

## Что, как и когда говорить ребенку о сексе

Все дети сексуальны с рождения! У маленьких мальчиков даже в грудничковом возрасте бывает эрекция, это подтвердит любая мама. А значит, идея "ждать, пока ребенок вырастет" нелогична.

**Один старый педиатр так советовал рассказывать маленьким о сексе. Они уже все равно знают, что внизу живота люди разные. Так вот, у папы-трубочка, а у мамы - дырочка. У папы есть очень маленькие дети, но они в папе расти не могут. Для этого папа своей трубочкой пересаживает его маме в живот, и он там растет, а потом, когда вырастает большой, то вылезает наружу.**

Информировать ребенка в вопросах секса и полового размножения сегодня просто необходимо. Предупрежден – значит, вооружен. Но вопрос в том: как предупреждать?

Родитель должен **информировать ребенка корректно и по возможности полно** (с помощью тех же книг, схем, учебных фильмов), подбирать нужные слова и отсеивать избыточную информацию. Информацию стоит упрощать и дозировать для того чтобы ребенок не запутался и не был оглушен странными для него образами.

Психологи знают от детей, что часто родители рассказывают им то, о чем они и не думали спрашивать, и это лишь путает, а порой смущает. Давайте маленькую порцию корректной информации и ориентируйтесь на реакцию ребенка. Если малыш «ушел переваривать» данные или удовлетворился ответом и переключился на что-то другое – то оставьте его в покое. Если малыш уложил ответ в голове и уже задает новый вопрос, углубляя тему, – вот тогда можно продолжить обсуждение и дать еще небольшую порцию информации.

Какой бы трудный или шокирующий вопрос ни задал ребенок, **никогда нельзя сердиться!** Дети и подростки больше всего боятся гнева родителей.

Сегодня даже самые стеснительные родители могут дать своим детям адекватную информацию об их появлении на свет и сексуальных отношениях между людьми. Если родитель не может подобрать нужных слов, если он не в силах заставить себя набросать нехитрые схемы и рисунки, то на помощь ему могут прийти **детские сексуальные энциклопедии, книги и видеоматериалы, посвященные вопросам деторождения, секса, полового развития.** Можно листать странички или просматривать видеоряд вместе с ребенком, можно и попросту вручить источник знания детке с надеждой, что просматривая его раз за разом, он все замечательно усвоит. Специальные издания хороши тем, что информация в них подается в той форме и объеме, которые соответствуют определенному возрасту.

То, как дети могут отнестись к информации, преподнесенной в книжке, во многом связано с невербальной информацией о теле и поле, которую ребенок впитал с малолетства - одни листают книгу с интересом, других какое-то время шокирует ситуация вокруг пола и деторождения.

Если вы **не можете сразу придумать, как ответить, скажите об этом.** "Мне нужно время, чтобы подумать, я обещаю поговорить с тобой об этом после ужина", - или еще когда-нибудь. Пожалуйста, не надейтесь, что больше они вас не спросят. Если ребенок не спрашивает, сами поднимите этот вопрос, если надо, то объясните ему причину своего беспокойства. "Мои родители никогда не разговаривали со мной на эту тему, но я рад, что ты спросил, и постараюсь как можно лучше ответить на твой вопрос".

**Неловкость** можно преодолевать также, переводя разговор в научное медицинское русло – таким образом тема своеобразно механизмуется, и становится легче передавать нужную информацию. Самый простой **способ избежать смущения** и в то же время постепенно донести до ребенка все необходимые сведения – выдавать ему информацию маленькими порциями, выражаясь простыми честными словами, не углубляясь в дебри и не пускаясь в рассуждения. Если ребенок почувствует ваше стеснение, у него может возникнуть впечатление, что его появление на свет в частности и интимные отношения между людьми в целом – это нечто нехорошее и запретное.

**Ребенок может быть смущен не меньше взрослого**, и он тоже преодолевает себя, чтобы обсудить интересующий вопрос. Часто детки трепетно берегут психическое здоровье родителей, видя их стеснение и напряжение, поэтому лучше расслабиться и аккуратно выдать информацию, ибо излишнее родительское напряжение может только встревожить ребенка и отвести его от подобных разговоров.

