**Тема: Половое воспитание подростков. Особенности поведения между**

 **мальчиками и девочками в подростковый период**

**Цель:**Ознакомить с особенностями взаимоотношений мальчиков и девочекв

 подростковом возрасте;

 -дать рекомендации для бесед с дочерью, сыном;

 -заострить внимание на поведение родителей в период первой детской

 влюбленности.

*Половое воспитание* – это процесс систематического, сознательного, планируемого и осуществляемого воздействия на формирование полового сознания и поведения людей.

В подростковом возрасте появляется все больше проблем, которые волнуют одинаково и детей, и их родителей. Среди них и юношеская дружба мальчиков и девочек, которая раскрывает перед подростками ранее известную им яркую гамму чувств.

В период полового созревания чувства и отношения подростков меняется. Новое значение им придает сексуальная окраска.

Главнейшая цель полового воспитания – формирование у подрастающего поколения нравственных форм в области взаимоотношений полов во всех сферах деятельности. «Воспитывая в ребенке честность, работоспособность, искренность, прямоту к чистоте, привычку говорить правду, уважение к другому человеку, к его переживаниям и интересам, любовь к своей Родине, мы тем самым воспитываем его и в половом отношении» - так считал А.С.Макаренко.

В возрасте 13-15 лет у подростков происходит половое созревание. Подростки в момент полового созревания должны получить достаточно точное представление об анатомии половых органов, о размножении, беременности, родах. Такого рода разговоры с сыном лучше вести отцу, а с девочкой матери. И в том, и в другом случаях взрослым следует вкратце рассказать об изменениях, происходящих у подростков противоположного пола, подчеркнуть их естественность и важность. Физическое половое созревание у девочек начинается на год-два раньше, чем у мальчиков, и проходит более интенсивно. Так, главным критерием, по которому можно судить о наступлении пубертата у девочек, являются менструации. У мальчиков первая поллюция бывает в возрасте от 13 до 16 лет, а первые признаки полового созревания появляются между 10-15 годами.
В подростковый период у детей происходит перестройка гормонального фона. И активно начинает проявляться половое созревание.

*О чём нужно рассказывать и беседовать с подростками?*
 В первую очередь вы должны рассказать ребёнку о том, как защитить и сохранить своё здоровье. А также здоровье будущего партнёра. Выберите подходящее время и обязательно поговорите на такие темы, как:
- Физиологическое строение их половых органов.

Может возникать много смущения и напряжения, но все же старайтесь называть все органы соответствующими терминами. Не нужно придумывать ласкательные имена, ребёнок должен знать достоверную информацию о строении своего тела. Расскажите о функциях каждого органа, для чего он создан природой.
- Половое созревание.

Предоставьте информацию о процессах, которые происходят в их организме. Им будет намного легче сталкиваться с изменениями, когда они будут знать, что это нормально. Что это происходит со всеми, только у кого-то начинается раньше, у кого-то позже.
- Девочкам подробную информацию о менструациях, о том, что может изменяться грудь. Начнут расти волосы в интимных зонах. Мальчикам важно знать о возникновении ночных поллюций. О том, что порой будут испытывать возбуждение и эрекцию. Начнёт «ломаться» голос и также появится растительность как в интимной зоне, так и на лице.
- Гигиена.

Вроде и так понятно, дети давно приучены к гигиене. Но сейчас можно подробнее рассказать о заболеваниях, которые возникают при несоблюдении чистоты. Важно менять ежедневно белье и регулярно правильно подмываться. Порой даже злоупотребление мытьём может привести к воспалительному процессу у девочек. Редкое подмывание грозит мальчишкам инфицированием смазки, которая скапливается под крайней плотью. И со временем это может вызвать её сужение, которое называется фимоз.
- Венерические заболевания.

