

## Оглавление

<b>Введение</b> .....	3
<b>Глава 1. Ранняя беременность несовершеннолетних как объект научного познания</b> .....	7
1.1. Проблема ранней беременности несовершеннолетних в современном мире.....	7
1.2. Психолого-педагогические особенности девушек-подростков.....	12
1.3. Профилактика ранней беременности несовершеннолетних в деятельности социального педагога.....	19
Выводы по главе 1.....	27
<b>Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по профилактике ранней беременности у несовершеннолетних девушек</b> .....	29
2.1. Логика и результаты констатирующего этапа опытнo-экспериментальной работы.....	29
2.2. Методика реализации программы профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек.....	38
2.3. Анализ и результаты опытнo-экспериментальной работы.....	46
Выводы по главе 2.....	49
<b>Заключение</b> .....	51
<b>Библиографический список</b> .....	54
<b>Приложения</b> .....	59

## Введение

В настоящее время в подростковой среде сексуальные отношения до брака стали нормой. Увеличение числа беременных среди подростков – одна из наиболее беспокоящих общество проблем в современном мире. Все больше девочек становятся беременными ещё в годы обучения в средней школе, когда они совсем ещё молодые и неопытные. Юные матери составляют одну из молодежных групп риска, они все больше отчуждаются от родительской семьи, школы, макро- и микросреды в целом.

По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно около 16 миллионов девушек в возрасте 15-19 лет и около 1 миллиона девочек до 15 лет рожают, в основном в странах с низким и средним уровнем дохода. Во всем мире осложнения во время беременности и родов являются второй причиной смерти девушек в возрасте 15-19 лет.

Исследованием проблем ранней беременности у старших подростков еще в советский период занимались специалисты различных областей, среди них такие видные ученые и практики как: В.И. Брутман, Ю.А. Гуркин, Т.А. Гурко, В.В. Нагаев, Н.Н. Наричын, Г.Г. Филиппова, Л. Фридман и др.

В настоящее время также ведется ряд исследований по данной теме, например Е.А. Лаптева в своей диссертации рассматривает клинические и психологические особенности состояния здоровья матерей подросткового возраста и их детей, С.Ю. Молчанова в своем исследовании рассматривает беременность у несовершеннолетних как медико-социальную проблему, Н. А. Самарец в рамках своей диссертации изучает половое воспитание детей и молодежи в США.

Таким образом, профилактика ранней беременности становится одной из актуальных социальных проблем, устойчивый интерес к которой наблюдается у специалистов во всем мире, т.к. несовершеннолетние матери в силу неблагоприятных медицинских, психологических, социальных последствий беременности и деторождения без соответствующей поддержки

практически фатально становится группой особого риска по отклоняющемуся материнскому поведению.

**Противоречия:**

- социально-педагогического характера – между объективной потребностью общества в сокращении ранних беременностей у несовершеннолетних девушек и отсутствием в образовательных учреждениях эффективной профилактической работы по данной проблеме;
- научно-теоретического характера – между необходимостью профилактики ранней беременности и аборт у несовершеннолетних девушек, как актуальной социальной проблемы и отсутствием научно обоснованной модели данного процесса и ее недостаточной теоретической разработанности;
- научно-методического характера – между необходимостью разработки программы профилактики ранней беременности и аборт у несовершеннолетних девушек и отсутствием научно обоснованных методических рекомендаций по сопровождению данного процесса.

**Проблема исследования** – необходимость теоретически обосновать и практически проверить пути и средства профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек.

**Тема исследования** – «Профилактика ранней беременности у несовершеннолетних девушек как направление социально-педагогической деятельности».

**Объект** – социально-педагогическая деятельность с несовершеннолетними девушками.

**Предмет** – процесс профилактики ранней беременности у несовершеннолетних девушек.

**Цель исследования** – на основе изучения социальной, психолого-педагогической, медицинской литературы и диагностического исследования разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить

эффективность программы профилактики ранней беременности у несовершеннолетних девушек.

**Гипотеза исследования** – мы предполагаем, что профилактика ранней беременности несовершеннолетних девушек будет эффективна, если:

- будет осуществляться учет возрастных особенностей девушек-подростков;
- будет разработана и реализована программа профилактики ранней беременности у несовершеннолетних девушек;
- будет исполняться разнообразие средств и форм в профилактике ранней беременности

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать и теоретически обосновать проблему ранней беременности у несовершеннолетних девушек в современном мире.
2. Выявить психолого-педагогические особенности девушек-подростков.
3. Рассмотреть профилактику ранней беременности несовершеннолетних в деятельности социального педагога.
4. Провести констатирующий этап опытно-экспериментальной работы.
5. Разработать программу профилактики ранней беременности у несовершеннолетних девушек.
6. Реализовать программу по профилактике ранней беременности и аборт у несовершеннолетних девушек.
7. Проверить эффективность программы профилактики ранней беременности у несовершеннолетних девушек.

**Методы исследования:**

Теоретические: анализ и синтез научно-методической литературы, анализ социально-педагогического опыта по проблеме, обобщение.

Эмпирические: беседа, наблюдение, анкетирование, опрос, качественный анализ ответов, педагогический эксперимент.

**База исследования:** специальное профессиональное училище открытого типа «Уральское подворье»

**Теоретическая значимость:** обоснованы понятия «профилактика», «ранняя беременность», «половое созревание», рассмотрены причины и последствия ранней беременности несовершеннолетних девушек, проанализирован опыт решения данной проблемы.

**Практическая значимость** – материалы исследования могут быть использованы в работе социального педагога, психолога, классного руководителя, педагога дополнительного образования для профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек.

**Апробация работы** – участие в III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием для студентов, магистрантов, аспирантов, преподавателей и специалистов «Безопасное детство как правовой и социально-педагогический концепт»

**Структура работы:** работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложений.

В первой главе мы осветили понятие «ранняя беременность», физиологические и психологические причины и последствия ранней беременности, рассмотрели, что такое подростковый возраст, и какие изменения происходят с девушкой в этот период. Изучили, что понимается под профилактикой, и какую функцию занимает профилактика в работе социального педагога. Провели анализ современной педагогической практики по проблеме профилактики ранней беременности несовершеннолетних.

Вторая глава отражает содержание и результаты опытно-экспериментальной работы по профилактике ранней беременности у несовершеннолетних девушек

## **ГЛАВА 1**

### **РАННЯЯ БЕРЕМЕННОСТЬ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕВУШЕК КАК ОБЪЕКТ НАУЧНОГО ПОЗНАНИЯ.**

В данной главе на основе анализа психолого-педагогической и социально-педагогической литературы, мы осветим, что такое подростковый возраст, и какие изменения происходят с девушкой в этот период, рассмотрим понятие «ранняя беременность», физиологические и психологические причины и последствия ранней беременности, а так же способы предупреждения непланируемой беременности. Рассмотрим, какую функцию занимает профилактика в работе социального педагога, что понимается под профилактикой, в том числе под социальной профилактикой. Проведем анализ современной педагогической практики по проблеме профилактики ранней беременности несовершеннолетних.

#### **1.1 Проблема ранней беременности в современном мире.**

В прошлом период полового созревания наступал позже, приблизительно к 17 годам, даже если девушка выходила замуж в этом возрасте, то она не могла иметь детей. В наше время врачи все чаще сталкиваются с тем, что беременность наступает раньше чем в 16-17 лет, так как возраст полового созревания приходится на 12-13 лет. Социологические исследования в США отмечают ежегодно около миллиона беременностей у девушек-подростков, из них 30 000 моложе 15 лет. Две трети подобных беременностей не являются желаемыми [13].

Ранней беременностью (ее еще называют подростковой) принято считать состояние беременности у девочек-подростков 13-18 лет. Именно в этом возрасте у девочки идет гормональная перестройка организма, когда она уже не девочка, но еще не женщина [39].

Принято считать, что ранняя беременность в России возникает чаще в неблагополучных семьях. Но в настоящее время это не так. Раньше подобная тенденция наблюдалась потому, что дети из асоциальных семей были предоставлены сами себе. Но сейчас имеется некоторый социальный

дисбаланс, и наличие финансового достатка не делает детей более защищенными. Даже, наоборот, из-за материальных возможностей они становятся менее благоразумными, особенно, при недостатке внимания со стороны родителей [40].

Л. Фридман выделяет шесть психологических причин беременности несовершеннолетних девушек:

1. Гипотеза о невежестве в области репродукции. Повышенная частота беременностей у юных девушек зачастую является результатом отсутствия знаний, касающихся процесса зачатия и контрацепции.

2. Гипотеза психологических потребностей. Причины беременности и рождения детей у девушек-подростков коренятся в поведении, которое отражает психологическое состояние матери.

3. Гипотеза о получении социальных пособий. Причина беременности и последующего рождения ребенка у бедных девушек-подростков заключается в желании получать социальные пособия.

4. Гипотеза о примере родителей и отсутствии надзора. Поведение родителей или отсутствие надзора является причиной беременности и рождения детей в семьях родителей-одиночек.

5. Гипотеза о социальных нормах. Причина поведения подростков в области половых отношений и выполнение родительских обязанностей непосредственно связана с сильным воздействием социальных норм, которые подростки воспринимают, интерпретируют и согласно которым действуют.

6. Физиологическая гипотеза. Половой акт, который приводит к беременности и рождению ребенка, совершается под непосредственным влиянием гормональных изменений, происходящих в организме подростка [16].

Врач-психотерапевт Н.Н. Нарницын дополняет психологические проблемы, выделенные Л. Фридманом, и выделяет следующие причины ранней беременности:

1. Изнасилование. Надо заметить, что большую часть таких изнасилований совершают не маньяки, а друзья и знакомые (иногда мамы).

2. «Рискованное» поведение. Часто беременеют девочки, которые «связываются с плохой компанией».

3. Беременность по неведению. Нередко даже в наш просвещенный век девочки на самом деле не ведают, что творят, часто рассчитывают на «более опытного» партнера.

4. Беременность «запланированная». Как правило, девочка стремится решить таким способом собственные психологические проблемы, в частности, утвердить собственную ценность или выразить протест против безудержной сверхопеки родителей [30].

Следует сказать, что никогда не бывает единственной причины возникновения беременности у несовершеннолетней девушки. На это влияет сразу несколько факторов, и винить надо не подростка, а сложившиеся обстоятельства.

Ранняя беременность провоцирует возникновение осложнений во время беременности и родов, притом, чем моложе девушка, тем выше риск для ее здоровья. При беременности в подростковом возрасте часто развивается плацентарная недостаточность, высока вероятность выкидыша и анемии, а во время родов — смертности матери. Риск возникновения осложнений связан не столько с юным возрастом будущей матери, сколько с тем, что она, как правило, слишком поздно обращается к врачу (половина девушек в подобных случаях идут к врачу на двадцатой неделе беременности).

1. Незрелость костей таза приводит к удлинению времени родов, тяжелым родам и иногда к необходимости кесарева сечения. Кости таза развиваются медленнее, чем идет процесс роста. Их развитие определяется «гинекологическим» возрастом, то есть временем начала менструаций, а не биологическим. Чем меньше времени отделяет первую менструацию от родов, тем выше риск.

2. Возрастает опасность преждевременных родов и появления на свет ослабленного ребенка. Эти два фактора ведут, в свою очередь, к увеличению детской смертности.

3. Повышается риск врожденных уродств у ребенка. Чем моложе мать, тем риск выше.

4. Возрастает опасность развития токсикоза беременных. Он дает о себе знать на шестом месяце повышением артериального давления, отеками и появлением белка в моче. В случае тяжелого токсикоза может начаться эклампсия, следствием чего может быть смерть ребенка.

Перечисленные опасности, которым подвергаются и мать, и ребенок, могут быть усугублены плохим питанием, неблагоприятными условиями жизни и моральным дискомфортом [13].

Кроме проблем со здоровьем у матери-подростка появляются проблемы морально-социального порядка, они таят в себе больше опасностей, и с ними намного труднее бороться.

1. Проблемы в семье. Девушка боится реакции родных и скрывает беременность всеми возможными способами как можно дольше. Но даже при хорошем и доброжелательном отношении со стороны матери не всегда есть возможность дать приют новой семье. Трудно бывает избежать и соперничества матери и дочери по отношению к ребенку, которое обычно возникает.

2. Проблемы с молодым отцом. Мужчина тяжело переживает свалившуюся на него ответственность, даже если молодых людей связывает настоящее чувство, их союз обречен на неудачу в 75% случаев.

3. Проблемы с учебной. Девушке приходится прервать обучение, она отдалается от подруг. Ее будущее оказывается под вопросом: шансы найти работу и занять достойное место в обществе становятся довольно призрачными, если никто ей не поможет.

4. Проблемы личного порядка. Девушка чувствует всеобщее осуждение, она отдаляется от окружающих, снижается ее самооценка, усиливается чувство одиночества и ненужности.

5. Проблемы с ребенком. Ребенок будет обязательно ощущать на себе последствия внутренней растерянности матери. Перенесенные трудности станут причиной ее жесткого и агрессивного отношения к ребенку[13].

Таким образом, беременность до 17-18 лет нежелательна не только ввиду медицинского риска для матери и ребенка, но и из-за возникновения проблем так в физическом, так и психическом здоровье несовершеннолетней девушки, негативного морально-социального климата, отнюдь не благоприятного для дальнейшего развития девушки.

В развитых странах большинство подростковых беременностей являются незапланированными и, как следствие, в 70% случаев заканчиваются абортами, 15% — выкидышами и только 15% приходится на роды [27]. Притом чаще всего прерывание беременности осуществляется на поздних сроках, поскольку юная женщина, в отсутствие поддержки со стороны взрослых и отца ребенка, находится в растерянности, не знает, как прервать беременность, стоит ли это делать вообще[17].

В настоящее время половое созревание, а, следовательно, и сексуальное желание, появляется у детей достаточно рано. Поэтому нужно вести серьезную социально-педагогическую подготовку ребенка к началу половой жизни, причем делать это надо заранее, а не тогда когда секс уже играет значительную роль в его жизни [17].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в наше время проблема ранней беременности является актуальной, по данным Всемирной Организации Здравоохранения, около 17 миллионов девушек рожают в возрасте до 19 лет, большая часть таких беременностей является нежелательной и заканчивается абортами. Ранняя беременность может привести к ряду осложнений, как в физическом, так и психическом здоровье

несовершеннолетней девушки, а так же к проблемам морально-социального порядка, при том, чем моложе девушка, тем выше риск для ее здоровья. Особенности подросткового возраста, которые могут привести к ранней беременности, мы рассмотрим в следующем параграфе.

## **1.2 Психолого-педагогические особенности девушек - подростков.**

Отрочество, подростковый возраст – период жизни человека от детства до юности в традиционной классификации (от 11-12 до 16-17 лет). В этот короткий период подросток проходит великий путь в своем развитии: через внутренние конфликты с самим собой и с другими, через внешние срывы и восхождения он может обрести чувство личности. Однако раскрывающееся его сознанию общество жестоко инициирует его [19].

Именно в этот период девочка превращается в девушку, и вместе с тем происходят физические, физиологические и психические изменения.

Подростковый возраст как «переходный» в полной мере разворачивается только в индустриальном обществе, где возникает большая контрастность детства и взрослости, выраженный разрыв в нормах и требованиях, предъявляемых к поколениям взрослых и детей. В современном обществе социальная взрослость не совпадает с моментом полового созревания [28].

Первым подростковый возраст выделил как время второго, самостоятельного рождения в жизнь и роста самосознания человека Ж. Ж. Руссо.

Основные идеи, которые и сегодня составляют ядро психологии подросткового возраста, были изложены в труде С. Холла «Взросление». Холл сформулировал представление о переходности, промежуточности подростничества, периода «бури и натиска». Он разработал содержательно-негативные характеристики данного этапа развития (трудновоспитуемость, конфликтность, эмоциональная неустойчивость) и обозначил позитивное приобретение возраста – «чувство индивидуальности».

К. Левин говорил о своеобразной маргинальности подростка, выражающейся в его положении между двумя культурами – миром детей и миром взрослых. Подросток уже не хочет принадлежать к детской культуре. Но еще не может войти в общество взрослых, встречая сопротивление со стороны реальной действительности, и это вызывает состояние «когнитивного дисбаланса», неопределенность ориентиров, планов и целей в период смены «жизненных пространств».

Развитие личности подростка было проанализировано в психоаналитическом ключе З. Фрейдом и А. Фрейд. В подростковый период половое созревание, прилив сексуальной энергии расшатывает сложившееся равновесие между структурами личности, и детские конфликты возрождаются с новой силой.

Э. Эриксон рассматривал подростничество и юность как центральный период для решения задачи личностного самоопределения, достижения идентичности.

В отечественной психологии основы понимания закономерностей развития в подростничестве заложены в работах Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, Т. В. Драгуновой, Л. И. Божович, Д. И. Фельдштейна, Г. А. Цукерман и др. Часто весь подростковый период трактуют как кризисный, как период «Нормальной патологии», подчеркивая его бурное протекание, сложность и для самого подростка, и для общающихся с ним взрослых (Л. И. Божович). Д. Б. Эльконин, напротив, само подростничество рассматривает как стабильный возраст и выделяет предподростковый и на переходе к юношескому возрасту кризисы. Подростковый возраст как этап психического развития характеризуется выходом ребенка на качественно новую социальную позицию, связанную с поиском собственного места в обществе. Завышенные притязания, не всегда адекватные представления о своих возможностях приводят к многочисленным конфликтам подростка с родителями и учителями, к протестному поведению [28].

В подростковом возрасте появляются следующие психические новообразования и трудности:

1. Чувство взрослости – занимает одно из самых существенных мест во внутренней позиции подростка, состоит в том, что подросток уже не хочет, чтобы его считали ребенком, он претендует на роль взрослого.

2. Стремление к самостоятельности – роль взрослого остается главной, но ребенок стремится действовать независимо от взрослого. Это приводит к противоречиям, которые разрешаются, если взрослый поддерживает стремление ребенка к самостоятельности.

3. Критичность мышления – благодаря самостоятельности подросток учится управлять своим мышлением: ставить исследовательские цели, выдвигать гипотезы причинно-следственных зависимостей, рассматривать известные ему факты с позиций выдвинутых гипотез. Критичность мышления проявляется в том, что дети начинают оценивать свою деятельность и деятельность других из взглядов законов и правил природы и общества.

4. Склонность к рефлексии – стремление подростка познать себя нередко приводит к потере душевного равновесия. Основной формой самопознания является сравнение себя с другими людьми, взрослыми и сверстниками, критическое отношение к себе, в результате чего развивается психологический кризис. Подростку приходится пройти через душевные муки, в ходе которых формируется его самооценка и происходит определение своего места в социуме. Его поведение регулируется самооценкой, сформированной во время общения с окружающими. При становлении самооценки большое внимание уделяется внутренним критериям. Как правило, она у младших подростков противоречива, поэтому их поведение отличается немотивированными поступками.

5. Развитие самосознания, формирование идеала личности – оно направлено на осознание человеком своих личных особенностей. Это определяется особым, критическим отношением подростка к своим

недостаткам. Желательный образ «Я» обычно складывается из ценимых качеств и достоинств других людей. Но так как идеалом для подражания у него выступают и взрослые, и сверстники, то образ получается противоречивым. Получается, что в данном образе необходимо сочетание черт характера взрослого человека и молодого, а это не всегда совместимо в одном лице. Возможно, это является причиной несоответствия подростка своему идеалу, что является поводом для переживаний.

б. Интерес к противоположному полу, половое созревание – в подростковом возрасте меняются отношения между мальчиками и девочками. Теперь они проявляют интерес друг к другу как к представителям противоположного пола, поэтому подростки начинают уделять большое внимание своему внешнему виду: одежде, причёске, фигуре, манере держаться и др. Сначала интерес к противоположному полу проявляется необычно: мальчики начинают задира́ть девочек, те, в свою очередь, жалуются на мальчиков, дерутся с ними, обзываются, нелестно отзываются в их адрес. Такое поведение доставляет удовольствие и тем и другим. Со временем отношения между ними меняются: может появиться застенчивость, скованность, робость, иногда напускное равнодушие, презрительное отношение к представителю противоположного пола и т. п. В старшем подростковом возрасте между мальчиками и девочками возникают романтические отношения. Дальнейшее физиологическое развитие приводит к тому, что между мальчиками и девочками может возникнуть сексуальное влечение, характеризующееся определенной недифференцированностью (неразборчивостью) и повышенной возбудимостью. Это нередко приводит к внутреннему конфликту между стремлением подростка освоить новые для себя формы поведения, в частности физический контакт, и запретами на такие отношения, как внешними – со стороны родителей, так и внутренними – собственными табу. Однако сексуальные отношения очень интересуют подростков. И чем слабее внутренние «тормоза» и меньше развито чувство ответственности за себя и другого, тем раньше возникает готовность к

сексуальным контактам с представителями, как своего, так и противоположного пола.

7. Повышенная возбудимость, частая смена настроения – это выражается в частой смене настроения, повышенной возбудимости, «взрывоопасности», плаксивости, агрессивности, негативизмом или, наоборот, в апатии, безразличии, равнодушии.

8. Развитие волевых качеств – дети начинают усиленно заниматься самовоспитанием. В формировании волевых качеств имеется некоторая последовательность. Сначала развиваются основные динамические физические качества: сила, быстрота и скорость реакции, затем – качества, связанные со способностью выдерживать большие и длительные нагрузки: выносливость, выдержка, терпение и настойчивость. И только потом формируются более сложные и тонкие волевые качества: концентрация внимания, сосредоточенность, работоспособность.

9. Потребность в самоутверждении и самосовершенствовании в деятельности, имеющий личностный смысл. Самоопределение – в этом возрасте вырабатываются умения, навыки, деловые качества, происходит выбор будущей профессии. В этом возрасте у детей отмечаются повышенный интерес к различного рода деятельности, стремление делать что-то своими руками, повышенная любознательность, появляются первые мечты о будущей профессии. Первичные профессиональные интересы возникают в учении и труде, что создает благоприятные условия для формирования нужных деловых качеств [42].

Одним из новообразований подросткового возраста, как мы видим выше, является половое созревание.

Термин «половая зрелость» может использоваться в достаточно узком смысле для обозначения того возраста, когда человек физически становится способным иметь детей. А в более широком понимании половая зрелость включает в себя и период полового созревания (иначе – пубертатный). Этот период занимает около 10 лет (с 7-8 до 17-18). В половое созревание, помимо

созревания репродуктивной системы, заканчивается физическое развитие женского организма: рост тела в длину, формируется телосложение, распределение жировой и мышечной ткани по женскому типу[8].

Половое созревание протекает в строго определенной последовательности:

В 7-9 лет начинается «скачок» роста, появляются первые признаки женственности: округляются бедра за счет увеличения количества жировой ткани, начинает формироваться женский таз. В 10-13 лет начинается увеличение молочных желез и оволосение лобка. Завершается этот период наступлением первой менструации (менархе) и окончанием быстрого роста тела в длину. В 13 лет начинается оволосение подмышечных впадин. С 14 до 17 лет завершается формирование молочных желез, менструальный цикл приобретает овуляторный характер, прекращается рост тела в длину и окончательно формируется женский таз.

На время начала и характер течения периода полового созревания влияют внутренние и внешние факторы. К внутренним факторам относятся наследственные и конституционные особенности, состояние здоровья и масса тела. К внешним факторам относятся: климатические, характер питания. Тормозить половое созревание могут хронические инфекции, сердечная недостаточность, заболевания желудочно-кишечного тракта и другие заболевания [1].

Половое созревание зависит от эндокринных изменений в организме. Особенно важную роль в этом процессе играют гипофиз и щитовидная железа, которые начинают выделять гормоны, стимулирующие работу большинства других эндокринных желез. Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Увеличиваются рост и вес ребенка, причем у мальчиков в среднем пик «скачка роста» приходится на 13 лет, а заканчивается после 15 лет, иногда продолжаясь до 17. У девочек «скачок роста» обычно начинается и кончается на два года раньше (дальнейший,

более медленный рост может продолжаться еще несколько лет). Помимо половых различий, здесь велики и различия индивидуальные: у одних детей быстрый рост начинается тогда, когда у других он уже заканчивается. Изменение роста и веса сопровождается изменением пропорций тела. Сначала до «взрослых» размеров дорастают голова, кисти рук и ступни, затем конечности — удлиняются руки и ноги — и в последнюю очередь туловище. Интенсивный рост скелета, достигающий 4-7 см в год, опережает развитие мускулатуры. Все это приводит к некоторой непропорциональности тела, подростковой угловатости. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими. Появляются вторичные половые признаки — внешние признаки полового созревания — и тоже в разное время у разных детей[16].

Интенсивный физический рост и переживания, с ним связанные, осязаемость проблем взрослой жизни, нарастающий груз ответственности и тому подобное вносят мощный диссонанс в Я-концепцию подростка. Напряжение, вызванное этим, требует преодоления за счет увеличения силы Я, которая приходит за счет освоения жизненного пространства, выстраивания своего места в нем. Подростки резко и часто меняют интересы и увлечения, у них наблюдается перестройка системы оценок других людей и себя, возникают конкретные жизненные планы и проявляются усилия по их осуществлению[1].

Резюмируя можно сделать вывод, что подростковый период является одним из наиболее сложных в жизни человека, его изучением занимались многие ученые. Именно в этот период девочка превращается в девушку, происходит половое созревание, в результате которого происходят физические, физиологические и психические изменения, которые приводят к тому, что девушки исходя из внешности, чувствуют себя взрослыми, что влечет за собой раннее начало половой жизни, что может привести к ранней беременности. Для того чтобы предупредить раннюю беременность подростков, необходимо проводить профилактику, которая может включать в

себя повышение уровня знаний, касающихся процесса зачатия, репродуктивного здоровья и методов контрацепции, которых сейчас предлагается большое количество.

### **1.3 Профилактика ранней беременности несовершеннолетних в деятельности социального педагога.**

Согласно А. В. Мудрику социальный педагог – это педагог, исследующий социальное воспитание всех возрастных групп и социальных категорий людей. Целью работы социального педагога является создание благоприятных условий для личностного развития ребенка, оказание ему социально-психологической помощи, защита ребенка [18]. Социальный педагог выполняет большой объем работы, его клиентами являются учащиеся, родители, а также преподаватели. Но в целом он выполняет следующие функции:

1. Образовательно-воспитательная – обеспечивая целенаправленное педагогическое влияние на поведение и деятельность детей и взрослых, стремясь полноценно использовать в воспитательном процессе средства и возможности социальных институтов, возможности самой личности как активного субъекта воспитательного процесса.

2. Диагностическая – изучает медико-психологические и возрастные особенности, способности человека, вникает в мир его интересов, круг общения, условия жизни, выявляет позитивные и негативные влияния, проблемы.

3. Организаторская – организует социально-педагогическую деятельность детей и взрослых, их инициативу, творчество; влияет на содержание досуга, содействует в вопросе трудоустройства, профессиональной ориентации и адаптации, осуществляет взаимодействие медицинских, образовательных, культурных, спортивных, правовых и других учреждений в социально-педагогической работе.

4. Прогностическая – участвует в программировании, прогнозировании и проектировании процесса социального развития конкретного микросоциума, деятельности различных институтов, занимающихся социальной работой.

5. Организационно-коммуникативная – способствует включению добровольных помощников в социально-педагогическую работу, деловые и личностные контакты, сосредотачивает информацию и налаживает взаимодействие в их работе с детьми, семьями.

6. Охранно-защитная – использует имеющийся арсенал правовых норм для защиты правы и интересов личности, содействует применению мер государственного принуждения и реализации юридической ответственности в отношении лиц, допускающих прямые или опосредованные противоправные воздействия на подопечных социального педагога.

7. Социально-профилактическая и реабилитационная – учитывает и приводит в действие социально-правовые, юридические, психологические и медицинские механизмы предупреждения и преодоления негативных влияний; организует систему профилактических мер социального оздоровления семьи, своевременное оказание помощи семьям и детям групп социального риска [5].

На социально-профилактической функции мы остановимся подробнее.

В перечне функциональных технологий социальной работы профилактика занимает особое место. Именно с помощью профилактических мер можно устранять социальные проблемы личности или группы лиц в период зарождения проблемы, тем самым создавая основу для снижения темпов прироста проблемного поля социума.

В общем виде профилактику можно представить как совокупность государственных, общественных, социально-медицинских и организационно-воспитательных мероприятий, направленных на предупреждение, устранение или нейтрализацию основных причин и условий, вызывающих различного рода социальные отклонения негативного характера и другие, социально

неблагоприятные отклонения в поведении или социальном статусе индивида [26].

Целью профилактики является создание предпосылок для формирования социально-приемлемого поведения индивидов, стабильного взаимодействия индивида и социума. Под профилактикой также можно подразумевать научно обоснованные и своевременно предпринимаемые действия, направленные на предотвращение возможных физических, психологических или социокультурных коллизий у отдельных индивидов и групп риска; сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья людей; содействие индивидам в достижении поставленных целей и раскрытие их внутренних потенциалов [26].

По степени охвата проблемы и глубине методик профилактики может подразделяться на общую и специальную, а также на первичную, вторичную и третичную.

Типы социально-профилактических мероприятий разнообразны. Исходя из стадий предупредительного воздействия, они могут быть определены как:

- нейтрализующие;
- компенсирующие;
- предупреждающие воздействие обстоятельств, способствующих социальным отклонениям;
- устраняющие эти обстоятельства;
- мероприятия по осуществлению последующего контроля над проведенной профилактической работой и ее результатами.

К числу основных аспектов профилактической работы относятся:

1) когнитивный, включающий все психические процессы, связанные с познанием: ощущение, восприятие, представление, память, мышление, воображение и т. д.;

2) эмоциональный, включающий в себя различные моральные чувства и эмоциональные состояния;

3) деятельностно-практический, или поведенческий, предлагающий определенную направленную деятельность человека в социальной практике [26].

Осуществляя профилактическую работу, важно помнить о принципах профилактики:

1. Долгосрочность и непрерывность – ни одна профилактическая программа не будет эффективной, если свести ее к ряду мероприятий.

2. Адресность – информация может спровоцировать нездоровый интерес к предмету разговора. Это происходит в том случае, если объем информации превышает пределы информационного запроса группы.

3. Доступность – подача материала с учетом возможностей и особенностей восприятия целевой группы (если речь идет о подростках, необходимо учитывать особенности их субкультуры).

4. Последовательность – профилактическая программа состоит из ряда этапов, сменяющих друг друга в определенной последовательности:

- анализ ситуации (исследование запроса целевой группы);
- анализ уровня информированности целевой группы;
- предоставление услуг исходя из результатов анализа;
- формирование мотивации для ведения здорового образа жизни.

5. Системности, подразумевающий выявление комплекса причин социальной проблемы, создание максимального количества условий для урегулирования возникающих проблем и использование в профилактической работе всей совокупности доступных форм и методик работы;

6. Оптимальности, предполагающий объективное выявление степени актуальности той или иной проблемы;

7. Активизации собственных сил человека, означающем субъектный характер его участия в профилактических мероприятиях.

Важно подчеркнуть, что в настоящее время проблему ранней беременности несовершеннолетних девушек пытаются решить как на мировом, так и на государственном уровнях.

Всемирной организацией здравоохранения разработано «Руководство по предупреждению ранней беременности и профилактике нарушений репродуктивного здоровья среди подростков в развивающихся странах», предназначенное для лиц, определяющих политику, а также групп и активистов гражданского общества. Руководство содержит научно обоснованные рекомендации по разработке эффективных национальных мер государственной политики и программ в области охраны репродуктивного здоровья. В данном документе обозначены следующие цели профилактики:

1. Предупреждение ранней беременности:

- снижение числа браков, заключенных в возрасте до 18 лет;
- снижение числа беременностей у девушек в возрасте до 20 лет;
- расширение использования средств контрацепции подростками, подвергающимися риску нежелательной беременности;
- сокращение случаев принудительных половых связей среди подростков.

2. Профилактика нарушений репродуктивного здоровья:

- сокращение числа небезопасных абортс среди подростков;
- расширение масштабов оказания квалифицированной помощи подросткам в дородовой, родовой и послеродовой периоды [12].

В Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы (утв. Указом Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761) в главе IV. Здравоохранение, дружественное к детям, и здоровый образ жизни ставятся следующие цели:

- проведение просветительской работы по предупреждению ранней беременности и абортс у несовершеннолетних;
- создание кризисных центров по типу «маленькая мама» для оказания помощи несовершеннолетним беременным и матерям с детьми;
- снижение случаев ранней беременности и абортс у несовершеннолетних девушек [32].

Профилактикой ранней беременности в образовательных организациях чаще всего занимаются психологи, социальные педагоги, классные руководители в рамках нравственно-полового воспитания. В большинстве случаев профилактика проводится в рамках одного классного часа, чего, как показывает педагогическая практика, не достаточно, лишь в немногих образовательных организациях разрабатываются программы, рассчитанные на долгое время и включающие в себя разные формы и методы работы с девочками-подростками. Рассмотрим несколько программ и методик проведения классных часов по нравственно-половому воспитанию (профилактике ранней беременности).

Программа по нравственно-половому воспитанию "Профилактика ранней беременности" (Прил. 1), автор Омарова Гульмира Бекбулатовна, педагог-психолог средней школы аула Баянбай, Акмолинская область, Бурабайский район. Данная программа предназначена для проведения профилактической работы среди девочек и девушек – подростков 6-11 классов. Цель программы – воспитание гигиенической и духовной культуры у девочек и девушек, обучение навыкам, способствующим сохранению и укреплению репродуктивного здоровья, основываясь на традициях воспитания девочек казахстанского народа. Программа состоит из двух разделов:

Раздел 1. Возраст перемен. Раскрывает особенности развития девочек 10-12 лет, дает общие представления о строении женской репродуктивной системы. Содержит рекомендации по гигиене тела, обуви и одежды, гигиена питания и психогигиене, закаливание, предупреждение гинекологических заболеваний у девочек. Показывает анатомо-физиологические изменения, происходящие в организме девушки в переходном возрасте 12-15 лет. Рассматривает основные этапы полового созревания: последовательность развития вторичных половых признаков, первая менструация.

