**«Роль семьи в формировании репродуктивного здоровья юношей и девушек» (занятие с элементами тренинга).**

М.О. Рудьман, педагог социальный,

Г.М. Рутич, заместитель директора по воспитательной работе ГУО «Средняя школа №1 г. Березы им. В.Х. Головко».

**Целевая группа:** родители учащихся X класса.

*3-я четверть.*

**Цель:** объяснить участникам занятия с элементами тренинга значение семейного воспитания в формировании репродуктивного здоровья юношей и девушек.

**Задачи:**

- формировать навыки взаимодействия для успешной совместной работы;

- информировать о проблемах молодых людей в области репродуктивного здоровья, познакомить со способами их решения, опираясь на личностный опыт;

- определить навыки, необходимые современной молодежи для формирования ответственного и безопасного сексуального поведения;

- определить механизмы профилактики ранних половых связей и сохранения репродуктивного здоровья;

- осуществить рефлексию своей деятельности.

**Необходимые материалы:** по три листа бумаги формата А 4 зеленого, красного, желтого цветов; листы формата А 6; аргументы на листах формата А 4, анкеты.

**Ход занятия:**

**I. Вступительная часть.**

Исследования показывают, что в Республике Беларусь средний возраст, в котором девочки начинают вести половую жизнь, – 15,5 - 16 лет, мальчики – на полгода раньше» [3]. Актуальность данной темы очевидна. Задача родителей – иметь достоверные представления о репродуктивном здоровье, знать проблемы молодых людей в области репродуктивного здоровья, уметь преподнести эту информацию своим детям.

**1. Упражнение «Фруктовый салат».**

*Цель:* создать благоприятный климат для психологической и физической разрядки участников, обеспечить положительную установку на дальнейшую работу.

Ведущий дает каждому участнику группы, сидящему в круге название «слива», «груша», «яблоко», соответственно чередуя. Участники сидят на стульях, расставленных в форме круга. Ведущий выходит в центр круга и предлагает поменяться местами, например, всем Грушам. Передвижение должно быть максимально быстрым. Когда участницы меняются местами, ведущий должен занять чье-либо место. Оставшийся без места участник становится ведущим. В свою очередь, он должен произнести: «Меняются местами все Яблоки» (либо Груши, либо Сливы). Если участник долго не может сесть в круг, он может сказать: «Фруктовый салат», тогда сидящие в кругу должны меняться местами [2, c. 52].

**II. Основная часть.**

**2. Упражнение «Светофор».**

*Цель:* предоставить участникам достоверную информацию по вопросам репродуктивного здоровья.

Ведущий раздает каждой из образовавшихся малых групп по три листа бумаги формата А 4 зеленого, красного и желтого цветов. Ведущий зачитывает утверждение и засекает 30 секунд на обсуждение внутри малых групп, после чего группа поднимает лист цветной бумаги в соответствии с его значением в отношении утверждения: зеленый – «утверждение верно», красный – «утверждение неверно», желтый – «утверждение частично верно». Ведущий предлагает участникам аргументировать свой выбор, после чего резюмирует ответы и дает достоверную информацию по обсуждаемому вопросу.

Утверждения для упражнения:

* Презерватив – это на 100% эффективный способ защиты от инфекций, передаваемых половым путем.

*Презерватив – это наиболее эффективный способ защиты при сексуальных контактах. При правильном использовании он эффективен на 98%. Однако только полное воздержание от половых контактов является на 100% эффективным способом защиты от инфекций, передаваемых половым путем.*

* Половое воздержание у мужчин в молодом возрасте может привести к сексуальным расстройствам.

*Медицинские специалисты утверждают, что половое воздержание в молодом возрасте безвредно, так как поллюциями поддерживается определенный психофизический комфорт организма молодого человека.*

* Женщины более подвержены риску заражения инфекциями, передаваемыми половым путем, чем мужчины.

*Женщины более уязвимы по отношению к инфекциям, передаваемым половым путем, поскольку слизистая женских гениталий больше по площади и более чувствительна, чем у мужчин.*

* Чем позже девушка начинает половую жизнь, тем более болезненный для нее первый половой контакт.

*Болезненность первого полового контакта не зависит от возраста. У 15-18 % девушек первый половой контакт проходит безболезненно из-за анатомических особенностей.*

* Половые контакты во время менструации опасны для репродуктивного здоровья.

*С первой порцией менструальной крови вымывается слизь канала шейки матки, играющая защитную роль для вышерасположенных половых органов женщины, в связи с чем резко возрастает опасность воспалительных процессов. Опасны такие половые контакты и для мужчины, поскольку чреваты воспалением мочеиспускательного канала, называемого менструальным уретритом.*

* Использование двух презервативов одновременно обеспечивает большую защиту от инфекций, передаваемых половым путем.

*Презервативы предназначены для использования по одному: трение между двумя презервативами может привести к их разрыву.*

* Женщины, принимающие противозачаточные таблетки, защищены и от беременности, и от инфекций, передаваемых половым путем.

*Обмен биологическими жидкостями обуславливает риск заражения инфекциями, передаваемыми половым путем. Таблетки не представляют собой барьер против попадания этих жидкостей в организм. При регулярном приёме таблетки представляют собой эффективный метод защиты только от незапланированной беременности.*

* Перенесенная инфекция, передаваемая половым путем, может стать причиной бесплодия и снижения потенции.

