**Секс**

Генитальная стадия (12- I8 лет) -- характеризуется возвращением детских сексуальных стремлений, теперь все бывшие эрогенные зоны объединяются, и подросток, с точки зрения З.Фрейда, стремится к одной цели – нормальному сексуальному общению. Однако, осуществление нормального сексуального общения может быть затруднено, и тогда можно наблюдать в течение генитальной стадии феномены фиксации или регрессии к той или другой из предыдущих стадий развития со всеми их особенностями. На этой стадии инстанция "Я" должна бороться против агрессивных импульсов "Оно", которые вновь дают о себе знать. Так, например, на этом этапе может вновь возникнуть Эдипов комплекс,который толкает юношу к гомосексуальности, предпочтительному выбору для общения лиц своего пола. Чтобы бороться против агрессивных импульсов "Оно", инстанция "Я" использует два новых механизма защиты. Это аскетизм и интеллектуализация. Аскетизм с помощью внутренних запретов тормозит этот феномен, а интеллектуализация сводит его к простому представлению в воображении и таким путем позволяет подростку освободиться от этих навязчивых желаний.

Наиболее надежный путь для конструктивного диалога со своим ребенком - это заранее налаженные доверительные отношения. Если Вы изначально откровенно не разговаривали со своим ребенком, то впоследствии, когда ребенок вырастет, и появятся "нескромные" вопросы, ему будет очень сложно поддержать, а тем более, начать серьезную беседу "про это".

Что говорить ребенку о ЗППП и нежелательной беременности?

ЗППП и нежелательная беременность могут быть пугающей и смущающей темой, поэтому Вам необходимо хорошо знать предмет разговора. Очень полезно почитать соответствующую литературу. Безусловно, вы не хотите дезинформировать своего ребенка, и чем лучше Вы будете знать по теме, тем увереннее и свободнее будете себя чувствовать, отвечая на возникающие вопросы.

Первым делом надо спросить своего ребенка, что он уже знает о ЗППП и предохранении и что бы еще хотел узнать. Постарайтесь выяснить наводящими вопросами, чего Ваш ребенок боится в отношении секса. Замечательно, если получится создать впечатление, будто это ребенок инициатор разговора, а не Вы. Если Вы поспособствуете вопросам и страхам ребенка выйти наружу, то у Вас получится гораздо более продуктивный разговор.

Имейте в виду, что ваш ребенок может знать гораздо больше, чем Вы представляете - этому посодействуют доступность "запретной" информации и старшие товарищи. Однако большая часть этой информации может быть некорректна. И вам необходимо будет суметь его переубедить. Не бойтесь, что разговорами на тему секса, Вы разбудите в ребенке желание поскорее попробовать. Сексуально образованные дети не сильнее хотят заниматься сексом, чем их сексуально неграмотные сверстники, однако намного ответственнее подходят к проблеме ЗППП и нежелательной беременности.

Обратите особое внимание на то, что единственный гарантированный способ не забеременеть и надежный способ не заразиться - это не иметь никаких сексуальных контактов вообще.

В случае секса самым надежным средством контрацепции является презерватив, притом не любой, а только качественный и недешевый, пользующийся доверием мужчин и женщин в разных странах в течение многих лет, производимый западными известными компаниями, например, английские презервативы Contex или американские презервативы LifeStyles.

Нерожавшим девушкам, особенно в возрасте до 20-ти лет, пока еще организм до конца не сформирован и не окреп, нельзя ставить спираль, колпачок или принимать оральные контрацептивы, потому что есть большая вероятность серьезных осложнений во время беременности. Боле того, эти средства контрацепции никак не предохраняют от ЗППП.

Самым неэффективными средствами контрацепции являются прерывание полового акта и подсчет безопасных дней.

Пренебрежение правилами безопасного секса в лучшем случае станет причиной ненужных переживаний и стрессов, в худшем - бездетности после первого аборта и смерти от СПИДа.

Ребенок должен четко знать, что далеко не безопасны и просто ласки, без вагинального контакта. Безусловно, риск забеременеть или заразиться резко снижается в этом случае, однако все равно он есть. И об этом надо помнить.

