



Сегодня в большинстве случаев молодые люди начинают половую жизнь до брака, часто будучи еще школьниками. То, что раньше считалось позором (особенно для девушек) и держалось в строжайшем секрете, теперь стало нормой поведения, а порой даже предметом гордости.

### **Каковы же причины столь раннего вступления подростков в половые отношения?** Нужно заметить, что для юношей и девушек они различны.

У юношей интимная близость часто является *средством самоутверждения* в глазах сверстников. Интерес к проблемам пола раньше появляется опять-таки у юношей, поэтому они оказываются более осведомленными и информированными, чем девушки. Наличие теоретических знаний о психосексуальных отношениях полов, естественно, вызывает *любопытство* и желание подростков применить их на практике и *получить* те *чувственные удовольствия*, о которых они узнают от более взрослых и опытных ребят. К тому же начало половой жизни позволяет не только *удовлетворить физические потребности*, но и *почувствовать себя взрослыми и независимыми*, а также *возвыситься* в глазах подростков. Нередко это ведет к преувеличениям и многочисленным рассказам о любовных победах.

В общественном сознании закреплено традиционное представление об ощущениях при первом половом контакте как о *непременном удовольствии и наслаждении*. Юноша физически действительно получает эти ощущения даже при первой близости (хотя духовно не всегда остается удовлетворен).

Большинство же девушек в первый раз не только не получает физического удовлетворения, но и испытывают негативные чувства: разочарование, беспокойство, неловкость, сожаление о

содеянном, презрение к себе или к своему партнеру. Но это только часть сложностей, с которыми сталкивается девушка, вступая в первую интимную связь.

Хотя нам зачастую и приходится слышать о том, что за нежелательные последствия ранних половых контактов оба партнера должны нести равную ответственность, на самом деле нередко все проблемы девушка вынуждена решать сама, а парень остается в стороне. Поэтому именно ей нужно со всей серьезностью отнестись к принятию такого решения. Но если девушки, вступая в ранние половые контакты, крайне редко испытывают приятные ощущения и вдобавок должны опасаться нежелательных последствий, что же заставляет их решаться на такие серьезные поступки?

Не будем останавливаться на рассмотрении тех ситуаций, в которых девушке просто не предоставляется возможность выбора: вступать или не вступать в интимную связь (речь идет о случаях изнасилования). Также темой для отдельного разговора является вступление девушки в сексуальные отношения в состоянии невменяемости: при алкогольном и наркотическом опьянении. К сожалению, подобные случаи перестали быть редкими, особенно в последнее время.

Рассмотрим те случаи, когда девушка имеет возможность все взвесить и принять обдуманное решение.

### **Попытка спастись от одиночества**

Подростковый период — это время не только беспечное и беззаботное, но зачастую и время переживаний, волнений, разочарований и первых жизненных трагедий. Часто им, 14—16-летним, кажется, что они никому не нужны. Их никто не понимает, их проблемы уникальны и никто никогда в жизни не испытывал ничего подобного. Порой они чувствуют себя настолько одинокими и несчастными, что скорее готовы выдумать красивую историю, в которой они популярны и любимы, и рассказывать ее близким друзьям, чем признаться в том, что на самом деле им так одиноко и тоскливо. А уж если вдруг девушка знакомится с симпатичным юношей, который говорит, что она ему нравится, она уже готова верить ему и рада, что нашла человека, которому небезразлична. И конечно, если он предлагает ей "переспать", она скорее ответит "да", чем "нет", чаще потому, что не хочет снова остаться одна. К сожалению, именно так в большинстве случаев и происходит. Она опять одинока, покинута, несмотря на факт физической близости. Желание чувствовать себя популярной снова и снова толкает ее в самые разные объятия, но в результате оказывается, что секс, секс без духовной близости, не спасает от одиночества, а наоборот, приносит разочарование. Такое поведение к тому же приносит ущерб ее репутации. Попытка спастись от одиночества при помощи секса оказывается неудачной.

