

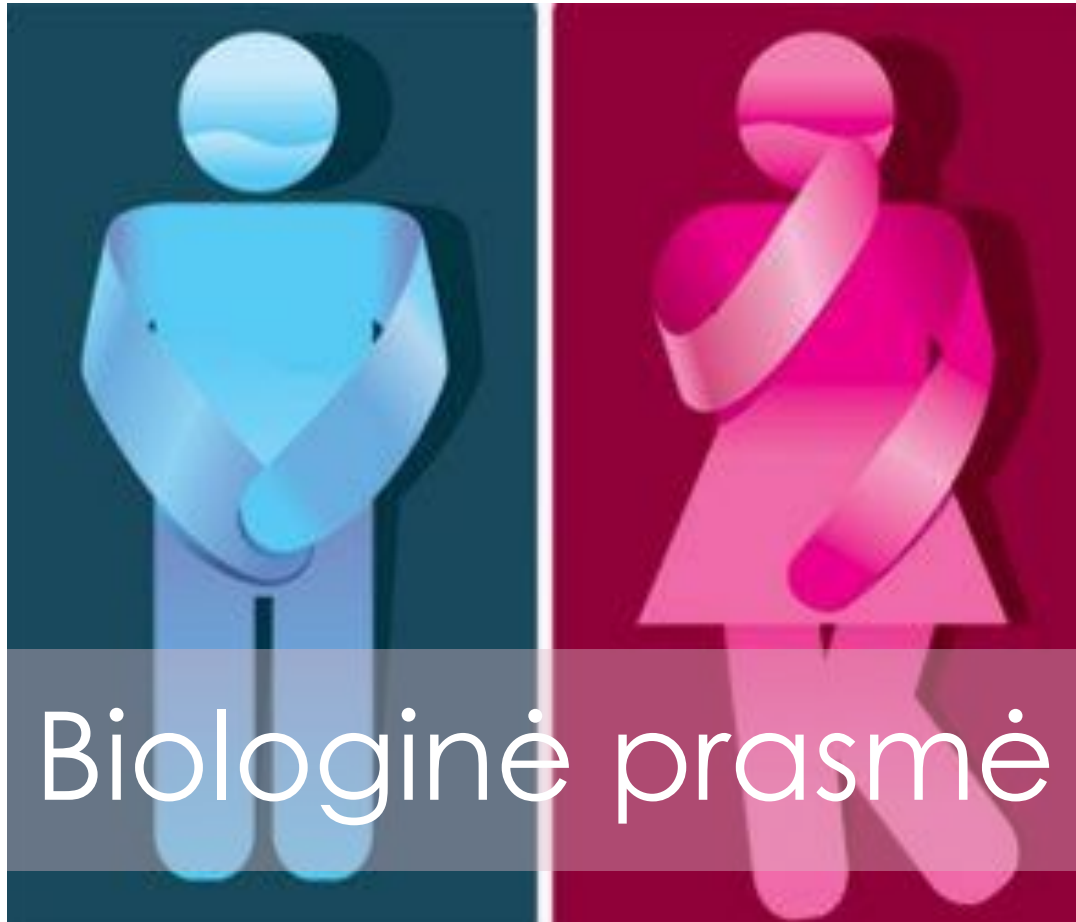


Lytiškumo ugdymas

PARENGĖ: VISUOMENĖS SVEIKATOS
SPECIALISTĖ, VYKDANTI SVEIKATOS
PRIEŽIŪRĄ MOKYKLOJE INESA
ARVASAITĖ



Kas yra lytiškumas?



Kas yra paauglystė?

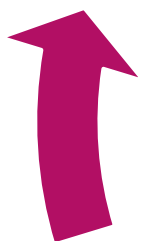


Išryškėja
interesai

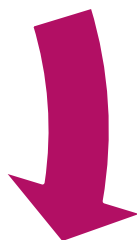


Formuojasi
charakteris

- ▶ Natūralus ir laipsniškas brendimo bei tapimo suaugusiu procesas.
- ▶ Iš kūdikystės ir vaikystės atsinešami tam tikri paveldėti ir įgyti asmenybės bruožai.



