

**Муниципальное образовательное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр психолого-медико-социального сопровождения «Доверие»
муниципального образования «Мирнинский район»
Республики Саха (Якутия)**

Принята на Педагогическом совете
01.09.2021 г. протокол № 1
председатель Педагогического совета



Е.В. Кутимская

Дополнительная общеобразовательная программа
По нравственно-половому воспитанию «Между нами, девочками»
Возраст обучающихся: 14 -15 лет
Срок обучения: в течение учебного года

Авторы-составители:
Багинская Е.В.
Кармазь О.С.
педагоги-психологи

г. Мирный 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Программа «Между нами, девочками». Пояснительная записка
2. Учебно-тематический план
3. Содержание занятий
4. Список литературы
5. Приложения

ПРОГРАММА «МЕЖДУ НАМИ, ДЕВОЧКАМИ»

Пояснительная записка

Актуальность профилактической программы в сфере нравственно-полового воспитания для девушек подростков имеет место, в первую очередь в связи с тем, что в 21 веке, как в мире, так и в стране, заметно изменились ценности в обществе среди молодого поколения, в сфере отношений между полами. Современное интернет пространство, средства массовой информации на примерах киноиндустрии, социальных сетей, моды, современной музыки, косвенно демонстрируют свободные отношения между полами. Возросла сексуальная активность подростков, порождающая комплекс проблем: нежелательная беременность, болезни, передаваемые половым путем, половые преступления.

Раннее начало половой жизни часто приводит к росту аборт и родов у подростков, что в свою очередь, так же влечет нежелательные последствия, ввиду биологической, психологической и социальной незрелости. Раннее материнство накладывает ограничения для получения образования и оказывает неблагоприятное влияния на социальное и культурное развитие девочки подростка.

Дискуссия об аспектах ответственного поведения за свое здоровье грамотное и доступное информирование позволят профилировать раннее начало половых отношений. Забота о здоровье начинается с информирования. Но дети не должны получать информацию о вопросах пола на улице. Привлечение родителей к данной теме в рамках родительских собраний по нравственно-половому воспитанию, служит одной из задач профилактической цели раннего начала половых отношений.

Направленность программы:

- по содержанию является психолого-педагогической;
- по форме организации – групповой;
- по времени реализации – краткосрочной.

Программа разработана на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Конвенции о правах ребёнка;
- Указ Президента Российской Федерации от 18 августа 1994 г. №1696 «О Президентской программе «Дети России» подпрограмма «Планирование семьи»:

Новизна программы состоит в том, что она ориентирована на нравственно-половое воспитание подростка. Проводится на уровне района, в то время как большинство существующих программ реализуются на уровне отдельных образовательных организаций.

Программа была апробирована и в дальнейшем адаптирована в соответствии с актуальными требованиями и условиями образовательной среды.

Цель программы: профилактика раннего начала половой жизни.

Задачи:

- профилактика ранней беременности, болезней, передающихся половым путем об их влиянии на потомство
- предупреждение вовлечения в преступления, связанные с половой неприкосновенностью несовершеннолетних
- актуализация морально-нравственных ценностей в межполовых отношениях
- информирование о психологических особенностях полового созревания
- актуализация представления о значимости роли родителей в нравственно-половом воспитании ребенка.

Отличительной особенностью данной программы является:

- краткосрочная реализация (1-2 занятия);
- возможная реализация программы в онлайн формате и очно;
- предоставляется достоверная информация, согласно возрастным особенностям и информационным потребностям учащихся;
- рассматриваются различные мнения, поощряются дискуссии.

Целевая группа: девушки подростки 13-15 лет (учащиеся 7-8 классов) по запросу образовательных учреждений Мирнинского района.

Количество участников: учащиеся одного класса (не более 15 чел.).

Продолжительность: 1-2 часа (в зависимости от активности вовлечения в дискуссию).

Работа строится в следующих формах:

- групповая дискуссия;
- мини-лекции (информационный блок);
- размещение тематических материалов на сайте ЦПМСС «Доверие»;
- консультации для родителей подростков

Методическое обеспечение:

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание курса программы, предполагает наличие отдельного кабинета для занятий,

компьютер, проектор, экран для проектора, веб-камера, колонки, техническая возможность выхода в интернет, подключение к видеоконференции.