### **Попытка удержать любовь**

Девушка, встречающаяся с парнем, вдруг начинает замечать его холодность, отчужденность и равнодушие. Она в тревоге: "Как же так? Я могу потерять его, а ведь я так его люблю... Что же мне делать?" Тем более, что тот, кто сейчас для нее важнее всего на свете — ее "любимый" — предупредил ее: "Если ты, наконец, на это не решишься, нам придется расстаться".

Наивные и влюбленные по уши девчонки решаются на все, лишь бы не потерять Его, и совершают очередную ошибку: отношения, построенные на сексе без духовного взаимопонимания, обречены на недолгое существование. Когда новизна интимной связи исчезнет, ничего общего у партнеров не останется.

### **"Как все" (давление сверстников)**

Порой девушка решается на "это" только потому, что все ее подружки уже это попробовали. Конечно, свою роль здесь играет и некоторая доля любопытства, а еще — не хочется выделяться, отставать от других. Прежде чем принять такое серьезное решение, нужно знать, что темпы полового созревания подростков разные, поэтому если желание еще не пришло, совсем не обязательно спешить за другими. Это не только не доставит удовольствия, но даже может принести серьезный вред. Кроме того, не исключено, что захватывающие истории некоторых подружек — лишь плод их воображения, желание "прихвастнуть", чтобы почувствовать превосходство над другими.

Спротивляться давлению сверстников трудно, особенно если это давление исходит от молодого человека. Его мотивы могут быть самые разные, например: "Докажи, что ты любишь меня"; необходимость проверки на сексуальную совместимость (после которой он исчезает); угроза, что найдет другую; давление на самолюбие: "Ты несовременная", "больная" и т. д.; обещание сделать подарок и др. Быть может, после таких уговоров и давления девушка будет близка к согласию, тем более что отказать тому, кого любишь, очень сложно, особенно для юной девушки. Парень, настаивающий на интимном контакте, будет пользоваться этим, хотя на самом деле вряд ли любит девушку. Скорее всего, секс интересует его как спорт, удовлетворение физических потребностей.

В подобных ситуациях нужно учиться отказывать, учиться твердо и решительно говорить слово "нет". Не нужно поступать подобно другим, надо больше ценить *свои* чувства и *свои* желания.

### Независимость от родителей

Часто, особенно если в семье неблагополучные отношения, родители подозревают дочь в том, что она живет половой жизнью, хотя на самом деле это не так. В итоге постоянные подозрения, недоверие и оскорбления толкают ее на сексуальные связи, вызванные желанием мести, чувством обиды и несправедливого отношения к себе. Конечно, такие половые отношения не принесут ни физического, ни эмоционального удовлетворения, поскольку мотивируются враждебными чувствами, а не подлинным желанием.

Чем меньше возраст половых партнеров, тем меньше вероятность того, что причиной их связи будет являться любовь. В настоящее время любовь, к сожалению, является далеко не самой главной причиной для начала половой жизни. Во-первых, подростки еще окончательно не сформировались не только в физиологическом плане, но и, что особенно важно, в интеллектуальном и духовном. Это является необходимым, чтобы испытать действительно настоящие сильные чувства. Во-вторых, и это распространено не только в среде подростков, в большинстве случаев на тех, кто в любви ищет чего-то большего, чем физическое удовлетворение, смотрят с насмешкой, как на "белых ворон". Поэтому даже многие из тех, кто воспринимает любовь серьезно, как возвышенное романтическое чувство, стараются держать себя так, чтобы никто не заподозрил их в этом, не раскрыл их способностей к тонким чувственным любовным переживаниям. Особенно это свойственно парням, которые, стараясь скрыть свои волнения, связанные с первой влюбленностью, намеренно используют резкий, грубый тон, уличный жаргон и развязные манеры. Им кажется, что такое нарочито пренебрежительное поведение свойственно самоуверенным, бывалым знатокам, донжуанам, знающим толк в любви.