Раздел 2. Половые отношения. Предназначен для девушек старше 14 лет. Освещаются вопросы окончательного созревания женской

репродуктивной системы. Заостряется внимание на главных духовных ценностях человека – уважении и любви. Раскрывает проблемы, возникающие при небрежном отношении к своему репродуктивному здоровью (нежелательная беременность, аборты, инфекции передающиеся половым путем, психологические травмы).

Данная программа основывается на религии и традициях воспитания казахстанского народа, опирается на такие понятия как честь, достоинство, скромность, целомудрие, направлена на сохранение репродуктивного здоровья и усвоение биологических знаний о женском организме, не содержит информации о средствах контрацепции и последствиях ранней беременности.

Далее рассмотрим программу по половому воспитанию подростков «Здоровое поколение» (Прил. 2), которая была реализована на базе Центра социальной помощи семье и детям Ленинского района г. Ижевска. Программа направлена на работу с детьми в возрасте от 12 до 18 лет. Цель: формирование у подростков представлений о здоровом образе жизни и культуре половых отношений.

Программа включает в себя следующие **формы работы:**

- диагностика (анкеты, опросы) с полной обработкой информации;
- консультации специалистов (индивидуальные, групповые);
- выступление специалиста на родительских собраниях.
- «обратная связь» с подростками (отзывы, предложения, пожелания).

А также 8 тренинговых занятий, направленных на:

- информирование подростков об институте семьи и брака;
- профилактика раннего вступления в половую связь;
- профилактика вредных привычек;
- профилактика заболеваний, передающихся половым путем;
- профилактика нежелательной беременности;
- профилактика абортов;
- профилактика сексуального насилия.

Так как программа была реализована на базе центра социальной помощи семье и детям, то с подростками работали подготовленные специалисты (психологи, медицинские работники). Данная программа способствует формированию положительной мотивации к здоровому образу жизни, представлений о браке и семье; повышению знаний о культуре полового поведения.

Далее мы рассмотрим методику проведения классного часа «Что бывает, когда дети играют во взрослые игры. Ранняя беременность» (Прил. 3), разработанного социальным педагогом МОУ СОШ №1 городского округа город Буй Барановой Н.Г. Данный классный час разработан для учениц 10-11 классов, целью является формирование у подростков ценного отношения к здоровому образу жизни. Социальный педагог рассказывает подросткам о предназначении женщины – материнстве и о проблемах, которые связаны с этим предназначением, знакомит с психологическими, социальными и медицинскими проблемами, возникающими как результат ранней беременности, а также дает советы по профилактике ранней беременности. Приводит в пример «Исповедь «маленькой мамы», но без дальнейшего обсуждения ученицами. Данный классный час носит лекционный характер, не включает активность девочек-подростков, что по нашему мнению является наименее эффективным способом профилактики.

Следующий классный час «Проблемы сексуальных отношений старших школьников» (Прил. 4) разработан Алексеевой Н.С. учителем биологии высшей категории МОУ гимназии № 36 г. Иваново. Классный час разработан для учеников 10-11 классов, целью является формирование убеждений в рискованности сексуальных отношений в раннем возрасте, выработка навыков противостояния манипулированию, в том числе в сфере сексуальных отношений. В ходе занятия рассматривается отношение общества к сексуальным отношениям несовершеннолетних, мотивы раннего вступления в половую жизнь и риски заболеваний, возникающих при таких отношениях, затрагивается тема контрацепции, совместно с учениками

разрабатываются стратегии отказа в ситуации, когда вступление в интимные отношения не входит в планы подростков.

Занятие построено в комбинированной технологии, совмещающей элементы нейролингвистического программирования и превентивного обучения. Эти технологии предполагают активные формы работы с детьми, организацию интерактивного взаимодействия подростков, коллективный поиск решения проблем. Именно нахождение ребенка в активной позиции позволяет ему формировать убеждения и «присваивать» их как лично значимые.

Подводя итоги, можно сделать вывод о том, что в настоящее время проблему беременности несовершеннолетних девушек пытаются решать на всех уровнях, разрабатываются соответствующие документы и программы по нравственно-половому воспитанию и профилактике ранней беременности. Но в большинстве случаев профилактика ранней беременности ограничивается несколькими классными часами. Профилактика ранней беременности и абортов у несовершеннолетних девушек является одной из функций социального педагога. Для того чтобы профилактика ранней беременности была эффективной, желательно чтобы она включала в себя три аспекта работы: когнитивный, эмоциональный и деятельностно-практический, а так же основывалась на таких принципах как: долгосрочность, непрерывность, адресность, доступность, системность, оптимальность и активизация собственных сил человека.

### **Выводы по главе 1.**

На основе анализа психолого-педагогической и социально-педагогической литературы мы сделали вывод о том, что подростковый возраст представляет собой один из наиболее сложных периодов в жизни. Именно в этот период девочка превращается в девушку, происходит половое созревание, которое несет за собой изменения в организме, как с физической, так и с психической стороны. Одними из таких изменений являются психические новообразования, например чувство взрослости, стремление к

самостоятельности, интерес к противоположному полу, что может повлечь за собой ранее начало половой жизни. Ранняя беременность может спровоцировать возникновение осложнений во время беременности и родов, притом, чем моложе девушка, тем выше риск для ее здоровья.

Для того, чтобы предупредить раннюю беременность подростков, необходимо проводить профилактику, что является одной из функций социального педагога. Так же данную проблему пытаются решить на всех уровнях, разрабатываются соответствующие документы и программы, но чаще всего в образовательных организациях профилактика ранней беременности ограничивается несколькими классными часами, чего по нашему мнению недостаточно для эффективной профилактики подростковой беременности. Именно поэтому мы разработали и реализовали программу профилактики ранней беременности «Твое будущее в твоих руках», которая будет подробно рассмотрена во второй главе.

## ГЛАВА 2

### ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ РАННЕЙ БЕРЕМЕННОСТИ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕВУШЕК.

В данной главе мы опишем результаты проведенного исследования, программу, разработанную по итогам исследования, а так же результаты реализованной программы.

#### **2.1. Логика и результаты констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы.**

Для выявления сформированности представлений о здоровом образе жизни и культуре половых отношений несовершеннолетних девушек, нами было проведено диагностическое исследование.

Исследование проводилось на базе Г (К) СУВУ ОТ «Уральское подворье» в период с 06.04.2015 по 03.05.2015 г. Для эксперимента нами была выбрана группа девушек в возрасте до 18 лет в количестве 22 человек. Также нами было опрошено 10 педагогов и 10 родителей.

Нами были проведены следующие методики:

1. «Анкета для девушек» (Прил.5)
2. «Ценностные Ориентации» (М. Рокич) (Прил. 7)
3. «Анкета для родителей» (Прил. 10)
4. Опросник для педагогов «Половое воспитание подростков» (Прил. 11).

В первой анкете девушкам предлагалось точно и правдиво ответить на вопросы, выбрав один вариант ответа. Данная анкета является анонимной.

По итогам данной диагностики мы выяснили, что:

- возраст девушек, участвовавших в исследовании от 14 до 18 лет, из которых 16 чел. (72,6%) в возрасте 15-16 лет;
- 9 девушек (41%) воспитываются в полной семье, 12 девушек (54,5%) воспитываются только мамами и 1 девушка (4,5%) воспитывается папой;

– 10 девушек (45,5%) оценивают взаимоотношения в семье как доброжелательные, 7 девушек (31,8%) – как нейтральные и 5 девушек (22,7%) – как конфликтные.

Следующим вопросом мы выяснили, что главными источниками знаний о половой близости выступают друзья и телевидение, что может привести к искаженным представлениям девушек о половой и интимной близости.

Далее мы попытались выяснить, в каком возрасте, по мнению девушек, происходит половое созревание:

- 9 человек (41%) считают, что половое созревание происходит в возрасте 14-15 лет;
- 8 человек (36,3%) считают, что в 16-18 лет;
- 3 человека (13,6 %) – в возрасте 12-13 лет;
- 2 человека (9,1%) – в возрасте 11 лет.

Таким образом, мы видим, что ни одна девушка не называет верного возрастного периода, а который происходит половое созревание.

Затем мы спросили у девушек, в каком возрасте нужно начинать половую жизнь, ответы оказались следующими:

- 16 человек (72,7%) считают, что половую жизнь нужно начинать в возрасте 16-17 лет,
- 4 человека (18,2%) считают, что этот возраст составляет 18 и более лет, 2 человека (9,1%) считают, что этот возраст равен 14-15 годам.

Под половыми отношениями 18 девушек (81,8%) понимают секс, а 4 девушки (18,2%) – ухаживания.

Мотивами вступления в интимную связь девушки называют:

- взаимную любовь;
- расчет на брак;
- удовольствие;
- любопытство;
- чувству взрослости.

Далее мы задали следующий вопрос: Почему современная молодежь, по мнению девушек, рано вступает в половые отношения?

- чтобы казаться взрослыми (40%);
- под действием алкоголя (23%);
- случайно (10%);
- из любопытства (10%);
- по любви (6,7%);
- от безделья (6,7%);
- из-за попадания в плохую компанию (3,3%).

Затем мы выяснили, что половина из опрошенных девушек, что составляет 11 человек, уже вступали в половые отношения, возраст начала половой жизни составляет:

- 16 лет – 6 девушек (54,5%);
- 15 лет – 2 девушки (18,2%);
- 14 лет – 3 девушки (27,3%)

8 девушек (72,8%), из живущих половой жизнью, используют средства контрацепции, 3 девушки (27,2%) – не используют.

Далее мы опросили девушек, которые не живут половой жизнью, и выяснили, что 8 человек (72,8%) знают о средствах контрацепции, а 3 человека (27,2%) – не знают, таким образом, девушки, которые не используют и не знают о средствах контрацепции, являются группой риска.

- 17 девушек (77,3%) считают, что забеременеть при первом половом акте возможно;
- 4 девушки (18,2%) считают, что беременность после первого полового акта не наступит;
- 1 девушка (4,5%) не знает ответа.

Далее мы выяснили, знают ли девушки о вреде раннего начала половой жизни:

- 13 девушек (59,1%) считают, что ранняя половая жизнь может нанести вред;
- 7 человек (31,8%) считают, что никакого вреда от ранней половой жизни нет;
- 2 человека (9,1%) не знают ответа.

Затем мы выяснили желание и готовность иметь детей.

- 20 человек (91%) желают иметь детей;
- 1 девушка (4,5%) иметь детей не хочет;
- 1 девушка (4,5%) затрудняется ответить;
- 15 девушек (68,2%) считают, что еще не готовы стать мамами;
- 7 девушек (31,8%) считают, что стать матерями готовы.

В случае беременности до 18 лет:

- 17 девушек (77,3%) считают, что родят и оставят ребенка;
- 7 девушек (31,8%) считают, что сделают аборт.

Затем мы спросили девушек о том, есть ли отрицательные последствия от абортов, результаты следующие:

- 18 девушек (81,8%) считают, что отрицательные последствия от абортов есть и называют бесплодие;
- 3 девушки (13,6%) также считают, что отрицательные последствия есть, но не знают какие;
- 1 девушка (4,5%) считает, что отрицательных последствий от абортов нет.

В конце анкеты девушки указали, нужен ли курс по половому воспитанию:

- 7 девушек из опрошенных (31,9%) считают курс по половому воспитанию нужным;
- 8 девушек (36,4%), считают, что данный курс, наверное, нужен;
- 5 девушек (22,7%), считают, что такой курс не нужен ;
- 2 девушки (9,1%) затрудняются ответить.

Таким образом, по итогам данной анкеты мы можем сделать вывод о том, что половина из опрошенных девушек уже живет половой жизнью, 4 (18,2%) из которых не используют средства контрацепции, еще 3 девушки (13,6%), не живущие половой жизнью ничего не знают о средствах контрацепции, следовательно, эти девушки являются группой риска. Так же ни одна девушка не назвала верный период полового созревания, 4 девушки (18,2%) считают, что невозможно забеременеть после первого полового акта, 7 девушек (31,8%) считают, что отрицательных последствий от ранней половой жизни нет, из отрицательных последствий от абортзов называют только бесплодие, а главными источниками знаний о половых отношениях являются друзья и телевидение. Большинство из опрошенных девушек считают, что необходим курс по половому воспитанию. Данная анкета позволила нам выяснить, что девушкам недостаточно знаний о процессе полового созревания, негативных последствиях раннего начала половой жизни, средствах контрацепции, культуре половых отношений. Диаграммы по результатам данной методики в приложении 6.

Второй методикой, проведенной для девушек, была «Ценностные Ориентации» (М. Рокич), в которой было предложено 2 списка ценностей терминальные и инструментальные, тестируемые должны были расставить данные ценности в порядке важности, начиная с наиболее важных и заканчивая наименее значимыми для них. Результаты представлены в приложении 8.

Исходя из ответов девушек, мы видим, что наиболее выбираемыми терминальными ценностями, а значит, наиболее значимыми являются:

- счастливая семейная жизнь (указана 12 раз);
- здоровье (указано 11 раз);
- любовь (9 раз).

По 1 разу указаны творчество и общественное признание. Терминальные ценности это – убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться. Таким

образом, мы делаем вывод, что счастливая семейная жизнь, здоровье и любовь являются основными целями подростков в жизни, также среди целей отмечены наличие хороших и верных друзей, материально обеспеченная жизнь, интересная работа, уверенность в себе, свобода и развитие. Наиболее редкими основными целями являются жизненная мудрость, красота природы и искусства, творчество и общественное признание.

Наиболее значимыми инструментальными ценностями являются:

- аккуратность (указана 14 раз);
- воспитанность (указана 13 раз);
- образованность (10 раз).

Также среди ценностей указаны честность, жизнерадостность, ответственность, независимость, высокие запросы, исполнительность, твердая воля, рационализм, по 1 разу были указаны такие ценности, как смелость, терпимость, самоконтроль и непримиримость. Инструментальные ценности это – убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации. Следовательно, аккуратность, воспитанность и образованность являются наиболее предпочтительными свойствами личности для девушек-подростков.

По итогу данной диагностики мы можем сделать вывод о том, что счастливая семейная жизнь, здоровье и любовь являются приоритетными целями в жизни девочек, а предпочтительными свойствами личности, по мнению испытуемых, являются аккуратность, воспитанность и образованность.

Также мы провели анкету для родителей (Прил. 10), в которой участвовало 10 человек в возрасте от 38 до 55 лет,

- 4 родителя (40%) имеют высшее образование;
- 6 родителей (60%) – средне-специальное.

Испытуемые анонимно ответили на несколько вопросов, касающихся воспитания подростков, в том числе нравственно-полового воспитания.

По результатам данной анкеты мы выяснили, что 3 родителя из 10 (30%) считают свои знания о половом воспитании детей достаточными. Главными источниками знаний о половом воспитании детей родители называют беседы с друзьями и знакомыми и СМИ, только 2 родителя (20%) указали среди источников беседы с учителями, 1 родитель (10%) указал специальные книги. Главными проблемами в воспитании детей родители считают взаимное непонимание детей и взрослых, также среди указанных проблем были такие как, лень, бездуховность, непослушание и 1 родитель указал половое воспитание. В своих отношениях с детьми родители бы хотели больше доверия и понимания, чаще быть вместе, больше уделять внимания, меньше баловать. 4 родителя считают, что семья и школа в равной степени оказывают влияние на ребенка, остальные 6 родителей, считают, что семья оказывает на ребенка большее влияние, чем школа.

На вопрос, в какой форме школа могла бы вам помочь в решении ваших проблем, связанных с воспитанием детей мы получили следующие ответы:

- 4 родителей (40%) указали информацию об особенностях развития ребенка;
- 3 родителя (30%) указали лекции о воспитании;
- 2 родителя (20%) указали специальные практические занятия;
- 1 родитель (10%) указал информацию о том, какую литературу можно почитать по данной проблеме.

Для повышения своей педагогической компетентности, если будут организованы специальные занятия, 5 родителей (50%) готовы уделять не более одного часа в неделю, 4 родителя (40%) готовы уделять примерно пару часов в месяц и 1 родитель (10%) затрудняется ответить. Все 10 родителей (100%) отрицательно относятся к подростковой беременности и абортam. На вопрос если ваша несовершеннолетняя дочь забеременеет, будете ли вы настаивать на аборте, 9 родителей (90%) ответили, что нет, не будут, 1 родитель (10%) ответил, что у него сын.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что родителям не всегда достаточно знаний о воспитании ребенка, в том числе о половом воспитании. За советом о половом воспитании родители чаще обращаются к друзьям и к СМИ, реже к учителям и специальной литературе. Все родители без исключения отрицательно относятся к подростковой беременности и абортam, но большинство родителей в случае, если их несовершеннолетняя дочь забеременеет, не будут настаивать на аборте, а помогут девочке в воспитании ребенка. Если в образовательном учреждении будут организованы занятия для повышения педагогической компетентности в области полового воспитания, то родители готовы их посещать, но не чаще чем 1 раз в одну-две недели.

Опросник для педагогов «Половое воспитание подростков» (Прил. 11).

Нами было опрошено 10 педагогов «Уральского подворья», 9 из них (90%) считают, что половое воспитание и образование подростков необходимо, 1 преподаватель (10%) считает, что нужно не половое воспитание, а профилактические классные часы, иначе это будет пропагандой сексуальных отношений в несовершеннолетнем возрасте. 5 педагогов (50%) считают, что половым воспитанием должны заниматься семья и школа, 3 педагога (30%) считают, что этим должны заниматься учреждения здравоохранения, 1 педагог (10%) называет специальные учреждения и еще 1 педагог (10%) указывает медицинский институт. Все педагоги считают, что семья играет главную роль в половом воспитании подростков. Если у родителей возникнут проблемы в обсуждении вопросов полового воспитания с детьми, то 4 педагога (40%) советуют почитать литературу по данному вопросу, 5 (50%) педагогов советуют обратиться к специалистам (психолог, медицинский работник) и 1 педагог (10%) советует родителям созреть самим. Педагоги указывают, что подростки для получения информации по половому воспитанию чаще обращаются к сверстникам и интернету, а затем уже к педагогам. Распространение информации по половому воспитанию для подростков педагоги рекомендуют в следующих

формах: индивидуальные консультации специалистов, лекции, учебные семинары, дискуссии, специальная литература. Для улучшения полового воспитания в данном учреждении 8 педагогов (80%) рекомендует приглашать специалистов, в том числе медицинских работников, 1 педагог (10%) указывает, что необходимо усилить учебно-воспитательную работу и еще 1 педагог (10%) считает, что необходимо раздельное обучение и казарменное положение.

Таким образом, мы делаем вывод о том, что большинство педагогов считают необходимым половое воспитание подростков, для этого они предлагают приглашать специалистов, компетентных в данном вопросе, но главную роль в половом воспитании подростков, по мнению педагогов, играет семья. Если у родителей возникнут проблемы в обсуждении вопросов полового воспитания, то учителя предлагают обратиться к специалистам и к специальной литературе.

Подводя итоги по всем диагностикам, мы пришли к выводу, что половина из опрошенных девушек уже живет половой жизнью, не все девушки знают о средствах контрацепции и болезнях передающихся половым путем, также большинство девочек не знают особенностей полового созревания собственного организма, в то же время главными целями в жизни девушек-подростков являются счастливая семейная жизнь, здоровье и любовь, а приоритетными свойствами личности, по мнению испытуемых, являются аккуратность, воспитанность и образованность. Родители и педагоги не всегда могут помочь ребенку в вопросах полового воспитания, а компетентный специалист не всегда оказывается рядом в нужный момент.

Таким образом, наличие выявленных проблем обуславливает необходимость разработки и реализации программы профилактики ранней беременности у несовершеннолетних девушек, о чем речь пойдет в следующем параграфе.

## **2.2 Методика реализации программы профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек.**

На основе изученной психолого-педагогической, социально-педагогической и медицинской литературы, а также полученных результатов в рамках констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы мы разработали программу профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек «Твое будущее в твоих руках», которая была реализована с сентября 2015г. по апрель 2016г. в «Специальном учебно-воспитательном учреждении для обучающихся с девиантным (общественно-опасным) поведением "Уральское подворье"».

**Цель программы:** формирование представлений о здоровом образе жизни и культуре половых отношений, воспитание гигиенической и духовной культуры у девушек, способствование сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.

### **Задачи программы:**

- дать необходимые знания об анатомо-физиологических и психологических особенностях женского организма;
- вооружить необходимыми знаниями о профилактике венерических болезней и о мерах по предупреждению ранней беременности;
- сформировать бережное отношение к своему здоровью с позиции нравственно – этических норм поведения;
- обучить гигиеническим навыкам, способствующим сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.

### **Принципы, положенные в основу программы:**

- принцип опоры на положительное в личности подростка подразумевает выявление положительных качеств, и опираясь на хорошее, развитие других, недостаточно сформированных или отрицательно сориентированных качеств.

- принцип приемственности, последовательности и систематичности, который направлен на закрепление ранее усвоенных умений, навыков, личностных качеств, их последовательное развитие и совершенствование;
- принцип осмысленного отношения к своему поведению, данный принцип реализуется через проведение рефлексии в конце каждого занятия;
- доброжелательность и безоценочность. Педагогу недопустимо сравнивать действия одного учащегося с действиями другого, так как оценка педагога может восприниматься учеником как критика и неприятие.

**Контингент:** несовершеннолетние девушки.

**Особенности программы:** так как проблему ранней беременности несовершеннолетних девушек мы рассматривали не только с социально-педагогической, но и с психологической и медицинской сторон, целесообразно было выстроить работу с несовершеннолетними девушками в рамках программы профилактики в трех этих направлениях. Это нашло свое отражение в трех блоках работы: социальный, медицинский и психологический.

#### **Тематический план**

Блок работы	Название мероприятия	Цель	Форма организации
Вводное занятие	«Давайте познакомимся»	Знакомство с девочками, формирование мотивации на совместную деятельность, создание положительного настроения на последующие занятия	Беседа с активным привлечением учащихся; игровая деятельность
Социальный	«Женщины, которые вдохновляют»	Познакомить с выдающимися женщинами в истории,	Беседа с активным привлечением учащихся,

	»	показать роль женщины в современном мире	выступление девушек с сообщениями
	«Мужское/женское»	Дать подросткам представление о разнице характеров, интересов и увлечений юношей и девушек, о взаимоуважении как основе отношений, развитие культуры взаимоотношений между учащимися противоположного пола;	Беседа, просмотр видеоролика с последующим обсуждением, решение тестовых ситуаций, дебаты
	«Гигиена девушки»	Дать девушкам информацию об уходе за телом, о правилах интимной гигиены	Беседа с активным привлечением учащихся, просмотр видеороликов с последующим обсуждением
Медицинский	«Когда девушка становится взрослой»	Ознакомить со строением и физиологией женской репродуктивной системы и изменениями, происходящими в подростковом возрасте. Дать понятие взросления, полового созревания из девочки в девушку.	Просмотр фильма «Когда девушка становится взрослой» с последующим обсуждением.
	«Современные средства контрацепции»	Познакомить с современными способами предохранения от нежелательной беременности	Лекция с приглашением медицинского работника, беседа с активным привлечением учащихся
	«Заболевания, передающиеся половым путем»	Дать понятие о венерических болезнях, познакомить с первыми признаками инфекций,	Лекция с приглашением медицинского работника, беседа

		передающимися половым путём, и способах предупреждения данных заболеваний.	
	«Вредные привычки и их влияние на здоровье девушки»	Ознакомить девочек с информацией о вредных привычках (курение, употребление алкоголя), влияющих на ухудшение состояния женской репродуктивной системы.	Беседа с активным привлечением учащихся, просмотр видеороликов с обсуждением, разработка буклетов.
Психологический	«Чувства и эмоции»	Изучить психо-эмоциональное состояние девочек. Дать советы по преодолению плохого настроения и о способах контроля своих эмоций.	Лекция, беседа с активным привлечением учащихся, тестирование, тренинговые элементы.
	«Любовь или влюбленность»	Дать понятия любви и влюблённости, способствовать сохранению духовного здоровья девушки и своей ответственности за будущее.	Лекция, беседа с активным привлечением учащихся
	«Алгоритм любви»	Познакомить девушек с компонентами любви, показать наиболее оптимальные пути построения отношений, ведущие к счастливой семейной жизни	Лекция, беседа с активным привлечением учащихся.
Заключительное занятие	«Твое будущее в твоих руках»	Разработка и защита плакатов «Твое будущее в твоих руках», подведение итогов программы.	Работа в группах, разработка и защита плакатов.

В процессе реализации программы профилактики «Твое будущее в твоих руках» было проведено 12 занятий для девушек продолжительностью 45 минут, занятия проводились 2 раза в месяц с сентября 2015г. по апрель 2016г. занятия были разделены на три блока работы: социальный, медицинский и психологический.

В рамках социального блока девушки познакомились с выдающимися женщинами в истории, такими как: Клеопатра, Коко Шанель, Валентина Терешкова, Ирена Сендлер и другие; рассказали о тех женщинах, которыми они восхищаются, среди них были Анджелина Джоли, Ляйсан Утяшева, также одна из девочек рассказала о своей маме. Выяснили, в чем же заключается роль женщины в современном мире. Затем рассмотрели, чем отличаются мужчины и женщины, насколько различны их характеры, взгляды на жизнь, попробовали в формате дебатов выяснить: мужчины или женщины важнее и нужнее нашему миру, обществу, семье. Также мы поговорили об уходе за телом, в том числе коже, волосах, зубах, ногтях, ногах, рассмотрели правила интимной гигиены. Обсудили, каким должен быть гардероб девушки и что нужно делать для того, чтобы быть ухоженной.

На занятиях медицинского блока девушки познакомились со строением и функциями женской репродуктивной системы, с основными этапами полового созревания и изменениями, которые происходят в этот период. С помощью медицинского работника девушки узнали о современных средствах контрацепции и заболеваниях передающихся половым путем, получили рекомендации по предупреждению нежелательной беременности и о способах сохранения своего репродуктивного здоровья. Разработали буклеты о негативных последствиях употребления алкоголя, курения и наркомании.

Участие в занятиях психологического блока позволило девушкам разобраться в причинах резкой смены настроения, потренироваться в контроле своих эмоций. Также на занятиях данного блока мы разделили такие понятия как «любовь» и «влюбленность», научились отличать одно от

другого. Разобрали компоненты любви, выбрали наиболее оптимальные пути построения отношений, ведущие к счастливой семейной жизни.

На заключительном занятии девушки в группах разработали плакаты на тему «Твое будущее в твоих руках», которые содержали информацию о роли женщины в современном мире, о путях сохранения физического и психологического здоровья, советы по предупреждению нежелательной беременности и заболеваний, передающихся половым путем.

Далее, в качестве примера, мы рассмотрим методику проведения одного из занятий (остальные занятия в приложении 12).

#### Занятие социального блока «Мужское/женское»

**Цели:** - дать подросткам представление о разнице характеров, интересов и увлечений юношей и девушек, о взаимоуважении как основе отношений;

- развивать культуру взаимоотношений между учащимися противоположного пола.

Добрый день, девушки, рада вас видеть!

На всех наших занятиях мы говорим с вами только о нас – о девушках, но хотелось бы также поговорить немного и о мужчинах, а точнее о том насколько мы разные и одинаковые одновременно. Именно поэтому тема нашей сегодняшней встречи «Мужское/женское». Для того, что бы проникнуться соответствующей атмосферой, я хочу предложить вам посмотреть видеоролик.

Трансляция отрывка из фильма «Привет, Джули!»

Какие мысли навеяло вам это видео? Мужчины и женщины действительно очень разные, и для того, чтобы лучше понимать друг друга, нужно знать особенности и различия полов. Я раздаю вам буклеты, на которых как раз и обозначены гендерные различия.

Теперь давайте попробуем применить полученную информацию, и определить как в одной и той же ситуации действуют мужчины и женщины.

#### **Тестовые ситуации**

Особенности поведения мужчин и женщин.

1. Два человека пробуют конфеты. Один разворачивает обертку и сразу кладет конфету в рот, а другой надкусывает и смотрит, какая в конфете начинка.

Вопрос. Кто интересуется начинкой: мужчина или женщина?

Ответ. Женщина. Женщины более любопытны в области хозяйственно-бытовых отношений, поэтому ее будет больше интересовать содержание конфеты.

Муж и жена, путешествуя в машине, попадают в незнакомый город. Им нужно отыскать гостиницу. Один из них пытается расспросить прохожих, а другой говорит, что этого делать не надо. Лучше отыскать местоположение гостиницы по имеющейся у него схеме.

Вопрос. Кто из супругов спрашивает прохожих, как добраться до гостиницы, а кто при этом пользуется схемой?

Ответ. Жена спрашивает прохожих, так как женщины лучше владеют разговорной речью, более общительны. Муж использует схему. Мужчины имеют более развитое пространственное воображение, лучше ориентируются по картам и схемам.

Помимо этого мужчины и женщины придумывают различные стереотипы друг о друге.

Все мы слышали хотя бы раз анекдот про блондинку за рулем или неверного мужа. Да, это всего лишь отражение стереотипов, существующих в обществе. Итак, перечислим некоторые из суждений, высказываемых о женщинах:

- Все женщины мечтают выйти замуж.
- Женщины могут часами болтать по телефону и просто так.
- Всем девушкам нравится розовый цвет, сериалы и шоппинг.
- Женщины плохо водят машину и ничего не смыслят в технике.
- У женщин отсутствует логическое мышление.

Стереотипов о мужчинах тоже немало:

- Настоящие мужчины не плачут, это позор!

- Мужчины боятся умных и успешных женщин.
- Все мужчины обожают пить пиво и смотреть футбол.
- Все мужчины по природе своей полигамны и просто не в состоянии хранить верность одной женщине.

Но это, конечно же, не является истиной и научно не доказано, а значит, мы можем это опровергнуть.

Но если мы такие разные, придумываем друг про друга различные стереотипы, ставим клеймо, то может, нам было бы лучше друг без друга? Давайте сейчас пофантазируем об этом и окунемся в два разных мира: в мир без женщин, и в мир без мужчин.

Трансляция двух роликов «Мир без женщин» и «Мир без мужчин».

Исходя из этого видео, мы понимаем, что все-таки жизнь невозможна друг без друга, она скучна и бессмысленна. Вот мы увидели два совершенно разных мира, но в реальности живем то мы все вместе. И каждый чувствует себя главнее, значимее, считает, что именно его пол незаменим.

И я предлагаю вам сейчас пообсуждать на эту тему. И как форму я предлагаю вам дебаты. Под названием «Кто в доме хозяин?» И за основу я взяла два тезиса – «Женщина это не слабый пол», «Мужчина – это звучит гордо!». Сейчас каждый из вас вытянет листок, на листке буква. Ж – это за женщин, М – за мужчин. Сейчас ваша задача в течение 5 минут в группе написать как можно больше аргументов о том, почему мужчины или женщины важнее и нужнее нашему миру, обществу, семье, аргумент может сопровождаться примером. Разрешается приводить контраргументы, то есть это то, что опровергает позицию другой команды.

В итоге команда «мужчин» («женщин») оказалась убедительнее.

И нашу официальную встречу мне хотелось бы закончить замечательными строками: «Мы разные, как небо и Земля, но у всех нас есть общий горизонт, и главное, что нас объединяет – это то, что мы не можем друг без друга» (Олег Рой).

## **Результаты программы**

Количественные: 22 девушки посетили 12 занятий по профилактике ранней беременности.

Качественные – учащиеся узнали:

- анатомо-физиологические изменения девочек в переходном возрасте;
- строение женской репродуктивной системы;
- вредные привычки и здоровье женщины несовместимы;
- о проблемах при небрежном отношении к своему репродуктивному здоровью;
- о современных средствах контрацепции;
- об инфекционных заболеваниях, которые передаются половым путем и их последствия в репродуктивной деятельности;
- как различать любовь и влюбленность;
- как управлять своим психоэмоциональным состоянием.

Также мы разработали буклеты для родителей «Деликатный разговор с подростком: несколько советов родителям» (Прил. 13) и «Беременность несовершеннолетней девушки – инструкция для родителей» (Прил. 14), в этих буклетах родители могут найти информацию о том, как стоит вести себя при разговоре с ребенком по вопросам полового созревания и что делать, если несовершеннолетняя дочь беременна.

### **2.3 Анализ и результаты опытно-экспериментальной работы**

Итоговая диагностика проводилась с целью определения эффективности реализации программы по профилактике ранней беременности несовершеннолетних девушек. Для этого нами было проведено анкетирование (Прил. 15), в котором девушкам предлагалось анонимно ответить на несколько вопросов. В анкетировании приняли участие 22 девушки.

По итогам данного анкетирования мы выяснили следующее:

- 17 девушек (77,3%) считают, что половое созревание проходит в период с 7 до 18 лет;
- 3 девушки (13,6%) называют период от 7 до 17 лет;
- 2 девушки (9,1%) – с 10 до 20 лет.

22 девушки, что составляет 100%, под половыми отношениями понимают секс. Более половины девушек (63,6%) считают, что половые отношения следует начинать в возрасте 16-17 лет, 8 девушек (36,4%) считают, что половые отношения не следует начинать ранее 18 лет.

Среди мотивов вступления в интимную связь девушки называют:

- взаимная любовь – 18 человек (81,9%);
- стремление к получению удовольствия – 2 человека (9,1%);
- 1 человек (4,5%) указал расчет на вступление в брак;
- 1 девушка (4,5%) дописала собственный вариант ответа – взаимное желание.

Далее мы выяснили, что 14 девушек (63,6%) уже живут половой жизнью, и все они используют средства предохранения от нежелательной беременности (презервативы, таблетки), 8 девушек (36,4%), которые не вступали в интимную связь, указали, что они знают о современных средствах контрацепции. 20 девушек (90,1%) считают, что при первом половом акте возможно забеременеть, если пренебрегать контрацепцией. 81,2% девушек (18 чел.) считают, что раннее начало половой жизни может нанести вред, и среди причин называют незрелость организма, возможность заболеваний и ранней беременности.

Затем мы выяснили, что, по мнению девушек, необходимо делать для того, чтобы уберечь себя от инфекций, передающихся половым путем.

- 15 девушек (68,2%) считают, что необходимо предохраняться;
- 4 девушки (18,2%) считают, что необходимо регулярно обследоваться у врача;
- 3 девушки (13,6%) считают, что необходимо правильно выбирать партнера.

Далее мы выяснили, считают, ли девушки наши занятия полезными. 20 девушек (90,9%) указали, что занятия были полезны, 2 девушки (9,1%) затруднились ответить.

