

НУЖНО ЛИ РЕАГИРОВАТЬ НА ПРОЯВЛЕНИЕ СЕКСУАЛЬНОСТИ У РЕБЕНКА, И ЕСЛИ НУЖНО, ТО КАК?

Сексуальное воспитание играет ключевую роль в развитии. На некоторых этапах становления личности у ребенка будут появляться вопросы, на которые он обязательно должен получить ответ. Желательно, чтобы эти ответы были заранее подготовлены родителями, ведь избегать этой «интересной» темы не получится. Реагировать нужно всегда. Разбираемся вместе, что делать, если ребенок начал проявлять интерес к интимной теме.

В этом возрасте ребенку нужно объяснить, не запугивая, что в мире есть насилие, и это значит не только, что кого-то бьют и ругают, а и заставляют что-то сделать против воли. И девочка, и мальчик должны знать, что существуют «плохие» взрослые, и что запреты на общение с чужими людьми всегда верные.

Ребенок должен быть твердо уверен, что его тело – его собственность. Он должен открыто рассказывать о действиях других людей родителям.

В возрасте 10-12 лет должен появиться интерес к всему, что связано с менструацией и поллюцией. Конечно, дети сами об этом не спросят, поэтому интерес к этим темам нужно поднять родителям. Объяснить, что это – нормально и не стоит этого пугаться, ведь так бывает со всеми.

Уже в 13-16 лет ребенок будет интересоваться самым сексом. Поэтому он должен иметь представление об интимной жизни, беременности, методах контрацепции, заболеваниях, которые передаются половым путем.

Список всех важных тем, которые стоит обсудить с ребенком:

- Название частей тела, важность гигиены.
- Почему интимные части тела называются интимными? Почему не все люди должны видеть их?
- Что такое границы тела?
- Почему нельзя другим разрешать фотографировать свои интимные части тела? Почему нельзя отправлять фотографии своих интимных частей?
- Как выйти из неудобных или опасных ситуаций? К кому обратиться за помощью?
- Разговор о хороших и плохих прикосновениях других взрослых и даже детей.
- Тема доверия между родителем и ребенком.

Чего нельзя делать в сексуальном воспитании ребенка?

В любом воспитании, особенно в сексуальном, есть некоторые нюансы, которые нельзя нарушать. Эта информация будет главными тезисами общего полового воспитания детей. Вот, что нельзя делать в сексуальном воспитании ребенка:

- Не стоит оттягивать разговор, аргументируя тем, что ребенок еще мал.
- Нельзя говорить о частях тела с ребенком, как и о мастурбации, как о чем-то «грязном», «противном», «неправильном».
- Части тела, особенно интимные, нужно называть своими именами.
- Не запугивайте ребенка или подростка. Страх — это разрушающая сила, которая может принести вред психике ребенка.
- Не напускайте «тумана», но и не застревайте в деталях при разговоре на личную тему.
- Ни в коем случае не перебарщивайте, не внушайте значимость интимной стороны жизни для взрослого человека. Если ребенок не в состоянии осмыслить полученные сведения, он начнет фантазировать. Искаженные таким образом представления могут травмировать его психику.
- Недопустимо, чтобы маленький ребенок становился свидетелем интимных сцен в кино и тем более — интимной близости родителей.

- Не смейтесь и не хихикайте, даже если вопрос о частях телах или близости покажется вам забавным. Ваш ребенок не должен устыдиться собственной любознательности.
- Ни в коем случае не спешите при разговоре. Выясните, хочет ли ваш ребенок узнать больше, нужно ли ему это? Спросите его: «Я ответил/ответила на твой вопрос?»
 - Не ругайте и не стыдите ребенка за то, что он расскажет вам секрет.

Сексуальное развитие ребенка неотделимо от психического развития. То, как оно проходит, непосредственно влияет на сексуальность и психику во взрослом возрасте. Любые сексуальные наклонности, в том числе и сексуальная ориентация, формируются в возрасте до 6 лет. Все серьезные нарушения возникают обычно задолго до вступления в подростковый возраст, поэтому столь важно вовремя обратить внимание на сексуальное развитие ребенка.