Но если нет духовного контакта с партнером, то половая близость, особенно первая, не принесет удовлетворения. А именно первая интимная связь особенно важна, поскольку накладывает отпечаток на всю дальнейшую сексуальную жизнь.

### Проблемы подросткового секса

Первая сексуальная связь сама по себе вызывает массу волнений и переживаний. Бояться этого может не только девушка, но и парень, которому в не меньшей степени свойственны стыдливость и неуверенность в себе.

Для начала половых контактов особенно важным является создание спокойной романтической обстановки. Но если родители подростков — люди консервативные и ни в коем случае не позволяют вообще "этим" заниматься, а тем более у себя дома, это будет одним из осложнений для сексуального общения подростков. Решат ли они заняться сексом дома в отсутствие родителей, возьмут ли ключи от квартиры друзей или, в крайнем случае, займутся этим в другом, менее подходящем месте, они будут чувствовать себя неуютно и напряженно, что не позволит им расслабиться и сосредоточиться друг на друге и на своих чувствах и ощущениях.

Страх быть застигнутыми врасплох, в самый неожиданный момент, будет являться мощным негативным фактором для обоих партнеров. Звук приближающихся шагов, поворачивающегося в замочной скважине ключа, голоса вдруг вернувшихся родителей могут надолго отбить у подростков желание сексуального общения. Хуже того, если первый опыт оказался неудачным, это может вызвать подозрения в собственной неспособности получить удовольствие от секса. Первая сексуальная неудача вызывает больше тревог и переживаний у юношей, поскольку для девушек отсутствие сексуального удовлетворения при первой связи является едва ли не нормой. После первого "провала" парень будет бояться повторить его снова и начнет избегать девушек, опасаясь подтвердить свои подозрения. Проблема может быть решена либо при помощи понимающей и сопереживающей партнерши, либо при помощи врача-сексопатолога.

Поэтому для первого контакта очень важно выбрать такое место, обстановка которого позволила бы подросткам почувствовать себя относительно спокойно и раскрепощенно. Если оба партнера молоды и неопытны, создать благоприятную обстановку поможет приглушенное интимное освещение, медленная романтическая музыка, легкий запах духов, но ни в коем случае не алкоголь. Алкогольное опьянение действительно снимает напряжение и помогает расслабиться, но в то же время оно притупляет остроту чувственных ощущений. Кроме того, партнеры в таком состоянии могут потерять контроль над собой и забудут о средствах предохранения.

Подростков в момент сексуальной связи также могут беспокоить мысли о неприятных последствиях, как, например, возможность заразиться венерическими заболеваниями (если для одного из партнеров это не первый интимный контакт), риск беременности партнерши, страх разоблачения и скандал с родителями.

При половом контакте партнеры не всегда достигают оргазма, особенно девушки. Одной из причин этого является скованность, закомплексованность и отсутствие опыта. Подростки еще только начинают изучать и фиксировать наиболее возбудимые участки своего тела, особенно приятные, возбуждающие ласки и прикосновения. И уж конечно, они едва ли знают, как доставить удовольствие партнеру, а обсуждать эти темы считают неудобным, стесняются. Практический опыт сексуального поведения приходит со временем, поэтому даже если партнеры изучили соответствующую литературу до вступления в первый половой контакт, это ненамного облегчит их положение. Лучшим помощником в этой ситуации будет искреннее и взаимное желание доставить друг другу удовольствие, и тогда первый опыт сексуального общения оставит в памяти приятные и теплые воспоминания, даже если не все получилось так, как представлялось.

Чтобы при первом половом контакте партнеров не мучило чувство вины, тревоги, страха, они должны принять это решение обоюдно, сознательно и своевременно. Оправданным такой серьезный шаг может стать только в том случае, если оба партнера испытывают друг к другу искреннюю симпатию, привязанность, заботу и желание доставить друг другу радость.

У большинства людей понятие "половая жизнь" или "интимные отношения" ассоциируются с половым актом. Но это не так. Термин "половая жизнь" включает в себя более широкое понятие — весь спектр отношений между мужчинами и женщинами, связанных с различиями полов, в который входят поцелуи, объятия, эротические фантазии, флирт, онанизм, разговоры об интимных отношениях и даже ожидание любимого человека.