Если в оживленном парке при большом скоплении народа 6-летний малыш спросит у вас, что такое клитор не надо смущаться и падать в обморок. Отведите его в сторонку и мягко объясните, что это часть женского тела, которая находится в таком месте, о котором не принято говорить при людях.

**Главное, сколько бы раз ваш ребенок ни задавал вам свои сокровенные вопросы, всегда отвечайте ему спокойно и уверенно.**

Всегда **хвалите ребенка за проявленную зрелость** и давайте ему понять, что вы ждете от него хороших манер. В то же время не ожидайте, что у него всегда это будет получаться. Все мы любим рассказывать новости, передавать сплетни и делиться потрясающими новыми открытиями. Эти вещи являются солью человеческого общения не только для взрослых, но и для детей. Новые сведения про вульву (собирательное наименование женских наружных половых органов) могут быть и забавными, и захватывающими для ребенка, и он вполне может поделиться хорошими новостями с кассиром в универсаме, переполненном народом. Не обращайте внимания на ухмылки, на полные ужаса взгляды и смущенные красные лица людей, стоящих в очереди за бакалеей. Гордитесь тем, что ваш ребенок информирован, а значит, защищен. И когда наконец все наше общество дорастет до сексуальной зрелости, никто больше не будет смущаться или расстраиваться по поводу естественного детского любопытства и желания поделиться с другими.

Взрослые редко отказывают подросткам в поддержке и понимании, но часто бывает, что они не в состоянии оказать им поддержку в достаточной степени из-за, собственной незрелости. Характерным примером этого является родитель, который говорит: "Да, я пытался с ним поговорить (или дал ему книжку), но он был так смущен, что я тоже застеснялся и бросил эту затею". Если вы пытались начать разговор на кухне, а он сказал: "Это слишком непристойно, я ухожу", то знайте, что лучшее место для разговора с детьми от 10 до 20 лет - это автомобиль, где вашим слушателям некуда деться. Конечно, они могут заткнуть уши, обозвать вас ненормальным или три часа подряд молча смотреть в окно, но вы все равно продолжайте говорить. Они никогда не забудут эту поездку в машине, да и вы - тоже. Некоторым отцам хорошо удавались разговоры в лодке во время рыбалки. Детям некуда деться, ведь они не могут ходить по воде! Другие рассказывали о дискуссиях у костра или в палатке и даже о разговорах во время уборки в гараже (при этом заняты руки и можно не встречаться взглядами)! Не пропустите ни одного момента, подходящего для обучения. Говорите, и дело будет продвигаться.

*"Когда мальчику в 5 лет на вопрос о целующихся людях ответили, что это"особенности*

*взаимоотношения полов", - он завис."*

Начнем с того, КАК НЕ НАДО рассказывать ребенку о сексе:

\* **не надо специально сажать ребенка напротив себя в позе послушного ученика** и говорить: «Пришло время тебе узнать о сексе. Минус «больших разговоров» в раннем возрасте заключается в том, что ребенок попросту еще не уложит в голове все данные, то ребенок постарше уже будет «все знать». Но тем родителям, которые в силу собственных соображений склоняется к методу большого разговора, стоит посоветовать прибавить к разговору еще и соответствующую книгу, чтобы ребенок – уже читающий ребенок – мог сверяться с этим источником и постепенно прояснял для себя картину в целом.

\* **не надо мяться и краснеть**, словно ребенок своим вопросом застал вас самих за чем-то неприличным; не надо начинать хихикать и делать большие глаза; **интерес ребенка - естественный, он воспринимает эту часть жизни безоценочно**, а наша реакция окрашивает его в те или иные эмоциональные тона ("нормально", "стыдно", "плохо", "грязно" и т.д.). Если малыш встретит негативную реакцию взрослых, то в дальнейшем будет относиться к проявлениям своей сексуальности так же - как к чему-то стыдному, плохому и грязному.

