

*Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programos
metodinė medžiaga*

**PAŽINIMO KOMPETENCIJOS UGDYMO 9 – 10 KLASĖSE PAMOKŲ
PAVYZDŽIAI**

Sudarė: Julija Sinicienė
Parengė: Birutė Obelenienė
Stasė Ustilaitė
Ginatutas Vaitoška

Vilnius 2012

TURINYS

LYTIS, KULTŪRA, VISUOMENĖ	3
I. Visuminė lytiškumo samprata.....	3
II. Stereotipo samprata, jo teigiami ir neigiami aspektai.....	6
LYTINĖ SVEIKATA.....	11
I. Kaip užsimezga gyvybė? Vaisiaus vystymasis	11
II. ŽIV/AIDS ir kitos lytiškai plintančios infekcijos, jų prevencija	14
PAŽINIMO KOMPETENCIJOS UGDYMO 9–10 KLASĖS PAMOKŲ PAVYZDŽIAI	16
I. LYTIS, KULTŪRA, VISUOMENĖ	19
1. <i>Pamoka</i> „Lyčių psichikos skirtumai“	19
2. <i>Pamoka</i> „Lyčių stereotipai“	20
II. LYTINĖ SVEIKATA.....	21
1. <i>Pamoka</i> „Lytiškai plintančios infekcijos“	21
2. <i>Pamoka</i> „Ką jūs galite padaryti?“	22

LYTIS, KULTŪRA, VISUOMENĖ

I. Visuminė lytiškumo samprata

„Dabartinės lietuvių kalbos žodyne“ (2000, p. 371) lytis apibūdinama dviem reikšmėmis: pirmoji – tai viena iš dviejų gyvųjų būtybių giminių (moteriškoji ir vyriškoji); antroji – forma, išvaizda. Kadangi mes kalbame apie žmogų, tikslinga vartoti lytiškumo terminą, apimančią tiek prigimtinius, tiek sociokultūrinius asmens formavimosi veiksnius. Asmenybės formavimąsi lemia daugialypė ir subtili šių veiksnių sąveika. Žmogiškoji prigimtis apima fizinę, psichinę ir dvasinę žmogaus egzistencijos plotmes.

Atskiri autoriai skirtingai vertina procesą, kaip asmuo priskiria save vienai ar kitai lyčiai. Dažniausiai nesutariama dviem požiūriais – ar lytinis tapatumas priklauso nuo prigimties nulemtų lyties skirtumų, ar jį veikia istorinės, kultūrinės, socialinės aplinkybės. Ar skirtingos lyties individui iš prigimties būdingas skirtingas elgesys, ar jis jo išmoksta priklausomai nuo auklėjimo ir socializacijos procesų? Šiame skyrelyje parodysime, kad atsakant į šį klausimą, mokslinių tyrimų duomenys neskiria nuo bendražmogiškos patirties: lytinis tapatumas yra veikiamas ir kūno, fiziologinių, ir psichologinių bei socialinių veiksnių.

Socialinės sąveikos metu, atsižvelgiant į tai, ko aplinkiniai reikalauja iš vaikų, koks elgesys toleruojamas, išmokstami socialiniai lyčių vaidmenys – „moteriškasis“ ir „vyriškasis“ elgesys. Jis išreiškia visuomenės lūkesčius ir priklauso nuo visuomenės kultūros, istorinio laikotarpio, etninės, rasinės, socialinės priklausomybės ir net asmens amžiaus.

Dažniausiai žmonės mintyse sukuria vaizdą, koks tipiškas vyras ar tipiška moteris privalėtų būti. Stereotipiškai vyriškais laikomi nepriklausomi, linkę pirmauti, nerodantys jausmų, vadovaujantys, ieškantys nuotykių ir pan. žmonės. Vyriškumo vertybės siejamos su aktyvia veikla – drąsa, savarankiškumu, ištvermingumu, savitvarda, atsakingumu, gebėjimu ginti savo nuomonę, siekimu laimėti, o kartais ir agresyvumu, šiurkštumu, egoizmu. Moterims priskiriamos tokios savybės kaip emocingumas, paklusnumas, priklausomybė. Jas labiausiai apibūdina vertybės, lemiančios tarpasmeninius santykius – jautrumas, gailestingumas, rūpestingumas, teisingumas, ištikimybė, meilė, dosnumas, tvarkingumas, švelnumas ir gerumas. Verta pažymėti, kad tiek vyrams, tiek moterims priskiriami bruožai iš esmės bendri abiejų lyčių asmenims, o lyties supratimo stereotipizacija yra susijusi su socialinės atskirties ir diskriminacijos galimybėmis. Tiek stereotipiškai apibrėžtas moteriškumas, tiek vyriškumas prasilenkia su realių vyrų ir moterų savybėmis bei kartu trukdo suvokti, kad lyčių skirtumai yra ir gali būti poros tarpusavio papildymo ir gyvenimo įvairovės, o ne dvasiškai skurdaus „karo tarp lyčių“ ženklu.

Kita vertus, sociokultūrinių veiksnių poveikio lytiškumo formavimuisi suabsoliutinti nederėtų, kadangi tai reikštų gamtos mokslų metodais nustatytų faktų paneigimą. Šiuolaikinio mokslo duomenimis, išskiriami tokie biologinės lyties formavimosi tarpsniai:

- ▶ Chromosominės lyties susidarymas. Apvaisinimo metu, susiliejus moters lytinės ląstelės (kiaušinėlio) branduoliui su X chromosoma ir vyro lytinės ląstelės (spermatozoido) su X chromosoma – užsimezga moteriškos lyties gemalas. Jeigu kiaušinėlį apvaisina spermatozoidas su Y chromosoma – vyriškos lyties gemalas. Taigi moteriškojo individo genotipe dvi X chromosomos (XX), vyriškojo (XY). Chromosominė lytis lemia atitinkamų lytinių liaukų (gonadų) ir lytinių organų susidarymą.