Дети, да и многие взрослые, очень мало знают о ЗППП. Например, что большинство ЗППП вообще никак не проявляются, и поэтому регулярно надо сдавать анализы, даже если длительное время не было никаких контактов. То, что многие инфекции трудно и долго лечатся или приводят к бесплодию как женщин, так и мужчин. То, что некоторые ЗППП могут передаться и бытовым путем или простуда и воспаление внутренних половых органов может по симптомам быть похоже на ЗППП. Поэтому, если что-то "там" не так, надо не бояться и стесняться родителей, а рассказать о своих предположениях, взять у предков деньги и сдать анализы. То, что в наше время свободной любви и сексуальной революции абсолютно не стыдно регулярно посещать врача, напротив, теперь стало стыдно годами его не посещать

**Половое созревание мальчиков**

Считается, что половое созревание мальчика начинается с 11-12 лет. Под влиянием гормонов меняются фигура и голос. Возникает более яркая реакция на эротические импульсы, даже на такие, которые ранее воспринимались как безобидные, например, полуодетые мама и сестры. Могут возникать поллюции – непроизвольные выделения семени во сне: это естественное явление для мальчиков-подростков 12-15-летнего возраста. Родителям стоит внимательно, но деликатно отнестись к этой сфере жизни сына – с одной стороны, интересоваться его окружением и времяпрепровождением во избежание чрезмерной увлеченности порнографией или попадания в слишком взрослую компанию, а с другой стороны – не быть грубыми и навязчивыми в своем контроле. Одежда и белье мальчика имеют немаловажное значение – тесных, узких вещей из грубой ткани или со швами, способными натирать, стоит избегать. Подобная одежда может вызывать дискомфорт или ,напротив, стимулировать специфические приятные ощущения, побуждая повторять их, формируя привычку к занятию онанизмом. Очень часто мастурбация вызывает у подростка чувство стыда и вины. Взрослым стоит отнестись деликатно к естественной скрытности сына, воздержаться от скандалов, высмеиваний и наказаний по этому поводу. Гораздо лучше при случае обсудить с ребенком эту тему в нейтральных тонах, стараться переключать его внимание на спорт, новые игры. Полезным может оказаться тактика ограничения ненужных возбуждающих зрелищ и разговоров, например, по телевизору и Интернету.

Физическая нагрузка способствует формированию здорового организма, и половой системы в том числе. Родителям необходимо следить за развитием ребенка. Важными признаками являются чрезмерная полнота или дряблость мышц, воспаление или сужение крайней плоти, нарушение мочеиспускания, отсутствие оволосения под мышками и на лице в возрасте после 16 лет. В этих и некоторых других случаях полезным будет обратиться к врачу – часто лечение оказывается тем более эффективным, чем ранее будет начато. Очень важно приучить мальчика к личной гигиене – ежедневному умыванию и смене белья, принятию душа или обмыванию с мылом

**Разговор родителей с подростками о сексе**

**Разговор со своими подрастающими детьми о сексе**

1. Говорите с подростками о сексе прямо, используя простые слова для описания ощущений и действий.

2. Обсуждения должны начинаться с раннего возраста. Если вы будете ждать, пока ребенок станет подростком, а затем ограничитесь только разговорами об опасности и наказании (например, риск беременности или болезни), то наладить хороший контакт будет почти невозможно. Разумеется, по мере развития вашего ребенка темы должны изменяться, но если вы своевременно научитесь вести доверительные беседы, то вам будет гораздо легче обращаться к взрослеющему ребенку и разговаривать о личном выборе сексуальной активности. Первые беседы лучше начать с биологической информации, объясняя слова, которые ребенок может услышать вне дома, и сведений о сексуальности, преподносимых средствами массовой информации.

3. Помните, что подростков смущают разговоры о сексе. Поговорите с ними о крайностях нашей культуры - от викторианской застенчивости до сексуальных провокаций и эксплуатации темы секса.

4. Разговор с подростками о сексе не означает необходимости обсуждать ваш личный сексуальный опыт. Возможно и Предпочтительно говорить об ощущениях и уроках, полученных вами, не вдаваясь в специфические детали. Изучение реальных или вымышленных историй других подростков также может способствовать обсуждению. Не ограничивайтесь только выражением собственных взглядов, спрашивайте подростков об их мнении.

5. Отвлеченными разговорами дело не решается, необходимо постоянно вести диалоги о ценностях и нормах морали с рассмотрением примеров.

6. У всех подростков есть сексуальная жизнь - реальная или в фантазиях. Размышления о сексе и разнообразный сексуальный опыт являются важной частью взросления. Это помогает молодежи открывать и развивать собственную сексуальную идентификацию, жизненно важную часть своего "Я".

7. Мудрые родители осознают, что молодежь склонна к рискованным поступкам, и хотят, чтобы их взрослеющие дети сделали безопасный и здравый выбор, даже если он противоречит родительским ценностям. Важно поощрять подростков к разговорам о сексуальности с другими взрослыми, которым можно доверять.

8. К числу рискованных сексуальных действий можно отнести сношение без предохранения, вынужденное вовлечение в нездоровые или опасные сексуальные отношения или действия, связанные с сексуальными злоупотреблениями. В то же время могут возникать более общие психологические проблемы, такие, как депрессия, беспокойство. низкая самооценка, самоистязание или склонность к нездоровым рискованным поступкам (кража в магазине, нарушение правил дорожного движения, участие в деятельности шайки и употребление алкоголя и наркотиков).