\* **не надо рассказывать сказки про аистов**, капусту, специальные уколы, магазины, канибалические сказки с поеданием зародышей и пр. Ложная информация опасна не только тем, что может запутать всю понятийную сетку. Она способна глубоко впечататься и направлять ожидания ребенка, отражаясь на его поведении как в детском, так и во взрослом возрасте. не заниматься мифотворчеством и не рассказывать отпрыску сказок об аистах, капусте или магазине, в котором его якобы купили. Таким образом родители попросту дискредитируют себя.

\* **не надо окрашивать ваш разговор в специфические тона**, нагнетать особые эмоции; и вообще, не надо транслировать свои чувства, если ребенок об этом не спрашивает отдельно;

\* **не надо замалчивать эту тему**, отговариваясь избитыми фразами типа: «Это тебе еще рано», «Подрастешь - узнаешь» или, вообще: «Где это ты нахватался таких вопросов?» Особенно когда это имеет другой подтекст: "Отстань" или "Пойди вон". Потому что ребенок просто пойдет удовлетворять свое любопытство в другом месте и из других источников.

\* **не надо затягивать разговор о сексе**; ребенок способен сосредоточиться на 3-7 минут, и лучше оставить его «дожевывать мысль», чем утомить своей дотошностью;

\* **не надо делать из секса культ**, снабжая ребенка тоннами «предохранительной информации во избежание», шокируя его сильными образами, к восприятию которых он еще не готов;

\* **не надо «спрашивать урок»**, чтобы удостовериться, что ребенок запомнил ваши наставления.

\* **не стоит навязывать ребенку общение на эту деликатную тему**, если он этого не хочет. Лучше давать ему пояснения по мере возникновения интереса.

Дети в 3, 5 и даже 7 лет еще не пытаются понять систему в целом. Ребенка в таком возрасте интересуют отдельные «почему». Одно «почему» следует за другим – с интервалом от нескольких дней до нескольких месяцев, информация переваривается, сопрягается и постепенно ребенок из всех добытых сведений веточка за веточкой выращивает стройное «дерево» понимания сути вопроса. Вот почему важно, чтобы отдельные «веточки» были для него полностью ясны! От избытка информации ребенок может запутаться, начать фантазировать – хотя это тоже не так страшно, позже он обязательно прояснит ситуацию.

Дети очень любознательны и способны сами себе все разложить по полочкам, требуя у взрослых содержимого для новых полочек, обнаруженных в системе.

*"Вот вы знаете, когда рождается ребенок, пуповину перерезает врач. Кошечка пуповину перегрызает... А лошади????"*

Значит, знает Соня, что лялька растет из клеточки маминной, когда папина клеточка с ней соединится. Знает, что мама пьет таблетки, чтобы клеточки не соединялись. И тут посреди троллейбуса до нее логически доходит, что если про то, как лялька растет, она знает, а что делается с клеточкой, из которой лялька не растет?

И если родителям не удастся ознакомить ребенка в первые 10 лет ее жизни с темой секса и такими ее параграфами, как возрастные изменения половых органов и начало их биологической работы, беременность, контрацепция и ЗППП, то **надеяться на полноценный разговор с 13-летним подростком будет несколько наивно**. Конечно, необязательно проводить с малышом семинар по венерическим заболеваниям, но заинтересовать, указать направление и обеспечить доступ к полноценным источникам информации – просто необходимо, сегодня это прямая обязанность любящего родителя.

## **2-4 года:**

Малыш обожает раздеваться, он в восторге от того, как устроено его тело, он изучает его. Приблизительно **в этом возрасте малыши начинают осознавать себя как мальчиков или девочек**, и задаваться вопросом «почему девочки и мальчики ходят в туалет по-разному?». В этом возрасте ребенок обычно задает вопрос: «откуда я взялся?». На это можно спокойно ответить: "Из маминого животика. Малышам там безопасно и тепло, и они вырастают у мамы под сердцем". Расскажите ему о беременности и о том, что он получился из маминной и папинной клеточки. Можно почитать малышу энциклопедию, показать картинки, где видно, как ребеночек сидит в животе у мамы и чем отличаются мальчик и девочка, мужчина и женщина.

