

## **Родительский всеобуч** **«Правила эффективной коммуникации с детьми и подростками по вопросу начала сексуальных отношений».**

**Цель:** осознание родителями важности данной проблемы.

**Задачи:** понимание влияния семьи на формирование нравственных представлений у детей; разработка алгоритма беседы с подростками о сексуальных отношениях.

**Форма:** семинар - тренинг

**Этап 1.** Воспитывая подростков, родители часто сталкиваются с потребностью поговорить с ними о сексуальных отношениях. В нашем обществе на эту тему до сих пор табу, а половое воспитание вызывает много вопросов: что и как сказать, в каком возрасте, как не навредить ребенку. Сегодня мы поговорим о том, как общаться с подростками на подобные темы.

Предлагаю сначала познакомиться. *Проводится игра «Домино»*

Ведущему предлагают выбрать два факта о себе (характеристика внешности, черты характера, интересы, склонности, предпочтения), а затем назвать свое имя и сообщить эти факты в такой последовательности: «Меня зовут Виктория. Левая рука - я девушка, правая – я люблю сериалы». Участника, кому подходят данные характеристики берутся за подходящую руку и сообщают свою черту. Важно, чтобы круг сомкнулся. Физический контакт участников, помогает им почувствовать принадлежность к группе.

**Этап 2.** У всех подростков есть сексуальная жизнь — реальная или в фантазиях. Размышления о сексе и разнообразный сексуальный опыт являются важной частью взросления, и это само по себе — не страшно и тем более не плохо. Конечно, любой опыт связан с риском, и лучший способ уменьшить риски сексуального взросления — правильное семейное воспитание, своевременное половое просвещение, которое поможет избежать слишком ранней (а потому нежелательной) беременности и инфекций, передаваемых половым путем. Родители из различных социальных слоев и представители разных культур имеют неодинаковые представления о правильном поведении своих детей, в том числе сексуальном. Поэтому нет единых рекомендаций для всех родителей, но есть общие принципы. Основанное на знании фактов и уважении прав ребенка, половое воспитание в любой семье становится частью воспитания личности и формирования общечеловеческих ценностей. Оно дает представление о важности семейных отношений, ценности здорового образа жизни, ответственного и уважительного отношения к себе и окружающим.

Сейчас, я попрошу вас вспомнить себя в подростковом возрасте. Перед вами листки бумаги, составьте, пожалуйста, список наиболее значимых моментов своей подростковой жизни.

Большинство из вас вспомнили первую любовь, первый поцелуй, новые ощущения, связанные с телесными переменами. И многим из нас наверняка хотелось бы, чтобы в тот момент кто-то нас понимал и оберегал, отвечал на вопросы и разделял наши чувства. Тогда почему же в общении со своими детьми мы часто стесняемся говорить о том, что так сильно интересовало и волновало нас, и редко рассказываем о своих собственных экспериментах?

Дети, чьи родители все-таки разговаривают с ними о сексе, более осторожны, чаще склонны откладывать «тот самый день», они используют контрацепцию и не экспериментируют со сменой партнеров. Как же завести этот неловкий.

Давайте сначала задумаемся: что можно сказать, в каком возрасте и как не навредить ребенку своим вмешательством. Ведь родители довольно часто совершают ошибки, которые портят детям судьбу, лишают их счастья парных отношений.

Назовем их:

1. Преждевременное пробуждение сексуальности;
2. Пренебрежение нравственным воспитанием, обесценивание чувств;
3. Отсутствие контроля информационного пространства;
4. Так называемые уроки полового воспитания, рассказ о физиологии секса;
5. Пропаганда гомосексуализма и теории гендерных ролей;
6. Лояльное отношение к мату и употреблению матерных слов.

Конечно, сегодняшняя встреча несколько запоздалая. Ведь стадия латентной сексуальности проходит с 7 до 13 лет. Задача психики на этом этапе состоит в зарабатывании опыта человеческих взаимоотношений, товарищеские связи, учеба, игра, спорт. На этом же этапе формируется совесть, эго-идеал, самоуважение, адаптация к окружающему миру.

Пробуждение сексуальности до начала периода полового созревания разрушает еще не сформированную детскую психику, затормаживает развитие души. Чрезмерная сексуализация информационного пространства и так обеспечивает достаточную осведомленность наших детей в вопросах пола и деторождения.

Гормональный всплеск, который переживает подросток пробуждает у них интерес к собственному телу, к взаимоотношению полов. И чтобы подросток смог без вреда для себя справиться с искушениями, очень важно к тому времени заложить в его душу нравственную основу, сформировать способность к глубоким чувствам, в противовес желанию получать наслаждение немедленно. В эпоху гаджетов и клипового мышления, эта задача трудная, но

подъемная. Иногда под видом гендерного равенства вводят понятие сексуальной свободы, на самом деле называют сексуальной свободой сексуальную разнузданность.

Считаю, что для девушек сексуальная свобода, это умение сказать «нет», когда не хочется, не соответствует ее нравственным представлениям, без чувства вины и последствий в виде насилия и сексуального давления. Но воспитывать такое умение нужно так, чтобы не прививать цинизм и неуважение к мужчинам.

