

# ПОГОВОРИМ ПРО «ЭТО»

Создано: 16 Июнь 2016

Обновлено: 16 Июнь 2016

Просмотров: 205

*Трудно назвать более щекотливую тему, чем сексуальные отношения мужчины и женщины. Особенно если обсуждать ее нужно с ребенком. Однако выступить в роли «секс-просветителя» придется, иначе чадо научит улица.*

Надо сказать, что только в европейской культуре сексуальные отношения - дело интимное. В некоторых африканских племенах взрослым и в голову не приходит скрывать половую жизнь от детей. Пока мама с папой с первобытным азартом предаются сексуальным утехам, их чада могут наблюдать за процессом. Так сказать, изучать жизнь во всех ее проявлениях...

Но мы с вами живем в цивилизованном обществе. Поэтому и обсуждение интимной жизни должно быть цивилизованным. Психологи советуют обратить внимание на два важных момента. Во-первых, имейте в виду, что разговор о сексе вовсе не ограничивается объяснением техники полового акта. Секс - прежде всего взаимоотношение полов, влечение мужчины и женщины, любовь. Как правило, именно это и интересует детей до подросткового возраста. Во-вторых, любое «просвещение» должно соответствовать возрасту ребенка. То, о чем можно рассказать подростку, вряд ли будет уместным для дошколенка. Поэтому постарайтесь выбрать оптимальный «формат» беседы.

## ИСТОРИИ НЕ В ДЕТАЛЯХ

Основы половых взаимоотношений дети начинают постигать в самом раннем возрасте. Маленький ребенок в 1,5-2 года с интересом изучает свое тело и очень важно, чтобы он принял его целиком. Поэтому не позволяйте себе с брезгливостью относиться к гениталиям ребенка, давая понять, что эта зона ужасна и безобразна, что к ней неприятно прикасаться даже во время гигиенических процедур. Чадо не должно стыдиться собственного «устройства»!

Попытки исследовать собственное тело малыш не оставляет и в 2-3 года. Причем делает это с еще большим энтузиазмом, чем раньше, сравнивая себя и родителей, мальчиков и девочек. Многие дети в таком возрасте даже подглядывают за сверстниками в детском саду в туалете. Кстати, психологи считают подобное поведение не извращением, а всего лишь детским любопытством. Но конечно, лучше до этого не доводить, а купить чаду книжку с рисунками, где изображены обнаженные мужчины и женщины (книга должна соответствовать возрасту ребенка!). Не вдаваясь в лишние подробности, опишите разницу в строении половых органов. Скорее всего, мальчик отметит, что у дяди «все большое», а у него - маленькое, а девочка спросит, почему у тети есть грудь, а у нее - нет. Успокойте ребенка, сказав, что так и должно быть - его тело тоже станет «как у взрослых».

Помимо анатомических особенностей, трехлетнего малыша остро волнует и вопрос о том, как он появился на свет. Не стоит отделяться сказками про аиста - ребенок легко уличит вас во лжи или же нафантазирует себе такого, что за голову схватится любой психолог. Объясните, что малыш 9 месяцев растет в животике у мамы, а потом выходит наружу. Многие психологи считают, что можно сказать о существовании специального прохода для ребеночка у взрослых женщин. Но не стоит говорить о том, что живот разрезают, - это психологическая травма для ребенка, почва для комплекса вины перед матерью. Обязательно расскажите, как вы с папой ждали младенца, как покупали детские вещи, пока он был в животике. Дети обожают такие истории, к тому же благодаря им можно довольно легко переключать внимание ребенка со щекотливых тем на нейтральные.

