



ОТКРОВЕННО
О СОКРОВЕННОМ

Офелия Стельникова

РАССКАЖИТЕ
СЫНУ,
КАК...



Офелия Мартиросовна Стельникова
Расскажите сыну, как...
Откровенно о сокровенном

Издательский текст

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=604885

Расскажите сыну, как... Откровенно о сокровенном: Центрполиграф; М.; 2008

ISBN 978-5-9524-3368-7

Аннотация

Эта книга посвящена проблемам, связанным с взрослением и развитием мальчиков, их подготовке к семейной жизни и будущему отцовству. Вам станут понятнее не только анатомо-физиологические изменения развивающегося организма, но и все, что необходимо знать мальчику о своей гигиене и физиологии. В корректной и тактичной форме автор объясняет все, что необходимо знать и взрослым и подросткам, чтобы избежать неприятных жизненных ситуаций. Книга предназначена родителям, педагогам и мальчикам-подросткам.

Содержание

Предисловие	4
Строение репродуктивных органов	5
Периоды жизни	9
Влияние современной цивилизации на формирование отношения молодежи к проблемам пола	11
Формы удовлетворения полового влечения у современной молодежи	12
Половое влечение	13
Биологическая и социальная зрелость	14
Профилактика ранней половой возбудимости – начало правильного сексуального воспитания ребенка	15
Поведение родителей	17
Влюбленность	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Офелия Мартиросовна Стельникова

Расскажите сыну, как...

Откровенно о сокровенном

Предисловие

Перед каждым из нас хотя бы раз в жизни, наверное, встает вопрос: «Для чего я пришел в эту жизнь?»

Кто-то задумывается над ним еще в детстве, кто-то во цвете сил, а кто-то подводя итог своему жизненному пути.

На самом деле – для чего?!

Может быть, для того, чтобы наслаждаться многообразием нашей земли, любоваться восходами и закатами, удивляться весной березовому листу и необыкновенным краскам кленового – осенью, радоваться теплу солнечных лучей, голубому, безоблачному небу летом, удивительным, нежным и так недолговечным снежинкам – зимой, любоваться созданными человеческой рукой полотнами живописцев и скульптурой, слушать звуки музыки, танцевать, петь, любить, ненавидеть, заниматься любимым делом...

И все это правильно! Но есть еще один вопрос, который мы обязаны решить в этой жизни, – это продлить себя в своих детях, внуках, как единственный и простейший способ духовного бессмертия. Иначе некому будет любоваться этим прекрасным миром, некому будет создавать шедевры искусства и делать великие открытия...

В последние десятилетия вопрос деторождения волнует не только медицинскую общественность. Несмотря на прилагаемые цифры некоторой стабильности и даже повышения рождаемости в последние годы, она еще далека от необходимого положительного баланса в демографической ситуации. Это подтверждает прогноз Фонда народонаселения при ООН на 2050 г. По данным Фонда, народонаселение России при существующем положении снизится со 147 млн до 121 млн человек.

Мы привыкли считать, что одной из причин низкой рождаемости является состояние здоровья женщины, нарушение системы репродукции в связи с перенесенными абортами, воспалительными заболеваниями. В действительности это только одна сторона медали, другая, и не менее важная, – это нарушения в репродуктивной системе мужчины (мужское бесплодие среди причин бесплодных браков составляет от 40 до 50 %), его социальная зрелость в вопросах отношений к женщине, это готовность к осознанному родительству.

Что же происходит в репродуктивной системе мальчика по мере его взросления? Почему появляется необычный интерес к противоположному полу, изменяется поведение, голос? Это не полный перечень вопросов, волнующих мать и отца.

Чем и как мы, родители, можем помочь своему сыну? Для этого надо обладать информацией о сложном периоде превращения мальчика в юношу, мужчину.

В книге вы найдете ответы на многие вопросы этого сложного периода, сможете заранее подготовиться к разговору со своим ребенком.

Торопитесь, ведь можно опоздать...

Строение репродуктивных органов

Одним из великих биологических законов всего живого на земле является закон воспроизводства (репродукции) себе подобного. Этой цели служат половые органы. Они же определяют свойства особи. «Знакомство со свойствами половых органов так же необходимо, как знакомство со свойствами всех остальных органов, и человек должен оказывать уходу за ними одинаковое внимание. Он должен знать, что органы и потребности, вселенные в каждого человека и составляющие очень существенную часть его природы и даже в известные периоды его жизни всецело подчиняющие его себе, – эти органы и потребности не должны являться предметом чего-то таинственного и вызывать ложный стыд», – писал А. Бебель. Остановимся на строении половых органов человека.

