержании типичного для пола ролевого поведения;
- эмоциональный – отношение к полу и половые предпочтения, интересы, ценностные ориентации, реакции на оценку, проявление эмоций, связанных с формированием черт маскулинности (мужественности) и феминности (женственности);
- поведенческий – воспроизведение/демонстрация типичных для пола моделей поведения.

Родителям на заметку. Поскольку люди в восприятии ребенка уже разделены на две противоположные категории – мальчиков и девочек, инструкция «Мальчики не плачут» воспринимается мальчиком и как информация о том, что девочки могут плакать. Догадки такого рода находят подкрепление и в реакциях взрослых: «Ты что – девочка? Почему ты плачешь?»

ВОПРОС № 3. КАК ОТНОСИТЬСЯ К ПРОЯВЛЕНИЯМ СЕКСУАЛЬНОСТИ СОВСЕМ МАЛЕНЬКИХ ДЕТЕЙ?

Очень и очень спокойно.

Иногда родители младенцев наблюдают непроизвольную эрекцию у мальчиков и увлажнение влагалища у девочек. Это может происходить при кормлении, купании, переодевании. Эти реакции носят по большей части рефлекторный характер (на уровне «безусловных рефлексов»: поступают приятные сигналы в мозг) и не имеют абсолютно никакого сексуального подтекста.

«Сексуальность» ребенка отличается от сексуальности взрослого человека, и для ее обозначения часто используют специальный термин: «квазисексуальность» (латинская приставка «квази» означает «мнимый», «ненастоящий»).

Ребенок не понимает эротической составляющей своих рефлексов, у него нет сексуальных переживаний. А вот реакция родителей в такие моменты (страх, стыд, гнев, беспокойство), как правило, производит на ребенка сильное впечатление и накладывает отпечаток на его последующее поведение и отношение к своему телу.

В младенческом возрасте ребенок начинает осваивать пространство собственного тела (через «игры» с органами), и примерно от 10 месяцев до 1,5 года у него формируется «образ тела». Поэтому часто в моменты переодевания, будучи раздетым, ребенок может трогать себя руками. Половые органы – тоже части тела ребенка, их он тоже может и должен трогать руками. Прикосновение к половым органам в такие моменты считают возрастной нормой и формой «исследовательской деятельности».

Родителям на заметку. Рекомендуется выделять время для исследовательской деятельности ребенка и знакомить его с половыми органами так же, как и с другими частями тела. Например, когда мама меняет подгузник, можно сказать: «Это твой пенис. Приятно прикасаться ко всем частям тела». Затем надеть подгузник. Так взрослый будет давать информацию о том, что на теле нет плохих и хороших мест, все части тела хорошие и достойны внимания.

ВОПРОС № 4. ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ О ПОЛОВЫХ РАЗЛИЧИЯХ РЕБЕНОК ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА?

Ребенок должен знать, что мир состоит из мужчин и женщин, они по-разному устроены, имеют разное строение тела, по-разному думают и чувствуют.

Фундаментом для формирования «картины мира», состоящей из мужчин и женщин, мальчиков и девочек, являются представления о себе и знание правильных названий своих органов и частей тела.

Немногие взрослые знают о том, что правильное название наружных органов является правилом № 1, помогающим обеспечить безопасность ребенка в ситуациях преступных домогательств на разных этапах взросления.

Родителям следует говорить о половых органах в контексте бытовых ситуаций (при подмывании, в туалете и пр.), называя их корректно, без слов-заменителей – эвфемизмов.

Какие только эвфемизмы не услышишь от родителей: «слоник», «морковка», «краник» и т.д. Из-за собственного стеснения взрослые всячески избегают слов «вульва» и «пенис».

Правильные названия половых органов – вклад в безопасность ребенка и его защиту от насилия. Когда вы даете гениталиям четкие и понятные названия, показываете, где они находятся, дети получают важнейшие инструменты для предупреждения развратных действий по отношению к себе.

Более того, вы начинаете формировать у ребенка физические границы и культуру полового поведения: когда ребенок узнает правильные названия половых органов в раннем возрасте, он воспринимает их как естественные и нормальные (какими они на самом деле и являются).

Когда мы (взрослые, родители) используем эвфемизмы, мы прививаем детям неправильное отношение к своему телу, учим выделять «плохие» и «хорошие» части.

ВОПРОС № 5. СУЩЕСТВУЮТ ЛИ ПРАВИЛА ИНТИМНОЙ ГИГИЕНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА?

Ухаживая за младенцем с первых дней его жизни, родители приобщают его к гигиеническим нормам и правилам. Существуют общие правила интимной гигиены, а также отдельные – для девочек и мальчиков.

Напомним основные общие правила гигиены, о которых чаще всего говорят врачи педиатры:

- гигиенические процедуры должны быть ежедневными;
- если нет дополнительных медицинских рекомендаций, детям не нужны никакие специальные средства для подмывания – достаточно воды;
- нижнее белье должно быть хлопковым, по размеру; менять его необходимо один-два раза в день;
- полотенце для половых органов должно быть индивидуальным, из мягких и натуральных тканей;
- мыть руки перед туалетом не менее важно, чем после;
- прежде чем прикасаться к гениталиям, нужно мыть руки.

Примерно к 5 годам ребенок должен знать и самостоятельно соблюдать ежедневные правила интимного ухода, уметь самостоятельно подмываться, использовать туалетную бумагу или салфетки, понимать необходимость ежедневного душа и смены нательного белья.

Родителям на заметку. Не следует прикасаться, разглядывать наружные половые органы детей старше 4 лет без необходимости. Если у ребенка появились неприятные ощущения, зуд, жжение в области гениталий, необходимо обратиться за консультацией к врачу.

ВОПРОС № 6. ЧТО ТАКОЕ «ПРАВИЛО НИЖНЕГО БЕЛЬЯ»?

«Правило нижнего белья» – основа культуры полового поведения, обеспечивающая безопасность ребенка, формирование его физических и психологических границ.

Начиная с раннего возраста, родители или взрослые, их замещающие, должны спокойно и доброжелательно объяснять ребенку, что части тела, прикрытые нижним бельем – это собственность их обладателя и никто, включая родителей, не должен просить показать или потрогать эти части тела. Исключение составляют ситуации, когда прикоснуться к интимным частям тела необходимо для медицинского осмотра или процедуры (например, в кабинете врача, когда родители находятся тут же или поблизости).

Ребенок должен усвоить, что нормальный взрослый не будет просить его прикоснуться к интимным частям тела, и, в свою очередь, не будет предлагать ребенку прикоснуться к своим гениталиям, не будет ему ничего показывать.