Išryškėja
asmenybės
polinkiai



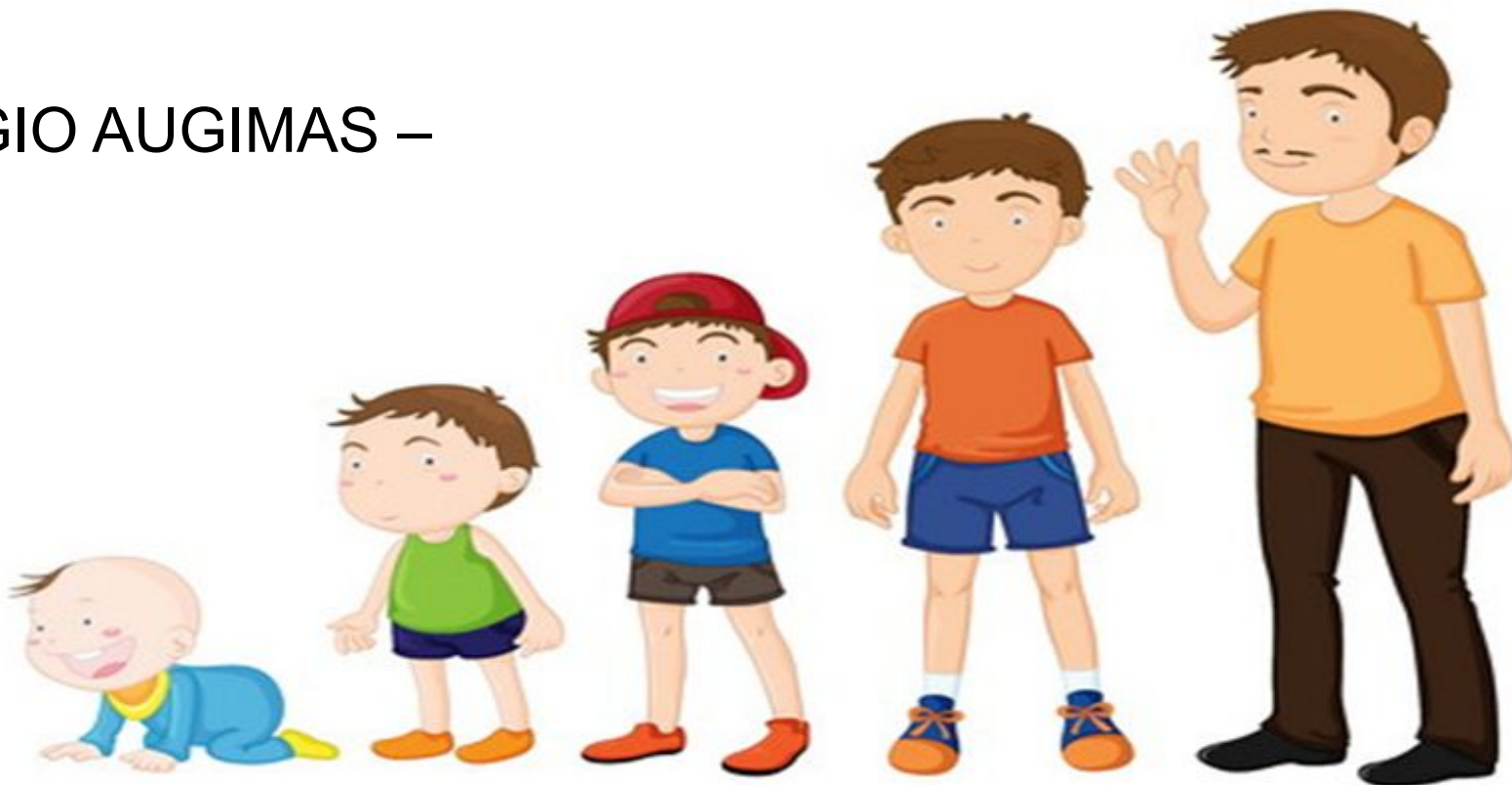
Formuojasi
socialiniai
ryšiai



Paauglystės ypatumai



- VAIKINAI LYTIŠKAI BRĘSTI PRADEDA APIE 13 -15 METUS.
- RYŠKIAI PASIREIŠKIA ŪGIO AUGIMAS – 20-30CM PER METUS.