Кроме того, **ребенка стоит познакомить с конкретными названиями половых органов**, что мужские и женские органы имеют свои «серьезные названия»: пенис или половой член, вагина или влагалище. «Вот твоя ручка, но это не просто рука: вот запястье, вот кисть, вот локоть. На ноге есть щиколотка, голень, колено. Видишь, сколько у тебя всего! (часто дети приходят в восторг от такого своего богатства). И для всего-всего есть свое название. Точно также есть «серьезное название» для писи: сам «краник» называется пенис, а мешочек под краником называется мошонка, в мешочке-мошонке лежат два яичка. У девочек пися устроена по-другому, она похожа на щелку и называется вагина». На этом этапе ребенку еще не нужно говорить, что у половых органов есть своя особая миссия – надо просто указать на различие полов и дать гениталиям названия. Это технически облегчит вам дальнейшие разговоры.

Если маленький ребенок спросит, чем отличаются мальчики и девочки, можно ему сказать, что бывают мужчины, как папа, и женщины, как мама. Женщины вырастают из девочек, а мужчины - из мальчиков. И это просто два разных вида людей.

Отличное время для разговоров с малышами - перед сном, когда они согласны на что угодно, лишь бы вы не уходили и не выключали свет. В это время хорошо читать им книжку или отвечать на вопросы, заданные в тот же день раньше, например в переполненном автобусе или за рождественским обедом!

Вот вариант такой сказки на ночь:

*«Жили-были мама и папа. Они очень любили друг друга, обнимались, целовались и спали в одной кровати. И вот они захотели, чтобы у них был ребеночек. И у мамы в животе стал расти маааленький мальчик. И это был Ванечка! Сначала он был очень маленький и сидел у мамы в животике тихо-тихо. Потом Ванечка подрос, стал большооой, занимал уже весь животик – и животик тоже стал большой. Мама и папа гладили животик и Ванечку в нем, целовали его и разговаривали с ним. А потом Ванюша совсем вырос и захотел выйти к маме с папой из живота. Под животиком открылась специальная дверка и Ваня из нее вылез! Мама и папа обрадовались, взяли Ванюшу на ручки, мама стала кормить его молочком из тити. И все остальные тоже очень обрадовались: бабушки, дедушки, кошка, – все сказали: «Здравствуй, Ваня!» А потом Ваня еще больше вырос, научился бегать, разговаривать и сам есть кашу ложкой – вот какой большой у нас мальчик!»*

#### **4-6 лет:**

Ребенка очень интересуют физиологические различия между полами, в этом возрасте одна из любимых детских игр – «доктор». В этом нет ничего страшного, если играют малыши одного возраста и занятие происходит без насилия. И все же, постарайтесь переключить внимание детей на другие игры. Играя в доктора, дети знакомятся с телом другого человека, получают радость и удовольствие от телесного контакта со сверстником, изучают отношения подчинения-контроля.

Именно в этом возрасте дети чаще всего задают вопросы о сексе. Но вопросы эти еще размыты, неконкретны. Например, малыш может увидеть в фильме любовную сцену и спросить: «Что они делают?» – на такой вопрос достаточно ответить: «Они любят друг друга». Вероятнее всего, немного погодя возникнет тема «дети появляются, оттого что взрослые вот так вот любят друг друга». Нередко на улице или в фильме ребенок видит спаривающихся животных и задает вопросы. На такие стоит ответить просто, не вдаваясь в подробности, что от этого занятия у них появляются детки. Маленькие. У мам в животиках. Потом растут и выходят наружу. У животных это занятие называется спаривание, у людей – любовь или секс. На этом этапе ребенок просто связывает такое вот совместное копошение с появлением потомства, ему еще в большинстве случаев неинтересно и неважно, как это происходит технически.

Для ребенка 4-5 лет вполне подходит объяснение о том, что маленький человечек живет и растет в животе у мамы, и когда вырастает достаточно, мама едет в больницу, где ребенка достают из ее живота, моют, одевают и отдают обратно. Как правило, дети в таком возрасте не задаются вопросами о том, как именно ребеночек туда попадает. Но если подобный вопрос все-таки возникает, то ответ может выглядеть примерно таким образом: папа дал маме семечку, мама ее проглотила, и через какое-то время в животе у мамы из семечки вырос ребенок.