Помимо безопасности, «правило нижнего белья» также направлено на формирование у ребенка физических границ и общей культуры, поскольку, по сути, вводится запрет на прикосновение к интимным частям тела других людей и прикосновение к своим половым органам и/или их демонстрация в присутствии других.

Как обучить ребенка этому правилу?

- своим примером: прикрывать собственные интимные места, не ходить раздетыми; не переодеваться в присутствии ребенка;
- спрашивать у ребенка, можно ли его обнять, поцеловать и приучать взрослых из ближайшего окружения спрашивать ребенка об этом, прежде чем обнять или поцеловать;
- примерно с 3 лет обучать ребенка самостоятельно соблюдать гигиену интимных мест; не прикасаться к половым органам детей без надобности (уже с 5 лет).
- играя в игрушки, проигрывать разные ситуации, в которых взрослый рассказывает ребенку правила безопасного поведения.

ВОПРОС № 7. ПОМИМО «ПРАВИЛА НИЖНЕГО БЕЛЬЯ», ЧЕМУ Я ЕЩЕ МОГУ НАУЧИТЬ РЕБЕНКА, ЧТОБЫ ЗАЩИТИТЬ ЕГО ОТ НАСИЛИЯ?

Для того чтобы защитить от сексуального насилия, помимо «правила нижнего белья» и правильного названия наружных половых органов, необходимо проработать с ребенком тему «хороших» и «плохих секретов».

Секреты и действия под покровом тайны – основная тактика тех, кто занимается сексуальными домогательствами. Насильники часто манипулируют детьми, используя идею секрета: или пугают, что в случае раскрытия тайны случится что-то плохое, или создают впечатление «общего секрета», который нужно хранить.

Дети верят этому. Поэтому важно научить ребенка отличать «плохие тайны» от «хороших», объяснить, что вовсе не все секреты нужно хранить, особенно если от них становится плохо. Плохие секреты нужно рассказать взрослому, которому ребенок доверяет.

Любая тайна, которая вызывает подавленность, дискомфорт, страх или отчаяние – это «плохая тайна» и ее нельзя хранить в себе; и вообще «секретов у детей с другими людьми про тело быть не может», о них нужно рассказывать маме. Например, подготовить подарок на день рождения или Новый год – это «хороший секрет». Все, что вызывает неприятные ощущения, грусть, тревогу – может быть «плохой тайной» («плохим секретом»).

Родители должны поощрять детей в том, чтобы они делились с ними «плохими тайнами» и вести себя при этом соответствующим образом: не ругать ребенка за то, что он попал в такую ситуацию (хотя возможно его до этого и предупреждали), внимательно и серьезно выслушать, поддержать ребенка и сказать о том, что «вместе мы обязательно справимся с этой проблемой».

Родителям на заметку. Если после разговора с вами о плохих тайнах у ребенка появилась установка «Просить о помощи – это нормально», значит, вы все сделали правильно.

ВОПРОС № 8. ЧТО РАССКАЗЫВАТЬ ДОШКОЛЬНИКАМ О ДЕТОРОЖДЕНИИ?

Детей необходимо готовить к взрослой жизни; рассказы о «капусте» и «аистах» не просто архаичны, они подорвут доверие к вам и могут привести к эмоциональному разрыву в отношениях, когда ребенок станет немного старше.

Следует помнить, что ни один вопрос никогда не остается без ответа, и, если взрослый затаит с ответом или вообще отмахнется, сказав: «Рано тебе об этом знать, еще маленький!», ребенок обязательно найдет ответы самостоятельно, но какими они будут, можно только догадываться.

Поэтому, если взрослый заинтересован в том, чтобы у ребенка с самого начала формировалась правильная «картина мира», он должен быть первым человеком, который будет давать ребенку ответы на вопросы «про это».

Также важно понимать, что разговоры «про это» нужны для безопасности ребенка, для того чтобы малыш относился к себе как к хорошему и нужному, а к своему телу – как к нормальному и ценному. А еще правдивые и корректные ответы на вопросы о различиях полов и деторождении формируют отношение доверия между ребенком и родителями (взрослыми), которое сохранится на долгие годы.

Что именно говорить? Детям дошкольного возраста достаточно сказать просто правду без сказочных чудес: «Тебя родила мама». На дополнительные вопросы ответить просто: «из животика», «в роддоме», «доктор помог вытащить тебя из животика», «через специальное отверстие, которое есть у каждой женщины».

Но когда ребенок задает вопрос, обязательно уточняйте, что он имеет в виду. Давайте ответ на его вопрос и делайте это в контексте бытовых ситуаций.

Родителям на заметку. Есть хорошая литература и мультфильмы, позволяющие мягко и ненавязчиво удовлетворить информационную потребность ребенка. Главное – не забывайте отвечать на вопросы честно, без стеснения: у малыша нет стереотипов о «постыдном» и для него вопрос «откуда берутся дети?» такой же, как и «почему трава зеленая?»

ВОПРОС № 9. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК В ДЕТСКОМ САДУ ПОДГЛЯДЫВАЕТ ЗА ДРУГИМИ В ТУАЛЕТЕ, ЦЕЛУЕТСЯ, ВЕДЕТ СЕБЯ КАК ВЗРОСЛЫЙ?

Подобные проявления, скорее всего, показывают, что развитие и взросление ребенка происходит в условиях недостатка информации.

Поощрять подобное поведение детей не нужно, но реагировать резко – кричать, бить по рукам и т.д. – тоже не нужно.

Первое, с чего нужно начать (если вы, конечно, до сих пор этого не сделали), это рассказать ребенку об отличиях в строении тела мальчиков и девочек. Желательно воспользоваться картинками из специальных детских книг, атласов.

Во-вторых, необходимо четко и ясно, но без лишних эмоций и запугиваний, озвучить запрет на «подглядывания в туалете». Угрозы, в которых ребенку за содеянное обещают телесные увечья (например, «лопнут глаза» или что-нибудь «отвалится»), совершенно недопустимы, как и физические наказания.

Дети старшего дошкольного возраста, осваивая полоролевые модели поведения, часто играют «в семью». Если действия в игре принимают слишком натуралистичный характер, необходимо обсудить с ребенком вопрос физических границ другого человека, вспомнить «правило нижнего белья».

Кроме того, следует обратить внимание на то, каким образом родители как пара ведут себя дома в присутствии детей: очень многое из того, что дети проигрывают в своих играх, они подражательно перенимают, наблюдая за родителями.

Родителям на заметку. Если родители или воспитатели в детском саду заметили нестандартное поведение (ребенок проявляет особый интерес к своим половым органам, ерзает на стуле и т.д.), ни в коем случае нельзя кричать, ругать ребенка, акцентировать на этом внимание – впоследствии это может даже спровоцировать определенные психологические проблемы. В подобной ситуации необходимо переключить внимание ребенка, а затем спокойно разобраться с причиной.