- ▶ MERGAIČĖS LYTIŠKAI BRĘSTI PRADEDA APIE 11-13,5 METUS.
- ▶ MERGAIČĖS STIPRIAI PAAUGA (KARTAIS TIESIOG IŠSTYPSTA).





Berņiukams

- Padidējš kūno plaukuotumas.
- Balso mutacija.
- Keičiasi kūno forma.
- Kūno kvapas.
- Prasideda poliucijos.

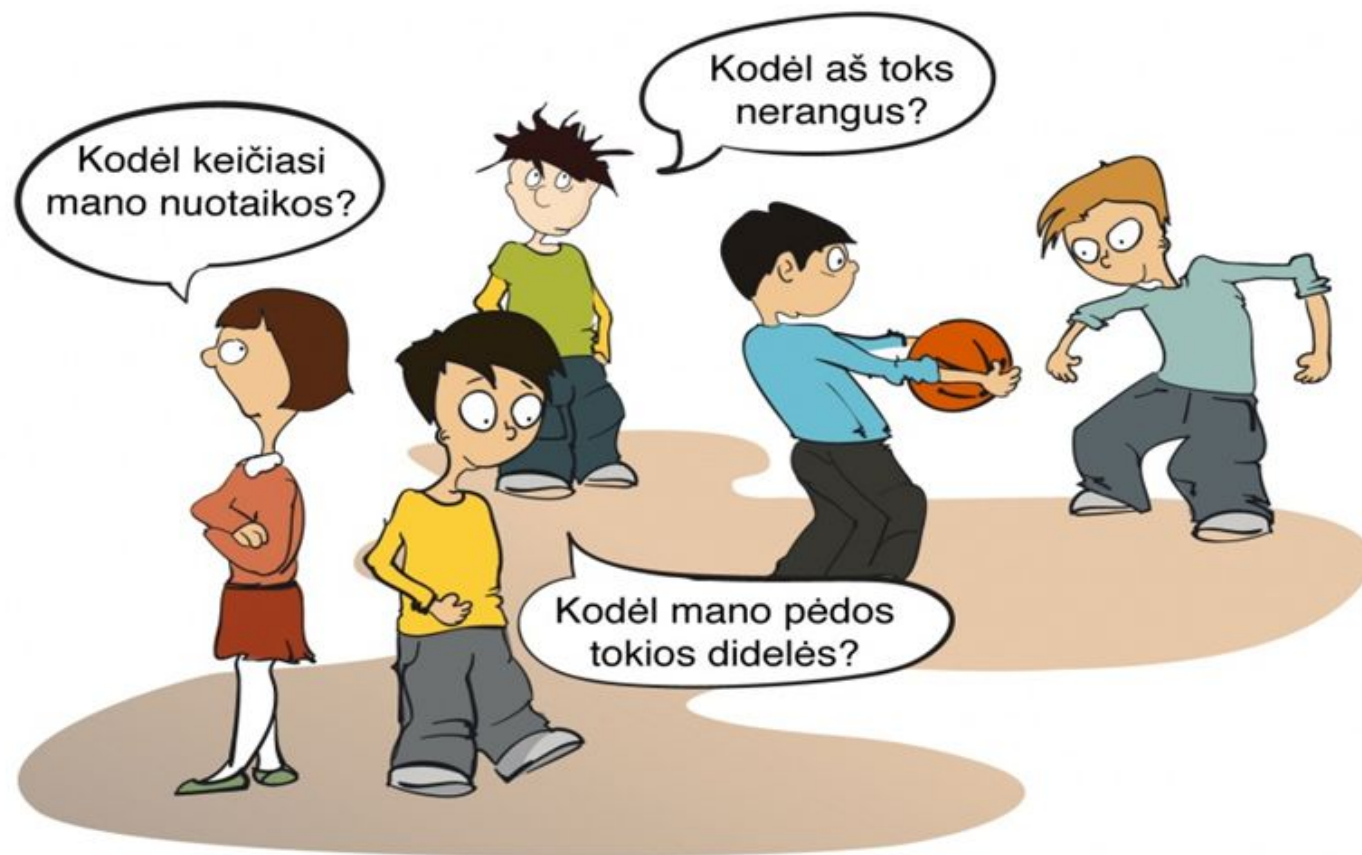
Mergaitēms

- Padidēja kūno plaukuotumas.
- Keičiasi kūno forma.
- Kūno kvapas.
- Prasideda mēnesinēs.