*Воспалительные процессы в маточных трубах приводят к их непроходимости, в результате чего яйцеклетка не может попасть в полость матки, а это необходимо для процесса оплодотворения. При воспалении слизистой оболочки матки уже оплодотворенная яйцеклетка не может внедриться в нее, и дальнейшее развитие беременности становится невозможным. Воспалительные процессы часто приводят к выкидышам, к внематочной беременности. У мужчин также может наступить бесплодие после перенесенных инфекций, передаваемых половым путем, обусловленное непроходимостью семявыводящих путей. Если инфекция осложнилась воспалением предстательной железы (простатитом), его длительное, хроническое течение постепенно приводит к снижению потенции.*

* При оральном сексе заразиться инфекцией, передаваемой половым путем, невозможно.

*При оральном сексе можно заразиться практически любой инфекцией, передаваемой половым путем. Поэтому при оральном сексе также необходимо использовать презервативы.*

* Лечиться от инфекции, передаваемой половым путем, необходимо вместе с партнером, даже если его ничего не беспокоит.

*Заболевание может протекать в стертой, скрытой форме, при этом человека ничего не беспокоит, и он чувствует себя здоровым. Более того, в таких случаях даже лабораторное обследование может не выявить возбудителя. Тем не менее, такие люди являются источниками инфекции для своих половых партнеров, и если они не лечились вместе с ними, то могут вызвать повторное инфицирование.*

Ведущий подводит родителей к мысли, что дети, не обладающие достаточными знаниями, могут ответить на данные утверждения не верно [1, c. 28].

**3. Упражнение «С глазу на глаз».**

*Цель:* выяснить проблемы молодых людей в области репродуктивного здоровья и определить способы их решения.

Ведущий предлагает участникам подумать о вопросах, которые волнуют их детей, но которые они (дети) стесняются задать в повседневной жизни сверстникам противоположного пола.

Ведущий раздает участникам одинаковые листы бумаги формата А6 и предлагает записать вопросы, затем поместить их в коробки для мужчин и для женщин соответственно. Ведущий поочередно достает из коробок анонимные листы бумаги, зачитывает содержание группе и предлагает родителям дать свои ответы [1, c. 30].

**4. Мозговой штурм.**

**«Жизненные навыки для ответственного сексуального поведения».**

*Цель:* актуализировать темы ответственного и безопасного сексуального поведения.

Ведущий предлагает участникам ответить на вопрос:

Какие жизненные навыки необходимы современной молодежи для формирования ответственного и безопасного сексуального поведения?

Ведущий фиксирует все ответы участников на листе формата А1. Выслушав участников и зафиксировав их ответы, ведущий раскрывает понятие жизненных навыков и обобщает результаты мозгового штурма.

Жизненные навыки – это способности приспосабливать свое поведение для того, чтобы эффективно решать задачи и проблемы повседневной жизни (ВОЗ, 1993).

Знание основ безопасного поведения в отношении здоровья не всегда ведет к ответственным поступкам в повседневной жизни. Например, исчерпывающая информация о вреде алкоголя и табака не останавливает многих людей, продолжающих их употребление. Справедливо это утверждение и для сексуального поведения. Нередко ответственности в сексуальной сфере мешает недостаток важных жизненных навыков, а не знаний и информации.

Среди них следует особо отметить:

* осознание собственных ценностей, отношений и потребностей;
* способность принимать осознанное решение в отношении своего сексуального поведения и репродуктивного здоровья;
* умение противостоять влиянию со стороны окружения / партнера;
* открытость к обсуждению тем, касающихся сексуального поведения и репродуктивного здоровья, с партнером / близкими / специалистами и др. [1, c. 33].

**5. Упражнение «Контраргумент».**

*Цель:* развивать у участников умения противостоять влиянию со стороны партнера.

Ведущий зачитывает с заранее подготовленных листов формата А 4 аргументы для начала сексуальной жизни со стороны партнера и предлагает группе в рамках мозгового штурма предложить контраргументы:

* «Если ты меня любишь, докажи это»;
* «Если у нас не будет сексуальных отношений, мы расстанемся»;
* «Все занимаются сексом»;
* «Секс – это неотъемлемая часть отношений»;
* «Мы же все равно собираемся всегда быть вместе»;
* «Ты тоже этого хочешь. Позволь чувствам управлять тобой»;
* «Позволь мне доказать, как я люблю тебя»;
* «Не волнуйся: у меня есть презерватив»;
* «Давай попробуем только один раз, чтобы знать, что это такое»;
* «Не бойся: первый раз всегда страшно» [1, c. 36].

**III. Заключительная часть.**

Ведущий уточняет, остались ли вопросы по теме занятия, и отвечает на них, затем предлагает ответить на вопросы:

- Какой вывод вы сделали для себя в результате нашего занятия?

- Что вы хотите рассказать своему ребенку?

Участникам занятия предлагается заполнить заранее подготовленную анкету:

1. Во время занятия я понял(а), что…
2. Самими полезным для меня было…
3. Я узнал(а), что…
4. Мне понравилось, что…

Список литературы:

1. Минова, М.Е. Пособие «Модули волонтеров равного обучения

для проведения занятий со сверстниками»/ разраб. М.Е. Минова, Е.В. Михалевч, Т.А. Працкевич; ГУО «Акад. Последиплом. образования». – Минск : АПО, 2015. – 104 с.

1. Пономаренко, Н.В. Формирование ценностного отношения в жизни подростков к репродуктивному здоровью/ сост. Н.В. Пономаренко. – Минск: Красико-Принт, 2016. – 96 с. – (школьному психологу и социальному педагогу).
2. Зиновенко А., В каком возрасте белорусы начинают вести половую жизнь, а в каком рекомендуют это делать врачи [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mag.103.by/zdorovje/33733-v-kakom-vozraste-belorusy-nachinajut-vesti-polovuju-zhizny-a-v-kakom-rekomendujut-eto-delaty-vrachi/> – Дата доступа: 25.02.2022.