# Глава I. Психосексуальное развитие подростков

В данной главе разберем вопросы психосексуального развития подростков, рассмотрим терминологию, этапы формирования психосексуальной сферы человека, характеристику особенностей сексуального развития в подростковом возрасте, риски его нарушения и определим основные понятия темы***.***

## §1.1. Основные понятия темы

Поскольку существуют различные трактовки терминов, относящихся к сфере становления сексуальности человека на протяжении индивидуальной жизни, представляется важным начать с обсуждения терминологии, составляющей понятийную основу нашей работы.

**Подростко́вый во́зраст** — По определению ВОЗ, подростковый возраст является периодом роста и развития человека, который следует после детства и длится до достижения зрелого возраста, то есть с 10 до 19 лет. Это очень сложный жизненный период, для которого характерны явные, активные темпы физического развития, которые уступают лишь темпам роста и изменений, происходящих в грудном возрасте. Многие аспекты такого роста и развития управляются биологическими процессами, а достижение полового созревания означает переход из детства в подростковый возраст. (Стандарты сексуального образования в Европе, ВОЗ, стр 19).

**Психосексуальное развитие** – один из аспектов онтогенеза, тесно связанный с общим биологическим развитием организма, особенно с половым созреванием и дальнейшим изменением половой функции. Психосексуальное развитие - результат половой социализации, в ходе которой индивид усваивает определенную половую роль и правила сексуального поведения. (Кон И. Психология сексуальности)

**Пол** –это биологическое наследие, он может быть мужским или женским. (Райс Ф. - Психология подросткового и юношеского возраста)

Довольно часто это понятие путают с «гендером», поэтому стоит объяснить их разницу

**Гендер** – это социальное понятие, которое включает в себя ожидания относительно того, какими должны быть мужчины и женщины. (Райс Ф. - Психология подросткового и юношеского возраста). Выходит, что пол – биологическое понятие, гендер более социальное/психологическое.

**Половая идентичность** – широкий термин, включающий в себя многие аспекты психосексуального развития - гендерную идентичность (удовлетворенность своей половой принадлежностью), поведение, типичное для своего пола (совершение действий, характерных для своего пола, и удовольствие от их совершения), сексуальная ориентация (Райс Ф. - Психология подросткового и юношеского возраста)

**Сексуальная ориентация** – предпочтения в выборе партнера определенного пола. Это крайне сложное явление; формирование гомо– или гетеросексуальной ориентации определяется комплексным воздействием множества факторов – по мнению ученых и экспертов в этой области - в основном под влиянием биологических факторов, личного жизненного опыта и социальных установок. Стоит отметит, что восприятие таких факторов очень индивидуально. Например, некоторый фактор, оказавшийся важным для формирования сексуальной ориентации одного человека, может оказаться абсолютно незначимым для другого. (Райс Ф. - Психология подросткового и юношеского возраста)

**Гетеросексуальность** – сексуальная ориентация на индивидов противоположного пола (Райс Ф. - Психология подросткового и юношеского возраста). У женщин – предпочтения в выборе партнера мужского пола, у мужчин – женского.

**Гомосексуальность** – сексуальная ориентация на индивидов своего биологического пола (Райс Ф. - Психология подросткового и юношеского возраста). У мужчин предпочтения в выборе партнера мужчины, у женщин – женщины.
**Сексуальные девиации** представляют собой непатологические отклонения от общепринятых норм полового поведения. (Кирпиченко А. А. Психиатрия)
**Сексуальность** является центральным аспектом жизни человека на протяжении каждого этапа взросления. Она включает в себя пол, гендерные идентичности и роли, сексуальную ориентацию, половой инстинкт, удовольствие, близость и репродукцию. Сексуальность проявляется и выражается в мыслях, фантазиях, желаниях, убеждениях, установках, ценностях, поступках, поведении, половых ролях и отношениях. Несмотря на то, что сексуальность может включать в себя все эти аспекты, не всегда все они ощущаются и проявляются. На сексуальность влияет совокупность биологических, психологических, социальных, экономических, политических, этических, правовых, исторических, религиозных и духовных факторов». (Определение сексуальности по ВОЗ)
**Сексуальное здоровье** – это состояние физического, эмоционального, умственного и социального благополучия, связанного с сексуальностью; это не просто отсутствие заболеваний, физических отклонений или недомогания. Сексуальное здоровье требует позитивного и уважительного отношения к сексуальности и половым отношениям, а также наличие возможности безопасно вести половую жизнь, приносящую удовлетворение, свободную от принуждения, дискриминации и насилия. Достижение и поддержание сексуального здоровья тесно связано с уважением, защитой и соблюдением присущих людям сексуальных прав. (по ВОЗ)
**Сексуальное образование** - означает усвоение знаний о когнитивных, эмоциональных, социальных, интерактивных и физических аспектах сексуальности. Сексуальное образование - это обширная и комплексная область. Его содержание меняется по мере взросления ребенка и перехода к подростковому возрасту, а позже к совершеннолетию. Сексуальное образование влияет на развитие сексуальной позиции и поведение и, таким образом, помогает индивидуальности развить независимую сексуальность. (ВОЗ)

## §1.2. Описание этапов психосексуального развития подростков

В данном параграфе представлены этапы и факторы психосексуального развития подростков.