Для большинства людей важно иметь любящего и любимого человека, быть ему нужным, необходимым. Но влечение женщины к мужчине более психологично, поэтому прикосновения и ласки для нее иногда значат больше, чем половой акт, совершить который гораздо проще и быстрее, чем добиться любви.

Некоторым подросткам и молодым мужчинам свойственна гиперсексуальность, т. е. переоценка значения сексуальной стороны взаимоотношений партнеров. Ради получения удовольствий и полового экспериментирования они готовы раздавать клятвы и легкомысленные обещания, в которые сами часто верят до тех пор, пока не добьются своего.

Они словно загипнотизированы своими сексуальными желаниями. Конечно, их отношения к женщине отличаются нестойкостью, непостоянством, поэтому их обещаниям, уверениям в любви не стоит верить. У таких мужчин потенция может стать главной ценностью в жизни и определять весь ее смысл, а снижение или отсутствие потенции становится настоящей жизненной трагедией. Душевными качествами партнерши они, как правило, не интересуются, да это им и ни к чему. Их привлекает лишь игра в секс, которая опустошает внутренний мир, делает мужчину развязным, грубым, циничным, не способным на глубокие душевные переживания. Гиперсексуальные партнерши также редко бывают удовлетворены сексуальными отношениями с одним человеком.

Они легко вступают в случайные связи, не заботясь об этической стороне взаимоотношений. Это ведет к разочарованию в контактах с противоположным полом, сведению их (контактов) к узкофизиологическим, пресыщению и циничному взгляду на противоположный пол.

## Расставание

Когда первая любовь, едва начавшись, терпит неудачу, когда подросток узнает о том, что его бросили, это всегда очень больно. Тяжесть переживания от разрыва отношений будет зависеть от многих причин: от темперамента подростка, от обстоятельств, от того, в какой форме об этом было сказано.

Если подросток не слишком впечатлителен, а чувства к противоположному полу воспринимались им не столь серьезно, расставание пройдет для него безболезненно и вскоре будет забыто. Но если неудача в любви постигла натуру тонкую, чувствительную, восприимчивую, слова "я тебя больше не люблю" будут равнозначны смертному приговору, настоящей жизненной трагедии (чаще это бывает свойственно девочкам). В этом случае расставание будет сопровождаться болью, смятением, отчаянием, чувством одиночества, потерей веры в дальнейшие благоприятные отношения с противоположным полом.

Покинутого подростка будет мучить вопрос: "Почему это произошло? Почему меня разлюбили?". Одни начнут копаться в себе, искать причины, собственные недостатки, но чаще всего предполагаемые причины оказываются ложными, поскольку разлюбивший и сам не всегда может объективно судить о том, почему так случилось. Другие виновным посчитают того, кто их покинул, что тоже вряд ли будет однозначно верно. Просто в этом возрасте чувства меняются очень быстро и резко.



Но как быть подростку со своими страданиями, ведь они для него более чем серьезны и могут привести к депрессии и нервным срывам? К сожалению, эта неудача далеко не последняя в жизни, поэтому необходимо научиться правильно реагировать на них, постепенно приобретать опыт, пусть негативный, поведения в подобных ситуациях.

Каждый будет вести себя по-своему: кому-то нужно будет остаться в одиночестве, обратиться с мыслями, поплакать в подушку, пожалеть себя и вспомнить лучшие моменты, связанные с первой несчастной любовью. Кто-то отправится к лучшим друзьям, чтобы излить им свое горе, обсудить ситуацию, может, получить совет и поддержку; хуже, если за совместной разработкой плана отмщения обидчику (некоторые именно в этом находят успокоение и вновь обретают возможность нормального существования). Есть и такие чрезмерно целеустремленные натуры, которые не пожелают смириться с отказом и будут продолжать напоминать о себе и добиваться продолжения отношений. Это, пожалуй, самый неудачный вариант поведения, который только усугубит положение. Подросток, выбравший этот способ, рискует показаться униженным и жалким в глазах объекта своей любви, может вызвать грубую и резкую ответную реакцию и только добавит поводов для переживаний. Лучше поговорить о своих проблемах со взрослыми, которые имеют больший жизненный опыт и наверняка дадут правильный совет в конкретной ситуации.