- ▶ Gonadinės lyties susiformavimas. Apie šeštą vaisiaus vystymosi savaitę susiformuoja skirtingos lytinės liaukos (sėklidės ir kiaušidės) ir pirminiai lytiniai požymiai – vyriški ir moteriški lytiniai organai. Gonadinė lytis iki galo susiformuoja tik pasibaigus lytiniam brendimui.

- ▶ Somatinės (kūno) lyties susidarymas. Apytikriai tuo pat metu – apie šeštąją savaitę – vyriškos lyties vaisiaus lytinės liaukos (sėklidės) ima gaminti didelį vyriško lytinio hormono – testosterono kiekį (jo koncentracija kraujyje tuo metu būna keturis kartus aukštesnė nei kūdikystėje ir vaikystėje). Dėl to ima rasti morfologinių skirtumų iki tol vienodai besivysčiusios abiejų lyčių vaisių smegenyse (lytinis dimorfizmas); šie skirtumai, kaip ir skirtingų lytinių hormonų poveikis, vėliau turi įtakos skirtingam berniukų ir mergaičių elgesiui bei sugebėjimams. Susiformavusių lytinių liaukų veiklą inicijuoja pagumburis ir hipofizė; skirtingų lytinių hormonų poveikis vėliau lemia antrinių lytinių požymių susidarymą. Antriniai lytiniai požymiai – kūno sudėjimas, plaukuotumas, balso tembro ypatumai, funkcinių rodiklių skirtumai suformuoja vyrišką ar moterišką kūno sandarą. Taip susiformuoja somatinė lytis.

Taigi biologine prasme lytis – tai lytinių požymių (pirminių ir antrinių), nuo kurių priklauso dauginimasis ir giminės, rūšies pratęsimas, visuma. Biologinis lyties pradas orientuoja į giminės pratęsimą, jis užtikrina visų gyvų būtybių gyvybės tęsinį. Biologiniu požiūriu visi žmonės jaučia lytinį potraukį (libido). Organizmo gebėjimas reaguoti į išorinius ir vidinius lytinius dirgiklius, gebėjimas lytiškai susijaudinti apibūdinamas seksualumo sąvoka. Seksualumas – tai lytinė ar reprodukcinė funkcija, lemianti vyro ir moters lytinį potraukį, fiziologiniai santykiai tarp lyčių (Medicinos enciklopedija, 1991).

Biologinė lyties išraiška būdinga ir aukštesniesiems gyvūnams, kur dauginimosi instinktas reiškiasi seksualiniu libido. Esminis skirtumas tarp gyvūnų ir žmogaus yra tas, kad pastarojo seksualiniam potraukiui būdinga tendencija pereiti į meilę ir iškilti virš gamtinio determinizmo.

Prigimties nulemtas lytiškumas neapsiriboja biologiniais skirtumais. Tarp kūno struktūros ir psichinės veiklos ypatumų egzistuoja psichosomatiniai ryšiai; neurofiziologija kalba apie didesnę procesų lokalizaciją vyrų smegenyse ir geresnius pusrutulių ryšius moters smegenyse. Šis bruožas, siejamas su anatomiškai nustatomu didesniu didžiosios smegenų jungties (corpus callosum) ir priekinės smegenų jungties (commisura anterior) išsivystymu moterų smegenyse. Nors ryšiai tarp atskirų sugebėjimų ir morfologinių smegenų struktūrų skirtumų yra toliau tyrinėjami, sugebėjimų skirtybės, taip pat vyriškų ir moteriškų lytinių hormonų poveikis šiems sugebėjimams yra įrodytas daugelio mokslinių tyrimų. Mergaitės geriau atlieka verbalinių sugebėjimų tyrimo testus, anksčiau nei berniukai pradeda kalbėti, lengviau išmoksta gramatikos bei rašybos taisykles. Berniukai atsilieka nuo mergaičių užsienio kalbų mokymusi ir daug dažniau kenčia nuo mikčiojimo. Yra pastebėta, kad verbaliniai mergaičių sugebėjimai, taip pat geresnis nei berniukų tikslios rankų judesių koordinacijos reikalaujančių užduočių atlikimas pagerėja tomis dienomis, kurių metu jų kraujyje stebima didžiausia estrogeno koncentracija. Berniukai geriau atlieka erdvinio suvokimo reikalaujančias užduotis: lengviau įsivaizduoja ir manipuliuoja objektu erdvėje, lengviau orientuojasi aplinkoje, kai reikia rasti kryptį. Pastebėta, kad šiuos sugebėjimus veikia testosterono koncentracijos lygis: erdvinį suvokimą sutrikdo tiek per mažą, tiek per didelę testosterono koncentraciją. Kita vertus, moterys geriau negu vyrai įsidėmi aplinką: kokie daiktai jas supa, kokia jų spalva ir pan.