Важнейшей частью развития подростка является его самоопределение. Личностная идентичность делится на телесную и гендерную идентичность.

Гендерная идентичность младенца начинается с первых дней его жизни. Ребенку сразу присваивают гендер и на протяжении дальнейшего психосексуального развития он им принимается – ребенок постепенно начинает осознавать, как следует вести себя в соответствии с присвоенным гендером. Он учится быть мальчиком или девочкой. Гендерная идентичность, безусловно, зависит не только от полученного гендера при рождении. Немаловажную роль играет социальная среда, в которой развивается ребенок. Тогда и он, и общество, воспринимают его как мальчика либо девочку. И он него ожидают соответствующего поведения. Сегодня существуют понятия о женственности и мужественности – в какой-то степени они являются стереотипами, но нельзя отрицать что, относительно них развиваются личностные качества ребенка, формируется его «я-идентичность» и гендерно-ролевые отношения. В период подросткового возраста начинаются первые отношения. Эриксон разработал теорию развития личности, в которой отметил, что именно они и служат определением или поиском собственной гендерной идентичности.

Телесная идентичность также является частью личностной идентичности. Это, скорее, биологическое составляющее самоопределения подростка. Тело человека – фактор, по которому сам индивид и окружающие могут идентифицировать пол. Поэтому, особенности телесной идентичности сказываются на гендерном самоопределении.

Рассмотрим этапы, которые предлагает Всемирная организация здравоохранения. Так же будем использовать информацию из матрицы сексуального образования (Стандарты сексуального образования в Европе, ВОЗ). Данная матрица была разработана с целью предоставления полного обзора тем, предназначенных для отдельных возрастных групп. Матрица структурирована в соответствии с разными возрастными группами. Благодаря матрице сексуального образования, педагог может выбирать темы, которые вызывают наибольший интерес у группы, с которой он работает.

В данной работе мы подробно остановимся только на двух стадиях, которые соответствуют именно подростковому возрасту - периоде с 10 до 19 лет (4 и 5 стадия сексуального развития).

Предпубертатный и пубертатный периоды относятся к четвертой стадии (с 10 до 15 лет), которую свою очередь можно разбить на 2 возрастных периода – 10-11 лет и 12-15 лет.

В период 10 и 11 лет у подростков наступает половое созревание. У девочек, как правило, половое созревание начинается на два года раньше, чем у мальчиков. Явные физиологические изменения вызывают увеличение груди и ускоренный темп роста. Усиливается секреция половых гормонов, и это проявляется в поведении, физических изменениях, в восприятии окружающего и частых и резких перепадах настроения. Начиная с 10 лет, у детей усиливается интерес к сексуальности взрослых. У них появляются эротические фантазии, они обращают внимание на различные вещи в книгах, фильмах. Владея доступом к Интернету, проявляют свою любознательность. Тем не менее, у них может проявляться чувство стыда или смущения, если заговорить с ними на тему, связанную с сексом. На данном этапе могут приниматься первые шаги в любовных отношениях: подростки начинают впервые встречаться, аккуратно заигрывают, флиртуют друг с другом.

12-15 лет: пубертатный период

Мальчики больше не отстают от девочек. Половое созревание начинается и у них. Увеличивается размер полового члена, наблюдается рост яичек, начинают расти волосы на лобке и в подмышечных впадинах. На лице пробиваются усы и борода. Заметен резкий скачок роста. Их голос ломается и становится более низким. Первая эякуляция у мальчиков происходит в основном в 13 лет. Это говорит об их зрелости и способности к зачатию ребенка. В целом, у мальчиков наблюдаются явные физические изменения.

У девочек же продолжается процесс взросления. У них уже произошел скачок роста, и выросли волосы в подмышечных впадинах и на лобке. В 12 лет (в среднем) у девочек наступает первая менструация, что свидетельствует о половом созревании и способности к деторождению. Мастурбация становится более частым явлением. Она больше распространена среди мальчиков, нежели девочек. Подростки часто чувствуют себя некомфортно в своем теле, из-за этого возникает неуверенность в себе, появляются комплексы по поводу своего «нового тела». Подростки часто сравнивают себя и окружающих. Молодые люди обретают сексуальный образ самого себя: они чувствуют себя взрослым человеком, который способен заниматься сексом. Подростки определяют для себя определение «привлекательности», и стремятся к ней. Им важно достойно выглядеть в глазах сверстников. Дети такого возраста часто восприимчивы к мнению окружающих: их самооценка сильно завит от влияния сверстников. Мальчики и девочки постепенно определяются со своей сексуальной ориентацией. Они осознают, какой пол их привлекает больше. Часто, они впервые по-настоящему влюбляются. Накапливается опыт в ласках и поцелуях;

