

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Половое воспитание - процесс, направленный на выработку качеств, черт, свойств, а также установок личности, определяющих полезное для общества отношения человека к представителям другого пола.

Подростковый период в отношении полового воспитания - это самый ответственный возраст и самый реальный шанс научить детей сексуальному здоровью.

Психологические особенности старших подростков.

Девушки и юноши вступают в период половой зрелости. Часть девочек вступает в репродуктивный период.

У мальчиков это время отмечено как начало периода юношеской гиперсексуальности, продолжающейся до 18-19 лет. Ведущим видом деятельности подростка является интимноличностное общение, заключающееся в построении отношений с противоположным полом.

Для подростков характерна полярность психики:

- целеустремленность, настойчивость, импульсивность;
- настойчивость может смениться апатией, отсутствием стремлений и желаний что - либо делать;
- повышенная самоуверенность, безапелляционность в суждениях быстро сменяется ранимостью и неуверенностью в себе;
- потребность в общении сменяется желанием уединиться;
- развязность в поведении порой сочетается с застенчивостью;
- романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью, деструктивным поведением;
- нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости.

Как помочь?

- Необходимо обеспечить подростка полной информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании.
- Уважать потребности своих детей (подростков) в формировании собственных границ и не нарушать их.
- Быть тактичными и осторожными в высказываниях.
- Прививать скромность в половых вопросах,
- Разговаривать на любые интимные темы, вызывающие интерес подростка.
- Не сводить половое воспитание к чрезмерной опеке (гиперконтролю) и ограничиваться четкими указаниями, как поступать в том или ином случае.
- Совместно находить ответы в разрешении проблем, что значительно поднимает авторитет взрослого.
- Разграничить понятие «любовь» и «интимная близость».
- Необходимо объяснять подросткам ценность переживания платонических отношений для адекватного формирования зрелой сексуальности, наличие взаимной ответственности двоих влюбленных, важность любви, заботы, уважения и душевной близости в интимных отношениях.
- Отказаться от тактики запугивания, поскольку «запретный плод всегда сладок», а подросткам свойственно рискованное поведение.
- особе внимание следует уделять воспитанию моральных принципов: уважение личности партнера; уважение чужих сексуальных ценностей и убеждений (отсутствие права принуждения к сексуальной близости); развитие навыков безопасного поведения в социуме; алгоритм действий в случае сексуального насилия (где и как найти помощь).
- подросткам рекомендуется расширение знаний об особенностях своего тела, здоровья, закрепление навыков личной гигиены, соблюдение режима дня, проведение доверительных бесед, дискуссии по вопросам здорового образа жизни, чтение книг, рассказов и статей, просмотр Интернет-ресурсов и кинофильмов. При необходимости обращаться за консультацией узких специалистов (гинекологов, урологов, сексологов, врачей-педиатров).

