

ΕΦΗΒΕΙΑ & ΣΕΞ

1^ο ΓΕ.Λ. Γλυφάδας 2015-2016

Α' Λυκείου

Αλλαγές Στην Εφηβεία

Η εφηβεία είναι το πέρασμα από τον κόσμο της παιδικότητας σε εκείνο των ενηλίκων και περιλαμβάνει κυρίως τις ψυχολογικές αλλαγές του παιδιού.

Όλα αλλάζουν στην εφηβεία και αλληλεπιδρούν. Αλλάζει το σώμα του παιδιού, οι συναισθηματικοί του δεσμοί, τα ενδιαφέροντά του. Το ίδιο μάλιστα δεν μπορεί να έχει την παραμικρή βεβαιότητα για το αποτέλεσμα αυτών των αλλαγών.

Αν παρατηρήσετε, θα διαπιστώσετε ότι ο έφηβος είναι πάντα λίγο μπερδεμένος :

- Από την μία επιθυμεί να μεγαλώσει από την άλλη νοσταλγεί τη παιδική του ηλικία
- Αρχίζει η τριχοφυΐα
- Το άτομο βιώνει ξαφνικές και απότομες αλλαγές στη διάθεση του.
- Αρχίζει η έλξη προς τα άτομα του αντιθέτου φύλου
- Οι μύες αναπτύσσονται, αυξάνεται το βάρος και το ύψος

Στα αγόρια παρατηρούνται οι εξής αλλαγές:

- Εμφάνιση τριχοφυΐας, οι πρώτες αλλαγές στη φωνή, τρίχωση στο προσώπου
- Αλλαγή στην όψη και στο μέγεθος των γενετικών οργάνων
- Υπάρχουν πιο συχνές στύσεις και όταν οι αδένες ωριμάσουν, προκαλείται εκσπερμάτωση

Τα κορίτσια απο την άλλη εμφανίζουν τις εξής αλλαγές:

- Το στήθος μεγαλώνει και μπορεί καθώς γίνεται αυτό, να προκαλέσει κάποιο ελαφρύ πόνο
- Τα γεννητικά όργανα αναπτύσσονται, οι ωοθήκες αρχίζουν να παράγουν ωάρια
- Αρχίζει η εμμηνορρυσία

Εφηβεία & Σεξ

Ενδιαφέρον προς το άλλο φύλο

Εισαγωγή

- Η σεξουαλική περιέργεια και η διέγερση του εφήβου είναι φαινόμενα απολύτως φυσιολογικά.
- Το ενδιαφέρον για το άλλο φύλο οδηγεί στην εκμάθηση της σεξουαλικής αγωγής.
- Η πρώτη επαφή με το άλλο φύλο δίνει βάση για την μελλοντική σεξουαλική ζωή του εφήβου αλλά δεν την καθορίζει.

Προσέγγιση

Η πρώτη επαφή με το άλλο φύλο γίνεται σε μικρή ηλικία σε σχολικό, συνήθως, περιβάλλον.

Εκεί αναπτύσσονται σχέσεις μεταξύ των δύο φύλων στις οποίες αναγνωρίζονται οι διαφορές τους.



Στη συνέχεια κατά την εφηβεία τα παιδιά αρχίζουν να αποκτούν σεξουαλική συνείδηση, εκδηλώνουν ερωτική συμπεριφορά και προσεγγίζουν το άλλο φύλο σε καινούργιο επίπεδο.

Πρώτη σεξουαλική επαφή

Κατά τα μέσα της εφηβείας ο έφηβος αποκτά μια **έντονη ανάγκη** να αναδείξει την σεξουαλικότητα του και να εξερευνήσει το άλλο φύλο χωρίς να πραγματοποιήσει ολοκληρωμένη επαφή (σεξ).

Η περιέργεια και το ένστικτο μέσα του οδηγεί στον πειραματισμό με άλλους οι οποίοι εκδηλώνουν παρόμοια συμπεριφορά.

