

Брошюра "Время любить - время думать!"

Профилактическая работа психолога в школе - Профилактика ранних половых связей

Брошюра

ВРЕМЯ ЛЮБИТЬ -
ВРЕМЯ ДУМАТЬ!!!



Наверное, ты уже не раз задумывался(лась) над проблемой любви и секса. Ведь об этом столько говорят и пишут. И эта проблема не оставляет никого равнодушным. Со всех сторон ты слышишь: “Тебе не следует заниматься сексом до брака” или “Если ты уже начал(а), то занимайся безопасным сексом”. Скорее всего, советы или назидания старших тебя задевают: ведь ты и так все знаешь, а им старшим, невозможно оценить глубину твоих чувств и ощущений! Однако, давай сейчас подумаем и поразмышляем над этим вместе.

Начнем с того, что попробуем ответить самому(ой) себе на вопрос: заниматься сексом и любить - это одно и то же? Полагаю, что в этом наши мысли не расходятся и мы единодушны во мнении, что в отличии от сексуальных утех любовь - это особое состояние, это единство душ, это взаимное уважение, это, конечно, и секс, но лишь как один из компонентов достижения душевной эйфории. Поэтому не будем смешивать эти понятия, пожелаем каждому из нас встретить настоящую ЛЮБОВЬ и быть ее достойным(ой).

Давай теперь сосредоточимся на вопросах секса. Представим, что время от времени ты имеешь сексуальные контакты. Повидимому, ты получаешь физическое удовольствие, но... Задумывался(лась) ли ты, что играешь в своеобразную рулетку? Причем ставки в этой игре довольно высоки, ведь речь идет о твоём здоровье, судьбе и даже жизни, особенно если занимаешься сексом не с тем человеком и не в то время. Это не запугивание, страх - плохой помощник, разобраться в этом помогут только знания и твои личные убеждения.

Для девушек:



Знаешь ли ты, чем рискуешь, бросаясь в объятия?

От занятий сексом ты можешь забеременеть и неминуемо столкнуться с проблемами:

- С одной стороны, твое тело еще физически не готово, чтобы ты стала матерью, с другой - искусственное прерывание беременности очень опасно для твоего здоровья и чревато невозможностью в будущем иметь ребенка. Даже если ты решишь рожать, то дети потребуют времени, денег, сил и ежедневной заботы! **Ты готова расстаться со школой или работой, дискотеками до утра, вечеринками, веселым времяпровождением с друзьями?**
- Если ты не отличаешься постоянством, то рискуешь заразиться воспалением органов малого таза и болезнями, передающимися половым путем. Все эти болезни очень часто приводят к бесплодию.
- Тебя могут просто использовать, не испытывая никаких высоких чувств. Это ведет к потере самоуважения.
- ВИЧ передается половым путем, и ты можешь умереть от СПИДа. Ведь вакцина до сих пор еще не найдена!
- Если ты занимаешься сексом, попробуй честно ответить самой себе: зачем тебе это нужно?

Если не можешь найти ответ сама, посмотри на подсказки:

- ради получения чисто физического удовольствия;
- просто не хочу быть "белой вороной";
- так хочет друг, и я должна чем-то жертвовать, чтобы его не потерять;
- чтобы доказать свою любовь другу;
- просто из принципа: надоели стереотипы девственности;
- чтобы повысить свой рейтинг: ведь чем больше у меня опыт, тем я популярнее;
- чтобы доказать, что я уже взрослая;
- не умею сказать "нет".

А теперь посмотри на это со стороны. Это ты? Это тебя достойно? Подумай: неужели эти причины стоят такого риска и опасности? Не кажется ли тебе, что все они вызваны страхом и давлением, а не высоким чувством? К сексу необходимо быть готовой, готовой как физически, так и духовно. Твой первый сексуальный опыт останется в памяти на всю жизнь, поэтому он не должен происходить "с бухты-барухты", чтобы не вызвать чувства отвращения. Самый безопасный секс - это отсутствие секса. Если ты решила вступить в интимные отношения, сделай все, чтобы подойти к этому со всей ответственностью. Заниматься сексом ради того, чтобы удержать кого-либо или привязать к себе, бессмысленно - это доказанно на практике тысячи раз. Ведь часто парни руководствуются чувством достижения цели, а когда она достигнута, то их интерес к тебе резко падает. Пробовала ли ты иные пути поиска счастья и радости, не рискуя своей жизнью и своим здоровьем?