9. Постарайтесь больше узнать о сексуальном поведении молодежи. Насаждение жестких родовых ролей или сексуальной ориентации может быть предельно опасным. Остерегайтесь оказывать давление на подростков в том, что касается их сексуального поведения (например, жесткие гендерные роли, призывы быть "настоящим" мужчиной или женщиной, завести партнера и т. д.).

10. Передавать родительские ценности и нормы морали лучше всего на личном примере. Поэтому отдавайте себе полный отчет в том, как вы говорите и действуете на глазах у подростков. Они следят за ними независимо от того, принимают это или нет. Они охотнее откликаются на предложения, чем на указания.

**Аспекты сексуальной идентификации в юности**

У некоторых молодых людей сексуальная идентификация является основной частью общей индивидуальности, у других она составляет меньшую часть. Подобно многим взрослым, большинство подростков имеет как частную, так и публичную сексуальную индивидуальности. В молодости сексуальная идентификация не всегда жестко определена и стабильна, она может быть более подвижной, изменяющейся в подростковом возрасте или в течение жизни. Важные стороны сексуальной принадлежности перечислены ниже.

1. Самооценка.

2. Фантазии.

3. Ориентация (гомосексуальность, гетеросексуальность, бисексуальность).

4. Биологические аспекты, включая способность к физическому блаженству и оргазму, сексуальному влечению, уровень физического развития, включая первую менструацию или первое семяизвержение.

5. Желание и желанность.

6. Стиль поведения, включая способ принятия решений о сексуальных или рискованных действиях (например, склонность к приключениям, настойчивость).

7. Способности к зачатию и деторождению.

8. Отношения (например, с родителями, с сексуальными партнерами).

9. Сексуальные и половая роли. Эти характеристики и поведение определяются обществом и соответствующей культурой как приемлемые для каждого из полов. Культура, в особенности народная культура, непосредственно воздействует на половую роль и сексуальную принадлежность. Ее воздействие различается в зависимости от индивидуальности подростка и может изменяться в процессе его развития.

10. Жизненные события (например, потеря родителя или партнера, травма).

11. Сексуальное поведение (например, мастурбация, сношение и целый ряд действий).

12. Духовность. Для всех подростков сексуальность является сложной проблемой и часто вызывает экзистенциальные вопросы о сущности природы, смысле жизни и т. д.

Сексуальная активность подростков:

что она для них означает

С понятием сексуальной активности молодые люди связывают самые разные представления. Конечно, эти представления в высшей степени субъективны и отличаются у разных подростков.

С точки зрения подростков, это может означать:

* что он или она любимы;
* что он или она уже взрослые;
* физическое наслаждение;
* близость с другим человеком;
* желание забеременеть или иметь ребенка;
* статус в группе ровесников;
* подчинение желанию или другому человеку;
* способ избавится от скуки или бегство от жизненных обстоятельств;
* желание проверить "биологическое оборудование" или способность к деторождению;
* повторная попытка сексуального действия, которое травмировало ранее;
* "торговля" сексом, т. е. способ получения денег или материальных ценностей;
* ожидаемая часть его или ее отношений;
* представление об "истинной любви";
* личное выражение взросления;
* духовность;
* оружие или покорение.

**Понятие о сексуальном оскорблении: наставление для родителей**

1. По данным статистики, в Соединенных Штатах ежегодно происходит до 160000 случаев сексуальных злоупотреблений по отношению к детям. Хотя эта цифра кажется большой, на самом деле таких случаев еще больше, так как дети часто боятся пожаловаться. Кроме того, факт злоупотребления не всегда удается доказать, чтобы преступник понес законное наказание. Статистика изменяется, но реальное количество злоупотреблений (независимо от того, сообщается о них или нет) может составлять до трети всех девочек и до четверти всех мальчиков.

2. Если обнаружено сексуальное злоупотребление, необходимо оказать ребенку профессиональную помощь. Сексуальное злоупотребление оказывает разрушительное воздействие на детей, которые его пережили

3. Обнаружить то, что ребенок подвергался сексуальному злоупотреблению, помогут следующие настораживающие симптомы:

* усиление или ослабление интереса к сексу,
* проблемы со сном, нежелание посещать школу,
* агрессивное или саморазрушительное поведение,
* склонность к играм с элементами насилия.

4. Повторно подвергаемые инцесту дети могут стать пассивными и со временем очевидно принявшими эти действия, этот процесс известен под названием "синдром аккомодации". Обычно они отличаются низкой самооценкой и ненормальными взглядами на сексуальность.