ВОПРОС № 10. ОПАСНА ЛИ ДЕТСКАЯ МАСТУРБАЦИЯ?

Детская мастурбация не является болезнью, не считается патологией, но, как правило, доставляет массу дискомфорта родителям и заставляет их сильно волноваться. Способы детской мастурбации чрезвычайно многообразны: руками, игрушками, зажатым между ног одеялом, трением о мебель и т.д.; они производят на родителей тягостное и пугающее впечатление, но сами по себе никак не указывают ни на «распущенность» ребенка, ни на то, что это «болезнь».

Признано, что мастурбация (или онанизм, генитальная стимуляция) у детей дошкольного и младшего школьного возраста не является болезнью.

Мастурбация дошкольника часто является реакцией ребенка на трудную жизненную ситуацию, но иногда может быть вызвана медицинскими проблемами (глистной инвазией или неудобным нижним бельем и др.). Поэтому важно не ругать ребенка, и тем более не бить его по рукам, а самостоятельно или с помощью специалиста попытаться понять, что в жизни ребенка вынуждает слишком часто или упорно заниматься онанизмом.

Наиболее распространенными причинами детской мастурбации бывают:

- ситуации эмоционального дискомфорта: скуки, заброшенности, одиночества, холодности и недостатка внимания любимых и значимых людей;
- ситуации эмоционального неблагополучия в семье, совсем не обязательно в форме конфликтов, скандалов;
- ситуации обидных или ущемляющих достоинство ребенка действий взрослых.

Родителям на заметку. Установлено, когда в семье царит эмоциональное благополучие, ребенок ощущает взаимную расположенность взрослых и их внимание к себе, когда ему хорошо и интересно, тяга к раздражению половых органов угасает или исчезает вовсе.

ВОПРОС № 11. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК УВИДЕЛ ОБНАЖЕННОГО РОДИТЕЛЯ ИЛИ ВОШЕЛ В СПАЛЬНЮ ВО ВРЕМЯ СЕКСА?

Уместнее всего спокойная и ровная реакция.

Иногда лучше сделать вид, что ничего не произошло. Через какое-то время можно спокойно заметить, что, входя к другому человеку, хорошо бы постучать: мало ли чем он может быть занят.

В большинстве семей порядок обнажения регулируется без особого напряжения. Годам к 3–4 мальчики обычно перестают купаться вместе с матерью, девочки уже после 2 лет обычно не присутствуют при купании отца, старших братьев. Ощупывание чужих половых органов и игра с ними тоже не поощряется: и у детей, и у взрослых это может вызывать очень разные реакции. Однако единых для всех семей и жестких правил обнажения не существует; они зависят от культурных установок и традиций общества и конкретной семьи.

Внезапное столкновение с физической близостью родителей может произвести на ребенка сильное впечатление. Дети воспринимают секс родителей как драку, войну, в которой папа и мама бьют, кусают, поедают, душат друг друга, причем роль агрессора обычно отводится отцу. Переживая одновременно смущение и страх, чувство беспомощности и покинутости, ребенок может броситься на защиту матери. Последствия наблюдения полового акта могут быть очень разными: от полного их отсутствия до выраженных и более или менее долго сохраняющихся реакций невротического типа.

Реакции детей, потрясенных и испуганных увиденным, в последующем различны. Одни становятся скрытными, и поведение их может быть демонстративно-вызывающим, другие, напротив, становятся робкими, зависимыми, легко податливыми. Это зависит и от характера ребенка, и от имевшейся у него ранее информации об отношениях полов, и от пережитых эмоций.



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ВОПРОС № 1. ЧТО ХАРАКТЕРНО ДЛЯ ПСИХОСЕКСУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА?

Младший школьный возраст в современной периодизации психического развития охватывает период от 6–7 до 9–11 лет; у ребенка происходит смена образа и стиля жизни, осваивается новая социальная роль «школьника», ведущей становится учебная деятельность.

Младший школьный возраст относят к препубертатному периоду психосексуального развития и считают его «вершиной детства». Ребенок сохраняет много детских качеств: легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого «снизу вверх»; но уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, появляется другая логика мышления (с началом обучения в школе преимущественное развитие получает словесно-логическое мышление).

У ребенка, получившего в дошкольном детстве необходимую информацию, сформирована «картина мира», поэтому его не интересуют вопросы половых различий, деторождения, межполовых отношений и т.д.

Иногда младший школьный возраст называют латентным (то есть скрытым) периодом психосексуального развития, потому что оно как бы «отходит» на второй план.

В норме поведение ребенка 7–10 лет определяется интенсивной социализацией, связанной с началом обучения и отсутствием выраженного полового метаморфоза:

- в младшем школьном возрасте продолжается развитие навыков коммуникации и взаимодействия, в том числе с детьми противоположного пола;
- продолжается освоение моральных и нравственных половых установок: «девочек нужно защищать», «мальчики смелые» и т.п.;
- начинается формирование оценки себя как представителя определенного пола (самооценка гендерных и сексуальных качеств).

ВОПРОС № 2. ЧТО ТАКОЕ «ПОЛЯРИЗАЦИЯ ПОЛОВ»?

Ученые описали такое явление, когда дети 7–9 лет формируют группы мальчиков и девочек (разделяются на группы по половому признаку); оно получило название «поляризация полов».

В этом возрасте представители своего пола обычно идеализируются; мальчики могут считать девочек «глупыми» и «несерьезными», в то время как девочки считают мальчиков «грубыми» и «невоспитанными».

Явление поляризации полов обусловлено закономерностями развития, внешне часто проявляется действиями агрессивного или оборонительного характера, которые выражают внутренний интерес к другому полу.

Поляризация полов приводит к гомогенизации; возраст 9–10 лет принято считать периодом половой гомогенизации. Это возраст наибольшей привязанности мальчиков к отцам, а девочек к матерям и подражания им в поведении.

В этом возрасте у детей возрастает и достигает пика интерес к традиционным «мужским» и «женским» занятиям, и роль родителей заключается в одобрении действий ребенка, свойственных его полу.

В это время важно включить ребенка в круг семейных обязанностей, например, пока папа с сыном расчищают снег у гаража, мама с дочерью готовят воскресный обед и т.п.

Родителям на заметку. Если в отношениях с ребенком дошкольного возраста существовали проблемы, то младший школьный возраст, особенно период половой гомогенизации – наилучшее время для того, чтобы эти отношения «перезагрузить»: душевные доверительные беседы, совместные занятия «мужским» и «женским» делом сближают детей и родителей, дают толчок к откровенным разговорам, помогают детям делиться с взрослыми своими сокровенными тайнами и мечтами. Кроме того, возраст 9–10 лет – второй благоприятный период для приобщения ребенка к «традиционным» для его пола занятиям/видам деятельности, в том числе и домашним работам (первый благоприятный период – возраст от 3 до 6 лет).