На вопрос "А как ребенок появляется на свет?" - можно ответить: "У мамы внизу живота есть специальное отверстие, и через него при помощи доктора малыш выбирается на свет". - "Я хочу посмотреть!" - говорит ребенок. - "А это невозможно. У всех на теле есть особые места, которые никому нельзя показывать". А заодно и спросить, знает ли он, какие именно это места. Следующий вопрос: "А как ребенок попадает к маме в живот?" Об этом, как правило, спрашивают более взрослые дети. Ответ: "У мамы в животике появляется семечко, из которого вырастает малыш. Когда мама с папой вместе спят, они обнимаются, и семечко от папы переходит к маме".

Когда ребенок спросит: "А как я попал в животик?", лучше сказать: "Мы с папой любили друг друга, поженились и захотели, чтобы у нас появился ребеночек. Ты и появился". Побольше положительных эмоций.

Сына обожает серии БиБиСи о животных, динозаврах, насекомых. Часто в них вставляют сюжеты о спаривании – из фильмов он и подхватил это слово. Как-то раз возвращаемся мы домой и – о, радость! – наблюдаем в деталях, как кот загнал кошку на дерево, потом спустил вниз пинками, поймал за загривок и начал исполнять свои должностные обязанности. Сын пытался спасти «бедненькую кошку», разрыдался, когда кот наорал на него... Тут же объяснила, что кошки – спаривались. Как в фильме, да. Придя домой, ребенок возбужденно сообщал бабушке: «Мы видели СПАРИВАЮЩИХСЯ КОШЕК!!!» - бабушка только открывала и закрывала рот. К вечеру созрел вопрос: «А когда спариваются люди, они тоже дерутся и рычат??» Пришлось разубеждать и проводить черту между зверем безмозглым и человеком разумным.

Диалог можно построить приблизительно так:

- «Что это там делают эти две смешные собачки?»
- «Так у них появляются детки: сейчас у собачки-мамы в животике заводятся маааленькие щеночки, потом они будут расти».
- «Значит, сейчас соединяются клеточки собачки-папы и собачки-мамы?»
- «Да, точно. У животных это называется спаривание: видишь, их же двое, пара – они сдвоились, спарились, их клетки тоже соединились».
- «И люди тоже так делают? Вы с папой так делали?»
- «У людей это происходит немножко по-другому. Люди ведь отличаются от животных. Но да, люди тоже соединяются, чтобы у них появился ребенок. Папа же должен как-то отдать маме свою клеточку, чтобы она соединилась с маминой. Только у них это называется «заниматься любовью» или «заниматься сексом».

Хотя, конечно, подобный разговор почти невероятен – чаще всего он проходит в две-три ступени, между которыми проходят несколько дней или даже месяцев.

Конечно, **ребенок не застрахован от того, что про аиста ему расскажет бабушка** или другие старшие родственники. Поэтому можете заранее сообщить ребенку, что по поводу появления детей существует много сказок. Как раз потому, что появление ребенка - действительно настоящее чудо в жизни родителей! Что будто бы детей приносят аисты, их находят среди красивых цветов (именно из этой легенды появилась та самая капуста)... А на самом деле детей рожают мамы (или опять же, что они появляются из животика). Кстати, многие малыши, узнав, что их никакие аисты не принесли, с облегчением вздыхают: "Вот хорошо! А я думал, что я неродной..." Детям нравится, что они - произведение собственных родителей и самые им что ни на есть родные (потому что при дефиците ласки дети порой не чувствуют в достаточной степени любовь родителей к

себе!), а не подкинутые каким-то непонятным аистом.

**Если ребенок начинает всем подряд рассказывать о новых познаниях, ставя вас в неловкое положение,** поговори с малышом о том, что взрослые живут по правилам и общаются на такие темы только со своими близкими. Это то же самое, как не принято в обществе ковыряться в носу, лучше не делать этого на виду у всех.