Общим в анатомическом строении этой системы у обоих полов является следующее:

1. Закладка органов и их формирование происходит во внутриутробном периоде (после 7 недель наступает дифференцировка репродуктивной системы человека).
2. Функционируют половые железы с начала периода полового созревания.
3. Половые органы имеют индивидуальный, но ограниченный срок функционирования.
4. Половые органы делятся на наружные и внутренние.

Мужские половые органы

Мужские половые органы делятся на наружные и внутренние.

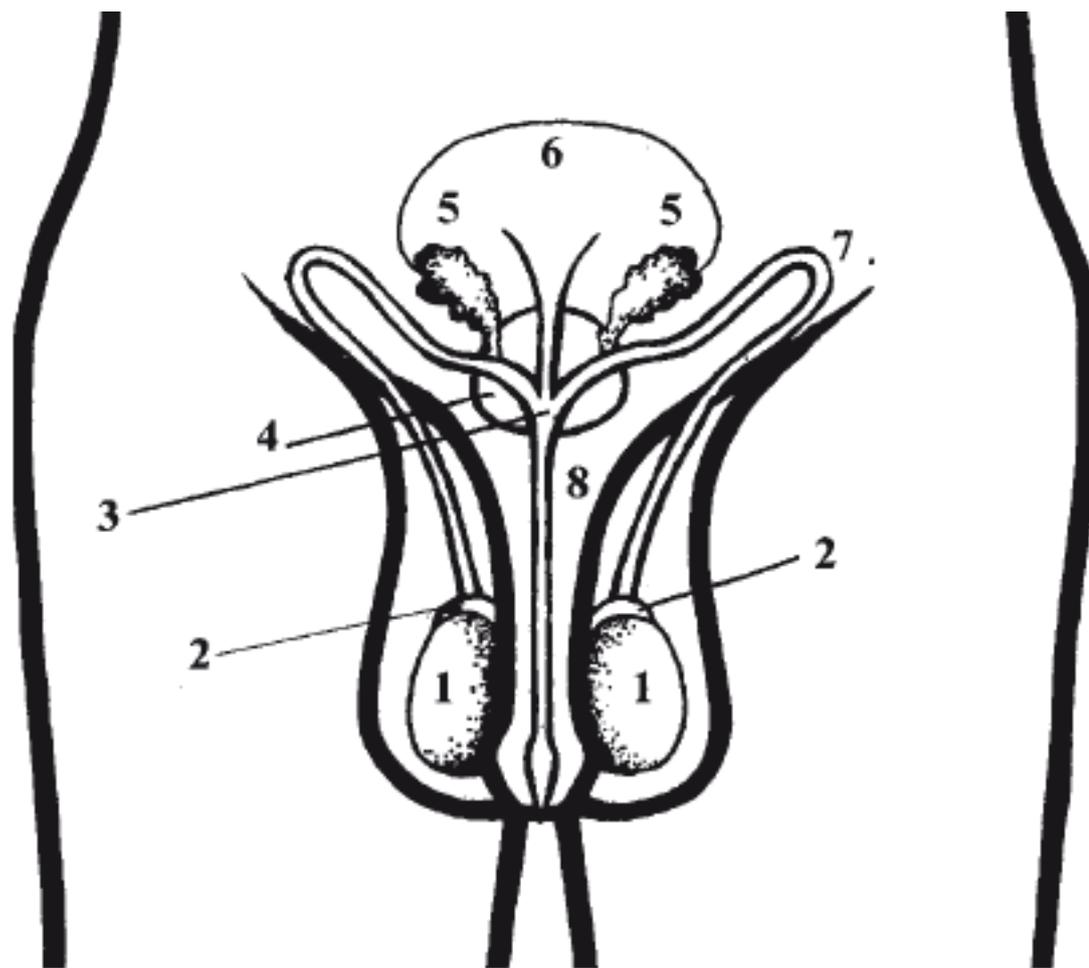


Рис. 1. Строение мужских половых органов

1 – яичко; 2 – придаток яичка; 3 – мочеиспускательный канал; 4 – предстательная железа; 5 – семенные пузырьки; 6 – мочевого пузыря; 7 – семявыносящий проток; 8 – тело члена

Внутренние половые органы

Половые железы, или яички. С 12 недель внутриутробного развития уже четко определяется дифференцировка половой системы человека. Причем половые железы, или яички, формируются в верхних отделах брюшной полости, но уже с 3 месяцев начинается их опускание. В 6 месяцев внутриутробного развития яички располагаются во внутреннем кольце пахового канала, в 7–8 месяцев у большинства плодов они оказываются в своем конечном месте пребывания – в кожаном мешочке (мошонке), расположенном между бедрами. У 12 % людей оба яичка находятся на одном уровне, у 65 % – левое расположено ниже правого.