Όταν πια ο έφηβος είναι έτοιμος να κάνει σεξ
θα πρέπει να είναι σίγουρος πως ο/η
σύντροφός του είναι επίσης έτοιμος/η και πως
γνωρίζουν και οι δυο την σοβαρότητα αυτής
της πράξης.





Εφηβεία και

ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΗ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ



Τι είναι ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη ;

Η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη δηλαδή μια εγκυμοσύνη που δεν είναι προγραμματισμένη , είναι μια πραγματικότητα που βιώνουν εκατομμύρια άτομα σε όλο τον κόσμο . Μπορεί να συμβεί σχεδόν σ' οποιονδήποτε : σε νεαρά άτομα που μπορεί να μην έχουν καν μια σταθερή σχέση ακόμα και σε παντρεμένα ζευγάρια που δεν επιθυμούν να αποκτήσουν παιδί . Η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη μπορεί να είναι μια ιδιαίτερη τραυματική εμπειρία όταν συμβεί στους έφηβους. Οι εφηβικές εγκυμοσύνες δεν είναι σπάνιο φαινόμενο. Τα τελευταία χρόνια οι πρώτες σεξουαλικές επαφές των εφήβων διαπιστώνεται πως το όριο της ηλικίας συνεχώς κατεβαίνει.

Υπεύθυνες σεξουαλικές σχέσεις

1. Η αποχή δεν είναι η μόνη επιλογή. Είναι η μόνη που προστατεύει 100% από μια ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη και από τα νοσήματα που μεταδίδονται μέσω του σεξ όπως το AIDS, τα χλαμύδια, ο έρπης, τα κονδυλώματα.
2. Όταν ένα νεαρό άτομο είναι έτοιμο να κάνει σεξουαλικές σχέσεις, τότε πρέπει να χρησιμοποιήσει κάποια αντισυλληπτική μέθοδο που είναι όσο το δυνατόν πιο αποτελεσματική και να είναι αποδεκτή και από τα δύο μέλη ενός ζευγαριού. Γι' αυτό σ' αυτήν την περίπτωση θα πρέπει οι νέοι να είναι προετοιμασμένοι δηλαδή να χρησιμοποιήσουν προστασία.
3. Η ενημέρωση των νέων θα τους καταστήσει ικανούς να παίρνουν υπεύθυνες αποφάσεις για τη σεξουαλικότητα, τις σχέσεις, τη ζωή τους.

Ποιές είναι οι συνέπειες μιας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης κατά την εφηβεία :

Οι επιπτώσεις μιας τέτοιας εγκυμοσύνης είναι πολυδιάστατες. Μπορεί να είναι σωματικές τέτοιες εγκυμοσύνες έχουν το μεγαλύτερο κίνδυνο για αποβολή, πρόωρο τοκετό και γέννηση μωρού με χαμηλό βάρος.

► Μπορεί συγχρόνως οι επιπτώσεις να είναι και ψυχοκοινωνικές εφόσον οι έφηβες μένουν έγκυες έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες :

1. Να εγκαταλείψουν το σχολείο
2. Να καταφύγουν σε βιαστικό και πρόωρο γάμο
3. Να τύχουν υποχείρια εκμετάλλευσης από επιτήδειους

Πολύ συχνά οι έφηβες καταφεύγουν στην διακοπή της εγκυμοσύνης. Μια τέτοια επέμβαση μπορεί να επηρεάσει τόσο τη σωματική υγεία όσο και τη ψυχολογική υγεία μιας κοπέλας.

Ποιές είναι λοιπόν οι επιλογές αποφυγής μιας ανεπιθύμητη εγκυμοσύνης ;

Μια επιλογή είναι η αποχή , δηλαδή το να μην έχουν σεξουαλικές σχέσεις.

Η άλλη επιλογή είναι να έχουν σεξουαλικές σχέσεις με υπευθυνότητα.

