



ПОЧАТОК СТАТЕВОГО
ЖИТТЯ

Початок статевого життя

Підлітковий вік – це період статевого дозрівання. У підлітка зростає інтерес до протилежної статі, збільшується статевий потяг, стає актуальною інформація сексуального характеру. Виникає питання: коли починати статеве життя?

Починати статеве життя чи відкласти його – вибір, який кожен робить самостійно. Однак бувають ситуації, коли НЕ ВАРТО починати:

- **Шантаж. Коли на вас тиснуть.**

Якщо не хочете цього самі – не робіть.

Впевнена і переконлива відмова демонструє зрілість характеру, а не м'якість і нерішучість.

- **Жертва. «Хочу віддати йому найдорожче, щоб він зрозумів, як я його кохаю».**

Кохання нічого спільного не має з жертвою – це почуття, на яке здатні тільки вільні люди, готові в інших визнати і поважати свободу.

- **Самоствердження. «Я вже доросла/дорослий, а це – основне заняття дорослих».**

Справжніми ознаками дорослості є самостійність, свобода, самоповага, відповідальність. І як всі справжні цінності, вони не потребують доказів, вони очевидні.

■ **Цікавість.** «Про це стільки говорять – треба нарешті спробувати».

Початок статевого життя лише заради цікавості не приносить задоволення і справжніх почуттів.

■ **Страх виділитися.** «Всі це роблять, а я – ні».

Варто слідувати власним бажанням і переконанням, а не тому, що так вчиняють інші.

Якщо перший досвід виявиться невдалим, сумбурним або примусовим, людина почуватиметься розчарованою і навіть травмованою.

Починати можна тоді, коли ви до цього готові. Це означає, що ви усвідомлюєте можливі наслідки і здатні нести за них відповідальність. Основною умовою для початку статевого життя має бути почуття кохання і поваги один до одного. Тільки кохаючи можна насолоджуватися статевим життям.

За бажанням обох партнерів початок статевого життя можна відстрочити до шлюбу, більш зрілого віку.

Існують альтернативні форми сексуальної активності. Це можуть бути романтичні побачення, тривалі прогулянки, компліменти, взаємні обійми, поцілунки, пестощі. Такі стосунки свідчать про повагу один до одного та відповідальність за себе і свого партнера.

Готовність до початку статевого життя передбачає:

- знання про особливості жіночої та чоловічої анатомії, фізіології;
- знання про способи запобігання незапланованої вагітності та інфекцій, що передаються статевим шляхом.

Причинами найбільш поширеного ризику зараження інфекціями, що передаються статевим шляхом, є:

- часта зміна партнерів;
- нерегулярне використання презерватива при сексуальних контактах;
- сексуальні стосунки під впливом психоактивних речовин (алкоголю, наркотиків).



Знання про можливі ризики ще до початку перших сексуальних контактів допоможуть більш усвідомлено поставитися до наслідків цього кроку.

Зробити вибір – означає вплинути на своє життя, здоров'я і долю.

Публікація призначена для клієнтів програм профілактики ВІЛ серед підлітків груп ризику.

Публікація здійснена в рамках програми «Побудова стійкої системи надання комплексних послуг з профілактики ВІЛ, лікування, догляду та підтримки для груп ризику та ЛЖВ в Україні», за підтримки Глобального фонду для боротьби зі СНІД, туберкульозом та малярією

Автор тексту: Карпушевська Леся Романівна, науковий співробітник лабораторії виховної роботи в закладах інтернатного типу, Інститут проблем виховання АПН України, Нечерда Валерія Борисівна, науковий співробітник лабораторії превентивного виховання, Інститут проблем виховання АПН України

Публікація підготовлена в рамках договору про співробітництво між Інститутом проблем виховання Національної академії педагогічних наук України і МБФ «Міжнародний Альянс з ВІЛ / СНІД в Україні».

Схвалено на засіданні лабораторії виховної роботи в закладах інтернатного типу – протокол від 28.04.14 р.

Текст брошури апробований і скоректований шляхом проведення фокус-груп з клієнтами і співробітниками громадських організацій: «Шлях до дому» (м. Одеса), «Салюс» (м. Львів).



Міжнародний Альянс з ВІЛ/СНІД в Україні

<http://www.aidsalliance.org.ua>

Міжнародний благодійний фонд
«Міжнародний Альянс з ВІЛ / СНІД в Україні», 2014 р.
вул. Димитрова 5, корпус 10А, 9-й поверх, 03680, Київ
тел. +38 (044) 490-5485 факс +38 (044) 490-5489
Ел. пошта: office@aidsalliance.org.ua
Редактор: Мирослава Андрущенко
Наукова редакція: Юлія Юдіна, лікар-гінеколог
Дизайнер: Ольга Миколайчук
Тираж: 15 000 прим.