

Интимные отношения и здоровье подростков



Преподаватель ОБЖ и БЖ
ГБПОУ МТК
Бгатов Д.В.

**Три источника имеют
влечения человека: душу, разум и
тело.**

**Влечения душ порождают дружбу,
Влечения ума порождают уважение,
Влечения тела порождают желания.**

**Соединение трех влечений
порождает любовь.**

**(Из древнеиндийского трактата
«Ветви персика»)**

● **Половое влечение** (либидо)

- – влечение, желание, стремление. Будучи тесно связанным с сознанием, либидо претерпевает длительную индивидуальную эволюцию, проходя несколько стадий формирования.



Понятийная стадия

связана с формированием сознания, лишена чувственной окраски и к либидо никакого отношения не имеет (долибидозная).

На этой стадии познается, что люди делятся не только на мальчиков и девочек, но и на мужчин и женщин (мама и папа, бабушка и дедушка и т. д.). Ребенок относит себя к одному из двух полов. У девочки возникают элементы сексуального поведения – игра в куклы, дом, дочери-матери.

Романтическая стадия

У юношей характеризуется фантазиями, в которых совершаются подвиги в честь идеального объекта первой влюбленности.

У девочек прослеживается стремление нравиться, обратить на себя внимание, возникают фантазии, основным содержанием которых является бескорыстная забота со стороны «прекрасного рыцаря».

Возникает накал чувств (никто никогда не переживал ничего подобного!).

Значение этой стадии – в возвышении физиологического инстинкта до истинно человеческой любви.





Что такое любовь? Объяснить
никто не может, но когда она приходит, её узнают сразу...

Эротическая стадия

выражается в стремлении к нежности и ласкам (словесным и тактильным).

Эта стадия, длительное время определяющая женскую сексуальность, у мужчин быстро сменяется потребностью в сексуальной разрядке.

Переживания первой влюбленности наполняют эротическую стадию яркими чувствами и надеждами, многим из которых не суждено сбыться.

- **Сексуальная стадия**

выражается в любопытстве к сексуальной тематике, спонтанных эрекциях с выраженным половым возбуждением, ночных поллюциях и мастурбациях, что иногда порождает у юношей душевные конфликты между сложившимися морально-этическими установками и оценкой собственного «Я»

Бурное пубертатное развитие у женщин сопровождается более ранним проявлением эротического либидо, но без регулярной половой жизни или мастурбации сексуальное либидо возникает редко



**Быть любимым – это больше,
чем быть богатым, ибо быть любимым – значит быть счастливым.**

Стадия зрелой сексуальности

характеризуется гармоничным соотношением понятийного, возвышенно-романтического, эротического и сексуально-чувственного элементов со всей системой морально-этических ценностей, ориентации личности.

Мужчина обретает полный контроль над своим сексуальным поведением.



- В сознании **молодых людей** существует миф об ощущении необычайного счастья и блаженства при первом сексуальном контакте. По отношению к юношам это часто действительно так, хотя скорее на физическом уровне, а в душе могут быть переживания совершенно другие и не столь однозначно положительного звучания.
- Что касается **девушек**, то большинство из них при первом интимном контакте испытывает **чувство стыда, вины, страха, тревоги, разочарования, неуверенности в партнере, презрения к нему или к себе и часто не плотской радости, а чувства телесной загрязненности, ненужности и чуждости происходящего**. Все это и означает, что внутренняя, душевная близость не достигнута, а следовательно, нет готовности к истинному половому контакту, который поэтому и не может принести полного удовлетворения.

Половое влечение человека

– характеристика природная, это некоторая сила, определяющая интенсивность его тяги к противоположному полу (или к своему полу), и сила этого влечения может варьироваться у разных людей в десятки и даже сотни раз.

Вот почему очень важен не количественный аспект полового влечения, т.е. возможность зарождения избирательного чувства к одному человеку, которое мы называем чувством любви и верности.



Способность любить другого **в высоком значении этого слова дана не** **каждому.**

Это зависит от того, насколько сам человек чувствует себя личностью и насколько способен видеть личность в других людях.

Одни, считая себя намного выше и лучше других, стремятся подчинить людей своей воле, и это желание – властвовать и управлять – может выражаться и в сексуальных отношениях.

Другие ограничивают себя деловыми отношениями, боясь и не умея выразить свои эмоции, что мешает духовному сближению людей.