Конечно, трудно объяснить подростку, что чувство, которое в настоящий момент является для него "любовью на всю жизнь", на самом деле всего лишь первая юношеская влюбленность, проходящее увлечение. Со временем он и сам поймет это, но теперь нужно постараться понять его и посочувствовать, а не доказывать то, с чем он не сможет и не захочет смириться. Хорошо, если у вас с ребенком нормальные взаимоотношения и он делится с вами своими проблемами. В этом случае он может рассчитывать на вашу поддержку и понимание, а вы — на его откровенность.

Что посоветовать сыну или дочери, если желание расстаться исходит именно от них, но они не знают, как это лучше сделать? Не каждый может сказать об этом откровенно, но чересчур прямолинейно: "Нам нужно расстаться" или "Я тебя больше не люблю". И это хорошо. Следовательно, ваш ребенок умеет щадить чувства другого человека. Но молчание или откладывание необходимого объяснения заведет отношения в еще больший тупик и только осложнит ситуацию, а другого человека будет держать в неведении, что в дальнейшем приведет к разочарованию и может послужить поводом для обвинения: "А что же ты раньше молчал (а)? Зачем ты меня обманывал (а)?"

Если решение расстаться принято, лучше сообщить об этом сразу. Но как?

Конечно, можно написать письмо, сообщить по телефону или попросить друга (подругу) передать это страшное известие. Но это будет не самым красивым и благородным поступком. *Лучше набраться смелости и поговорить об этом откровенно, с глазу на глаз*, но так, чтобы не нанести душевную травму. Возможно, в этом поможет упоминание о достоинствах собеседника в разговоре. В любом случае это будет малоприятный разговор, но этот опыт еще неоднократно может пригодиться в жизни.

## **Нелюбимые, или В ожидании любви**

По темпам полового созревания, по эмоциональному развитию и по формированию характера и личностных качеств подростки очень разные. Одни общительные, энергичные, жизнерадостные, другие тихие, скромные, застенчивые.

И если первые находятся в центре всех событий благодаря своему темпераменту и стилю поведения и, соответственно, получают все знаки внимания со стороны противоположного пола, то вторые чаще остаются в стороне и вниманием сверстников не избалованы. До какого-то момента

это будет незамеченным, поскольку до начала полового созревания подростки предпочитают однополые компании.

Но когда эпидемия влюбленности заразит сначала одного члена компании, потом другого, третьего, оставшиеся "тихони" окажутся в одиночестве и почувствуют острую необходимость в общении, в потребности иметь близкого друга противоположного пола (а именно с дружбы чаще начинается влюбленность). Если "тихони" и "скромники" не выносят свои проблемы на всеобщее обсуждение и предпочитают вообще об этом поменьше говорить, это не значит, что у них все нормально. Они тоже живут в ожидании любви. Подростки, гораздо чаще девочки, чувствуют острую необходимость не только быть любимыми, но и любить самим. Но где найти достойный объект?

В классе все симпатичные мальчишки уже с кем-то встречаются, а остальные — такие скучные и неинтересные... Кому же посвятить свои чувства, как реализовать свою потребность любить?..

Ожидание любви может оказаться болезненным и трагичным переживанием: по ночам слезы в подушку, зависть к подругам, которые уже с кем-то встречаются, мучительные фантазии и грезы, а быть может, обида и злость на всех окружающих (как будто они в чем-то виноваты). У кого-то даже появляются комплексы в связи с отсутствием необходимого внимания и невозможностью установить желаемые отношения или завязать знакомство. Кто-то ищет причину этого в своей внешности (некрасивая, толстая, слишком высокая и др.), кто-то — в недостаточно модной и дорогой одежде. Но на самом деле вряд ли причина заключается в этом.