Также девушки отметили, что в результате наших занятий они узнали о средствах контрацепции, о половом созревании, о разнице любви и влюбленности, о том, что не следует рано начинать половую жизнь, что при первом половом акте возможно забеременеть.

В конце диагностики мы предложили девушкам закончить следующие предложения:

Теперь я всегда буду...

Теперь я никогда не буду...

Среди ответов девушек были такие как:

теперь я всегда буду следить за своим здоровьем, предохраняться, посещать гинеколога, вести календарь менструаций; теперь я никогда не буду пить и курить во время беременности, беззаботно относиться к себе. Диаграммы в приложении 16.

Подведя итоги данной диагностики, мы видим, что все девушки называют верный период полового созревания, 14 девушек уже живут половой жизнью, но все они используют средства контрацепции, девушки, которые еще не вступали в интимную связь, знают о средствах предохранения от нежелательной беременности. Так же девушки знают о негативных последствиях раннего начала половой жизни и как уберечь себя от заболеваний передающихся половым путем, большинство опрошенных считают, что занятия были полезными.

Проведя сравнительную характеристику результатов первичной и вторичной диагностик, мы видим, что количество девушек, знающих, в какой период происходит половое созревание, составляет 90,1%, в то время как до реализации программы ни одна из девушек не указала верного возрастного периода. Количество девушек, считающих, что половые отношения нужно начинать в возрасте 16-17 лет уменьшилось с 72,7%, до 63,3%, а количество

девушек, назвавших возраст 18 и более лет оптимальным для вступления в интимную связь, увеличилось с 18,2% до 36,4%. Количество девушек, живущих половой жизнью увеличилось на 13,6% и составило 63,6% это связано тем, что этот процесс необратимый. До реализации программы 72,8% девушек, живущих половой жизнью, использовали средства контрацепции, после реализации программы их число составляет 100%. Также 72,8% девушек, не вступавших в интимную связь, до реализации программы знали о средствах контрацепции, после реализации программы их количество составляет 100%. Количество девушек, считающих, что невозможно забеременеть при первом половом акте уменьшилось с 22,7% до 9,9%, а количество, считающих, что раннее начало половой жизни может нанести вред, увеличилось с 59,1% до 81,2% (диаграммы в приложении 17).

На родительском собрании нами был проведен опрос, который показал, что из 17 присутствующих родителей 15 считают, что буклеты были информативными и полезными, 1 родитель ответил, что не узнал ничего нового и еще 1 родитель не получал буклеты ранее.

Также были проведены беседы с медицинским работником и психологом, которые были задействованы в реализации программы профилактики. В ходе беседы мы узнали, что оба специалиста считают данную программу необходимой, занятия, по их мнению, были интересными и содержательными.

## **Выводы по главе 2.**

Обобщая результаты, можно сделать вывод, что количество девушек, знающих, в какой период происходит половое созревание, увеличилось, также увеличилось количество девушек знающих и использующих средства контрацепции. Количество девушек, считающих, что половые отношения нужно начинать в возрасте 16-17 лет, уменьшилось, а количество девушек, назвавших возраст 18 и более лет оптимальным для вступления в интимную связь, увеличилось. Количество девушек, живущих половой жизнью увеличилось – это связано тем, что этот процесс

необратимый. Уменьшилось количество девушек, считающих, что невозможно забеременеть при первом половом акте, а количество, считающих, что раннее начало половой жизни может нанести вред, увеличилось. Родители отметили, что буклеты, разработанные для них, оказались информативными и полезными, также педагоги считают, что занятия для девушек были необходимыми.

## Заключение

В данной работе мы рассмотрели теоретические основы профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек: сущность понятия «ранняя беременность», причины и последствия беременности несовершеннолетних, особенности подросткового возраста, психические новообразования, в том числе половое созревание, профилактику как функцию социального педагога. Опираясь на анализ педагогической теории и практики, мы определили следующие направления деятельности социального педагога по профилактике ранней беременности несовершеннолетних девушек: работа с учащимися, просвещение родителей в области полового воспитания.

Исследование проводилось на базе «Специального учебно-воспитательного учреждения для обучающихся с девиантным (общественно-опасным) поведением «Уральское подворье», в исследовании приняло участие 22 девушки, 10 родителей и 10 педагогов.

С целью выявления необходимости проведения профилактики ранней беременности у несовершеннолетних девушек нами был проведен констатирующий эксперимент с использованием следующих диагностических методик: Для девушек были проведены следующие методики:

1. «Анкета для девушек»
2. «Ценностные Ориентации» (М. Рокич)
3. «Анкета для родителей»
4. Опросник для педагогов «Половое воспитание подростков»

По итогам констатирующего эксперимента мы пришли к выводу, что главными целями в жизни девушек-подростков являются счастливая семейная жизнь, здоровье и любовь, но большинство девочек не знают особенностей полового созревания собственного организма, половина из опрошенных уже живет половой жизнью и не все девушки знают о средствах контрацепции и болезнях передающихся половым путем. Таким образом, эти

недостатки в знаниях девушек могут привести к такой проблеме, таких как, ранняя беременность, которые могут отрицательно повлиять на достижение таких целей в жизни как счастливая семейная жизнь, любовь и здоровье, а родители и педагоги не всегда могут помочь ребенку в вопросах полового воспитания.

На основании данных, описанных выше, нами была разработана программа профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек «Твое будущее в твоих руках».

Профилактическая работа была выстроена по 3 блокам: социальный, медицинский и психологический.

На встречах в рамках социального блока обсуждалось следующее: роль женщины в современном мире, отличия мужчин и женщин, гигиена девушки. На занятиях медицинского блока рассматривались вопросы строения и функций женской репродуктивной системы и сохранение ее здоровья, а также основные этапы полового созревания и изменения, которые происходят в этот период. Занятия психологического блока были направлены на чувственную сферу девушек-подростков.

Так же были составлены буклеты для родителей с информацией о половом воспитании подростков и рекомендациями действий в случае беременности несовершеннолетней девушки.

По итогам реализации программы было проведено повторное диагностирование, которое позволило выявить положительную динамику по следующим показателям: знание девушками периода, в который происходит половое созревание; количество девушек живущих половой жизнью, использующих средства контрацепции, а так же знание средств предохранения от нежелательной беременности девушками, не вступавшими ранее в интимную связь; знание девушками о невозможности забеременеть при первом половом акте и количество девушек, считающих, что раннее начало половой жизни может нанести вред.

Также родители отметили полезность информации в разработанных для них буклетах «Деликатный разговор с подростком: несколько советов родителям» и «Беременность несовершеннолетней девушки – инструкция для родителей».

Реализованная программа доказала свою эффективность. Задачи, поставленные в исследовании, были выполнены, цель достигнута, гипотеза получила свое подтверждение.

Материалы исследования могут быть использованы в работе социального педагога, психолога, классного руководителя, педагога дополнительного образования для профилактики ранней беременности несовершеннолетних девушек.

Перспективы исследования мы видим в дальнейшей разработке программ полового воспитания, как девочек, так и мальчиков.

## Библиографический список.

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология: Учеб. Пособие для студ. Вузов./ Г.С. Абрамова — 8-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 2012
2. Артюнина, Г. П. Основы социальной медицины: Учеб. Пособие для студ. Вузов./ Г. П. Артюнина – М.: Дашков и К, 2009.
3. Баранов, А. А Новые возможности профилактической медицины в решении проблем здоровья детей и подростков / А. А. Баранов, В. Р. Кучма, В. А. Тутельян. – М.: Изд-во НЦЗД РАМН, 2006.
4. Басов, Н.Ф Социальный педагог: Введение в профессию: учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений./ Н.Ф. Басов, В.М Басова, А.Н. Кравченко– 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2007.
5. Бодяжина, В. И., Акушерство: учеб. Пособие. /В. И. Бодяжина,
6. И.С. Семенченко – Изд. 6-е. – /Ростов Н/Д: Феникс, 2009.
7. Брутман, В.И. Проблемы социальной защиты сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, и юных одиноких матерей./ В. И. Брутман – М.; Сыктывкар: АСОПИР,1994.
8. Волков, Б. С. Психология подросткового возраста: учебник / Б.С. Волков. — 4-е изд., перераб. И доп. — М.: КНОРУС, 2016. — 266 с. — (Бакалавриат).
9. Гуркин. Ю. А. Детская подростковая гинекология / Ю. А. Гуркин - Медицинское Информационное Агентство (МИА), 2009
10. Гурко, Т. А. Ориентиры в воспитании ребенка молодых матерей различных социальных групп: конформизм vs самореализация // Россия: тенденции и перспективы развития. Ежегодник. Вып. 10. Часть III. Редкол.: Пивоваров Ю.С. (отв. ред.) и др. – М.: ИНИОН РАН, 2015. С. 156-161.

11. Журавлева, И. В. Репродуктивное здоровье подростков и проблемы полового просвещения / И. В. Журавлева // Социологические исследования: научный журнал / учредитель Институт социологии РАН. – 2004.
12. Здоровоохранение в России. 2013: Стат.сб./Росстат. – М., 2013.
13. Кервасдуэ, де Анна. Девочка. Девушка. Женщина – пер. с фр. И. Ю. Крупичевой./ Анна де Кервасдуэ – М.: ООО «Мир книги», 2008.
14. Краснаярова, М.В. Практика социально-педагогической поддержки материнства девочек-подростков / М.В. Краснаярова // Социально-педагогическая поддержка ребёнка: материалы междунар. Науч. Конф./ под общ. Ред. А.В. Иванова. – М.: АПКИППРО, 2009.
15. Краснаярова, М.В. Педагогика и раннее материнство: проблемы и решения / М.В. Краснаярова // Педагогика – XXI: материалы междунар. Науч. Конф. – Караганда: Центр гуманитарных исследований, 2010
16. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет /И. Ю. Кулагина Ун-т Рос. Акад. Образования – 9-е изд. – М.: Изд-во УРАО, 2010
17. Мастерс Уильям Г. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY) / Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни. Пер. с англ. — М.: Мир, 1998
18. Мудрик, А. В. Социальная педагогика: учебник для студ. Учреждений высш. Проф. Образования /А. В. Мудрик – 8-е изд., испр. И доп. – М. : Издательский центр «Академия», 2013.
19. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития./ В. С. Мухина 10-е изд., перераб. И доп. – М.: 2006.
20. Нагаев, В.В. Сексологическая экспертиза: Психолого-сексологические аспекты. Учебник для вузов. / В. В. Нагаев М.: ЮРКНИГА, 2006
21. Резникова, Т. Контрацептивное поведение молодежи / СОЦИС. – 2008. – № 1.

22. Телепов, М. Н. Алгоритм любви / М.Н. Телепов, Н. Н. Телепова. – 2-е изд., перераб. И дор. – Самара: АНПО «АСЕТ», 2012.
23. Уварова, Е.В. Особенности современной контрацепции у сексуально активных подростков и молодежи, ФГУ НЦ АГиП им.В.И.Кулакова Росмедтехнологий Руководство по контрацепции под руководством проф.Прилепской В.Н., 2006
24. Филиппова, Г. Г. Психология материнства: Учебное пособие./ Г. Г. Филиппова — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002
25. Фридман Г.Л. Репродуктивное здоровье подростков: Подход к планированию исследований в области служб здравоохранения / Г.Л. Фридман, К. Эдстрем. М.: Медицина, 1985
26. Холостова, Е. И. Технология социальной работы: Учебник для бакалавров /Под редакцией Е. И. Холостовой, Л. И. Кононовой. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013.
27. Чумаков, Б. Н. Основы здорового образа жизни. / Б.Н. Чумаков Учебное пособие – м.: педагогическое общество России, 2009.
28. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология)./ И. В. Шаповаленко – М.: Гардарики, 2010.
29. Актуальные аспекты профилактики абортов среди подростков 14-18 лет г. Ижевска [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://socrabota.org/publ/aktualnye\\_aspekty\\_profilaktiki\\_abortov\\_sredi\\_podrostkov](http://socrabota.org/publ/aktualnye_aspekty_profilaktiki_abortov_sredi_podrostkov) (дата доступа: 10.06.2014).
30. Беременность от А до Я [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.9months.ru/beremennostbase/321/rannyaya-beremennos> - (дата доступа: 28. 05.2014).
31. Мама-подросток [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://rsuzhur.ru/mama-podr> (дата доступа 10.04.2014).
32. «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы» Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 [Электронный

- ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70183566/#ixzz33xyJjgz>  
(дата доступа 07. 06.2014)
33. Опасность аборт для девочек подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.podskaju.ru/beremennost-aborty/opasnost-aborta-dlja-devochek-podrostkov> – (дата доступа: 13. 06.2014).
34. Половое воспитание детей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://detstvostmail.ru/news/?record\\_id=153](http://detstvostmail.ru/news/?record_id=153) (дата доступа: 18.10.15).
35. Предупреждение ранней беременности и профилактика нарушений репродуктивного здоровья среди подростков в развивающихся странах. Информационная памятка на базе руководства ВОЗ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/documents/preventing\\_early\\_pregnancy/ru](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/preventing_early_pregnancy/ru) (дата доступа: 07. 06.2014)
36. Половое воспитание школьников в России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pandia.ru/text/77/104/396-3.php> (дата доступа: 18. 06.2014).
37. Программа по нравственно-половому воспитанию "Профилактика ранней беременности" [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://videouroki.net/filecom.php?fileid=98680589> (дата доступа 11.03.2016)
38. Ранняя беременность [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://admmegion.ru/news/textdet.php?elem\\_id=304743](http://admmegion.ru/news/textdet.php?elem_id=304743) (дата доступа: 13.04.2014).
39. Ранняя беременность, или Что бывает, когда дети играют во взрослые игры [Электронный ресурс]. – режим доступа: <http://www.7ya.ru/article/Rannaya-beremennost-ili-Chto-byvaet-kogda-deti-igrayut-vo-vzroslye-igry/> (дата обращения: 12. 04.2014).
40. Сайт о беременности и родах [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.mymummy.ru/pregnancy/rannaya-beremennost.html> - (дата обращения 28. 05.2014).

41. Социальная ситуация развития подростка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyera.ru/4741/socialnaya-situaciya-razvitiya-podrostka> (дата доступа: 28.02.2014).
42. Технология работы психолога с подростками [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sites.google.com/site/webquestmihailk/novoobrazovania> (дата обращения: 14. 06.2014).
43. Элективный курс для девочек 7 – 9 классов «Жемчужина Вселенной» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.slavkrug.org/elektivnyj-kurs-dlya-devochek-7-9-klassov-zhemchuzhina-vselennoj> (дата доступа 05.02.2016).

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ПЕРМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФАКУЛЬТЕТ ПРАВОВОГО И СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ

Кафедра социальной педагогики

# *Приложение*

к выпускной квалификационной работе

## **ПРОФИЛАКТИКА РАННЕЙ БЕРЕМЕННОСТИ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕВУШЕК КАК НАПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Работу выполнила:  
Студентка 1341 группы  
направления подготовки  
44.03.02. Психолого-педагогическое  
образование, профиль «Психология и  
социальная педагогика»  
**Тупицына Алла Ивановна**

Руководитель:  
к.п.н., зав. кафедрой социальной педагогики  
**Якина Юлия Ивановна**

Пермь  
2016

## Содержание

**Приложение 1** Программа по нравственно-половому воспитанию (профилактика ранней беременности) для девочек и девушек-подростков 6-11 классов, автор Омарова Гульмира Бекбулатовна, педагог-психолог средней школы аула Баянбай, Акмолинская область, Бурабайский район.

**Приложение 2** Программа по половому воспитанию подростков «Здоровое поколение», реализованная в 2011 году на базе Центра социальной помощи семье и детям Ленинского района г.Ижевска.

**Приложение 3** Методика проведения классного часа «Что бывает, когда дети играют во взрослые игры. Ранняя беременность», разработанная социальным педагогом МОУ СОШ №1 городского округа город Буй Барановой Н.Г.

**Приложение 4** Классный час «Проблемы сексуальных отношений старших школьников» разработан Алексеевой Н.С. учителем биологии высшей категории МОУ гимназии № 36 г. Иваново.

**Приложение 5** методика «Анкета для девочек»

**Приложение 6** Диаграммы по результатам методики №Анкета для девочек»

**Приложение 7** методика «Ценностные Ориентации» (М. Рокич)

**Приложение 8** Результаты диагностики «Ценностные Ориентации» (М. Рокич)

**Приложение 9** методика «Анкета для родителей»

**Приложение 10** методика Опросник для педагогов «Половое воспитание подростков»

**Приложение 11** методики проведения занятий в рамках программы профилактики ранней беременности несовершеннолетних «Твое будущее в твоих руках» (12 занятий)

**Приложение 12** буклет для родителей «Деликатный разговор с подростком: несколько советов родителям».

**Приложение 13** буклет для родителей «Беременность несовершеннолетней девушки – инструкция для родителей».

**Приложение 14** Методика Анкета по итогу программы «Твое будущее в твоих руках»

**Приложение 15** диаграммы по результатам анкеты по итогу программы «Твое будущее в твоих руках»

**Приложение 16** диаграммы сравнительной характеристики первичной и вторичной диагностики

## Приложение 1.

### **Программа по нравственно-половому воспитанию (профилактика ранней беременности) для девочек и девушек-подростков 6-11 классов, автор Омарова Гульмира Бекбулатовна, педагог-психолог средней школы аула Баянбай, Акмолинская область, Бурабайский район.**

Программа предназначена для проведения профилактической работы среди девочек и девушек – подростков.

Программа разработана с учетом физиологических и психологических особенностей развития детей и подростков и возрастных особенностей восприятия знаний. Через реализацию данной программы обеспечивается половое воспитание девочек – подростков.

**Цель:** воспитание гигиенической и духовной культуры у девочек и девушек, обучение навыкам, способствующим сохранению и укреплению репродуктивного здоровья, основываясь на традициях воспитания девочек казахстанского народа..

#### **Задачи:**

- 1) Дать необходимые знания об анатомо- физиологических и психологических особенностях женского организма.
  - 2) Вооружить необходимыми знаниями о профилактике венерических болезней и о мерах по предупреждению ранней беременности.
  - 3) Сформировать бережное отношение к своему здоровью с позиции нравственно – этических норм поведения казахстанского народа, дать представление о целомудрии, сформировать отрицательную нравственную оценку половой распущенности
  - 4)Создавать положительный образ таких качеств характера, как скромность, порядочность, честность, достоинство.
  - 5) Обучить гигиеническим навыкам, способствующим сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.
- Содержание программы:**

**Раздел 1. Возраст перемен.** Раскрывает особенности развития девочек 10-12 лет, дает общие представления о строении женской репродуктивной системы. Содержит рекомендации по гигиене тела, обуви и одежды, гигиена питания и психогигиене, закаливание, предупреждение гинекологических заболеваний у девочек. Показывает анатомно-физиологические изменения, происходящие в организме девушки в переходном возрасте 12-15 лет. Рассматривает основные этапы полового созревания: последовательность развития вторичных половых признаков, первая менструация. Дать ответы на самые распространенные вопросы девушек – подростков о менструальном цикле.

**Раздел 2. Половые отношения.** Предназначен для девушек старше 14 лет. Освещаются вопросы окончательного созревания женской репродуктивной системы. Заостряется внимание на главных духовных ценностях человека – уважении и любви. Раскрывает проблемы, возникающие при небрежном отношении к своему репродуктивному здоровью (нежелательная беременность, аборты, инфекции передающиеся половым путем, психологические травмы).

Название разделов	Рекомендуемый возраст
Раздел 1. Возраст перемен.	От 10-17 лет
Раздел 2. Половые отношения.	Старше 14 лет

**Методы:** - мозговой штурм;

- групповая дискуссия;
- индивидуальные беседы
- диагностический
- объяснительно-иллюстративный
- эвристический
- словесный
- проблемный, частично-поисковый
- информационно-рецептивный
- энергизаторы.

**Энергизаторы** – это короткое физическое упражнение средство для преодоления спада энергии, оживляет активность группы.

**Основные принципы программы:**

- проблемности;
- самостоятельности;
- прагматичности;
- принцип творческого исследовательского подхода к решению проблемы;
- мозговая атака;
- деятельностный.

**Планируемые результаты.**

**Учащиеся должны знать:**

- анатомно - физиологические изменения девочек в переходном возрасте;
- строение женской репродуктивной системы;
- соблюдение режима дня для правильного развития организма и становления менструальной функции;
- вредные привычки и здоровье женщины несовместимы;
- проблемы при небрежном отношении к своему репродуктивному здоровью (нежелательная беременность, аборты, инфекции передающиеся половым путем, психологические травмы);
- об инфекционных заболеваниях, которые передаются половым путем и их последствия в репродуктивной деятельности.

**Учащиеся должны уметь:**

- соблюдать личную гигиену девочки; интимную гигиену девушки;
- следить за осанкой, заниматься утренней зарядкой, посещать секции, способствующие формированию красивой фигуры и здоровью;
- соблюдать правила закаливания для укрепления здоровья;
- ухаживать за телом, волосами, ногтями, лицом, зубами, ногами;
- подбирать правильно одежду, обувь по сезону для сохранения здоровья;
- управлять своими эмоциями и быструю смену настроения в период полового созревания у девочек;

- составлять меню рационального и сбалансированного питания в период полового созревания;
- противостоять вредным привычкам: курению, алкоголю и наркотикам.

**Программа способствует развитию следующих компетенций:**

1. Общекультурная компетенция (роль науки в жизни человека, компетенция в бытовой сфере)
2. Учебно-познавательная компетенция (элементы логической, общеучебной деятельности, анализ, рефлексия, самооценка)
3. Информационная компетенция (поиск и анализ необходимой информации)
4. Коммуникативная компетенция (навыки работы в парах, в коллективе)
5. Ценностно-смысловая компетенция (материалистическое мировоззрение)
6. Ценностно-нравственная, духовная компетенция будущих поколений.

**Тематический план курса**

№	Тема занятия	Кол-во занятий
	<b><u>Раздел 1. Возраст перемен.</u></b>	
1	Введение. Возраст перемен.	1
2	Психо -эмоциональное состояние девочек.	1
3	Строение и функции женской репродуктивной системы.	1
4	Основные этапы полового развития девушки	2
5	Гигиена девушки	2
6	Правильное питание - залог здоровья и красоты девочки.	2
7	Одежда и здоровье девочки.	1
8	Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье.	1
9	Вредные привычки и их влияние на здоровье девочки.	2
	<b><u>Раздел 2. Половые отношения.</u></b>	

1	Что такое половое воспитание.	2
2	Запретный плод сладок.	2
3	Кто она современная девушка?	1
4	Вечные ценности. Целомудрие.	2
5	Большие проблемы маленьких девочек.	2
6	Инфекционные заболевания, которые передаются половым путем и их последствия в репродуктивной деятельности.	1

### Список литературы

1. Снегирева Ю.Н. Элективный курс для девочек «Жемчужина вселенной»
2. Фролова О. Г. «Половое воспитание девочек». М.: «Медицина», 1982. – 56 с., ил. – (Науч. – попул. мед. литература).
3. Интернет ресурс сайт [www.bilu.kz](http://www.bilu.kz) 2012г.
4. Сарыбекова, Ж.Т. Особенности воспитания девочек в казахском народе / Ж.Т. Сарыбекова // Управление в социальных и экономических системах: материалы XVII междунар. науч.-практ. конф., Минск, 2-6 июня 2008 г. [Электрон. ресурс]. – 2008. <http://elibrary.miu.by/conferences!/item.uses/issue.xvii/article.98.html>. –
5. Интернет сайт «Сайт для тех, кому за 13», «13+» журнал для подростков.

**Программа по половому воспитанию подростков «Здоровое поколение», реализованная в 2011 году на базе Центра социальной помощи семье и детям Ленинского района г.Ижевска.**

**Цель программы:** формирование у подростков представлений о здоровом образе жизни и культуре половых отношений.

Программа включает в себя следующие **формы работы:**

- диагностика (анкеты, опросы) с полной обработкой информации;
- консультации специалистов (индивидуальные, групповые);
- выступление специалиста на родительских собраниях.
- «обратная связь» с подростками (отзывы, предложения, пожелания).

А также 8 тренинговых занятий, направленных на:

- информирование подростков об институте семьи и брака;
- профилактика раннего вступления в половую связь;
- профилактика вредных привычек;
- профилактика заболеваний, передающихся половым путем;
- профилактика нежелательной беременности;
- профилактика абортов;
- профилактика сексуального насилия.

Программа направлена на работу с детьми в возрасте от 12 до 18 лет. Формирование групп производится на основании заявок от учебных и образовательных учреждений района, в течение учебного года

**Ожидаемые результаты:**

- формирование положительной мотивации к здоровому образу жизни;
- формирование представлений о браке и семье;
- информирование о культуре полового поведения.

**Реализация программы «Здоровое поколение» в 2011г.**

В течение первого полугодия 2011г. в рамках реализации программы «Здоровое поколение» специалистами Центра проведены лекции, беседы, практические занятия со школьниками: «Инфекции, передаваемые половым путем», «Аборт и его последствия», «Контрацепция», «Здоровье населения», «Профилактика вредных привычек» и т. д.

Занятия с участниками программы преследуют не только обучающие цели, но и имеют большой воспитательный потенциал. Подростки получают общее представление по данным темам, задают интересующие вопросы, формируют полноценную информацию о здоровом образе жизни.

Проведенное в начале реализации программы анкетирование, показало, что подростки недостаточно информированы о культуре половых отношений, о методах контрацепции, о последствиях аборта и т.д.

Результаты повторного анкетирования показали, что уровень знаний по данной теме повысился. Молодые люди осознают отрицательное воздействие вредных привычек на молодой организм, подтверждают, что половые отношения это большая ответственность за свое здоровье и за свое будущее.

Всего за 6 месяцев в данной программе приняло участие 393 школьника.

Во втором полугодии в программу «Здоровое поколение» включена новая тематика бесед «Личная гигиена мальчиков и девочек» для младшего школьного возраста.

На занятиях участники группы, познакомившись друг с другом, выполняли различные упражнения («Снежный ком», «Корреспондент» и т.д.). В игровой форме они получали знания в области личной гигиены, половом воспитании.

По окончании беседы проводилась рефлексия – обмен чувствами, впечатлениями с каждым участником группы, подводились итоги занятия.

Из опросов ребят, их рисунков видно, что дети изменили свое представление о личной гигиене, осознали, что необходимо заботиться о своем здоровье.

**Методика проведения классного часа «Что бывает, когда дети играют во взрослые игры. Ранняя беременность», разработанная социальным педагогом МОУ СОШ №1 городского округа город Буй Барановой Н.Г.**

**Тема:** «Что бывает, когда дети играют во взрослые игры». Ранняя беременность.

**Цель:** Сформировать у подростков ценное отношение к здоровому образу жизни.

**Материалы и оборудование:** репродукции картин художников (Рафаэль), презентация.

**Вступительное слово учителя**

Добрый день, уважаемые гости! Здравствуйте, девочки, девушки, наши старшеклассницы. Сегодня мы с вами поговорим о великом предназначении женщины – материнстве и о проблемах, которые связаны с этим предназначением. Каждый из нас знает, что девочка, рожденная на планете Земля, в будущем призвана стать матерью, продолжательницей рода человеческого. Так было, есть и будет. Есть одно замечательное стихотворение, в котором поэт С. Островой очень точно выразил наше отношение к женщине.

**Ученица читает стихотворение С. Острового**

Есть в природе знак простой и вещей,  
Ярко обозначенный в веках.  
Самая прекрасная из женщин –  
Женщина с ребенком на руках!  
Пусть ей вечно солнце рукоплещет,  
Так она и будет жить в веках,  
Самая прекрасная из женщин –  
Женщина с ребенком на руках!

**Ученица делает обзор художественной выставки и подробно рассказывает об одной из картин.**

С мыслью поэта “Самая прекрасная из женщин – женщина с ребенком на руках!” перекликаются и картины, представленные на нашей выставке. Вы видите здесь и знаменитые картины великих мастеров. Вот картина Рафаэля “Мадонна из Конестабиле”. На фоне широкого пейзажа – долин и холмов, реки и, снежной горы на горизонте – изображена молодая женщина с ребенком. Задумчивое, немного грустное безмолвие окружает её: от ее склоненного лица, опущенных глаз, струящегося по плечам покрывала как бы исходит предчувствие печали. Целомудрием и душевной чистотой покоряет это маленькое тондо (произведение круглой формы), такая чистота слышится в пении свиристелей – даже шум большого города не заглушает их негромких, но хрустально – ясных голосов. “Мадонну Конестабиле” не подавляет ни золоченая, украшенная рельефами рама, ни пышность огромного зала; светясь внутренним светом, она сосредотачивает на себе взгляды. Этот внутренний свет, исходящий от мадонн, объединяет все эти картины, хотя они написаны разными художниками, в разных манерах, в разные эпохи.

Самое почетное место в нашей выставке занимает картина Рафаэля “Сикстинская мадонна”, которая стала вершиной его творчества.

“Чтобы написать красавицу, мне надо видеть многих красавиц, – писал он. – Но ввиду недостатка... в красивых женщинах, я пользуюсь некоторой идеей, которая приходит мне на ум. Имеет ли она какое – либо совершенство, я не знаю, но очень стараюсь его достигнуть”. Чистые овалы лиц, длинные прямые волосы, покорные глаза, чуть тронутые горечью губы – таковы его мадонны. Ни великолепных нарядов, ни яркой красоты, которые так любили его современники – венецианцы, ни экстатических переживаний – ничего резкого, экспрессивного. Только тихая материнская радость, слитая с таким же тихим предчувствием горя, только готовность войти в мир со своей судьбой и раствориться в ней. По умению создать земной и одновременно

лишенный черт повседневной обыденности образ, по глубине и силе поэтического чувства, всегда выверенного и обузданного разумом, по точной мере их соотношения Рафаэля можно сравнить с поэтом Пушкиным.

“Сикстинская мадонна” находится в Дрезденской картинной галерее. Вряд ли стоит её описывать, она знакома всем нам по репродукциям, но и описания дают так же мало, как и сами репродукции. “Не видав оригинала, я хотел купить себе в Дрездене ...эстамп; но увидав, не захотел и посмотреть на него: он, можно сказать, оскорбляет святыню воспоминания, – рассказывал поэт Василий Андреевич Жуковский. – Час, который я провел перед этой мадонной, принадлежит к счастливым часам жизни”. Необыкновенная чистота юной матери с детским и в то же время самоотверженным взглядом, не по-детски прозорливый взгляд младенца, уже постигнувшего сокровенный смысл жизни и смерти, удивительная одухотворенность обоих – все это делает “Сикстинскую мадонну” одним из величайших созданий европейской живописи.

### **Учитель**

Действительно, женщина – прекрасное творение природы, она олицетворяет собой начало жизни, любовь, счастье на Земле. А можете ли вы представить себе мать, которая хочет причинить зло своему ребенку?. Наверное, нет, ведь нормой для нас матерей, стало бескорыстное самопожертвование во имя своего ребенка. Однако участились случаи, когда матерями становятся совсем еще юные женщины в 13 – 14 лет, которым впору играть с куклами, а не воспитывать ребенка; участились случаи прерывания беременности юными мамами, а сколько брошенных детей в детских домах, помойках, мусорных баках!

### **Ранняя беременность или что бывает, когда дети играют во взрослые игры**

*«Мама, я беременна...» - растирая сопли и глотая слёзы, дрожащим голосом говорит девочка-школьница. Она еще вчера играла в куклы, а сегодня взрослая жизнь сыграла с ней жестокую шутку. Даже в страшном*

*сне матери не хотели бы видеть своих дочерей в такой ситуации. Но такое случается сплошь и рядом. Почему так происходит? Как уберечься от такой проблемы как ранняя беременность? Попробуем разобраться.*

Как известно, хорошо все то, что происходит вовремя. **Ранней беременностью** (ее еще называют подростковой) принято считать состояние беременности у девочек-подростков 13-19 лет. Именно в этом возрасте у девочки идет гормональная перестройка организма, когда она «уже не девочка, но еще не женщина», как еще недавно пела кумир всех девочек-подростков Бритни Спирс.

Конечно, в слаборазвитых страна Африки или Азии ранняя, по нашим меркам, беременность может восприниматься обществом вполне нормально, но кто в этих странах придает значение шокирующим показателям детской смертности, в том числе во время родов? В конце концов, в наших, европейских широтах нет острой необходимости пораньше рожать много детей-помощников в сельскохозяйственных работах, например, для возделывания плантаций риса, как это было в древнем Китае. А раннюю беременность девочки-подростка не станут считать благословением небес, как это происходит в некоторых африканских деревнях.

В развитых странах большинство подростковых беременностей являются незапланированными и, как следствие, в 70% случаев заканчиваются абортами, причем на поздних сроках, 15% - выкидышами и только 15% приходится на роды. Почему же сейчас, в наш информационный век, существует проблема ранней беременности? **Основная причина – отсутствие или недостаточное половое воспитание подростков.** Мало кто всерьез задумывается о **последствиях** беременности незрелого организма, а их множество.

### **Проблема здоровья при ранней беременности**

Основная проблема заключается в том, что тело молодой женщины не готово физически вынашивать ребенка в таком юном возрасте.

Подросток находится в смятении, не знает, прекратить ли беременность или продолжать. Если девочка решается на аборт, она должна понимать, что в последствии могут возникнуть гинекологические проблемы, вплоть до бесплодия. Если она решает рожать, то подвергнет себя серьезному испытанию, ведь в неокрепшем организме молодой женщины начнут происходить многочисленные сложные изменения, которые способствуют внутриутробному развитию плода, готовят организм к родам и грудному вскармливанию.

Организм беременной женщины начинает накапливать строительный материал для растущего организма: азот (для синтеза белка), жиры (для формирования тканей плода), железо (для образования крови), калий (для работы сердечной мышцы), магний, кобальт, медь. А это все – дополнительная нагрузка на организм будущей матери. Также при беременности значительно усиливается работа сердечно-сосудистой системы, что, в свою очередь, заставляет работать в усиленном режиме печень и почки.

Неподготовленный организм просто может не справиться со столь сложной задачей, как вынашивание и роды здорового ребенка. Вес ниже нормы у младенцев или младенцы с врожденными дефектами - общий печальный результат беременности подростка.