**Если малыш приходит с вопросом о клиторе или оргазме,** то, понятное дело, без посторонней помощи здесь не обошлось. Лучше сначала уточнить, почему он об этом спрашивает, чтобы не получилось как в анекдоте, когда дочка спросила у мамы, что такое аборт. И на вопрос, где она об этом узнала, ответила, что из фразы: "Волны бились о борт...". Если же ребенок отвечает, что слышал об этом по телевизору или друзья во дворе рассказали, и речь идет действительно о клиторе, оргазме и других подобных словах, то лучше сказать правду, чем "доверить" эту миссию друзьям со двора.

"После того, как одноклассница пятилетнего Тима сказала, что она отличается от него, мальчик спросил свою маму, что она имела в виду. После неловкого разговора на тему, чем мальчики отличаются от девочек, мама Тима спросила, хочет ли он узнать еще что-нибудь. "Да, - ответил он, - Ким сказала, что она китаянка. Что это такое?"

Часто дети замечают эротические сцены в различных фильмах поэтому задают вопросы, что это делают тетя и дядя. И здесь маленький ребенок, который имел возможность наблюдать нежность родителей, может удовлетвориться ответом: "Они любят друг друга".

"Две соседские семьи, что называется, дружили домами. В каждой был ребенок - мальчик лет восьми. Оба парня учились в одном классе и много времени проводили за совместными играми. Как-то один ребенок был в гостях у другого, а родители решили посмотреть на видео какой-то боевик с обилием любовных сцен (а было дело как раз в самом начале импортного видеобума). В частности, одна из таких сцен происходила в машине (еще бы, фильм-то был американский). Так вот, смотрят родители этот боевик, и вдруг кто-то из них заметил, что в комнату вошли оба ребенка и, затаив дыхание, уставились на экран. Телевизор тут же был выключен, дети с позором изгнаны, а взрослые смутились и были вынуждены просмотр прекратить. Тогда хозяин кассеты отдал ее на пару дней дружественной семье. Детки это услышали и пытались всеми правдами и неправдами кассету выкрасть, чтобы обязательно посмотреть вдвоем. Причем накануне этой кражи между ними разгорелся какой-то спор. Дело кончилось тем, что тот папа, которому выдали кассету для просмотра, застиг обоих детей за вытаскиванием вожделенного фильма из запертого ящика отцовского стола с помощью его же отвертки. Отец был мудр и драть детей за уши не стал. Хотя мама, заметив такой интерес к сексуальному фильму собственного ребенка и его товарища, паниковала все время, что "дети развращены и, может быть, даже уже занимались вдвоем чем-то нехорошим". Но папа повел себя достойнее. Он отвел сына с приятелем к телевизору, поставил запретную кассету и сел рядом, фильм начался, пошла одна любовная сцена- дети ноль внимания; идет вторая, третья... Началась любовь в машине. Ахи, охи, вздохи... Вдруг дети сорвались с мест и прилипли к экрану. И один из них, с торжеством тыкая в экран пальцем, возбужденно заорал: "Я тебе говорил - это "линкольн", а ты - "крайслер", "крайслер"! Ты мне проспорил две жвачки!" "

#### **6-9 лет:**

В этом возрасте ребенок обычно узнает, что такое, собственно, секс и контрацепция.

Тогда же ребенок может узнать интересные вещи об отношениях полов от приятелей. Но даже если ребенок принес из школы сведения, что «все трахаются», не стоит хвататься за голову – можно просто объяснить ребенку, что и в этой сфере есть грубые слова и есть спокойные, красивые.

Объяснять детали полового акта можно, отталкиваясь от таких пунктов (и держа в голове метод мини-ответов):

- Секс приносит взрослым людям большое удовольствие.
- Мужчина и женщина обнимаются, целуются, от этого мужской пенис твердеет, увеличивается и поднимается, и тогда мужчина может аккуратно ввести его во влагалище женщины. Как вставить ключ в замочную скважину.
- После этого мужчина и женщина начинают раскачиваться – это очень приятно.
- После этого из мужского пениса выходят его половые клетки и спешат наперегонки к женской клетке. Самая сильная мужская клетка побеждает в соревновании и соединяется с женской – и из этой новой клетки растет ребенок.