Большинство детей остаются довольны полученной информацией. Однако особенно пытливые могут выяснять, как малыш «залез» в живот. Некоторые родители, теряясь, начина-

ют уверять, что ребенок «завелся» там сам по себе. Но дети, чувствуя подвох, выспрашивают дальше, давая понять, что объяснение взрослых «не работает». Ситуация действительно не из легких - невольно начинаешь завидовать религиозным семьям, в которых объяснение «бог дал» помогает выйти из положения. Что же делать остальным? Возможно, стоит сказать правду, вернее, полуправду, обойдясь без ненужных деталей, которые ребенок в этом возрасте все равно не поймет. Например, объясните ему, что когда муж и жена вместе ложатся спать и обнимаются крепко-крепко, то в животике у женщины может поселиться ребенок.

Через 3-4 года ваше чадо, скорее всего, потребует подробностей, и тогда вы можете рассказать, что ребенок «завелся» в животе из-за того, что в организм женщины попали специальные папины клетки, из которых развился малыш.

## ПОЧТИ ПОДРОСТОК

Годам к 10-12 в лексиконе ребенка нередко появляются такие словечки, обозначающие половой акт, что взрослые приходят в ужас (ведь ребенка, скорее всего, окружают не только отпрыски интеллигентных семей). К этому возрасту ребенок уже смутно представляет постельные сцены - опять же, улица учит (да и телевизор тоже).

Чтобы дети не получили искаженную или пошлую информацию о сексе, а также избавились от грубых слов, многие родители подсовывают им специальные книги про «это». Решение неплохое: «без пяти минут подростки» часто стесняются говорить с родителями на подобные темы, а хорошие книги помогают разобраться во всех вопросах. Недостаток лишь один: книга не объяснит духовной составляющей полового акта. В результате у ребенка может возникнуть вполне естественный вопрос: а зачем все это? О чем столько шума?

Так что вам все-таки придется заняться сексликбезом - это важно для будущей сексуальной культуры подростка. Стесняетесь? Пусть с чадом побеседует муж, дедушка, бабушка, друг семьи. Главное, чтобы взрослый человек донес до ребенка простую истину: секс прекрасен, когда мужчина и женщина давно знакомы и любят друг друга. Но он неприятен, если люди друг друга не знают и никаких взаимных теплых чувств не испытывают. С точки зрения психологов, родители просто обязаны что-то противопоставить культуре, которая преподносит секс как чисто животное удовольствие и интересное, ни к чему не обязывающее приключение.

В этом же возрасте необходимо рассказать ребенку о предстоящих физиологических изменениях: о том, что у девочки скоро начнутся менструации, а у мальчика - поллюции. Убедите свое чадо в том, что подобные перемены не страшны и даже необходимы - так задумано мудрой природой.

Имейте также в виду: лет в 12-13 у детей случаются первые серьезные влюбленности и даже первые поцелуи. Заметив, что сын или дочь влюбились, не подсмеивайтесь над ними - тем самым вы их только оттолкнете, ведь дети очень ранимы! - и не выпытывайте никаких подробностей. Скорее всего, ребенок сам все расскажет. Если же вы видите, что он замкнулся и по-настоящему страдает, попробуйте с ним поговорить откровенно и вместе поискать выход.

## БЕСЕДА НА РАВНЫХ

В подростковом возрасте все вопросы, связанные с сексом, становятся особенно острыми. Как бы нам ни хотелось, чтобы мальчики или девочки дольше оставались детьми, добиться этого невозможно. Как правило, к 14-15 годам наши чада теоретически (а некоторые - и практически) знают о сексе уже не меньше взрослых. Это как в известном анекдоте, когда мама, набравшись смелости, предлагает дочери-подростку поговорить о сексе, а та в ответ спрашивает: «Что ты, мама, хочешь узнать?»

Однако беседовать об интимной жизни все-таки нужно. Но делать это, во-первых, необходимо на равных, ведь ребенок уже почти взрослый. А во-вторых, стараться не делать из секса страшилку. Понятно, что родители, рассказывая чаду о внематочной беременности, СПИДе и прочих ужасах, связанных с сексом, действуют из самых лучших побуждений. Но данная практика опасна: ребенок может почувствовать страх или отвращение к интиму. И ладно бы только сейчас - такое отношение нередко сохраняется всю жизнь! А бывает обратная реакция: подросток может поступить назло родительским «проповедям», ведь в детях этого возраста очень сильно развито чувство противоречия.