Skirtumai tarp mergaičių ir berniukų pastebimi jau pirmomis gyvenimo valandomis. Atliekant taktilinio jutimo tyrimus paaiškėjo, kad mergaitės jaučia prisilietimą daug geriau – net jautriausias šia prasme berniukas nusileidžia mažiausiai jautriai mergeitei. Mergaitės taip pat gerokai jautriau reaguoja į garsus. Nuo pat pirmųjų dienų mergaitės ilgiau stebi žmonių veidus, o berniukai geometrinėms figūroms ir veidams skiria po lygiai dėmesio. Didesnės mergaitės į žaidimą norinčią įsitraukti naujokę sutinka susidomėjusios, o berniukai į tokį vaiką nekreipia daug dėmesio. Kita vertus, berniukai kreipia mažiau dėmesio į asmenines partnerio savybes, jei jis gerai vykdo savo funkciją žaidime, o mergaitėms yra svarbesnės jų grupės narės asmeninės savybės. Šie ir panašūs tyrinėtojų pastebėjimai patvirtina bendrą išvadą, kad moterys kreipia daugiau dėmesio ir geriau supranta bendravimo niuansus ir tarpasmeninę grupės dinamiką, o vyrai yra labiau „nukreipti į tikslą.“

Diskutuoti, kurios savybės yra svarbesnės bendruomenės vystymuisi, reikėtų nematyti, kad visuomenei reikalingos tiek technologijų kūrimas bei materialinių išteklių gausinimas, tiek tarpasmeninės atmosferos, bendruomenės dvasios gerinimas. Tyrėjai taip pat pabrėžia, kad tai, jog moterims ir vyrams yra būdingi skirtingi gebėjimai, neleidžia teigti, kad nėra vyrų, gerai suprantančių tarpasmeninę realybę, arba nėra moterų, kurios puikiai jaučiasi technologijų kūrimo

bei tikslųjų mokslų pasaulyje – kalbama tik apie bendras tendencijas. Šiuolaikinėse diskusijose neretai pasireiškiantis polinkis neigti akivaizdžius kūno realiųjų nulemtus vyrų ir moterų skirtumus iš dalies susijęs su istoriškai egzistavusia moters išnaudojimo problema, kuri savo ruožtu buvo susijusi su ekonomine moters priklausomybe nuo vyro. Būtinai siektina moters ir vyro lygybė nereiškia jų vienodumo, o skirtingos jų kūniškos, psichologinės ir dvasinės savybės yra vienodai reikalingos tiek visuomenės vystymuisi, tiek vyro ir moters tarpusavio santykių turtingumo išgyvenimui.

Naudota literatūra

MOIR, A.; JESSEL, D. *Brain sex*. New York, Dell Publishing House, 1992.

Dabartinės lietuvių kalbos žodynas. 2000, p. 371.

KIMURA, D. *Scientific American: Sex Differences in the Brain* [online].

Prieiga per internetą: <www.sciam.com>.

JANKAUSKAITĖ, M. Lytinė ir reprodukcinė sveikata: lyčių aspektas. *Iš Jaunų žmonių lytinė ir reprodukcinė sveikata*: mokomoji knyga. Sudarė L. Jaruševičienė, L. Valius. Kaunas: Vilties Litera, 2005, p. 19–25.

MERKYS, G.; PURVANECKIENĖ, G.; RUŠKUS, J.; KAZLAUSKAITĖ, I. Lytiškumo raiška Lietuvos mokytojų ir mokinių populiacijose: apklausos raštu duomenys. *Iš Lytiškumas ir švietimas: pažūrų, stereotipų ir ugdymo turinio tyrimai*: mokslo darbai. Vilnius: MIC, 2001, p. 69–107.

Medicinos enciklopedija. Vilnius, 1991.

ИСАЕВ, Д. Н.; КАГАН, В. Е. *Половое воспитание детей*. Ленинград: Медицина, 1988. 160 с.

II. Stereotipo samprata, jo teigiami ir neigiami aspektai

Žmogaus suvokimas priklauso nuo jo pasaulėžiūros, kuri formuojasi socialinių ryšių veikiamos pasaulėjautos ir pasaulėvokos pagrindu. Dažnai mes nesame linkę giliai pažinti žmogaus esmės ir vos sužinoję, kokiai grupei jie priklauso, „klijuojame etiketes“. Iš vienos pusės toks paviršutiniškas suvokimas trukdo geriau pažinti žmogų, nes jo atžvilgiu jau yra tam tikras nusistatymas, dėl kurio kartais atrodo, kad jau pakankamai apie tą asmenį žinome, tačiau iš kitos pusės – galima lengviau susigaudyti tarp daugybės atliekamų vaidmenų ir grupių tipų. Toks supaprastintas kokio nors reiškinio vaizdinys funkcionuojantis visuomenės sąmonėje vadinamas stereotipu. Tai fiksuotas bendrasis įvaizdis apie tam tikro tipo žmogų ar daiktą, kuriuo yra įtikėjusi visuomenė. Kiekvienoje visuomenėje vyriškos ir moteriškos ypatybės yra pagrindinių gyvenimo sričių pasiskirstymo pagrindas. Visuomenėje egzistuoja susitarimai, kokie dalykai, užsiėmimai, asmeniniai bruožai, elgesys yra suprantami kaip vyriški ir moteriški ir kokie laikomi neutraliais. Stereotipinės lyčių funkcijos veikia žmonių pasaulėžiūrą, viltis, nors jos tikrovėje gali ir neišsipildyti.