Яичко у новорожденного имеет длину 1 см, вес 1 г, к периоду начала полового созревания длина его достигает 2 см, вес 8 г, и к 19–20 годам размер яичка 5 см, а вес составляет 20 г.

Яичко состоит из 200–250 долек. В каждой насчитывается 2–5 извитых семенных канальцев (если вытянуть их в длину, получится путь в 1,5 км). В этих семенных канальцах развиваются и созревают мужские половые клетки – сперматозоиды. Они имеют вид нити с головкой и напоминают булавку. В их строении различают головку, промежуточную часть и хвост. Длина сперматозоида около 0,05 мм. Благодаря движению хвоста он совершает обороты вокруг продольной оси и движется против тока жидкости.

Сперматозоиды сравнительно легко по канальцам яичек перемещаются в расположенные рядом придатки. В придатках яичек, состоящих из большого числа семенных канальцев,

зрелые сперматозоиды сохраняются, а при соответствующих условиях по семявыносящим протокам выбрасываются в направлении к мочеиспускательному каналу.

В мочеиспускательном канале не происходит смешение мочи и семени в результате того, что мышечные элементы простаты, при необходимости сокращаясь, прикрывают выходное отверстие из мочевого пузыря, и по каналу выделяется около 3,5 мл эякулята, содержащего примерно 300 млн сперматозоидов. Весь процесс образования и созревания сперматозоидов длится около 2 месяцев, осуществляется постоянно с момента начала половой зрелости до глубокой старости.

Интересным является вопрос о том, почему мужские половые железы, столь важный орган в отношении воспроизводства человека, вынесены природой за пределы малого таза? Оказывается, для развития сперматозоидов необходима более низкая температура окружающей среды. А температура в мошонке на 2,5–4 °С ниже температуры тела.

Функция половых желез чрезвычайно многообразна. Кроме выработки мужских половых клеток они продуцируют к моменту полового созревания мужской половой гормон андроген (гр. andros – мужской, genesis – рождение), благодаря которому возникают вторичные половые признаки (ломка голоса, оволосение, рост половых органов).

Семявыносящий проток представляет собой трубку длиной около 50 см, начинающуюся от хвоста придатка. Он обладает хорошо развитой гладкой мускулатурой, сокращение которой помогает продвижению мужских половых клеток. Конечная часть семявыносящего протока вместе с выводным протоком семенного пузырька образует единый семявыбрасывающий проток, открывающийся в задней части мочеиспускательного канала.

Семенные пузырьки в виде грозди винограда прилежат к задней стенке мочевого пузыря. Это небольшие железистые образования, вырабатывающие клейкий желатиноподобный секрет.

Простата – маленькая железа, величиной 2,5–3 см, со всех сторон в виде муфты охватывает мочеиспускательный канал у его выхода из мочевого пузыря. По структуре напоминает пчелиные соты. От функции предстательной железы зависит мужская потенция.

Секрет простаты и семенных пузырьков поступает в верхний отдел мочеиспускательного канала и способствует увеличению подвижности и активности сперматозоидов, а также повышает сопротивляемость их к неблагоприятным факторам.

Наружные половые органы

Половой член состоит из тела, образованного двумя пещеристыми и одним губчатым телами, и головки. Он покрыт избыточным количеством подвижной кожи, что позволяет пещеристым телам увеличиваться в 3–4 раза. Полости («пещеры») сообщаются между собой и при наполнении кровью делают весь орган плотным, тем самым создается возможность проведения половых клеток в женский организм.

Половой член выполняет три основные функции: служит половым органом во время полового сношения, является проводящим путем для спермы и семенной жидкости, выводит мочу из мочевого пузыря наружу через мочеиспускательный канал.