Ожидаемые результаты:

- осознание возможных негативных последствий ранних половых связей;
- отрицательное отношение к половой распущенности, вульгарности, доступности;
- позитивное отношение к целомудрию, воздержанию, нравственной чистоте.

Способы проверки результатов освоения программы:

- рефлексия участников по завершению занятий,
- заполнение бланков обратной связи.

Условия проведения:

занятия проводятся с письменного согласия родителей, в групповой форме продолжительностью 1-2 занятия, в помещении ОУ или онлайн на платформе Zoom.

Содержание программы

Тематический план

№	Тема	Продолжительность		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Приветствие, знакомство	10 мин.		
2.	Вступительное слово «О сокровенном».	10 мин.	10 мин.	
3	Информация к размышлению, дискуссия.	10 мин.		
4.	Грустная статистика любви	5 мин	5 мин	
5	Круг доверия. Дискуссия	10 мин		
6.	Беседа по теме «Девичья честь» Дискуссия.	10 мин		
7.	Целомудрие и здоровье нации	5 мин	5 мин	
8	О половом созревании	10 мин	10 мин	
9.	Подведение итогов (рефлексия)	10 мин		
	всего	80 минут	30 минут	
10	Родительское собрание «Вопросы полового воспитания подростка»	60 мин	60 мин.	
	ИТОГО:	60 мин	60 мин	

Список литературы

1. Белопольская, Н.Л. Половозрастная идентификация: методика исследования детского самосознания [Текст] – М.: Корито – Центр, 1998. – (Библиотека практического психолога). – 23с.
2. Берн Э.Л. Секс в человеческой жизни. Половое воспитание и просвещение детей среднего и старшего школьного возраста. Рекомендации. М.: Логос, 2010. 413 с.
3. Выготский, Л.С. Избранные психологические исследования. М.: Просвещение, 2006. 500 с.
4. Захарова П.И. Психологические особенности восприятия детьми роли родителей // Вопросы психологии. 2012. № 1. С. 40-47.
5. Исаев Д.Н., Каган В.Е. Половое воспитание детей. СПб. Медицина, 2008. 320 с.
6. Леви, В.Л. Нестандартный ребенок [Текст] – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Знание, 1993. – 254с.
7. Каган, В.Е. Воспитателю о сексологии [Текст] – М.: Педагогика, 1991. – 254с.

Психологическое занятие «Между нами, девочками»

Ход занятия

1. Приветствие, знакомство.

Мы хотим сегодня поговорить с вами о тех вопросах которые вы возможно не затрагиваете в беседе с взрослыми. Поговорим о сокровенном, между нами, девочками. Затронем актуальные и волнующие вас вопросы. Предлагаем обозначить насколько актуальна тема от 0 до 10.

Для начала хочется познакомиться с вами, как вас зовут и какое у вас есть любимое занятие, увлечение? Предлагаем участникам в свободном порядке ответить на вопрос.

2. Вступительное слово «О сокровенном»

В 13-15 лет просыпается любопытство и интерес к новому чувству – первая влюбленность. Возможно актуальны романтические фантазии об объекте обожания, если он появился в жизни девушки. Когда он появляется, все мысли заняты им, хочется быть с ним постоянно и кажется, что так будет всегда. Не так давно было принято среди подростков в этом возрасте просто встречаться, дружить без физической близости, сохраняя на всю жизнь чистые воспоминания о своей первой любви. Сейчас этого уже бывает недостаточно. Некоторые стремятся именно к сексуальным контактам, считая, что в них проявляется настоящая любовь и делает их взрослыми, современными. Но, к сожалению, такая любовь заканчивается очень быстро. И об этом свидетельствует неумолимая медицинская статистика: нежелательная беременность, аборт, совсем не детские болезни.

Многие подростки признаются, что совсем не знали о последствиях свободной любви, что видели только ее романтическую сторону. Реклама, радио, телевидение, журналы, фильмы «про это» - там все выглядит так красиво, современно, без проблем. А о проблемах как раз никто и не предупреждал. А если и предупреждал, то казалось, что это будет с кем-то, но не со мной. Многие исследователи видят в этом прежде всего нравственную распущенность, вседозволенность, которая целенаправленно насаждается среди нашей молодежи через кино, радио, телевидение.