### **Психологическая проблема ранней беременности**

Не менее важной является и психологическая проблема ранней беременности. Узнав о своем положении, молодые девушки испытывают шок и пребывают в панике. Психологи говорят, что обычной реакцией является чувство вины, гнев и нежелание признать случившееся. Это приводит к опасным последствиям, ведь девочка может остаться без необходимой и своевременной медицинской помощи.

Зачастую, беременным девочкам не с кем поделиться своими переживаниями, они замыкаются в себе, часто бывают подавлены, ощущают вину и страх.

Это неудивительно, ведь происходит резкий переход из детства во взрослую жизнь, девочка сталкивается с первым серьезным решением в своей жизни. Причем принять важное решение нужно ей самой, молодые отцы, обычно, сразу перестают быть «крутыми парнями» и предпочитают уйти в сторону.

### **Социальная проблема ранней беременности**

Даже в самом прогрессивном обществе беременные подростки часто сталкиваются, как минимум, с осуждением. Девочка часто остается один на один со своей проблемой, боится признаться даже родителям. К тому же, чаще ранняя беременность происходит у детей из неблагополучных семей, когда между родителями и детьми нет нормальных отношений, не говоря уже о каком-то воспитании. Кроме того, забеременев, девочка вынуждена бросить школу или совмещать материнство с обучением, что в большинстве случаев нереально. Нехватка образования «ставит крест» на дальнейшей самореализации девочки, у нее практически нет шансов получить хорошую работу, сделать карьеру. Нет хорошей работы – значит, нет достаточного количества денег, что, в свою очередь, толкает молодую мать на преступления. Беззащитность часто приводит к насилию в семье, безысходность подталкивает к алкоголизму и употреблению наркотиков. Такие женщины, зачастую, повторно беременеют, не достигнув и 20 лет. А их дети, в свою очередь, оказываются никому не нужными и пополняют дома малютки.

### **Профилактика ранней беременности**

«Осведомлен – значит вооружен» - говорили отважные разведчики. С этим не поспоришь: проблему лучше предотвратить, чем потом бороться с последствиями.

**Итак, что нужно знать подросткам и их родителям о ранней беременности.**

Так, начавшая половую жизнь девочка, должна отчетливо понимать, что у нее возможно наступление беременности. Насколько она к этому

готова? Хочет ли выносить и родить ребенка? Естественно, все эти вопросы должны быть решены еще до наступления близости. Если девочка не готова к ранней беременности, ей необходимо позаботиться о контрацепции. Тут на помощь и должны прийти родители, обеспечив своего ребенка разнообразной и полной информацией по этому серьезному вопросу. Очень важным также является посещение врача, ребенку нужно с детства прививать бережное отношение к своему здоровью.

Каждая девочка должна знать, что с появлением первой менструации она уже может забеременеть, причем даже при однократном половом контакте. Физиологически ранняя беременность возможна даже при безобидных, на первый взгляд, занятиях петтингом.

**Ученица: Исповедь «маленькой мамы»**

«Моей самой большой мечтой остается семья»

ЛЕНА (Санкт-Петербург): Мама родила меня после развода и так больше и не вышла замуж, поэтому я совсем не знала, что такое настоящая семейная жизнь. А мне очень хотелось узнать, пусть даже на своем примере.

С Сережей мы познакомились на танцах. Мне было 15, я училась в девятом классе. Сережа мне сразу понравился, он был красивый, высокий и хорошо танцевал. Ему уже исполнилось 16, но выглядел он гораздо старше. Я даже не знаю, почему он обратил на меня внимание, ведь на дискотеке было много красивых девчонок, и одета я была не очень модно. Мама мне не разрешала встречаться с мальчиками на стороне, ну, я стала приглашать Сережу к нам домой. Музыку слушали, смотрели телевизор... Сережа интересовался только музыкой и машинами, хотел быть шофером.

А я хотела семью. И поэтому не сильно сопротивлялась, когда Сергей начал склонять меня к «постельным» отношениям. Я почему-то решила, что он меня любит и тоже хочет семью.

Мы оба испугались, когда я поняла, что беременна. Я очень боялась рассказывать об этом маме, потому что не хотела, чтобы нас ругали. Я

думала, она запретит нам видеться. Сережа предложил никому ничего не рассказывать, а дождаться родов, и тогда уже ничего нельзя будет запретить.

А потом живот стал заметен, и мама обо всем узнала. Она меня не ругала, только плакала и все время повторяла, что я сломала себе жизнь. Они договорились с бабушкой, что я поеду к ней в Калининград и там мне вызовут преждевременные роды. Я вернусь в Питер и закончу школу, а потом попробую поступить в институт. Но я не хотела в институт, я хотела семью. Странно, что мама и бабушка не подумали, что ребенок уже живой, ведь он всю шею шевелится, а если искусственные роды, то он будет уже не живой. Но я была на все согласна, только бы меня не разлучали с Сергеем.

Нам назначили обследование и день госпитализации. А я писала Сереже письма, и бабушка видела, как я скучаю. Она позвонила маме и сказала: «Они должны быть вместе, да и дите живое убивать негоже!» Мама вздохнула и пошла к Сережиним родителям.

Родители сначала Сережу отругали, потом обе мамы поплакали, успокоились и решили, что мне нужно рожать и нам с Сережей пожениться. Сергей сидел насупившись и никакой особой радости не выразил. Впрочем, и не возражал. Так я вернулась рожать домой.

Что заставило меня полюбить будущего ребенка? Наверное, сбывающаяся мечта о семье - нас будет трое. Я верила, что Сережа будет добрым, заботливым, будет нас любить и беречь. Ведь он не отказывался жениться. Но Сергей стал поступать в техникум и под этим предлогом приходил все реже и реже.

В конце августа я родила девочку, а 1 сентября пошла в 10 класс. Сережа меня не навещал, но встречать из роддома пришел. Был спокоен, удивительно сдержан, на вопрос об имени дочери ответил: «Как сама решишь».

В школе смотрели на меня кто с осуждением, кто с удивлением. Классная сказала, что я сделала большую глупость, начав так рано жить половой жизнью, но что правильно не стала портить здоровье абортom. И

всегда отпускала меня с уроков покормить дочку или посидеть дома, если она хворала.

Сергей учился в техникуме и приходил все реже и реже. На вопросы о свадьбе отговаривался тем, что нужно скопить денег. А потом очередной мамин возлюбленный как-то поссорился с Сережей, заявив, что он мне не пара. Видимо, Сергей только этого и ждал. Или чего-то подобного. Он тоже вспылал, сказал, что никогда меня не любил и не хочет связывать со мной жизнь. Мол, ему еще рано быть отцом и мужем, он хочет встать на ноги, а семья будет ему только мешать. Родители Сережи бегали к нам, уговаривали сына, но он так и не изменил своего решения.

Так и не исполнилась моя мечта. До сих пор я одна, хотя дочери уже шесть лет. Мама тоже рассталась со своим последним мужчиной. И живем мы втроем - три женщины без мужей и отцов. Я очень люблю свою дочь и даже с ужасом думаю, что ее могло бы не быть. И сделала бы это я сама. Однако по-прежнему моей самой большой мечтой остается семья, в которой меня и дочь защищал бы и берег мужчина. Но семьи все нет и нет. А дочка любого проходящего в дом мужчину называет папой.

### **Итог**

Безусловно, нельзя сказать, что ранняя беременность имеет только негативные последствия. Есть, конечно, и счастливые исключения, как, например целеустремленная и не сломленная жизненными трудностями юная Катя Тихомирова из любимого многими кинофильма «Москва слезам не верит» в исполнении Веры Алентовой. Но много ли таких Кать среди нас?

Все-таки, исключительными лучше быть в чем-то другом.

Дорогие девушки, это огромное счастье и огромная ответственность – быть матерью! Здоровье ваших детей в ваших руках. Я знаю, что не все из вас любят прислушиваться к советам врачей, педагогов, родителей. Конечно, жить “своим умом”, а по сути, без всякого рассуждения перелетать с цветка на цветок подобно бабочке, спешащей навстречу своим желаниям, гораздо приятнее. Но мне кажется, что легкомыслие здесь неуместно и даже

преступно. Ведь с некоторых пор вы начинаете распоряжаться не только своей судьбой и своим здоровьем, но и судьбой и здоровьем другого человека... Того, который пока еще не родился. Того, который через несколько лет станет хозяином страны... Судьба нации в ваших руках, девушки.

**Классный час «Проблемы сексуальных отношений старших школьников» разработан Алексеевой Н.С. учителем биологии высшей категории МОУ гимназии № 36 г. Иваново.**

Данный классный час входит в «Вертикальную» программу «Семейного и полового воспитания», которая реализуется в детском коллективе в течение всех лет обучения с 5 по 11 класс. Данная программа входит в раздел нравственного воспитания.

Данное занятие особенно тем, что затрагивает лично значимые для старшеклассников темы сексуальных отношений. То есть оно природосообразно, актуально и предлагается в сензитивный период развития ребенка. Учащиеся самой природой своего развития смотивированы на разговор по данной теме. Это повышает эффективность и результативность занятия.

**Тема занятия:** «Проблемы сексуальных отношений старших школьников»

**Цель занятия:**

1. Оценить позицию школьников по вопросу ранних сексуальных отношений.
2. Формировать убеждение в рискованности сексуальных отношений в раннем возрасте и навыки критического мышления.
3. Выработывать навыки противостояния манипулированию, в том числе в сфере сексуальных отношений.

**Задачи занятия:**

1. Организовать фронтальное обсуждение жизненно важных для подростков вопросов сексуального поведения.
2. Организовать групповую работу учащихся в свободных группах.
3. Предложить учащимся адекватные упражнения – тренинги и значимую и «говорящую», лично значимую информацию по теме.

### **Тип мероприятия.**

Занятие построено в комбинированной технологии, совмещающей элементы нейролингвистического программирования и превентивного обучения. Эти технологии предполагают активные формы работы с детьми, организацию интерактивного взаимодействия подростков, коллективный поиск решения проблем. Именно нахождение ребенка в активной позиции позволяет ему формировать убеждения и «присваивать» их как личностно значимые.

### **Оборудование:**

1. Ватман или доска.
2. Маркеры или мел.
3. Оборудование для воспроизведения музыкальных фрагментов.

### **Сценарий классного часа**

#### **«ПРОБЛЕМЫ СЕКСУАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ»**

«Все приходит вовремя к тому,  
кто умеет ждать»

Монтень

Деятельность учителя	Деятельность ученика
<b>Этап 1. Мотивация.</b>	
Учащиеся входят в помещение под музыку «Вальса цветов» и занимают места на стульях, расставленных открытым кругом. В открытой части круга находится ведущий, он как бы замыкает круг.	
Ведущий обращается к учащимся: «Я очень рада, что вы собрались сегодня на нашу встречу, я благодарна вам за доверие и хочу извиниться перед вами. Вы удивлены? Я хочу извиниться за то, что тема, которую мы сегодня обсуждаем выбрана не вами. Эту тему для разговора предложила вам я. Это сложная и очень важная для вас тема. Я хочу вас успокоить – я не буду	

<p>требовать от вас каких-то личных откровений, рассказов о личной жизни, личном опыте. Если вы не захотите отвечать на поставленные вопросы – вы можете молчать. Я просто предлагаю вам обсудить некоторые животрепещущие жизненные вопросы.»</p>	
<p>Ведущий обращается к участникам встречи с мотивирующим вопросом (в технологии нейролингвистического программирования):</p> <p>- Считаете ли вы проблему сексуальных отношений несовершеннолетних важной и значимой для себя?</p>	<p>- Да, конечно!</p>
<p>- Хотели бы вы получить информацию по этому вопросу и поучаствовать в обсуждении проблемы?</p>	<p>- Да, хотели бы.</p>
<p><b>Этап 2. Оценка знаний подростков по данному вопросу.</b></p>	
<p>Фронтальная беседа с учащимися:</p> <p>-Как относятся взрослые (учителя, родители) и государство к сексуальным отношениям несовершеннолетних?</p>	<p>- Отрицательно!</p>
<p>- А почему?</p>	<p>Учащиеся перечисляют причины отрицательного отношения.</p>
<p>Ведущий подводит итог обсуждению:</p> <p>- Таким образом, могу ли я сказать, что такое поведение является рискованным?</p>	<p>- Да.</p>
<p>- Какой же риск подобного поведения можно выделить?</p>	<p>В ходе обсуждения (фронтальная беседа) учащиеся называют</p>

	возможные риски свободного сексуального поведения несовершеннолетних.
По завершении обсуждения, ведущий предлагает обобщить все сказанное и выделить группы рисков. Результаты обобщения записываются на доске.	
<p><i>Группы риска:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Физический (ЗППП, беременность, физическое насилие).</i></li> <li>2. <i>Психологический (психологическая травма).</i></li> <li>3. <i>Социальный (доброе имя, репутация).</i></li> </ol>	
- Считаете ли вы эти риски реальными?	- Да, пожалуй.
<b>Этап 3. Преподнесение новой информации.</b>	
<p>Ведущий обращается к учащимся:</p> <p>- Чтобы вы еще раз убедились в реальности риска, предлагаю вам поучаствовать в одной маленькой игре. Я предлагаю вам немножко побыть сочинителями и всем вместе сочинить одну историю. Это будет история любви. Давайте выберем имена для героев. Пусть это будут имена, не встречающиеся в вашем классе, чтобы никому не было обидно.</p>	Учащиеся выбирают имена для героев.
- <i>Итак, девушку звали ..., а юношу ... .</i>	
<i>Им было ... лет, когда они познакомились и подружились.</i>	Учащиеся выбирают возраст героев.
<i>Они были знакомы уже ... , когда решили, что они любят друг друга,</i>	Учащиеся предполагают на какой неделе (месяце) знакомства герои

<p><i>хорошо знают и доверяют друг другу, их отношения стабильны и они уже могут перейти к более интимной фазе любви.</i></p>	<p>приняли это решение.</p>
<p><i>Как честные и искренние партнеры, они, прежде чем вступить в сексуальные отношения решили рассказать друг другу о своем предыдущем опыте.</i></p>	
<p><i>Первым начал ... . Он признался любимой, что у него раньше были сексуальные отношения с ...партнершами. (Сочиняется краткая история взаимоотношений с прежними подругами, которых, как он сейчас понял, наш герой, по-настоящему не любил).</i></p>	<p>Учащиеся называют число предполагаемых предыдущих сексуальных партнерш героя и принимают участие в сочинении историй их отношений.</p>
<p><i>Девушка тоже призналась, что у нее есть небольшой сексуальный опыт отношений с ... партнерами. (История отношений девушки), но сейчас она поняла, что все, что было раньше - это несерьезно.</i></p>	<p>Учащиеся принимают участие в сочинении истории девушки.</p>
<p>По ходу беседы ведущий вычерчивает на доске схему сексуальных отношений партнеров, в результате чего получается разветвленное «дерево отношений». На этом «дереве» от влюбленных тянутся длинные «ветви», соединяющие их через прежних сексуальных партнеров со всеми последующими сексуальными партнерами своих прежних возлюбленных.</p> <p>Когда учащиеся видят это «дерево» и осознают его смысл, они приходят в</p>	

состояние некоторой растерянности и удивления. Они раньше не осознавали того. Что через своих сексуальных партнеров мы «связаны» с большим количеством других людей, с которыми наш партнер когда-то имел сексуальные отношения.

Обсуждая полученный результат, ведущий сообщает подросткам, что на слизистых оболочках организма человека всегда живут грибки, бактерии и вирусы и при контактах двух тел происходит обмен этой микрофлорой. Например, микробиологи подсчитали, что при поцелуе влюбленные обмениваются двумястами бактериями.

На слизистых оболочках половых органов могут жить около 200 видов различных микроорганизмов, среди них могут быть и очень патогенные, и те, которые могут вызвать заболевание при ослаблении иммунитета, такие как грибки (молочница) или вирусы (герпес). Однажды попав на слизистые, они остаются там надолго, многие навсегда. В особенно опасном положении оказываются юные любовники, так как так называемый местный иммунитет, у них еще слаб и плохо защищает покровы половых органов от внедрения чужих микроорганизмов. Это значит, что

<p>практически вся чужая микрофлора остается жить в юном организме и чаще, чем у взрослых вызывает заболевания и осложнения. А посмотрев на построенное нами «дерево отношений», можно понять, что когда двое вступают в интимные отношения, они вступают в «отношения» с микрофлорами всех бывших половых партнеров своих любимых, то есть фактически, обмениваются с ними микрофлорой и обретают ее навсегда.</p>	
<p><b>Этап 4. Ориентирование стратегии действия.</b></p>	
<p>Ведущий обращается к ошеломленной этими сведениями аудитории:</p>	
<p>- Вы расстроены? Все так грустно и выхода нет, нельзя защитить свое здоровье и благополучие? Можно? И я уверена: вы знаете как!</p>	<p>- Нужно использовать презерватив. Он достаточно надежно защитит и от заражения и от нежелательной беременности.</p>
<p>- Все правильно, это достаточно надежная защита. Знают ли об этом подростки? Конечно, знают! Но почему же тогда и у нас и во всем мире не снижается, а растет число ранних беременностей у девочек и венерических заболеваний у молодежи?</p>	<p>- Подростки высказывают свои мнения.</p>
<p>Ведущий выслушивает</p>	

<p>предположения участников дискуссии и предлагает им историю разрешения данной проблемы в Голландии. Суть истории состоит в том, что для решения проблемы ранних беременностей и профилактики венерических заболеваний среди молодежи правительство Голландии разработало программу, которая предполагала информирование молодежи о путях передачи инфекции и способах защиты от нее и бесплатную раздачу презервативов юношам в местах учебы и массового отдыха.</p>	
<p>- Как вы думаете, удалось ли правительству решить проблему?</p>	<p>- Думаю, что да. - Думаем, что нет, иначе этот позитивный опыт был бы уже распространен во всех развитых странах.</p>
<p>- Конечно, нет! А как вы думаете, почему?</p>	<p>Участники высказывают свои предположения.</p>
<p>Ведущий выслушивает мнения детей, а затем предлагает результаты исследования ученых. Причина лежит в особенности психологии подростков, для которых очень характерны:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- равнодушие к своему здоровью (кажется, оно будет таким всегда!);</li> <li>- склонность к риску;</li> </ul>	

<p>- импульсивность, отсутствие навыка анализировать последствия своих поступков.</p>	
<p>- Замечали ли вы за собой и своими друзьями такие особенности поведения?</p>	<p>Учащиеся делятся жизненными наблюдениями.</p>
<p><b>Этап 5. Поиск эффективной стратегии поведения.</b></p>	
<p>Ведущий продолжает беседу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Значит, страхи взрослых относительно рискованности вашего поведения не беспочвенны?</li> <li>- Значит, как показывает мировая практика, риск реален.</li> <li>- Что же делать, как же снизить риск?</li> </ul>	<p>Подростки высказывают свои предположения.</p>
<p>Ведущий благодарит участников за работу и рассказывает подросткам о возрождении ценностей целомудрия и супружеской верности в Европе. Такая смена ориентиров произошла потому, что люди осознали, что только так можно сохранить физическое и нравственное здоровье молодежи.</p>	
<p>Ведущий переходит к обсуждению следующего вопроса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Современные подростки в большинстве своем прекрасно осведомлены о риске ранних сексуальных связей, об отношении родителей к такому поведению, но все же по статистике, средний возраст</li> </ul>	

<p>начала половой жизни среди молодежи крупных городов – 14 -17 лет.</p> <p>Как вы думаете, каковы же мотивы вступления несовершеннолетних в сексуальные отношения?</p> <p><b>ГРУППОВАЯ РАБОТА.</b></p>			
<p>Для обсуждения этих важных вопросов ведущий предлагает участникам распределиться по разнополюм группам.</p>	<p>Участники организуются в группы для обсуждения по полу (поскольку обсуждаются «трудные» вопросы, то целесообразно позволить подросткам самим выбрать себе комфортную группу для работы).</p>		
<p><b>Задания группам:</b></p> <p>- юношам предлагается назвать основные мотивы вступления в сексуальные отношения в раннем возрасте , характерные для молодых людей;</p> <p>- девушки обсуждают ведущие мотивы у девочек-подростков.</p>	<p>Групповое обсуждение вопроса.</p> <p>Представители групп называют предполагаемые мотивы, Представители других групп могут их дополнять.</p>		
<p>Ведущий записывает результаты обсуждения на доске.</p> <p>Обычно, подростки называют следующие мотивы.</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: top;"> <p><i>Юноши:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сексуальное влечение</li> <li>2. Интерес</li> <li>3. Самоутверждение</li> </ol> </td> <td style="text-align: center; vertical-align: top;"> <p><i>Девушки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Боязнь потерять парня</li> <li>2. Интерес</li> <li>3. Самоутверждение</li> </ol> </td> </tr> </table>		<p><i>Юноши:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сексуальное влечение</li> <li>2. Интерес</li> <li>3. Самоутверждение</li> </ol>	<p><i>Девушки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Боязнь потерять парня</li> <li>2. Интерес</li> <li>3. Самоутверждение</li> </ol>
<p><i>Юноши:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сексуальное влечение</li> <li>2. Интерес</li> <li>3. Самоутверждение</li> </ol>	<p><i>Девушки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Боязнь потерять парня</li> <li>2. Интерес</li> <li>3. Самоутверждение</li> </ol>		
<p>Далее ведется обсуждение полученных результатов, отмечаются различия ведущих мотивов у юношей и</p>	<p>Участвуют в обсуждении.</p>		

девушек.	
<b>Этап 6. Создание модели успешного поведения.</b>	
<p>Ведущий начинает обсуждение следующей темы с вопроса:</p> <p>- Всегда ли сексуальные связи подростков являются результатом обдуманых, взвешенных решений?</p>	<p>Участники отмечают, что часто это случается случайно, импульсивно и даже против желания и потребности, то есть подросток становится жертвой манипуляции со стороны других подростков или взрослых. То есть подвергаются давлению.</p>
<p>- В какой форме может быть оказано это давление?</p>	<p>Учащиеся высказывают предположения, используя свой жизненный опыт.</p>
<p><i>Могут быть названы следующие формы давления:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- угроза;</li> <li>- убеждение;</li> <li>- злоупотребление отношениями;</li> <li>- шантаж;</li> <li>- лесть;</li> <li>- создание чувства вины;</li> <li>- взятие «на слабо».</li> </ul>	
<p>Ведущий утверждает:</p> <p>Человек не должен поддаваться давлению, позволять собой манипулировать, вынуждать поступать вопреки своим интересам, рисковать своим здоровьем и будущим. Для этого нужно уметь сопротивляться давлению.</p> <p>- А вы умеете сказать «нет»?</p>	<p>- Да, можем!</p> <p>- Нет, получается не всегда.</p> <p>- Это очень трудно!</p>
<p>- Хотели ли бы вы этому научиться?</p>	<p>- Конечно, хотим!</p>

<p>Научиться говорить «нет», если на вас оказывают давление и пытаются заставить вас сделать что-то против вашего желания, навязать вам поведение, носящее вред вашим интересам.</p>	
<p>- Давайте попробуем разработать стратегии отказа в ситуации, когда вступление в интимные отношения не входит в ваши планы, а партнер настаивает.</p> <p><b>РАБОТА В ГРУППАХ</b></p>	<p>- Мы хотим попробовать.</p>
<p><b><i>Задания группам:</i></b></p> <p>Участникам предлагается обсудить в группах способы отказа для юношей и девушек. При формулировке отказа нужно соблюдать следующие <b><i>правила:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>форма отказа не должна быть обидной;</i></li> <li>- <i>нельзя обвинять, оскорблять;</i></li> <li>- <i>отношения должны быть сохранены.</i></li> <li>- <i>отказ должен быть не временным, а окончательным, то есть не должен быть связан с какими-то устранимыми условиями.</i></li> </ul>	
<p>Перед началом работы ведущий предлагает обсудить еще один вопрос:</p> <p>- Как вы думаете, кому проще отказать: чужому или близкому</p>	<p>- Конечно, чужому.</p>

<p>человеку? - Почему?</p>	<p>Подростки высказывают свои предположения.</p>		
<p>Группам предлагается начать обсуждение темы.</p>	<p>Обсуждают тему и предлагают свои варианты отказа.</p>		
<p>Формулировки отказа ведущий записывает на доске. Обычно предлагаются следующие формулировки:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: top; width: 50%;"> <p><i>Юноши:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. нет времени;</li> <li>2. болею;</li> <li>3. не умею;</li> <li>4. родители запрещают;</li> <li>5. родители дома;</li> <li>6. устал.</li> </ol> </td> <td style="text-align: center; vertical-align: top; width: 50%;"> <p><i>Девушки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. критические дни;</li> <li>2. болею;</li> <li>3. боюсь;</li> <li>4. родители запрещают;</li> <li>5. не умею;</li> <li>6. боюсь беременности.</li> </ol> </td> </tr> </table>		<p><i>Юноши:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. нет времени;</li> <li>2. болею;</li> <li>3. не умею;</li> <li>4. родители запрещают;</li> <li>5. родители дома;</li> <li>6. устал.</li> </ol>	<p><i>Девушки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. критические дни;</li> <li>2. болею;</li> <li>3. боюсь;</li> <li>4. родители запрещают;</li> <li>5. не умею;</li> <li>6. боюсь беременности.</li> </ol>
<p><i>Юноши:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. нет времени;</li> <li>2. болею;</li> <li>3. не умею;</li> <li>4. родители запрещают;</li> <li>5. родители дома;</li> <li>6. устал.</li> </ol>	<p><i>Девушки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. критические дни;</li> <li>2. болею;</li> <li>3. боюсь;</li> <li>4. родители запрещают;</li> <li>5. не умею;</li> <li>6. боюсь беременности.</li> </ol>		
<p>После того, как все причины будут названы, они обсуждаются. Выясняется, что все отказы носят временный характер, не решают проблему сразу и наверняка. Например, сегодня у тебя болит голова, но завтра-то пройдет. Или сегодня у тебя критические дни, но когда-то они закончатся!</p> <p>Если участники обсуждения не находят решения сами, то ведущий предлагает, позволяющий сформулировать отказ в наиболее убедительной форме: «Я не готова (не готов) к таким отношениям». Больше ничего не нужно объяснять, доказывать. Причина не в партнере,</p>	<p>Высказывают дополнительные варианты отказов. Участвуют в обсуждении.</p>		

<p>никто не виноват, причина во мне самой (самом). Это мое состояние, я имею на это право и не должна (не должен) ни пред кем оправдываться.</p> <p>Еще два варианта отказа весомы. Это ссылка на свои религиозные убеждения (но она должна быть искренней!) и еще такой вариант, основанный на уважении родителей и доверии к ним: «У меня очень доверительные отношения с мамой и когда мы с ней обсуждали эту тему, она попросила меня дать слово, что до ... возраста я не буду торопиться с интимными отношениями. Я люблю тебя, но предать наши отношения с мамой не могу. Извини.»</p>	
<p>Ведущий предлагает подросткам осмыслить еще один аспект проблемы:</p> <p>- Реакция партнера на ваш отказ покажет вам, как на самом деле к вам относятся, уважают ли ваше право быть самим собой, нуждаются в вас или в сексе с вами?</p>	
<p>- Как вы думаете, кому легче отказаться от нежелательного секса: юноше или девушке? Почему?</p>	<p>Учащиеся обсуждают вопрос. В обсуждении учитывается влияние общественного мнения, по-разному оценивающего сексуальную активность и вольность поведения мужчины и женщины (гендерный</p>

	аспект проблемы).
<b>Этап 7. Рефлексия.</b>	
<p>Ведущий обращается к аудитории:</p> <p>- Как вы думаете, почему эпитафией к занятию я выбрала слова французского философа Монтеня: «Все приходит вовремя к тому, кто умеет ждать»?</p>	Учащиеся высказывают свои предположения.
<b>Этап 8. Создание положительной мотивации на благополучные сексуальные отношения.</b>	
- Как вы думаете, в чем отличие первого сексуального опыта от всех последующих интимных отношений?	- Он первый!
- Да, вы правы – он первый и единственный, он бывает только раз в жизни.	
<p>И вы имеете право на то, чтобы он был красивым, романтичным, нежным, неповторимым, таким, чтобы вы с радостью вспоминали о нем всю свою долгую жизнь. И безопасным!</p> <p>Я верю, что так у вас и будет. Что придет время и вы примете ответственное решение. И все у вас будет с любовью, красиво и трогательно!</p> <p>Желаю вам счастья!</p>	

**«Анкета для девочек»**

Мы приглашаем тебя к диалогу. Пожалуйста, ответь на вопросы нашей анкеты. Все ответы останутся анонимными.

1. Твой возраст \_\_\_\_\_

2. Кто Вас воспитывает?

- А) мама и папа                      В) только папа  
Б) только мама                      Г) другие родственники

3. Каковы взаимоотношения в вашей семье?

- А) доброжелательные              Б) нейтральные              В) конфликтные

4. Главные источники знаний о сексуальности и половой близости (расставь приоритеты по степени получения своих знаний, например, о сексе я узнала в первый раз из ТВ=1, потом из разговоров с друзьями=2, и т.д.)

- книги, журналы, газеты
- разговоры с друзьями
- кино, телевидение
- родители
- братья, сестры
- другие родственники
- учителя
- медицинский работник
- сексуальный партнер
- собственный опыт

5. В каком возрасте у девочек происходит половое созревание? \_\_\_\_\_

6. Как Вы считаете, с какого возраста следует начинать половую жизнь?

- А) 12-13                      В) 16-17  
Б) 14-15                      Г) 18 и более

7. Что Вы понимаете под словосочетанием «половые отношения»?

- А) ухаживание                      В) секс  
Б) поцелуи                              Г) другое (указать) \_\_\_\_\_

8. Как Вы думаете, каков должен быть мотив вступления в интимную связь?

- А) взаимная любовь
- Б) расчет на вступление в брак
- В) самоутверждение, чувство взрослости
- Г) стремление к получению удовольствия
- Д) модно, престижно
- Е) любопытство
- Ж) другое (указать) \_\_\_\_\_

9. Как Вы думаете, почему современная молодежь начинает раннюю половую жизнь?

- А) из любопытства (интерес познания чего-то нового)
- Б) от безделья
- В) случайно
- Г) быть как другие
- Д) казаться взрослым
- Е) под действием алкоголя, наркотиков, токсических веществ
- Ж) другое (указать) \_\_\_\_\_

10. Вступали ли Вы в половые отношения?

- А) да
- Б) нет

11. Назовите, в каком возрасте Вы начали половую жизнь? \_\_\_\_\_

12. Знаете ли Вы о современных способах и средствах предохранения от нежелательной беременности, вступая в интимные отношения, и используете ли вы эти средства?

- А) знаю, использую
- Б) знаю, но не использую
- В) не знаю, не использую

13. Какие средства контрацепции Вы используете? \_\_\_\_\_

14. Как Вы думаете, можно ли забеременеть при первом половом акте, если не предохраняться? \_\_\_\_\_

15. Считаете ли Вы, что ранняя половая жизнь может причинить вред и почему? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

16. Хотите ли Вы иметь детей? \_\_\_\_\_

17. Готовы ли Вы стать матерью? \_\_\_\_\_

18. Если Вы забеременеете до 18 лет, ваши действия?

А) сделаю аборт

Б) буду рожать и оставлю ребенка

В) буду рожать и откажусь от ребенка

19. Как Вы думаете, есть ли отрицательные последствия после аборта, если да, то какие?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

20. Как Вы считаете, нужен ли специальный курс по половому воспитанию подростков?

А) да, нужен

Б) наверное, нужен

В) затрудняюсь ответить

Г) наверное, не нужен

Д) не нужен

## Приложение 6.

### Диаграммы по результатам методики № «Анкета для девочек»

Диаграмма 1.

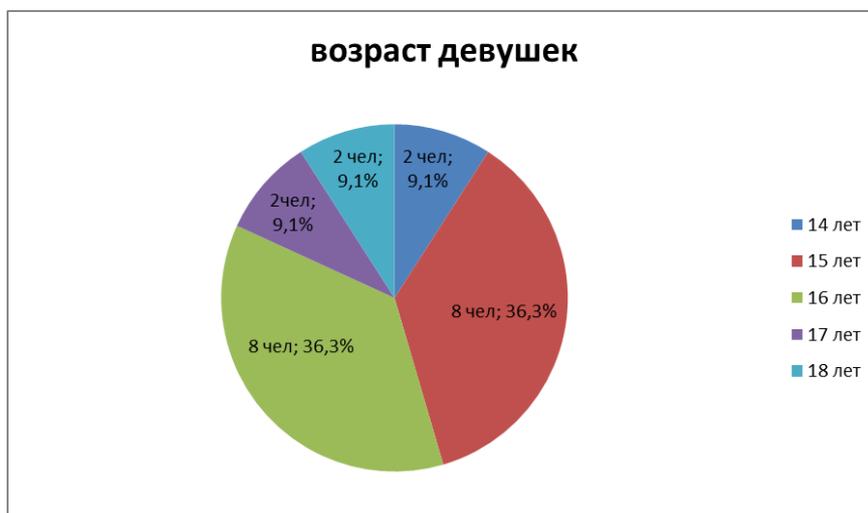


Диаграмма 2.



Диаграмма 3.

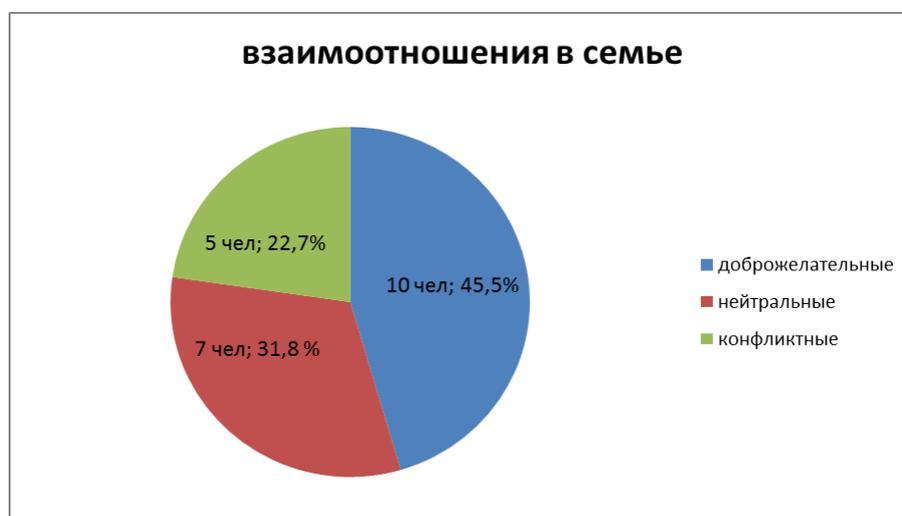


Диаграмма 4.

