

Язык жизни: ненасильственное общение

Газета для родителей № 43

январь 2021 год

Нормальное половое воспитание – это не лекции «о мужской и женской сексуальности» и о предназначении противозачаточных средств. Гораздо важнее дать детям установки на крепкую семью, объяснить ролевые, психологические и социальные различия мужчин и женщин, воспитать в мальчике мужество и благородство, а в девочке – скромность, женственность и душевную чуткость. Объяснения родителей должны быть доступными для осмысления детьми, отвечать уровню их психических и интеллектуальных возможностей. Разговор с ребенком на тему секса не должен быть сложным или неловким. Для этого начинать общение на эту тему нужно рано, и проводить такие беседы нужно часто. Дом должен стать для ребенка безопасным и комфортным источником получения информации. Поверьте, ему важно узнать правду об интересующих его вещах именно от вас. Причем речь идет обо всех аспектах, включая противозачаточные средства, разновидности секса, понятия изнасилования и растления, а также принципы, которых придерживается ваша семья по данным вопросам. Очень важно, чтобы ребенок понимал: с вами можно поговорить о сексе. Он может обращаться к вам по поводу происходящих в теле изменений, чувств, опасений и смущений. Безусловно, вы не можете знать ответы на все без исключения вопросы, но вы обязаны стремиться помочь ребенку в поиске этих ответов. Даже если вы не знаете, что сказать, поучаствуйте в изучении материала. Будьте как можно более открытым. Только так ребенку будет комфортно обращаться к вам с подобными вопросами. Не ждите, пока он сам задаст вопрос, на который вы заведомо не знаете ответ. Планируйте наперед и будьте готовы обсудить любой аспект сексуальной жизни, в том числе и гомосексуальные отношения.



Что и когда вы расскажете ребенку о сексе, зависит от многих факторов. Самым важным из них, пожалуй, является возраст.

Дошкольный период

Дети в таком возрасте еще не поймут смысла полового контакта, поэтому достаточно научить их правильным названиям половых органов. У мальчиков это пенис, у девочек — влагалище. Возможно, уже в дошкольном возрасте ребенку будет интересно, откуда берутся дети. Не игнорируйте этот вопрос, но старайтесь отвечать как можно короче и проще. При этом используйте язык, который будет понятен малышу (к примеру, живот, а не утроба или матка). Вполне нормально, если ребенок попросит дать ему больше информации, и не бойтесь, то вы говорите лишнее. В большинстве случаев маленькие дети из всего сказанного слышат только то, что им нужно.

Начальная школа

Продолжайте отвечать на вопросы ребенка о его теле. Постепенно усложняйте язык, но следите, чтобы он был понятен ребенку в таком возрасте. Где-то в 5-6 классе учитель постепенно начнет рассказывать детям об их телах, периоде полового созревания, сексе и беременности. Это подготовит их к изменениям, которые вскоре произойдут с их телами. Как только ребенок поймет суть полового созревания, используйте эти знания для продолжения домашних разговоров о сексе и беременности. Опять-таки, все должно быть просто, честно и лаконично.

Средние и старшие классы

Ребенок достаточно вырос для того, чтобы использовать в разговоре правильные термины. Где-то в 13 лет у некоторых детей уже начинают происходить первые половые контакты. Именно поэтому вам нужно быть максимально восприимчивым и честным. Объясните, зачем нужны и как пользоваться противозачаточными средствами. Это не значит, что вы даете ребенку разрешение начинать половую жизнь, а просто готовит их к этому шагу. Также обязательно упомяните об опасностях, сопровождающих секс в раннем возрасте. Объясните, что помимо беременности незащищенный секс может привести к заражению заболеваниями, передающимися половым путем. Регулярно говорите с ребенком об уважении. «Нет» должно значить «нет», а не «может быть».

По мере взросления подростка продолжайте обсуждать с ним тему секса. Не бойтесь делиться принципами и убеждениями, принятыми в вашей семье. Убедитесь, что ребенок четко понимает ответственность, сопровождающую любой половой контакт (контрацепция). Каждый раз напоминайте о



возможной беременности и заболеваниях, передающихся половым путем. Также в определенный период следует обсудить с подростком то, как меняются его ощущения. Гормоны затрудняют его способность сопротивляться сексуальному влечению и мыслить трезво.

Будьте предельно точны, обсуждая с ребенком вопросы секса, объясните связанные с ними риски. Многие дети не знают, что незащищенный секс может привести к заражению заболеваниями, передающимися половым путем. К таковым относятся: папилломавирус человека, вызывающий образование остроконечных кондилом и способный привести к раку шейки матки, ВИЧ/СПИД, генитальный герпес, сифилис, вирусный гепатит, лобковая вошь, гонорея, хламидиоз, трихомониаз и т.д.

В период полового созревания вполне нормально, что ребенок сталкивается с массой новых для него испытаний. Сохраняйте спокойствие и внимание, если ребенок начинает разговор о гомосексуальных отношениях. Даже если вы категорически против по моральным или религиозным причинам, это не должно стать причиной нелюбви к собственному ребенку. Помните, что дети могут бояться реакции родителей, поэтому не реагируйте негативно и тем самым облегчите их стремление поделиться с вами переживаниями.



Говоря о сексе, вам нужно полное внимание ребенка, а ТВ-шоу или фильм могут стать естественным начальным пунктом для такой беседы. Старайтесь в каждом разговоре упоминать вместе секс и любовь. Объясните, что из-за действия гормонов очень легко перепутать эти понятия. Гормоны затрудняют способность отличить любовь от обычного желания секса.

Кроме вас о сексе с ребенком может поговорить врач. При плановом осмотре попросите его провести конфиденциальную беседу без каких-либо нравоучений или осуждений. Ребенок легче расскажет о чем-то именно врачу, а не собственным родителям.

И не забывайте, что вне зависимости от возраста ребенка вы должны внимательно выслушать все его вопросы и мнения.

Рекомендации для родителей:

1. Ни в коем случае не осуждайте ребенка за его мнение по поводу секса. В то же время, не оставляйте подозрительные и опасные факты без внимания. Приведите примеры последствий незащищенного секса и необходимости относиться к половому контакту ответственно еще до того, как ребенок будет готов к подобным поступкам.

2. Объясните ему, как справляться с давлением со стороны друзей или партнера о необходимости вступления в половую связь. Буквально отрепетируйте возможные фразы сверстников и то, как следует на них отвечать.

3. Придумайте с ребенком кодовое слово, которое он должен назвать по телефону для сигнализирования вам об опасности и необходимости помощи с вашей стороны.

4. При этом продолжайте устанавливать крайнее время возвращения домой, и всегда знайте, где находится ваш ребенок. Избегайте ситуаций, при которых подросток остается наедине с партнером. Не стесняйтесь общаться с другими родителями по поводу присмотра за вашими детьми, когда те находятся в гостях.

5. Наконец, будьте для ребенка наглядным примером в отношениях.

6. Объясните разницу между нормальными и ненормальными взаимоотношениями. Последние включают в себя давление, а также физическое или сексуальное насилие.



Вопросы, которые следует задать врачу:

- Если я подозреваю, что ребенок имеет сексуальные отношения, следует ли вмешиваться и запрещать?
- Достаточно просто рассказать ребенку о контрацепции или же нужно принять более активное участие в этом аспекте?
- Может ли излишняя опека подтолкнуть ребенка к сексу до того, как он будет к этому готов?
- Нужно ли сопровождать регулярные осмотры дочери тестом на беременность?
- Существуют ли признаки, свидетельствующие о том, что ребенок ведет половую жизнь?

Ж.И.Левкович
педагог-психолог