Кожа, покрывающая половой член, у основания головки образует складку, носящую название крайней плоти. На внутренней поверхности этой складки, со стороны, прилегающей к головке, расположено много мелких желез. Их секрет с отторгнутым жироперерожденным эпителием образует особую творожистого вида смазку – смегму. У мужчин, не соблюдающих гигиенических требований, т. е. не совершающих ежедневного обмывания полового члена теплой водой с мылом, под крайней плотью может возникнуть воспалительная реакция. Чаще всего она заканчивается благополучно после обмывания или ванночки со слабым раствором марганцовокислого калия, однако иногда может вызвать тяжелые осложнения.

Анатомические отклонения в половой системе мужчин

К числу пороков, видимых невооруженным глазом уже при рождении ребенка, относятся следующие:

анорхизм (врожденный евнухоизм) – отсутствие яичек (очень редко встречается);

монорхизм – недоразвитие одного яичка;

крипторхизм – задержка опущения яичка (наблюдается в 0,2–0,3 % случаев). Яичко может остановиться в нижних отделах брюшной полости, в паховой области, и в этих случаях создается потенциальная опасность опухолевого перерождения яичка. Вот почему родители должны знать, что при крипторхизме необходима консультация врача по вопросу оперативного лечения.

Гидроцеле – водянка яичка (скопление жидкости в оболочках яичка при затрудненном оттоке ее). Это состояние может быть как врожденным, так и приобретенным на почве травмы, воспаления и также требует обращения к врачу. (Epispadia hypospadias – незарастание мочеиспускательного канала.)

И наконец, еще одна аномалия половой системы человека – гермофродитизм. Существует легенда, по которой боги Олимпа Гермес и Афродита по просьбе нимфы Салмакиды, влюбленной в их сына-красавца, соединили их в одно двуполое существо.

Гермофродитизм бывает истинный и ложный. Для истинного гермофродитизма характерно наличие у одной и той же особи обеих половых желез – и яичка, и яичника – при мужском или женском строении наружных половых органов. При ложном гермофродитизме половые железы сформированы по определенному, мужскому или женскому, типу, но имеются отклонения в строении наружных половых органов. Однако половые железы в структурном и функциональном отношении недоразвиты.

Периоды жизни

В развитии мужского организма, так же как и женского, обычно выделяют девять периодов: внутриутробный, новорожденности, нейтральный, препубертатный, пубертатный, юношеский, половой зрелости, переходный и постклимактерический. Однако в отличие от женского организма нейтральный период у мужского организма более продолжительный и сдвигается до 10–11 лет.

В 11–12 лет плечи и грудная клетка расширяются. Увеличивается половой член. Голос становится сильнее, глубже, скоро начнется его «ломка».

Взрослые считают, что подростковый возраст – трудный возраст. Для кого?

Конечно, родителям трудно понять своего сына, ставшего резким, непослушным. Но не менее труден этот возраст для подростка!

В его организме происходят бурные физиологические события, к которым он не готов, ничего о них не знает, и они не зависят от его воли.

Эту жизненную пору называют периодом полового созревания или пубертатным (лат. *pubertas* – половая зрелость) периодом.

Увеличение содержания гормонов в организме мальчика происходит к 13–14 годам. С этим связано появление вторичных половых признаков – оволосение в области лобка, подмышечных впадин, верхней губы, подбородка, передней поверхности грудной клетки, бедер. Время появления оволосения индивидуально, зависит не только от уровня гормонов, но и от национальных и наследственных факторов.

Тестостерон – это гормон, который делает из мальчика юношу, мужчину.

С момента рождения количество тестостерона у мальчика незначительное и держится на одном уровне до пубертатного периода. С началом полового созревания в мужской половой железе-яичке начинает усиленно вырабатываться тестостерон, и уровень его увеличивается в 10–20 раз.

Врачи называют это гормональным бунтом, в результате которого тестостерон захватывает всю полноту власти в организме. Он определяет характерную модель мужского поведения: это – более высокая чем у женщин агрессивность, стремление доминировать, отстаивать свое мнение, желание рисковать.

Подростки с повышенным уровнем тестостерона стремятся к лидерству.

В обычной ситуации агрессивность подростков проявляется подначками, поддразниванием, пинками, подзатыльниками. Грубые жесты, обидные прозвища, нецензурная брань, словесные угрозы, демонстрация агрессивных намерений без видимой причины типичны для ребят переходного возраста.