Для третьих область переживаний и чувств – любимая стихия, и отношения, не основанные на чувствах и на родственности душ, противоестественны и невозможны.

Значит, только вырабатывая в себе способность понимать другого, не похожего на нас человека, с его вкусами и пристрастиями, учась сопереживать ему, стремясь доставить ему радость, мы приближаем вероятность встречи с *единственным и самым дорогим* для нас человеком.

И гораздо более важным в жизни оказывается владение «техникой» отказа от близости, правления своим половым влечением.

«В каком возрасте нужно начинать половую жизнь?» – часто спрашивают молодые люди, имея в виду акт любовного взаимодействия между мужчиной и женщиной, который носит название *коитуса*.

Само понимание термина «половая жизнь» может быть узким или широким.

В узком значении – генитальные контакты между людьми как половой акт.

В широком смысле слова половая жизнь – это все варианты отношений между мужчиной и женщиной, включая знакомство, ухаживания, способность поддерживать дружеские отношения, желание иметь детей, способность и желание вести половую жизнь и т.д.

Сюда можно отнести эротические сновидения и фантазии, мастурбацию, влюбленность и любовные муки, ведение разговоров об интимной жизни людей, чтение эротической литературы, танцы, любовные стихи, бессонные ночи – все это половая жизнь.



Половая жизнь может стать источником самых возвышенных переживаний, источником радости и наслаждения, может помогать развиваться и расти над собой.

А может быть источником тревоги, страха, стыда, чувства вины, презрения и даже омерзения по отношению к себе.

От чего же все это зависит?

От внутренней согласованности и правильного отношения к себе, своим сексуальным потребностям и к другому человеку.

Кроме коитуса существуют и другие генитальные форма половой жизни: поллюции, мастурбация

В русском языке особенно не повезло слову «коитус», именно этот акт любовного взаимодействия, который может вызывать чистые и достойные чувства мужчины и женщины друг к другу, который может быть нежным и деликатным, многими подростками воспринимается как нечто грязное, пошрое, что носит отпечаток цинизма и обозначается нецензурными словами.

Именно нецензурно называются обычно бездушные отношения между мужчиной и женщиной, которых сближает только желание удовлетворить свое половое влечение, вожделение.

Теперь легко понять, что существует ряд неверных соображений, из-за которых девушки и юноши вступают в половые отношения, без которых можно было бы обойтись. *Как это ни парадоксально, совершить коитус довольно легко и просто, а вот быть любящим и любимым...*

Любовь в высоком ее значении

– это высокая форма отношений человека к человеку, которая предполагает избирательность.

Только этот человек и никто другой – такова формула любви. Для полового инстинкта такая избирательность нехарактерна: нравится и вызывает половое желание – можно действовать.



Не так уж много людей могут сразу распознать свои чувства, понять чувства другого человека. Поэтому было бы целесообразно придерживаться одного простого правила: раньше времени не называть отношения любовью и до поры до времени не беременеть, что и происходит чаще всего

«Начиналось все банально: дискотеки, подвалы, таблетки. Почему началось именно с дискотеки, а не сразу с кровати? Так получилось, что Марина с ее взглядами на жизнь предпочла первое. Ей очень нравилось, что я независим в любом обществе. В ее окружении я почитался, как бог. Ведь у них в группе все как все, а я люблю свободу. Потом Марина предложила жить вместе. Представляете? Я укатывался весь вечер. После этого ей было все равно, что я с ней сделаю. Она меня больше не волновала. Такая чистенькая была, вся из себя. Хотела из меня рыцаря сделать, а я в ответ ей чуть не вмазал. Потом просто аллергия на нее подкатила. А потом один мужик предложил мне устроить куплю-продажу. Я согласился. А что с ней дальше было – не знаю. Купля-продажа – закон жизни, просто одна стоит бутылку, а другая – «Жигули».

Николай К.



Каким же могла увидеть Марина этого парня? Сильным, независимым, добрым и надежным? Для Николая не так уж важно, что Марина – чья-то сестра, дочь, будущая жена и мать. Человек, девушка, женщина. Страшно, если это взять за норму.

Любовь это или влюбленность?

