***Большинство взрослых считает, что разговоры на тему сексуальности и полового воспитания стоит начинать в*** [***подростковом возрасте***](http://www.uaua.info/kw-podrostkovyy-vozrast/)***. А вот и нет.***

**Но нет никакого сомнения в том, что семья играет решающую роль в поднимаемых вопросах.**

**Психологические особенности  младших школьников  7-10 лет.**

Дети этого возраста находятся на конвекционном уровне нравственности, который характеризуется тем, что личность подчиняется законам общественной нравственности, принятым окружающими не корректирует их в соответствии со своими представлениями о добре и зле.

У детей 7-10 лет формируются чувства физиологической брезгливости и стыдливости. Именно в этот период они особенно любознательны, у них возникает потребность в расширении представлений о мире живой природы.

**Психологические особенности младших подростков 11-12 лет.**

11-12 лет - начало пубертатного периода. Возрастает концентрация половых гормонов, появляются вторичные половые признаки. Это время первой любви, которая имеет большое значение для становления здоровой сексуальности. Начало полового созревания у девочек характеризуется их повышенной нервозностью, слезливостью, непостоянным обострённым недовольством своей внешностью. В 11 -12 лет подростки предпочитают проводить время в обществе сверстников своего пола, именно там у них формируются стереотипы возрастного полоролевого поведения. Дети начинают копировать поведение и черты внешности значимых для них взрослых или старших сверстников (лексикон, способ отдыха, увлечения, украшения, причёски, косметика и т.д.).

**Психологические особенности старших подростков 13-15 лет.**

Девушки и подростки 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 интимно-личностное общение, заключающееся в построении отношений с противоположным полом. Для подростков характерна полярность психики:

* целеустремлённость, 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, расчётливостью, деструктивным поведением;
* нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости.



**Рекомендации родителям по половому воспитанию подростков.**

**Необходимо обеспечить подростка полной информацией о физиологических изменениях**, происходящих в организме при половом созревании (поллюции, менструации, рост волос в области гениталий, груди и т.д.). О венерических заболеваниях, о существовании насилия в сексуальных отношениях, что такое секс, сексуальные отношения, способы контрацепции, секс и здоровье, переживания и страхи подросткового возраста и т.д. Наступление менструаций и поллюций застаёт врасплох неосведомлённых мальчиков и девочек, поэтому так важно заранее подготовить подростков к этим изменениям, подчеркнуть здоровый характер этих процессов, объяснить их механизм, научить (закрепить навык) правилам личной гигиены.

**Уважать потребности своих детей (подростков) в формировании собственных границ и не нарушать их.** Это важно, так как в этот период у детей развивается чувство личного, интимного пространства. И если взрослые уважают эту потребность, подростки постепенно учатся уважать и личную жизнь других людей.

**Быть тактичными и осторожными в высказываниях**. Психофизиологической особенностью данного возраста является выбросом большого количества половых гормонов, что вызывает бурные эмоции, вспышки ярости и агрессии, немотивированную грусть, нервная система подростка не терпит грубого вмешательства и неуважительного отношения к своим переживаниям.

**Прививать скромность в половых вопросах,** воспитывать правильное отношение будущего мужчины к девочкам, девушкам и женщинам (профилактика половой распущенности).

**Разговаривать на любые интимные темы, вызывающие интерес подростка**. Многие подростки страдают от отсутствия в их жизни уважаемого ими взрослого, который сможет всегда выслушать и помочь в трудной ситуации.

***Будучи однажды отвергнутым или осмеянным при просьбе о совете по вопросу любовных или сексуальных отношений, подросток никогда впредь не возобновит разговор с взрослым, поскольку пубертатный период отличается особой ранимостью и чувствительностью личности.***

**Не сводить половое воспитание к чрезмерной опеке** (гиперконтролю) и ограниваться чёткими указаниями, как поступать в том или ином случае.

**Совместно находить ответы** в разрешении проблем, что значительно поднимает авторитет взрослого.

**Разграничить понятие «любовь» и «секс».** Основа полового воспитания тесно связана с понятием «любовь», ведь любовь - моральная мера, которой измеряется половое поведение. Девочки и мальчики должны осознавать важность настоящей любви и знать, что сексуальные отношения существуют не ради секса, а во имя высшего выражения **зрелой** любви. У подростка необходимо развивать способность к чистой и красивой любви на примере взаимоотношений литературных героев и т.д. Зачатки данной способности наличествуют в душе каждого ребёнка.

**Необходимо объяснять подросткам ценность переживания платонических отношений** для адекватного формирования зрелой сексуальности, наличие взаимной ответственности двоих влюблённых, важность любви, заботы, уважения и душевной близости в интимных отношениях. В вопросах полового воспитания подросткам рекомендуется повременить с началом половой жизни до того момента, когда они достигнут зрелости (18 лет), получат исчерпывающую информацию о сексуальности и смогут построить безопасные сексуальные отношения.

**Отказаться от тактики запугивания**, поскольку «запретный плод всегда сладок», а подросткам свойственно рискованное поведение, высокий уровень негативизма, не приемлют давление со стороны взрослого.

***В старшем школьном возрасте особое внимание следует уделять воспитанию моральных принципов:***

* добровольности (необходимое наличие взаимного желания партеров к вступлению в сексуальную близость);
* уважение личности партнёра;
* 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).



**Сексуальное воспитание детей**



К девяти-десяти годам ребёнок уже знает многое о своём теле, знает, [как появляются дети](http://www.uaua.info/ot-3-do-6/psihologiya-i-vospitanie-ot-3-do-6/news-44781-kak-prosto-obyasnit-rebenku-otkuda-berutsya-deti/), о взаимоотношениях мужчины и женщины, о чувствах и взаимности. Обязательно рассказывайте о своих романтических историях, влюблённости, ухаживаниях и свиданиях. Таким образом у ребёнка сформируется определённая картинка развития взаимоотношений между мужчиной и женщиной, и для него она будет правильной, понятной и естественной. Потом можете объяснить, что иногда встречаются люди, которые болеют и в общих словах рассказываете суть заболевания и его проявления. Тут есть очень важный момент: с детства нас приучают заботиться о больных, жалеть и помогать. Так вот, это не тот момент и не тот случай. Жалость и забота здесь не уместны.

***«Если тебе что-то непонятно или вызывает смущение, дискомфорт, отвращение - остановись и не делай! Вспомни меня. Я бы тебе такое предложил/а? Нет. И знай, я всегда на твоей стороне, выслушаю и поддержу тебя».***

***Детям действительно очень важно знать, чувствовать и понимать, чтобы не произошло – дома их поймут и помогут справиться с любой ситуацией.***

Родительство – это непростая штука, но очень увлекательная и многогранная. Нет таких книг, которые научат быть родителями, есть только информация, к которой вы можете прислушаться, есть ваши чувства, ощущения, которые могут быть вам полезны.

***КГУ «Общеобразовательная школа № 30»***

***акимата города Усть - Каменогорска***

***«Не думайте, что вы воспитываете ребёнка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома».***

**А. С. Макаренко**

***Памятка для родителей***



***Как***

***общаться***

***об интимном***