Половое воспитание

**FB.RU**

# Половое воспитание подростков: методы, проблемы, книги

Легина Марина, 19 мая 2017

[₽](https://direct.yandex.ru/?partner&target-ref=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2F&target-ref=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2F) подростков

Дарим курс «Фриланс–психология»18+

**

Ваш ребенок так долго оставался для вас самым маленьким и нежным созданием на всей земле. Но время идет неумолимо, и вот перед вами уже подросток, который заявляет свои права и желания, а кроме того, у него появляется множество неудобных вопросов. Менструальный цикл, первые и сексуальные фантазии, изменения тела и отношения с противоположным телом. Темы очень щекотливые, и большинство родителей предпочитает их избегать. Однако половое воспитание подростков – это крайне важный вопрос, а его игнорирование приводит зачастую к катастрофическим последствиям.

[₽](https://direct.yandex.ru/?partner&target-ref=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2F&target-ref=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2F)Женский монастырь просит о помощи!

## Первые изменения

Возраст, в котором они становятся особенно заметными, может быть различным. Для одних это 11 лет, для других - 14. В это время происходит активное развитие организма в целом. Существенно увеличивается масса тела и рост, возрастает работоспособность, активно развиваются все физиологические системы. Но активнее всего работают в это время железы внутренней секреции. Под их воздействием меняется даже поведение. Половое воспитание подростков нужно начинать как можно раньше, грамотно отвечая на все вопросы и не замалчивая интересующие его темы, чтобы не создать информационный вакуум.

## Школа или родители

Это еще один важный вопрос. Сравнительно недавно половое воспитание подростков вообще не имело места. Информацию приходилось собирать самим детям по крупинкам, узнавая ее у старших товарищей. В результате она поступала в искаженном и не всегда полном виде. Сегодня общество наконец дошло до того, что крайне важно просвещать подростка не только в лоне семьи, но и проводить специальное обучение в рамках школьного воспитания.

Введение специальных предметов позволяет повысить уровень информационной осведомленности и дает возможность каждому подростку задать интересующие его вопросы. Таким образом, можно сказать, что половое воспитание подростков – это задача всего общества в целом. Именно поэтому сегодня создается столько информационных роликов, которые транслируются по телевидению. Они призваны в доступной и простой форме донести до вчерашнего ребенка самую важную информацию, которая ему так необходима.

## На стыке физиологии и психологии

И мальчик, и девочка в свои неполные 14 лет становятся совсем другими, что часто является причиной тревог для заботливого родителя. Да и как не переживать, если ласковый и контактный ребенок вдруг начинает замыкаться в себе, отгораживаться, у него появляется собственная жизнь, о которой он ничего не хочет рассказывать. На самом деле он и сам не до конца понимает, что с ним происходит. Дело в том, что пубертатному периоду свойственен резкий [гормональный всплеск.](https://yandex.ru/turbo?parent-reqid=1586074395337172-753942823061115255000206-vla1-3850&utm_source=turbo_turbo&text=https%3A//fb.ru/article/390346/gormonalnyiy-vsplesk-simptomyi-i-priznaki) Именно благодаря этому происходит активное появление вторичных половых признаков, формирование конституционных особенностей тела, ломка голоса и все сопутствующие изменения с наружными и внутренними половыми органами.

РЕКЛАМА

Но это еще не все. Мальчик и девочка пока еще не знают, что именно происходит в их организме, поэтому все перемены могут пугать. Активность половых желез легко объясняет неустойчивость вегетативных функций и частые перепады настроения. Как видите, перемены в поведении вполне обоснованы. Повышенная активность половых желез в этот момент тоже играет свою роль. Гормонов выделяется столько, сколько не бывает даже у взрослого. При этом у подростка нет возможности для полноценной реализации этой энергии. Это выливается в грубость и упрямство. Не стоит обижаться, лучше всего научить ребенка адекватно реализовать на все в нужном русле. Помогут интересные занятия, спорт, активный отдых.

## Задачи школы

Половое воспитание в школе у нас находится в зачаточном состоянии. Этому способствует тот момент, что большинство информации, которая связана с сексом, в нашем обществе является табуированной. Это пережиток советского прошлого, когда половое воспитание в школе сводилось к страничке в учебнике анатомии, где были нарисованы половые органы мужчины и женщины. Но и к этой информации не поступало никаких комментариев со стороны учителя.