Как же сопротивляться этому? И нужно ли сопротивляться?

Об этом мы сегодня и поговорим.

В этом возрасте, для мальчиков половая близость чаще является физиологической потребностью. Усиленная секреция мужских половых гормонов (андрогенов) порождает так называемую подростковую гиперсексуальность, проявляющуюся в повышенной сексуальной возбудимости. Представления о сексе у мальчиков-подростков преимущественно сфокусированы на желании физической разрядки и

потребности самоутверждения. Конечно и влюбчивость им свойственна, этого нельзя исключить.

Мальчики могут неосознанно манипулировать чувствами девочки ради достижения желаемого говоря, что: «не могу больше ждать», «люблю тебя» и «только ты мне нужна». И если вы действительно так много значите для вашего друга, то напротив, он будет беречь вас и считаться с вашими условиями.

У девушек нет такой фиксированности на физическом сексе, как у юношей. В качестве необходимого компонента отношений ими указываются безопасность, комфорт и единство чувств, девочки привязываются эмоционально. Сексуальная зрелость формируется позже, чем у мальчиков. Важно дать время созреть своему организму, психике.

3. Вопросы для обсуждения:

Смогли бы вы доверить возникшие проблемы своим родителям?

Поняли бы вас, в данной ситуации, ваши родители?

Стоит ли делать аборт в раннем возрасте, к каким последствиям это может привести?

Стали бы вы сообщать своему молодому человеку о вашей беременности?

Предположите его реакцию на ваше сообщение?

Готовы ли вы стать матерью в раннем возрасте, как юное материнство отразится на жизни девушки?

4. Грустная статистика любви

Казалось бы, сейчас вокруг столько информации о последствиях «свободной любви». И тем не менее, для многих подростков эти последствия становятся неприятной неожиданностью. Например, венерические болезни, или расстройства психики: по исследованиям американских ученых, каждый третий подросток, ведущий половую жизнь, испытывает чувство несчастья, разочарования, неудовлетворенности, депрессии.

Те, кто придумал лозунги «Бери от жизни все!» и «Наслаждайся!» ничего не сказали о цене этого наслаждения. Но самое главное и неожиданное открытие, которое приносят ранние половые связи - от «этого» рождаются дети. Партнер, узнав об интересном положении своей возлюбленной, как правило, немедленно исчезает из жизни девушки, оставив ее наедине с выбором рождения ребенка.

Инфекции, передающиеся половым путем (ИППП):

Знаете ли вы какие заболевания передаются половым путем? (выслушать ответы)

При заражении необходимо своевременное лечение, Консультация врача. Самостоятельно распознать и вылечить малоэффективно. Необходим контроль анализов и медицинское сопровождение специалиста. ИППП переходящие в хроническую форму по причине отсутствия своевременной

диагностики и лечения оказывают серьезное влияние на репродуктивную функцию и здоровье потомства.

5. Круг доверия. Дискуссия

Обращение за помощью к взрослым, которым доверяете, поможет вовремя избежать трудностей с которыми сложно справиться самостоятельно оставшись один на один с пугающей ситуацией. Будь то случай влюбленности, толкающий на сомнительные шаги и вызывающий душевные переживания, ситуация которая опасна для вашего психического и физического здоровья, принуждения которым самостоятельно трудно противостоять, сомнения.

Подумайте, есть ли среди вашего окружения такой взрослый и назовите, кому вы доверяете. (выслушать варианты ответов)

После того, как девушки назвали круг близких людей или одного человека, мы предлагаем рассмотреть тех, кто мог бы войти в этот круг. Это может быть мама, бабушка, папа, старшая сестра, тетя, мамина подруга и мама подруги и т.д. И для тех девочек, которые не смогли никого обозначить в своем «круге доверия» напоминаем, что есть еще один человек, к которому можно обратиться с вашими трудностями, этот человек, есть для каждой.