Τι είναι αποχή ;

Η « αποχή » είναι η πλήρης αποφυγή σεξουαλικών σχέσεων αυτό μπορεί να σημαίνει για κάποιους να μην έχουν σεξουαλικές σχέσεις κατά τη διάρκεια όλης της ζωής τους.

Είναι σημαντικό λοιπόν να θυμόμαστε :

Στην περίπτωση που θέλουμε να έχουμε σεξουαλικές σχέσεις , τότε έχουμε την υποχρέωση, προς τον εαυτό μας να χρησιμοποιούμε προστασία και να την χρησιμοποιούμε σωστά.

Έκτρωση

{



Η έκτρωση ή άμβλωση είναι η διακοπή μιας αδιατάρακτης ενδομητρίου κυήσεως ενός ή περισσότερων εμβρύων. Η άμβλωση προκαλείται τεχνητά με χημικές χειρουργικές ή άλλες μεθόδους. Στην Ελλάδα η έκτρωση επιτρέπεται υπό ορισμένες προϋποθέσεις. Ο ποινικός κώδικας επιτρέπει την έκτρωση μόνο με την συναίνεση της εγκύου και μόνο από γιατρό μαιευτήρα με τη συμμετοχή αναισθησιολόγου στις ακόλουθες περιπτώσεις:

- ❖ Εντός των πρώτων 12 εβδομάδων της κύησης σε κάθε περίπτωση
- ❖ Εντός των πρώτων 24 εβδομάδων, αν υπάρχουν ενδείξεις σοβαρή ανωμαλίας του εμβρύου
- ❖ Εντός των πρώτων 19 εβδομάδων, αν η εγκυμοσύνη είναι αποτέλεσμα βιασμού
- ❖ Χωρίς χρονικό περιορισμό, αν υπάρχει αναπότρεπτος κίνδυνος για τη ζωή της εγκύου ή κίνδυνος σοβαρής και διαρκούς βλάβης της σωματικής ή ψυχικής υγείας της.

Επίσης σε αυτήν την κατηγορία εμπίπτει και η περίπτωση έκτρωσης εμβρύου με αποδεδειγμένα σοβαρές δυσλειτουργίες

Επιπλοκές: Οι κυριότερες επιπλοκές από την επέμβαση της διακοπής της κύησης είναι οι άμεσες και οι απώτερες επιπλοκές.

Αντισύλληψη



Η αντισύλληψη, γνωστός επίσης και ως έλεγχος των γεννήσεων, αναφέρεται σε μεθόδους ή συσκευές που χρησιμοποιούνται για την πρόληψη της εγκυμοσύνης. Το ασφαλές σεξ, όπως η χρήση του προφυλακτικού για άντρες και του γυναικείου προφυλακτικού, μπορεί επίσης να αποτρέψει τη διάδοση των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων. Κάποιοι πολιτισμοί περιορίζουν σκόπιμα την πρόσβαση στην αντισύλληψη, καθώς τη θεωρούν ηθικά και πολιτικά ανεπιθύμητη.

Μέθοδοι αντισύλληψης

Οι πιο αποτελεσματικοί μέθοδοι αντισύλληψης είναι η στείρωση με βασεκτομή στους άνδρες και η απολίνωση των σαλπίγγων στις γυναίκες, τα ενδομήτρια σπειράματα και τα αντισυλληπτικά εμφυτεύματα. Ακολουθούνται από τα ορμονικά αντισυλληπτικά τα οποία περιλαμβάνουν από του στόματος χορηγούμενα χάπια, τα έμπλαστρα, τον κολπικό δακτύλιο και τις ενέσεις.



Στους εφήβους, υπάρχει μεγαλύτερος κίνδυνος για την έκβαση μιας εγκυμοσύνης. Η ολοκληρωμένη σεξουαλική αγωγή και η δυνατότητα πρόσβασης στην αντισύλληψη μειώνουν τα ποσοστά ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης σε αυτή την ομάδα.