ВОПРОС № 3. КАК В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА ПРОЯВЛЯЕТСЯ ПОЛОВАЯ ГОМОГЕНИЗАЦИЯ?

Термин «гомогенизация» происходит от греч. слова «однородный». Половую гомогенизацию называют «пиком латентного периода» – возраста, когда дети общаются только с друзьями своего пола. С детьми противоположного пола общаются лишь по крайней необходимости, но о них практически не говорят ни со сверстниками, ни с родителями, вообще не упоминают.

В норме (в семье с двумя родителями) мальчик 9–10 лет больше обращается к отцу, внимательнее прислушивается к его замечаниям, хотя раньше больше общался с матерью. Девочка, соответственно, преимущественно общается с матерью.

Игры и занятия мальчиков в это время подчеркнута маскулинны (мужественны): спорт, приключения, «мужские» кружки по интересам; они увлекаются приключенческими фильмами, военной и детективной тематикой, подражают маскулинным героям, перенимая образцы грубой «мужественности», пробуют курить, ходить особой «мужской» походкой, держать руки в карманах и т.д. (все детали очень зависят от времени и моды).

Потребность в близости с отцом у мальчика часто может выражаться в его идеализации (даже вопреки реальности). Именно в этом возрасте уход отца из семьи переживается мальчиком особенно тяжело. Если отца нет или отношения с ним не ладятся, то возникает потребность в «заменяющей» его фигуре, которой может стать руководитель кружка, тренер в спортивной секции, учитель-мужчина.

Девочки в своем кругу обсуждают медийных «принцев» и «супергероев», начинают собирать портреты популярных исполнителей, в кого-нибудь из них «влюбляются», заводят тетрадки, где записывают лирические песни и «мудрые высказывания». Возникает и актуализируется потребность в эмоциональной близости с матерью.

ВОПРОС № 4. ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ О ПОЛОВОМ РАЗВИТИИ МЛАДШИЕ ШКОЛЬНИКИ?

Ребенок 9–10 лет должен знать:

- об изменениях, которые вскоре произойдут в его теле;
- как происходит зачатие;
- что ребенок рождается через влагалище;
- что такое кесарево сечение;
- что такое эрекция, семяизвержение, мастурбация;
- мальчики должны знать о месячных, девочки – о поллюциях;
- иметь общие представления о болезнях, передающихся половым путем;
- иметь представления о проституции, контрацептивах и о том, что нельзя подбирать презервативы на улице;
- в общих чертах знать о педофилах (как нездоровых людях при обсуждении вопросов безопасности общения с незнакомыми людьми);
- в общих чертах знать о нетрадиционных ориентациях, о трансвеститах, трансгендерах, эксгибиционистах, иных психически нездоровых людях, сексуальное поведение которых сильно отличается;
- знать об изменениях в эмоциональной сфере, которые будут происходить в подростковом возрасте (колебаниях настроения, возможном усилении конфликтности в отношениях с окружающими, о первых влюбленностях и т. п.);
- знать об изменениях в социальной сфере (в связи с наступлением половой зрелости меняется статус ребенка, к нему предъявляются требования выше, нежели к детям младшего возраста);
- знать, что дружба – это многогранное проявление отношений;
- знать правила безопасности вне дома, как вести себя в опасных ситуациях, куда и к кому обращаться.

ВОПРОС № 5. ЗАЧЕМ РАССКАЗЫВАТЬ О ПОЛОВОМ СОЗРЕВАНИИ ЗАРАНЕЕ?

Первые признаки полового созревания наступают между 7–13 годами у девочек и между 9–14 годами – у мальчиков.

Исследования показывают, что за последние 50 лет темпы физического созревания детей значительно ускорились (акселерация). У девочек приход менструаций в возрасте от 8–10 лет в настоящее время считается ранней нормой. Организм мальчиков достигает уровня выработки тестостерона 4 мг/сутки, равного среднему уровню взрослого мужчины, почти на год (на 9 месяцев) раньше прежнего.

Существенно увеличались и продолжают увеличиваться темпы роста и веса подростков. Ускорились и усилились все аспекты физического, физиологического и сексуального развития. В то же время созревание определенных структур головного мозга, выполняющих функции контроля и принятия решения, не ускорилось.

Современным родителям зачастую приходится иметь дело с ситуацией, когда ребенок выглядит как взрослый (сформированный, половозрелый) человек, но при этом он продолжает думать и рассуждать еще как ребенок. Это создает определенные трудности в воспитании ребенка и взаимодействии с ним.

Ребенок должен быть подготовлен к пубертату – этапу своего взросления: изменения, которые будут происходить в его организме и социальной жизни, не должны стать неожиданностью.

Поскольку к концу младшего школьного возраста у части девочек менструальный цикл уже начинается, оптимальное время подготовки к нему должно приходиться на возраст 9–10 лет. Отсутствие такой подготовки чревато душевной травматизацией, стрессовыми реакциями.

Родителям на заметку. Принято считать, что девочки, в отличие от мальчиков, получают достаточную подготовку к началу полового созревания. Опрос матерей показал, что 20 % матерей считали такие разъяснения преждевременными или затруднялись в них. 65 % рассказали в основном о том, что надлежит при этом делать, крайне недостаточно и сбивчиво объясняя физиологический смысл менструаций.

ВОПРОС № 6. КАК ВЕСТИ РАЗГОВОР «ОБ ЭТОМ» С РЕБЕНКОМ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА?

Так же, как и с детьми других возрастов: спокойно, доброжелательно и дружелюбно, без раздражения, агрессии, стеснения или смущения.

Из опыта знаем, большинство мам и пап, неожиданно получив вопросы ребенка «об этом», испытывают смущение и неловкость: мало кто из родителей имел опыт подобных разговоров в собственном детстве. Кроме того, этому взрослых людей пока никто не учит и опыт, как правило, приходится нарабатывать на собственных ошибках.

Есть несколько приемов и способов, позволяющих облегчить коммуникацию в разговоре с ребенком:

- желательно все объяснять простыми словами без терминов и сложных предложений, упрощая так, как только возможно; если нужно использовать термин, сразу его поясните;
- не обязательно быть согласными со всем, что вы рассказываете, но нужно рассказывать о разных вариантах и точках зрения; помните о том, что рано или поздно ребенок свое любопытство удовлетворит, но в результате может узнать что-то далеко за пределами ваших ожиданий;
- совершенно нормально чего-то не знать или не мочь ответить сразу; информационные ресурсы (Ютуб, Википедия, книги) предоставляют массу возможностей, чтобы это исправить; если затрудняетесь о чем-то рассказать сразу, то возьмите паузу и пообещайте ребенку обсудить тему через определенное время;
- нормально испытывать неловкость, не нужно её игнорировать. Можно сказать что-то вроде: мне сейчас неловко, и это сложно, но тема важная, и мы обязательно о ней продолжим говорить вместе, потому что дальше будет легче.