Агрессивность может выражаться и словесно – в спорах и препирательстве с родителями, сопротивлении авторитетам и любым указаниям взрослых, конфликтах с учителями и неподчинении школьной дисциплине.

Появляются поллюции, эрекции. Впервые возникают «нескромные» мечтания, фантазии.

К 15–16 годам меняется структура кожи, активно работают сальные железы, появляются прыщи, угри на лице. В 17–18 лет многие юноши начинают бриться. Пробуждается интерес не вообще к женскому полу, а к конкретной девушке.

В период полового созревания идет формирование характера, человек становится неуравновешенным, занимается самоанализом: то нравится, то чаще не нравится себе; нередко влюбляется, переживает неудачи.

Юноша в 17–18 лет – почти сформировавшийся в анатомо-физиологическом отношении мужчина.

Существуют определенные формы проявления половой зрелости, сексуальности.

Сексуальность проявляется в форме поллюций, ночных и утренних эрекций, эротических сновидений и онанизма.

Поллюции или ночные семяизвержения происходят во сне, помимо воли спящего, чаще всего они бывают связаны с эротическими сновидениями. Появляясь у мальчиков в период полового созревания, они с разной частотой проявляются и у взрослых мужчин и исчезают с наступлением старости. Частота их зависит от силы полового влечения и степени полового воздержания. Обычно они нерегулярны – от нескольких раз в год до нескольких в неделю. Это совершенно нормальное явление, свидетельствующее о половой зрелости.

Поллюции представляют собой как бы предохранительный клапан, периодически выпускающий семя, чтобы освободить место для новой продукции семенников.

С поллюциями не нужно бороться, нет необходимости принимать с этой целью какие-либо лекарства, разве что когда они происходят чересчур часто и свидетельствуют о повышенной половой возбудимости. Мнение о якобы вредности поллюций – заблуждение.

Ночные и утренние эрекции – это явление, вызванное приливом крови, в результате которого член увеличивается в размерах и становится твердым. Это совершенно нормальное явление и тоже свидетельствует о наступлении половой зрелости. Такие эрекции, особенно ночные, могут продолжаться довольно долго (20–40 минут). Частота ночных и утренних эрекций (как и поллюций) зависит от силы полового влечения и степени полового воздержания. С годами, по мере ослабления полового влечения, эти эрекции наступают все реже, одновременно уменьшается твердость члена при эрекции (неполная эрекция).

Эротические сновидения тоже совершенно нормальное явление. Бывает и у мужчин, и у женщин и свидетельствует о зрелости полового влечения. Сновидения могут продолжаться до глубокой старости.

Онанизм или мастурбация – раздражение половых органов руками или какими-либо предметами с целью достижения полового удовлетворения. Обычно им начинают заниматься в период полового созревания.

Сейчас известно, что в период полового созревания онанизм не приводит ни к каким болезням, как это принято было считать раньше (психические заболевания, параличи, эпилепсия, слепота, импотенция и т. п.). Несмотря на то что онанизм в период полового созревания считается нормальным явлением, с социальной точки зрения он все же не одобряется.

Влияние современной цивилизации на формирование отношения молодежи к проблемам пола

Уже не раз между человеком и созданной им цивилизацией возникала напряженность; эта напряженность и конфликты имеются и в половой жизни. Все острее становится конфликт, который, с одной стороны, вызван явлением так называемой акселерации (т. е. ускорения полового созревания молодежи), а с другой стороны, тем, что вступление в брак теперь происходит в более зрелом возрасте, браки все больше «взрослеют», что обусловлено экономическими и социальными причинами, т. е. необходимостью до этого получить солидную профессиональную подготовку, удлинением сроков обучения в школах и институтах, желанием обеспечить своей будущей семье материальное благосостояние. В результате все больше времени проходит между завершением биологического созревания и вступления в брак, а стало быть, удлиняется тот период, когда организм уже созрел для половой жизни, однако ни мужчина, ни женщина не могут ее начать на легальной основе, ибо этому препятствует множество этических и общественных принципов и законоположений.

Этот конфликт усугубляется еще и тем, что современная цивилизация разжигает эротизм в современной молодежи. Дает немало поводов для искусственного распаления эротического воображения. Все это приводит к удовлетворению полового влечения разными искусственными методами. Возрастает разнообразие половых контактов и их изощренность, увеличивается число половых извращений.