К сожалению, массовый тренд, транслируемый в соцсетях, чтобы девушки подавали себя как сексуальный товар, но на таких девушках не женятся, а вот используют с удовольствием. При правильном подходе, для девушки просто секс - это мизерное удовольствие. Им нужны чувства, уважение, признание.

И воспитывая мальчика, ему необходимо прививать чувство ответственности, бережное отношение к девушке, уважение к ней. Помочь осознать высокую значимость роли женщины и красоты целомудрия девушек.

Теперь о мате. Мат и секс неразрывно связаны друг с другом. Любое матерное слово семантически - либо половой орган, либо акт соития. Узнать о мате от сверстников нормально. Когда мат в семье - это подобно насильственному навязыванию информации о сексе в грубой форме. Чувствительные дети воспринимают это примерно так, как зашел случайно к взрослым и увидел их соитие. Ребенок теряет чувство защищенности, безопасности, старается вытеснить эти эмоции. Публичный мат перечеркивает восприятие секса как чего-то светлого и прекрасного. Если подросток увлечен матерным рэпом, значит в детстве ему не развили эти чувства.

И так, продолжим нашу тему о том, как информировать своих детей на подобные темы. Иногда бывает, что пока родитель решается поговорить с подростком о любви, он уже всю ее занимается.

Этап 3. Давайте с вами сформулируем правила разговора с детьми.

Далее ведущий стимулирует и направляет деятельность родителей на составление примерно такого алгоритма:

1. Хорошо подумать, о чем родитель хочет поговорить с ребенком. Сформулировать для себя отношение к выбранной теме, продумать, какими словами можно донести это до ребенка.

2. Выбрать удачный момент для разговора. Разговор не должен начинаться так: «Ну, сынок, пришло время нам поговорить об этом!»

3. Быть готовым к тому, что ребенок не захочет этого разговора.

4. Быть эмоционально устойчивым, не бояться конкретики.

5. Настроиться на то, что ребенок может не согласиться с нашей точкой зрения. Принять его точку зрения. Продумать аргументы, по защите своей теории.

Далее родителям раздаются памятки о том, как вести разговор с ребенком.

Памятка для родителей по эффективной коммуникации с детьми и подростками по вопросу начала сексуальных отношений.

1) Найдите правильный момент. Не стоит говорить: «Пришло время поговорить с тобой об ЭТОМ!», пусть тема всплывет сама собой. Например, во время просмотра фильма вам попала любовная сцена или во время прогулки в парке, вы увидели целующуюся парочку. Изобретите ситуации, которые могут стать хорошими поводами для разговора ОБ ЭТОМ.

2) Хорошо продумайте, что вы хотите донести до вашего ребенка. Понятно, что вам не хочется, чтобы ваша 14-летняя дочь забеременела, но что насчет всего остального? Как быть с оральным сексом – от него не беременеют, например. И можно ли ей встречаться с несколькими партнерами, если она будет предохраняться? Сформулируйте для себя свое отношение к этим вещам и донесите его до ребенка.

3) Будьте готовы к тому, что ребенок не захочет об этом говорить. Как вы думаете, только вам неловко? Ему тоже. Если он бормочет что-то вроде: «Эээээ...», задавайте наводящие вопросы или расскажите о тех эмоциях, которые может испытать человек в этой (или похожей) ситуации: «Наверное, тебе так же неловко, как было неловко Пете, когда...»

4) Приготовьтесь слушать. Не только слышать, но и слушать. Избегайте менторского тона и ни в коем случае не перебивайте, если ваш ребенок решил вам открыться. В конце резюмируйте все то, что он рассказал, чтобы убедиться, что вы все правильно поняли. Попробуйте помочь ему сформулировать, что он чувствует по этому поводу.

5) Обсудите с ребенком последствия выбора, все плюсы и минусы. Соглашаться или нет, использовать презерватив или таблетки и тому подобное.

6) Обязательно объясняйте, что секс – это прежде всего любовь и забота, а не просто половой акт. Это уважение к себе и партнеру.

7) Объясните, как действовать в ситуациях эмоционального давления. Например, ваша дочь может не понимать, что, когда ее друг предлагает «зависнуть у него, ведь родителей нет», она может отказаться и предложить пойти в кино или кафе. Или же она может установить правила, касающиеся ее тела: никаких прикосновений ниже талии. Объясните ребенку, что его «нет» – это всегда «нет», и это «нет» другие люди должны уважать. В случае же, если что-то идет не так, всегда можно уйти в ванную, например.

8) Не бойтесь конкретики, без нее не обойтись. Ваш сын закрылся в комнате с подружкой? Не надо гадать, что они там делают и молиться, чтобы какое-то чудо заставило

их использовать презервативы. Просто купите упаковку и поговорите с ребенком о том, как их использовать. Попрактиковаться можно на огурце или банане – классика. Заодно посмеетесь – это уж точно не испортит ваши отношения.

9) Не останавливайтесь. Секс - это не табуированная тема, на которую можно поговорить один раз и забыть. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок вам доверял, возвращайтесь к этому разговору снова и снова.