Stereotipai atlieka ir teigiamą, ir neigiamą vaidmenį. Teigiama prasme jie leidžia žmogui saugiau jaustis kintančioje aplinkoje, tai būna tarsi atspirties taškas, kai, pavyzdžiui, tam tikrose situacijose reikia greitai rasti sprendimą, išspręsti problemą, žmogus gali pasinaudoti jau iš anksto

susiformavusiomis nuostatomis. Kita vertus, stereotipai apsunkina kito žmogaus pažinimą ir dažnai mes vadovaujamės iš anksto sudaryta nuomone (Myers 2000; Gailienė 2002; Fürst 1999).

Stereotipai artimi klišėms ir šablonams, kai paprastumo dėlei jie taikomi daugeliui panašių objektų, ignoruojant tų objektų skirtumus ir jų individualumą. Viena vertus, stereotipai palengvina žmogaus santykius ir elgseną, kita vertus, nepaiso asmens individualumo ir išskirtinumo.

Tarpasmeniniuose santykiuose stereotipai pasireiškia ir stereotipiniu elgesiu, pasikartojančiais elgesio ar bendravimo scenarijais, nerašytomis bendro gyvenimo taisyklėmis. Šie elgesio ar bendravimo stereotipai užima labai svarbią vietą šeimos gyvenime. Jie leidžia šeimos nariams prognozuoti kitų šeimos narių elgesį, įveda tvarką į šeimos gyvenimą. Todėl stereotipai patys savaime negali būti vertinami kaip teigiamas ar neigiamas reiškinys. Svarbesnis klausimas – ar jie priimtini šeimos nariams. Ar jie nekelia bendravimo sunkumų, ar nežemina kurio nors šeimos nario, ar leidžia sėkmingai funkcionuoti šeimai kaip sistemai.

Stereotipai ir šeimos gyvenimo taisyklės kelia bendravimo sunkumų ir laikomi disfunkciškais, kai kurį nors šeimos narį nuvertina arba neleidžia tiesiai, be tarpininkų, geranoriškai ir lygiavertiškai aptarti tarpusavio santykių ar bendro gyvenimo klausimų.

M. Jankauskaitė, I. Mackevičiūtė (2005) teigia, kad stereotipai yra pažangos kliūtis. Kliūtimi tampa stereotipinės žmonių nuostatos apie vyro ir moters vaidmenis visuomenėje. Permainos ekonomikoje, socialiniai pokyčiai vyksta greičiau nei pasikeitimai žmonių mąstysenoje, todėl kai kurios pažiūros tampa kliūtimi, norint pasiekti moterų ir vyrų dalyvavimo profesiniame ir šeimos gyvenime darnos.

Norint išsiaiškinti moters ar vyro stereotipą visuomenėje, reikia suprasti, kaip kuriami lyčių stereotipai.

Kova tarp vyro ir moters dėl padėties visuomenėje vyko nuolat. Tokia lyčių nelygybė buvo pastebima nuo pat visuomenės susikūrimo. Moteris neturėjo teisių ir buvo visiškai priklausoma nuo vyro, nes jis – „šeimos maitintojas“. Vyras medžiojo, kovojo dėl žemių su kitomis gentimis, o moters „paskirtis“ – auginti ir auklėti vaikus, prižiūrėti namus, rūpintis šeimos židiniu. Moteris nebuvo įtraukiama į sprendimų priėmimą.

Antikos laikais vyras turėjo visas teises: valdyti, dalyvauti visuomenės gyvenime ar bausti, o moteris nebuvo laikoma net visuomenės dalimi, kaip ir vergai. Jos funkcija, kaip ir anksčiau, išliko rūpintis namais bei vaikų auginimu. Šiek tiek laisvesnė moteris buvo Romos imperijos visuomenėje. Čia ji galėjo net valgyti prie vieno stalo su vyru, bet ji turėjo būti santūri ir padori.

Viduramžiais iš esmės taip pat niekas nepasikeitė – moteris išliko žmona, motina ar dukra. Ji ir toliau negalėjo pasirinkti sau vyro. Moteris turėjo be galo daug pareigų: gimdyti, maitinti, auginti ir auklėti vaikus, o kartais net ir pavaduoti vyrą jo reikaluose, kai jis būdavo kur nors išvykęs. Pareiga

pavadauti vyrą suteikdavo jai kiek aukštesnę poziciją šeimoje. Tačiau moteris, neturinti šeimos, turėjo sunkią padėtį, ypač lengvai pažeidžiama jos reputacija. Ją buvo labai lengva apkaltinti prostitucija, nes neturėdama šeimos, ji pati privalėjo save išmaitinti, o kadangi dominavo nuomonė, kad „moters kūnas priklauso tik vyrui“, tai tik vyras privalo saugoti jos kūną nuo pasaulio. Moteris buvo įkalinta šeimoje, nes buvo laikoma vilioke, kuri stumia vyrą į nuodėmę.

Vyras turėjo svarbesnių dalykų, nei rūpintis namais. Įsigalėjus krikščionybei, prasidėjo Kryžių karai, atsirado riterio sąvoka. Riteriu galėjo būti kiekvienas vyras, perėjęs riterių mokyklą. Ir toliau buvo įtvirtinamas stipraus, vyriško, drąsaus, viską galinčio vyro vaizdas.

Renesanso epochoje moteris įgavo šiek tiek laisvės, ji galėjo pasirašyti dokumentus ir jos parašas galiojo neatsižvelgiant į luomą, kuriam ji priklauso. Be to, ji kaip ir vyras galėjo perimti bei valdyti nuosavybę. Tačiau ir toliau liko be teisės pasirinkti sau vyrą, tai už ją darydavo tėvai. Vyras laikomas atsakingu už visuomenės ateitį, nes jo pareiga – išauklėti pilietį, jis rūpinasi visuomenės kultūra. Vyras išlieka teisingas, drąsus, pastovus.

