

Проблемы взросления: репродуктивное здоровье девушек

Круглый стол для учениц X—XI классов

Цель и задачи: формировать у девушек ценностные установки по сохранению и поддержанию репродуктивного здоровья; раскрыть возможные проблемы подростков, связанные с половым созреванием; показать необходимость самовоспитания внутренней культуры и красоты души.

Подготовительная работа: за 1—2 недели до круглого стола его участницы формируют 4 поисковые группы. Каждая работает в рамках предложенного для обсуждения вопроса (поиск и анализ информации по теме, определение и аргументация собственной позиции).

Вопросы для работы поисковых групп:

1. Чем отличается влюбленность от любви?
2. Аморально ли целоваться?
3. Допустимы ли интимные отношения в подростковом возрасте?
4. Что необходимо знать, чтобы не стать жертвой насилия?

Группы работают под контролем педагога-психолога и социального педагога (или классного руководителя), которые помогают девушкам в подборе и обработке информации. Круглый стол проводят эти же педагоги.

На мероприятие приглашается врач-гинеколог.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

I. Вступительная часть.

Психолог. 15—17 лет — это период интенсивного полового созревания, которое сопровождается возникновением чувства взрослости, пробуждением интереса к противоположному полу, стремлением стать полноправным членом мира взрослых. Подросток хочет быть самостоятельным, стремится, чтобы взрослые уважали его как личность, считались с его мнением, освободили от мелочного контроля. Однако переход из детства в мир взрослых требует от молодых людей большой ответственности, вынуждает принимать самостоятельные решения, актуализирует проблему выбора поведения. Самоутвердиться в ми-

ре взрослых совсем не просто, поэтому для подростков зачастую привлекательны лишь внешние проявления взрослости — курение, использование косметики, кокетство, посещение вечеринок.

В подростковом возрасте проявление интереса к противоположному полу характеризуется определенными особенностями. Прежде всего, возникает желание нравиться, как следствие — интерес к собственной внешности и стремление быть привлекательным.

Интерес подростка к противоположному полу стимулирует развитие его личности. Это повышает чуткость к людям, развивает избирательную наблюдательность, усиливает внимание к самому себе, что является стимулом к самосовершенствованию, самовоспитанию.

В психологии любовь рассматривается как интенсивное, напряженное и относительно устойчивое чувство человека, физиологически обусловленное сексуальными потребностями. Действительно, физиологические потребности являются предпосылкой возникновения и поддержания любви между мужчиной и женщиной. Но человек как общественное существо в первую очередь связывает проявления любви с духовными ценностями.

Сегодняшнее заседание круглого стола посвящено проблемам, с которыми сталкиваются девушки в период полового созревания. Мы поговорим о любви и влюбленности, о том, допустимы ли интимные отношения в подростковом возрасте, о репродуктивном здоровье девушек, сексуальном насилии и многом другом.

II. Основная часть.

За круглый стол, который размещается в центре класса, поочередно приглашаются поисковые группы. Остальные участницы располагаются на стульях, составленных полукругами с обеих сторон стола.

Группы раскрывают темы, над которыми работали. Педагоги дополняют, расставляют смысловые акценты. Затем проходит коллективное обсуждение представленной информации.

Предлагаем примерное содержание выступления каждой поисковой группы.

1-я группа: чем отличается влюбленность от любви?

Между влюбленностью и любовью есть серьезное различие. Когда человек влюблен, он чаще всего оказывается сосредоточенным на собственных переживаниях. А любовь предполагает альтруизм. Это чувство связано с желанием сделать счастливым любимого человека. Известный педагог Сухомлинский писал: “Любить — это прежде всего отдавать, отдавать любимому существу силы своей души, творить для любимого человека счастье”.

Влюбленность отличается от настоящей любви еще и тем, что это мимолетное, нестойкое чувство.

Итак, если человек испытывает яркое и сильное чувство, но сосредоточен главным образом на себе и своих переживаниях, то это скорее всего влюбленность. В любви основные переживания сконцентрированы на любимом человеке, его интересах, чувствах, заботах.