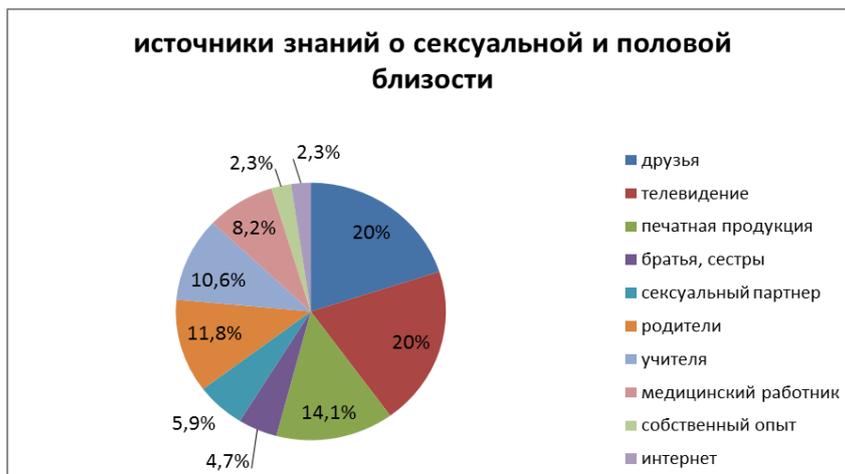


Диаграмма 5.



Диаграмма 6.



Диаграмма 7.



Диаграмма 8.



Диаграмма 9.

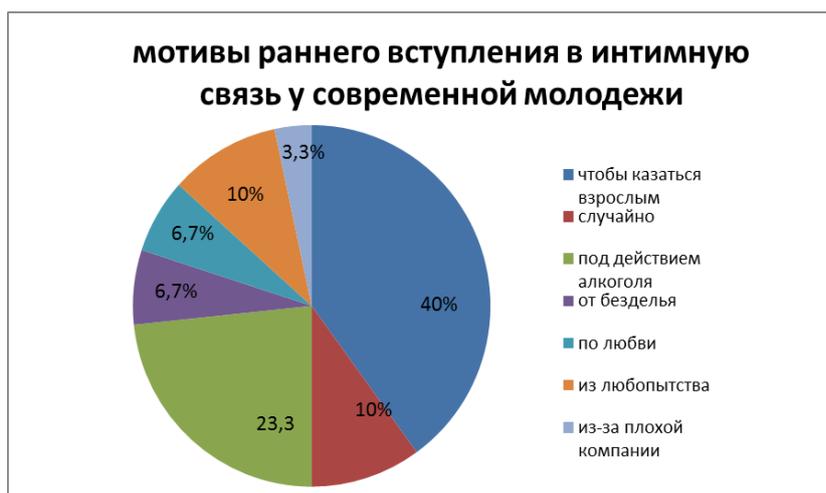


Диаграмма 10.

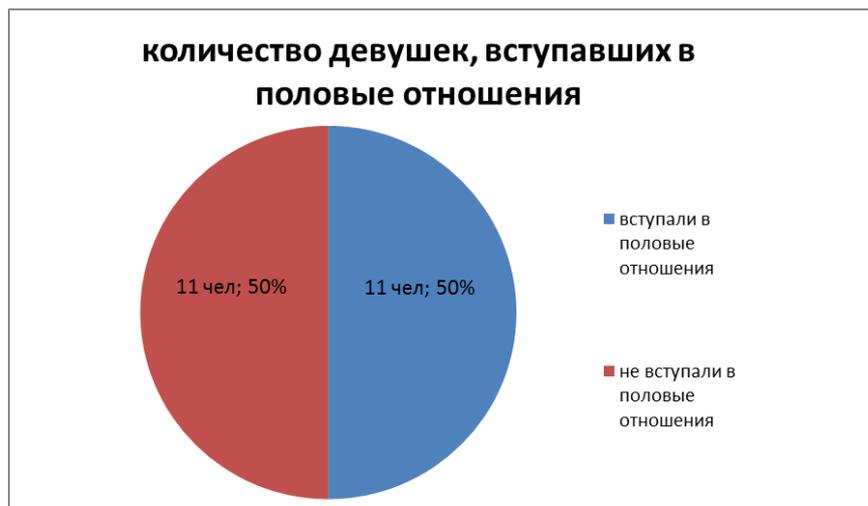


Диаграмма 11.



Диаграмма 12.



Диаграмма 13.



Диаграмма 14.



Диаграмма 15.



Диаграмма 16.



Диаграмма 17.



Диаграмма 18.

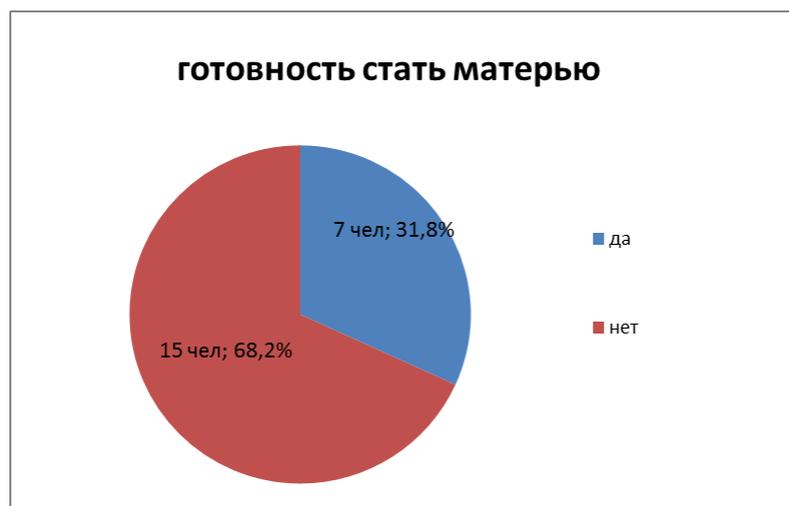


Диаграмма 19.

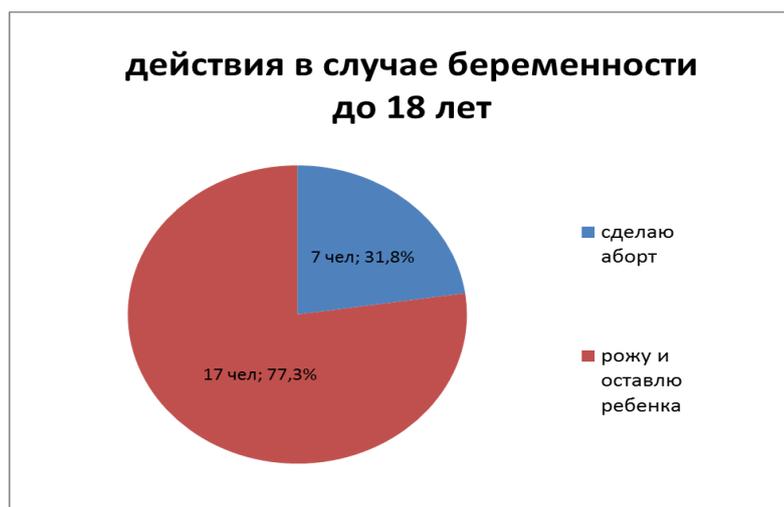


Диаграмма 20.

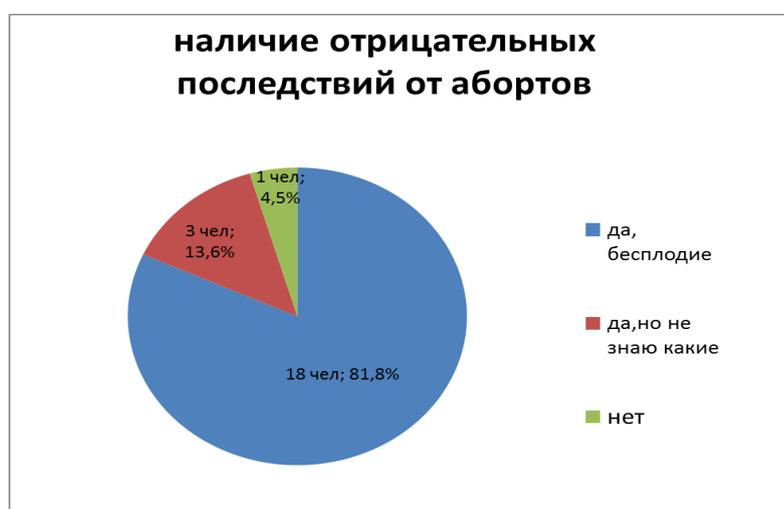
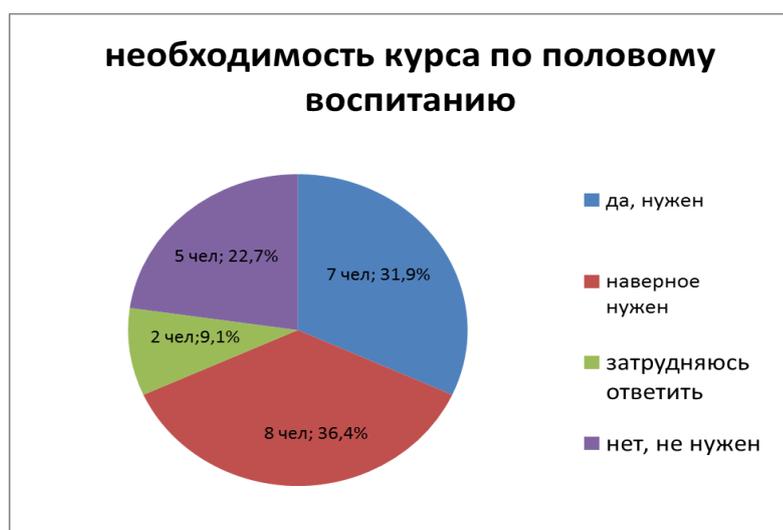


Диаграмма 21



«Ценностные Ориентации» (М. Рокич)

Бланк для ответов \_\_\_\_\_

Фамилия, имя, отчество

Перечень А

Терминальные ценности	Место в жизни
Активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни)	
Жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые благодаря жизненному опыту)	
Здоровье (физическое и психическое)	
Интересная работа	
Красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве)	
Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком)	
Материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных проблем)	
Наличие хороших и верных друзей	
Общественное признание (уважение окружающих, коллектива, коллег)	
Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие)	
Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей)	
Развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование)	
Свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках)	
Счастливая семейная жизнь	
Счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом)	
Творчество (возможность заниматься творчеством)	
Уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений)	
Удовольствия (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей, развлечения)	

## Перечень Б

<b>Инструментальные ценности</b>	<b>Место в жизни</b>
Аккуратность (чистоплотность, умение содержать в порядке вещи, четкость в ведении дел)	
Воспитанность (хорошие манеры, умение вести себя в соответствии с нормами культуры поведения)	
Высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания)	
Жизнерадостность (оптимизм, чувство юмора)	
Исполнительность (дисциплинированность)	
Независимость (способность действовать самостоятельно, решительно)	
Непримиримость к недостаткам в себе и других	
Образованность (широта знаний, высокий культурный уровень)	
Ответственность (чувство долга, умение держать свое слово)	
Рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения)	
Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина)	
Смелость в отстаивании своего мнения	
Чуткость (заботливость)	
Терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения)	
Широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки)	
Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями)	
Честность (правдивость, искренность)	
Эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе)	

## Приложение 8.

### Результаты диагностики «Ценностные Ориентации» (М. Рокич)

Таблица 1.

#### Терминальные ценности.

Номер тестируемого	Ценность №1	Ценность № 2	Ценность №3
1	счастливая семейная жизнь	Любовь	наличие хороших и верных друзей
2	счастливая семейная жизнь	Здоровье	наличие хороших и верных друзей
3	Любовь	счастливая семейная жизнь	уверенность в себе
4	материально обеспеченная жизнь	Здоровье	Любовь
5	материально обеспеченная жизнь	свобода	уверенность в себе
6	Свобода	Развитие	счастливая семейная жизнь
7	Здоровье	жизненная мудрость	Любовь
8	Здоровье	интересная работа	Развитие
9	интересная работа	красота природы и искусства	счастливая семейная жизнь
10	интересная работа	счастливая семейная жизнь	наличие хороших и верных друзей
11	Здоровье	любовь	счастливая семейная жизнь
12	счастливая семейная жизнь	уверенность в себе	наличие хороших и верных друзей
13	Свобода	Развитие	Творчество
14	материально обеспеченная жизнь	Здоровье	Любовь
15	счастливая семейная жизнь	материально обеспеченная жизнь	Любовь
16	материально обеспеченная жизнь	наличие хороших и верных друзей	счастливая семейная жизнь
17	интересная работа	Здоровье	красота природы и искусства
18	материально обеспеченная жизнь	общественное признание	Здоровье
19	Здоровье	счастливая семейная жизнь	уверенность в себе
20	счастливая семейная жизнь	здоровье	жизненная мудрость
21	Здоровье	наличие хороших и верных друзей	Любовь
22	Здоровье	интересная работа	Свобода

Таблица 2.

## Инструментальные ценности

Номер тестируемого	Ценность №1	Ценность № 2	Ценность №3
1	Аккуратность	воспитанность	Жизнерадостность
2	Аккуратность	воспитанность	смелость
3	Аккуратность	исполнительность	Образованность
4	Жизнерадостность	независимость	Рационализм
5	высокие запросы	исполнительность	Ответственность
6	Образованность	воспитанность	Аккуратность
7	Образованность	твердая воля	Честность
8	Аккуратность	жизнерадостность	Независимость
9	Аккуратность	образованность	Воспитанность
10	образованность	ответственность	Аккуратность
11	воспитанность	аккуратность	Честность
12	честность	аккуратность	Воспитанность
13	образованность	независимость	высокие запросы
14	Жизнерадостность	воспитанность	аккуратность
15	Воспитанность	аккуратность	образованность
16	Образованность	рационализм	Самоконтроль
17	Воспитанность	непримиримость к недостаткам	Образованность
18	Воспитанность	ответственность	Честность
19	твердая воля	аккуратность	высокие запросы
20	Воспитанность	образованность	Ответственность
21	Воспитанность	Аккуратность	Честность
22	Терпимость	аккуратность	Воспитанность

Диаграмма 22

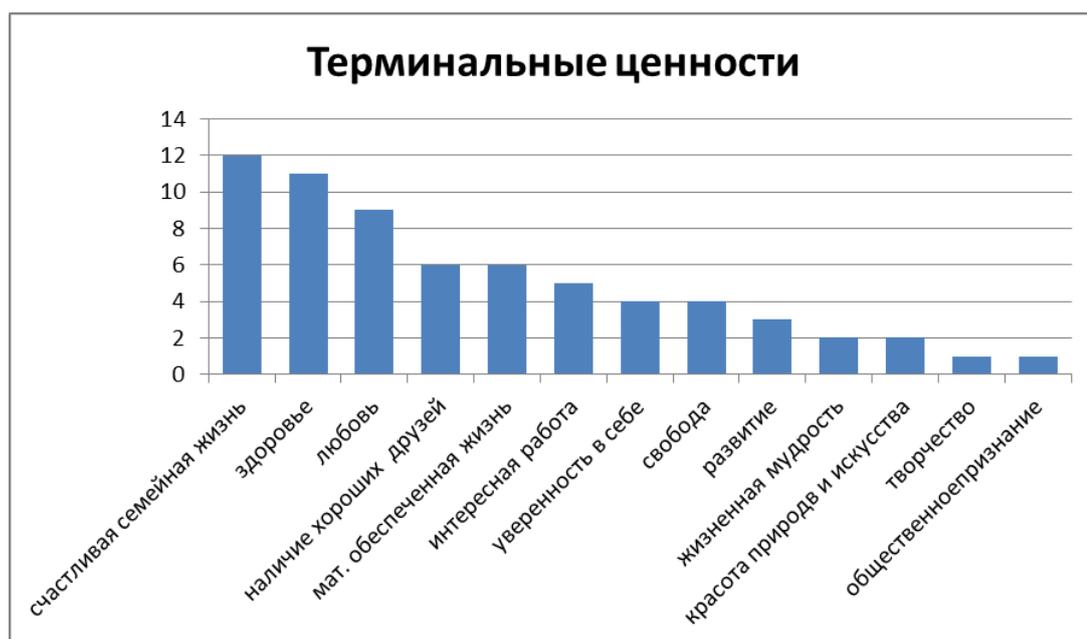
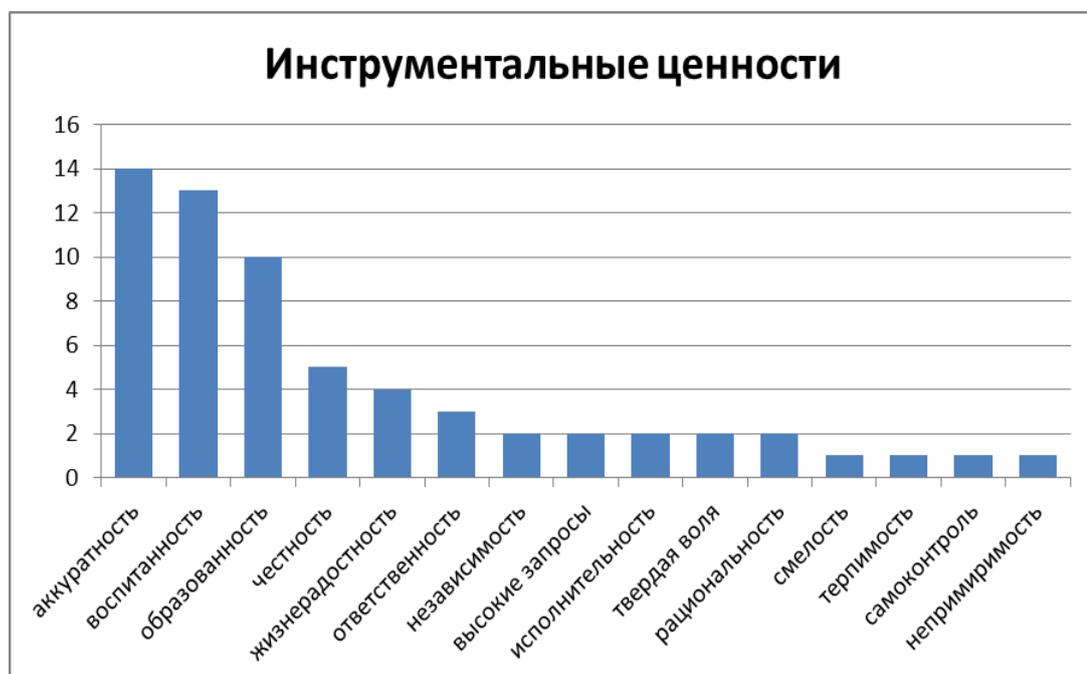


Диаграмма 23.



**«Анкета для родителей»**

Уважаемые родители!

Пожалуйста, ответьте (анонимно) на несколько вопросов, предлагаемых ниже. Мы очень надеемся, что на основании ваших ответов мы могли бы оказать вам педагогическую поддержку в половом воспитании ваших детей. Для заполнения анкеты, пожалуйста, обведите нужный номер ответа или допишите свой.

1. Считаете ли вы свои знания о половом воспитании детей достаточным?

А. ДА                      Б. НЕТ                      В. НЕ ВПОЛНЕ

2. Из каких источников вы получаете информацию о половом воспитании детей?

– СМИ (радио, ТВ, газеты, журналы);

– специальные книги;

– беседы с друзьями и знакомыми;

– беседы с учителями;

3. Назовите самую важную, на ваш взгляд, проблему в воспитании

– взаимное непонимание детей и взрослых;

– успеваемость детей;

– непослушание;

– бездуховность;

– лень;

– половое воспитание;

4. Что бы вы хотели изменить в ваших отношениях с ребенком? \_\_\_\_\_

5. Как вы считаете, кто оказывает большее влияние на ребенка – семья или школа?

– безусловно, семья;

– в большей мере семья;

- в равной степени и семья, и школа;
- школа, так как там ребенок проводит много времени;
- школа и улица.

6. В какой форме могла бы помочь вам в решении ваших проблем?

- лекциями о воспитании;
- специальными практическими занятиями;
- информацией об особенностях развития моего ребенка;
- информацией о том, что можно почитать по моей проблеме;

7. Сколько бы вы могли уделить времени для повышения своей педагогической компетентности, если для вас в нашей школе будут организованы специальные занятия?

- не более одного часа в неделю;
- примерно пару часов в месяц;
- трудно сказать.

8. Как вы относитесь к подростковой беременности и абортам? \_\_\_\_\_

---

---

9. Если ваша несовершеннолетняя дочь забеременеет, какова будет ваша реакция?

---

---

---

10. Если ваша несовершеннолетняя дочь забеременеет, будете ли вы настаивать на аборте? \_\_\_\_\_

11. Сообщите, пожалуйста, некоторые данные о своей семье:

Ваш возраст \_\_\_\_\_ лет

Возраст ваших детей \_\_\_\_\_

Ваше образование \_\_\_\_\_

Спасибо за ответы!

**Опросник для педагогов «Половое воспитание подростков»**

Уважаемые педагоги, прошу ответить вас на следующие вопросы (анонимно), с целью изучения вопросов о половом воспитании подростков в вашем учреждении. Желаю удачи!

1. Ваше мнение о необходимости полового образования и воспитания молодежи (обоснуйте свое мнение).

---

---

2. Какие институты (организации) и в какой форме должны заниматься половым воспитанием детей и подростков? \_\_\_\_\_

---

3. ведется ли в вашем образовательном учреждении работа по половому воспитанию подростков (если да, то кто его осуществляет; если нет, то кто должен его осуществлять)? \_\_\_\_\_

---

4. Какую роль играет семья в половом воспитании и образовании детей? \_\_\_\_\_

---

5. Какие вопросы полового воспитания родители могут обсуждать со своими детьми?

- а. Вопросы полового созревания (менструация, оволосение, изменение голоса, появление груди, поллюция)
- б. Вопросы гигиены половых органов
- в. Пути заражения БППП и ВИЧ/СПИД
- г. Профилактика ВИЧ/СПИД
- д. Вопросы планирования семьи

- е. Вопросы контрацепции
- ж. Сексуальные отношения
- з. другое (указать) \_\_\_\_\_

6. Что Вы посоветуете (Что надо делать) родителям, испытывающим затруднения в обсуждении вопросов полового воспитания с детьми? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. К кому, кроме родителей, обращается молодежь для получения информации по половому образованию? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. В каком виде Вы рекомендуете распространение информации по половому воспитанию для подростков?

- а. Индивидуальные консультации специалистов, анонимные консультации
- б. Специальная литература
- в. Учебные семинары
- г. Дискуссии
- д. Лекции
- е. Ролевые игры
- ж. Другое (указать)

9. Ваши рекомендации по улучшению полового воспитания подростков в Вашем учреждении?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Занятие 1.**

**«Давайте познакомимся!»**

**Цель:** Знакомство с девочками, формирование мотивации на совместную деятельность, создание положительного настроения на последующие занятия.

**Форма организации:** Беседа с активным, привлечением учащихся; игровая деятельность.

**Ход занятия:**

Здравствуйте, девочки! Меня зовут Алла Ивановна, я студентка педагогического университета, и здесь прохожу практику. Надеюсь, вы меня помните с прошлого года, мы проводили с вами тесты, в этом году нам с вами предстоит провести несколько занятий, на которых мы поговорим о нас – девушках, обсудим такие темы как гигиена, средства контрацепции, болезни передающиеся половым путем, попробуем разобраться с такими понятиями как любовь и влюбленность. Есть ли у вас какие-нибудь пожелания, предложения, например, о чем вы еще хотите поговорить? Надеюсь, что мы с вами плодотворно поработаем в течение 1,5 месяцев, нам будет интересно, и от этих занятий, как вы, так и я вынесем что-то интересное и полезное.

Для начала давайте с вами познакомимся, для этого давайте сядем в круг, чтобы нам всех было видно, всем было удобно. И так, каждая из вас по очереди называет свое имя и 3 факта о себе, 2 факта являются правдой, а 1-ложью. Задача остальных угадать что оказалось неправдой. Всем понятно? Давайте я начну...какие факты друг о друге вам показались наиболее интересными? что вас удивило?

Молодцы! Теперь давайте проверим, насколько хорошо я запомнила ваши имена, я попробую всех вас назвать, если я ошибусь, то поправьте меня...

А еще мне бы очень хотелось узнать подробнее о том, какую профессию вы здесь получаете, для этого я предлагаю вам распределиться на пары придумать небольшое творческое представление своей профессии, это может быть рисунок, сценка, песня, все, что вы придумаете, на обсуждение вам 7 минут.

Здорово! Я увидела какие вы оригинальные и побольше узнала о вашей профессии.

А теперь давайте сыграем в следующую игру, которая называется «Кто я?!»

Реквизит: бумага, маркеры, скотч или английские булавки

Ход игры: Игра рассчитана на группу участников, уже имеющих краткое представление друг о друге. Все стоят в кругу и пишут на небольших карточках свое имя крупными буквами и складывают в коробку или шляпу. Затем каждый по очереди вытягивает наугад листок с именем и прикрепляет его на спину своему соседу справа. Задача — выяснить, имя какого участника у тебя на спине. Задавать разрешается только те вопросы, на которые можно ответить «да» или «нет».

А теперь я хочу услышать от каждой из вас впечатления от сегодняшнего занятия и чего вы ожидаете от последующих наших занятий, может быть у кого-то появились пожелания и предложения.

Мне было очень приятно с вами познакомиться! Следующая наша встреча состоится... очень надеюсь увидеть вас всех в полном составе.

## Занятие 2.

### «Женщины, которые вдохновляют»

**Цель:** Познакомить с выдающимися женщинами в истории, показать роль женщины в современном мире.

**Форма организации:** Беседа с активным привлечением учащихся, выступление девушек с сообщениями.

#### **Ход занятия:**

Добрый день, девочки, очень рада вас видеть! Сегодня мы с вами поговорим о нас – о женщинах.

Женщина - Прекрасная, женщина - Легендарная, женщина – Великая, женщина - Богиня. Женщина – самое прекрасное и самое загадочное создание во вселенной. Без женщины мир наш был бы намного скучнее.

В истории человечества осталось много Великих мужей. О них говорят много, им ставят памятники, пишут о них книги, снимают фильмы. Их помнят, ведь они являются как бы эталоном человечества.

Но ведь были и Великие женщины. Которые сделали для человечества не меньше, чем Великие мужи. Но как мало написано о них книг, как мало воздвигают им памятников, как мало снимают фильмов.

И все-таки Великие и Прекрасные женщины остались в памяти человечества. И это просто прекрасно. Ведь у этих Величайших женщин есть чему поучиться и нам. Может, и мы тоже сможем стать когда-нибудь столь же Великими и Прекрасными. В мировой истории запечатлено много великих женщин, о некоторых из них я хочу вам рассказать.

*Клеопатра – Умная и прекрасная царица Египта.*

Клеопатра – одна из самых известных женщин. О ее красоте ходят легенды. Однако настоящей легендой следовало бы признать ум Клеопатры. Ведь Клеопатра была действительно умной женщиной. А учитывая в каких условиях ей приходилось править Египтом, Клеопатрой можно только восхищаться. В то время положение в Египте было сложным – борьба за власть шла полным ходом, так что Клеопатре с младенчества пришлось

познавать искусство государственной интриги. А тут еще и Рим засматривался на Египет, как на лакомый кусок.

В итоге, когда Клеопатре исполнился лишь 21 год, она успела бежать из Египта, вернуться, дважды официально выйти замуж и потерять отца. Когда в Египет явился Юлий Цезарь, Клеопатре удалось проникнуть во дворец Римского правителя и убедить его посадить на трон именно ее. А Цезарь как-никак тогда уже профессионально разбирался в политике, так что убедить его было весьма непросто.

Впрочем, дело не обошлось и без любви. Клеопатра родила сына Цезарю и он даже собирался перенести столицу из Рима в египетскую Александрию.

Однако Цезаря скоро убили, а Клеопатра с трудом удерживала власть в Египте. Риму тоже пришлось несладко, так что скоро Марк Антоний, один из соправителей Рима (их было трое – Октавиан Август, Антоний и Марк Эмилий Лепид), явился к Клеопатре, чтобы, угрожая обвинением в смерти Юлия Цезаря, получить с Египта деньги. Но снова Клеопатра проявила свои умственные способности, и ей удалось не только сохранить казну, но еще и получить поддержку Марка Антония. И опять дело не обошлось без любви. Клеопатра подарила Антонию троих детей. И даже вышла за него замуж. И, может, все бы было хорошо, да только Август решил прибрать всю власть к себе и объявил войну Антонию.

Не к чести Антония следует сказать, что он войну проиграл. Однако умер он, бросившись на меч не потому, что оказался плохим военачальником, а из-за ложного известия о самоубийстве Клеопатры. Правда, Клеопатра потом действительно убила сама себя – подставив себя ядовитой змее, чтобы не принять смерть от рук Октавиана Августа.

Ну а Август позже, чтобы оправдать себя, обвинил Клеопатру в ведьмовстве (будто она привораживала римских властителей магией), а последующие поколения превратили Клеопатру чуть ли не Царицу ночи, которая убивала своих молодых возлюбленных после ночи любви с ней.

А на самом деле Клеопатра «привораживала» лишь своим умом, проницательностью, смелостью, отвагой, потому как особенно красивой ее вряд ли можно назвать (по крайней мере, если судить по найденным археологами рисункам). Да вряд ли умудренные жизнью римские правители (Юлию Цезарю было 52 года, когда он впервые увидел Клеопатру, а Марку Антонию – 40 лет) могли купиться лишь на девичьи прелести. Нет, конечно. Должно было быть что-то действительно особенное в Клеопатре, что могло поразить двух римских правителей.

А что в мире может быть прекраснее умной женщины?

*Коко Шанель - Великая женщина.*

Мне кажется, что самой Великой женщиной следовало бы назвать Коко Шанель. Почему же именно ее? Да потому что Коко сделала из женщины Женщину.

Кем до Коко Шанель была женщина? Хрупким и беззащитным существом, которое не могло само о себе позаботиться. По крайней мере, так думали практически все мужчины, несмотря на то, что в истории человечества были женщины, которые могли позаботиться не только о себе, но даже о целых государствах. Но сейчас не о них речь. А о Коко.

Настоящее имя Коко Шанель - Габриэль Бонер Шанель. Росла она в монастырском приюте, и всего образования у нее было – умение кроить и шить. Однако как же можно достичь высот, не обладая должными умениями?

Так что пришлось Коко сначала сделать себя. В этом ей помогла сама жизнь. Именно у нее Коко Шанель училась всему. Так что прежде чем открыть свое собственное дело – шляпную мастерскую, Коко испробовала себя в пении (где прославилась песней про собачку Коко, откуда и пошло ее прозвище), побывала в любовницах у Этьена Бальсана – богатого военного офицера. Именно Бальсан привозит Коко Шанель в Париж, а «учится» Коко

у своей «конкурентки» - Эмильен Д'алансон (официальной пассией Бальсана), одной из знаменитых тогда парижских модниц.

Скоро от шляпок Коко Шанель перешла к полной женской «экипировке». И Париж быстро оценил способности Коко. Хотя сама Коко потом сказала по этому поводу: «Я просто угадала нужды времени».

Что же такого особенного могла предложить провинциальная девушка искусственным в моде столичным дамам? А предложила Коко Шанель Парижу функциональную одежду. До этого женская одежда какой только не была – красивой, сложной, пышной, яркой... Но никогда еще одежда для дам не была функциональной. А женщине XX века требовалась именно функциональная одежда. Особенно после Второй Мировой войны, когда на женские плечи легло немало мужской работы, так как много мужчин погибло на фронте. К тому же некоторые вещи Коко просто позаимствовала из гардероба мужчин, введя в обиход женщин – брюки, пальто, свитера и даже галстуки, ведь эта одежда уже доказала свою функциональность.

Так что совсем не случайно революционные нововведения стали столь востребованы женщинами всего мира.

Кстати, Коко Шанель принадлежит новаторство не только в сфере одежды. Революционными стали знаменитые духи «Шанель №5», впервые использовавшие не один аромат, а сочетание. Короткая прическа также является нововведением Коко. И благотворительность вошла в мир с легкой подачи Коко Шанель.

Коко Шанель изменила облик не только женщины. Она изменила весь мир, сняв с престола верховенства мужчину и усадив туда женщину.

Так что кому еще претендовать на титул самой Великой женщины?

*Валентина Терешкова – космическая женщина.*

Валентина Терешкова – первая в мире женщина-космонавт.

Терешкова вовсе не грезилась с детства космосом. Да и вообще детство вряд ли можно назвать счастливым и беззаботным, как только Валентина

повзрослела, она поспешила выбраться из деревни в город, причем, пошла работать ткачихой. И неизвестно как бы прошла ее судьба, если бы случайно Валентина Терешкова не увлеклась парашютным спортом. А вот оттуда ее забрали в космонавты.

Соперницы у Терешковой были весьма серьезные, но почему-то именно на ней остановил выбор Никита Хрущев (а он сам выбирал, кто из трех женщин-кандидатов полетит в космос). Видимо – судьба.

Так – в одночасье – из неизвестной девушки, Валентина Терешкова превратилась в самую известную женщину на планете. Еще бы – ведь она была первой женщиной-космонавтом. Три дня Валентина Терешкова находилась вне планеты и все это время газеты, радио и телевидение всего мира рассказывало в первую очередь о «Чайке» (под этим позывным Терешкова выходила на связь с Землей).

Встречала Земля космическую женщину со всеми почестями – как самую Великую женщину на планете.