Reakcija į fizinį brendimą



- LYGINATE SAVE SU BENDRAAMŽIAIS.
- BANDOTE SAVE ĮVERTINTI, KAIP ATITINKATE SUAUGUSIO VYRO AR MOTERS VAIDMENYJE.
- DOMITĖS SAVO KŪNU, IR NET NEŽYMIUS NUKRYPIMUS NUO NEAIŠKIOS BEI SUNKIAI NUSAKOMOS „NORMOS“ SUVOKIATE KAIP GRĖSMĘ.





Rekomendacijos

PIRMŲJŲ MENSTRUACIJŲ IR POLIUCIJŲ PASIRODYMĄ PRIIMKITE KAIP NORMALŲ REIŠKINĮ.

NEBIJOKITE LYTINIO BRENDIMO PASIRODYMO POŽYMIŲ.

KREIPKITĖS PAGALBOS Į TĖVUS, KLASĖS AUKLĖTOJUS, MOKYKLOJE DIRBANČIUS SVEIKATOS SPECIALISTUS, BENDRAAMŽIUS.

ATMINKITE KIEKVIENAS ESATE INDIVIDUALUS IR BRĘSTATE SKIRTINGAI.



Psichologiniai poreikiai



- MEILĖ
- SAUGUMAS
- PAGARBA
- ĮVERTINIMAS
- JAUSMAI







- ▶ Paauglystės laikotarpiu ypač išryškėja domėjimasis priešingos ar tos pačios lyties asmeniu.





Kas yra meilė?

- ▶ Meilė yra plataus spektro jausmas.
- ▶ Jam suvokti kartais neužtenka viso gyvenimo.
- ▶ Jos tiek daug veidų ir pavidalų, kad išoriniai ženklai ne visada gali būti meilės įrodymais.



Netrukdyti, o
padėti

Nebūti
egoistu

Nežaisti
„Proto
žaidimų“

Leisti
gyventi
laisvai

Gerbti,
pasitikėti

Buvimas
kartu nėra
paprastas
santykis!



Biologinių



Dvasinis
brendimas

Priklausomybės



Emocinis
brendimas

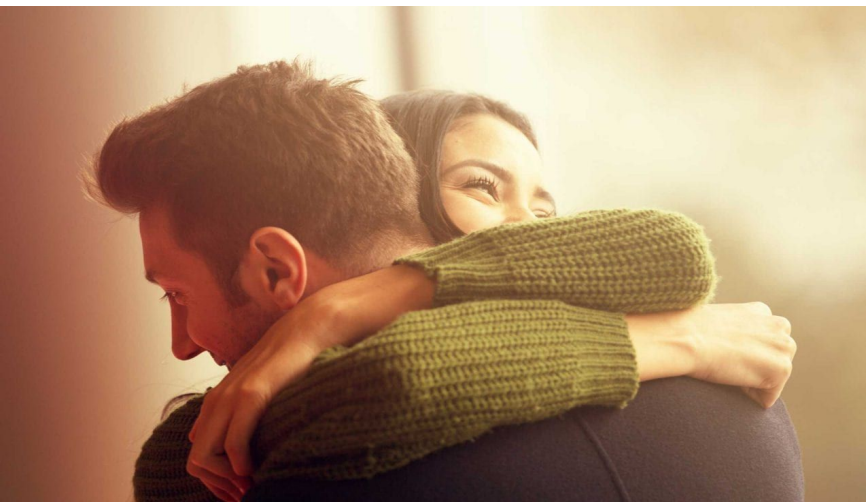


Psichinis
brendimas

Egoistinių
troškimų

Svarbu išmokti valdyti lytinę poreikį!

- ▶ Apkabinti
- ▶ Laikytis už rankų
- ▶ Pabučiuoti






Vieša vieta



Privati vieta



▶ Jeigu patiriate seksualinį išnaudojimą privalote kam nors pasipasakoti!