В препубертатном и пубертатном периоде учителю сексуального образования важно предоставить информацию о гигиене тела (менструации, эякуляции), ранних изменениях в период полового созревания (ментальных, физических, социальных и эмоциональных изменениях, а также об их вариациях), репродукции и планировании семьи, разных видах контрацепции и об их применении; мифы о контрацепции, симптомах беременности, рисках и последствиях незащищенного секса (нежелательная беременность), первом сексуальном опыте, гендерной ориентации, различиях в сексуальном поведении молодых людей, эмоциях (например, любознательность, влюбленность, неопределенность, неуверенность, стыд, страх и ревность), различиях в индивидуальных потребностях в интимной сфере и частной жизни, различиях между дружбой, приятельскими отношениями и любовными отношениями, а также разных способах ухаживания, разных видах приятных и неприятных отношений (влияние (гендерного) неравенства на отношения), симптомах, рисках и последствиях незащищенных, неприятных и нежелательных сексуальных контактов (инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), ВИЧ, нежелательная беременность, психологические последствия), распространенности и равных видах сексуального насилия, как этого избежать и где получить поддержку, сексуальных правах, согласно определению МФПР и ВАС\* (Международная федерация планирования семьи (МФПР): Сексуальные права: Декларация МФПР. Лондон 2008 г. и Всемирная ассоциация сексуального здоровья (ВАС): Декларация о сексуальных правах. Гонконг 1999 г) последствиях давления со стороны сверстников, СМИ, порнографии, культуры, религии, гендерной принадлежности, законодательства и социальноэкономического статуса на принятие сексуальных решений, сексуальных отношений и поведение, телосложении, образе тела, телесных изменениях (калечащие операции на женских гениталиях, обрезание, девственная плева и ее восстановление, анорексия, булимия, пирсинг, татуировки), менструальном цикле, вторичных половых признаках, их функциях у мужчин и женщин, а также возникающих при этом ощущениях, влиянии (юного) материнства и отцовства (т.е. значение воспитания детей – планирование семьи, карьеры, применение противозачаточных средств, принятие решений и уход в случае нежелательной беременности), информацию об услугах контрацепции, неэффективной контрацепции и причинах ее неэффективности (употребление алкоголя, побочные эффекты, забывчивость, гендерное неравенство и т.д.), беременности (также в однополых отношениях) и бесплодии. (Матрица сексуального образования по ВОЗ)

Стадия 5: 16-18 лет «На пике зрелости»

Молодые люди становятся более самостоятельными и независимыми, сепарируются от своих родителей, и их психологическая связь теряет силу. Подростки уже ясно понимают, к какому гендеру они относятся. Довольно часто они экспериментируют с отношениями. У подростков накапливается сексуальный опыт: обмениваются ласками, они целуются, происходит первый половой акт (гетеросексуальный), оральный секс. У них накапливается больше опыта в общении с противоположным полом.

Самую важную информацию о половом созревании школьники уже получили. На пятой стадии обсуждаются более сложные вопросы психосекусального становления - ученикам нужно предоставить информацию о психологических изменениях в период полового созревания, возрастных изменениях способности к деторождению (вынашивание чужого ребенка, репродукция при поддержке медицины), сексе, который является чем-то большим, чем только совокупление, значении секса в разном возрасте, гендерных различиях, сексуальности и ограниченных физических возможностях, влиянии заболеваний на сексуальность (сахарный диабет, рак и т.д.), бизнес-секс (проституция, но также секс за небольшие подарки, посещение ресторанов/ночных увеселительных заведений, небольшие суммы денег), порнография, сексуальная зависимость, гендерном поведении, ожиданиях и недоразумениях, социальных границах; стандартах сообщества,

Научить подростков общаться со своим партнером на равных; обсуждать проблемные вопросы, уважая разные взгляды, пользоваться навыками ведения переговоров, принимать обоснованные решения в отношении контрацепции и (нежелательной) беременности, обсуждать формы, которые взаимоотношения принимают, и причины вступления или невступления в сексуальные отношения, «проявление своей сути» перед другими (признавать гомосексуальные или бисексуальные чувства), обращаться с влюбленностью, неопределенностью, разочарованием, злостью, ревностью, изменой, доверием, чувством вины, страхом и неуверенностью; обсуждать эмоции, противостоять сексуальным домогательствам; уметь защитить себя, понимать принципы прав человека, ощущать возможность заявить о сексуальных правах и многое другое.

Безусловно, при протекании сексуального развития остаются риски его нарушения и различные девиации. Нарушения психосексуальных ориентаций представляют собой искажения направленности полового влечения и форм его реализации. Именно во избежание таких нарушений в психосексуальном развитии подростка, стоит начинать проработку «слабых зон» с детства. В Европе и США ввели уроки полового воспитания, которые позволяют детям не сталкиваться с подобными девиациями. Многие нарушения, по мнению психоаналитиков, связаны с семейной ситуацией, личностью родителей, особенностями взаимодействия индивида с родителями на самых ранних этапах развития, и половым обучением тут дела не поправишь, нужна персональная работа с человеком.

Из полученной информации, можно сделать вывод о том, что на каждом этапе сексуального развития подростка, ему необходимо быть осведомленным - понимать причины изменения его тела, получать необходимую поддержку и узнавать важную информацию о себе и своём взрослении. Таким образом, перейдем к следующей главе реферата – уроки полового воспитания.