

ЯК ТА З ЯКОГО ВІКУ ПОЧИНАТИ СЕКСУАЛЬНЕ ВИХОВАННЯ

У наших мам та бабусь «сексу не було». Насправді, а звідки ми взялись? І чому ця тема табу для багатьох поколінь батьків?

Чому важливо говорити про це відкрито?

- Тому що інформація дає безпеку.
- Тому що секс та сексуальні відносини – це одна з найважливіших частин життя людини.
- Тому що здорове відношення до сексу дає нормальний, стабільний психічний стан.

Чому потрібно говорити про це з дітьми?

- діти уразливі для насильників, педофілів, якщо не володіють потрібною інформацією;
- за недостатністю інформації діти шукають її в інтернеті, та отримують масу збочених посилів, формується нездорове, збочене відношення до сексу;
- відсутність здорової інформації від дорослих спонукає дітей на ранні сексуальні експерименти, а це приводить до таких наслідків: ранні вагітності, нелегальні аборти, венеричні захворювання;
- формуються комплекси та страхи, які заважають потім нормальному сексуальному життю в дорослому віці.

Важливо розуміти:

- не можна видавати всю інформацію дитині з самого раннього віку (наприклад, дитині 3 років не треба знати про засоби контрацепції);
- інформувати потрібно поступово, згідно особливостей вікового розвитку.

ДЛЯ ДІТЕЙ ВІКОМ ВІД 2 ДО 5 РОКІВ

Важливо:

- правильно називати частини тіла;
- вчити дитину інтимній гігієні;
- правильно формувати інтимні межі дитини.

Чому ми повинні так робити?

- це забезпечує безпеку дитини, навіть якщо вона це поки що не усвідомлює;
- через звички формується поведінка дитини та розуміння теми;
- дитина з самого дитинства спокійно відноситься до питань фізичних особливостей та не звикає до сорому та комплексів.

З чим можуть виникнути складнощі?

- батьки самі соромляться відкрито говорити про тіло, фізичні особливості, правильні терміни (як правильно називаються статеві органи людей);
- батьки соромляться, раптом почує хтос ь із сторонніх;
- батьки не знають, що норма в поведінці дитини, а на що треба звернути увагу.

ДЛЯ ДІТЕЙ ВІКОМ ВІД 5 ДО 9 РОКІВ

Важливо:

- правильно розповідати, звідки беруться діти;
- вчити дитину сексуальній безпеці;
- готувати дитину до фізичних змін, допомагати їй прийняти своє тіло і те, що з ним відбувається.

Чому це важливо:

- батьки повинні підготуватися самі до того, що дитина скоро буде становитися дорослою;
- дітям необхідна повна та достовірна інформація про те, що таке секс, щоб не стати жертвою насильників та шахраїв;
- дитина повинна знати, що всю потрібну інформацію вона може отримати у батьків. Тоді у батьків є можливість захистити її.

З чим можуть виникнути складнощі?

- ми, дорослі часто самі не знаємо точних фізіологічних процесів та не вміємо це пояснити;
- комплекси батьків заважають їм розмовляти з дітьми відкрито;
- діти звикли чути від батьків тільки зауваження та критику, і не відносяться з довірою к батьківським словам.

ДЛЯ ДІТЕЙ ВІКОМ ВІД 9 ДО 13 РОКІВ

Важливо:

- допомогти дитині комфортно та впевнено пройти етап фізичних змін;
- розширювати рамки тем, пов'язаних з питаннями сексуального розвитку;
- інтерес дитини к сексу в цьому віці дуже високий, і вона не може його контролювати;
- доступність збоченої інформації колосальна.

Важливо, щоб дитина отримувала адекватні і правдиві пояснення, тому що від необдуманих вчинків та їх жахливих наслідків дитину може захистити тільки батьківський авторитет і правильна інформація від батьків.

З чим можуть виникнути складнощі?

- діти не хочуть слухати батьків, вважаючи, що все знають;
- вони звикли самі знаходити інформацію, не думаючи, звідки вона та чи можна їй вірити;
- не маючи від батьків адекватної інформації раніше, дитина «зачиняється» і не іде на контакт.

Як розпочинати розмову з дитиною «ПРО ЦЕ»?

- якщо не можете знайти привід;

- якщо дитина не іде на контакт;
- якщо немає підходящого моменту.

Самі створіть такий підходящий момент. Наприклад, побачили якусь таку сцену в кіно; почули новини по ТБ; побачили якусь ситуацію. Обговоріть це з дитиною, спитайте її думку, уточніть, що вона про це думає.

З чим можуть виникнути складнощі?

- із сприйняттям дитини себе та свого тіла
- із встановленням довіри між батьками та дітьми в таких розмовах;
- із раннім статевим дозріванням і поведінкою дитини.

Знайдіть засіб передачі інформації, який комфортний для дитини (надішліть посилання в месенджері, надішліть статтю або корисне відео, купіть гарну книгу з даної тематики, разом подивіться документальний фільм, та потім обговоріть побачене).

Важливо бути готовим до запитань дітей; підготуватися і знати, як реагувати та відповідати; доносити до дитини достовірну і правдиву інформацію; бути з дитиною в довірливих відносинах, щоб вона зверталась з питаннями до вас, а не до інтернету.

Нестача інформації або невірна, перекручена інформація, на яку можуть наткнутися діти в інтернеті, може вилитись у дівчат в ранню вагітність, венеричні захворювання, підліткову проституцію, ймовірність стати жертвою гвалтівника, а у хлопців вона може вилитись в ранні венеричні захворювання, сексуальне насильство, комплекси, збочені пристрасті, невміння вистроювати відношення з жінками.

ДЛЯ ДІТЕЙ ВІКОМ ВІД 13 ДО 18 РОКІВ

Важливо:

- навчати методам контрацепції, захисту від венеричних захворювань;
- навчати дитину культурі сексуальних відносин;
- вберегти від ранніх сексуальних зв'язків;
- сформувати у дитини здорове відношення до сексу;
- допомогти їй зробити вірний вибір майбутнього сексуального партнера.

Чому це важливо?

Тому що підліткові травми можуть вплинути на все життя дитини.

Тому що статистика ранніх вагітностей і венеричних захворювань серед підлітків,

нажаль, жахлива.