Запланируйте время для беседы. Половое созревание мальчиков и девочек происходит в разное время. Можно провести беседу после первых физических изменений или заранее, чтобы ребенок был готов. Рекомендуется, чтобы в восемь лет дети уже имели представление о половой зрелости и сопутствующих физических и эмоциональных изменениях.

Дети должны узнать о половом созревании от родителей. Начинать разговор должны именно вы, так что не ждите, когда ребенок придет к вам с вопросами. На самом деле такой момент может и не наступить. Если откладывать и не говорить об этом, то ребенок может посчитать, что подобные разговоры неуместны или вы просто не хотите говорить о половом созревании. Такая ситуация может стать помехой для нормального общения и вбить клин между вами, поэтому совершите взрослый поступок и начните этот разговор самостоятельно. Часто дети получают искаженные или ошибочные представления о сексе и половом созревании. До них доносятся случайные отрывки из разговоров или откровенные глупости. Важно, чтобы они получили от вас точные и надежные сведения об изменениях, которые начнутся в их организме.

Сохраняйте спокойствие. Разговор о половом созревании — непростой момент для родителей или детей. Если вы нервничаете или беспокоитесь, то соберите необходимые сведения. Полноценные знания помогут четко выражать мысли и не смущаться слишком сильно. Придерживайтесь фактов, чтобы меньше волноваться.

Начните беседу. Выберите такой момент, когда вам и ребенку не нужно спешить или отвлекаться на другие дела. Поделитесь информацией и предложите ребенку высказать свои мысли, чувства и беспокойства. В самом начале можно спросить у ребенка, что ему известно о половой зрелости, а затем подтвердить или опровергнуть его представления. Если ребенок волнуется или встревожен, не говорите слишком долго и помогите ему довериться вам, чтобы в будущем вы могли открыто обсудить данную тему.

Расскажите о причинах полового созревания. Скажите о гормонах, их роли в процессе. Говорите о том, что половое созревание организма — это шаг на пути к зрелости, а изменения способствуют этому процессу. Говорите о переменах в положительном ключе и объясните ребенку, что ему нечего стыдиться и не нужно скрывать того, что с ним происходит.

Обсудите перемены настроения и эмоции. Перемены настроения и разные эмоции — это обычное явление при половом созревании. Гормональные изменения вызывают эмоциональные всплески и резкие перемены настроения. В этом случае просто оставьте ребенка в покое.

Объясните, что изменения — это нормально. Многие дети пугаются перемен, которые происходят с их телом, если этого не происходит с друзьями. Скажите ребенку, что все развивается в разное время и не всегда одинаково. В период полового созревания ребенок хочет оставаться обычным и соответствовать друзьям. Убедите своего ребенка, что все изменения совершенно нормальны, они не будут происходить вечно. Например, у

вашей дочери грудь начала развиваться раньше, чем у ее подруг. Убедите ребенка, что так и должно быть, и с подругами скоро произойдет то же самое.

Поговорите о волосах на теле. В период полового созревания у мальчиков и девочек начинают расти волосы на теле. Скажите детям, что это нормально — волосы должны появиться там, где их раньше не было. Убедите ребенка, что все хорошо. В некоторых культурах допускается сбривать волосы на теле, поэтому мальчики могут брить лицо, а девочки — сбривать волосы в области подмышек. Иногда волосы на теле становятся причиной неприятного запаха. Самое время напомнить о гигиене — душ и дезодорант теперь будут обязательны.

Поговорите о менструациях. Можно по-разному рассказывать о менструальных циклах мальчикам и девочкам, но необходимо рассказать о месячных не только девочкам, чтобы ни у кого не возникало стыда, неловкости или недопонимания. Важно рассказать девочкам о месячных до начала их первого менструального цикла, чтобы они не испугались крови на нижнем белье.

Девочкам можно рассказать более подробную информацию, чтобы они понимали, чего следует ожидать и как справиться с месячными. Коротко и с учетом возраста расскажите о гигиенических продуктах для женщин. Продолжить разговор можно позже, когда у девочки начнутся месячные, но сейчас необходимо заложить основы, чтобы предотвратить возможные страхи.

