Wychowanie do życia w rodzinie - chłopcy

26.10.2020

Temat: Seksualność człowieka.

*Zapoznajcie się z notatką z podręcznika: ”Wędrując ku dorosłości”:*

Płciowość człowieka ma wiele aspektów. Aby w pełni zrozumieć, co oznacza fakt, że człowiek jest istotą seksualną, spróbujmy zastanowić się nad tak zwanymi poziomami seksualności. Seksuolodzy mówią o trzech poziomach seksualności.

Poziom pierwszy, biologiczny.

Do biologicznych przejawów naszej płciowości zaliczamy budowę naszego ciała oraz funkcjonowanie układu rozrodczego męskiego i żeńskiego, łącznie z fizjologią aktu seksualnego. Wpływ na działanie tego poziomu mają: hormony, układ nerwowy obwodowy i autonomiczny, receptory czuciowe, bodźce z wyższych poziomów.

Poziom drugi, emocjonalny.

Należą tutaj wszystkie zjawiska zachodzące w sferze emocjonalnej (bez tak zwanych uczuć wyższych). Jest to bardzo ważny poziom, gdyż emocje dotyczące sfery seksualnej są jednymi z najsilniejszych, jakie przeżywamy. Są to emocje zarówno pozytywne, jak i negatywne. Te ostatnie są bardzo raniące i pozostawiają liczne urazy. Urazy i zranienia w sferze płciowości mogą być ogromne i rzutować na całe życie człowieka.

Czy możemy panować nad emocjami? Człowiek nie ma wpływu na emocje, które się u niego pojawiają, natomiast ma wpływ na to, co z nimi zrobi. Za kontrolę emocji odpowiada kolejny poziom:

Poziom trzeci, intelektualno – duchowy.

Na tym poziomie dokonują się akty woli człowieka, tu zapadają decyzje. Opierają się one na świadomym wyborze wartości, mają więc związek z moralnością i duchowością człowieka.

Zwierzęta nie mają trzeciego poziomu seksualności, dlatego kierują nimi odruchy , instynkty i popędy. Aktywność seksualna zwierzęcia jest ograniczona do okresu rui, gdyż służy jedynie celom rozrodczym. Człowiek może być aktywny seksualnie cały czas, niezależnie od rytmu płodności i niepłodności. Dzieje się tak dlatego, że decyzje o działaniu seksualnym podejmuje świadomie, nie rządzą nim popędy. Rozum i wola są nadrzędne wobec popędu. Co więcej, człowiek nie tylko może, ale musi kontrolować popęd, jeśli chce być w pełni człowiekiem.

Popęd seksualny to tworzywo wymagające obróbki. Można i należy go przetwarzać tak, by był podporządkowany wyższym wartościom: miłości i odpowiedzialności. Popędem można i trzeba kierować – musi on podlegać kontroli. W okresie dojrzewania jest to szczególnie dla chłopców, bardzo trudne.

Oto kilka rad, jak opanować napięcie seksualne:

-ustal granice kontaktów fizycznych, zanim się zaangażujesz i stracisz głowę,

- zaplanuj ciekawe randki, niekoniecznie w miejscach odludnych,

- unikaj zbędnych bodźców: pornografii, erotycznych filmów, kontaktów z nieodpowiednimi ludźmi,

- poszukaj nowych form aktywności, nie tylko sportowej.

Pamiętaj: popęd seksualny, jeśli nam służy, staje się źródłem wspaniałych przeżyć i szczęścia osobistego; jeśli nami rządzi, prowadzi do zniewolenia.

Musisz wiedzieć, że:



*Z podanych wyrazów ułóż 3 zdania i zapisz je w zeszycie:*

1.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| nad | źródłem | Umiejętność | jest |
| i radości. | panowania | sobą | wolności |

2.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| człowieka | życia. | i przekazywaniu | miłości | Seksualność | służy |

3.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| osiągnąć | rzeczy | pełnię | używać | używać |
| ludzi, | rzeczy. | a | życia | i kochać |
| i kochać | ludzi | Aby | nie | powinniśmy |

Miłej pracy!