РОЛЬ СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ РЕПРОДУКТИВНОГОГ ЗДОРОВЬЯ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

Е.В. Мизюкевич, педагог-психолог

ГУО «Средняя школа № 4 г. Пружаны»

**Аудитория:** родители учащихся 10 класса.

**Время проведения:** 3-я четверть.

**Цель:** привлечь внимание родителей к проблеме репродуктивного здоровья современной молодежи.

**Задачи:**

1) развивать умение освещать своим детям основные правила по сохранению репродуктивного здоровья;

2) способствовать формированию инициативности, активной позиции, социально зрелости родителей.

Форма занятия: тренинг

Оборудование: набор карточек, статистические данные, список тем бесед с ребенком (по количеству родителей), флипчатр, маркеры.

**Содержание занятия:**

**1. Вводная часть.**

*Ведущий.* Сегодня очень много говорят о сохранении репродуктивного здоровья. Ведущие международные организации определяют репродуктивное здоровье как состояние полного физического, умственного и социального благополучия во всех вопросах, касающихся репродуктивной системы, её функций, а не только как отсутствие болезней. Когда мы говорим о репродуктивной системе, то имеем в виду органы и процессы их взаимодействия, которые обеспечивают функцию воспроизводства (деторождения). Здоровая репродуктивная система обеспечивает рождение здоровых детей. Иными словами, это то, что в будущем позволит нашим детям стать мамами и папами счастливых нормальных малышей. Сегодня мы разберемся, как помочь своим детям вступить во взрослую жизнь здоровыми и полными надежд на счастливое будущее.

Но сначала, мы познакомимся.

Ведущий предлагает родителям разбиться по парам. Каждому предлагается рассказать партнеру немного о своей семье и о том, с какой целью пришли на данный тренинг. Затем родители представляют друг друга.

Озвученные цели записываются на флипчатр.

**2. Основная часть.**

*Ведущий.* Сексуальное поведение молодежи – это прежде всего условие сохранения здоровья репродуктивной системы.

Мужская и женская половая система состоит из органов и желез. Они вырабатывают, выделяют и переносят половые клетки. Гормоны вызывают половое созревание и управляют этим процессом. Интимная физическая близость между мужчиной и женщиной позволяет мужским и женским половым клеткам (сперматозоиду и яйцеклетке) встретиться, соединиться и создать новую жизнь.

Половое созревание у мальчиков и девочек происходит по-разному. Давайте вспомним признаки полового созревания мальчиков и девочек.

Упражнение «Инь - Янь».

Описание упражнения. Тренер предлагает участницам разделиться на две группы по принципу «инь - янь». Затем каждой группе вручается конверт с одинаковым набором карточек, на которых написаны признаки полового созревания мальчиков и девочек вперемешку. Дополнительно в конверты добавляются карточки с иными признаками психофизических изменений организма, которые не имеют отношения к особенностям полового созревания.

Перед участниками ставится задача отобрать только те специфические признаки, которые связаны с половым созреванием девочки (задание для группы «Инь») и мальчика (задание для группы «Янь»). На выполнение задания даётся 5 минут. Затем каждая группа зачитывает те признаки, которые они отобрали как верные.

Предлагаемый набор карточек.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПРИЗНАКИ МАЛЬЧИКОВ | ПРИЗНАКИ ДЕВОЧЕК | ЛИШНИЕ ПРИЗНАКИ |
| Половое созревание начинается в 12-14 лет | Половое созревание начинается в 10-12 лет | Развивается плоскостопие |
| Происходит стремительная выработка половых гормонов – тестостерона | Происходит расширение бедер, нарастание жировой ткани | Проявляется повышенная агрессивность и различные фобии (страхи) |
| Происходит увеличение половых органов | Наблюдается рост молочных желез | Происходит резкое нару­шение зрения |
| Выражен рост лобковых волос, в подмышечных впадинах, на лице и теле | Выражен рост лобковых волос, а также волос в подмышечных впадинах | Происходит нарушение сна, сбой биологических ритмов организма |
| Наблюдается ускорение роста мышц и скелета | Наступает первая менструация | Развивается сколиоз: ис­кривление позвоночника |
| Происходит увеличение размеров голосовых связок, голос «ломается» | Наблюдается резкий скачок в росте | Проявляется повышенный аппетит либо снижение аппетита |

Ведущий знакомит родителей со статистическими данными, полученными в Беларуси в ходе различных исследований.