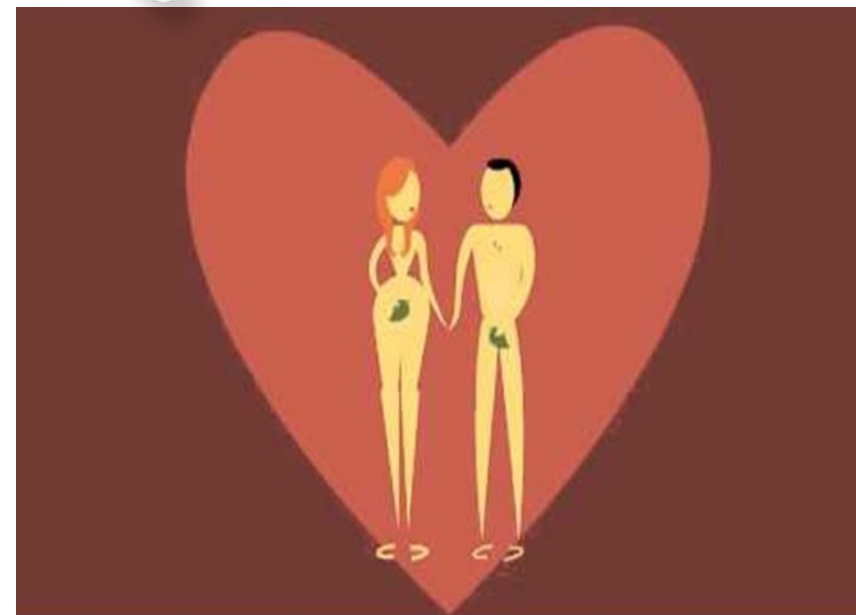


▶ Veiksmai: nusigręžti, pasitraukti toliau, imti žiūrėti pro langą, kalbėtis su kitais suaugusiaisiais ar pan.

Lytinis potraukis



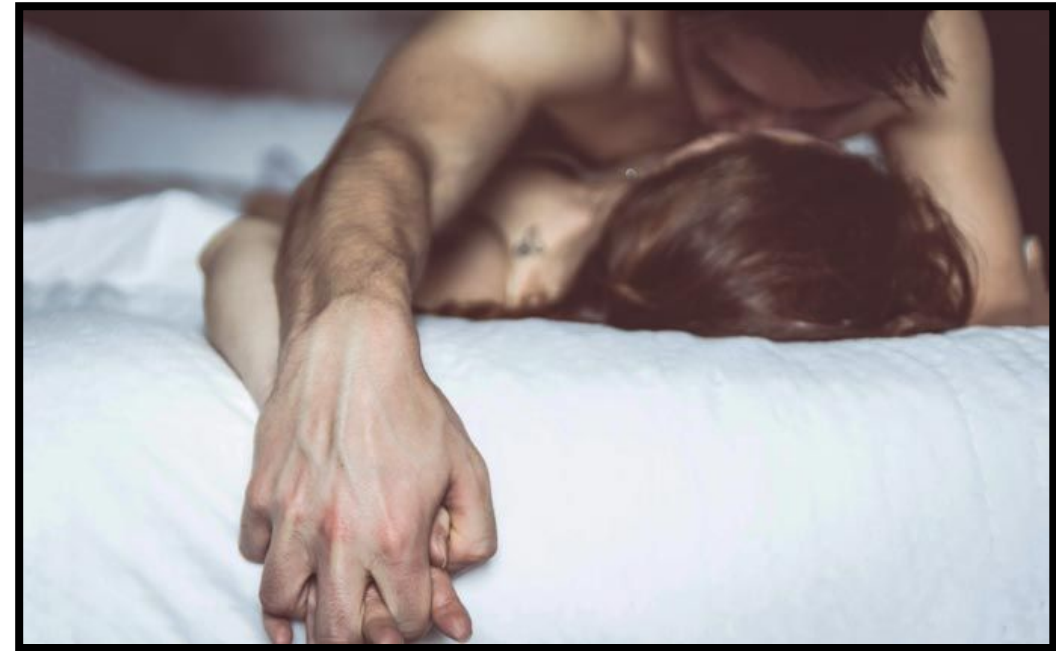
Dažnai per anksti pradedamas lytinis gyvenimas kelia pavojų brandžios asmenybės tapsmui.



Lytiniai santykiai. Kas tai?



- ▶ Siauraja prasme – sueitis.