Юным, а порой и взрослым, очень важно разобраться в своих чувствах, понять, любовь это или увлечение. В психологии принято выделять следующие **критерии любви**:

- возникновение положительных эмоций и чувств при встрече с любимым человеком и при воспоминании о нем;
- наличие постоянной потребности в общении с любимым человеком;
- общие взгляды на окружающий мир, общие интересы, идеалы, устремления;
- интерес к делам, работе, увлечениям, привычкам друг друга;
- сочувствие, сопереживание в трудные моменты жизни;
- готовность остаться с любимым, даже если родные и окружающие выступают против этого выбора.

Чувство любви, которое испытывают подростки, имеет свои особенности. Большинство подростков представляет любовь как романтическое чувство, которому обязательно сопутствуют свидания, поцелуи, встречи. Первое увлечение, симпатия могут быть восприняты как настоящая любовь. Как правило, первая юношеская любовь редко заканчивается браком. Но она запоминается на всю жизнь и служит проверкой биологической и нравственно-психологической зрелости личности.

2-я группа: аморально ли целоваться?

Понятие “мораль” часто касается сугубо личных дел. “Она аморальна, потому что за всеми бегает”, “Она аморальна, потому что встречается

сразу с двумя мальчиками”. Возможно, такие высказывания вам приходилось слышать о ком-либо из знакомых. Между тем мораль охватывает совокупность норм поведения человека. И здесь трудно давать советы и точные рекомендации. Важно, чем девушка руководствуется в жизни, что считает высшей ценностью. От этого зависит ее поведение и моральный выбор в конкретной ситуации.

Если вы поймете, что высшей ценностью является человек, его достоинство, его благо, то, конечно, сможете из этого принципа сделать выводы, касающиеся взаимных отношений обоих полов. Аморально все, что может оскорбить, обидеть или унижить человека. Исходя из этого вы можете дать ответы на следующие вопросы:

- Если ты влюблена в одного, а целуешься с другим, это правильно?
- Являются ли поцелуи ради забавы аморальными?

Обидеть может хамство, грубость, злоупотребление доверием. Унизить может отношение к человеку как к вещи, развлечению. Унизить можно и саму себя, позволяя относиться к себе как к вещи.

Когда ты можешь сказать “нет!”:

- при касании рук;
- при объятиях;
- при дружеском поцелуе в щеку;
- при поцелуе в губы;
- при прикосновении к интимным местам.

Помни: твое тело — это твоя собственность. Ни один человек не имеет права прикасаться к тебе, если ты этого не хочешь.

3-я группа: допустимы ли интимные отношения в подростковом возрасте?

Сегодня в подростковой и юношеской среде стало модным (!) жить половой жизнью. Скромницы и скромники становятся мишенью для насмешек и издевательств среди своих более искушенных сверстников. И чтобы не выглядеть белой вороной, девушки часто совершают непростительные ошибки. Иногда подростками движет желание познать неизведанное, испытать себя, доказать свою взрослость.

Исследования ученых в области медицины, психологии показали, что мальчики и девочки, вступившие в интимную близость в 13—15 лет, в дальнейшем, как правило, ведут беспорядочную половую жизнь, часто меняют партнеров, крайне нетребовательны в их выборе, физическая близость становится для них самоцелью.

Психологи выделяют три группы девушек-подростков, склонных к ранним сексуальным контактам:

- 1) девушки с эмоциональными проблемами, переживающие дефицит тепла и понимания в родительской семье. В этом случае сексуальный контакт становится средством реализации

и достижения эмоционального комфорта. У таких девушек слабо развито чувство безопасности и комфорта;

- 2) девушки, начинающие сексуальную жизнь как часть сексуального экспериментирования с приятелем-ровесником. Они плохо осведомлены о последствиях ранних сексуальных контактов;
- 3) пассивные и неопытные девушки, не умеющие устоять перед требовательным партнером, который обычно старше их. У них не сформированы понятия о целомудрии, женственности, самоуважении. Им трудно сказать “нет!”.

