

Практические указания по половому воспитанию вашего ребенка

Некоторые родители категорически отрицают необходимость полового воспитания, однако в действительности они не могут помешать ребенку получать сексуальную информацию - проблема лишь в том, влияют они сами или нет на формирование соответствующих представлений. Осознавая это и желая создать возможно более благоприятные условия для полового воспитания, многие родители приступают к выполнению этой задачи с большими опасениями, не зная, с чего начать, что говорить и как не напугать ребенка сообщением каких-нибудь неуместных подробностей.

На самом же деле научить детей разбираться в вопросах пола не труднее, чем научить их множеству других вещей. К примеру, чтобы показывать ребенку, как надо работать на огороде, совсем не обязательно иметь ученую степень по сельскому хозяйству. Бессмысленно ждать, что ребенок начнет расспрашивать вас о буквах, если вы не покажете ему букварь. Точно так же, не следует ждать, когда он заговорит о сексе - возьмите на себя инициативу обсуждения этой темы.

Ниже приводятся простые правила, которыми следует руководствоваться, обсуждая вопросы пола с детьми.

1. Постарайтесь вести беседу в самой естественной манере, как при обсуждении любой другой темы.
2. Избегайте длинных поучительных лекций по половым вопросам. Вам может потребоваться четверть часа, чтобы изложить все, что вы считаете нужным. Однако ребенок не может оставаться внимательным так долго - ему хочется задавать вопросы и получать конкретные короткие ответы.
3. Позаботьтесь, чтобы ваш рассказ не ограничивался одними биологическими фактами - ребенку захочется узнать о вашем к ним отношении, переживаниях и решениях.
4. Не бойтесь сказать ребенку о сексе "слишком много". Из его памяти почти наверняка выветрится все, что он не понял.
5. Если ваш ребенок употребляет непристойные слова, спокойно объясните ему их значение, а потом скажите, почему вы не хотите, чтобы он делал это. Можно, например, сказать: "Другим людям будет очень неприятно услышать такие слова" или "Не думаю, что это лучший способ рассказать о том, что ты чувствуешь". Помните, что злость или шутки по поводу употребления ребенком непристойных слов чаще всего побуждают его повторять их.
6. Старайтесь правильно называть половые органы, избегая для их обозначения таких слов, как "пипка" или "пиписька".
7. Даже дети дошкольного возраста должны знать, как защитить себя от сексуального насилия. Это значит, что вы должны научить ребенка говорить "нет" взрослым. Вот пример беседы на эту тему с четырех- или пятилетним ребенком: "Ты знаешь, что взрослым людям бывает иногда трудно найти себе друзей. Поэтому они знакомятся с

детьми. В этом нет ничего плохого. Но если они просят делать такие вещи, о которых взрослые не должны просить детей (например, залезть руками в брюки), ты должен(на) ответить "нет" и тотчас прибежать и обо всем рассказать мне (Sanford, 1982).

8. Беседы о приближающемся половом созревании следует начинать прежде, чем ребенок достигнет подросткового возраста. Физические изменения (в том числе развитие молочных желез, менструации и поллюции) могут появиться и раньше десяти лет.

9. Мальчикам надо рассказать о менструациях, а девочки должны понимать, что означает эрекция. Не пренебрегайте обсуждением таких вопросов, как гомосексуальность и проституция. Большинство детей узнают об этих явлениях из телевизионных передач или читают о них, что пробуждает вполне естественное любопытство.

10. Расскажите, ничего не скрывая, о СПИДе и других болезнях, передаваемых половым путем. Но постарайтесь сделать это с учетом реакции ребенка. В конце концов, нет никакой необходимости запугивать пяти-или шестилетнего ребенка, рассказывая ему о фатальном исходе СПИДа. С другой стороны, если вы отложите этот разговор до тех пор, пока ребенок достигнет подросткового возраста, это вряд ли принесет ему пользу. Даже школьники младших классов должны знать, что такое СПИД и как он передается.

11. Постарайтесь, чтобы ребенок не испытывал смущения, задавая вам вопросы на половые темы. Не говорите ему: "Ты еще слишком мал, чтобы понять это". Если ребенок задает конкретный вопрос, он должен получить четкий ответ в доступной для него форме.