Как вы думаете, кто он? (выслушать варианты ответов). *Ответ:* психолог (информация о контактных данных - номера общероссийского телефона доверия, центра доверие).

6. Беседа по теме «Девичья честь» Дискуссия.

Вопросы для обсуждения: от кого зависит чистота и красота отношений?

Что зависит от девушки? (выслушать ответы).

В состоянии влюбленности некоторые молодые люди начинают вступать в интимные отношения. Не каждый в этот период понимает, что любовь - это не только чувства, но и ответственность за своё поведение и здоровье, ответственность за свой выбор.

Девушка устанавливает для юноши границу допустимых к себе отношений. Она задает тон отношениям, делает их либо пошлыми, либо высокодуховными, поистине красивыми или недостойными.

Могут ли современные девушки установить эти границы? Если нет, что им мешает?

Девичья честь - в чем она проявляется? (*Неприступность, гордость, достоинство, целомудрие и т. п.*).

Можно ли сказать, что такие понятия, как «девичья честь», «мужское достоинство» в наше время устарели? *Выслушать ответы девушек.*

Какова мужская природа? Мужчины по своей природе «охотники», завоеватели. Потратив усилия и время на завоевание, расположения дамы сердца, она становится особенно ценной для него. Для серьезных

отношений, семьи, мужчины выбирают, как правило более скромных, которые сумели не спешить, сделали свой выбор чуть позже, осознанно, из числа поклонников.

У каждой девушки обязательно появится любимый человек, с которым захочется построить серьезные отношения. Он может не принять то, что его возлюбленная чересчур активно вела половую жизнь. Какая у нее будет репутация, как она будет выглядеть в его глазах? *Выслушать ответы.*

Сексуальность состоит из наших взглядов, ценностей и того, как мы относимся к самим себе и окружающим нас людям, от того, в каком свете мы предстаем в наших собственных глазах, от нашего самоуважения.

Притча «Вода, ветер, огонь и честь»

Когда-то давно дружили Вода, Ветер, Огонь и Честь. Они всегда были вместе, но как-то им необходимо было на время разойтись, чтобы каждый мог заняться своими делами. При расставании стали они рассуждать, как им вновь найти потом друг друга. Вода сказала, что её можно найти там, где растёт камыш. Ветер сказал, что он всегда находится там, где трепещут листья. Огонь отметил, что его можно найти по идущему вверх дыму. Лишь одна Честь стояла молча. Поинтересовались, почему она не называет своих признаков. Она сказала: — Вы можете и расходиться, и вновь сходить, а мне это не позволено. Тот, кто однажды расстался со мною, расстался навсегда и более со мною не встретится.

Вопрос для обсуждения: как вы думаете в чем смысл этой истории? (выслушать ответы).

7. Целомудрие и здоровье нации

О важности целомудрия на просторах средств массовой информации почти не говорят. И молодые люди недоумевают, зачем хранить целомудрие. Но остается вопрос, почему же все религии осуждают разврат и превозносят целомудрие? Почему все народы охраняли его, как великую драгоценность? Веками целомудрие считалось естественным состоянием девушки до брака. Теперь же девушки, сохранившие себя в чистоте, стесняются своей невинности, а некоторые сознательно стремятся потерять девственность до свадьбы. А между тем замечено, что целомудрие влияет на судьбы целых государств и народов: одни были крепки своей нравственностью, другие исчезли, погрязнув в разврате. Участь последних постигла Римскую империю, а также государства хеттов, ацтеков и многих других. Память о них осталась лишь в настенных изображениях непристойных сцен. История доказала, что пренебрежение целомудрием угрожает самому существованию нации, т. к. ведет к ее вырождению.

8. О половом созревании

(тема раскрывается в зависимости от актуальности у аудитории).

Сегодня подростки находятся под влиянием глянцевого журналов, модных фильмов, где все женщины прекрасно выглядят и имеют шикарную внешность. Часто девочки сравнивают свои природные данные с псевдо эталонами, выискивая недостатки. Важно отметить, что физиологические изменения, которые с ней происходят, проходит каждая, что легкая полнота в области груди и бедер — это признак того, что она постепенно превращается во взрослую женщину, а не то, что она поправилась. Кстати, из-за мыслей о полноте молодые девушки часто перестают кушать, садятся на диету, а это в свою очередь может оказать негативное влияние для менструального цикла, он может сбиваться.