5. Дети, пережившие насилие со стороны того, кто должен о них заботиться, часто попадают в ловушку и разрываются между чувством преданности ему и ощущением того, что эти сексуальные отношения недопустимы. Инцест воздействует на отношения со всеми другими членами семьи.

6. Сообщения о сексуальных злоупотреблениях по отношению к мальчикам значительно преуменьшены. Так же как и девочки, мальчики чаще подвергаются насилию со стороны мужчин. Они могут испытывать трудности со своей сексуальной идентификацией и бояться гомосексуальности в период злоупотреблений или позже.

7. Дети и молодые люди, подвергнутые сексуальным злоупотреблениям, в юности имеют больше шансов вовлечения в опасное и рискованное поведение, включая насильственный секс (в качестве агрессора или жертвы), секс без предохранения, нанесение повреждений самому себе, езда на машине в пьяном или наркотическом состоянии и даже попытки самоубийства.

8. Родителям необходимо знать как о нормальном, так и о нездоровом сексуальном поведении в детстве и поддерживать хорошие контакты со своими детьми. Как часть этого родители должны насторожить своих детей насчет возможных прикосновений взрослых к их телам и научить детей рассказывать о таких случаях.

9. Родители должны поощрять профессиональные школьные программы предотвращения злоупотреблений.

10. Родители должны обратить внимание на свои собственные взгляды на секс и сексуальное поведение, включая участие в рискованных поступках, пренебрежение сексуальностью как здоровой частью жизни, насильственный секс. Дети наблюдают и подражают родителям, даже не осознавая этого.

**Десять подсказок родителям: как понять поведение ваших подрастающих детей**

1. Рискованные поступки являются нормальной частью взросления подростков. С их помощью молодежь обычно определяет и развивает свою индивидуальность. Разумный риск является ценным опытом.

2. Разумное рискованное поведение, положительно влияющее на развитие молодежи, включает спортивные состязания, развитие художественных и созидательных способностей, добровольную деятельность, путешествия, школьные инициативы, поиск новых друзей, конструктивный вклад в семью или общество и другие. В любом их этих видов деятельности существует вероятность неудачи. Родители должны осознавать это и поддерживать своих детей в случае неудачи.

3. Негативное рискованное поведение, которое может быть опасным для молодежи, включает употребление спиртных напитков и наркотиков, курение, нарушение правил уличного движения, опасные сексуальные действия, беспорядочную еду, нанесение повреждений самому себе, уход из дома, воровство, участие в деятельности шайки и другие.

4. Неразумное рискованное поведение может проявиться как бунт или жест недовольства, направленный против родителей. Однако рискованные поступки, разумные или неразумные, просто являются частью усилий подростков в поисках своей идентичности путем самоопределения и отделения от других, включая родителей.

5. Иногда поведение молодежи бывает обманчивым. Подростки могут честно пытаться совершить поступок, связанный с разумным риском, который оборачивается опасными последствиями. Например, многие взрослеющие девочки не замечают ловушки, чрезмерно увлекаясь диетами, и неупорядоченная еда в некоторых случаях приводит к полному расстройству питания. Родителям следует быть хорошо информированными, чтобы помочь своим детям в этой борьбе.

6. К числу настораживающих признаков опасного рискованного поведения молодежи принадлежат такие психологические проблемы, как длительная депрессия или тревога, выходящие за пределы типичной для подростков смены "настроений", проблемы в школе, вовлечение в противозаконные действия и целый ряд неразумных рискованных поступков. Например, курение, выпивка и нарушение правил уличного движения могут происходить в одно и то же время, равно как и нарушение, питания и нанесение себе телесных повреждений или бегство из дома и воровство.

7. Поскольку молодежь испытывает потребность в рискованных поступках, родители должны помочь им научиться отличать разумный риск от неразумного. Разумные рискованные поступки важны не только сами по себе, они помогают предотвратить неразумные рискованные поступки.

8. Для объяснения своих неразумных рискованных поступков молодежь часто ссылается на примеры друзей и семью, включая родителей. Родители часто помалкивают о собственных рискованных поступках и экспериментах. Однако очень важно найти способы поделиться этой информацией с подростками, чтобы она служила им моделью поведения и чтобы они знали, как исправить ошибки. Это воодушевит их на более разумный выбор по сравнению с тем, который сделали родители в пору своей молодости.

9. Молодежь ищет у своих родителей совета и примера того, как оценить положительный и отрицательный исход рискованного поступка. Родителям необходимо помочь своим детям научиться оценивать риск и предвидеть последствия своего выбора, а при необходимости - направлять энергию подростков на разумную деятельность.

Родители должны постоянно обращать внимание и на собственное поведение. Подростки наблюдают и подражают им, даже не осознавая это.