Как же вести себя родителям? О болезнях, передаваемых половым путем, проинформировать, безусловно, нужно. Но именно рассказать, что такое возможно, если не принять никаких мер, а не запугивать, что заболевают абсолютно все. Обязательно просветите ребенка насчет того, зачем нужны презервативы и как ими пользоваться.

Что еще должно войти в вашу программу «сексуального просвещения»? Воспользуйтесь этой памяткой. Это те вещи, которые обычно рекомендуют делать психологи и сексологи:

### **РОДИТЕЛЯМ ДЕВУШЕК**

- Подробно ознакомьте свою дочь с современными методами контрацепции. Еще лучше, если эту информацию она услышит от врача (а если девушка уже начала половую жизнь, то врач поможет ей подобрать средства защиты).

- Убедите дочь не комплексовать из-за несовершенств фигуры. Во-первых, то, что ей кажется изъяном, юношам может нравиться. Например, есть много поклонников маленькой груди или пышных бедер.

- Скажите, что доверяете дочери, однако все же просите ее «не терять голову», если кто-то из юношей будет склонять ее к интиму. Несмотря на то что в наш век отношения между полами упростились, в глубине души мужчины по-прежнему остаются консерваторами. И, как показывают исследования современных психологов, представители сильного пола больше ценят тех женщин, за которых им пришлось изрядно побороться.

- Объясните, что не все девушки, начав половую жизнь, испытывают оргазм. Это абсолютно нормально и не нужно чувствовать себя ущербной - с возрастом и с опытом многое скорректируется само собой.

### **РОДИТЕЛЯМ ЮНОШЕЙ**

- Развейте предубеждение по поводу длины полового члена, объяснив, что размер в данном случае не имеет никакого значения. В подростковых журналах иногда публикуют нелепые цифры. Посоветуйте юноше не обращать на них внимания. А также отметьте, что эрекция бывает разной в зависимости от настроения, состояния здоровья и т.д.

- Объясните сыну, что заразиться венерическим заболеванием или сделать девушку беременной можно и в первый раз, поэтому никогда нельзя забывать о презервативе.

- Если ваш сын - девственник, убедите его, что это не стыдно. Скажите, что многих девушек аргумент «Я хотел только по любви» сразит наповал и простятся любые возможные технические огрехи. К тому же попробуйте объяснить сыну, что не нужно пытаться повторять все за сверстниками, «быть, как все». Если кто-то из его окружения уже занимался сексом, это не значит, что другие должны тотчас последовать его примеру (такой совет, кстати, актуален и для девушек). Стадное чувство в данном случае неприемлемо, ведь каждый человек - индивидуальность, а потому решает сам, что и когда ему делать. И в этом заключается наша изюминка. Ведь если бы все люди выглядели, думали и действовали одинаково, мы бы давно превратились в роботов.

Очень важно, чтобы ребенок с детства усвоил, что важен не «голый» секс, а любовь, теплота, взаимоуважение. И кто, как не родители, способен это ему показать!

### **РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ.**

Американские исследователи выяснили, что подростки более охотно используют презервативы при первом сексуальном контакте в том случае, если родители говорили им об этом. Те дети, с кем взрослые не занимались сексуальным ликбезом, о презервативе даже не вспоминали. Поэтому специалисты считают, что родители должны не избегать подобных разговоров, а, наоборот, «разжевывать» все так, чтобы чадам было понятно. Тем более что, по наблюдениям исследователей, если подросток при первом сексуальном контакте воспользовался презервативом, то в 20 раз повышается вероятность, что в будущем он тоже не забудет о «резиновом друге». А это - лучшая профилактика

СПИДа и других опасных заболеваний.