Однако сложности у Терешковой начались именно после космического полета. Очень тяжело давались «выходы в свет» после прилета. Женский организм, как выяснилось, меньше приспособлен для космической жизни, так что если мужчины-космонавты после полета восстанавливались за дюжину дней, то Терешкова «встала» только через месяц. Да и то, кости ее после трехдневной «космической одиссеи» навсегда остались хрупкими и ломкими, так что навсегда Валентина Терешкова была обречена быть осторожной. А ведь официально надо было улыбаться и изображать железное здоровье.

Впрочем, проблемы со здоровьем не помешали Валентине Терешковой искать обычного семейного счастья. Она вышла замуж за космонавта Адрияна Николаева, и даже решила родить ребенка (эксперимент с собаками, которые побывали в космосе и потом принесли потомство, завершился не очень хорошо – щенки родились слепыми, один из них вообще был трехногим, и быстро погиб). Но все обошлось – дочка

родилась абсолютно нормальной. И хотя первый брак закончился разводом, все же Терешкова нашла свое маленькое человеческое счастье. Так что это история со счастливым концом.

Позже Валентина Терешкова занялась дипломатией - налаживанием отношений между странами. Когда у нее спрашивают, почему она выбрала именно эту стезю, Терешкова ответила, что смотря на Землю из космоса, она поняла – какая это глупость делить человечество на государства и народы. «Земля очень маленькая и мы все на ней – близкие соседи», - как-то сказала Терешкова.

А уж кому как не ей, первой женщине-космонавту, единственной женщине, которой присвоено звание генерала, хорошей хозяйке, жене и матери, знать об этом? И вообще кто еще может похвастать такими подвигами, которые свершила Валентина Терешкова – Великая космическая женщина?

*Ирена Сендлер.*

Вы знаете, кто она? Скорее всего, нет. О ней вообще мало кто знал до 2007 года, когда ее кандидатура была выдвинута на получение Нобелевской премии мира. Но, к сожалению, она тогда проиграла.

Во время Второй мировой войны Ирена Сендлер как сотрудница варшавского управления здравоохранения посещала варшавское гетто, где следила за больными детьми. Используя свое положение, она вывезла из гетто 2500 детей и таким образом спасла их от смерти.

Представьте себе, одна маленькая, очень хрупкая и слабая женщина, рискуя всем, спасает каждый день маленьких детей от верной смерти – всего около 2500 человек. Да, это любовь в чистом виде! Безразмерная, ничем не ограниченная, бескорыстная. Мы можем этим восхищаться, но нам это сложно понять, потому что большинство из нас уже давно другие.

Во время Второй мировой войны она была также членом польской подпольной организации — Совета помощи евреям (Zegota). Чтобы иметь

возможность войти в гетто, Ирине удалось получить для себя и своей сообщницы, Ирены Шульц, официальные пропуска от варшавского департамента эпидемического контроля. Вместе они бывали в гетто ежедневно, и вскоре им удалось наладить там полезные связи, которые им помогли в будущем выводить детей за пределы гетто. Ирена Сендлер вместе с подругой приносили в гетто продовольствие, медикаменты, деньги и одежду.

Позже к этому процессу им удалось подключить и другие неравнодушные организации. Учитывая ужасные условия в гетто, где 5000 человек в месяц умирали от голода и болезней, они решили помочь людям, особенно детям, выбраться из гетто. Это была нелегкая задача, и со временем она становилась еще труднее. Немцы опечатали все возможные выходы по всем направлениям: подземные переходы, отверстия в стене гетто и т. д., — которые Ирена использовала в начале для вывода детей.

Некоторых охранников она подкупала, когда были деньги, а иногда ей удавалось детей попросту перебрасывать через забор гетто. Очень часто младенцев она прятала в свой ящик из-под инструментов, а детей постарше — в кузове своего грузовика под брезентом. В машине она всегда возила собаку, которую обучила лаять на охранников, когда машину впускали в гетто или выпускали из него. Лай собаки заглушал шум или плач младенцев.

Сендлер всегда тщательно отмечала на бумаге, в закодированном виде, оригинальные имена спасенных детей и хранила эту информацию в стеклянных банках, которые закапывала в своем саду. Делала она это для того, чтобы в определенный момент в будущем найти родителей этих детей и восстановить семьи. В итоге в этих банках в саду у Сендлер накопились имена 2500 детей.

20 октября 1943 года Сендлер была арестована гестапо. Ее подвергали избиениям и пыткам, в ходе которых у нее были сломаны обе ноги и обе руки. Но сломить ее дух гестаповцам так и не удалось: никакой информации от нее они не получили. С тех пор Сендлер могла передвигаться только на

костылях. Гестапо приговорило Ирену Сендлер к смертной казни, но она была спасена организацией Żegota которая подкупила охранника, чтобы тот внес ее имя в список уже расстрелянных.

Таким образом, до конца войны Ирине Сендлер пришлось скрываться. Значительно позже, после окончания войны, Ирена Сендлер сказала: «Я могла бы сделать больше, спасти больше детей... и это сожаление по несделанному будет следовать за мной до конца моей жизни».

Умерла она в 2008 году, в возрасте 98 лет, так и не получив Нобелевскую премию мира, которую комитет отдал вице-президенту США Альберту Гору, проигравшему президентские выборы.

Жизнь Ирены Сендлер – это очень тяжелая, но удивительно прекрасная история. История огромной любви, невероятного мужества и необычайной доблести.

#### Цитаты Ирены Сендлер

Меня учили в детстве: если тонет человек, его нужно спасти независимо от его религиозной или национальной принадлежности.

Мы, - те, кто спасал детей, - вовсе не герои. Это утверждение мне не нравится. Напротив, меня преследуют угрызения совести, потому что я сделала так мало.

Я все еще ношу на своем теле знак, который сделал мне немецкий мужчина. Я была приговорена к смерти.

Я единственная, которая выжила из группы спасателей, но я хочу, чтобы все знали: когда я координировала нашу деятельность, нас было около 20-25 человек. Я делала это не одна.

Каждый ребенок, спасшийся с моей помощью, а также с помощью замечательных тайных посыльных, которых уже нет в живых, — причина моего существования на земле, но не причина для славы.

Я молчала. Я бы предпочла умереть, чем выдать нашу деятельность.

Невозможно описать словами, что чувствуешь, когда идешь на собственную казнь, а в последний момент понимаешь, что тебя откупили от нее.

Мы и будущие поколения должны помнить человеческую жестокость и ненависть, которая правила теми, кто сдал своих соседей в руки врага, ненависть, которая толкнула их на убийство... Моя мечта – чтобы память об этом стала предупреждением миру, и человечество никогда впредь не повторило той трагедии.

Я думаю, что в жизни каждой из вас есть женщина, которой вы восхищаетесь, гордитесь и, возможно, даже мечтаете быть на нее похожей, и я очень хочу, чтобы вы рассказали нам о ней.

Выступления учащихся с сообщениями «женщина, которая меня вдохновляет».

В заключение, я хочу вам пожелать всегда оставаться женственными, мудрыми, следовать своей мечте, и возможно, когда-нибудь список великих женщин в истории пополнится вашим именем.

### Занятие 3.

#### «Мужское/женское»

**Цель:** Дать подросткам представление о разнице характеров, интересов и увлечений юношей и девушек, о взаимоуважении как основе отношений, развитие культуры взаимоотношений между учащимися противоположного пола.

**Форма организации:** Беседа, просмотр видеоролика с последующим обсуждением, решение тестовых ситуаций, дебаты

Добрый день, девушки, рада вас видеть!

На всех наших занятиях мы говорим с вами только о нас – о девушках, но хотелось бы также поговорить немного и о мужчинах, а точнее о том насколько мы разные и одинаковые одновременно. Именно поэтому тема нашей сегодняшней встречи «Мужское/женское». Для того, что бы проникнуться соответствующей атмосферой, я хочу предложить вам посмотреть видеоролик.

Трансляция отрывка из фильма «Привет, Джули!»

Какие мысли навеяло вам это видео? Мужчины и женщины действительно очень разные, и для того, чтобы лучше понимать друг друга, нужно знать особенности и различия полов. Я раздаю вам буклеты, на которых как раз и обозначены гендерные различия.

Теперь давайте попробуем применить полученную информацию, и определить как в одной и той же ситуации действуют мужчины и женщины.

#### **Тестовые ситуации**

Особенности поведения мужчин и женщин.

1. Два человека пробуют конфеты. Один разворачивает обертку и сразу кладет конфету в рот, а другой надкусывает и смотрит, какая в конфете начинка.

Вопрос. Кто интересуется начинкой: мужчина или женщина?

Ответ. Женщина. Женщины более любопытны в области хозяйственно-бытовых отношений, поэтому ее будет больше интересовать содержание конфеты.

Муж и жена, путешествуя в машине, попадают в незнакомый город. Им нужно отыскать гостиницу. Один из них пытается расспросить прохожих, а другой говорит, что этого делать не надо. Лучше отыскать местоположение гостиницы по имеющейся у него схеме.

Вопрос. Кто из супругов расспрашивает прохожих, как добраться до гостиницы, а кто при этом пользуется схемой?

Ответ. Жена расспрашивает прохожих, так как женщины лучше владеют разговорной речью, более общительны. Муж использует схему. Мужчины имеют более развитое пространственное воображение, лучше ориентируются по картам и схемам.

Помимо этого мужчины и женщины придумывают различные стереотипы друг о друге.

Все мы слышали хотя бы раз анекдот про блондинку за рулем или неверного мужа. Да, это всего лишь отражение стереотипов, существующих в обществе. Итак, перечислим некоторые из суждений, высказываемых о женщинах:

- Все женщины мечтают выйти замуж.
- Женщины могут часами болтать по телефону и просто так.
- Всем девушкам нравится розовый цвет, сериалы и шоппинг.
- Женщины плохо водят машину и ничего не смыслят в технике.
- У женщин отсутствует логическое мышление.

Стереотипов о мужчинах тоже немало:

- Настоящие мужчины не плачут, это позор!
- Мужчины боятся умных и успешных женщин.
- Все мужчины обожают пить пиво и смотреть футбол.
- Все мужчины по природе своей полигамны и просто не в состоянии хранить верность одной женщине.

Но это, конечно же, не является истиной и научно не доказано, а значит, мы можем это опровергнуть.

Но если мы такие разные, придумываем друг про друга различные стереотипы, ставим клеймо, то может, нам было бы лучше друг без друга? Давайте сейчас пофантазируем об этом и окунемся в два разных мира: в мир без женщин, и в мир без мужчин.

Трансляция двух роликов «Мир без женщин» и «Мир без мужчин».

Исходя из этого видео, мы понимаем, что все-таки жизнь невозможна друг без друга, она скучна и бессмысленна. Вот мы увидели два совершенно разных мира, но в реальности живем то мы все вместе. И каждый чувствует себя главнее, значимее, считает, что именно его пол незаменим.

И я предлагаю вам сейчас пообсуждать на эту тему. И как форму я предлагаю вам дебаты. Под названием «Кто в доме хозяин?» И за основу я взяла два тезиса – «Женщина это не слабый пол», «Мужчина – это звучит гордо!». Сейчас каждый из вас вытянет листок, на листке буква. Ж – это за женщин, М – за мужчин. Сейчас ваша задача в течение 5 минут в группе написать как можно больше аргументов о том, почему мужчины или женщины важнее и нужнее нашему миру, обществу, семье, аргумент может сопровождаться примером. Разрешается приводить контраргументы, то есть это то, что опровергает позицию другой команды.

В итоге команда «мужчин» («женщин») оказалась убедительнее.

И нашу официальную встречу мне хотелось бы закончить замечательными строками: «Мы разные, как небо и Земля, но у всех нас есть общий горизонт, и главное, что нас объединяет – это то, что мы не можем друг без друга» (Олег Рой).

## Занятие 4.

### «Гигиена девушки»

**Цель:** Дать девушкам информацию об уходе за телом, о правилах интимной гигиены.

**Форма организации:** Беседа с активным привлечением учащихся, просмотр видеороликов с последующим обсуждением.

#### **Ход занятия:**

Здравствуйте, девочки, сегодня мы с вами поговорим о том, кто такая ухоженная девушка.

И так для начала я хочу услышать от вас, как, по вашему мнению, выглядит ухоженная девушка?

Просмотр видео (10 признаков ухоженной и неухоженной девушки), дальнейшее обсуждение видеоролика.

Для начала давайте поговорим о коже.

Существует четыре основных типа кожи:

- Нормальная;
- сухая;
- жирная;
- комбинированная (смешанная)

Существуют простые правила:

Правильно умывайся. Умывайся утром и вечером со специальными средствами правильно подобранными под твой тип кожи, средства так же должны подходить твоему возрасту. обязательно смывай макияж на ночь

Веди здоровый образ жизни. Чаще гуляй на свежем воздухе, занимайся физкультурой.

Ограничивай в рационе сладкую, мучную и острую пищу. Девочке, у которой жирная кожа, нужно меньше употреблять белый хлеб, сладости, ограничить соленую и острую еду. А вот молоко, молочные продукты, овощи, ягоды, фрукты рыбу ржаной хлеб и темные крупы очень полезны, так как они являются источниками витаминов «В», «С» и микроэлементов.

При сухой коже полезна пища, богатая витамином «А», он содержится в сливочном масле, печени, яичном желтке, моркови, апельсинах и других красно – оранжевых фруктах.

Не прижигайте воспаленные места одеколоном или спиртом – на коже могут остаться следы в виде ожогов и даже рубцов.

Красивые, блестящие и густые волосы – самое дорогое украшение любого человека, особенно девушки. Но чтобы волосы были красивыми, нужно уметь правильно за ними ухаживать.

Учимся ухаживать за волосами. Мыть голову лучше шампунем, содержащим питательные вещества. Шампунь должен быть подобран по типу ваших волос: для жирной, сухой или смешанной кожи.

Вредно слишком часто мыть голову (например, ежедневно): Постоянное и частое мытье шампунем стимулирует работу сальных желез, и кожа головы начинает шелушиться, появляются перхоть и зуд, волосы становятся тусклыми и ломкими.

Вредно избыточное потребление моющего средства пересушивает волосы. Достаточно 1 раз хорошо намыть их и смыть, еще раз намыть меньшим количеством шампуня и смыть через 2-3 минуты. После мытья волосы вытирают полотенцем и досушивают при комнатной температуре.

Вредно начесывать волосы, часто применять лак для волос, окрашивать волосы, туго стягивать их, делать мелирование, потому что это приводит к повреждению волосяных луковиц. В результате ухудшается питание волос, расщепляется стержень, они ломаются и выпадают. Каждый вечер перед сном массажной щеткой 5 – 10 минут расчесывай волосы в разных направлениях.

Горячий фен, плойки и парикмахерские « утюги » - не лучшие друзья. Все эти приспособления травмируют волосы, пересушиваются, при этом их концы расщепляются, поэтому пользуйся ими только в особых случаях.

Вредно ходить с непокрытой головой в холодную погоду, переохлаждается кожа, поверхностные сосуды суживаются и питание волос,

следовательно, и рост их ухудшается. Для хорошего роста волос полезно менять причёску и время от времени слегка обрезать концы волос.

Состояние волос зависит и от механического воздействия. Утром и на ночь волосы тщательно расчёсывать – желательно сначала расчёской, а потом массажной щеткой. Короткие волосы расчёсывают от корней, длинные начинают расчёсывать с концов, постепенно передвигаясь к корню.

Несколько советов в отношении причёски.

Прежде всего, волосы должны быть чистыми и аккуратными причесанными. Если волосы растрёпаны, ты всегда будешь выглядеть неопрятно, как бы ни была хорошо одета.

Никогда не копируй причёску своей подружки, даже если она тебя очень понравилась, она может не подойти тебе. Очень важно найти свой стиль, что тебе идёт. Иначе самая модная причёска может сделать тебя некрасивой. Круглолицым девочкам, если у них косы, никогда не нужно делать крендельки и бантики, которое делают лицо еще шире. Им нужно волосы поднять кверху, затянуть с боков, пригладить. Здесь даны причёски разные для длинных и коротких волос. Выбери себе к лицу.

Чтобы сохранить зубы здоровыми и красивыми, нужно постоянно ухаживать за ними и, как только они начинают беспокоить, сразу же обращаться к врачу. Уход за зубами очень прост. Чистить зубы, полоскать рот необходимо для того, чтобы удалить из рта остатки пищи, которые являются прекрасной питательной средой для микробов, в большом количестве находящихся во рту.

После каждого приема пищи следует полоскать рот. Зубы нужно чистить утром и обязательно на ночь, не менее 2 – 3 минут. Если есть возможность, то чисти зубы сразу после еды.

Вопрос: Как правильно чистить зубы? Зубную щетку нужно двигать вверх- вниз, в разные стороны, а также выполнять круговые движения. Чистят зубы не только снаружи, но и внутри – там, где даже не видно. Зубную щетку нужно менять каждые 3 месяца.

### Правила:

- 1) Зубную щетку нужно содержать в чистоте, иначе она может стать причиной заражения полости рта.
- 2) После чистки зубов щетку необходимо хорошо промыть, подсушить и хранить в стакане.
- 3) Зубная щетка не должна быть очень жесткой, а пучки щетинок очень густыми.
- 4) После каждого приема пищи следует полоскать рот.
- 5) Полезно для зубов есть твердые фрукты и овощи.
- 6) Для того чтобы сохранить зубы здоровыми, старайтесь жевать на правой и левой стороне. При жевании лишь на одной стороне на другой легче откладываются зубные камни.

Запомните, что не реже одного раза в год нужно посещать стоматолога!

**Ногти** Здоровые ногти имеют выпуклую форму, гладкую блестящую поверхность и розовую окраску. Ногти защищают концы пальцев от травм. Если чрезмерно отращивать ногти и не следить за их чистотой, под ногтями скапливается огромное количество микроорганизмов.

Чистые руки имеют не только большое гигиеническое значение, но и эстетическое. Люди с грязными руками и ногтями всегда вызывают брезгливое чувство. Грязные руки не только неприятны, но и могут стать причиной тяжелых заболеваний. Существуют даже болезни «грязных рук» - это дизентерия, брюшной тиф и конечно, разнообразные глистные заболевания. Поэтому руки всегда должны быть чистыми и аккуратными.

Для того чтобы кожа рук была гладкой и мягкой, после мытья руки следует тщательно насухо вытирать. Если этого не делать, оставшаяся на руках вода будет испаряться и высушивать кожу, при этом она становится сухой, шершавой, краснеет, и на ней могут образоваться болезненные трещинки.

Красоту рукам придают чистые и аккуратно подстриженные ногти. К сожалению, нередко приходится видеть у девочек изуродованные,

обкусанные ногти. От частого повреждения зубами ногти становятся зазубренными, мягкими, легко ломаются.

Очень неприятное впечатление на окружающих производят люди, непрерывно грызущие ногти. На руках ногти стригут каждую неделю, на ногах – каждые 2 – 3 недели. Вред рукам наносят: наращивание ногтей и постоянное пользование лаком.

#### Правила ухода за ногами:

- 1) При ежедневном мытье уменьшается потливость ног, исчезает неприятный запах.
- 2) Раз в неделю делать 10-15- минутные ножные ванны с раствором пищевой соды или просто мыльные. Затем потереть пемзой загрубевшие места пятки и подошвы. Смазать их специальными средствами для ухода за кожей ног, содержащими смягчающие, вяжущие, дубящие вещества.
- 3) Ногти на ногах должны быть аккуратно подстрижены. Чтобы они не врастали в уголки ногтевого валика, не стригите глубоко их боковые поверхности.
- 4) Ежедневно надевать чистые носки или чулки и следят, чтобы обувь всегда была сухой, удобной.

#### Профилактика потливости

Для уменьшения потоотделения необходимо:

- 1) Мыть подмышками
- 2) Сбривать отрастающие волосы, на которых задерживается и разлагается пот.
- 3) Не носить тесную неудобную («модную») обувь.
- 4) Регулярная смена синтетических носков и мытья ног.
- 5) Уменьшение употребления в пищу острых и пряных продуктов.

#### Правила интимной гигиены:

Подмывайтесь ежедневно утром и вечером, при любых условиях и в любых жизненных ситуациях ( в походе, в оздоровительном лагере, в гостях у бабушки и т.д.).

Используй:

- 1) специальные средства для интимной гигиены
- 2) Воду теплую проточную, не кипяченую.
- 3) Направление струи воды должно быть спереди назад.
- 4) Имей личное полотенце, специально выделенное для этих целей или одноразовые бумажные салфетки.
- 5) Нижнее белье должно быть из хлопчатобумажной ткани и меняйте его ежедневно.

Твой гардероб.

Одежда должна быть:

1. Сшита из тканей, которые хорошо пропускают пот и кожное сало, хорошо и легко очищаются от грязи
2. Не стесняет движений и походки. Тесная, узкая одежда вредна тем, что она нарушает кровообращение и дыхание, повышает внутреннее давление, которое приводит к смещению внутренних органов.
3. Всегда одевайтесь по сезону! Иногда можно увидеть девочек, которые в мороз идут в тонких колготках или ходят в прохладное время года с обнаженным животом и поясницей. Так можно заработать воспаление внутренних органов, что может нарушить гармоничное, физическое развитие.
4. следите за своей одеждой, одевайтесь чисто и опрятно и вы всегда, будете выглядеть хорошо.

Обувь всегда носи по размеру. При тесной обуви могут образоваться мозоли и искривление пальцев. Не носи слишком высокие каблуки, чтобы спустя годы ты могла пощеголять на праздниках на «шпильках». Лучшая высота каблука для повседневной обуви – около 2 – х сантиметров. При таком каблуке правильно распределяется тяжесть тела – в основном на пятки.

Не надевайте чужую обувь! Примерно четверть населения России страдает от непрошенного, но назойливого гостя – грибка на ногах. Речь идет не о маслятах, подосиновиках и прочих сыроежках. Грибок, который становится причиной заболеваний – это тонкие нити, которые можно увидеть только под микроскопом. Этот грибок может поражать все слои кожи, кости и даже внутренние органы.

1. Ежедневно меняете носки (колготки).
2. Ежедневно мойте ноги и тщательно вытирайте складки между пальцами.
3. Носи обувь просторную, хорошо подобранную анатомически. Не стоит ходить каждый день в кроссовках – это обувь для спорта.
4. Если едешь в бассейн или в баню – возьми свои личные резиновые тапочки. Не ходи «босыми» ногами на ковриках общего пользования.

И так давайте подытожим. Кто же такая ухоженная девушка? Что нужно делать для того чтобы быть ухоженной?

## Занятие 5.

### «Когда девушка становится взрослой»

**Цель:** Ознакомить со строением и физиологией женской репродуктивной системы и изменениями, происходящими в подростковом возрасте. Дать понятие взросления, полового созревания из девочки в девушку.

**Форма организации:** Просмотр фильма «Когда девушка становится взрослой» с последующим обсуждением.

#### **Ход занятия:**

Здравствуйте, девочки, рада вас приветствовать.

Еще совсем недавно вы были детьми, маленькими девочками, но вдруг что-то изменилось и теперь вы девушки, с женственной фигурой. Что же произошло?

Произошло половое созревание, сущность полового созревания заключается в продолжение рода (воспроизведение) – важной функции человека. Ее осуществление становится возможным, когда организм достигает определенных размеров, массы, достаточной устойчивости к воздействиям среды.

Очень важно понимать: тебя будут любить, окружать заботой и вниманием, если ты сама научишься любить и уважать себя. И для этого нужно кое-что узнать о себе, о своем организме, для этого я предлагаю посмотреть фильм «Когда девушка становится взрослой». (просмотр фильма)

Итак, мы посмотрели фильм, скажите мне, пожалуйста, что нового, важного и интересного вы узнали? (ответы девочек)

Я очень надеюсь, что все те знания, которые вы сегодня получили, не пропадут впустую, и вы будете заботиться о своем репродуктивном здоровье!

## Занятие 6.

### «Современные средства контрацепции»

**Цель:** Познакомить с современными способами предохранения от нежелательной беременности.

**Форма организации:** Лекция с приглашением медицинского работника, беседа с активным привлечением учащихся.

#### **Ход занятия:**

Здравствуйтесь девочки! Очень рада вас видеть! Давайте вспомним, о чем мы с вами разговаривали на прошлом занятии? (ответы девочек)

На чем мы с вами остановились? (ответы девочек)

Девочки, а вы знаете, что такое контрацепция? (ответы девочек)

Контрацептивы (противозачаточные средства) – это группа лекарств и методов, помогающих избежать развития нежелательной беременности, то есть это средства предохранения от нежелательной беременности.

Какие из средств контрацепции вы знаете? (ответы девочек)

Хорошо, теперь давайте подробнее поговорим о них, и в этом нам поможет всем вам известная Елена Александровна – медицинский работник.

На данный момент существует множество различных противозачаточных методов, однако, ни один из них не обеспечивает стопроцентной защиты от возникновения нежелательной беременности. Некоторые противозачаточные средства являются более надежными, чем другие, однако при этом могут быть более сложными в использовании, чем их менее надежные аналоги.

Надежность (эффективность) контрацептива – это одна из двух его основных характеристик (вторая это безопасность).

Часто эффективность противозачаточного метода во многом зависит от того, как точно человек (или половые партнеры) следует инструкциям по его применению. В случае одних методов соблюдать инструкцию легче, чем в случае других.

И так первый и один из самых не надежных методов контрацепции это – прерванный половой акт.

Согласно статистике, из 100 пар, пользующихся этим методом, около 20–25 сталкиваются с нежелательной беременностью. Во-первых, не каждый мужчина способен контролировать себя в момент оргазма (особенно это касается подростков). Во-вторых, некоторое количество сперматозоидов выделяется в самом начале полового акта вместе с естественной смазкой. По некоторым данным, этот «авангард» состоит из самых подвижных и жизнеспособных сперматозоидов, что, соответственно, делает вероятность зачатия весьма высокой. Кроме того, при повторных половых актах во влагалище может попадать сперма, которая осталась после первого полового акта. Кроме ненадежности этого метода, следует заметить его вредность с психологической и неврологической точки зрения — необходимость извлекать половой член нарушает ощущения оргазма, как у мужчины, так и у женщины, что может приводить к неудовлетворенности половым актом.

#### Календарный метод (метод «безопасных дней»)

Календарный метод относится к группе естественных методов предотвращения нежелательной беременности. Суть метода заключается в том, что женщина способна к зачатию только на протяжении нескольких дней после выхода яйцеклетки из яичника (овуляции) – то есть в период жизни яйцеклетки. Теоретически, овуляция происходит в середине месячного цикла – приблизительно на его 11-15 день. Именно этот промежуток времени считается благоприятным для зачатия, а все остальное время женщина к зачатию не способна. Но это лишь теоретически. Регулярный 28-дневный менструальный цикл с овуляцией в его середине встречается всего лишь у 30% женщин. И это скорее исключение, чем правило. Также необходимо учитывать, что сперматозоиды во влагалище женщины могут оставаться жизнеспособными до 9 дней. И если в этот период произойдет овуляция, то будьте уверены – они своего не упустят. Календарный метод является весьма «трудоемким», так как для правильного подсчета безопасных дней женщина

должна знать о любых изменениях своего менструального цикла, то есть регулярно вести записи на протяжении хотя бы последнего года. Согласитесь, на такой подвиг способна далеко не каждая женщина. Эффективное использование данного метода контрацепции возможно только при регулярном менструальном цикле с предсказуемым временем наступления овуляции.

Метод измерения базальной температуры.

Данный метод также относится к естественным способам планирования беременности. Суть его заключается в следующем. Перед овуляцией базальная температура держится на более низком уровне благодаря действию эстрогена, после овуляции прогестерон поднимает температуру на более высокий уровень. Подъем базальной температуры означает, что овуляция уже состоялась. При измерении базальной температуры необходимо придерживаться нескольких правил:

1. измерять температуру необходимо в одно и то же время каждое утро, не поднимаясь с постели
2. температуру нужно мерять на протяжении всего цикла, в том числе и во время менструации
3. длительность измерения каждый раз должна быть одинаковой (например, при использовании обычного стеклянного градусника – 5 минут)
4. на протяжении всего цикла нужно пользоваться одним и тем же градусником.

Стандартный тип подъема температуры четко показывает уровень низких температур, потом резкий подъем как минимум на два десятых градуса и следующий за ним уровень высоких температур, который остается до конца текущего цикла. Разница между средней температурой второй и первой фазы менструального цикла должна быть не менее 0.4-0.5 градусов.

Эффективность этого метода повышается при комплексном его использовании с календарным, описанным выше.

Недостатком всех перечисленных выше методов естественного предохранения от нежелательной беременности кроме их низкой эффективности является также высокий риск заражения заболеваниями, передающимися половым путем, СПИДом и вирусными гепатитами.

Спринцевание влагалища.

Суть данного метода заключается в воздействии на уже присутствующие во влагалище женщины сперматозоиды различными химическими веществами, способными их убить. Часто используют различные антисептические средства, например, мирамистин, хлоргексидин и другие. В действительности эти вещества не способны уберечь Вас от нежелательной беременности по причине того, что, раз: сперматозоиды чрезвычайно подвижны, два: их необычайно много, три: они умеют прятаться в слизи канала шейки матки, что делает их недосягаемыми для дезинфицирующих средств.

Именно выше перечисленными причинами и обуславливается низкая эффективность данного метода.

Также необходимо помнить, что частое воздействие агрессивных в отношении микроорганизмов препаратов на слизистую влагалища приводит к нарушению нормального состава микрофлоры и развитию в последующем состояния под названием дисбактериоз. При этом половую систему женщины заселяют микроорганизмы, которых в норме либо очень мало, либо вообще быть не должно (например грибы рода кандиды).

Презерватив.

Механизм действия презерватива как средства контрацепции заключается в создании механической преграды для проникновения спермы во влагалище. Поэтому полная неэффективность использования данного средства защиты наблюдается только при его повреждении. Следует учитывать, что образовавшийся дефект может быть довольно небольшим и заметить его часто практически невозможно.

Для снижения риска повреждения презерватива в процессе его использования необходимо следовать определенным правилам. Во-первых, нельзя раскатывать презерватив до его надевания на половой член; во-вторых, не пытайтесь проверять его целостность каким-либо способом (например, надуванием или наполнением водой), так как это значительно увеличивает риск его повреждения; в-третьих, нельзя одновременно с презервативами использовать дополнительные смазочные средства на масляной основе, так как они могут снижать прочность латекса – допустимым является применение смазок только на водной основе; в-четвертых, необходимо четко соблюдать инструкцию по пользованию презервативом.

Помните, что правильное использование презерватива не только в 90% - 95% случаев защитит Вас от нежелательной беременности, но и на 90% снизит риска заражения заболеваниями, передающимися половым путем.

Для уверенного использования рекомендуется приобретать презервативы известных производителей и только в аптеке, где соблюдаются условия их хранения. Также рекомендуется обращать внимание на срок годности изделия.

Диафрагма (вагинальный колпачок).

Диафрагма является женским вариантом презерватива. Она также состоит из тончайшего латекса. Перед использованием вагинального колпачка необходима консультация гинеколога, так как эффективность применения диафрагмы напрямую зависит от правильности выбора ее размера, который должен четко соответствовать размеру влагалища и шейки матки. Влагалищный колпачок так же, как и презерватив, создает механическое препятствие на пути сперматозоидов, но, в отличие от последнего, не защищает от заболеваний, передающихся половым путем.

Негативным аспектом данного метода контрацепции кроме его неспособности защитить от инфекций является также необходимость

правильной установки колпачка во влагалище. Согласитесь, что не у каждой женщины и не с первого раза получится это сделать правильно.

Внутриматочные средства (спирали).

Контрацептивный эффект спирали обусловлен следующим. Ножка внутриматочной спирали состоит из меди, которая, выделяясь в полость матки, создает невозможную для существования сперматозоидов и яйцеклетки среду. Также медь провоцирует развитие местной асептической (без участия болезнетворных микроорганизмов) воспалительной реакции, что, в свою очередь не позволяет сперматозоидам и яйцеклетке полноценно функционировать. Эффективность данного метода контрацепции составляет в среднем 80%.

Как и любой метод предохранения от нежелательной беременности, использование ВМС имеет позитивные и негативные стороны.

Начнем с позитивных сторон:

- ВМС начинает действовать непосредственно после введения и не требует использования дополнительных методов контрацепции;
- Установка ВМС подразумевает длительный контрацептивный эффект (до 6 лет) и удаление спирали производится чаще не по причине истечения срока ее годности, а чаще из-за желания женщины забеременеть;
- Способность к зачатию восстанавливается сразу после удаления спирали из полости матки.

К негативным сторонам использования ВМС относятся следующие:

- Наличие инородного тела в полости матки – это всегда открытые входные ворота для инфекции;
- При использовании данного метода контрацепции необходим регулярный (не реже, чем раз в полгода) осмотр гинеколога;
- Наличие ВМС может обусловить повышение обильности менструальных выделений, а также спровоцировать их болезненность;
- ВМС не защищают от заболеваний, передающихся половым путем;

- Использование ВМС не рекомендуется нерожавшим женщинам.

Также перед использованием спирали необходима консультация гинеколога, который определит наличие противопоказаний к постановке спирали (например, спираль нельзя устанавливать при наличии у женщины любой инфекции половой сферы).

Одним из самых неприятных последствий использования данного метода контрацепции является повышение риска развития внематочной беременности после удаления спирали. Многими исследованиями доказано, что риск возникновения внематочной беременности у женщин, пользовавшихся спиралями, в 4 раза выше.

Гормональные внутриматочные средства (спирали).

Гормональные внутриматочные спирали отличаются от обычных тем, что, кроме медной составляющей они также содержат гормон левоноргестрел, который препятствует наступлению беременности. То есть к эффекту местного воспаления добавляется действие гормона, что и обуславливает более высокую эффективность метода по сравнению с использованием обычных спиралей.

Принципиальных отличий в противопоказаниях, позитивных и негативных эффектах гормональной спирали в сравнении с использованием обычной, нет. Единственное, что нужно знать женщине, так это то, что способность к зачатию после удаления гормональной спирали может восстанавливаться более длительное время. Так через 6 месяцев после ее удаления беременность наступает у 50% женщин, а через год практически все женщины уже способны к зачатию (98%).

Химическая контрацепция (кремы, свечи, тампоны, губки, аэрозоли).

Химическая контрацепция объединяет в себе несколько эффектов: противозачаточный, противомикробный и противовирусный. Данные препараты содержат антисептические вещества, которые активно воздействуют как на сперматозоиды, так и на возбудителей инфекционных заболеваний, включая вирусы. Но, к сожалению, использование этого метода

в монорежиме (без параллельного применения других средств) является эффективным далеко не всегда.