Раннее сформирование полового влечения при отсутствии выработанных психических тормозов ведет к тому, что жизненные цели и задачи все больше перемещаются в область секса, а половое влечение начинает доминировать над личностью в целом. В такой ситуации «справиться» со своим половым влечением почти невозможно и человек становится его рабом.

Формы удовлетворения полового влечения у современной молодежи

Пигмалионизм – явление, связанное с современной цивилизацией. Это половое влечение, направленное на какое-либо изображение, фотографию, скульптуру, гравюру и т. п. О пигмалионизме говорят в тех случаях, когда молодые (реже взрослые) люди занимаются онанизмом, возбуждая себя фотографией, скульптурой или картиной, изображающими обнаженную женщину.

Это явление само по себе не патология, однако при длительном применении в юношеском возрасте может впоследствии затруднить приспособление к супружеской жизни и способствовать развитию половых извращений. Дело в том, что у человека, занимающегося пигмалионизмом, сексуальные переживания сочетаются со зрительным восприятием сразу нескольких обнаженных и, как правило, красивых женщин, и раздражители, поступающие от одной партнерши, в супружестве могут оказаться слишком слабыми, чтобы вызвать соответствующую реакцию.

Кроме того, у таких людей сохраняется, запечатлевается в воображении идеал женской красоты, сформировавшийся из многих черт тех красавиц, которые фигурируют на фотографиях. В последующем такие люди становятся чересчур разборчивыми в выборе партнерши, так как ни одна из известных им женщин не соответствует сложившемуся у них идеалу. Все это приводит к долгим колебаниям перед окончательным выбором, а впоследствии к неудовлетворенности или разочарованию в супружеской жизни. В последнее время число случаев пигмалионизма увеличивается.

Петтинг. Молодые люди в последней стадии полового созревания и по достижении зрелости достаточно часто ограничивают свою сексуальную активность любовными играми, которые, не приводя к законченному половому сношению, тем не менее, завершаются оргазмом и половым удовлетворением.

Основная задача родителей и воспитателей заключается в том, чтобы удерживать половое влечение в состоянии по возможности минимальной напряженности до того времени, пока не выработаются достаточно сильные, контролируемые разумом внутренние тормоза.

Пути удержания полового влечения в определенных рамках:

1. Стараться избегать соблазнов сексуального характера.
2. Общественные контакты.
3. Движение, физическая «разрядка», спорт.
4. Хобби.
5. Половая гигиена.

Половое влечение

С началом полового созревания однополые коллективы мальчиков начинают распадаться. Под действием тестостерона появляется половое влечение – либидо (лат. *libido* – желание, влечение).

В переходном возрасте развитие либидо подразделяется на три этапа: платонический, эротический и сексуальный.

Платоническая (или романтическая) стадия начинается с влюбленности и желания духовного сближения с девочкой, которая нравится. Это возвышенное чувство. Подросток мечтает о своем кумире, тяжело страдает, если его не замечают или пренебрегают им.

В своих мечтах он оберегает девочку от страшных опасностей или героически погибает у нее на глазах.

Помимо мечтаний его начинают посещать мысли о поцелуях, объятиях с любимой. Он пишет ей записки, стремится сесть с ней за одну парту, проводить из школы. Иногда для этого, чтобы обратить на себя внимание, он может дернуть девочку за косы, ущипнуть, спрятать учебники или портфель. Любой знак внимания – и он на небесах. Ее провожает другой – и он готов утопиться с горя.

Парень страдает – не спит, не ест, тоскует... Реплики мамы о том, что ничего особенного нет в его избраннице, подшучивание, запреты общения с девочкой могут быть причиной нарушения психического и сексуального развития подростка, нарушить духовную связь с сыном, а порой привести к трагическим последствиям от депрессии (подавленному психическому состоянию) до самоубийства.

Платоническая любовь может быстро пройти, так как в этот период для нормального либидо свойственна смена объекта обожания.

В эротической стадии появляется потребность в ласке, прикосновениях, телесном контакте с избранницей. Появляется интерес к эротическим стишкам, фотографиям. В книгах нравится описание свиданий, объяснений в любви.

Последняя сексуальная стадия либидо (к 18–19 годам) нередко заканчивается интимной близостью.