12. Если вы не можете ответить на вопрос ребенка, не бойтесь признаться в этом. Обратитесь к более знающему человеку, например вашему семейному врачу; он поможет найти нужные сведения.

13. Ответив на вопрос ребенка, убедитесь, что он понял ваши слова. Проверьте также, насколько ваш ответ соответствует тому, что действительно хотел узнать ребенок. Очень хорошо, если после вашего разговора у него появятся новые вопросы.

Беседа с ребенком о СПИДе

Многих родителей пугает разговор о СПИДе, так как они не знают, что следует говорить ребенку и как построить беседу с учетом его возраста. Ниже приводятся советы, почерпнутые из брошюры, опубликованной специальной комиссией по половому воспитанию - одним из наиболее авторитетных учреждений страны по данной проблеме.

Беседа с детьми 3-4 лет

В этом возрасте дети приобретают знания о своем теле и основных жизненных фактах. Они начинают спрашивать, откуда берутся дети, и способны понять простые ответы,

но не разбираются в отвлеченных понятиях или сексуальных проблемах взрослых. Они уже справляются с выполнением элементарных правил гигиены, т.е. умываются, чистят зубы, самостоятельно едят и засыпают. Они начинают понимать необходимость уединения. Лучшее, что могут сделать родители, имеющие детей этого возраста, - создать атмосферу, в которой ребенок не стесняясь задает вопросы о разных частях тела, здоровье и сексуальности. При этом ребенок привыкает к мысли, что секс - это то, о чем можно свободно говорить дома.

Беседа с детьми 5-7 лет

Дети этого возраста понимают более сложные стороны таких явлений, как здоровье, болезнь и сексуальность.

Они интересуются такими вещами, как рождение, брак или смерть. Возможно, они что-то уже слышали о СПИДе от сверстников, взрослых или из телевизионных программ. Поэтому они могут испытывать страх перед этой болезнью. Им необходима уверенность в том, что ни с ними, ни с их родителями ничего такого не случится. Дети понимают ответы на свои вопросы, если они иллюстрируются конкретными примерами из повседневной жизни. Если, скажем, ваш ребенок до крови порезал палец, самое время объяснить ему, что микробы, вызывающие болезнь, могут попадать в организм через ранку. Ребенок в этом возрасте должен понимать, что нельзя принимать лекарства без разрешения родителей. Если среди его одноклассников есть ВИЧ-инфицированный, ваши сын или дочь должны знать, что сидя рядом, играя или разговаривая с ним, они не могут заболеть СПИДом.

Беседа с детьми 9-12 лет

В организме детей этого возраста уже происходят изменения, присущие пубертатному периоду. Подростков чрезвычайно интересует собственное тело, внешний вид, что следует считать нормой. Для некоторых из них - это время начала менструаций, первых сексуальных контактов и употребления наркотиков. В этом возрасте ребенок начинает ощущать сильное давление социальных факторов. Поэтому не откладывайте беседу о СПИДе. Необходимо сделать все возможное, чтобы ребенок знал, как уберечься от СПИДа. В период полового созревания дети проявляют повышенный интерес ко всему, что связано с сексуальной жизнью человека и им необходимо предоставить полную и точную информацию. Они должны знать, что такое половое сношение, гомосексуализм, оральный и анальный секс. Им следует объяснить, что результатом сексуального контакта может быть беременность или заражение ВИЧ. Необходимо объяснить также, почему половое сношение между детьми может повредить здоровью и что лучше отложить начало половой жизни на более позднее время. Дети должны также знать, как передается ВИЧ, в каких случаях передача невозможна и как вообще избежать инфицирования (включая использование презервативов). На первый взгляд кажется, что объяснить все это ребенку - очень трудная задача, однако выполнить ее - родительский долг, а полученные знания помогут вашему сыну или дочери в дальнейшей жизни. Ребенку необходимо внушить уверенность в том, что именно от вас он может получить ответ на любой интересующий его вопрос о СПИДе или сексе.