Перестройка организма и психики начинается не тогда, когда появляются вторичные половые признаки, а гораздо раньше. В среднем половое созревание продолжается 10-12 лет. За это время девочка заметно меняется на глазах окружающих, превращаясь в девушку. Меняется настроение, поведение в следствие гормональных изменений.

Именно из-за них девушка может стать более ранимой и раздражительной в этот период, эмоционально чувствительна.

Психическое состояние при предменструальном синдроме. Оно связано с изменением баланса гормонов во второй половине менструального цикла. Симптомами первых месячных могут быть:

- головные боли;
- дискомфорт внизу живота;
- повышенный аппетит;
- быстрая утомляемость;
- набухание молочных желез;
- частые перепады настроения.

Все названные признаки вы можете заметить за несколько дней. Эти симптомы перед месячными у девочек проявляются по-разному. Одни почти не замечают их, а другим предменструальный синдром доставляет значительный дискомфорт.

Важно соблюдать в эти дни простые правила, проявляя заботу о своем организме и психике:

- избегать физических и психических нагрузок
- соблюдать гигиену
- не принимать горячих ванн
- не подвергать организм воздействию холода (тепло одеваться)
- уделять больше времени отдыху

9. Подведение итогов (рефлексия)

Притча «Все в твоих руках»

Давным-давно жил в горах великий мудрец, который знал ответы на все вопросы. И все шли к нему за советом, ведь еще никого не оставил он без помощи. Но узнал о нем очень завистливый человек и позавидовав его мудрости, надумал: «Пойду и словлю бабочку, да скажу: «Что в моих руках?». Наверняка он ответит верно, ведь он очень мудр: «В твоих руках бабочка». Но тогда я уточню: «Жива иль мертва она?». Если ответит — жива, то я сдавлю ее ладонями. Если ответит — мертва, выпущу ее на волю, и все узнают, что он не прав».

Поднялся он в горы, и спрашивает мудреца:

- «О, великий! О, мудрый, ты знаешь все на этом свете. Что в моих руках?». - «Бабочка», - ответил великий мудрец.

- «Тебе все известно, скажи, мертвую бабочку я тебе принес или живую?»

Мудрец улыбнулся ему и говорит:

- «*Все в твоих руках*».

Заключительная часть.

Рефлексия: что общего на ваш взгляд в этой притче и в теме, которую сегодня мы с вами обсуждали? (Выслушать ответы, подвести к выводам).

Наша встреча подходит к завершению и нам хочется услышать, что было сегодня полезным и новым для вас, остались ли вопросы, которые мы не затронули, и вы хотели бы их задать?

Расскажите о том, что вам важно сказать в завершении нашей встречи.

Благодарим за внимание.

10. Родительское собрание «Вопросы полового воспитания подростка»

Цель: актуализация представлений родителей о нравственно-половом воспитании подростка.

Форма проведения: вебинар

Вводная часть

Здравствуйте! Знакомство.

Мы педагоги-психологи центра «Доверие» г.Мирный.

Тема нашей беседы – вопросы полового воспитания. Ребенок развивается стремительно в подростковом возрасте и совсем скоро эта информация будет актуальнее, еще более важной.

Второй учебный год мы проводим занятия по половому просвещению девушек 7-8 классов. Целью таких бесед является профилактика ранних половых отношений.

Что вас волнует в этой теме, что полезно и важно узнать вам. Чем была бы практична встреча?

Основная часть

Мы подготовили информацию, которая расширит представления о вашей роли в половом воспитании детей.

Слайд Вопросы, которые интересовали девушек на занятиях.

Чаще всего задавали вопросы:

В каком возрасте начинать половую жизнь?

Если случилась близость обязательно ли говорить родителям?

От кого зависит чистота отношений?

Что зависит от девушки, а что от парня?

Как говорить «нет»? если парень тебя заставляет физически связаться с ним?