Биологическая и социальная зрелость

Биологическая зрелость неравнозначна социальной и психологической зрелости, которая приходит к нам гораздо позже. В этом отношении в наше время возникла проблема большого разрыва между этими двумя состояниями. В связи с акселерацией (ускоренным развитием) биологическая и физическая зрелость наступает раньше. Так, дети XX в. уже при рождении имеют средний вес больший, чем дети конца XIX в., у них быстрее идет прорезывание молочных зубов, наблюдается более раннее половое созревание.

Социальная и психологическая зрелость, приобретение специальности, материальной независимости в настоящее время наступают позже. И возникают «ножницы» между биологической зрелостью с ее половым влечением и способностью дать потомство и психологической зрелостью, т. е. готовностью принять решение и иметь высокое чувство ответственности.

Каждое первое впечатление (импринтинг) откладывается на всю жизнь. Это относится и к таким значительным для человека моментам, как первая любовь, первый половой акт. Для юноши первый сексуальный контакт – полное переживание оргазма, ощущение его полноты, зрелости.

У молодого человека, еще не созревшего как личность, половой контакт малосодержателен, сводится к обычному физиологическому акту. А ведь первое впечатление должно быть ярким и запоминающимся. В противном случае эта бездуховность фиксируется, становится единственным способом взаимоотношений с женщиной. Психологическое развитие юноши, мужчины приостанавливается на примитивном уровне, возникает психосексуальная деградация личности. Разочарование, скука, пресыщение приводят к цинизму; неудовлетворенность этой стороной жизни – часто к конфликтам в семейных отношениях.

Действительно, вред ранней половой жизни не столько в физиологическом ущербе, сколько в ущербе личности: «Любые формы половой близости в молодом возрасте, не сопровождающиеся положительными эмоциями, могут вести к психотравме, и не только когда сопровождаются принуждением, насилием, а даже если просто происходят в отсутствие высоких чувств любви, связывающих подростков» (сексолог Корик Т).

Профилактика ранней половой возбудимости – начало правильного сексуального воспитания ребенка

Задача родителей состоит в том, чтобы стремиться к формированию у ребенка сексуальной гармонии, исключая возможность социальных и биологических конфликтов.

Профилактика ранней половой возбудимости ребенка начинается со следующих, на первый взгляд простых и известных положений (Шушунова М.С., 2000):

1. Создание обязательного домашнего режима. Распорядок сна и бодрствования, игр, занятий, приема пищи имеет большое значение для правильного развития вообще и полового в частности.

Нельзя насильственно укладывать детей спать раньше времени, заставляя их долго лежать не засыпая.

Постель ребенка не должна быть слишком мягкой и теплой; родителям не следует брать ребенка к себе в постель. Тесные объятия, чрезмерные поцелуи могут привести к пробуждению у него преждевременной половой чувствительности.

2. Правильное питание – важный момент профилактики ранней половой возбудимости.

Питание, приводящее к ожирению, может в дальнейшем оказать отрицательное влияние на половое развитие. До 5 лет желательно, чтобы дети не знали вкус шоколада. Легко возбудимым детям не рекомендуется пить крепкий чай, категорически нельзя кофе.

В рацион ребенка раннего возраста не должны входить жирная пища, сельдь, соленья, маринады, консервы, возбуждающие специи (перец, горчица). Сладости, мясные блюда давать детям следует умеренно.

3. Профилактика заболеваний мочеполовой системы – профилактика нарушений сексуального развития ребенка.

Необходимо следить, чтобы у ребенка своевременно опорожнялся кишечник и мочевой пузырь. Если ребенок постоянно (заигравшись) подавляет позыв на мочеиспускание, в дальнейшем это может привести к расширению мочевого пузыря, возникновению в нем воспалительного процесса. А ведь анатомически мочевыделительная и половая системы очень близки.

Наличие инфекции в складке крайней плоти при несоблюдении гигиенических мероприятий может привести к фимозу (сдавление головки полового члена), баланопоститу (воспаление головки полового члена).

4. Профилактика энтеробиоза предупреждает многие заболевания, а также онанизм.

Возбудитель заболевания – острица приводит у ребенка к зуду в области заднего прохода, промежности, головным болям, нарушению сна, недержанию мочи. Сильный зуд в области заднего прохода и половых органов может привести к онанизму.

5. Соблюдение гигиенических мероприятий. Вопросу специфической гигиены наружных половых органов следует уделять большое внимание с момента рождения ребенка. В дальнейшем мальчики или ежедневно принимают душ, или делают обмывание наружных половых органов. Слишком подчеркнутый уход за половой областью, излишнее прикосновение, так же как недостаточный уход, могут стать источником проявления особого внимания к ним и раннего пробуждения у них полового чувства.