РЕКЛАМА

Почему рекомендуется проводить работу именно в коллективе? Потому что есть возможность пригласить квалифицированных специалистов и экспертов, которые дадут информацию, которой каждый родитель в отдельности владеет не в полной форме. Либо если и владеет, то не умеет донести до подрастающего чада. Второй момент: эта информация сразу распространяется на весь класс, то есть у каждого из учеников формируется правильное представление о природе сексуальности. В результате им будет легче вести обсуждение за стенами класса.

## Основные проблемы, которое решает половое воспитание в школе

* В первую очередь нужно назвать заполнение информационного вакуума. Подростков всегда интересовали запретные темы. Однако искаженная или недостоверная информация чаще всего приносит больше вреда, чем пользы.
* Профилактика проблем, которые несет в себе раннее начало половой жизни. Сегодня этот вопрос становится все более актуальным. Даже если сам факт раннего вступления во взрослую жизнь сохранится, крайне важно, чтобы соблюдалась безопасность для обоих партнеров.
* Профилактика сексуального насилия. Половое воспитание девочек должно обязательно включать в себя информирование подростков о проблеме педофилии, чтобы сократить количество надругательств над ними со стороны взрослых мужчин.

## Информационный блок

Не забывайте о том, что информация должна поступать своевременно и строго в необходимом объеме. В три года на вопрос "как я появился?" можно рассказать сказку про короля и королеву, которые очень любили друг друга и спали крепко обнявшись в одной постели. И однажды они поняли, что в животе у королевы кто-то появился. Он быстро рос, и скоро придворный врач сказал, что это девочка. Все очень обрадовались. А когда она выросла, то вышла на свет.

РЕКЛАМА

Обычно с поступлением в сад ребенок начинает понимать разницу между полами. И снова не стоит отмахиваться от подобных вопросов. Подтвердите, что половые органы устроены по-разному, у мальчиков похожи на краник, а у девочек - на щелочку. Пока этого будет достаточно.

Когда ребенок достигнет пятилетнего возраста, можно добавить немного информации о том, как он попал к маме в животик. Здесь уместно рассказать, что папа дал маме клеточку себя. Она соединилась с маминой клеточкой, и из нее развился ребенок. Если малыш увидел на улице собак или кошек в интимный момент, и у него вновь возникли вопросы, то можно придерживаться той же версии. Так животные передают друг другу свои клеточки, и скоро в животике у женской особи появятся малыши.

Возраст 8-9 лет считается оптимальным для первых разговоров о сексе. Это не говорит о том, что ребенка нужно посадить и выложить ему все, что вы знаете. Но, увидев рекламу прокладок, можно начать разговор с девочкой о том, что у нее скоро начнутся менструации и начнет расти грудь. Теперь она станет еще красивее и превратится в юную девушку. Мальчику муж может тактично рассказать о приближающихся поллюциях и ломке голоса. И снова нужно подчеркнуть, что это нормальное явление, и оно говорит о том, что у него с организмом все в порядке.

РЕКЛАМА

Примерно в 8-9 лет уже можно рассказать и о сексе. Объясните, что у половых органов есть серьезные названия – пенис и влагалище. Объятия и поцелуи очень приятны и для мужчины, и для женщины. От этого пенис увеличивается и его можно ввести во влагалище, как ключик. Из него выходят сперматозоиды, которые соединяются с женской яйцеклеткой и образуют новую жизнь. На эту основу в 13-14 лет можно будет наложить разговор о контрацепции и защите от венерических заболеваний. Главное – не сочинять сказок и небылиц, а разговаривать с ребенком серьезно и откровенно.

РЕКЛАМА

## Что должны усвоить родители

Вопросы полового воспитания подростков кажутся нам такими щекотливыми в первую очередь потому, что с нами родители не вели подобных бесед. И до сих пор, хотя у нас у самих уже взрослые дети, заговорить про «это» кажется слишком неэтичным. Однако вы должны хорошо осознавать следующие моменты:

* Личность и сексуальность неделимы. Это правило работает и в отношении полового воспитания, которое нельзя рассматривать в отдельности. Ребенка нужно просто правильно воспитывать, общаться с ним и отвечать на его вопросы.
* Работа по половому воспитанию с подростками должна вестись задолго до того, как они достигли этого самого возраста. Все вопросы, которые задает ребенок, должны быть восприняты серьезно, а ответ на них построен максимально грамотно. Не нужно рассказывать трехлетнему малышу сказки про аиста. Достаточно сейчас сказать, что родители любят друг друга и поэтому в животике у мамы появился малыш. По мере его роста можно будет увеличивать количество информации.
* На самом деле дать ребенку грамотное представление об интимной жизни не сложнее, чем научить любым другим вещам.