ВОПРОС № 7. ЧТО ТАКОЕ ПРЕПУБЕРТАТ?

Препубертат – непродолжительный период (один или два года), непосредственно предшествующий подростковому возрасту. Некоторые специалисты выделяют его в отдельный период, так как внутренний мир, поведение ребенка и физиологические процессы, лежащие в основе перечисленного, на этом этапе существенно отличаются от того, что характерно для младших школьников и подростков.

В препубертате у ребенка проявляются устойчивые интересы, которые в большинстве случаев сохраняются на всю жизнь и часто определяют выбор профессии. Это отличает интересы ребенка препубертатного возраста, например, от подростка, интересы которого чаще всего в этом же возрасте и затухают.

Для детей в препубертате характерно увеличение двигательной активности. Так, видеонаблюдения показывают, что 11–12-летние мальчики в день проходят расстояние в полтора раза больше, чем за 6 месяцев до этого, а средняя скорость их передвижения возрастает в два раза!

Результаты школьной статистики свидетельствуют, что препубертат – самый травмоопасный возраст и количество травм у учеников 7 и 8 классов такое же, как у учащихся всех остальных классов вместе взятых.

В препубертате усиливается любознательность и внимание к разговорам взрослых: дети этого возраста внимательно слушают беседы взрослых, с удовольствием проводят с ними время. Часто они не понимают весь смысл взрослых разговоров, но пристально наблюдают за общением, могут задавать неудобные вопросы. В подростковом возрасте ситуация кардинально изменится – проводить время со взрослыми становится скучно.

Родителям на заметку. Результаты исследования показывают, что 62–63 % мальчиков выбирают профессию, о которой подробно говорили с родителями в возрасте 11–13 лет; потом, в подростковом возрасте, они обсуждали и другие профессии, но, миновав пубертат, возвращались к прежним интересам.

ВОПРОС № 8. КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ОТ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ?

По сравнению с дошкольником, ребенок младшего школьного возраста может понять недобрые намерения насильника, но, как правило, в тот момент, когда самостоятельно ситуацию он исправить уже не может.

Для того, чтобы повысить безопасность ребенка 7–10 лет в отношении совершения насильственных действий, необходимо акцентировать внимание на общих правилах безопасности:

- не заходить с чужим взрослым в подъезд/лифт;
- не помогать чужому взрослому «в сложной ситуации» (вытаскивать котенка из трубы, помогать чинить машину в гараже и т.д.) – взрослые люди не просят незнакомых детей о помощи;
- не ходить в темное время по незнакомым улицам/подъездам и т.д.

Учите ребенка держать правильную дистанцию при общении со взрослыми.

Объясняйте, что он не должен слушать ВСЕХ взрослых.

Обязательно в игровой форме проигрывайте и репетируйте ситуации, где ребенок будет звать на помощь и/или говорить «НЕТ».

Ребенок младшего школьного возраста уже знает допустимые границы прикосновений знакомых и незнакомых людей, особенно в ситуации телесного контакта. Но ситуации, как правило, разворачиваются неожиданно, и поэтому ребенок теряет и забывает выученные правила безопасности.

Поэтому просто рассказать – недостаточно. Нужно тренировать, желательно – в игре.

Объясните ребенку три простых правила: если взрослый трогает тебя, делает то, что тебе неприятно, предлагает тебе что-то тайное, то тогда ты:

1. Говоришь ему: «НЕТ».
2. Сразу уходишь.
3. Немедленно рассказываешь об этом родителям, учителям, другим взрослым – громко зовешь на помощь.

ВОПРОС № 9. НУЖНО ЛИ ОБЪЯСНЯТЬ РЕБЕНКУ, КТО ТАКОЙ ПЕДОФИЛ?

Это зависит от возраста, уровня развития ребенка, его информированности. Поэтому мы рекомендуем подходить к этому вопросу очень дифференцированно, тем более что действия детей младшего школьного возраста легко поддаются управлению через «хорошие страхи»: ребенок через свой опыт понимает, что огонь может обжечь, сделать больно, и вы просите ребенка пальцы в розетку не совать, формируя у него страх перед болью от разряда электричества.

Также можно поступить, объясняя сексуализированное насилие, и рассказать о том, что есть некие плохие люди, которые крадут детей. Ребенок обязательно спросит у вас: «А зачем?» Ответ на этот вопрос не должен содержать деталей, просто скажите, что это «плохо, больно и страшно». Такой ответ не травмирует психику, но при этом усваивается на весь период взросления.

Время от времени просто напоминайте ребенку, что хорошему чужому человеку от ребенка ничего не нужно. Если незнакомый человек (мужчина или женщина) предлагает пойти с ним (вне зависимости, куда и зачем), то он – похититель детей, и он делает плохо!

Разбирайте с ребенком разные уловки «плохих незнакомых»:

– Эй, девочка, там котята без мамы в коробке сидят. Пошли со мной, я покажу где. Они такие милые, может себе одного возьмешь.

– Привет! У меня в квартире живет настоящий ежик. Вот его фото. Пойдемте со мной, я дам его на руках поддержать.

– Здравствуй! – говорит незнакомец из авто. – Подскажи, как проехать на такую-то улицу? Я тут уже второй час катаюсь, все пальцем тычут, что она – там, еду туда, а там ее нет. Можешь мне показать? Садись в машину. Я тебе 500 рублей заплачу. А потом обратно сюда же привезу. Садись! Не бойся!

ВОПРОС № 10. МОГУТ ЛИ ЗНАКОМЫЕ ЛЮДИ ДЕЙСТВОВАТЬ ПРЕСТУПНО В ОТНОШЕНИИ РЕБЕНКА?

К сожалению, да. Зачастую насильниками оказываются мужчины из близкого круга: родственники, соседи, коллеги родителей по работе.

Как предотвратить насилие с этой стороны?

Объясняйте ребенку, что никто не может трогать или говорить ему то, что он считает (даже, если ему так кажется) нехорошим, неприятным или стыдным.

Приводите конкретные примеры, что если кто-то из взрослых говорит:

«Это наша с тобой тайна! Никому об этом не рассказывай!»