Moteris gyveno vyro šešėlyje iki XVIII a., kol neprasidėjo moterų emancipacija. Jau XVIII a. Jungtinėse Valstijose ir Prancūzijoje pradėjo burtis moterų organizacijos ir XIX a. antroje pusėje jų veikla smarkiai stiprėjo. Moteris gavo teisę studijuoti aukštosiose mokyklose. Bet visgi vyrai manė, kad moteris neturi teisės dalyvauti politiniame šalies gyvenime.

Prireikė daug amžių, kol moteris tapo pripažinta kaip visuomenės dalis ir įgijo teisių veikti, dalyvauti, realizuoti joje, tačiau ir iki šiol vyksta kova tarp vyro ir moters dėl lygių galimybių sudarymo. Iki šiol vyras yra labiau vertinamas ir jam lengviau įgyti geresnį išsilavinimą, gauti geriau mokamą darbą ar užimti aukštesnį postą.

Per visą visuomenės istoriją buvo kuriami stereotipai: moteris – gražioji, silpnoji lytis, kuri privalo paklusti vyrui ir negali jam prieštarauti, ji yra dukra, žmona, motina, šeimos židinio sergėtoja, o vyras – stiprus, drąsus šeimos maitintojas, vyras, tėvas.

Jau ankstyvoje vaikystėje berniukai ir mergaitės pradėdami auklėti diegiant jiems atitinkamus stereotipus – „tai tik mergaitėms“ arba „tai tinka tik berniukams“. Šeimoje, darželiuose mažiems berniukams dažniau duodami konstrukciniai ir erdviniai žaidimai, o mergaitėms – lėlės ir minkšti žaisliukai; berniukai dažniau pagelbsti tėvui ir atlieka erdvinio mąstymo reikalaujančias užduotis, o mergaitės šeiminkauja namuose. Genetiškai moteris yra užprogramuota atidžiau rūpintis palikuonimis, tai natūralus prigimties dalykas. Ir dėl to mergaitės labiau negu berniukus traukia lėlės. Kita vertus, specializuotas auklėjimas, mergaičių kreipimas į vieną, o berniukų – į kitą pusę gali neleisti atsiskleisti unikaliems augančio žmogaus sugebėjimams, interesams. Tai turi įtakos ir jausmų išraiškai. Dažnai tėvas ar motina, gėdindami mažą berniuką, sakydami, „koks tu vyras, jei verki“, tolydžio atima iš vyrų galimybę rodyti savo emocijas – skausmą ir liūdesį. Atitinkamai

ribojant mergaičių aktyvumą, sakant „nešokinėk, nesistumdyk, nesimušk – tu juk mergaitė“, formuojamas moterų nuolankumas, nesugebėjimas apginti savo nuomonės.

Tyrimas „Moksleivių ir mokytojų požiūrio į lyčių skirtumus“ (2000) atskleidžia lyčių stereotipų raišką mokytojų ir mokinių populiacijoje. Apklausoje dalyvavo 1 068 Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklų mokiniai ir 708 mokytojai. Nustatyta, kad vyrams būdingos socialinį aktyvumą, o moterims – socialinį pasyvumą išreiškiančios asmeninės savybės. Mokyklose berniukai yra skatinami mokytis matematikos, technologijų, informatikos, domėtis kompiuteriais, o mergaitės – rinktis profesijas, susijusias su žmonėmis ir nereikalaujančias abstraktaus mąstymo. Pradinėse klasėse daugiausia mokytojų yra moterų (ir apskritai mokyklose dominuoja moterys). Mergaitės neturi į ką lygiuotis, panorėjusios siekti tikslųjų mokslų aukštumų. Mergaitės dažniausiai orientuojamos į šeimą, vaikų auginimą ir auklėjimą, namų ruošą, berniukai – fizinį, vadovaujantį ir intelektualinį darbą.

Šeimoje, mokykloje suformuotus stereotipus jauni žmonės išsaugo ir sukūrę šeimas, įsilieję į visuomenę. Tradiciškai dominuoja nuomonė, kad moters vaidmuo šeimoje ir visuomenėje yra ne toks reikšmingas negu vyro. Įsigalėjęs visuomenės požiūris, kad moteris yra silpnoji lytis, jos pagrindinė misija – auginti vaikus, tvarkyti namų ūkį.

Lyčių stereotipus formuoja ir žiniasklaida. Žiniasklaidos perduodamą informaciją paaugliai yra linkę vertinti kaip realų gyvenimą atspindinčią informaciją, perduodamus lyčių stereotipus – kaip „teisėtus santykius“. Atviros Lietuvos fondo inicijuotas ir finansuotas tyrimas „Socialinių lyčių stereotipų formavimas žiniasklaidoje“ (1997, 2002), atskleidžia, kad 37 proc. visų pranešimų, kuriuose minima šeima ir lyčių tarpusavio santykiai šeimoje, yra nurodoma, kad esminė vyro funkcija – seksualinis pajėgumas, garantuojantis šeimos tvirtumą; 31 proc. – materialinis šeimos aprūpinimas (vyras uždirba pinigus ir išlaiko šeimą); 17 proc. – vaikų auklėjimas, tėvo svarba paaugliui, jo autoritetas. Moterims būdingi vaidmenys šeimoje – vaikų auginimas ir auklėjimas (20 proc.), namų ruošą (20 proc.), buities darbai: maisto pirkimas, gaminimas, namų tvarkymas (30 proc.). Svarbūs yra ir lytiniai santykiai. Moteris dažniau pateikiama kaip vartotojos ir yra vyrų išlaikomos.