Поговорите об эрекции. Объясните детям, что иногда случается спонтанная эрекция, при которой может возникать чувство смущения в присутствии других людей. Скажите мальчикам, что эрекция спадет, а правильно расположенный рюкзак или куртка поможет избежать неловких ситуаций на людях. Расскажите о поллюциях до того, как они начнутся в возрасте 12–16 лет. Ребенок может неверно понять происходящее, смущаться и думать, что происходит что-то ненормальное.

В конце разговора успокойте ребенка. Дети часто чувствуют неуверенность или смущаются изменений. Успокойте ребенка и скажите, что настал период полового созревания. Внешние изменения могут вызывать неловкость и смущение. Некоторые дети становятся капризными и раздражительными. Помогите им понять суть перемен и скажите, что это не будет длиться вечно. Ребенок должен знать, что вы всегда готовы помочь.

Отвечайте на вопросы. Дети должны знать, что вы всегда готовы ответить на вопросы, которые их беспокоят. Девочки могут волноваться, почему у них до сих пор нет месячных или почему грудь разного размера. Мальчики переживают из-за поллюций или изменений, которые происходят с их пенисом или яичками. Если у вас нет готового ответа, скажите: “Это отличный вопрос. Мне нужно обдумать правильный ответ”, — и соберите необходимые сведения, чтобы правильно ответить на вопрос ребенка. Предоставьте ребенку возможность задавать вопросы. Скажите, что любой вопрос важен. Давайте честные и прямые ответы. Предоставьте ребенку соответствующую литературу.

Стадии психосексуального развития ребенка

От 0 до 1,5 лет. Совсем маленький ребенок познает мир через рот. Именно рот — главный источник ощущений младенца. Когда малыш сосет материнскую грудь, он не только ест, но и получает эротическое удовольствие.

Возможные нарушения. Зависимый сексуальный характер формируется, если младенец получает грудь не по потребности (недостаточно или не вовремя). Повзрослев, в любви такой человек сможет быть только «ребенком», который постоянно нуждается в заботе. Склонность к садомазохистским отношениям зарождается, если грудь дают насильно.

Как правильно? Важно, чтобы кормление происходило в атмосфере спокойствия и любви и по потребности ребенка. Если младенец, находясь у груди, проявляет агрессию, ее можно останавливать, но нельзя отвечать ему тем же.

От 1,5 до 3 лет. В этом возрасте ребенок начинает активно познавать собственное тело. Процесс отправления его естественных надобностей вызывает у него закономерный интерес. Сексуальное развитие ребенка на этом этапе зависит от того, как происходит приучение к горшку.

Возможные нарушения. Если приучение к горшку происходит слишком жестко и за «оплошность» малыша всякий раз наказывают или стыдят (что еще хуже), в его характере могут появиться или усилиться мазохистские черты. Если же ребенка вообще не знакомят с горшком и никак не направляют, из-за отсутствия ограничений формируется наоборот склонность к агрессивному, деструктивному поведению или даже к садизму.

Как правильно? Приучать к горшку ребенка нужно, но ненавязчиво, без спешки, спокойно и доброжелательно.

От 3 до 6 лет. Ребенок продолжает исследовать собственное тело. Он осознает свой пол и начинает обращать внимание на противоположный. Первый предмет влюбленности возникает в семье. Для мальчиков таким объектом становится мама, для девочек – папа. Родитель своего пола временно воспринимается ребенком, как соперник. В это время от мальчиков нередко можно услышать слова о том, что они хотят «жениться на маме», а от девочек – фантазии о союзе с папой.

Возможные нарушения. Некоторые родители пугаются эротических проявлений ребенка или начинают всерьез ревновать к нему супруга, забыв, что, проявляя свое детское влечение к папе или маме, малыш ничего «такого» в виду не имеет. Другие, наоборот, легкомысленно смеются над ребенком, не понимая, что он испытывает настоящие и довольно сложные чувства. Если ребенка подвергать насмешкам или осуждению, в будущем это сильно осложнит его сексуальную жизнь.

Как правильно? На этом этапе чрезвычайно важно постоянное присутствие в жизни ребенка обоих родителей. К чувствам ребенка необходимо отнестись внимательно и серьезно. При этом важно сразу ему объяснить, что папа и мама его любят, но дети на родителях не женятся и замуж за них не выходят. Ребенок должен понять, что папа будет с мамой, а мама – с папой, а сам он, когда вырастет, будет с кем-нибудь другим. Сторонникам совместного сна следует учесть, что ребенку старше трех лет уже не стоит спать под одним одеялом с родителем противоположного пола.