Коллективное обсуждение

Перед приглашением за круглый стол следующей группы определяется значение понятия “насилие”. На коллективное обсуждение выносятся вопросы:

- Что такое насилие?
- Является ли насилием оскорбление чувств человека?
- Какие ситуации могут стать примером проявления насилия?

Социальный педагог. Самым антигуманным проявлением насилия являются войны, а также преступления против жизни, чести и достоинства человека. К такого рода преступным деяниям относят и сексуальные преступления, в частности, изнасилование. Наверное, вы уже слышали, что девушка или женщина может быть изнасилована. Это значит, что она стала жертвой сексуального насилия, домогательства. Изнасилование — преступное деяние, заключающееся в половом контакте, совершенном с применением физического насилия, угроз или с использованием беспомощного состояния потерпевшей. Это одно из наиболее тяжких посягательств на половую свободу взрослых женщин и половую неприкосновенность несовершеннолетних. Ответственность за данное преступление предусмотрено статьей 166 Уголовного кодекса Республики Беларусь.

Физическое насилие по отношению к женщине может заключаться в нанесении ей каких-либо телесных повреждений или лишения ее возможности сопротивления, оно может быть связано с побоями, попытками удушения, ранения и т. д. Психическое насилие при изнасиловании заключается в угрозе или запугивании потерпевшей в условиях, в которых угроза может быть немедленно реализована, что парализует волю женщины и может лишить ее возможности сопротивляться насильнику. Среди последствий изнасилования могут быть беременность, заражение венерической болезнью, СПИДом, а также нервные и психические расстройства. Как видим, последствия самые печальные.

Однако многие девушки совсем не задумываются над тем, что могут оказаться в подобной ситуации. Зачастую можно услышать такие вопросы: “Почему нельзя пойти с парнем к нему домой?”, “Меня любезно пригласили покататься на красивой машине. Почему я должна отказываться?” И таких “почему” немало. В подобных ситуациях надо помнить, что парни понимают поведение девушки не всегда так, как она сама: “Пришла ко мне — значит, знает за чем”. Задумайтесь: почти в 75 % случаев жертва была знакома с насильником.

Психолог. Для подростков изнасилование является чудовищной психологической травмой. Считается, что восстановление после нее наступает лишь через 5—6 лет. Причины такого длительного периода в следующем:

- неустойчивость психики подростка в силу возрастных особенностей;
- распространение информации об изнасиловании в подростковой среде и формирование губительного для репутации девушки мнения о ее доступности и виновности в том, что произошло;
- сохранение чувства страха, стыда из-за невозможности поделиться своей бедой с окружающими.

Подростковый возраст — период становления личности, насилие же губительно сказывается на формировании чувства собственного достоинства.

4-я группа: что необходимо знать, чтобы не стать жертвой насилия?

Основные меры предосторожности

- Собираясь в гости, на вечеринку, предупредите родителей, подруг о том, где и с кем вы будете проводить время, когда должны вернуться, договоритесь о времени контрольного телефонного звонка.
- Если предполагаете поздно возвращаться домой, не одевайтесь экстравагантно и вызывающе. Украшения уберите в сумочку, старайтесь не надевать бусы, длинные шарфы и цепочки, длинные волосы уберите так, чтобы их нельзя было намотать на руку. Избегайте нагружать себя сумками и свертками — вы должны быть мобильны в случае самообороны.
- Придя в незнакомую квартиру, осмотритесь, запомните расположение комнат, дверей, устройство замков, местонахождение телефона, чтобы быть готовой к любой ситуации.
- Всегда предупреждайте родственников или друзей о своем маршруте и просите их встречать вас в вечернее время.
- Не ходите в гости к малознакомым людям, не приглашайте их к себе. Будьте осмотрительны при случайных знакомствах, при первой

встрече не стоит называть свой адрес, номер телефона.