Kaip atsiranda vaikai?



- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=z7R7DmBFJ4M>

Poveikis sveikatai



- Lytiškai plintančios infekcijos: ŽIV, sifilis, gonoreėja, chlamidijos.
- Lytiniu būdu plintančių infekcijų rizika iki 19m. Amžiaus vaikams gerokai didesnė nei dėl anatominių ir fiziologinių ypatumų.
- Pavojus išauga didėjant lytinių partnerių skaičiui.





Něštumas

Pastoti paauglei labai pavojinga dėl šių priežasčių:

- ▶ Didelė savaiminio persileidimo arba priešlaikinio gimdymo tikimybė.
- ▶ Sąlygos vaisiui augti ir formuotis dažnai nepakankamos dėl visų sistemų ir organų nesubrendimo
- ▶ Nesubrendusiam mergaitės organizmui tai didelis krūvis, kuris gali pabloginti paauglės sveikatą.



Nebrandžios
ankstyvos
santuokos

Sumažėjusios
galimybės įgyti
išsilavinimą ir gauti
gerą darbą.

Gyvybės
atsiradimas

Atsisakymas
auginti kūdikius;

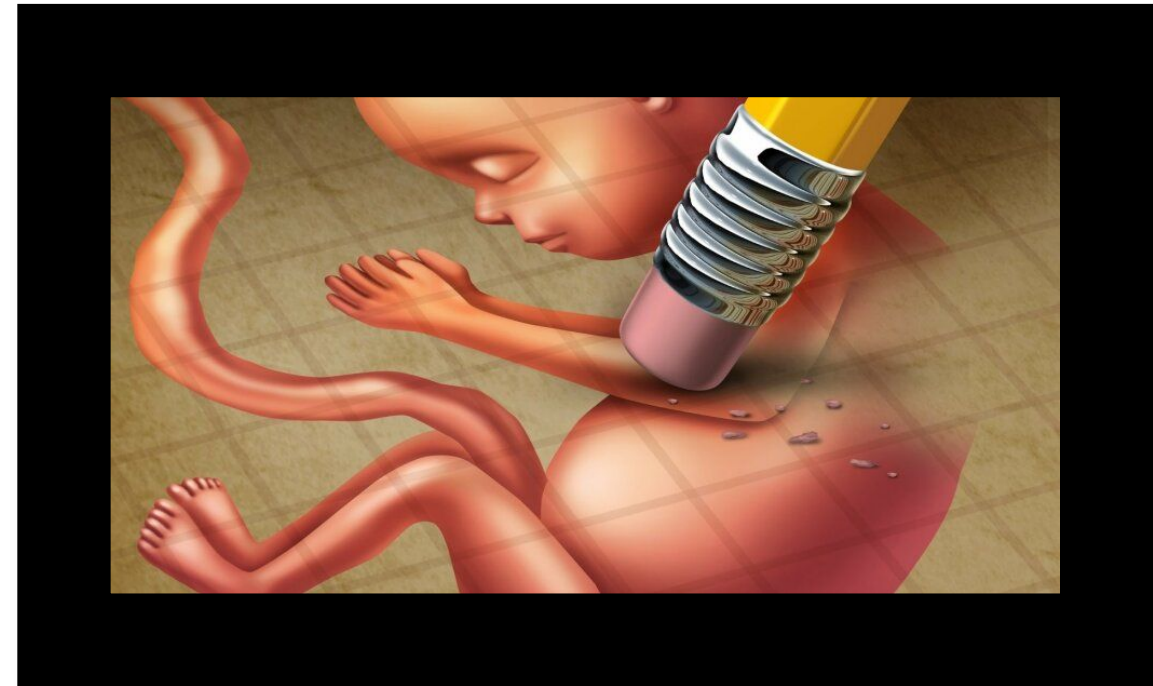
Ekonominė
priklausomybė nuo
tėvų;



Abortas – ne išeitis!



- ▶ Abortas yra susijęs su skaudžiomis fizinės sveikatos, psichologinėmis ir socialinėmis problemomis.



Apsauga



- ▶ Prezervatyvai
- ▶ Kontraceptikai
- ▶ Ir kt.



LPI



- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=qGYyguS89lo>

Mokomės bendrauti draugiškai!