Приятная внешность, милая улыбка и модный "прикид" — это не самое главное, за что можно полюбить по-настоящему. Хотя, конечно, этим можно обратить на себя внимание, но этого недостаточно, чтобы завязать хотя бы приятельские отношения. Было бы неплохо иметь общие интересы и занятия с "предметом своих грез" — это сближает. Проявление искреннего интереса и желания при необходимости помочь будет куда более действенно, чем вздохи в одиночестве и жалобы на судьбу.

## Любовь к кумиру

В состоянии ожидания любви совсем не до уроков и гулять не хочется. Чем можно заниматься дома? Смотреть телевизор. И вот там, на экране, появляется "он" — тот, который более чем соответствует представлениям об идеальном мужчине: красивый, обаятельный, всегда улыбается, элегантен, одет по последней моде, великолепно двигается, а какой у него голос!.. Да, уж он-то достоин любви. Как правило, он является популярным эстрадным певцом, реже — киноактером. И начинается сбор любой информации об этом красавце: фотографии, статьи в газетах и журналах, плакаты, отслеживание всех телевизионных программ с его участием, коллекционирование аудио- и видеозаписей. Так создаются кумиры.

Почитание талантов само по себе занятие не только безопасное, но и вполне естественное, но только в том случае, если это не вызывает нездоровых психических реакций. А это бывает, зачастую даже при виде своего кумира на экране телевизора. А уж если он приезжает на гастроли с концертом — никаких денег не жаль, лишь бы попасть туда, лишь бы взглянуть на эту живую легенду. А может быть, удастся взять автограф, который будет храниться бережно, как зеница ока, и станет предметом гордости, а все одноклассники умрут от зависти.

То, что творится на таких концертах, что происходит с почитателями кумиров, хотя бы однажды приходилось наблюдать каждому. Девчонки визжат, заламывают руки, плачут, бросаются на оцепление милиции, надеясь прорваться к своему любимчику. А уж если это удастся, стараются хотя бы дотронуться до него, словно до божества, обнять, поцеловать, а некоторые готовы даже оторвать что-нибудь от концертного костюма на сувенир. Такое поведение вызывает тревогу и

опасение за их психическое состояние и за безопасность артиста. В редких случаях фанатичные поклонницы от возбуждения и нервного перенапряжения, сопровождающегося слезами и громкими криками, теряют сознание.

Если что-то подобное происходит с вашей дочерью, постарайтесь рассказать ей о существовании законов шоу-бизнеса и о таком понятии, как сценический имидж, рассчитанный на то, чтобы привлекать внимание поклонников. В основном ставки делаются на девочек-подростков как на еще не окрепшие умы и не сформировавшиеся личности, чтобы быстро и без особых усилий повысить популярность поп-звезды. Сценический имидж артиста далеко не всегда совпадает с его поведением в повседневной жизни. Будет большой ошибкой думать, что актеры, музыканты, певцы и т. д. в быту такие же, как на сцене, на съемках фильмов, перед телекамерой. Дома они, как и все нормальные люди, имеют право на проявление отрицательных эмоций. Они также бывают нервными, раздражительными, высокомерными, гордыми, т. е. могут обладать не только теми достоинствами, которые видят в них фанаты (а зачастую просто приписывают несуществующие), но и массой недостатков, о которых они даже и не подозревают. Вместо того чтобы грезить о недоступном, возвышенном и, скорее всего, существующем только в воображении прекрасном принце, не лучше ли оглянуться вокруг? Может быть, рядом живет тот, которому вы небезразличны, просто не замечаете его, растворясь в своих романтических грезах к тому, кто даже не подозревает о вашем существовании. Взрослея, подростки, наверняка, поймут это и, может быть, будут вспоминать о своей фанатичной любви к кумиру с улыбкой, но нужно постараться прийти к этому пониманию с наименьшим количеством ошибок.

Источник <http://www.kid.ru/problems/>