**Как говорить с подростками на деликатную тему**

Разговоры с подростками, порой, очень сложные. Поэтому каждый родитель должен понимать, как подойти к ребенку с той или иной темой.

Самый сложный разговор с подростком касается интимной жизни. В наше время молодежь осведомлена в этом плане настолько, что все разговоры просто излишни. Но родительский долг никто не отменял. Поэтому гадать о том, знает ребенок, что такое секс или нет, не стоит. Необходимо провести беседу, ведь подобной темы не избежать. Даже если подросток что-то об этом знает, то некоторые нюансы все равно требуют уточнения, особенно психологические аспекты. Большая часть родителей стесняется говорить с ребенком на такую деликатную тему. Но разговаривать с подростком на такие темы просто необходимо. Иначе он будет вынужден впитывать нормы морали, свойственные уличным группировкам или низкопробным СМИ.

Не стоит откладывать разговор на потом. Ни для кого не секрет, что количество абортов и беременностей среди юных девушек бьет все рекорды за последние десятилетия. То же самое касается и уровня заболеваемости в категории инфекций, передающихся половым путем.

Как же подготовиться к такому сложному разговору? Главное отставить в сторону объяснения типа пестиков и тычинок. Это не урок биологии, а реальная жизнь.

Когда речь идет о таких важных вопросах, как любовь, секс и контрацепция, родителям надо соблюдать несколько важных принципов.

1. Будьте открытыми к общению. Подросток должен знать, что может поговорить с родителями абсолютно на любую тему.

2. Называйте вещи своими именами. Нет ничего постыдного в разговорах об отношении полов, сексе, предохранении от нежелательной беременности и защите от инфекций, передающихся половым путем. Такая открытость вызовет уважение у подростка и в дальнейшем поможет ему научиться первым начинать разговор.

3. Нельзя останавливаться только на вопросах физиологии. Несомненно, они играют крайне важную роль и особенно беспокоят подростков, переживающих переходной период, но не меньше времени необходимо посвящать проблеме психологии человеческих отношений. Подросток должен хорошо понимать, что физиология секса неразрывно связана с духовностью. Помогите ребенку сориентироваться, что допустимо и что нет в общении с противоположным полом, разобраться в тонкой науке оказывания и расшифровки знаков внимания.

4. Создавайте условия для повышения авторитета собственного ребенка. В этом возрасте именно стремление поднять уровень самооценки, желание быть «взрослым» приводит подростка к беспорядочным попыткам сексуальных контактов.

5. Почаще говорите с ребенком о его личной жизни, в том числе и о его друзьях. Нередки случаи, когда юноша или девушка, стесняясь напрямую рассказать о собственных проблемах, начинали задавать волнующие вопросы от имени своих товарищей.

6. Владейте информацией. У школьника немало источников информации: интернет, телевизор, журналы, разговоры со сверстниками. Но авторитет и мнение родителей для него важнее всего, что бы он ни говорил в приступах подросткового нигилизма. А значит, папа и мама должны обладать всей информацией о современной контрацепции.

7. Не навязывайте свое мнение. Психологи считают, что лучше всего принимается на веру и усваивается та информация, которая поступила к подростку не в виде лекции, а в ходе обсуждения. Поэтому не ведите пространных разговоров, а предложите ребенку побеседовать о контрацепции. При этом внимательно выслушайте его точку зрения, даже если она кажется вам в корне неверной.

8. Умейте слушать. Возможно, в ходе беседы ваш ребенок расскажет несколько расхожих подростковых мифов о предохранении. Например, «с первого раза никто не беременеет», или «от беременности помогает сок лимона». Не надо смеяться над неосведомленностью вашего чада или впадать в панику. Надо выслушать его до конца, чтобы был повод поговорить и рассказать, как все происходит на самом деле.

9. Будьте примером. Контрацепция – в первую очередь, ответственность перед партнером за его здоровье и судьбу. Бесполезно объяснять подростку, каким ответственным он должен быть, если сами родители относятся к своему здоровью беспечно.

10. Научитесь доверять своему ребенку. Подросток считает себя взрослым и хочет соответствующего отношения. Именно поэтому навязчивый контроль со стороны родителей может привести к потере доверительных отношений в семье. Не надо проверять его карманы, осматривать белье и читать сообщения в телефоне. Если вы поймаете его «на горячем» – доверия не ждите.

11. Ненавязчиво помогайте. Предложите дочери помощь в подборе контрацептива: расскажите о возможных вариантах и сходите с ней вместе к гинекологу. Только пусть это не будет поход к врачу «за руку», а визит за компанию: всем женщинам не реже раза в год надо посещать этого специалиста.

12. Возьмите инициативу в свои руки. Мальчики-подростки, например, иногда отчаянно стесняются покупать в аптеке презервативы. Купите ему упаковку сами и объясните, что аптечным работникам все равно, кто приходит к ним за контрацептивами.

13. Создайте в семье культ здоровья. Начните работу в этом направлении как можно раньше. Подросток, который привык с детства следить за своим здоровьем и относиться к собственному телу с уважением и любовью, будет требовать такого же отношения от партнера. А значит, не допустит ситуации, в которой может произойти случайный половой контакт или не будут использованы средства контрацепции.

Самое важное

Не стоит ограничиваться одним конкретным разговором. С ребенком необходимо общаться регулярно, время от времени затрагивая важные темы. Причем начинать следует как можно раньше.

По материалам:

www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-govorit-s-podrostkami-o-kontratseptsii/

www.in-kiss.ru/semya/otnosheniya-s-detmi/kak-effektivno-postroit-razgovor-s-podrostkom.html

lopotun.ru/article/kak-razgovarivat-s-podrostkom-na-delikatnye-temy

Источник: https://podrostok.68edu.ru/?p=3086