- Не садитесь в автомобиль к незнакомым людям.
- Имейте при себе свисток и предметы, которые в случае необходимости могут выступить средством защиты, — дезодорант, лак для волос, рассыпчатая пудра, расческа с острым концом, зонт и др.
- В любое время суток избегайте арок, подворотен, глухих мест, пустынных переулков. Двигаясь по обочине дороги, идите навстречу движению автомобиля, чтобы к вам не смогли незаметно подъехать сзади.
- Измените маршрут своего движения, если в темное время суток на безлюдной улице вы видите стоящий впереди автомобиль с пассажирами или группу людей.
- Не входите в подъезд и лифт вместе с незнакомым человеком.
- Избегайте флирта с незнакомцем, особенно если он проявляет грубость или настойчивость. Постарайтесь отвязаться от такого субъекта при первой же возможности: помащите рукой, будто сзади него идет ваш знакомый, и, воспользовавшись замешательством, ускользните; держитесь поближе к прохожим. Не вступайте в разговор, сделайте вид, что спешите.

Если вы оказались один на один с насильником:

- постарайтесь сделать вид, что уверены в своих силах. Самообладание — ваше главное оружие;
- сопротивление лучше, чем мольба о помощи. Если решаетесь на борьбу, обеспечьте свой тыл, например прислонитесь к стене. Поднимите шум. Кричать лучше “Горим!”, “Пожар!”. Можно разбить окно или витрину — это мелочь по сравнению с той опасностью, которой подвергается ваша жизнь;
- сообщите насильнику, что больны сифилисом, СПИДом. Делать это надо с полным равнодушием — мол, вам все равно;
- усыпите бдительность нападающего, сделав вид, что согласны на близость, а затем немедленно действуйте. Если решились бежать, делайте это быстро и внезапно. Не забегайте в подъезды, подземные переходы, глухие двory. Спешите в направлении освещенного и многолюдного места;
- если вас обхватили сзади, изо всех сил ударьте нападающего затылком в лицо или каблук по голени. Защищайтесь до конца — на карту может быть поставлена ваша жизнь! Лучший способ охладить пыл насильника — причинить ему сильную боль в области паха, шеи, лица, глаз. Помните, маникюр — это тоже оружие;

- если вы оказались в закрытой квартире, любым тяжелым предметом выбейте окно или выскочите на балкон, привлекая криками внимание соседей, прохожих.

Социальный педагог. Если все предосторожности не принесли результата и девушка подверглась сексуальному насилию, действовать нужно следующим образом:

- 1) принять меры для сохранения следов преступления: не принимать душ, сохранить порванную, испачканную одежду, не застирывать нижнее белье до проведения медицинской экспертизы;
- 2) написать заявление на имя начальника отделения милиции. Если девушке не исполнилось 18 лет, с заявлением могут обратиться ее родители или лица, их заменяющие. Милиция выдает направление на медицинскую экспертизу;
- 3) обратиться к психологу.

Психолог. Если девушка стала жертвой сексуального насилия, лучшее, что она может сделать для себя, помимо обращения за помощью к специалистам, продолжать верить в себя. Семье и друзьям необходимо сразу же продемонстрировать девушке свое понимание и готовность помочь.

Социальный педагог. На заседании круглого стола мы пригласили врача женской консультации. Он расскажет нам о том, что такое репродуктивное здоровье женщины, как его сохранить, чтобы в свое время испытать счастье материнства.

Выступление врача-гинеколога.

III. Завершающий этап.

Участники мероприятия обмениваются своими впечатлениями, отвечают на вопросы:

Что нового и полезного узнали на заседании круглого стола?

Какую тему хотели бы обсудить на следующем заседании?

ЛИТЕРАТУРА

- Бадилова, З. А. Классные часы и беседы для девушек 6—11 классов / З. А. Бадилова, А. В. Козлова. — М. : Сфера, 2003. — 192 с.
- Безопасное и ответственное поведение : цикл бесед, практ. и тренингов. занятий с учащимися I—XI кл. о ВИЧ-инфекции и наркот. зависимости : пособие для клас. рук., воспитателей, психологов и социал. педагогов : в 3 ч. / А. Н. Сизанов [и др.] ; под ред. А. Н. Сизанова. — Минск : Тесей, 1998. — Ч. II. — 208 с.
- Здоровы лад жыцця. — 1999. — № 1.

И. Г. ГУЛАГА,
педагог социальный,

О. А. ПАРФЕНЧИКОВА,
педагог-психолог.