6. Гигиена одежды. В любом возрасте одежда не должна стеснять движения. Слишком тесная одежда (особенно джинсы) нарушает кровообращение, мышечная система, половые органы испытывают повышенную нагрузку, что может привести к нарушению осанки, половому возбуждению.

7. Необходимо определить досуг ребенку. Это – и занятия по дому, и игры, чтение, занятия физкультурой – в зависимости от возраста, индивидуальных возможностей ребенка.

Поведение родителей

Возникновение отдельных половых ощущений возможно и в раннем детском возрасте. Иногда обычное любопытство, изучение отдельных частей своего тела приводит ребенка в 2–3 года к игре собственными половыми органами или к обнажению их в присутствии других детей. Реакция взрослых должна быть осторожной. Брань, наказание, в том числе и физическое, только зафиксируют внимание ребенка на запретном занятии.

В этой ситуации (если нет нарушений гигиены) необходимо отвлечь ребенка яркой игрушкой, занять игрой. После 3–4 лет можно простыми словами объяснить, что эти органы служат для мочеиспускания, что они различны у мальчиков и девочек, что не прилично показывать их другим.

Не должно быть излишнего внимания к этому вопросу с вашей стороны. И самое главное – это ваше поведение. Никогда, даже маленькие дети, не должны быть свидетелями интимной стороны жизни родителей. Любые циничные поступки, брань, двусмысленные шутки в присутствии детей недопустимы.

И только настоящая любовь между отцом и матерью, забота и нежность в их отношениях на глазах у ребенка являются самым главным фактором полового воспитания.

Надо всегда помнить, что воспитание – это не только слова, но и поступки, жесты, взгляды.

Влюбленность

Как часто человек принимает влюбленность за любовь. Что же такое влюбленность, каков процесс ее возникновения и как отличить ее от любви?

Этапы влюбленности

Все начинается со знакомства. И если первое впечатление о человеке (внешний вид, манера держаться, взгляд, голос, речь и еще многое другое) сложилось у вас благоприятное, знакомство переходит в симпатию. Это состояние, когда доставляют удовольствие встречи, приятны разговоры, споры. Симпатия выражается в товарищеских, приятельских и далее в дружеских отношениях. Дружба в этом случае основывается на духовной близости, общности интересов. Формирование и развитие ее зависят от частоты контактов, принадлежности к общему коллективу, общности целей и идей. Иногда дружба так и остается дружбой на долгие годы. Но в ряде случаев помимо воли включается «механизм» чувственности (влечение полов), и возникает новое состояние – состояние увлеченности. Оно может быстро пройти без общности интересов, без ответной реакции. Им можно управлять. Но при определенной готовности и желании увлеченность переходит в сильно выраженное увлечение – во влюбленность. Это период некритического восприятия человека из-за так называемых штур влюбленности. И на первых порах влюбленность можно принять за любовь.

Кого не волнует слово «любовь»? Оно очень знакомо и понятно, но в то же время в нем столько загадочного, неисследованного и таинственного.

Юрий Рюриков в своем послесловии к книге «Первая любовь» (М., 1976) весьма образно, глубоко, с большим пониманием описывает многогранность и величие этого чувства. Любовь, по его мнению, самый высокий плод на дереве человеческих чувств, самое вершинное достижение человеческой психологии. Это как бы «энциклопедия» всех человеческих достоинств, эхо всех завоеваний человеческих чувств. Впрочем, не только достоинств и не только завоеваний. Как у Солнца есть лучи и есть пятна, как у огня – способность жечь и греть, так и у любви есть свой свет и своя тень, свой жар и свои ожоги.

Любовь можно, наверно, сравнить с продуктом, производимым пчелой. Пчела снимает нектар и пыльцу с тысяч разных цветов, перерабатывает их в себе, и из множества этих разных веществ получается все, что есть в сотах и в самой пчеле, – и мед, и яд, и воск, и пчелиное молочко. И любовь – такой же, пожалуй, тысячесложный продукт, сбор со всех растений, которые вырастило человечество: больше с добрых, светлых, но и со злых, едких тоже. Со всех них любовь берет нектар, терпкость, запах и перерабатывает в свой мед и яд, в свою эмоциональную энергию.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.