В этих вопросах выражается ответственность, серьезность отношений между мальчиком и девочкой, юношей и девушкой. Именно тогда, когда человек испытывает чувство ответственности за другого человека, любое поддержание от сексуальных переживаний возможно. Ч

Чем чище горение истинной любви, тем слабее сексуальность. Любовь спасает от давления сексуальных чувств, освобождает человека от сексуального беспокойства. Если кто-то попытается убедить вас, что основанием для вступления в половые отношения является любовь, это неправильные представления.

Разврат и невоспитанность чувств приближают человека к животным.

Только развращенные личности убеждают, что свобода в половых отношениях считается нормой в нашем современном обществе.

На самом деле большая часть юношей и девушек убеждена в необходимости воздержания в своих сексуальных чувствах. Перед всеми открыт правильный путь здоровых отношений между юношей и девушкой, мужчиной и женщиной, путь благородного ухаживания, а затем образования семьи.

Воздержание в юности – необходимое естественное состояние, которое позволяет не потерять уважения к себе и близкому человеку.

Напротив, ранняя половая жизнь приводит развивающийся организм к физическому истощению, моральным потерям, нежелательной беременности, венерическим заболеваниям.

Только в результате здоровых отношений между молодыми людьми образуется счастливая здоровая семья, основанная на доверии и уважении друг к другу.





Вред курения очевиден сразу после рождения ребенка



Испанские ученые выяснили, как курение матери во время беременности, влияет на новорожденных.

Курение матери - даже пассивное - во время беременности влияет на здоровье и поведение ребенка с самого рождения, сообщает Medica Xpress.

Учёные из испанского Университета Ровира-и-Виргили выяснили, что новорождённые, которые в утробе матери подвергались воздействию никотина, в самые первые дни после рождения демонстрируют плохую физиологическую, сенсорную, двигательную реакцию и рассеянное внимание.

Врачи изучили показатели активности почти 300 младенцев, родившихся в срок и без осложнений во время беременности или родов. Каждая пятая мать курила во время вынашивания ребенка, еще 6% часто находились в табачном дыму - по долгу службы или в семье.

Выяснилось, что в первые 48-72 часа жизни дети курящих или дышащих дымом матерей по всем показателям уступают тем, у кого матери почти не сталкивались с никотином. У них медленнее шло развитие моторики и была сильно ухудшена способность регулировать поведение и ослаблены физическая, сенсорная и двигательная реакции.

Также были замечены проблемы со вниманием.

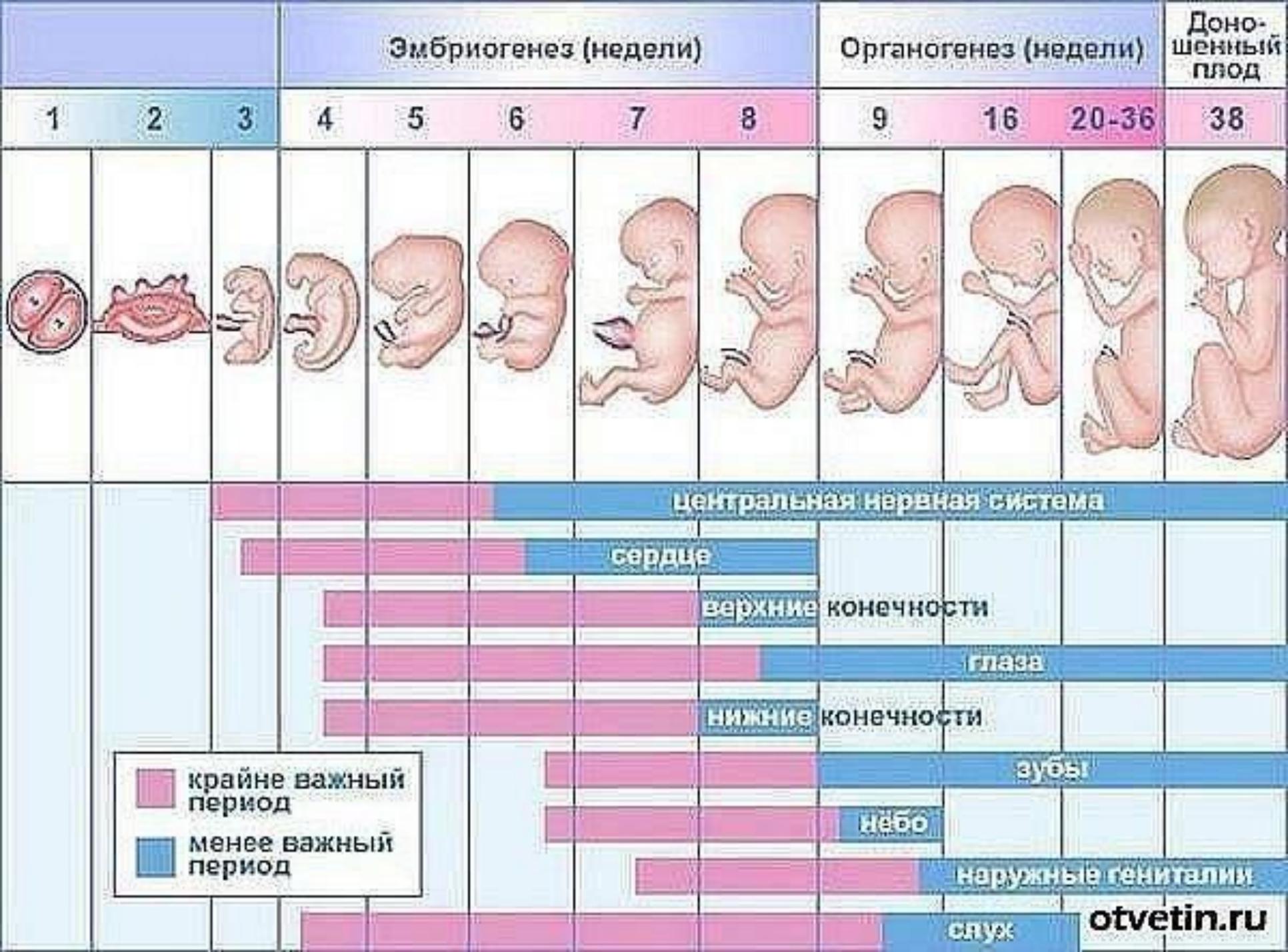
Влияние курения во время беременности на ребенка уже достаточно хорошо изучено, но это первое исследование, изучившее младенцев в столь раннем возрасте.