Информация к сведению участниц встречи:

*В Беларуси средний возраст сексуального дебюта*

*у девочек – 15 лет, у мальчиков – на полгода раньше.*

*Около 27% белорусских подростков начинают сексуальную жизнь*

*в 15 лет или раньше.*

*Каждая тринадцатая девушка начинает сексуальную жизнь*

*до 14 лет, каждая пятая – к 16 годам.*

По данным опроса девушек в центрах, дружественных подросткам:

*Только 12% девушек безопасным сексуальным поведением*

*считают воздержание.*

*Почти 58% девушек в качестве безопасного сексуального поведения*

*назвали секс с презервативом.*

*Около 30% девушек безопасным сексуальным поведением*

*считают секс с постоянным партнером.*

Аналогичные результаты получены и по итогам анкетирования юношей.

Ведущий.Гендерное воспитание старшеклассников имеет свои особенности. В задачи гендерного воспитания на этом этапе входит правильное реагирование на особенности поведения взрослеющего ребенка. Этот период связан также с формированием эротических чувств, сексуальной потребности, половой самооценки. В этот период ребенок вынужден постоянно приспосабливаться к физическим и физиологическим изменениям, происходящим в его организме, переживать «гормональную бурю». Подростки как будто все время находятся в состоянии стресса. Осознание этого состояния приводит к заключениям типа: «В 14 лет мое тело будто взбесилось».

В этот период детские компании в основном формируются из подростков одного пола, а дружба между мальчиками и девочками нередко переходит в романтическую привязанность. Происходит примерка взрослых ролей мужчины и женщины.

Сейчас давайте разберем ситуацию взаимоотношений молодых людей 14-16 лет. Но сначала необходимо разделиться на три группы, взяв жетон определенного цвета.

Ситуация. Диана (14,5 лет) и Алексей (16 лет) встречаются уже более полугода, отношения из романтических переросли в более близкие. Алексей поступает в университет и уезжает. Диана узнает, что она беременна.

Задание для групп:

1. описать причины, приведшие к данной ситуации;

2. описать последствия данной ситуации (социальные, психологические, экономические);

3. описать позицию и действия родителей данных детей.

*Ведущий.* Родителям старшеклассников важно открыто и честно разговаривать со своими детьми на темы секса, воспитывать положительное отношение к интимной стороне отношений. При этом необходимо предостеречь детей от ранней сексуальной близости, рассказать о ее возможных негативных последствиях для юного организма.

**Упражнение «Ранжирование».**

Родителям предлагается список тем бесед с ребенком, который нужно проранжировать по времени (какую тему обсудить ранее, какую потом и т.д.). С начала каждый работает самостоятельно, затем объединяются в двойки, затем в четверки, затем составляется единый список. За время работы со списком родители познакомятся с предложенными темами, обсудят, что наиболее актуально для их детей, какую информацию нужно сообщить по определенной теме.

Ведущему необходимо инициировать обсуждение, задавая вопросы: в каком возрасте ребенку это надо знать, как это можно объяснить, зачем данная информация ребенку и т.д.