Reprezentatyvi Lietuvos gyventojų apklausa „Vyriškų vaidmenų krizė Lietuvoje“ (2002) parodė, kad Lietuvoje vertinami nepriklausomi, aktyvūs, nugalintys ir atkaklūs vyrai. „Tikras“ vyras yra finansiškai nepriklausomas, geba aprūpinti savo šeimą, sugeba apginti savo moterį ir prisidėti prie savo vaikų auklėjimo. Svarbiausios „tikro“ vyro savybės, pasak apklaustų moterų ir vyrų, turi būti sugebėjimas uždirbti pinigus (72 proc.), nagingumas, mokėjimas atlikti „vyriškus“ buities, techninius darbus (67 proc.), vaikų aprūpinimas, priežiūra ir auklėjimas (67 proc.) bei savo moters globojimas (66 proc.). Patys vyrai tarp svarbiausių „normalaus“ vyro savybių įvardija (svarumo mažėjimo tvarka) sugebėjimą uždirbti pinigus, savo moters globojimą, savo vaikų

priežiūrą ir auklėjimą bei gebėjimą atlikti „vyriskus“ buitines darbus. Įdomu ir tai, kad daug daugiau vyrų negu moterų buvo įsitikinę, kad „tikras“ vyras turi vadovauti šeimoje (santykių su moterimi) ir jo žodis turi būti lemiamas. Šiuo požiūriu apklausoje dalyvavę vyrai palaikė įtvirtintą šeimos modelį – vyras privalo būti galva ir autoritetas.

Moterys šioje apklausoje pasirodė daug labiau linkusios griauti įsigalėjusius lyčių stereotipus. Daug daugiau apklausoje dalyvavusių moterų nei vyrų teigė, kad ne tik moterys, bet ir vyrai gali rūpintis namais, „kurstyti šeimos židini“ ir užsiimti namų ruoša.

Ši reprezentatyvi apklausa atspindi normines vyriškumo formas ir norminius vyro bruožus, kurie dominuoja visuomenėje. Bet taip pat rodo, kad moterys nori „perleisti dalį savo pareigų“ vyrams. Tokios „pareigos“, kaip vaikų priežiūra bei namų ruoša, nėra visiškai priešprieša tradiciniam vyro vaizdinui, tačiau jį papildo, išplečia. O fizinis agresyvumas jau nėra laikomas itin svarbiu normalaus vyro įvaizdžiu ir šiuo požiūriu nutolstama nuo tradicinio vyro.

Lyčių stereotipai yra labai stiprūs ir juos nuolat stiprina šeima, mokykla, bendravimas, masinės informacijos priemonės, todėl sunku tikėtis, kad jie greitai išnyks. Siekiant keisti įsitvirtinusių stereotipus, reikėtų nuo mažens padėti naujo mąstymo pagrindus visomis auklėjimo ir švietimo formomis. Remiantis istoriniais pavyzdžiais parodyti moterį kaip lygiateisę vyro partnerę (ne vergę, meilės objektą ar tik vaikų gimdytoją), neskirstyti moteriškų ir vyriškų darbų. Nemenkinti moterų, kad vyrai niekada neverkia, moterys – silpnoji lytis. Keisti susiformavusį pačios moters ir kitų požiūrį į ją. Skatinti tolerantiškumą vienas kito atžvilgiu nepriklausomai nuo lyties, amžiaus, išsilavinimo ir t. t. Propaguoti kultūrinius, sporto renginius šeimoms. Konkrečiais pavyzdžiais skatinti partnerystę šeimose (per radiją, televiziją, spaudą). Vienas pagrindinių ugdymo uždavinių – padėti jauniems žmonėms įsisąmoninti kitos lyties stereotipus ir išmokyti elgtis su kitu žmogumi kaip su unikalia būtybe, o ne kaip su lyties stereotipu. Apie savo lytį ir apie kitą galima galvoti „kaip apie dvi austrės kiauto puses – panašūs, bet ne tapatūs, vienodai svarbūs ir tinkantys vienas kitam, kadangi kartu augo ir keitėsi“. Fiziniai ir psichiniai skirtumai suteikia vyrui ir moteriai skirtingą pašaukimą, todėl būtina vyrų ir moterų lygybė, vienodas jų vertingumas. Tai, ką jie sukuria būdami skirtingi, tai, kaip skirtingai jie išgyvena pasaulį, yra vienodai vertinga.

Naudota literatūra

Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba. Tėvystė veža visoje Lietuvoje [žiūrėta 2007-02-15]. Prieiga per internetą: <<http://www.dadcomehome.org/news.php?strid=1217&id=3109>>.

Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba. Vyrai, lyčių stereotipai ir naujoji tėvystė [žiūrėta 2007-02-15]. Prieiga per internetą: <<http://www.dadcomehome.org/news.php?strid=1217&id=2408>>.

MATKEVIČIENĖ, R. *Elektroninės žiniasklaidos diskurse egzistuojantys stereotipai: kokią šeimą rodo Lietuvos televizijos?* [žiūrėta 2007-05-29]. Prieiga per internetą: <http://www.moterys.lt/index.php?show_content_id=541>.