Чем лучше ты себя знаешь, тем легче найти верный выход из ситуации:

- говори о своих чувствах с друзьями и в особенности со своим парнем, чтобы избежать непонимания - за это тебя будут уважать;
- не позволяй себя дурачить мифом о "свободном сексе";
- не увлекайся наркотиками и алкоголем: они туманят разум и разрушают твою жизнь;
- говоря "нет", будь убедительна не только на словах, но и показывай это всем своим видом.

Найди эффективный способ сказать "нет" и потренируйся для большей уверенности.

Нет! Потому что ты мне действительно небезразличен.
Нет! Потому что я заслуживаю уважения и бережного отношения.
Нет! Мы слишком не опытные и не готовы к таким обязательствам.
Нет! Потому что мы слишком многим рискуем.
Для юношей:

Знаешь ли ты чем рискуешь, занимаясь сексом до брака?

Твоя подруга может забеременеть, и ты станешь отцом, твоя жизнь навсегда изменится. Испортишь репутацию девушки и свою тоже. Изнасилование во время свидания грозит тюрьмой. У тебя есть шанс получить "милый пулячок" - инфекцию, передаваемую половым путем. В лучшем случае это венерические заболевания, в худшем - смертельный СПИД! **Если ты занимаешься сексом, спроси себя: зачем?** Только будь откровенен с собой: чтобы доказать, что я уже взрослый, что я уже настоящий мужчина; для психической разрядки; ради получения физического удовольствия; чтобы чувствовать себя таким как все; чтобы вырасти в своих глазах, для самоутверждения; чтобы убедить всех, что я "крутой", и укрепить тем самым свой рейтинг; чтобы узнать, что же это такое на самом деле. А теперь, если ты действительно настоящий мужчина, подумай по-мужски: это все достойно тебя? Неужели кому-то есть дело до того, сколько девчонок ты затащил в постель? И еще один вопрос: что тебе известно о заболеваниях, передающихся половым путем? Как они появляются и какие последствия имеют? Я лишь подкажу: неприятные ощущения в области половых органов; жжение и выделения.

А в будущем:

бесплодие;
импотенция;
инвалидность и слепота;
рак половых органов;
СМЕРТЬ,

Ты к этому стремишься? Или ты думаешь, что это все не про тебя: "Пронесет, как пронесло многих моих знакомых". Но с чего ты взял, что именно ты любимчик фортуны? Сколько таких "любимчиков" наедине с бутылкой, в тапочках и халате, бьются головой о стены холостяцкой конуры, вспоминая свои поиски приключений. Тебя привлекает такое будущее? Нет, ведь когда-нибудь тебе захочется взять на руки розового пухлого карапуза от твоей любимой, посидеть у камина с подружкой жизни, погонять мяч с неуклюжим подростком-сыном... А для этого ты должен заботиться о своем здоровье с детства. И к тому же, если ты мужчина, ты несешь ответственность за тех, кто рядом с тобой, и не важно, твоя эта девушка или нет, просто она слабее себя и нуждается в защите и поддержке. Ведь в будущем ее ждет суперважная задача - быть матерью. Ты подумай, что важнее: носится со своей крутизной в штанах или быть настоящим мужчиной с чистой совестью и верным сердцем?!

Чем лучше ты знаешь самого себя, тем легче тебе будет верно определиться.

Верь в себя! Молодым людям, уверенным в себе, легче не поддаваться страху и давлению в любых ситуациях. Не избегай разговоров с родителями. Они хотят, чтобы ты был счастлив и здоров. Общайся с друзьями, которые разделяют твои взгляды. Вы сможете подсказать друг другу и поддержать друг друга в сложной ситуации.

- Влияние сверстников может быть положительным или отрицательным - это зависит от тебя! И ты можешь повлиять на них. Сделай это наилучшим образом!

- Тебе не обязательно делиться своим личным опытом. Это твоя жизнь. Тот, кто хвастается своими сексуальными похождениями, как правило, духовно обделен и просто не понимает слово "любовь"!

Текст подготовила: Наташа Кунская.

студентка Белгосуниверситета Рисунки-шаржи: Полина Поварим

Издано в рамках проекта Фонда ООН в области Народонаселения

при поддержке МОБО "Надежда-Экспресс"

Отпечатано в типографии «Старнринт». ЛП № 455 от 28 июня 2002 г. 220141, г. Минск, Староборисовский тракт, 40.