Предлагаемый список:

* о физических и физиологических изменениях, происходящих в организме, о «гормональных бурях» этого возрастного периода;
* о биологических аспектах репродукции (строением мужских и женских детородных органов и половых клеток);
* о том, что ведущим мотивом вступления в первую половую связь у подростков является: в 13-14 лет – интерес и любопытство, в 15-16 – жажда переживаний и потребность в сексуальной разрядке, а в 17 лет и старше доминирует любовь. Но есть одна закономерность, когда 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;
* о том, что половую жизнь не следует начинать до полного физического созревания. В пользу этого факта свидетельствуют аргументы как педагогического, так и медицинского характера. Ведь, чем меньше энергии, сосредоточенной на объекте полового влечения, будет израсходовано на половую жизнь, тем большая ее часть пойдет на развитие и укрепление организма в целом – скелета, мышц, мозга и связанных с ним функций высшей нервной деятельности. Выходом может служить сублимация – трансформация сексуальной энергии в творческую;
* о том, что незащищенные половые контакты приводят к незапланированной беременности, а также к распространению не только множества инфекций, передаваемых половым путем, но и ВИЧ-инфекции;
* о безопасных сексуальных отношениях (о презервативах и половой зрелости, об ошибочности распространенного представления о том, что прерванный половой акт может предотвратить беременность и пр.);
* о том, что в современном обществе малоадаптивными являются установки на многоженство, брак без секса, свободную любовь, промискуитет (неупорядоченные половые отношения, присущие первобытному обществу и сексуально незрелым субъектам);
* о сексуальном насилии, чтобы проводить линию безопасного поведения (средства массовой информации значительно облегчают детям и подросткам доступ к картинам и фактам деструктивной сексуальности и насилия, именно поэтому необходимы конструктивное просвещение и правдивые знания об отношениях между полами);
* о девиантном поведении, которое может быть направлено на них самих; о том, как сказать «нет», как противостоять влиянию сверстников и среды, направленному на вовлечение их в сексуальную активность;
* об учреждениях, где можно получить психологическую и медицинскую консультации (центры, дружественные к подросткам и молодежи).

**3. Заключительная часть.**

*Ведущий.* Подходит к концу наша встреча. У каждого из вас есть список тем для откровенного разговора с ребенком. Лучше, если сексуальное просвещение будет осуществлять родитель одного пола с ребенком.

Не имеется никаких данных, свидетельствующих о том, что сексуальное образование увеличивает уровень сексуальной активности подростков. Сексуальное образование увеличивает уровень знаний относительно сексуальных проблем; кроме того, сексуальное образование приводит к отсрочке начала сексуальной активности, увеличению использования контрацепции и снижению риска опасного сексуального поведения.

Если дети обращаются к вам за советом, значит, они доверяют вам и уверены в том, что вы будете говорить с ними серьезно.

Обратите внимание на цели, которые каждый из вас определил в начале встречи. Возьмите, пожалуйста, маркеры, если цель достигнута, нарисуйте смайлик, если остались вопросы, поставьте знак вопроса. Возможно, это будут темы для следующих наших встреч.

**Релаксационная игра «Так чихает слон».**

*Описание игры.* Ведущий просит родителей вспомнить, в каких группах они сегодня работали, ещё раз присесть в кругу по группам, и каждой группе предлагает запомнить одно слово. Первой группе – «ящики», второй группе – «хрящики», третьей группе – «потащили». Затем он говорит участникам о том, что лучшее средство для снятия эмоционального напряжения – это просто громко всей группой что-то хором выкрикнуть, и если они сейчас все дружно по сигналу крикнут, каждая группа своё слово, то они узнают, как чихает слон. Сначала он просит каждую группу по очереди громко, с полной эмоциональной отдачей выкрикнуть своё слово (это для репетиции). А затем предлагает по его команде ещё раз, так же громко, с полной отдачей выкрикнуть своё слово, но уже всем трём группам одновременно. Участники аплодируют друг другу и прощаются.

Список использованных источников:

1. Обучение на равных: профилактика рискованного поведения среди подростков и молодежи. Составитель Дмитриева Е., Брест «Альтернатива» 2014.

2. Советы родителям «Роль семьи в формировании репродуктивного здоровья юношей и девушек»: [https://roduniversitet.bspu.by/wp- content/uploads/2022/02/Rol-semi-v- formirovanii-reproduktivnogo-zdorovya-](https://roduniversitet.bspu.by/wp-content/uploads/2022/02/Rol-semi-v-formirovanii-reproduktivnogo-zdorovya-)