- «Не говори об этом маме, она расстроится!»
- «Не говори об этом никому, а то все будут знать, что ты плохая девочка/плохой мальчик!»
- «Ты же знаешь, что я ничего тебе плохого не сделаю, ведь ты мне доверяешь!»
- «Если ты расскажешь, то мама тебе не поверит!»
- «Мама тебе не поверит, а я скажу, что ты сам/сама это хотел/хотела сделать!»

Пусть обязательно расскажет об этом вам. При этом вы сами (вне зависимости от наличия/отсутствия времени и своего состояния):

- внимательно выслушайте ребенка;
- говорите с ним мягким, спокойным голосом;
- поддержите и скажите, что ребенок молодец, что рассказал вам об этом, вы обязательно его защитите.

Родителям на заметку. Наблюдайте за поведением ребенка. Если оно изменилось, и он стал бояться оставаться с кем-то наедине, сторониться каких-то мест, занятий, людей и др., поговорите с ним об этом. Возможно, ваш ребенок уже стал жертвой или подвергается домогательствам.

ВОПРОС № 11. МОГУТ ЛИ СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ БЫТЬ ОПАСНЫ ДЛЯ РЕБЕНКА?

Каждый год международные отчеты показывают, что количество преступлений сексуальной направленности, с которыми сталкиваются дети через Интернет, растет во всех странах.

Для очень многих детей знакомство с новым человеком в Интернете означает, что через 10–20 минут они готовы рассказать о себе все, что не рассказывали никому: то, о чем не знает никто из окружающих взрослых, очень легко адресуется неизвестному человеку с другой стороны экрана.

Механизм вовлечения ребенка в общение – манипуляция, основанная на лжи и формировании привязанности. Например, девочку обижают в классе и вдруг в Сети появляется подруга, с которой она может все обсудить; у ребенка формируется привязанность, ее тянет к этому общению, а потом оказывается, что под видом сверстницы с девочкой общался мужчина средних лет. Это общая схема того, что часто происходит в виртуальном пространстве. Через социальные сети взрослые знакомятся с детьми и уговаривают их на секс, просмотр порнографии и т.д.

Физические контакты в случае «виртуального насилия» могут отсутствовать, но общение с преступником не менее губительно для психики ребенка.

Родителям важно быть в курсе контактов своих детей в Сети. Важно знать содержание общения.

Объясните детям, что так же, как и в реальной жизни, в Сеть нельзя выкладывать личную информацию, к которой относятся: адрес, номер телефона, место работы или учебы.

Обсудите вместе, какие фотографии допустимо выкладывать в социальные сети. Особенно стоит насторожиться, если есть хоть какой-то намек на сексуальный интерес со стороны неизвестного человека. Персональные странички потенциальных насильников могут не отображать реальную информацию об их возрасте.



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

ВОПРОС № 1. ПОЧЕМУ ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ ИМЕЕТ «ПЛАВАЮЩИЕ» ГРАНИЦЫ И СЧИТАЕТСЯ КРИЗИСНЫМ ПЕРИОДОМ?

Действительно, в современных периодизациях подростковый возраст имеет довольно условные границы от 11–12 до 15–16 лет; рассматривается как наиболее драматичный, а иногда – кризисный этап взросления ребенка. «Плавающие» (условные) границы связаны с началом и завершением процессов физиологического (полового) созревания и психологического взросления.

Эксперты Всемирной организации здравоохранения (1974 г.) определили подростковый возраст как период, в течение которого:

- 1) происходит половое развитие от появления вторичных половых признаков до наступления половой зрелости;
- 2) психологические процессы, свойственные детям, сменяются поведением, характерным для взрослых;
- 3) происходит переход от полной социально-экономической зависимости от взрослых к относительной независимости.

Таким образом, ВОЗ подчеркивает количественные и качественные изменения, трансформирующие «ребенка во взрослого человека».

В отечественной науке также акцентируется внимание на перестроечных процессах, происходящих буквально во всех сферах жизни и развития ребенка, начиная с изменения физического облика и перестройки сложившейся системы нейронных связей, заканчивая изменениями в системе социальных отношений, и подчеркивает драматический характер протекания периода, что отражается в его названии «второе рождение личности».

Родителям на заметку. Изменения, происходящие с ребенком, часто отличаются от того, каким образом они «должны происходить», по мнению родителя. Недооценка происходящего, манипуляции, желание подогнать ребенка под «идеальную модель» еще больше усложняет протекание кризиса и может приводить к трагическим последствиям в детско-родительских отношениях.

ВОПРОС № 2. ДЕВОЧКИ РАСТУТ И ВЗРОСЛЕЮТ БЫСТРЕЕ МАЛЬЧИКОВ?

В подростковом возрасте девочки обычно развиваются быстрее мальчиков, опережая примерно на 2 года. Особенно ярко половые различия физического развития проявляются примерно к 14 годам, когда большинство девочек выглядят вполне зрелыми, а многим мальчикам до этого далеко.

Максимальный темп увеличения длины и массы тела приходится у девочек на 11–12 лет, а у мальчиков – на 13–14 лет. Следует учитывать, что оценка половых различий обычно осложняется акселерацией: одно дело – сопоставление средних данных, но совсем другое – индивидуальное сравнение, например, мальчика-акселерата или девочки-ретардантки (с замедленным развитием) с обычно развивающимися сверстниками.

Процессы полового созревания у девочек могут «запускаться» в возрасте 7–9 лет. Начало менструации между 8 и 10 годами сейчас считают «ранней нормой». Крайние границы, за которыми начало менструального цикла считают болезненно ускоренным/задержанным, – это 8 и 15,5 лет.

Половое созревание у мальчиков начинается в 10–13 лет (иногда может задерживаться до 14–15 лет): увеличиваются мышцы и костная система, ломается голос, меняется фигура, увеличиваются половые органы. Приливы специального гормона (гонадолиберина), приводящего к появлению эрекции, происходят сначала по ночам, затем перестают зависеть от времени суток.

Нарушения полового развития заключаются в том, что изменения у мальчика происходят слишком рано или слишком поздно. Раннее половое развитие: когда ребенку еще нет 10 лет, но внешние изменения уже сильно заметны.

Родителям на заметку. Акселерация (от acceleratio – ускорение) – физическое и физиологическое ускорение детей и подростков, по сравнению с предыдущими поколениями. Процессы акселерации наблюдаются в развитых странах последние 100–150 лет.

ВОПРОС № 3. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОДРОСТОК МАСТУРБИРУЕТ? ОПАСНА ЛИ ПОДРОСТКОВАЯ МАСТУРБАЦИЯ?

Один из самых распространенных вопросов родителей: «Все ли подростки мастурбируют или только нам такой негодяй достался, сующий руки куда ни попадая?»