## Основные правила для родителей

Все мы родом из советского детства, что накладывает свой отпечаток. Но на самом деле половое воспитание подростков родителями – это следствие правильно выработанных [доверительных отношений.](https://yandex.ru/turbo?parent-reqid=1586074395337172-753942823061115255000206-vla1-3850&utm_source=turbo_turbo&text=https%3A//fb.ru/article/259780/otnosheniya-doveritelnyie-psihologiya-otnosheniy-mejdu-lyudmi)Дома его всегда выслушают, ему поверят и защитят. Если родители сумели на практике доказать, что они достойны этого доверия, то никаких проблем не возникнет и в будущем.

РЕКЛАМА

Второй момент – это личность самого родителя. Проблемы полового воспитания часто связаны с тем, что взрослому приходится встречаться со своими комплексами и проблемами, проводить над ними внутреннюю работу. И самое главное – это не передать их своему ребенку. Речь идет лишь об отношении к своему телу и процессу зачатия как таковому. Оно должно быть однозначно позитивным. В теле нет ничего плохого.

Ну и еще один момент: в процессе полового воспитания очень большую роль играет обстановка в семье. Нормальные, доверительные и теплые отношения мамы и папы способствуют естественному восприятию ребенком полоролевых различий между мужчинами и женщинами.

## Педагогика полового воспитания

Конечно, далеко не все родители являются педагогами и психологами, поэтому этот аспект воспитания воспринимается с определенными сложностями. Более того, половое просвещение подрастающего поколения – это одна из самых слабых областей современной и, в частности, семейной педагогики. Не все родители, как и учителя, в полной мере понимают, что в него входит.

Гендерные проблемы полового воспитания подростков остро встают в неполных семьях, где родитель воспитывает ребят противоположного пола. Однако и семейная пара порой не может решить, кто будет разговаривать с дочерью или сыном на ту или иную тему. Однако главное здесь понять, что половое воспитание – это комплекс педагогических воздействий на воспитуемого. Рассматривается этот вопрос с двух сторон:

* Это составная часть нравственного воспитания. Если у ребенка четко сформированы такие понятия, как девичья честь, нравственная чистота, мужское достоинство, уважение к женщине, дружба и любовь, то считайте, что свою миссию вы выполнили.
* Второй аспект – это социально-гигиеническая проблема, которая связана со здоровьем и самочувствием. То есть определенный минимум знаний просто необходим.

Именно полноценное раскрытие этих двух аспектов и подразумевает под собой половое воспитание. Темы должны подниматься по мере формирования интереса ребенка. Нельзя отделить половое просвещение от развития нравственных качеств.

## Основные задачи, которые едины для семьи и школы

Программа полового воспитания подростков должна быть единой, поскольку она служит одним и тем же целям. Сегодня в нашем обществе наблюдается тенденция к ведению беспорядочной половой жизни, растет количество разводов. Причем сказывается на демографической ситуации это далеко не лучшим образом. Появившиеся и укрепившиеся понятия гражданский и гостевой брак вносят свою сумятицу в общую картину мира, которую и впитывают дети. Нет ничего лучше для формирования правильной модели мира и полоролевых отношений, чем модель крепкой и дружной семьи.

Исходя из этого, давайте сформулируем основные задачи, которые преследует половое воспитание подростков, и роль школы в этом вопросе:

* Формирование позитивного отношения к здоровому образу жизни и желания иметь настоящую, дружную семью.
* Помощь в осознании своих потребностей и адекватных способов их удовлетворения.
* Обеспечение ребят грамотной информацией, которая даст возможность понять, что с ними происходит и адаптироваться к изменениям.
* [Воспитание чувства](https://yandex.ru/turbo?parent-reqid=1586074395337172-753942823061115255000206-vla1-3850&utm_source=turbo_turbo&text=https%3A//fb.ru/article/162185/vospitanie-chuvstv-u-shkolnika-vospitanie-nravstvennyih-i-patrioticheskih-chuvstv) уважения к другим людям, представителям мужского и женского пола.

Школа – это социальный институт, где мальчики и девочки учатся не только читать и писать, но и строить первые отношения с представителями противоположного пола. Поэтому педагоги не менее чем родители должны быть вовлечены в процесс. У них задачи даже глобальней, поскольку коррекция полового воспитания подростков, запущенного в семье, ложится на плечи именно школьного учителя или социального работника.