Дети@Mail.Ru



ВЫБЕРИ БУДУЩЕЕ







Можно ли делать аборт при первой беременности?

Первая беременность, которая завершается абортом – это очень рискованно, порой это может стать причиной бесплодия женщины

Такая операция, как аборт, может вызвать нарушение репродуктивных возможностей организма женщины.

Если первая беременность оказалась для вас нежелательной, то перед тем, как делать аборт, хорошенько подумайте: вы нанесете своему организму значительную травму, которая в дальнейшем, вероятно, не позволит вам родить детей.

Почему особенно опасным является первый аборт, и чем грозит аборт при первой беременности?

**В качестве домашнего задания можно предложить
тест «Любовь ли это?»**

Статистика разводов растет.

**Но мы, кажется, уже успокоились, объяснив все
экономическими трудностями и бытовой
неустроенностью.**

**А может быть, для настоящей семьи не хватает еще
и серьезного, глубокого чувства – верного
помощника в преодолении любых преград?
Проверьте себя. Предлагаем вам ответить на
следующие вопросы, объединенные в три группы.**

I. Самоотдача

1А. Если мне грустно, я скажу об этом другу, потому что: а) он утешит меня; б) я хочу разделить свое настроение с ним; в) я должен(а) поделиться с ним своими чувствами.

1Б. Если мне грустно, я обычно не говорю о своей грусти другу.

2А. Я хочу порадовать своего друга, потому что: а) он потом сделает приятное для меня; б) это будет ему приятно; в) я должен(на) это делать.

2Б. Я не стремлюсь радовать своего друга, поскольку он знает, что у меня и так много забот.

3А. Я люблю рассказывать другу смешные истории, потому что:

а) он считает меня веселым человеком; б) мне нравится видеть его смеющимся; в) я должен(на) поддерживать его хорошее настроение.

3Б. Я не веселю своего друга, так как я плохой рассказчик(ица).

4А. Мне нравится говорить другу комплименты, потому что:
а) это возвратится сторицей; б) это приносит ему удовольствие;
в) это совершенно для него необходимо.

4Б. У меня нет необходимости хвалить друга, так как он и так чувствует мое расположение к нему.

5А. Я дарю другу подарки и делаю сюрпризы, потому что: а) он ценит мое внимание; б) это доставляет ему радость; в) хочу поздравить его с праздником, днем рождения.

5Б. Считаю, что лучше всего отдать деньги, пусть друг сделает покупку по своему усмотрению.