Вопросы, которые важно обсудить с мальчиками и девочкам:

Слайд Мальчики

-*Бережное отношение к девочкам* - формировать бережное отношение к девочкам

-Ответственное поведение (контрацепция)

-Нельзя настаивать, заставлять или действовать силой по отношению к близости с девушкой.

Особенности полового созревания:

В начале полового созревания происходит бурный выброс половых гормонов, что влечет за собой повышение физиологической возбудимости, потребность в разрядке. Есть мнение, что половое воздержание вредно для юношей, поэтому при вступлении в ранние половые отношения юноши могут снимать сексуальное напряжение. С 13-14 лет мальчики становятся чрезвычайно влюбчивыми. В отличие от девочек того же возраста они более склонны к сексуальным фантазиям. Все это сопровождается эротическими снами, поллюциями и мастурбациями. И здесь полезно знание о том, что воздержание **не вредит** юношескому организму, а наоборот, способствует его укреплению, созреванию.

Слайд Девочки

Ценности: Прививать чувства собственного достоинства, девичьей чести, стыдливости. В связи с изменениями в психофизиологическом состоянии девочка 13-15-летнего возраста должна получать сведения о половой жизни.

Девочки могут по-разному относиться к физиологическим изменениям, которые начинаются с половым созреванием. Одни могут ждать и радоваться этого, другие, наоборот, начинают стесняться этого. Одних может беспокоить бесконечные угри, которые появляются снова и снова, или диспропорции, которые они видят в своей фигуре. Другие, наоборот, становятся более кокетливыми. В этот момент ей и нужна поддержка и понимание. Нужно объяснить всю естественность происходящих с ней изменений и необходимость их. После их окончания, она перейдет в новое качество, станет более взрослой.

Смена настроения: Во время полового созревания девочка становится психологически неуравновешенной. В этот период она ранима, её легко задеть, обидеть и очень легко ранить самолюбие. Поэтому, не стоит стыдить девочек и рассказывать друзьям, родственникам и знакомым об их ошибках и провинностях. Подавлять их чувства, такие как стыдливость, гордость, самолюбие и чувство достоинства нельзя.

Выстраивание взаимоотношений: Девочка в подростковом возрасте сама понимает свои недостатки, и будет бороться с ними. Поэтому, стоит ей дать

немного больше самостоятельности. Но нельзя полностью снимать контроль с её поведения.

Слайд Когда разговаривать с детьми про «это».

Разговоры с детьми о разнице полов, психосексуальных особенностях должны происходить без резких движений: исполнилось ребенку 10 лет – давайте проведем с ним урок полового воспитания! Все дети разные. *Заметить*, когда начинать психосексуальное развитие. С раннего детства знакомство со своим телом, различиями между мальчиками и девочками. По мере взросления темы прибавляются настолько насколько ребенок может усвоить информацию.

Преобладают две формы общения или скорее необщения родителей и детей на интимные темы: родители или боятся говорить на интимные темы или не знают, как говорить, чтобы не опозлить, не напугать или, что еще хуже, не пробудить интерес.

Слайд Почему это сложный разговор- родительские сомнения, вредно ли говорить с ребенком «про это»?

Многие родители готовы разговаривать об этом со своими детьми. И хотят, но у них не очень получается. Чаще это сложности, связанные с родительскими, взрослыми установками, ценностями, особенностями воспитания, особенностями их взросления, с их культурными позициями, с их религиозными предпочтениями. Очень много факторов, которые влияют на то, что родителю говорить с ребёнком о сексе очень сложно. Это касается не только родителей, но и взрослых, которые много и часто общаются с детьми, — педагоги, воспитатели.

Близкий взрослый человек для ребенка важен в трудную минуту, чтобы не остаться один на один с проблемой и, если в вашей семье не принято говорить на темы полового созревания, ребенку самому придется находить информацию, и тогда ее качество может отличаться от того, какое хотели бы вы. И если у ребенка появятся трудности, связанные с темой пола, то вы не станете первым кто об этом узнает, ребенок не получит добрый совет и поддержку своевременно.

Слайд Круг доверия, обозначаемый девочками:

тётя
никто
старшая сестра
мама
папа
бабушке
близкая лучшая подруга

мамина подруга
не знаю

Слайд Роль родителя

6-7-8 класс время, когда подростки еще прислушиваются к мнению взрослых. Почему нужно уделять внимание половому воспитанию детей?