Рассказы о сперматозоидах и яйцеклетках, фаллопиевых трубах и закреплении зародыша на стенке матки сопровождайте картинками из энциклопедии или сами набросайте схемы на листке бумаги.

Дотошным детям можно рассказать, что природа специально сделала так, чтобы секс приносил удовольствие: тогда мужчина и женщина чаще будут стремиться друг к другу, и у них чаще могут появляться дети.

Но не всегда секс ведет к соединению половых клеток и появлению ребенка. Люди научились делать так, чтобы мужская и женская клетки не соединялись, если сейчас мужчина и женщина не хотят детей. Например, мужчина может надевать на пенис специальный резиновый мешочек, презерватив, и тогда все его сперматозоиды останутся в этом мешочке и в мамин живот не попадут. Или женщина может пить специальные таблетки, которые не дают мужским и женским клеткам соединяться. Это называется контрацепция. Сегодня есть очень много средств и способов контрацепции.

Разговоры о технике полового акта напрямую связаны с вопросом «как младенец выходит из маминого живота?» Если раньше ребенок знал, что младенцы появляются из неопределенного «специального отверстия» под животом, то теперь самое время уточнить, что младенцы выходят тоже через влагалище.

**Если вашему ребенку уже 6-7 лет, а вопросов о сексе он вам еще не задавал и интереса к данной проблеме вы у него не наблюдали, не стоит пускать дело на самотек и надеяться на то, что он узнает обо всем от учителей на уроках анатомии. Вам придется проявить изобретательность и ненавязчиво спровоцировать сокровенный разговор на данную тему самим. Например, так:**

"Как хорошо, что Дима и Света наконец поженились! Они так любят друг друга. Скоро у Светы вырастет живот, а потом оттуда появится маленький сыночек или дочка. Правда, здорово?" Далее беседа потечет сама собой, и вы ненавязчиво подтолкнете ребенка к теме, которая его рано или поздно заинтересует, а также выявите и скорректируете его знание по данному вопросу.

*"Мама воспитывала меня одна. На мой вопрос, откуда берутся дети, она отвечала, что женщина покупает в аптеке таблетку, пьет ее, и через некоторое время ей разрезают живот и оттуда достают мальчика или девочку. При этом она демонстрировала мне*



*свой шов на животе. И я этому долго и упорно верила! Потом в школе (это было в 5-м классе) мы на перемене вдруг стали обсуждать эту тему с девочками. И каково же было мое удивление, когда одна из них сказала, что дети вылезают (!) "оттуда". Я этому не поверила. Летом я поехала в пионерлагерь. Здесь мое просвещение продолжалось, набирая обороты. Что я только не услышала! Я была просто убита! Не могла вообразить себе такое! Но тут же одна девочка все опровергла, сказав, что для того, чтобы забеременеть, достаточно и мужчине и женщине надеть на ночь трусы больше своего размера, и все! Так мы и решили, что, когда будем взрослыми, воспользуемся именно этим способом..."*

## **9-12 лет:**

Начало полового созревания. **В этом возрасте необходимо подготовить ребенка к изменениям.** Рассказать о стремительном росте, который порой кажется неравномерным. Об изменениях голоса – мальчикам. О росте груди и изменении фигуры – девочкам. Мальчикам - о ночных поллюциях и невольных эрекциях («Это проверка члена на его дееспособность, она проходит у всех подростков, если это случается– значит, с тобой все в полном порядке»). Девочкам– о менструациях, нужно предупредить, что первые менструации могут быть не вполне обычными: обильными, или болезненными, или наоборот очень короткими – все это нормально, потом все уравнивается. **Для подростка начало эрекции или менструации может быть болезненным психологически:** эти вещи часто воспринимаются им как драматическая помеха прежнему образу жизни. Стоит объяснить, что это– нормально, так бывает со всеми. Постепенно подросток привыкнет к этим явлениям, научится их контролировать, и они станут для него обычным делом. Психологи считают, что девочкам стоит рассказывать о мальчишеских непроизвольных эрекциях, потому что ничего толком не зная об этом, девочки нередко принимают эрекции (которые мальчишкам трудно скрыть) на свой счет, начинают важничать или оскорбляться - и это вносит дополнительное напряжение в отношения между мальчиками и девочками, доставляя страдания и той, и другой стороне. А также стоит рассказывать мальчикам о девичьих менструациях –чтобы мальчики без наносного ажиотажа относились к этому явлению и не тиранили девчонок лишними дразнилками.

