

## Рекомендации для родителей «Сексуальное воспитание ребенка дошкольника»

О взаимоотношениях полов говорят повсюду. И, даже если вам в детстве никто не объяснял, откуда берутся дети, а вы все-таки как-то разобрались, будет лучше, если вы расскажете своему чаду «про это» сами. Иначе это сделает кто-нибудь другой.

На вопрос «Как рассказать малышу о сексе?» психологи единогласно отвечают: честно и просто. Примерно так же, как вы объясняете ему, почему осенью желтеют листья или отчего у велосипеда крутятся колеса.

И, конечно, выберите подходящие возрасту и темпераменту вашего сокровища образы.

Сложно начать только первый разговор.

### В 3 года - сочиняем сказку

Первый интерес к щекотливой теме малыш начинает проявлять года в три. «Мама, а откуда я взялся?» Не отмахивайтесь от подобных вопросов маленького почемучки, просто дайте ему ответы на доступном языке.



Психологи уверены, что лучше всего в этом возрасте дети воспринимают информацию, поданную в игровой форме. Так что приготовьтесь сочинить сказку, где главными героями будете вы, папа и сам ребенок. К примеру, эта история может выглядеть так: «В некотором царстве, некотором государстве жили-были папа-король и мама-королева. Они любили друг друга и хотели, чтобы у них появилась дочка. И вот как-то раз они проснулись, обнявшись, в своей кровати и поняли, что в животике у мамы кто-то есть. Этот кто-то был очень маленький, но он быстро рос. Когда малыш стал размером с кулачок, придворный доктор сказал, что это девочка, и все сразу решили, что назовут ее Варенькой. Прошло несколько месяцев, и дочка выросла настолько, что ей стало тесно в мамином животе. Тогда она вышла через специальную дверку. Как же все были рады этому появлению!» Поверьте, такой «кликбез» в раннем возрасте облегчит вам жизнь, когда позже чадо начнет задавать более каверзные вопросы.

**Не затягивайте.** Не растягивайте надолго разговор о сексе. Специалисты давно выяснили, что ребенок может сосредоточиться лишь на 5-7 минут. Лучше оставь его «переваривать» информацию и постарайтесь обойтись без излишней утомляющей дотошности.

**Не ругайте.** Когда ребенок обращается к вам с вопросом «про это», исключите ответы из серии: «подрастешь – поймешь», «рановато тебе об этом знать» или «вот я сейчас тебе дам за эту гадость». Малыш замкнется и пойдет искать правды в другие места. И, что хуже всего, может больше к вам не обратиться.

**Не мудрите.** Не стоит сажать ребенка перед собой, как за парту, и сообщать менторским тоном: «А теперь я расскажу тебе о сексе». И тем более не следует после «урока» давать задание прочитать две главы анатомической энциклопедии. Иначе вы можете спровоцировать чадо на поиски менее занудной информации об интересующем его вопросе.

**Не хихикайте.** Когда малыш впервые подойдет с каверзным вопросом, не хихикайте, не краснейте и не поднимайте брови, иначе он подумает, что спросил о чем-то стыдном, и замкнется.

**Не усердствуйте.** В стремлении объяснить все подробно не переборщите: даже подросток еще не готов воспринимать яркие сексуальные образы. К тому же своей настойчивостью вы можете невольно сделать из секса культ, а это способно непоправимо навредить вашему ребенку.

Хотите вы этого или нет, но рано или поздно в садике или, например, на пляже кроха обязательно столкнется с голеньким представителем противоположного пола. Поэтому не забудьте познакомить чадо с его собственным телом. Расскажите ему о каждой его части: спинке, ручках, ножках и, конечно, половых органах. Объясните, что у девочек и мальчиков они устроены по-разному: у маленьких мужчин похожи на краник, под которым есть мешочек с двумя яичками, а у будущих женщин – на щелочку. На этом можете остановиться.

### В 5 лет добавляем немного биологии.

Будьте готовы, что ребенку, достигшему 5-го возраста, мало знаний о том, что он появился из маминого животика. На первый план выходит вопрос, каким образом он туда попал. Вот тут в ответ уже стоит добавить немного биологии и философии. Как считают психологи, самым понятным для малыша будет рассказ о том, что папа так любит маму, что дал ей свою клеточку.