— потому что таким образом вы даёте ребёнку опыт близости и доверия. А это очень важно. Потому что дети растут, и в подростковом возрасте, когда привязанность ослабевает между ребёнком и родителем, как раз вот здесь это доверие можно восстанавливать и можно его укреплять.

Когда ребёнок чувствует, что вы готовы с ним разговаривать и готовы отвечать на его самые разные вопросы, он узнаёт, что родитель — мама, папа — это как раз тот человек, к которому можно прийти с любым (вопросом). Подростки нуждаются в старшем близком человеке, который может оказать поддержку без осуждения в вопросах отношений полового созревания, в случае если возникают трудности и последствия, страхи непонимания, как должно быть (как вести себя с мальчиком, течение менструального цикла).

Период 11-15 лет необычен непонятен для взрослеющего человека. Изменения в теле и психике приносят как правило страх и тревогу, если об этом ребенок не имеет достоверной информации. Важно, чтобы первоисточником информации о происходящих трансформациях в организме были корректными и доверительными, от близкого человека. Важно чтобы кто-то был смог сказать понятными простыми словами о сложном.

Когда именно Вы рассказываете своему ребёнку о взаимоотношениях полов, особенностях изменения в теле и психике, вы уверены, что эта информация дойдёт до него именно в том виде, в котором хочется вам, в котором вы готовы её донести. Это не будет какой-то сомнительный источник, интернет, социальная сеть, одноклассники-ровесники. Хотя и это тоже будет, но вы сможете откорректировать эти знания, вы сможете сделать их менее хаотичными. Вы сможете помочь ребёнку эти знания упаковать в такую форму, чтобы ему не было так страшно, чтобы ему не было так тревожно.

И всё это влияет на то, что вы помогаете своим детям с раннего возраста фактически формировать здоровое отношение к рассматриваемым вопросам. Тем самым закладывая основы гармоничной партнёрской жизни, супружеской жизни, его здоровой человеческой сексуальности.

Когда родитель доступен ребёнку как человек, который может с ним поговорить, он может защитить своего ребёнка от сексуального использования, насилия, сексуальных травм.

Те родители, которые открыты и могут своему ребёнку рассказать и объяснить, создают как раз эту основу безопасности и основу доверия. Если ребёнок испытывает в жизни что-то, связанное с сексуальным использованием, или существует для него такая опасность, он придёт к родителю, и он родителю об этом расскажет.

Слайд Как разговаривать с ребенком

При проведении бесед на эту очень даже щекотливую тему необходимо соблюдать некоторые определённые ПРАВИЛА:

1. Доброжелательно относиться к любым вопросам. Нельзя обрывать ребёнка, высмеивать его, применять окрики, угрозы и наказания.
2. Нельзя уходить от разговора (мол, мал ещё) и отмахиваться от ребенка.
3. Должна быть сохранена тайна разговора, ребёнок должен быть уверен, что его вопрос не станет известен другим детям или взрослым.
4. На все вопросы давать конкретные ответы и идти от простого вопроса к сложному вопросу, но на всех этапах оставаться правдивым.

Помните: половое воспитание детей неразрывно связано с обычным воспитанием. Проще говоря, не стремитесь воспитывать ребёнка сексуально – просто любите его и ведите обычный воспитательный процесс.

Заключительная часть

Слайд Вопросы для обсуждения:

Как Вы поддерживаете своего ребенка?

Насколько это помогает вашим отношениям с ним?

Подумайте, а что в вашем общении с ребенком мешает, препятствует искренности и доверительности?

Соответствует ли Ваша позиция позиции взрослого друга?

И спросите у ребенка как бы он хотел, чтобы вы его поддерживали?

1. Доверие можно построить в атмосфере которой чувствуешь себя безопасно-спокойный уравновешенный тон, без унижающей критики, угроз, безразличия.
2. Составьте список черт положительных характера, внешности вашего ребенка, опируйтесь в разговоре на него. Не ждите повода (плохое настроение, разбитость, состояние - все плохо). Дайте ресурс своему ребенку заранее.