При их использовании необходимо помнить, что кислота, коей и являются химические контрацептивы, при взаимодействии со щелочью нейтрализуется, что обуславливает снижение эффекта вплоть до полного его исчезновения. Именно поэтому до и после полового акта с использованием средств химической контрацепции нельзя пользоваться мылом (мыло имеет щелочную реакцию).

Опять же, из практики известно, что время действия свечей и кремов гораздо менее продолжительно, чем производитель заявляет на упаковке. Поэтому перед следующим половым актом (даже если он происходит через незначительный промежуток времени после предыдущего) рекомендуется вводить новую свечу или порцию крема. Этот нюанс не относится к противозачаточным тампонам. Их действие длится от 12 до 16 часов.

Данный метод удобен для женщин, кормящих грудью, так как вещество, содержащееся в контрацептиве, оказывает только местное действие и не попадает в кровоток, а, соответственно, и в грудное молоко.

Негативным последствием частого применения химической контрацепции (так же, как и при спринцевании) является нарушение нормального состава влагалищной микрофлоры с формированием дисбактериоза.

Гормональные таблетки.

Данный метод контрацепции был открыт не так давно, но его появление открыло новую эру в решении проблемы предохранения от нежелательной беременности. Сутью гормональной контрацепции является предотвращение овуляции – выхода зрелой яйцеклетки из яичника. А если яйцеклетка в поле зрения сперматозоидов не появляется, то они сидят без дела, не имея возможности ее оплодотворить.

Эффективность гормональной контрацепции при правильном ее использовании приближается к 100%, но необходимо помнить, что

использование гормональных таблеток не защищает Вас от заболеваний, передающихся половым путем.

Назначаются только врачом после обследования. Разным женщинам (учитывается возраст, вес, курение, сопутствующие заболевания и т.д.) подходят разные препараты.

Гормональное кольцо.

Гормональное кольцо — это контрацептивное средство, которое вводится во влагалище женщины. Действие заключается в ежедневном высвобождении микродоз гормонов, которые предотвращают наступление овуляции. В отличие от гормональных таблеток, уколов и имплантантов, гормоны, высвобождаемые из кольца, действуют преимущественно местно. Это снижает риск возникновения побочных эффектов, которые могут возникать при системном воздействии гормонов на организм. К тому же, концентрация гормонов, выделяемых из кольца гораздо меньше, чем в самых низкодозированных КОК.

Кольцо вводится во влагалище женщины с 1-го по 5-й день менструального цикла. Вследствие эластичности, оно занимает наиболее удобное положение, подстраиваясь под индивидуальные особенности влагалища женщины. Срок контрацептивного эффекта кольца составляет 21 день, то есть в следующем менструальном цикле необходимо введение нового кольца.

Недостаток метода заключается в том, что кольцо не защищает от заболеваний, передающихся половым путем.

Гормональные уколы.

Укол делает врач один раз в 3 месяца. Суть метода заключается в следующем. Препараты, используемые для этого вида контрацепции содержат гормон левоноргестрел, который после введения постепенно высвобождается, вследствие чего поддерживается постоянная его концентрация в крови на протяжении 2-3 месяцев. Это способ длительной контрацепции.

Так же, как и при приеме таблеток, на протяжении 20-30 дней после первого укола контрацептивный эффект неполноценен и в этот период рекомендуется использование дополнительных средств защиты.

Негативным эффектом данного метода предотвращения нежелательной беременности является эффект «торможения» функции яичников. Именно из-за этого гормональные уколы могут использоваться только рожавшими женщинами. Как и при выборе гормональных таблеток, предварительно необходимо посетить гинеколога для оценки состояния здоровья, выявления сопутствующих заболеваний и определения противопоказаний к использованию метода.

#### Гормональные имплантаты.

Имплантация гормональных капсул относится к длительным методам контрацепции. Механизм действия такой же, как и у гормональных уколов: постепенное высвобождение гормонов с поддержанием их постоянной концентрации в крови. Особенностью данного метода является то, что он обеспечивает полноценный контрацептивный эффект на протяжении 5 лет.

Имплантаты могут использоваться только рожавшими женщинами, так как «торможение» функции яичников при использовании данного метода достаточно интенсивно, и у нерожавших молодых девушек велик риск не восстановления детородной функции после окончания действия препарата. Капсулу вводят подкожно в плечо, предплечье, внутреннюю поверхность бедра или низ живота (на выбор).

#### Контрацептивный гормональный пластырь.

Контрацептивный пластырь – метод длительной гормональной контрацепции. Пластырь наклеивается на кожу 1 раз в неделю, на протяжении 3 недель с перерывом в 1 неделю по истечению этого срока его нужно сменить. Действие пластыря, как и других методов длительной контрацепции, заключается в постепенном высвобождении в кровь гормонов, препятствующих овуляции.

Одним из основных позитивных эффектов пластыря является его удобство. Он прочно крепится к коже, не отклеивается под воздействием воды, не теряет своих свойств при воздействии солнечных лучей. Клеится пластырь на выбор на ягодицы, живот, лопатку или плечо.

Побочные эффекты пластыря такие же, как у микродозированных КОК. Если Вы остановили выбор на данном методе контрацепции, также необходимо предварительно посетить гинеколога для оценки наличия возможных противопоказаний.

Медицинская стерилизация.

Это радикальный метод контрацепции, который может использоваться только теми женщинами, которые 100% уверены в том, что больше никогда не захотят забеременеть. Суть метода заключается в пересечении обеих маточных труб. Это делает невозможной встречу яйцеклетки и сперматозоида.

Восстановление естественной детородной функции после медицинской стерилизации невозможно.

Методом медицинской стерилизации могут воспользоваться также и мужчины. Для достижения контрацептивного эффекта просто перевязывают семявыносящие протоки, вследствие чего сперматозоиды не могут выйти из яичек. Операция проводится под местным обезболиванием амбулаторно.

Экстренная контрацепция (после полового акта).

Экстренная (посткоитальная, аварийная контрацепция), в отличие от плановой, применяется непосредственно после полового акта или в течение первых 1-3 суток после него. Сутью этого метода контрацепции является предотвращение процессов оплодотворения яйцеклетки и/или имплантации плодного яйца за счет торможения овуляции, нарушения транспорта яйцеклетки и/или изменения структуры эндометрия (слизистой оболочки матки).

Этот метод контрацепции может применяться после незащищенного полового акта (в том числе – после изнасилования), при нарушении

целостности презерватива, пропуске трех и более таблеток комбинированных оральных контрацептивов, выпадении внутриматочной спирали и в других аналогичных обстоятельствах, сопровождающихся повышенным риском развития нежелательной беременности.

Наибольшая эффективность экстренных контрацептивов отмечается в случае их приема в течение первых 24 часов после незащищенного полового акта, эффективность остается приемлемой до 72 ч после полового акта и резко снижается в более поздний период. Важно понимать, что экстренные контрацептивы на основе левоноргестрела не являются abortивными препаратами и могут действовать только до тех пор, пока не произошла имплантация яйцеклетки в стенку полости матки. Поэтому применение экстренной контрацепции у женщин с подтвержденной беременностью бессмысленно.

Препараты для экстренной контрацепции предназначены только для использования в «аварийной» ситуации и не подходят для регулярного применения в качестве плановой контрацепции, так как, во-первых, их эффективность при постоянном использовании гораздо ниже эффективности современных плановых контрацептивов, а во-вторых, регулярный прием экстренных контрацептивов может стать причиной нарушения менструального цикла.

В заключение, мы хотим вам пожелать заботиться о себе и о своем здоровье, никогда не забывайте средствах предохранения от нежелательной беременности и вовремя, а так же правильно используйте их.

## Занятие 7.

### «Заболевания, передающиеся половым путем».

**Цель:** Дать понятие о венерических болезнях, познакомить с первыми признаками инфекций, передающимися половым путём, и способах предупреждения данных заболеваний.

**Форма организации:** Лекция с приглашением медицинского работника, беседа.

#### **Ход занятия:**

Добрый день девушки, рада вас видеть, и сегодня вновь на нашем занятии присутствует медицинский работник Елена Александровна.

Как вы думаете, о чем сегодня пойдет речь?

На прошлом занятии мы с вами рассматривали средства контрацепции и говорили о том, что некоторые из них способны защитить от заболеваний передающихся половым путем, давайте вспомним какие это средства контрацепции (ответы девушек).

А какие венерические заболевания вы знаете? (ответы девушек).

Давайте теперь поговорим о них подробнее.

Среди заболеваний, передающихся половым путем есть такие как: герпес, ВИЧ, вирусные гепатиты, гонорея, сифилис, трихомониаз, хламидийная, микоплазменная, уреоплазмённая и другие инфекции. Эти инфекции для большинства людей становятся серьёзной проблемой и в личной, и в трудовой жизни, Кроме того, они могут передаваться от матери к ребёнку.

Первые признаки этих заболеваний:

1. Зуд, жжение.
2. Выделения (необычные)
3. Болезненное мочеиспускание.

Среди всех заболеваний, передающихся половым путём, особо выделяют гонорею, трихомониаз и сифилис.

**Гонорея** - воспалительное заболевание слизистых оболочек мочеполовых органов, начинается через несколько дней после контакта с больным человеком. Как правило, больная отмечает жжение в области половых органов, в мочевыводящем канале. Затем появляются обильные, гнойные выделения.

**Трихомониаз** – встречается у тех девушек, которые уже имели опыт «взрослой» жизни. Заболевание проявляется выраженным зудом и обильными жидкими, пенистыми выделениями.

**Сифилис** – может передаваться не только половым путём, но и бытовым: через полотенце, посуду или поцелуи. Первый признак сифилиса – безболезненная язвочка – может появиться через три недели, этот признак часто пропускается. А ещё через три недели на коже появляется сыпь. При несвоевременном обращении к врачу болезнь затягивается на месяцы, и даже годы. Эта болезнь чревата серьёзными осложнениями, могут пострадать мозг, костная ткань и многие внутренние органы.

**ЗАПОМНИ**, при первых признаках заболевания следует сразу обратиться к врачу.

**Вопрос:** Как вы думаете, девушки, какое самое безопасное средство от болезней?

Самое безопасное средство от болезней, передающихся половым путём - это воздержание от преждевременных и случайных половых контактов!

Многие популярные певицы, например, такие как Алсу или Бритни Спирс утверждают, что целомудрие – это главная защита девушки от многих неприятностей.

**СПИД** – одна из важнейших и трагических проблем, возникшая перед всем человечеством. Возбудитель СПИДа – вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) – относится к ретровирусам, т.е вирусам, гены которых могут встраиваться с геном человека, в клетки крови – лимфоциты. **ВИЧ** – разрушает иммунную систему – нашу естественную защиту. В результате ты

становишься беззащитным перед любым заболеванием. Даже банальная болезнь может стать смертельной.

**СПИД** – это конечная стадия ВИЧ-инфекции. Её продолжительность 1-3 года.

**ВИЧ-инфекция** передаётся половым путём.

**Защити себя от ВИЧ-инфекции!**

1. Избегай случайных половых связей.
2. Соблюдай взаимную верность.
3. Не употребляй наркотики, и ты спасешь себя и своё здоровье.
4. Используй только стерильные, т.е. новые шприцы.
5. Используй только индивидуальный бритвенный станок и индивидуальную зубную щетку.
6. Пирсинг и тату нужно делать только в специализированном салоне у опытного специалиста.

И так, о каких заболеваний, передающихся половым путем вы узнали? В чем их опасность?

В заключение мы хотим вам пожелать беречь свое здоровье и никогда не столкнуться с венерическими заболеваниями.

## Занятие 8.

### «Вредные привычки и их влияние на здоровье девушки».

**Цель:** Ознакомить девочек с информацией о вредных привычках (курение, употребление алкоголя), влияющих на ухудшение состояния женской репродуктивной системы.

**Форма организации:** Беседа с активным привлечением учащихся, просмотр видеороликов с обсуждением, разработка буклетов.

#### **Ход занятия:**

Здравствуйте, девочки! Начать наше занятие я хочу с нескольких вопросов.

В чем опасность вредных привычек, таких как курение и злоупотребление алкоголем у девушек?

Курение – вредная привычка, возникновение которой связано с тем, что содержащийся в табаке никотин приятно возбуждает центральную нервную систему. Никотин – очень ядовитое вещество, и при первых попытках курить наблюдаются различные явления: тошнота, головокружение, рвота, перебои в сердце, спазмы в горле, пищеводе и желудке, возбужденность, переходящая в отупение вплоть до обморока. Такие реакции появляются у каждого здорового человека. Когда организм привыкает к никотину, токсические явления ослабевают, и человек ощущает только приятное возбуждающее действие табака. Оно обманчиво, так как вещества табачного дыма опасны для здоровья.

Вредные привычки, которые, к сожалению, в последние годы получили довольно широкое распространение среди молодёжи, в том числе среди девушек. Это курение и злоупотребление алкоголем - пивом.

Девушки, как правило, начинают курить потому, что это «модно». Многие ошибочно считают эту привычку безвредной для организма. В табачном дыме содержится не только никотин, но и угарный газ, синильная кислота, аммиак, формальдегид. Особенно вредным считается безопорен, который обладает канцерогенным эффектом.

Курение вредно отражается на здоровье. Под влиянием курения изменяется состав крови, уменьшается количество эритроцитов в ней, быстрее стареют сосуды, намного чаще, чем у некурящих, встречается рак легких. Отрицательное воздействие курения на умственную деятельность. У курильщиков постепенно ослабевает память, расшатывается нервная система, развивается невралгия. Спазмы артериальных сосудов, в том числе и сосудов сердца, затрудняется кровообращение, ухудшается снабжение кислородом и питательными веществами участков тела и отведение от них вредных продуктов обмена веществ.

Распространенное заболевание курильщиков – стенокардия, при которой периодически возникают спазмы сосудов сердца, сопровождающиеся резкой болью в груди, слабостью и страхом смерти. Стенокардия часто ведет к инфаркту миокарда – тяжёлому поражению сердца. Другое типичное заболевание курильщиков – эндартериит, или перемежающаяся хромота, при котором происходит сужение просвета мелких артерий, что затрудняет поступление крови к тканям, встречается в 90% случаев у курильщиков. Человеку спокойно удастся пройти лишь несколько шагов, а затем в одной или обеих ногах появляются онемение и резкая боль. Движение усиливает обмен веществ в работающих мышцах, они требуют больше кислорода. Его недостаток в мышцах и накапливающиеся в них продукты обмена веществ вызывают боль. На второй стадии заболевания спазм усиливается, сосуды не обеспечивают обмен веществ в мышцах ноги даже в состоянии покоя, и боль становится постоянной. Ноги, особенно стопа, начиная с большого пальца, постоянно мерзнут, синеют. Стопа, а затем вся конечность могут омертветь.

Некоторые девушки иногда оправдывают курение тем, что оно, якобы, не дает им полнеть. Действительно, никотин отрицательно действует на обменные процессы, ухудшает аппетит. Курение нельзя считать целесообразным способом снижения массы тела. Есть более эффективные и

безопасные методы. Это в первую очередь уменьшение количества потребляемой пищи и занятия физической культурой.

Особенно опасно курение во время беременности. Курение наносит страшный вред здоровью будущего ребёнка. Никотин выделяется с молоком матери, поэтому кормящая женщина, если она курит, отравляет своего ребёнка, который будет расти слабым, хилым и более подверженным различным заболеваниям, чем дети, матери которых не курят.

Легче избежать вредной привычки, чем избавиться от неё. Однако, если человек уже курит, бросить курить всегда можно. Следует помнить, что большое значение для курильщиков имеет привыкание к определенному ритуалу курения, поэтому, прежде всего, следует направить волевые усилия на борьбу с ним. Очень эффективно при этом самовнушения и аутогенная тренировка. Трудно бывают первые несколько дней, пока велико влечение к ритуалу курения, а затем желание закурить постепенно проходит.

Все, кто бросил курить, отмечают, что у них улучшился сон, аппетит, цвет кожи лица, исчез утренний кашель, повысилась работоспособность, общий жизненный тонус.

Вопрос: Как влияет на женский организм алкоголь?

Мы часто становимся жертвой рекламы, например, реклама пива. Когда мы видим, как там все красиво, тоже хочется приобщиться, но в рекламе никогда не говорится о последствиях. Пиво - совсем небезобидный напиток, как считают некоторые. Пиво относится к категории психоактивных веществ и быстро вызывает зависимость. Самое печальное – что смертность от причин, связанных с употреблением алкоголя, за последние 10 лет возросла более чем в три раза.

Употребление алкоголя отрицательно сказывается на женском организме, значительно сильнее, чем на мужском. Пьющие женщины быстро увядают, кожа покрывается морщинами, землистого цвета, глаза тусклые, мышцы становятся дряблыми. Нарушается менструальный цикл.

Алкоголизм развивается постепенно, проходя через фазу бытового пьянства, т.е. употребления спиртного от случая к случаю, по поводу какого-либо события или рюмки перед обедом. Там, где алкоголь вторгается в брачные отношения, не может быть крепкой семьи.

Главное в борьбе с пьянством и алкоголизмом - желание самого человека избавиться от тяжёлого порока - чрезмерного употребления спиртного.

Будущая мать должна быть здоровой, потому что здоровье ребенка во многом зависит от здоровья матери. У больных женщин значительно чаще отмечаются различные осложнения беременности и родов: в 3 раза чаще беременность прерывается преждевременно, в 2 раза чаще встречаются различные формы сужения таза, что затрудняет роды, значительно чаще (в 3-5 раз) отмечаются различные осложнения беременности. В связи с этим и потери детей в родах более чем в 4 раза выше.

Деградация личности алкоголя. Пьянство ослабляет умственные способности: снижается сообразительность, развиваются забывчивость, неспособность сосредоточиться на чем-либо, кроме мыслей о спиртном. Характер поведения меняется от бестактной общительности до угрюмой замкнутости; нередко возникают подавленность, злобность. Слабоволие, грубость, безжалостность, черствость, эгоистичность, бесцеремонность становятся основными чертами в характере алкоголика. Он рабски стремится к алкоголю, пренебрегая нравственными принципами общества, интересами и потребностями других людей.

А теперь, я прошу вас разделиться на группы по 3 человека и разработать буклеты о вреде курения и алкоголя, а затем представить свои буклеты.

Защита буклетов.

Я очень надеюсь, что вы будете соблюдать все те рекомендации, которые вы указали в своих буклетах! Следи за своим здоровьем и избавляйтесь от вредных привычек!

## Занятие 9.

### «Чувства и эмоции»

**Цель:** Изучить психо-эмоциональное состояние девочек. Дать советы по преодолению плохого настроения и о способах контроля своих эмоций.

**Форма организации:** Лекция, беседа с активным привлечением учащихся, тестирование, тренинговые элементы.

#### **Ход занятия:**

Здравствуйтесь девочки, как ваше настроение? Часто ли вы задаетесь вопросом: Почему на меня накатывают волны «возбуждения»? Как преодолеть плохое настроение?

Всё что вы чувствуете сейчас, что происходит в вашем организме – результат движения природы. И заметь - движения ВПЕРЁД!

Думаю вы замечали у себя перемены настроения: вдруг всё переворачивается и меняется. Отчего-то, сама не зная почему, взрываешься и ссоришься с лучшей подругой. А порой нагрубишь родителям, а потом становится стыдно за свой поступок. Всё дело в том, что вы взрослеете и открываете новый мир - вокруг и в самой себе. Вы полны новыми впечатлениями, вам интересны новые книги, новые фильмы, новая музыка. И, конечно же, новые люди.

В отношениях с окружающими вас людьми старайтесь быть сдержанной и тактичной. Не позволяй воли своим негативным эмоциям, ведь каждый раз, когда у тебя вырвалась грубость, ты переживаешь это.

Вопрос: Девочки, вы всегда внимательны к своей маме, интересуетесь её делами?

Самое драгоценное чувство между людьми – это дружба. Друзья должны быть у человека в любом возрасте и дорожить дружбой не только взрослые, но и дети. Без друзей жить ведь очень трудно. И, конечно, самый большой и самый верный твой друг – мама. И бывает очень горько слышать, как, пренебрегая мнением мамы, девочка отвечает: «Нет, я не хочу так поступать, потому что подруга сказала, что так лучше». Это хорошо, что ты

прислушиваешься к мнению своих подруг и друзей: безусловно, с ним надо считаться. Но, имей чувство такта и не позволяй себе так отвечать маме. Тем более что мамин совет почти всегда более правильный, потому что она имеет большой жизненный опыт. Мамины упрёки не всегда просто неприятные слова, если посмотреть на них с другой стороны – мама переживает за тебя, беспокоится и хочет оградить своего ребёнка от ошибок. Мама говорит эти слова не потому, что ты плохая, а потому, что она любит тебя и волнуется за тебя. Думай позитивно!

В этом возрасте, периоде становления личности девочки всеми силами стремятся к самостоятельности.

Вопрос: Важно ли девочке-подростку уметь дружить с мальчиками?

Нужно уметь дружить не только с девочками, но и с мальчиками. Хорошая товарищеская дружба с мальчиками поможет вам в дальнейшей жизни. А в семье дружба и уважение - самые главные силы, способствующие взаимопониманию и сохранению семьи.

Наверняка, ты часто смотришься в зеркало, появляется желание изменить причёску. Ты стремишься хорошо выглядеть, стильно одеваться. И самое главное - для того, чтобы всё складывалось « как надо», необходимо найти себя не только внешне, но и внутренне. Не стоит стремиться быть похожей на кого-то, доверять образам «звёзд».

Твоя индивидуальность гораздо ценнее модной одежды и макияжа!

Помните ещё об одном важном моменте: Хорошее настроение – залог здоровья.

Очень важно для здоровья быть в хорошем настроении, бодром состоянии духа. Как мы себя настраиваем – так и проходит день. Чтобы день был плодотворным, подойдите утром к зеркалу и скажите себе приятные слова: «Я - замечательная!», «Я - красивая!», «Я - умница!», «У меня всё-всё получится!»

Если один человек улыбнулся другому, между ними возник мгновенный контакт. А если к этому добавить несколько добрых слов – то,

казалось бы, ничего особенного не произошло, но день стал более солнечным. Улыбчивые и жизнерадостные люди меньше болеют и более успешны.

Не забывайте, что удача, тепло, внимание и любовь приходят к нам не из вакуума, а от других людей. Те, кто хорошо нам относится, как раз и выручают в трудную минуту. Будьте внимательны к людям, умеете понимать и ценить их. Нет такого человека, в котором нельзя было бы найти что-то хорошее. Каждого из нас за что-то любит мама. Похвалите своих близких и знакомых, скажите комплименты им и себе! Наши добрые дела всегда возвращаются к нам!

В конфликтных ситуациях старайся сдерживать себя. Прежде чем наругать, подумай, а почему мама сказала именно так? Поставь себя на мгновение, на её место. А если не получается, сделай три глубоких-глубоких вдоха и выдоха. Ещё снять ощущение стресса помогают приятные воспоминания.

Закрепление: Скажите по очереди друг другу, начиная фразу: « Мне нравится в тебе.....»

## Занятие 10.

### «Любовь или влюбленность?»

**Цель:** Дать понятия любви и влюблённости, способствовать сохранению духовного здоровья девушки и своей ответственности за будущее.

**Форма организации:** Лекция, беседа с активным привлечением учащихся.

#### **Ход занятия:**

Здравствуйте девушки, рада вас видеть!

За окном весна, так и хочется влюбиться! А вы влюблены? Что такое любовь? А влюбленность? Есть ли между ними разница?

«Влюбленность – это чудо человеческое» сказал Александр Блок. Действительно, состояние влюбленности – это хороший стимул для совершенствования «себя любимой». Вдруг в тебе открываются такие таланты, о которых ты даже и не подозревала: в спорте, учебе, искусстве и в других областях. Появляется желание быть самой лучшей, самой умной и самой привлекательной.

Однако порой первую влюбленность молодые люди принимают за любовь.

Чтобы ответить на вопрос, что такое любовь, послушайте «сказку старой бабушки Марии».

«... Когда бог создал мир, он научил все живые существа продолжать род свой – рождать себе подобных...

- Живите, продолжайте род свой, - сказал бог, - а я пойду по хозяйству. Приду через год, посмотрю, как тут у вас...

Приходит бог через год к людям с архангелом Гавриилом. Приходит рано, до восхода солнца. Видит, сидят мужчина и женщина возле шалаша, перед ними созревает хлеб на ниве, под шалашом колыбель, а в колыбели ребенок спит. А мужчина и женщина смотрят то на розовое небо, то в глаза друг другу. В тот миг, когда глаза их встречались, бог видел в них какую – то

неведомую силу, непонятную для него красоту. Эта красота была прекраснее неба и солнца, земли и звезд – прекраснее всего, что слепил и смастерил бог, прекраснее самого бога. Эта красота до того удивила бога, что его божья душа задрожала от страха и зависти: как это так, я сотворил твердь земную, слепил из глины человека и вдохнул в него жизнь, а не мог, видишь, создать этой красоты; откуда она взялась и что она такое – эта красота?

- Это любовь, - сказал архангел Гавриил.

- Что это такое – любовь? – спросил бог.

Архангел пожал плечами.

Бог подошел к мужчине, коснулся его плеча своею старческой рукой и стал просить: «Научи меня любить, Человек». Мужчина даже не заметил прикосновения божьей руки. Ему показалось, что на плечо села муха. Он смотрел в глаза женщины – своей жены, матери своего ребенка.

Бог был немощным, но злым и мстительным стариком. Он разгневался, разозлился и закричал:

- Ага, значит, ты не хочешь научить меня любить. Человек? Попомнишь ты меня! С этой минуты старей. Каждый год жизни пусть уносит по капле твою молодость и силу. Превращайся в развалину. Пусть усыхает твой мозг и дурманится разум! Пусть пустым становится твое сердце! А я приду через пятьдесят лет и посмотрю, что останется в твоих глазах, Человек.

Пришел бог с архангелом Гавриилом через пятьдесят лет. Глядит, вместо шалаша стоит хата беленькая, на пустыре сад вырос, на ниве пшеница колосится, сыновья поле пашут, дочки лен теребят, а внуки на лугу играют. У хаты сидят дедушка и бабушка, смотрят то на утреннюю зарю, то друг другу в глаза. И увидел бог в глазах мужчины и женщины красоту, еще более могучую, вечную и неодолимую. Увидел бог не только Любовь, но и Верность. Разозлился бог кричит, руки дрожат, изо рта пена летит, глаза на лоб лезут:

- Мало тебе старости, Человек? Так помирай же, помирай в муках и печали по жизни и своей любви, иди в землю, превращайся в прах и тлен. А я приду и посмотрю, во что превратится твоя Любовь.

Пришел бог с архангелом Гавриилом через три года. Видит: сидит мужчина над маленькой могилой, глаза у него печальные, но в них – еще могучее, непонятнее и страшнее для бога человеческая красота. Уже не только Любовь, не только Верность, но и Память Сердца увидел бог. Задрожали у бога руки от страха и бессилия, подошел он к мужчине, упал на колени и молит:

- Дай мне, Человек, эту красоту! Что хочешь, проси за нее, но только дай мне ее, дай мне эту красоту!

- Не могу, - ответил Человек. – Она, эта красота, достается очень дорого. Цена ей – смерть, а ты, говорят, бессмертный.

- Дам тебе бессмертие, дам молодость, но только отдай мне Любовь.

- Нет, не нужно. Ни вечная молодость, ни бессмертие не сравнятся с Любовью, - ответил Человек.

Бог поднялся, зажал в руке бородку, отошел от старика, сидевшего у могилки, повернулся лицом к пшеничной ниве и розовой зарнице и увидел: возле золотых колосьев пшеницы стоят молодые мужчина и женщина и смотрят то на розовое небо, то в глаза друг другу. Схватился бог руками за голову и ушел с Земли на небо. С той поры богом на Земле стал человек.

Вот что такое Любовь. Она – больше бога. Эта вечная красота и бессмертие людское. Мы превращаемся в горстку праха, а Любовь остается вечно...»

Любовь – это более глубокое и сильное чувство. И большинство девушек стремятся обрести это истинное чувство, сохраняя себя для любимого человека. Ведь любовь и целомудрие, неразрывные понятия. Девочки мечтают о любви. Любить – это значит, прежде всего радоваться радостью другого человека и печалиться его печалью. И постоянно ощущать такое же отношение к себе. Любовь должна быть взаимной, а чтобы

убедиться в этом, нужно время. До любви ещё нужно дорасти. И уж тогда принимать решения, от которых зависит судьба.

Напротив, потакая своим неразумным желаниям и прихотям, можно приобрести не только опустошение и недовольство собой, но и серьезное нарушение здоровья.

К девушке любовь предъявляет особые требования. Она должна быть духовно очень сильным человеком, ибо ей предстоит не только любить, быть любимой, но и быть матерью. А это большая ответственность. Поэтому желание удовлетворить половое влечение, не задавая себе вопрос и не проверив, любовь ли это, может стоить испорченной жизни не только девушке, но и её будущему ребёнку. Девочка должна быть хозяйкой своих чувств, уметь управлять ими, быть осмотрительной, требовательной, мудрой.

В заключение девочки читают стихи, истории любви.

## Занятие 11.

### «Алгоритм любви».

**Цель:** Познакомить девушек с компонентами любви, показать наиболее оптимальные пути построения отношений, ведущие к счастливой семейной жизни.

**Форма организации:** Лекция, беседа с активным привлечением учащихся.

#### **Ход занятия:**

«Люди встречаются, люди влюбляются...» Что последует дальше? К чему эти люди придут в своих отношениях. Сегодня мы с вами рассмотрим пути построения отношений, которые имеют вектор направленности к счастью.

Каков алгоритм любви?

Гармония отношений мужчины и женщины подразумевает наличие Любви. А можно ли гармонию и Любовь проверить физикой? Был такой спор лириков и физиков в 60-70-х годах прошлого, XX века. Конечно, Любовь – это нечто гораздо большее, нежели просто фермоны и чувства, ее невозможно подвести под стройную математическую модель или вычислить физическую формулу. Но при всем многообразии определений слова «любовь», все они указывают на обязательное наличие трех составляющих.

Первая составляющая Любви – личностная сфера. Она включает в себя постепенное выстраивание отношений доверия и эмоционально-чувственного единства, стремление к дружбе и безусловной преданности. Назовем эту составляющую одним словом: ВСТРЕЧА (подразумевая личностную близость)

Вторая составляющая Любви – сфера обязательств. Здесь имеются в виду различные виды обязательств: друг перед другом, будущими детьми, семьей, обществом в целом. По большому счету, эта сфера – ни что иное, как обещание, даваемое во время бракосочетания «... и в болезни, и во здравии, и в печали, и в радости... я буду тебя любить...». Для простоты назовем эту

вторую составляющую Любви словом ОБЯЗАТЕЛЬСТВА (подразумевая бракосочетание).

Третья составляющая Любви – сфера физиологического влечения. Интимно-личностные отношения, проявляющие свой апогей в радости телесного единения. Назовем эту составляющую Любви одним коротким словом СЕКС. Таким образом, можно вывести некий алгоритм любви:

**ЛЮБОВЬ = ОБЯЗАТЕЛЬСТВА+ВСТРЕЧА+СЕКС.**

Если представить гармонию взаимоотношений между мужчиной и женщиной графически, то получится равносторонний треугольник, в котором все углы и стороны одинаковы и равнозначны.



Подключив фантазию, можно увидеть на месте этого треугольника целый шатер, внутри которого происходит построение отношений между мужчиной и женщиной. Давайте представим мысленно три «двери», ведущие в наш шатер, под названиями: «обязательства», «встреча», «секс».

Выбор «входа» во многом определяет и возможность Любви в будущем, и потенциал в достижении счастья и гармонии. Каково будет начало, таков и будет результат в решении нашего алгоритма.

Вход через «Обязательства» - неужели такое бывает?

В данном случае непосредственные лично-близкие отношения двоих начинаются с женитьбы. То есть предпосылки таковы, что до регистрации брака нет ни дружбы, ни секса, ни любви друг к другу (в некоторых случаях могут быть какие-то чувства).

На протяжении многих веков человеческой истории начало отношений через регистрацию (ОБЯЗАТЕЛЬСТВА) считался чуть ли не единственно

приемлемым. Все решалось родителями, они обо всем договаривались, вели все свадебные приготовления, будущие супруги порой не видели друг друга до дня бракосочетания, при этом люди руководствовались народной поговоркой: «стерпится – слюбится».

Может быть, сейчас это кажется ущемлением прав человека, но если рассуждать категориями Счастья и Гармонии, согласитесь, что нельзя утверждать, будто бы раньше счастливых браков не было. Многие супруги обретали счастье не потому, что между ними пылала страстная чувственность, а в результате упорного труда, преданности и работы над личностными отношениями.

В культуре многих народов до сих пор принято, что родители чуть ли не с самого рождения своего чада хлопочут об обручении ребенка с будущим мужем/будущей женой. И когда наступает время, их женят.

В странах с «осовремененной» культурой таких жестких традиций почти не осталось, но этот «вход» через обязательства, тем не менее, остается довольно распространенным.

Каковы преимущества входа в отношения через их регистрацию?

- Во-первых, в отношениях сразу возникает определенность: «Кто мы друг другу? – муж и жена». Это предполагает взаимную преданность и посвященность (если взрослые люди, будучи в здравом уме, а не в коме, дали согласие на то, чтобы стать мужем и женой, то, следовательно, надо жить в соответствии с данным друг другу словом – перед Богом, законом и свидетелями).

- Во-вторых, осознается личная ответственность за построение внутрисемейных взаимоотношений друг перед другом, перед будущими детьми, а также перед родителями и другими родственниками.

«Мы дали согласие на этот брак, значит, теперь все зависит от нас»

- В-третьих, в данном случае, как правило, всегда есть благорасположение родителей, куда включается факт, уже упомянутый нами выше: отсутствует опасность обретения «кота в мешке», потому что

любящие родители (или настоящие друзья, или профессиональная сваха) «плохого не подсунут».

- В-четвертых, сразу есть некая стабильность, потому что там, где нет очарования, нет и разочарования. Оба, и муж, и жена, понимают, что «пожнут они то, что посеют», а жить будут в семье, которую сами же и построят. Они теперь сами отвечают за свое счастье. Счастье изначально становится их ответственным отношением и заботой друг о друге, а не аспектом чувственности.