Потом она соединилась с маминной, и когда они стали единым целым, из них вырос малыш. Если ребенок удовлетворился ответом, не приставайте к нему с разъяснениями. Время более конкретных разговоров еще не пришло. А если кроха продолжает свои «а почему?», просто объясните, что люди так устроены: любовь рождает следующую жизнь.

И запомните, ложная информация о взаимоотношениях между полами («детей покупают в магазине») может глубоко отпечататься в его сознании. Со временем эта неразбериха способна перерасти в неуверенность или даже ощущение собственной неполноценности.

### **В 8 лет - рассказать о технике.**

Половое созревание у современных детей начинается гораздо раньше, чем это было у их родителей. Первая менструация у 8-9-летней девочки давно уже перестала быть исключением.

Ваша задача – подготовить почву для перемен, которые произойдут не только в теле, но и в голове ребенка. Кстати, психологи не рекомендуют устраивать один «большой серьезный разговор».

Специалисты уверены, что будет гораздо лучше, если вы начнете постепенно приоткрывать перед взрослеющим чадом все новые потайные двери. Если вы мама сына, обязательно приобщите к делу мужа: ведь именно от себе подобного мальчик с большим доверием воспримет информацию о ломке голоса и ночных поллюциях. Матерям, у которых нет такой возможности, придется самим объяснять будущим мужчинам, что эти явления нормальны. Расскажите чаду, что поллюции и неподконтрольная эрекция происходят со всеми мальчиками, ведь это проверка члена на дееспособность. «Значит, с тобой все в порядке» будет самым правильным «утешением» для ребенка, обескураженного странным поведением тела. Девочку заранее предупредите о том, что у нее скоро начнет расти грудь, и она станет еще красивее. А менструация, хоть и может принести неприятные ощущения, показывает, что юная леди превращается в женщину. Многие подростки воспринимают такие изменения как что-то, мешающее им жить, как раньше, и ваша главная задача – примирить их с этими «новинками» и научить не стыдиться.

Имейте в виду, психологи считают возраст 8-9 лет оптимальным для разговора с отпрыском о самом действе – сексе. Для начала сообщите чаду, что у половых органов, которые вы раньше именовали «писями», есть серьезные названия: пенис и влагалище. А затем объясните, что объятия и поцелуи между мужчиной и женщиной очень приятны обоим. От этого пенис увеличивается и твердеет, и тогда его можно аккуратно ввести во влагалище, как ключик в замочную скважину. Через какое-то время из него выходят сперматозоиды – те самые мужские клеточки, о которых вы говорили раньше. Самая сильная из них соединяется с женской. В результате чего появляется новая жизнь – ребенок.

Кстати, если малыш принес из школы похожую информацию, только в совершенно похабной форме, не спешите угрожать ему расправой и рвать на себе волосы. Просто объясните ему, что для описания секса есть не только нежные и красивые слова, но и грубые – их используют глупые и необразованные люди. Не забудьте добавить, что даже последние когда-нибудь влюбятся и станут называть это действие иначе.

### **В 12 лет - купить энциклопедию.**

Первый по-настоящему серьезный всплеск интереса к пикантным вопросам возникает у маленького человека, когда ему исполняется 12-13 лет. Ребенок начинает исследовать тему подробнее и настырнее. Поэтому будьте готовы к неожиданным вопросам из серии «Мам, что такое гей?» или «Кто такие трансвеститы?». Необходимо заранее подтянуть знания в этой тематике или иметь под рукой литературу, способную подсказать ответ. И не стесняйтесь признаться: «Дорогой, в этой книге написано лучше, чем я смогу объяснить тебе. Давай посмотрим вместе».

И никогда не ругайте его за подобные вопросы! Если ребенок будет уверен, что может спросить вас обо всем и поделиться с вами любой проблемой, это поможет вам быть в курсе происходящего и вовремя поддержать его тогда, когда это действительно будет нужно.