Παγκοσμίως, τα προφυλακτικά αποτελούν την πιο κοινή μέθοδο αντισύλληψης. Τα σύγχρονα προφυλακτικά κατασκευάζονται συνήθως από λάτεξ, κάποια όμως φτιάχνονται και από άλλα υλικά, όπως πολυουρεθάνη ή εντερα ορνιού. Το γυναικείο προφυλακτικό τις περισσότερες φορές είναι φτιαγμένο από νιτρίλιο, λατέξ ή πολυουρεθάνη.

ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΑ ΚΑΙ ΣΕΞ



- ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ
- Η ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗ ΤΗΣ ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΑΣ ΩΣ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΡΩΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

ΟΡΙΣΜΟΣ ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΑΣ

Η ομοφυλοφιλία ορίζεται ως η ερωτική έλξη ή και **σεξουαλική επαφή** ατόμου προς άτομο του ιδίου φύλου. Τα τελευταία χρόνια συνηθίζεται στην Ελλάδα να αποκαλείται η ομοφυλοφιλία ως **ομοερωτική συμπεριφορά** ή **ομοερωτικός προσανατολισμός**.

Η ομοφυλοφιλία αντιμετωπίστηκε αρχικά από την επιστήμη της ψυχολογίας ως ψυχική νόσος. Μετά το 1974, η ομοφυλοφιλία πλέον θεωρείται από την επιστήμη ως κανονική και θετική παραλλαγή της ανθρώπινη σεξουαλικότητας.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ

Τα τελευταία χρόνια οι έρευνες στη βιολογική βάση της ομοφυλοφιλίας έχουν εστιάσει σε τέσσερις περιοχές:

- Δομικές μετρήσεις το εγκέφαλου
- Των γενετικών δεδομένων
- Των οικογενειακών τάσεων
- Των ανατομικών ομοιοτήτων

Σε μια μελέτη εγκέφαλου οι le vay και hamer το 1994 ανέφεραν ότι ένα τμήμα μέσα στον ανθρώπινο εγκέφαλο αποτελεί βιολογικό δεδομένο για την αρσενική ομοφυλοφιλία.

ΔΙΑΠΙΣΤΩΣΕΙΣ

Οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι η περιοχή που μελετήθηκε ήταν δυο φορές μεγαλύτερη στους ετεροφυλόφιλους άνδρες απ' ότι στις γυναίκες, ενώ ήταν δύο με τρεις φορές μεγαλύτερη στους ετεροφυλόφιλους άνδρες από την αντίστοιχη στους ομοφυλόφιλους.

Βέβαια υποστηρίχθηκε επίσης ότι τα δείγματα ίσως ήταν προβληματικά επειδή όλα τα άτομα πέθαναν από AIDS και οι διάφορες στον εγκέφαλο μπορεί να προήλθαν από ορμονικές ανωμαλίες που συνδέονται με το AIDS. Μερικά από τα συμπτώματα του AIDS είναι οι νευρολογικές αλλοιώσεις. Επιπλέον, οι μελέτες είναι δύσκολο να γίνουν και πολύ δύσκολο να επαναληφθούν.

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΑΣ

Η ομοφυλοφιλία αντιμετωπίστηκε και αντιμετωπίζεται από πολλούς ως κάτι αρνητικό. Πολλές θρησκείες την αντιμετωπίζουν ως αμαρτία και σε πολλές κοινωνίες είναι στιγματισμένη ως ανεπιθύμητο φαινόμενο.

Στην Ελλάδα τα τελευταία χρόνια η ομοφυλοφιλία έχει γίνει κοινωνικά αποδεκτό ως φαινόμενο, χωρίς όμως να λείπουν και οι διαφορετικές αντιλήψεις από την κοινωνία. Πλέον, ο νόμος αποδέχεται τους ομοφυλόφιλους και έχει εγκρίνει την πραγματοποίηση συμφώνων συμβίωσης μεταξύ τους.

