

## **Сексолого–педагогически проблеми през периода на пубертета и юношеството**

Възпитанието на детето през периода на пубертета и юношеството е сложен процес, при който повечето родители, възпитатели и педагози срещат много трудности. Причината често е, че повечето възрастни хора имат твърде неясна представа за пубертета и юношеството и не знаят какво да очакват от младежите. Някои грешки във възпитателния подход към детето може да създадат добра основа за възникването на „кризи” в тази възраст. Повечето юношески проблеми могат да бъдат намалени или изкоренени, ако се премахне напрежението между възрастните и юношата.

От голямо значение за запазването на правилни отношения между родителите и децата им по време на пубертета и юношеството са родителският авторитет и контрол. Оставянето на детето без трудови занимания и задължения в семейството дооформя подготовката на потенциален тиранин по време на пубертета. При такива условия юношата е свикнал на отстъпки и налага винаги исканията си. До отрицателни резултати довежда и родителската свръхпротекция, изразяваща се в потискане личността на подрастващите. Прекомерното ограничаване смущава правилното емоционално и волево развитие на детето. То създава нерешителност, неувереност, понижено самочувствие и недостатъчна инициативност.

Прекомерната заетост на родителите извън дома също не се отразява добре на юношата. От голямо значение за израстването на юношите е пълният състав на семейството. За правилното възпитание на детето в пубертетния период не е достатъчна майчината емоционална топлина, но е необходим и бащинският респект. Правилното оформяне на характера и поведението на юношата изисква създаването и на задръжки, а за това е необходим авторитетът и на двамата родители<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Йончев, В. Пубертет и душевно здраве. Пл. 1969

По своето значение за формирането на личността училището се нарежда на второ място след семейството. Докато в семейството се изграждат предимно емоционално-волевите, характеровите особености на подрастващите и юношите, в училище те израстват интелектуално, получават познания за живота, придобиват чувство за колективност, другарство, идейна насоченост. За разлика от семейството вече тяхното обучение и възпитание се провежда от квалифицирани учители и педагози по програма, съобразена с изискванията на педагогическата наука. Когато пубертетните промени протичат плавно и хармонично, не се стига до преумора и изчерпване на нервната система от заниманията в училище. При правилно изграждане на социалните отношения личността на подрастващите става по-стабилна и по-устойчива на увреждащи психиката въздействия<sup>2</sup>.

Освен социалните, съществуват и такива проблеми, които са предизвикани от физиологичните промени в организма на младежите. Именно връзката между психологическите проблеми и физиологическите особености в пубертетната и юношеската възраст трябва да се разглежда като основен фактор за възникването на сексолого–педагогически проблеми в този труден за младежите период. Ето защо за родителите и за педагозите е особено важно познаването на тази връзка, както и на особеностите на пубертета и юношеството като съществени етапи от развитието на личността.

Пубертетът е период на бързо настъпващи промени в телесно, психично и сексуално отношение под влияние на рязко повишена секреция на полови хормони. Телесните промени засягат както общата конструкция на тялото /ръст, телосложение, характерно окосмяване/, така и оформянето на функционалната полова система.

Пубертетът протича в две фази:

**1. Фаза на съзряване /пубесценс/**, завършваща при момичетата с първата менструация /между 11 и 13-годишна възраст/ и у момчетата с първата еякулация /между 12 и 15-годишна възраст/.

---

<sup>2</sup> Динев, В. Модели на човешкото поведение. С. 1993

Пубертетът е сбор от дълбоки хормонални промени, предизвикващи ясно изразени изменения в ръста, гърдите, окосмяването, външните и вътрешните полови органи. Тази телесна метаморфоза настъпва на различна възраст у различните народи, семейства и индивиди от едно и също семейство<sup>3</sup>.

В тази фаза е характерно бързото увеличаване на ръста у подрастващите. У момичетата израстването е най – интензивно към 13-та година. За две години при тях ръстът може да се увеличи с 20 см. Изразено е израстването на крайниците. Изостава това на гърдите и на таза. В резултат се нарушава хармоничността на тялото, което особено безпокои момичетата. Дисхармонията се допълва и от по-бавното развитие на мускулите. При небалансираните съотношения на пропорциите на тялото движенията на подрастващите са резки и несъгласувани (некоординирани). При ходене размахват ръцете, позата им не е устойчива и лесно могат да се блъснат в други хора.

През тази фаза в организма на младежите се случват много вътрешни промени. Неблагоприятна е връзката между развитието на сърцето, масата на тялото и състоянието на кръвоносните съдове. Обемът на сърцето се увеличава два пъти, тялото нараства един път и половина, а диаметърът на артериите остава стеснен. Оттук настъпват и противоречия с неблагоприятни отражения. Повишената работоспособност на сърцето, т.е. възможностите му да изтласква повече кръв за единица време, среща понижено, ограничено възприемане, съществуване на съпротивление, противодействие. То води до повишаване на кръвното налягане и намалява притокът на кръв към клетките. Това е причина за обща бледост на подрастващите, за отпадналост, която несправедливо се приема от някои за проява на ленивост. Нерядко се затруднява снабдяването с кръв на мозъка, което обуславя той по-бързо да се уморява, да е ограничена работоспособността му, да се получават замайвания на главата. Интензивното изразходване на енергия, напрегането крие опасности от увреждания на сърцето