6А. Я стараюсь выглядеть привлекательно, потому что мой друг:
а) замечает это; б) получает от этого удовольствие; в) ждет этого от меня.

6Б. Моему другу неважно, как я выгляжу.

7А. Я показываю своему другу, что я его люблю:
а) когда у меня возникает в этом потребность; б) часто: ведь это ему приятно; в) так как у него есть право ожидать этого.

7Б. Считаю демонстрацию моих чувств к другу излишней.

8А. Следует чем-то поступиться, когда в этом возникает необходимость, потому что:

а) друг уступит в ответ; б) уступать даже приятно; в) я обязан(а) это делать.

8Б. Уступать другу вовсе не обязательно.

Постарайтесь не торопиться и ответить как можно точнее. Теперь подсчитайте свои ответы а, б, в, Б. Если большинство ваших ответов подойдет под одну букву, то это будет наиболее соответствовать реальности.

II. Взаимопонимание

1А. Когда я вижу, что мой друг рассержен или расстроен, то я обычно:

а) не обращаю на это внимания; б) тоже злюсь; в) понимаю, в чем дело.

1Б. Я часто удивляюсь причинам, вызывающим у друга раздражение.

2А. Когда мой друг не согласен со мной:

- а) я поступаю по-своему вместо того, чтобы спорить;**
- б) это бывает редко: он понимает, что расстроит меня;**
- в) я стараюсь взглянуть на вещи «его глазами».**

2Б. Разногласия с другом часто бывают для меня неожиданностью.

3А. Когда мой друг чего-то хочет:

- а) я стараюсь отгадать, чего именно;**
- б) обычно я знаю все его желания;**
- в) я догадываюсь о его желаниии, зная его образ мыслей.**

3Б. Желания моего друга непредсказуемы.

4А. Если я понимаю, что мои действия раздражают друга:

- а) я обычно не обращаю внимания на его реакцию, пока он не успокоится;**
- б) я говорю ему, чтобы он не придавал значения всяким пустякам;**
- в) я стараюсь понять, что его раздражает, и перестаю делать это.**

4Б. Мне никогда не удастся отгадать, что именно раздражает моего друга.

5А. Когда мой друг делает глупую ошибку:

а) мне стыдно за него; б) я стараюсь объяснить ему, какую глупость он сделал; в) я не касаюсь болезненного вопроса, ему и без того плохо.

5Б. Глупые ошибки друга часто вызывают у меня недоумение.

6А. Когда мой друг сталкивается с трудностями:

а) я стараюсь не вмешиваться; б) я пытаюсь дать ему совет, как поступить; в) я знаю, как он поступит.

6Б. Я не могу поверить, что у друга могут быть неприятности.

7А. Когда мой друг высказывает свое мнение:

а) я его игнорирую, если оно расходится с моим; б) я стараюсь объяснить ему его неправоту; в) я обычно понимаю причины, стоящие за его мнением.

7Б. Меня часто удивляет образ мыслей моего друга.

8А. Важно понимать, что думает и чувствует мой друг:
а) чтобы избежать глупых ситуаций; б) потому что это позволяет предотвратить его ошибки; в) так как это поможет мне глубже понять его индивидуальность.

8Б. Мне понятны мысли и чувства моего друга.

Подведите итог так же, как и в первой группе вопросов.

III. Уважение

1А. Проявляю ли я интерес к работе моего друга?

а) да, это важно, потому что его успехи означают улучшение нашего благосостояния; б) да, это вдохновляет его, и я хочу помочь ему во всем, что он делает; в) нет, это не входит в круг моих обязанностей.

1Б. Мои друзья не обращаются ко мне за советом.

2А. Очень внимательно слушаю все, о чем говорит мой друг, так как это:

а) помогает мне направить его мысли; б) дает мне возможность понимать и вдохновлять его; в) показывает мое хорошее к нему отношение.

2Б. У меня нет времени вникать в проблемы друга

3А. Я не делаю замечаний другу, так как это:

а) неправильно, поскольку он нуждается в моем руководстве; б) важно для поддержания его самосознания, самооценки; в) снимает с меня ответственность за его поведение.

3Б. Я не критикую друга, поскольку берегу свои силы и время.

4А. Если увлечения друга отличаются от моих, то:

а) обычно не очень интересны для меня; б) помогают укрепить мое уважение и расположение к нему; в) для меня в основном приемлемы.

