

Хочешь быть здоровым - будь им!

ГБУЗ "Волгоградский
областной центр
медицинской
профилактики",
Волгоград



"Психологические аспекты полового воспитания детей подросткового возраста"

Психолог ГБУЗ «ВОЦМП»

Ивина М.К.

Половое воспитание - составная часть процессов формирования личности, включающая в себя проблемы здоровья, морали, права, культуры и этики. Половое воспитание является составной частью нравственного воспитания.



Задачи полового воспитания:

- **Формирование у подростков ответственного отношения к своему здоровью, в том числе и репродуктивному.**
- **Обучение основным навыкам общения и принятие осознанных решений в вопросах взаимоотношений с представителями другого пола.**
- **Формирование у подростков позитивного отношения к здоровому образу жизни, планированию семьи и ответственному родительству.**
- **Формирование понимания необходимости ответственного сексуального поведения, отрицательного отношения к раннему началу половой жизни.**

Подростковый возраст -

ответственный и нелегкий этап в жизни подростков. Он характерен полным отсутствием гармонии. Подростки еще не пришли во взрослый мир, но уже покинули мир детства. Отсюда двойственность их положения и поступков. Потеря равновесия вызвана перестройкой гормональной системы в организме.



Все это отражается и на психическом состоянии подростка, он часто делает глупости, совершает необъяснимые с точки зрения логики поступки. Этот этап развития наиболее труден для детей в эмоциональном плане.



В этом возрасте начинается следующая фаза психосексуального развития - фаза романтической влюбленности, с одной стороны, и эротических желаний - с другой. Эротическое половое влечение - желание не только духовного, но и телесного контакта, нежности, ласки, прикосновений - беспокоит подростка. Подростковый возраст называют гиперсексуальным.



Одновременно с физиологическими изменениями в организме подростка происходит становление образа жизни, вырабатываются стиль и стереотипы поведения, включая сексуальное и репродуктивное. Поэтому мы, взрослые не должны ограничиваться только гигиеническими рекомендациями, а более широко оценивать наступившие в организме изменения.



«Первыми людьми, к которым тебе следует обратиться, когда ты пытаешься разобраться в своих мыслях и чувствах относительно вопросов пола, должны быть родители. Правда, для многих подростков, которых я встречала, это абсолютно исключено».



Врач Мириам Стоппард

Вопросы родителям на откровенные темы задают как правило маленькие дети. Подростки чаще всего обращаются к «старшим товарищам» или сверстникам. Необходимы такт и терпение взрослых, тогда возникает доверие, желание поговорить о трудностях, поделиться радостью, получить совет от близких людей, а не от друзей с улицы.



Общегигиеническое направление. Развитие навыков личной гигиены и здорового образа жизни:

- 1. Беседа о гигиене половых органов, гигиене тела и одежды, уход за волосами. (Известно, что определенный стиль одежды имеет сексуальное значение, поэтому чрезмерное обнажение тела девочками может стимулировать юношей не только к ухаживаниям, но и к сексуальному поведению).**
- 2. Беседа с девочками о сущности менструального цикла, правила личной гигиены и использования индивидуальных гигиенических средств в период менструации.**
- 3. Беседа с мальчиками о сущности поллюций (подготовка к первым поллюциям).**

4. Беседы по профилактике инфекционных заболеваний (в том числе - венерических, СПИДа, вызываемых различными паразитами).
5. Беседы о влиянии вредных привычек на растущий организм.
6. Ежедневные занятия утренней зарядкой.



Формирование анатомо-физиологических представлений о человеке:

- Психологическая подготовка девочек к первой менструации.
- Беседа с мальчиками об особенностях мальчиков-подростков, о способах профилактики юношеской гиперсексуальности (спорт и прохладный душ перед сном как форма выхода из гиперсексуального состояния).
- Беседы с девочками о воспалительных заболеваниях женской половой системы, их причинах и последствиях.
- Беседы о мастурбации в период полового созревания.
- Формирование навыков рефлексии своего физиологического состояния.
- Необходимость прохождения профилактических осмотров несовершеннолетних (гинекологом и урологом-андрологом) в подростковом возрасте

Историко-культурное направление:

Формирование культурно-нравственных представлений о человеке:

1. Чтение и обсуждение произведений классиков-прозаиков о любви.
2. Чтение и обсуждение поэтических произведений о любви.
3. Совместный просмотр и обсуждение кинофильмов о любви.
4. Беседы, поэтические вечера, посвященные любви как основному человеческому чувству.

Историко-культурное направление:

5. Беседы с девочками о красоте, моде, вкусе и женской индивидуальности (одежда, украшения, косметика) Девушка должна помнить о своем исключительном положении в природе, она должна оставаться женственной, красивой, слабой (и одновременно сильной) и помнить, что высшее предназначение в жизни - продолжение рода, а не сиюминутная радость и наслаждение. Важно также воспитание целомудренности помыслов, отношений, встреч.
6. Беседы с мальчиками о мужественности (соотношение мужественности и агрессивности), уважении к женщине, об ответственности за доверившегося человека.

Семья – это фундамент, на котором строится храм духовного мира ребенка. Ребенок не рождается на свет нравственным или безнравственным, он становится таким, в какой среде живет и какое воспитание получает.



Именно семья формирует нравственность подростков. Ребенок должен видеть взаимную любовь родителей, ибо стиль внутрисемейных отношений, усвоенный в детстве, взрослые дети могут повторять в жизни.



Кто должен заниматься половым воспитанием подростающего поколения?

Родители + педагоги + медицинские работники



Будем ли мы принимать осознанное участие в этом процессе или нет, а любой ребенок получит свое половое воспитание. Вопрос только, из какого источника и в каком качестве. Более того, даже не преднамеренно, сами того не подозревая, мы занимаемся половым воспитанием наших детей практически ежедневно, демонстрируя собственным примером ту или иную модель поведения в разных ситуациях: ссоримся с мужем/женой, взваливаем на себя все обязанности или наоборот, чрезмерно возносим или критикуем противоположный пол и т.д. Поэтому наша роль здесь неминуема.

Спасибо за внимание!