MERKYS, G.; PURVANECKIENĖ, G.; RUŠKUS, J.; KAZLAUSKAITĖ, I. Lytiškumo raiška Lietuvos mokytojų ir mokinių populiacijose: apklausos raštu duomenys. *Iš Lytiškumas ir švietimas: pažiūrų, stereotipų ir ugdymo turinio tyrimai*: mokslo darbai. Vilnius: MIC, 2001, p. 69–107.

PEČIULIS, Ž. *Televizija: istorija, teorija, technologija, žurnalistika*. Vilnius: LRT Leidybos centras, 1997.

STONKIENĖ, M. *Vyraujantys šeimos ir lyčių socialiniai stereotipai Lietuvos žurnaluose, skirtuose paaugliams*. 2002 [žiūrėta 2007 02 15]. Prieiga per internetą: <<http://www.leidykla.vu.lt/inetleid/inf-mok/25/str8.html>>.

TEREŠKINAS, A. „Vyriška“ televizija: žanrai, galios, pornografizmai. Iš *Lytys, medijos, masinė kultūra*. Vilnius: Vilniaus dailės akademijos leidykla, 2005. p. 90–109.

Projektas „*Vyriškų vaidmenų krizė Lietuvoje*“. Vyrų vertybių ir elgsenos modelių tyrimas. Prieiga per internetą: <http://www.tns-gallup.lt/bin/20020712_vk_priedas.pdf>.

LYTINĖ SVEIKATA

I. Kaip užsimezga gyvybė? Vaisiaus vystymasis

Motinystei ir tėvystei reikia rengtis sąmoningai. Naują gyvybę geriausia pradėti tada, kai abu būsimieji tėvai yra geriausios sveikatos. Tėvo vaidmuo vaiko sveikatai ne mažiau svarbus nei motinos, nes kūdikis paveldi abiejų tėvų požymius. Kad kūdikis gimtų sveikas, yra patariama ne mažiau kaip tris mėnesius laikytis tam tikrų reikalavimų:

- ▶ pasitikrinti sveikatą, pasidomėti, ar nėra polinkio į paveldimas ligas;
- ▶ atsisakyti žalingų įpročių, jeigu jų yra;
- ▶ išsigydyti esamas užkrečiamąsias ligas;
- ▶ sustiprėti fiziškai;
- ▶ moteriai vartoti folio rūgštį, kad išvengtų galimų apsigimimų.

Kaipgi užsimezga nauja gyvybė? Naujos gyvybės ciklas prasideda nuo apvaisinimo. Apvaisinimas – tai spermatozoido (vyro lytinės ląstelės) ir kiaušinėlio (moters lytinės ląstelės) susiliejimas ir gyvybės užsimezgamasis. Apvaisinimas įvyksta kiaušintakyje. Vienu metu išmetama apie 300–500 mln. spermatozoidų. Slinkdami kiaušinėlio link, spermatozoidai sutinka daug kliūčių, kurias nugalė tik stipriausieji. Tai savotiška apsauga nuo silpnų, nevisaverčių spermatozoidų. Kiaušinėlių pasiekia tik 300–500, o kiaušinėlių apvaisina tik vienas. Susidaro kokybiškai nauja ląstelė – zigota. Ji kiaušintakyje dalijasi ir virsta ląstelių keke – morule, o vėliau – daugialąsčiu dariniu su skysčiu viduje, kurį gaubia pasidalijusios ląstelės (blastocista). Ji patenka į gimdos ertmę, pasineria į jos gleivinę ir prie jos prisitvirtina. Tuomet pradeda formotis gemalas. Gemalas (embrionas) – tai organizmo vystymasis per pirmąsias aštuonias savaites po apvaisinimo. Gemalo prisitvirtinimo prie

gimdos vietoje pradeda formuotis placenta, tai laikinas moters organas, per kurį nėštumo metu tarp motinos ir vaisiaus vyksta medžiagų apykaita.

Įsitvirtinęs gemalas sparčiai vystosi, atsiranda visų svarbiausių organų sistemų užuomazgos, formuojasi galva, liemuo, galūnės. 22–25 dieną nuo apvaisinimo pradeda susitraukinėti embriono širdis. 26 dieną abipus liemens jau įžiūrimos rankų užuomazgos. 7–8 savaitių gemalas tebūna vos 3 cm ilgio, bet jau panašus į smulktą žmogeliuką. Embrionas vystosi labai intensyviai, o jo prisitaikymas dar nėra išsivystęs, todėl yra labai jautrus deguonies trūkumui, perkaitimui, virusams, alkoholiui, vaistams ir visa tai gali tapti vaiko išsigimimo priežastimi. Nuo aštuntos savaitės gemalas tampa vaisiumi.

Vaisiaus raida:

9–10 savaitė. Vaisiaus širdis tvinksi 140–150 kartų per minutę – jos plakimą galima užfiksuoti ultragarsu. Vaisiaus ilgis – 13–25 mm, jau beveik susiformavę pagrindiniai organai – širdis, plaučiai, kepenys ir inkstai. Vystosi akys, ausys, rankų ir kojų pirštai.

11–12 savaitė. Baigiasi laikotarpis, kai neseniai pradėtas žmogutis pažeidžiamiausias, nes apie šį laiką jau būna susiformavę pagrindiniai organai. Galva įgyja labiau apibrėžtus kontūrus, pradeda funkcionuoti inkstai. Vaisiaus ilgis – apie 75 mm.