4Б. Я не интересуюсь увлечениями моего друга.

5А. Недостатки моего друга:

а) часто раздражают меня, и я стараюсь их исправить; б) принимаю их, как свои; в) это то, с чем приходится считаться.

5Б. Я хочу, чтобы у моего друга не было никаких недостатков

6А. Мое отношение к хобби друга:

а) прекрасное, если я могу разделить его интересы; б) это то, что следует позволять ему делать.

6Б. Увлечения друга хороши до тех пор, пока не затрагивают моих интересов.

7А. Поддерживать в моем друге стремление к упрочению своего социального положения:

а) важно для меня; б) не буду, если мой друг не хочет этого; в) мой долг.

7Б. Социальный статус моего друга очень прочен.

8А. Ожидать, что друг постоянно будет в хорошей форме – это:

а) нормальное требование; б) завышенное требование; в) вдохновляет его.

8Б. Для меня не имеет значения настроение друга.

9А. Выбор друга вызывает у меня одобрение:

а) если он прав; б) если это необходимо для поддержания его «я»; в) поскольку это моя обязанность.

9Б. Я всегда против выбора друга.

10А. Уважение к личности друга:

а) важно для взаимопонимания; б) способствует его личностному росту; в) это обязанность, о которой нельзя забыть.

10Б. Я не придаю значения вопросам взаимоуважения – это просто громкие слова.

Обработка результатов.

Если в группе I преобладает вариант ответа «а» – вы эгоистичны. Отдавая всего себя, вы ждете чего-то взамен. Ваша мотивация направлена только на получение желаемого и до настоящей любви пока далеко.

Если вы предпочли вариант ответа «б» – вы любите. Способность отдавать, не чувствуя себя ущемленной и ничего не требуя взамен, показывает, что вы счастливы. Настоящая самоотдача порождает взаимность. Если превалирует вариант ответа «в», то ваша самоотдача – это ваши жертвы. Вы можете ее воспринимать как милость с вашей стороны. Такое отношение небезопасно. Ваша любовь превратится в тяжелое бремя для обоих.

Если преобладает вариант 1Б–8Б – вы безразличны друг другу. Для вас самоотдача – необоснованное требование, а без него не бывает любви.

Если в группе II вы больше внимания уделили варианту ответа «а», то это тоже указывает на эгоистичность. Нежелание знать подлинные чувства своего друга ведет к потере взаимопонимания, замкнутости «на себя», утрате чувства.

Если преобладает вариант «б», то это свидетельство вашего доминирования в общении с другого. Вы не понимаете своего друга, а пытаетесь руководить им. Но это невозможно. Необходимо смотреть на него его же глазами, только тогда можно говорить о настоящей любви.

Если вы предпочли вариант «в», то это указывает на настоящую любовь.

Если преобладает вариант 1Б–8Б, это говорит о вашем ложном представлении о друге, иначе вы знали бы причины его поведения. Пока вы не можете видеть его реально, трудно достичь настоящей любви.

Превалирование варианта ответов «а» в группе III указывает на вашу эгоистичность. Вас больше заботит уважение к себе, чем к другу. Вы позволяете ему проявлять свою индивидуальность только тогда, когда это отвечает вашим требованиям. Это еще не любовь!

Преобладание ответов «б» выражает вашу любовь. Вы уважаете друга как личность и заботитесь о дальнейшем его совершенствовании. Взаимоуважение друг к другу обогащает жизнь обоих.

Предпочтение варианта ответов «в» говорит о том, что ваше уважение идет от чувства долга. Вы не цените друга объективно как индивидуума, который нуждается в поощрении к совершенствованию. Более того, вы видите в проявлениях его индивидуальности неизбежное отрицательное начало. Такое отношение не способствует усилению любви.

Преобладание ответов 1Б–10Б указывает на ваше безразличие. Вас ничто не связывает с вашим другом. Вместо того, чтобы разделять его интересы, вы игнорируете их.

Если результаты ваших подсчетов соответствуют «выражению любви» во всех трех разделах – не сомневайтесь, ваше чувство истинно.

Если в каком-то из разделов – другой результат, это не значит, что настоящая любовь невозможна. Ваша способность к изменению во многом зависит от отношения вашего друга к вам. Психологи советуют попробовать сравнить и обсудить с ним результаты.

Спасибо за внимание