Какие признаки при возникновении инфицирования, последствия. Расскажите о том, какие врачи занимаются диагностикой. Какое может назначаться лечение. Им важно знать о последствиях необдуманного поступка. Что это может привести к колоссальным изменениям их организма. Что лечение может занимать очень длительный период. А такие заболевания, как ВИЧ и СПИД остаются на всю жизнь. И требуют постоянного поддержания иммунной системы с помощью медикаментов.
- Методы контрацепции.

Расскажите существующие способы контрацепции и защиты не только от заболеваний, но и от нежелательной беременности. Покажите, как правильно пользоваться презервативом. В какую сторону выворачивать и как правильно одевать. Что нельзя открывать зубами во избежание его повреждения. А также нежелательно носить в кармане, иначе может протереться. Все эти нюансы очень важны, иначе защитные функции теряются.
- Вредные привычки.

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

Психологи считают этот этап развития наиболее трудным для детей в эмоциональном плане. Это следует учесть родителям. Если доверять подросткам, общаться с ними на равных, не унижая их достоинства, они постараются оправдать такое отношение. Наиболее целесообразно половое воспитание вести не путем назидательных бесед с детьми. А привлекать ребенка к житейским, семейным делам. Если родители вместе с детьми планируют и проводит свой досуг, если дети постоянно видит согласие и дружбу между родителями, то это и есть лучшая форма решения на практике вопросов полового воспитания ребенка.

*Как отнестись родителям к первой любви подростков?* Запретить? Устраивать слежку и возникать перед укрывшейся в укромном месте парочкой в тот самый момент, когда готовы прозвучать первые робкие слова признания в любви? Запугивать дочь возможностью встречи с нехорошим человеком, который только и думает, как бы сорвать цветок наслаждения? Принимать репрессивные меры, стремясь сделать невозможными свидания? Если половое воспитание на предыдущих этапах осуществлялось правильно и родители научили своего сына или дочь контролировать сексуальный инстинкт, не подавляя при этом связанных с ним сексуальных переживаний и эмоций, они могут не беспокоиться – никаких неприятных последствий первая любовь не принесет. Ну а если до подросткового возраста половым воспитанием никто не занимался всерьез, поведение сына или дочери прогнозировать трудно.

В воспитании правильного отношения к женщинам самую большую роль играет личный пример. Пример отца в семье всегда оказывает влияние на формирование у детей обоего пола Мужчины-мужа и отца.

В половом воспитании девочек наблюдаются две основные ошибки. Одни мамы (с девочками, естественно, больше и чаще на подобные темы должны беседовать мамы) полностью игнорируют вопросы половой жизни, другие, уделяя им достаточное внимание.

Важной задачей полового воспитания является выработка правил поведения с представителями противоположного пола. В отношениях со всеми лицами мужского пола девушка обязана помнить о своем исключительном положении в природе. Она должна оставаться (или становится) женственной, красивой, слабой (и тем сильной). Она должна знать и помнить, что высшее предначертание в жизни – рождение себе подобного, продолжение рода, а не сиюминутная радость и наслаждение. Важно также воспитание целомудренности помыслов, отношений, встреч. Чтобы ни у друга, ни у приятеля, ни тем более у первого встречного не возникло и мысли о том, что с данной девушкой ему будет легко добиться интимной близости. Часто неправильное поведение девушек приводит к серьезным психическим травмам, изнасилованиям, неисчислимым бедам надломленной личности. Бесспорно также, что приучение девочки к опрятности, утренней гимнастике, уходу за волосами и т.д. относится к половому воспитанию и может иметь не менее важное значение для установления гармоничных отношений в семье, чем все остальные моменты, непосредственно связанные с половой жизнью.

Правильное половое воспитание должно привить подросткам отрицательное отношение к циничным надписям и рисункам, непристойным шуткам и пошлым анекдотам, развязному поведению в обществе и на улице. И тут пример родителей, их высоконравственное поведение помогают ребенку избежать грязи и пошлости в вопросах пола.

 Сегодня родителям может быть трудно, преодолеть барьеры, возводимые на путях полового воспитания. Как любое воспитание, половое воспитание должно осуществляться с раннего детства.