Εφηβεία & Σεξ

Ταμπού

Συχνές Ερωτήσεις:

- ◉ Τι είναι το «ταμπού»;
- ◉ Γιατί το σεξ θεωρείται «ταμπού»;
- ◉ Πως αντιμετωπίζει τα ταμπού η κοινωνία;
- ◉ Πώς μπορώ να σπάσω τον πάγο σε μια συζήτηση με θέμα ταμπού;

Τι είναι;

Ταμπού σε μια γενικότερη σημασία είναι κάτι το **απαγορευμένο** με έννοια δεισιδαιμονική.

Ταμπού είναι κάτι “κακό” και ακάθαρτο

Ο όρος χρησιμοποιείται για να χαρακτηρίσει ένα θέμα **ακατάλληλο για συζήτηση** για λόγους “ηθικής”.

Ένα θέμα θεωρείται ταμπού αν αφορά την άκρως προσωπική ζωή και απόψεις των ανθρώπων (π.χ. μισθός, σχέσεις κ.α.).

Λόγοι που το σεξ είναι ταμπού:

- ◉ Μεγαλώνοντας στην οικογένεια, στο σχολείο, στην θρησκεία το θέμα του σεξ αντιμετωπίζεται ως ακατάλληλο.
- ◉ Ως κοινωνία, φοβόμαστε να συζητήσουμε για αυτό θεωρώντας το πολύ προσωπικό θέμα.
- ◉ Οι νέοι δεν εκπαιδεύονται επάνω στο ζήτημα με αποτέλεσμα οι λίγες γνώσεις τους να είναι και λανθασμένες. Για αυτόν τον λόγο ντρέπονται να μιλήσουν ελεύθερα επάνω στο θέμα αυτό μήπως και αποκαλυφθεί η άγνοιά τους.

Αρκετά θέματα περί εφηβείας είναι ταμπού, μερικά απο αυτά είναι:

- ◉ Σωματικές αλλαγές
- ◉ Αυνανισμός
- ◉ Περίοδος στα κορίτσια
- ◉ Σεξουαλικότητα

Για τη σωστή μόρφωση των παιδιών πρέπει και οι γονείς να έχουν μια στενή σχέση με τα παιδιά τους ώστε βάζοντας βάσεις να μπορούν να συζητήσουν επάνω στα θέματα με άνεση, να λύσουν τυχόν απορίες καθώς και να καθησυχάσουν τους φόβους τους.

Συνοπτικά:

- ◉ “Ταμπού” είναι ένας όρος που έχει δημιουργήσει η κοινωνία για να χαρακτηρίσει ένα θέμα ακατάλληλο.
- ◉ Το σχολείο, η θρησκεία και γενικά η κοινωνία φταίνει για την ύπαρξη ταμπού.
- ◉ Η εφηβεία και θέματα που σχετίζονται με αυτή είναι ταμπού.
- ◉ Σημαντική είναι η σχέση μεταξύ γονέα-παιδιού και η σωστή πληροφόρηση των νέων.

ΕΦΗΒΕΙΑ & ΣΕΞ

Με σειρά:

- Αλλαγές στην εφηβεία: Δανάη Κουλουκάκη
- Ενδιαφέρον προς το άλλο φύλο: Βασίλης Λαζαρίδης
- Ανεπιθύμητη Εγκυμοσύνη: Σταύρος Καβαλάρης
- Έκτρωση: Κατερίνα Καλλήγερου
- Αντισύλληψη: Δανάη Κουλουκάκη/Κατερίνα Καλλήγερου
- Ομοφυλοφυλία: Μιχάλης Λουκαδάκης
- Ταμπού: Χρήστος Λύτρας

Συντονιστής Ομάδας/Επιμέλεια Παρουσίασης:
Χρήστος Λύτρας

~Fin~