Согласитесь, что все перечисленные «плюсы» – немаловажные моменты, сопутствующие успеху супружеской жизни.

Каковы "риски" при "входе через обязательства"?

Конечно, не следует пренебрегать и рисками, которые существуют при входе в эту дверь под названием «обязательства».

Первый риск заключается в том, что, войдя в отношения через регистрацию, супруги не всегда помнят, что алгоритм Любви подразумевает обязательное наличие встречи (личностных отношений), над которой надо целенаправленно работать. Иначе любовь тогда не придет.

Представьте себе такую ситуацию: мужчина и женщина вошли в свой шатер отношений через регистрацию, закончилась свадьба, гости разошлись по домам, наступила брачная ночь, и новоиспеченный муж говорит своей жене: «Я тебя мало знаю, ты меня мало знаешь. Давай мы не будем прикасаться друг ко другу два месяца. Мне так хочется, чтобы сначала мы смогли стать друзьями, чтобы ты могла полюбить меня...»

Вам легко представляется такая ситуация? Нам, если честно, не очень...

Как правило, подобные слова мужа к жене в первую брачную ночь кажутся нелогичными. Более логично выглядит совершенно иной алгоритм: «Какой смысл ждать с сексом, если мы уже женаты?». Руководствуясь им, супруги сразу движутся по направлению к сексу, проходит время и рождается первый ребенок, потом второй, супругов захватывает быт, давят

заботы, времени друг на друга уже не хватает, личностная сфера в их отношениях останавливается в своем развитии, не успев начаться. В результате к встрече можно так и не прийти, любовь в отношениях этих супругов так и не родится. В результате мы становимся свидетелями супружества, которое даже с натягом гармоничным не назвать. Скорее, возникает некое совместное предприятие по производству детей и налаживанию быта, работающее по правилам и инструкциям. Если возникают некие недовольства друг другом, то именно по поводу «несоблюдения инструкций»:

- «Он поступил не так, как положено мужу».
- «Разве допустимо в постели такое положение у порядочных людей?»
- «Она не поступает, как хорошая жена, которая должна делать то и то...»
- «Сколько раз в неделю жене можно отсутствовать дома по вечерам? А мужу?»

В такой семье всем руководит инструкция, буква долженствования. Супруги, которые не смогли поставить обязательства на службу Любви, и не отправились к встрече, становятся причиной разрушения своей семьи (даже если не происходит формального развода). В данном случае происходит лишения себя, своего супруга, своих детей Встречи, Счастья, Любви.

Но, с другой стороны, если вы вдруг услышите, что про какую-то супружескую пару говорят:

«Поглядите-ка на них! Разыгрывают из себя счастливых! Ха-ха! Да знаем, как они поженились! Ему пять девчонок отказали, а она – всегда была непопулярна, он для нее последний и единственный шанс в жизни. Поженились, а теперь разыгрывают из себя голубков...»

В таких случаях мы всегда советуем держать рот «на замке». Потому что вполне возможно, что они действительно счастливы и любят друг друга: если, войдя в свои отношения через обязательства и не имея изначально

чувственности или личностных отношений, они взяли на себя ответственность за Любовь.

В таком случае нет ничего удивительного, что они пережили встречу и обрели Любовь! Более того, такие супруги сто очков вперед могут дать многим парам, которые поженились «по неземной любви», но пустили отношения на самотек, придя от очарования к разочарованию...

Вход через секс.

В данном случае двое – мужчина и женщина – «входят в шатер отношений» через удовлетворение физиологических потребностей либо одного из них, либо обоих.

Исходные данные таких отношений: они друг другу не муж и жена, то есть, обязательств по отношению друг к другу никаких нет; личностно-дружеских отношений между ними так же нет никаких, так как их изначальный интерес сводится исключительно к обладанию телами друг друга. То, что в их отношениях происходит активно и интенсивно, это сексуальные контакты, как следствие «я тебя хочу».

Чем руководствуются люди, начиная свои отношения с секса без каких либо обязательств?

Когда два человека используют друг друга только в качестве объектов сексуального воздействия, они подвергают личности друг друга колоссальному стрессу. Депрессия в данном случае – вариант не самый худший, так как она представляет собой некую защитную функцию психической составляющей личности от разрушающих ее факторов. Хуже, если личность разрушается без видимых симптомов, и в результате бесконтрольной сексуальной разрядки возникает зависимость.

Теперь поразмышляем насчет проверки «сексуальной совместимости» (этот довод часто приводится в качестве «плюса» во «входе через секс»). Единственная аудитория, которая ни разу не назвала нам это довод, – медицинская. Медикам, как никому другому, известно, что в медицине понятия «сексуальная несовместимость» не существует! Мужчина и

женщина изначально так сотворены, что физиологически они подходят друг ко другу идеально. Женские половые органы устроены так прекрасно, что пропускают через себя и головку рождающегося ребенка, и полностью обволакивают гигиенический тампон. Если и стоит говорить о «несовместимости», то не на уровне физиологии. Вопрос в данном случае встает чисто психологический, вернее даже будет сказать, нравственный. Несовместимость не в половых органах, а в голове, в психологической зависимости от прежних связей.

Не случайно во все времена и во всех культурах чистота отношений до брака всегда считалась залогом счастья супругов. Самые совместимые в сексе супруги – это девственники!

Секс ради самого секса снижает психологическую способность человека быть ответственным за других людей, умение быть преданным данному слову, сводится к минимуму вероятность удовлетворенности одним человеком (своим супругом). Отношения, начатые таким образом, скоротечны, поверхностны. Они имеют вектор направленности к саморазрушению и разрушению личностных связей. Любовь в данном случае заменяется понятиями страсти, полового влечения, похоти.

Что, если - любовь?

Начало отношений с взаимной симпатии сегодня очень популярно среди молодых людей (да и не только молодых), которые воспитаны в атмосфере свободы.

...Мужчина и женщина встретились. Взглянули друг другу в глаза. Услышали голос друг друга, что-то дрогнуло внутри, возникло желание быть рядом, начать общение. Между ними проскочила какая-то искра. Эта искра зажглась не где-то ниже пояса, а в сердце... Возникло ощущение встречи, желание принять какое-то участие в жизни этого человека. Порой бывает, что внезапно возникает сердечное томление к человеку, которого знаешь много лет, вдруг начинаешь по-особому воспринимать своего давнишнего одноклассника или соседку по лестничной площадке...

Это еще не любовь, но уже начало.

Что же происходит на пороге «входа» через встречу: Встретившиеся там – не муж и жена друг другу (то есть обязательств еще никаких нет), секса между ними нет, он пока еще даже не мыслится ими по отношению друг ко другу, вся чувственность происходит в сердце: «Ах, что за приятная девушка!», «Какой интересный мужчина!», «Вот бы познакомиться!», «Как было бы интересно пообщаться!». Все начинается с некой искры чувственности и романтических переживаний. В таком случае если оба (или один из них) начинают предпринимать попытки к тому, чтобы возвращать это возникшее чувство в «шатре отношений», начинается работа над созданием Любви в ее алгоритме - сразу в двух направлениях.

В сторону угла под названием обязательства идет работа над ростом доверия и преданности. В сторону же угла под названием секс растет чувственность и романтика. В результате отношения достигают уровня, когда в них есть наличие и встречи, и обязательств, и секса. Таким образом, алгоритм Любви получает свое завершение.

любовь = встреча+ обязательства+ секс

Любовь в браке является результатом ежедневного труда над каждой составляющей ее алгоритма. То, каким образом осуществляется этот труд супругами, является отдельной темой. Главное, верить, что Счастье – это просто.

Будьте счастливы!

## Занятие 12

### «Твое будущее в твоих руках»

**Цель:** Разработка и защита плакатов «Твое будущее в твоих руках», подведение итогов программы.

**Форма организации:** Работа в группах, разработка и защита плакатов.

#### **Ход занятия:**

Здравствуйте, девочки!

Вот и подошли к концу наши занятия, сегодня последнее из них.

Давайте вспомним, чем же мы с вами занимались на протяжении всех занятий? (ответы девочек).

Что нового, интересного и важного вы узнали? (ответы девочек).

Теперь я предлагаю вам разделиться на 3 группы, каждая группа получает ватман, фломастеры, карандаши, маркеры. Каждой группе в течении 20 минут необходимо разработать плакат на тему «Твое будущее в твоих руках». В плакате могут быть отражены те знания, которые вы получили на наших занятиях, советы другим девушкам, личное мнение, пожелания. После того, как вы закончите работу с плакатами, вам необходимо представить свои работы друг другу и защитить их.

Разработка плакатов.

Защита плакатов.

Здорово! У вас получились отличные работы! Я предлагаю повесить их на стенд в фойе, для того чтобы и другие девушки смогли ознакомиться с этой важной и полезной информацией!

Теперь, мне очень бы хотелось от вас услышать отзывы о всей нашей работе, на протяжении более полугода мы с вами обсуждали очень важные проблемы, что было хорошо, что бы вам хотелось изменить?

В заключение я хочу пожелать вам не забывать все то, что вы узнали на наших занятиях, следить за своим здоровьем, не только физическим, но и психологическим, обязательно встретить свою любовь и создать крепкую, счастливую семью! Мне было очень приятно с вами поработать! Успехов!

## Буклет для родителей

### *Деликатный разговор с подростком: несколько советов родителям.*

- ❖ Не уходите от разговора, не отмахивайтесь от ребенка.
- ❖ Постарайтесь вести беседу в самой естественной манере, как при обсуждении любой другой темы.
- ❖ Доброжелательно относитесь к любым вопросам. Нельзя обрывать ребенка, высмеивать его, применять окрики, угрозы и наказания.
- ❖ Сохраняйте тайну разговора, подросток должен быть уверен, что его вопрос не станет известен другим.
- ❖ Избегайте длинных поучительных лекций по половым вопросам. Подростку хочется задавать вопросы и получать конкретные короткие ответы.
- ❖ На все вопросы давайте конкретные ответы и идите от простого вопроса к сложному вопросу, но на всех этапах оставайтесь правдивым.
- ❖ Позаботьтесь, чтобы ваш рассказ не ограничивался одними биологическими фактами – подростку захочется узнать о вашем отношении, переживаниях и решениях.
- ❖ Не бойтесь сказать ребенку о сексе "слишком много". Из его памяти почти наверняка выветрится все, что он не понял.
- ❖ Беседы о приближающемся половом созревании следует начинать прежде, чем ребенок достигнет подросткового возраста. Физические изменения (в том числе развитие молочных желез, менструации и поллюции) могут появиться и раньше десяти лет.
- ❖ Если вы не можете ответить на вопрос подростка, не бойтесь признаться в этом. Обратитесь к более знающему человеку, например вашему семейному врачу; он поможет найти нужные сведения.
- ❖ Ответив на вопрос, убедитесь, что подросток понял ваши слова. Проверьте также, насколько ваш ответ соответствует тому, что он действительно хотел узнать. Очень хорошо, если после вашего разговора у него появятся новые вопросы.

Буклет для родителей

***Беременность несовершеннолетней девушки – инструкция для родителей***



Если вы узнали, что ваша дочь беременна:

1. Не осуждайте и не отталкивайте ее, обуздайте свои эмоции. Если хочется рвать, метать, ругаться – скажите о своих чувствах и выйдите в другую комнату... Хочется плакать – поплачьте, но обязательно объясните, что вам нужно время, чтоб справиться с эмоциями.
2. Поблагодарите дочку за доверие, скажите, что она всегда может рассчитывать на вашу помощь, вашу любовь, понимание и бережное отношение.
3. Спросите ее об отношениях с ее партнером. Пригласите молодого человека к себе, лучше с его родителями, и побеседуйте вместе. Спросите: «Хотите ли вы быть вместе? Готовы ли создать семью? Готовы ли вы оба стать родителями? Можете ли вы нести ответственность за ребенка? Что вы на самом деле сможете сделать для ребенка? Что каждый из присутствующих может сделать хорошего для будущей семьи и ребенка?» И помните, чем деликатнее и доброжелательнее вы будете вести разговор, тем больше вероятность сохранить эту зарождающуюся семью и малыша.
4. Сходите с дочерью к врачу на обследование. Это необходимо, чтобы узнать срок беременности, здорова ли дочь и может ли она родить.

**Рассмотрите возможные варианты:**

*1. Будущая мама не здорова*

- а) У девушки имеются заболевания, подлежащие лечению при беременности. Узнайте, какое лечение требуется, где и как его можно провести, а также можно ли несовершеннолетней родить.
- б) Имеются заболевания, при которых вынашивание и роды опасны для матери. В таком случае проводятся аборт.

## *2. Будущая мама здорова, но ребенок нежелателен*

Прежде чем сделать аборт, взвесьте все «за» и «против». И самое главное, вместе с дочкой ответьте себе на вопрос: «А так ли необходимо избавиться от ребенка? Для чего мне это избавление? Что кроется под этим желанием на самом деле? Рассмотрим возможные варианты ответов.

а) «Я не люблю детей» - отговорка будущих родителей по причине навязанных кем-то установок, отсутствия навыков общения с детьми, не до конца сформированных родительских чувств.

б) «Ребенок будет напоминать мне об ошибках молодости». Ребенок – это не ошибка, а подарок судьбы. Если мама так отвечает, это говорит об ее эгоистичности. Ребенок – не вещь, не сувенир, который может напоминать о чем-либо, а личность, которая нуждается в родительской заботе, защите и развитии. Личность, у которой своя судьба, дорога и предназначение.

в) «Я еще не доучилась; не нашла хорошую работу; не достигла нужного социального уровня; молодой человек сам еще ребенок – как я буду одна?» Настоящее предназначение человека – покорять вершины и преодолевать сложности. Если мы находимся в тепличных условиях, никакого личностного развития не происходит. Есть масса людей, которые в молодости успели выучиться, найти хорошую работу, воспитать чудесных ребятишек, да еще и поездить по городам. Если грамотно все продумать, подключить родственников, не паниковать и не срывать друг на друге зло, все получится! Заодно и родственников можно сплотить.

г) «Мне еще рано. Организм не сформирован». Да, беременность до 18 лет может протекать с осложнениями, но если врач не настаивал на прерывании, зачем себя накручивать?

## ***3. Будущая мама здорова, ребенок желателен: 6 советов родителям***

1. Слушайте врачей, выполняйте их рекомендации, не стесняйтесь задавать вопросы.
2. Следите, чтобы дочь избегала простудных заболеваний, особенно вирусных.
3. Если дочь принимает медицинские препараты, например, при сахарном диабете, давлении, заболевании глаз – обратитесь к специалистам для коррекции схемы лечения. Про алкоголь, курение и употребление наркотиков, думаем, не стоит напоминать.
4. Всегда поддерживайте атмосферу доверия, понимания и поддержки.. Если молодые хотят пожениться, не препятствуйте этому (например, если вы думаете, что будущий отец еще не созрел для семейной жизни). Помните, в человеке заложен огромный потенциал, который включается в нестандартных обстоятельствах. Не мешайте ему включиться естественным образом. Предлагайте, но не навязывайте свою помощь и советы. Не давите.
5. Запишите дочку на курсы молодых мам. Обычно такие курсы проходят в перинатальных центрах, при роддомах и женских консультациях. Есть и курсы для обоих родителей. Медики и психологи помогут приобрести новые знания, как справиться со страхами (родов, осуждения общества, страха перед новым этапом жизни), как обращаться с ребенком, как лучше принять новую роль мамы и папы.
6. Если вы замечаете излишнюю нервозность дочери, неадекватное поведение – организуйте ей личную встречу с психологом как можно быстрее, поскольку отрицательные эмоции нежелательны.

**Анкета по итогу программы «Твое будущее в твоих руках»**

Мы приглашаем тебя к диалогу. Пожалуйста, ответь на вопросы нашей анкеты. Все ответы останутся анонимными.

1. В каком возрасте у девочек происходит половое созревание? \_\_\_\_\_

2. Что Вы понимаете под словосочетанием «половые отношения»?

А) ухаживание

В) секс

Б) поцелуи

Г) другое (указать) \_\_\_\_\_

3. Как Вы считаете, с какого возраста следует начинать половую жизнь?

А) 12-13

В) 16-17

Б) 14-15

Г) 18 и более

4. Как Вы думаете, каков должен быть мотив вступления в интимную связь?

А) взаимная любовь

Б) расчет на вступление в брак

В) самоутверждение, чувство взрослости

Г) стремление к получению удовольствия

Д) модно, престижно

Е) любопытство

Ж) другое (указать) \_\_\_\_\_

5. Вступали ли Вы в половые отношения?

А) да

Б) нет

6. Знаете ли Вы о современных способах и средствах предохранения от нежелательной беременности, вступая в интимные отношения, и используете ли вы эти средства?

А) знаю, использую

Б) знаю, но не использую

В) не знаю, не использую

7. Какие средства контрацепции Вы используете? \_\_\_\_\_

8. Как Вы думаете, можно ли забеременеть при первом половом акте, если не предохраняться? \_\_\_\_\_

9. Считаете ли Вы, что ранняя половая жизнь может причинить вред и почему? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10. Как Вы считаете, что нужно делать для того, чтобы уберечь себя от заболеваний, передающихся половым путем? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

11. Как Вы считаете, были ли полезны наши занятия?

А) да

Б) нет

Г) затрудняюсь ответить

12. Что нового и важного вы узнали на наших занятиях? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

13. Закончи предложения:

Теперь я никогда не буду \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Теперь я всегда буду \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Приложение 15.**

**Диаграммы по результатам анкеты по итогу программы «Твое будущее в твоих руках»**

Диаграмма 24.



Диаграмма 25.

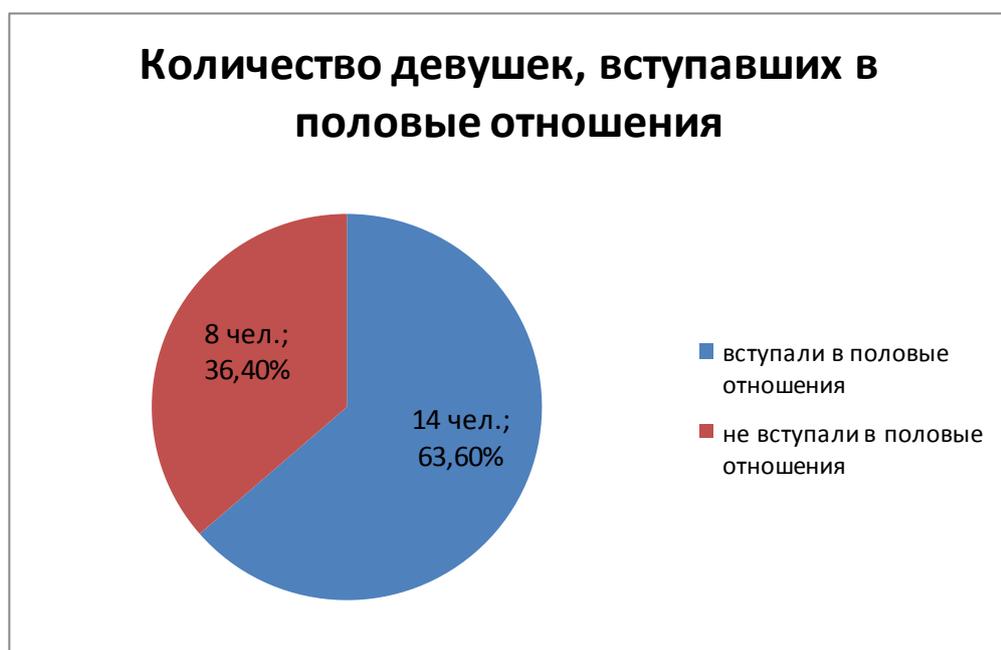


Диаграмма 26.

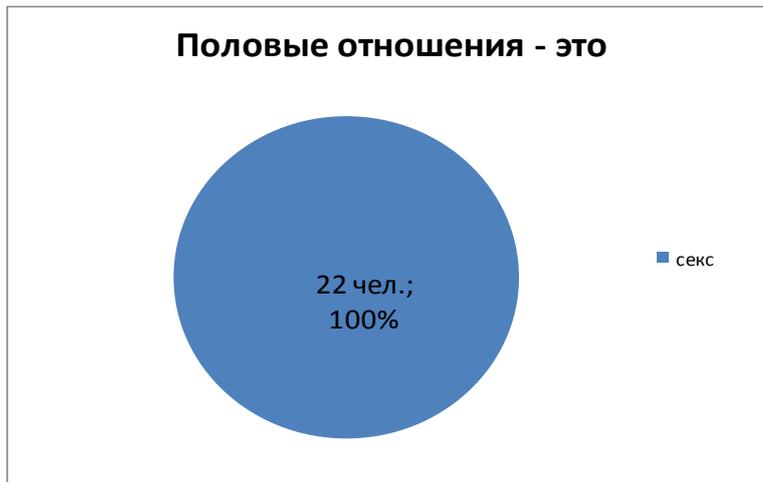


Диаграмма 27.

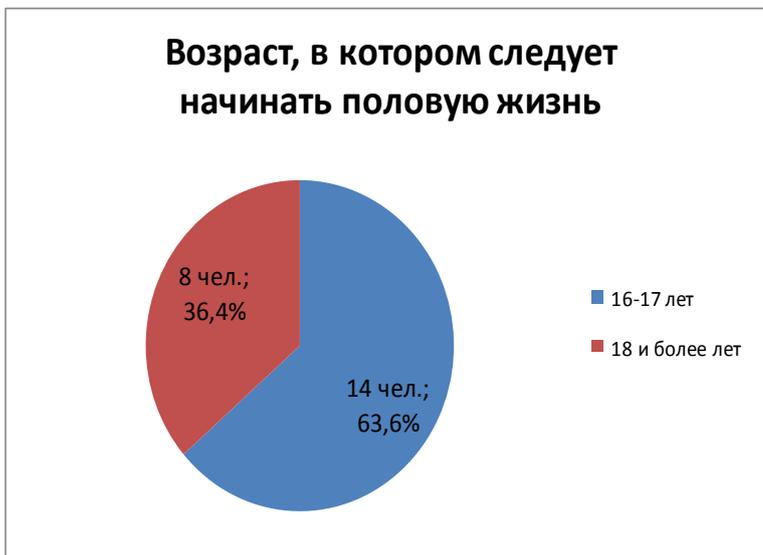


Диаграмма 28.



Диаграмма 29.

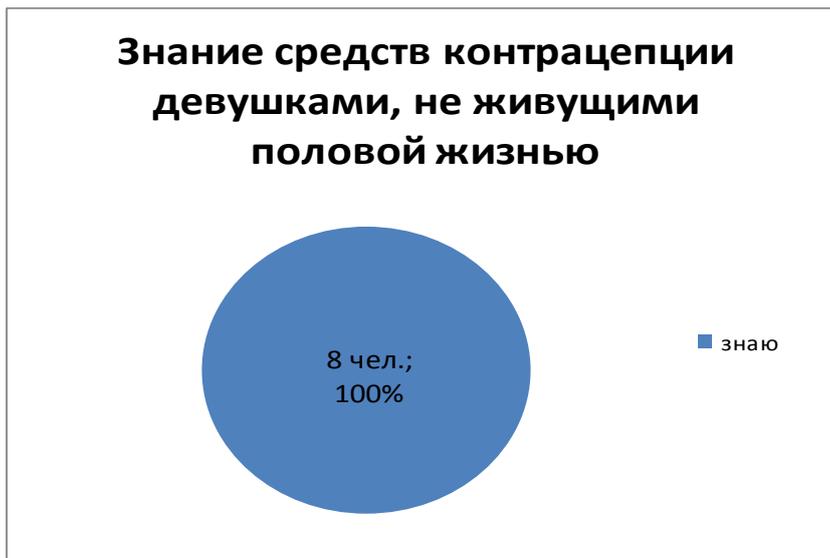


Диаграмма 30.

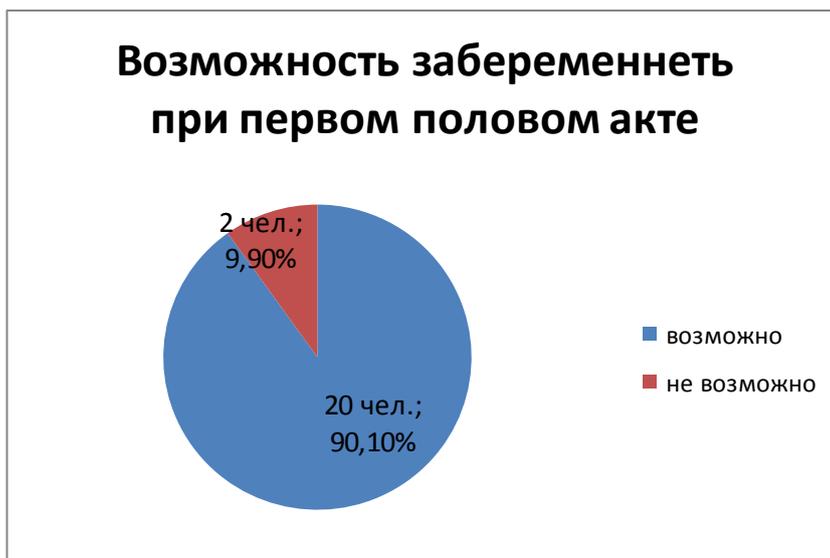


Диаграмма 31.

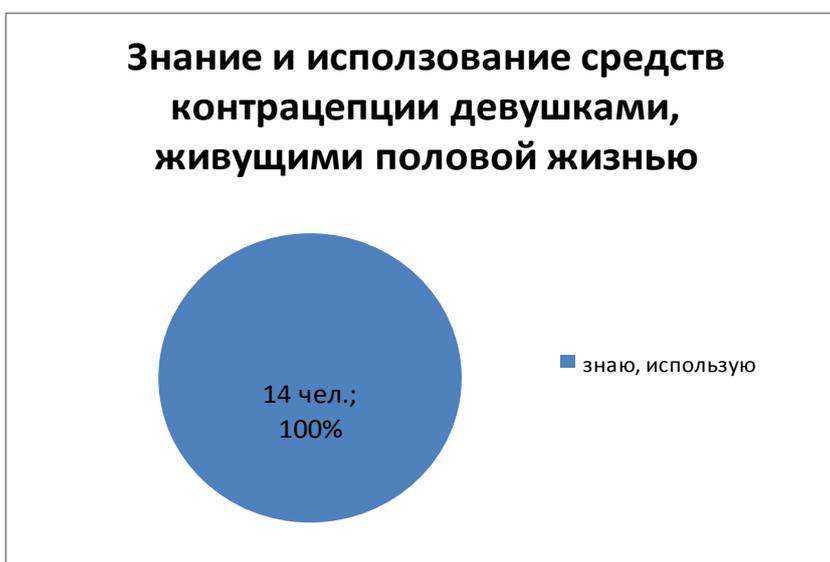


Диаграмма 32.

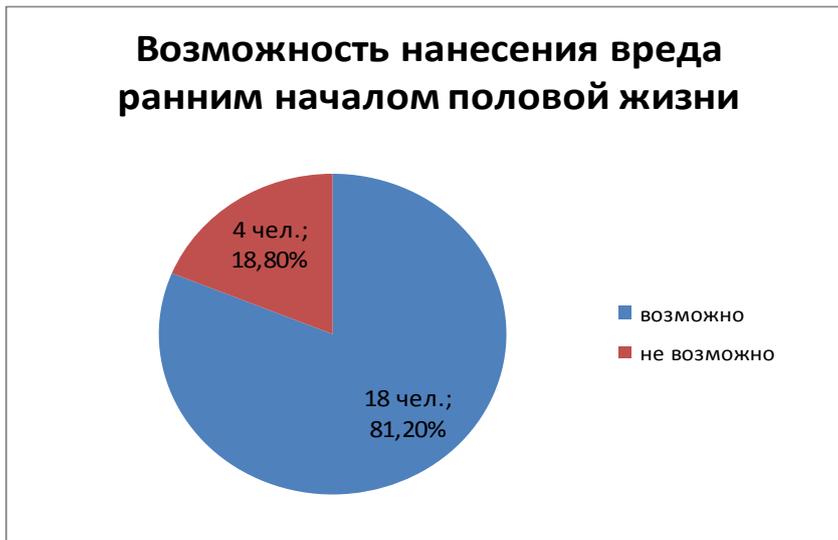


Диаграмма 33.

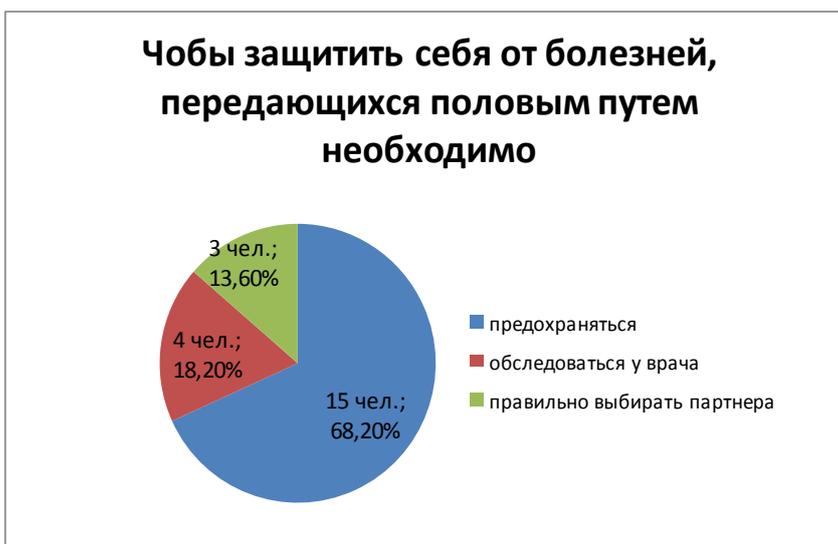
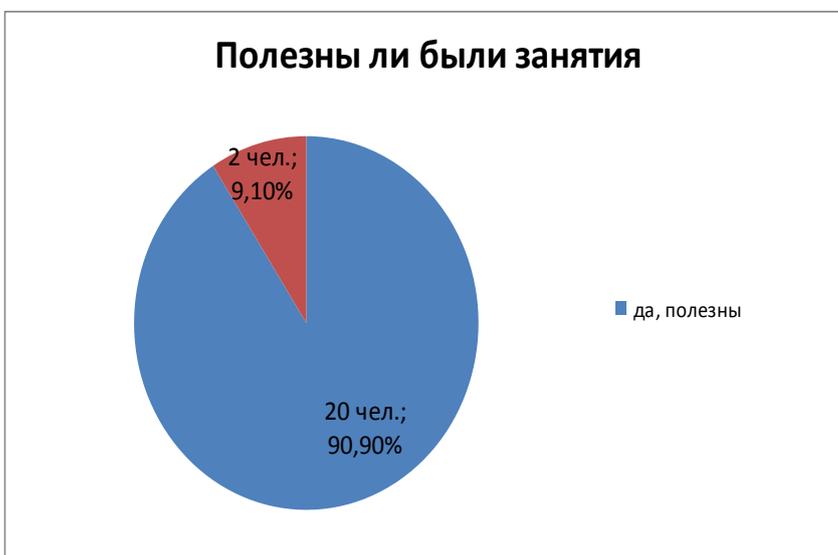


Диаграмма 34.



Диаграммы сравнительной характеристики первичной и вторичной диагностики.

Диаграмма 35.

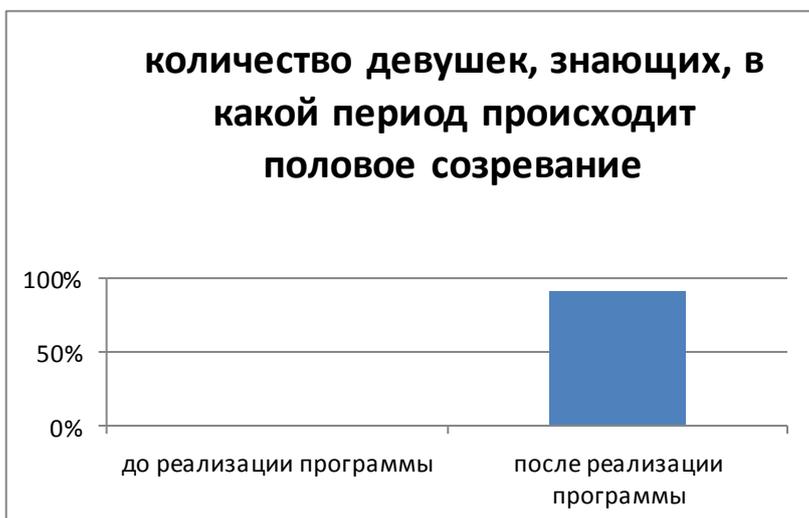


Диаграмма 36.

**Возраст, в котором следует начинать половую жизнь**

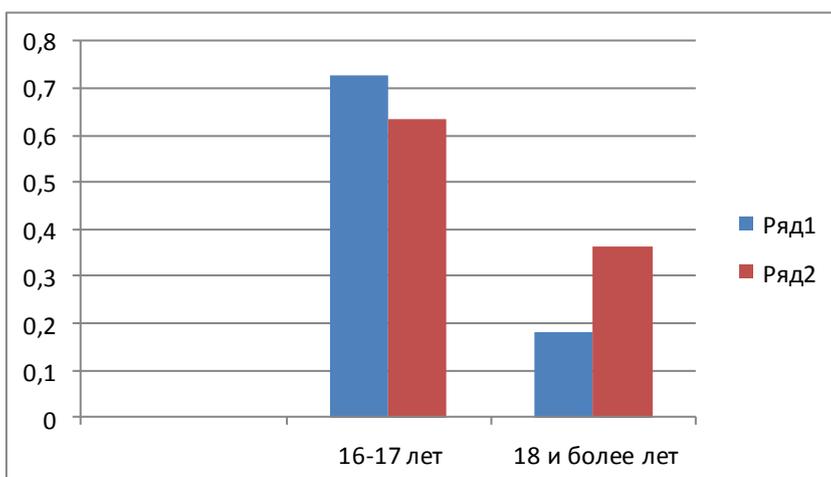


Диаграмма 37.



Диаграмма 38.



Диаграмма 39.



Диаграмма 40.