Отвечаем: к самоудовлетворению прибегают 80 % подростков обоих полов. Специалисты говорят, что в подростковом возрасте мастурбация – массовое явление: у мальчиков она нарастает после 12 лет, достигая своего «пика» в 15–16 лет.

Подростковая мастурбация является средством разрядки сексуального напряжения, вызываемого физиологическими причинами.

Существуют также психологические факторы мастурбации – пример ровесников, желание проверить свою потенцию, получить удовольствие.

Мастурбация мальчиков-подростков часто сопровождается яркими образами, фантазиями, нередко – даже выбором в своих фантазиях вполне определенных партнеров.

Правильной реакцией родителя, заставшего подростка за таким занятием, будет не придавать этому большого значения. Сгладить неловкую ситуацию можно посредством извинения, что не вовремя зашел.

Если это возможно, можно позже сказать сыну или дочери, что в его возрасте это нормально, просто пусть в следующий раз закрывается в комнате.

Следует отметить, что подростки сами по себе испытывают от мастурбации глубокий стыд, что является следствием многовековой табуированности вопроса самоудовлетворения. Поэтому некорректное поведение родителей, запреты и наказания по этому поводу приведут исключительно к негативным последствиям и ухудшению отношений с ребенком-подростком.

Родителям на заметку. Если ваш ребенок-подросток начал закрывать дверь в свою комнату, постучитесь и дождитесь ответа, прежде чем войти к нему в комнату.

ВОПРОС № 4. ЧЕМ ОПАСНА РАННЯЯ ПОЛОВАЯ ЖИЗНЬ ДЛЯ ДЕВУШКИ?

Раннее начало половой жизни (в 12–17 лет) способно нанести вред здоровью и психике девочки-подростка. Врачи описывают физиологические последствия ранней сексуальной жизни:

- нарушение гормонального баланса, замедление роста и нормального формирования половых органов;
- повышенный риск заражения ЗППП (заболеваниями, передающимися половым путем);
- опасность ранней беременности.

Специалисты говорят, что ранняя половая жизнь не ускоряет сексуальное развитие подростка, а, напротив, может явиться причиной нежелательных последствий, которые переносятся во взрослую жизнь. Неудача первого сексуального опыта может привести к созданию у подростка комплекса неполноценности и появлению страха перед интимной близостью. Страх фиксируется и часто приводит к возникновению серьезных проблем, решать которые приходится уже во взрослой жизни.

Медики указывают, что можно было бы не обращать внимания на интимные отношения подростков, но их следствием является вред для здоровья, который проявляется всегда. Например, 20 % семей не могут иметь детей из-за того, что один или оба жили ранней половой жизнью. Среди подростков, вступающих в интимные отношения, распространяются половые инфекции, а поскольку они скрывают факт своего недомогания и не лечатся у врачей, то болезни приобретают стойкий хронический характер.

Кроме того, ранняя сексуальная жизнь имеет психологические последствия: иногда девушки соглашаются на первый опыт из страха потерять любимого. Но поскольку их тело еще не готово к сексу, девочки, как правило, испытывают только болезненные ощущения, в результате у них возникает отвращение к процессу и формируется страх близости.

ВОПРОС № 5. ОПАСНА ЛИ РАННЯЯ ПОЛОВАЯ ЖИЗНЬ ДЛЯ МАЛЬЧИКА-ПОДРОСТКА?

Мальчики-подростки, как правило, являются лидерами в инициации начала половой жизни: в этом возрасте их половая возбудимость высока – накапливающаяся сперма давит на семенные протоки и требует выхода, что в значительной мере определяет поведение. Сами мальчики, как правило, не осознают собственного стремления к половой разрядке, связывая свое состояние с любовью или влюбленностью, но это физиология.

Некоторые родители не видят опасности в ранней половой жизни сына: мальчик – не девочка, «в подоле не принесет». Однако последствия сексуальной жизни в подростковом возрасте для мальчиков могут быть весьма драматичными и приводить к психологическим травмам, заболеваниям, передающимся половым путем, сексуальной дисгармонии, мужскому бесплодию.

В возрасте 13–17 лет мальчики легко возбуждаются: прикосновение к девушке вызывает моментальную эрекцию, которая так же быстро пропадает при первых признаках волнения. В результате в самый ответственный момент юноша бывает не готов к сексу, что наносит серьезный удар по его самооценке: он считает себя несостоятельным, а в будущем начинает либо избегать секса, либо соглашаться на случайные связи, чтобы компенсировать неудачный опыт.

Медики считают, что человек полноценно готов к сексуальной жизни лишь к 18–19 годам, а до этого возраста подросток способен потерпеть, иначе он может получить серьезные проблемы уже во взрослой жизни.

Родителям на заметку. Часто к началу половой жизни подростка подталкивают не только гормоны, но и влияние социума: информация от сверстников, СМИ, пропагандирующих ценности «сексуальной революции», ранний свободный секс как «норму жизни». Ситуация, когда в социуме продолжается пропаганда свободной любви и культивируются однополые отношения, значительно осложняет все профилактические воздействия родителей и специалистов.

ВОПРОС № 6. ЧТО ПОДРОСТОК ДОЛЖЕН ЗНАТЬ О СЕКСЕ И ИНТИМНОЙ ЖИЗНИ?

Специалисты считают, что к возрасту «сексуального дебюта» (в нашей стране около 13,5 лет) подросток должен владеть информацией наравне со взрослым человеком:

- знать биологические аспекты репродуктивного поведения;
- знать основы брачного законодательства;
- знать о болезнях, передающихся половым путем, включая СПИД, потому что именно подростки этого возраста принадлежат к поколению, которому придется жить, испытывая в полной мере последствия этих болезней;
- знать о сексуальном насилии, чтобы соблюдать правила безопасного общения;
- знать мифы и правду о «безопасном сексе»;
- иметь представление о том, как выглядят средства контрацепции и как их использовать;
- знать об отношениях (в том числе сексуальных) в семейных парах: о разводах, разлуках, смерти;
- знать о существовании разнообразных форм сексуальности и биологических факторах, влияющих на ее проявления;
- знать службы, где они могут получить помощь, консультации;
- осознавать ответственность за свой выбор (начинать – не начинать сексуально активную жизнь, использовать – не использовать контрацепцию и т.п.);
- уметь сказать «нет», если осознают, что не готовы к сексуальным отношениям;
- уметь обсуждать моральные ценности, знать об их изменчивости/относительности в разных культурах, обществах.

ВОПРОС № 7. НУЖНО ЛИ С РЕБЕНКОМ ГОВОРИТЬ, ЕСЛИ РОДИТЕЛЕЙ БЕСПОКОИТ ЕГО ПОЛОВОЕ ПОВЕДЕНИЕ?