И, конечно же, важно познакомить подростка с правилами гигиены половых органов: мыть, с мылом под кожу не лезть, ничем термоядерным не мазать, знать, где лежат прокладки и чистые простыни.

В этом возрасте ребенок уже должен располагать верной информацией о том, откуда берутся дети, почему люди занимаются сексом, а так же то, что секс — это прерогатива исключительно взрослых. Чем старше ребенок становится, тем более внятными и подробными должны быть объяснения родителей. Не забудьте включить в познавательную лекцию о сексе рассказ о венерических заболеваниях, абортах и их последствиях(особенно если у вас девочка), а так же том, что беспорядочные половые связи не приветствуются обществом, полноценным членом которого ребенку предстоит стать. В идеале ребенок должен иметь представление о сексе, как об акте любви между двумя взрослыми людьми, который приносит удовольствие, а иногда и детей.

## **12-14 лет:**

В этом возрасте происходит новый всплеск серьезного интереса к сексуальным проблемам, изменения в организме ребенка невольно подталкивают его к дальнейшим исследованиям. Все чаще тема отношений полов и секса всплывает в вопросах, разговорах и жестах подростка– хотя в иных случаях интерес к теме просыпается гораздо позже, а

собственно подростковый период проходит достаточно мягко. Если вопросы все-таки возникают, родителям не стоит отмалчиваться, ребенок должен знать, что у вас он может спросить обо всем и прийти с любой своей проблемой. Хотя иногда вопросы подростка могут ставить родителей в тупик: «Что такое транссексуал?» - но на подобные вопросы лучше отвечать по-прежнему «небольшими дозами», не вдаваясь в детали: «Это человек, который хотел бы принадлежать к другому полу».

В этом возрасте нужно ответственно вскрыть тему контрацепции: либо обсудив вопрос с подростком, либо снабдив его печатными руководствами к действию. Постарайтесь загодя поднять в его глазах презервативы: все-таки, это самый адекватный для молодых людей метод контрацепции.

### **14-16 лет:**

Возраст первых свиданий. Высока вероятность узнать, что же это такое – секс, о котором столько говорили. Психологи считают, что никто кроме родителей и других значимых взрослых не может убедить подростка не начинать половую жизнь слишком рано. Вот только тон этих разговоров не должен быть нравоучительным. Внушите дочери, что нужно уметь сказать «нет», если тебе не хочется вступать в близкие отношения. И все же, стоит смотреть на жизнь реально и напомнить подростку, что важно иметь под рукой презерватив!

Важно потому, что в мире существуют венерические заболевания и риск нежелательной беременности. В этом возрасте информация (с картинками! с описаниями страданий!) о ЗППП уже не шокирует юный ум, а, скорее, прибавит ответственности. Что касается ранних беременностей, то хорошо бы было иметь контакт с родственницей или подругой, у которой есть маленький ребенок, чтобы обратить внимание подростка на ту уйму времени и сил, что требует лялечка. Ибо бывает, что девочки-подростки действительно ОЧЕНЬ ХОТЯТ ребенка, иррационально, не задумываясь о последствиях такого шага. Но с другой стороны, точно не следует запугивать подростка «ужасами материнства».

После 16 лет разговоры на тему секса между детьми и родителями обычно происходят только при условии очень большого доверия и открытости – хотя и до того без взаимной теплоты и доверия едва ли сможете поднимать эти темы. Так что берегите ваши отношения с детками, они так быстро растут и уходят – сначала в себя, потом к новым горизонтам и партнерам.