Разговаривать с детьми о сексе можно и нужно уже лет с 6–7. Существуют специальные издания, рассчитанные на разный детский возраст. Но важно понять, что это не литература для детей, а учебные пособия для родителей. Они созданы не для того, чтобы родитель мог, избежав неудобного разговора, молча подсунуть ребенку книжку, но, чтобы он просмотрел ее сам, а потом поговорил с ребенком на основании прочитанного.

В подростковом возрасте происходит центральная форма эго идентичности (личностного «Я»). Бурный физиологический рост, половое созревание, озабоченность тем, как он выглядит перед другими, необходимость найти свое профессиональное призвание, способности, умения — вот вопросы, которые встают перед подростком, и это уже есть требования общества к нему о самоопределении.

В первую очередь нужно быть наблюдательными и чуткими к тому, что происходит в жизни Ваших детей. Несложно заметить, что у сына начал ломаться голос, что дочь начала больше прихорашиваться, писать кому-то, чаще уходить гулять, задерживаться допоздна. Каждый родитель это увидит, будучи внимательным.

Во - вторых, нужно своевременно говорить с детьми на темы, связанные с любовными отношениями. Следует с самого детства выстраивать с детьми доверительные отношения. Для этого нужно чаще спрашивать у ребенка, что он сам думает по тем или иным вопросам, и лишь потом давать какие-то советы.

Мы зачастую сталкиваемся с противоположной ситуацией, когда взрослые засыпают ребенка советами и наставлениями, не давая ему возможности сформировать собственную

точку зрения. Таким образом, легко отбить у человека желание общаться, и он никогда не посвятит вас в свои интимные переживания.

В - третьих, родителям, желающим вырастить ответственного ребенка и в будущем успешного человека, необходимо понимать определенные возрастные особенности, то есть те этапы, через которые проходил каждый из нас. Зная это, Вы можете помочь своему сыну или дочке более гладко и спокойно переживать возрастные кризисы, извлекая из них тот опыт, что поможет в будущем строить более гармоничные отношения не только с близкими, но и вообще с людьми.

Любовные отношения возникают в жизни каждого человека ровно в тот момент, когда они должны возникнуть. Здесь важно просто помочь ребенку в них разобраться, чтобы он научился выстраивать общение с противоположным полом, потому что это играет ключевую роль в жизни человека. Не нужно пытаться вытеснить влюбленность из жизни ребенка учебной или какими-то другими обязанностями. Это усложнит ему жизнь.

Если уж ваш ребенок нашел себе неподходящую, как вам кажется, пару — не критикуйте открыто. Намеками и осторожными вопросами подведите его к вопросу «За что, действительно, я его люблю?». Пока ребёнку ещё далеко до создания семьи, но он уже способен на сильные чувства. Родителям необходимо выделить различия между испытываемыми эмоциями.

Любовь. Если ребёнок спросит о любви с первого взгляда, обратите его внимание на то, что она, безусловно, случается, но судить о том, что это именно она, можно только спустя какое-то время

Привязанность. Рассказывая о ней, можно выделить два основных свойства: неравнодушие к судьбе другого человека и желание проявлять заботу. Однако при этом объект привязанности не уникален – их может быть несколько. Спросите у ребёнка, на кого бы он переключил своё внимание, если бы его нынешняя «пассия» игнорировала его стремление общаться.

Симпатия. Основное качество симпатии – интерес к человеку и стремление находиться рядом, общаться, узнавать его всё лучше и лучше. Если выразиться психологическим языком, то на первом плане в данном случае оказывается познавательная мотивация. Чтобы это было понятно ребёнку, попросите его немного рассказать о каждом однокласснике противоположного пола

Дружба. Обсуждая с ребёнком возможность возникновения этого чувства между мальчиком и девочкой, обратите внимание ребёнка на то, что это, прежде всего, партнёрские отношения. Они характеризуются сотрудничеством, взаимопомощью и общими интересами. Очень важно отметить, что дружба как бы стирает отличия между полами.