Обсуждать то, что волнует и беспокоит, нужно всегда.

Однако это следует делать спокойно и доброжелательно, находясь в ресурсном состоянии и, возможно, предварительно обсудив свои предположения и тревоги со специалистом.

На основе нашей практики можем сказать, родителям подростков, как правило, плохо удаются такие разговоры. Особенно, если они не практиковали, пока ребенок был маленьким (то есть, у них нет опыта проведения разговоров на эту тему). Однако, «лучше поздно, чем никогда» и, если родителей беспокоит половое поведение ребенка, то разговаривать с ним должен родитель его же пола. Если в семье нет отца, поговорить может близкий родственник, дедушка, старший брат, коллега по работе, важно, чтобы подросток доверял и прислушивался к этому человеку. В противном случае психологическое сопротивление ребенка будет работать таким образом, что разговор не пойдет на пользу, скорее, приведет к ухудшению ситуации.

Кроме того, часто бывают ситуации, когда подростки считают своих родителей «дедами» и думают, что разбираются в вопросах половой жизни гораздо лучше предыдущего поколения.

Обращаем внимание на то, что в разговорах о половой жизни с ребенком следует быть осторожным и деликатным, потому что грань между профилактикой и пропагандой тонкая – иногда информирование ребенка о чем-то девиантном может привести к желанию попробовать то, о чем он раньше не знал и не хотел применять. Поэтому, если в семье или в ее ближайшем окружении нет человека, компетентного в вопросах половой жизни, которому ребенок доверяет, можно обратиться за помощью к специалистам.

Родителям на заметку. Сейчас есть курсы по половому воспитанию ребенка для родителей. Изучение курса поможет вам грамотно и экологично взаимодействовать с ребенком в этой области.

ВОПРОС № 8. КАК ИЗБЕЖАТЬ РАННЕЙ БЕРЕМЕННОСТИ?

Ранняя беременность – один из самых сложных вопросов и самых сильных материнских страхов. Для любой семьи неожиданная беременность юной дочери – всегда драма, в которой глубоко переплетаются очень противоречивые эмоции в адрес девочки, чувство собственной вины, стыд перед окружающими, восприятие беременности дочери как свидетельства собственного старения, прогнозы трудностей финансового и бытового порядка.

Часто бывает так, что семья пытается узаконить беременность, привлекая «этого негодяя» к женитьбе. Но надежды на счастливое будущее сбываются у немногих, а браки, заключенные по принуждению, довольно быстро распадаются.

Принятое семьей и юной беременной решение о прерывании беременности ставит новые проблемы. Возможность прерывания зависит от сроков обращения за помощью, физического и психического состояния.

При обсуждении проблемы абортов в юном возрасте обычно указывают на высокий риск нарушения способности к материнству в дальнейшем. Кроме того, даже врачи не могут однозначно определить, с чем сложнее справиться незрелому организму девочки в 14–15 лет: с абортом или вынашиванием беременности и последующими родами.

Лучший способ избежать ранней беременности – это правильное половое воспитание девочки (на протяжении всего детского возраста), доверительные отношения, при которых дочь может обсуждать с матерью свои отношения и становление той самой целомудренности, о которой мы писали ранее: формирование «образа мира», где физическая близость между мужчиной и женщиной есть продолжение близости духовной, а рождение ребенка – это важный этап зачатия и развития новой жизни, к которому следует готовиться, а не результат физической близости мимолетного влечения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сегодня психологи всего мира и России уверены, что половое воспитание есть часть воспитания духовно-нравственного. Каждый родитель, представляя своего ребенка через 5, 10, 15 лет, хочет видеть его здоровым, счастливым, реализованным в семье, профессии, отношениях с другими людьми.

Без полового воспитания невозможно сформировать личность.

Без полового воспитания невозможно вырастить счастливого и успешного взрослого.

Без полового воспитания в семье невозможны доверительные близкие отношения между родителями и детьми.

Основная задача и функция родителя по отношению к ребенку – обучение. И это не только про освоение грамоты, чтение и математику. Это про обучение в широком смысле слова – обучение тому, как жизнь жить, как любить и дружить, как ладить, но при этом отстаивать свои интересы, как дружить и поддерживать друзей в сложных ситуациях, как не лгать и находить компромисс в общении, как не судить других и уметь прощать.

Любые изменения всегда начинаются «с себя».

Если вы чувствуете дефицит воспитательных компетенций в области полового воспитания (а он есть у 90 % современных родителей), начинайте учиться и расти как родитель.

Какие бы замечательные чудо-специалисты не помогли вашему сыну или дочери в решении их сложных вопросов, дети всегда будут чувствовать ваше отношение и вашу внутреннюю позицию, и это будет влиять на их состояние и их поведение.

Ваше мнение, и пусть кратко, но сказанные именно вами слова – могут определить судьбу и жизнь вашего ребенка. Поэтому, как говорится в известной поговорке: «Не воспитывайте детей, они все равно будут похожи на вас. Воспитывайте себя!»

Уважаемые родители! Мы благодарим вас за знакомство и интерес, проявленный к чтению нашего пособия.

Искренне желаем вам терпения и желания расти и учиться быть родителем!

В заключение приведены книги, с которыми мы рекомендуем познакомиться для того, чтобы чувствовать себя более уверенно в вопросах полового воспитания.



СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Каган В.Е.* Психосексуальное воспитание детей и подростков. – Ленинград, 1990.
2. *Каган В.Е.* Воспитателю о сексологии. – Москва, Педагогика, 1991.
3. *Кащенко Е., Котенева А.* Половое воспитание детей и подростков : познавательное пособие для родителей. – М., 2019.
4. *Макарова Е.* Женское здоровье: между нами, девочками. – Москва : Издательство АСТ, 2021.
5. *Полеев А.* Трудный подросток глазами сексолога : практическое руководство для родителей. – ЭКСМО, 2014.



СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| Предисловие | 3 |
| Что такое половое воспитание? | 4 |
| Половое воспитание ребенка дошкольного возраста | 15 |
| Половое воспитание ребенка младшего школьного возраста | 27 |
| Половое воспитание в подростковом возрасте | 39 |
| Заключение | 48 |
| Список литературы | 50 |

Популярное издание

Киселева Александра Валерьяновна
Шахурдина Зинаида Софроновна
Иванова Надежда Федотовна
Козлова Марина Владимировна
Колесова Алия Ныгмановна

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ
(Пособие для родителей)

Якутск, «Дом печати», 2024

Верстка *Шадрина М.И.*

Подписано в печать 02.09.2024.
Формат набора 60x84 1/16.
Гарнитура PT Sans. Печать цифровая.
п.л. 3,25. Тираж 36 экз. Заказ № 20.