## Основные направления полового воспитания

Мы уже рассмотрели основные задачи, в соответствии с которыми нужно строить работу как педагогам, так и родителям. Половое воспитание девочек в классическом понимании будет направлено на формирование понимания себя, как хранительницы семейного очага, традиций, продолжательницы рода. Мальчики учатся уважению к женщине, нежному и бережному отношению к ней, защите. Таким образом, можно сформулировать несколько направлений полового воспитания:

* Полоролевое воспитание. Оно помогает формировать психологическую мужественность и женственность. Кроме того, именно в школе ребята учатся устанавливать эффективные коммуникации между собой, как представителями мужского и женского пола.
* Сексуальное воспитание. Оно направлено в первую очередь на оптимальное формирование сексуально-эротических ориентаций.
* Подготовка к ответственному супружеству. В первую очередь здесь должны быть выработаны установки взаимно ответственного партнерства.
* Подготовка к ответственному родительству.
* Красной нитью здесь должна проходить идея здорового образа жизни. Она усваивается через разъяснение зависимости сексуальности, супружества и родительства от таких вредных привычек, как алкоголизм и наркомания, от измен и сопутствующих им венерических заболеваний.

## Методы полового воспитания подростков

Мы уже хорошо поняли, какие задачи стоят перед нами, чтобы будущее поколение нормально вышло во взрослую жизнь. При этом хочется заметить, что не так много требуется от родителей и педагогов, чтобы осуществить эти задачи. Основным инструментом является общение. В первую очередь нужно установить контакт с ребенком и заручится его доверием, а затем уже осуществлять процесс воспитания. Однако общение бывает разное. Сегодня мы выделим два основных, которые могут быть использованы:

* Методы ориентирующего общения – это неспешные беседы и разъяснения в процессе общения. Самым эффективным способом такого общения является вариант вопрос-ответ. Обсуждение различных ситуаций и лекций – это еще одна форма осуществления воспитательных мероприятий.
* Методы воспитывающего общения – это еще один большой раздел, который говорит о том, что человек в процессе воспитания не просто усваивает некоторые нормы и правила, но еще и испытывает некоторые чувства, которые и формируют психические новообразования. Половое воспитание нельзя сводить только к усвоению определенных норм. Среди методов воспитания можно выделить прием положительных образцов полоролевого поведения, а также приемы одобрения и неодобрения. Однако действуют они лишь потому, что вызывают определенные эмоции. Поэтому правильный выбор средств воздействия и индивидуальный подход так важны.

## Лучшие помощники

Большинство родителей сталкиваются с тем, что у них не хватает правильных слов и объяснений, особенно когда речь заходит про половое воспитание. Книга – это лучшее подспорье. Выбирайте хорошую энциклопедию и подарите ее подростку, когда ему исполнится 10-12 лет. Его интерес к запретным темам будет только расти, и когда он подойдет с вопросом о том, кто такой гей или трансвестит, всегда можно сослаться на книгу. Например: «В энциклопедии этот вопрос освящен лучше, давай посмотрим вместе».

Половое воспитание ребенка – это совместное путешествие в мир взрослых людей. Вы с самых первых дней его жизни учите малыша столь многим вещам, что для вас это является делом привычным. Все сложности, возникающие с половым воспитанием, связаны лишь с нашими собственными страхами и комплексами и стыдом. Не делайте акцент на этом, чтобы не передавать их ребенку. Отвечайте спокойно и точно. А чтобы ребенок не застал вас врасплох, заранее продумывайте возможные ответы на вопрос.

Не ждите, пока ребенок сам начнет задавать вопросы. В соответствии с возрастом, можно и самому начинать сложные разговоры в виде информационных сказок или неспешных бесед в самый подходящий для этого момент. А самое главное - это сформированное доверие между вами и ребенком.

## Какие книги можно рекомендовать

На полках магазинов много литературы, но далеко не вся подходит для грамотного просвещения подростка. Причем есть книги, которые лучше всего читать родителям, чтобы уметь грамотно рассказать ребенку обо всем, что его интересует. Среди них можно отметить:

* «От пеленок до первых свиданий» Д. Хаффнер.
* «Откуда я взялся. Сексуальная энциклопедия для детей 5-8 лет» В. Дюмон.
* «Энциклопедия сексуальной жизни для детей 7-9 лет. Физиология и психология». К. Верду.

Если вы хотите дополнительно дать возможность подростку самостоятельно почитать и найти ответы на вопросы, то рекомендуется купить ему книгу «Мое тело меняется. Все, что хотят знать подростки и о чем стесняются говорить родители» издательства Clever. Подарив эту книгу, не забудьте сказать своему ребенку о том, что вы открыты к диалогу, и все, что он прочтет здесь, вы можете обсудить дополнительно.