15–16 savaitė. Vaisius jau turi susiformavusius rankų ir kojų pirštus, gali nutaisyti įvairių veido išraišką, čiulpia pirštą, geria vaisiaus vandenį ir pašalina skysčius per šlapimo pūslę. Jo kūnas apaugęs švelniais plaukeliais. Svoris – apie 125 g. Apie šį laiką jau galima pajusti pirmuosius švelnius pradėjusio spurdėti vaisiaus judesius.

18–20 savaitė. Dauguma nėščių moterų pradeda jausti vaisiaus judesius. Kartais net iš išorės matyti, kaip spurda vaisius. Jis jau turi galvos plaukus, antakius ir blakstienas. Jo kūną dengia tam tikras baltas tirštas tepalas – verniksas, suaugantis su oda, kad jos nepermerktų vaisiaus vandenys.

24 savaitė. Galutinai formuojasi vaisiaus oda, jis jau gali girdėti aiškius garsus, būna, kad išgirdęs net pašoka. Gali užsimerkti ir atsimerkti, tam tikru paros metu miega. 24 savaitių gimę kūdikiai jau gali išgyventi intensyvios priežiūros sąlygomis. Svoris apie 600 g, ūgis – 36 cm.

32 savaitės. Vaisiaus plaučiai pakankamai išsivystę, kad jis galėtų kvėpuoti pats. Svoris apie 1,3 kg, ūgis – 40 cm.

36–40 savaitių. Visi organai visiškai susiformavę ir normaliai funkcionuoja. Maždaug 36 nėštumo savaitę vaisiaus galvutė „įsistato“ dubens apačioje – kūdikis netrukus gims.

Normalų kūdikio vystymąsi nulemia abiejų tėvų sveikata ir gyvenimo būdas iki moteriai pastojant; genetiniai ir aplinkos veiksniai; nėščiosios ir jos šeimos atsakingas požiūris į nėštumą; rūpestinga moters priežiūra nėštumo ir gimdymo metu.

Teigiama, kad įvykus apvaisinimui per pirmąsias dvi savaites teratogenų (veiksnių, galinčių sukelti apsigimimus) poveikis gemalo raidai yra „viskas arba nieko“: jų sukeltas pokytis arba visiškai ištaisomas, arba lemia embriono žūtį. Po dešimtosios nėštumo savaitės, kai daugelis vaisiaus darinių jau susiformavę, teratogenų poveikis ne toks pavojingas. Tačiau dėl to gali sumažėti vaisiaus kūno masė, susiformuoti centrinės nervų sistemos ar raidos anomalijos. Genetikai nurodo, kad maždaug 10 proc. visų įgimtų naujagimių raidos anomalijų yra teratogeninio poveikio padariniai.

Šiuo metu skiriamos keturios pagrindinės teratogeninių veiksnių grupės:

- ▶ vaistai (retinoidai, streptomicinas, tetraciklinas, talidomidai ir kt.) ir cheminės medžiagos (alkoholis, kokainas, sunkiųjų metalų druskos, pesticidai ir kt.), vartojamos per nėštumą;
- ▶ motinos infekcijos per nėštumą (pūslelinė, raudonukė, citomegalija, ŽIV);
- ▶ fizinių veiksnių (aukšta temperatūra, radiacija) poveikis nėščiajai;
- ▶ lėtinės motinos ligos.

Motinos (o kartais ir tėvo) kontaktas su teratogenais iki vaisiaus užuomazgos (dažnai ir vaisiaus raidos laikotarpiu) gali būti sunkių įgimtų vaiko raidos anomalijų priežastis. Teratogenai ypač pavojingi nėščiajai kritiniais (jautriaisiais) embriogenezės ir vaisiaus raidos laikotarpiais. Nepagrįstas vaistų vartojimas, piktnaudžiavimas alkoholiu ar kitais narkotikais, kontaktas su buitijoje naudojamomis ar kitomis cheminėmis medžiagomis, turinčiomis teratogeniškų požymių, jonizuojančiosios spinduliuotės poveikis, kai kurios užkrečiamosios ir lėtinės motinos ligos ypač pavojingos ir nepageidaujamos nėštumo laikotarpiu, ypač kritiniais embriono ir vaisiaus raidos laikotarpiais. Įvykus apvaisinimui pačios pavojingiausios yra 14–56 dienos, nes tuomet pradeda formotis embriono organai. Labiausiai nukenčia tas organas, kuris aktyviausiai vystėsi veikiamas teratogeninių veiksnių.

Naudota literatūra

KUČINSKAS, V. *Genetika: vadovėlis aukštųjų mokyklų slaugos ir socialinių mokslų bei aukštesniųjų medicinos mokyklų studijoms*. Kaunas: Šviesa, 2001. 173 p.

VESTONAS T. *Anatomijos atlasas*. Vilnius: Gamta, 1997. 130 p.

PRO VITA. *Žmogaus paslaptis*. Prieiga per internetą: <<http://www3.vdu.lt/life/pv/zmpaslapt.htm>>. Vaizdo medžiaga „Žmogus – didžiausias stebuklas“.

II. ŽIV/AIDS ir kitos lytiškai plintančios infekcijos, jų prevencija

Lytiškai plintančios infekcijos (LPI) – tai ligos, kuriomis dažniausiai užsikrečiama per lytinius santykius. Šiai ligų grupei priskiriamos įvairios virusų, bakterijų, pirmuonių, o kartais ir parazitų sukeltos ligos. LPI sukėlėjams reikia šiltos ir drėgnos terpės, todėl jie pakenkia sritis apie burną, išeinamąją angą ir lytinius organus. Virusinės lytiškai plintančios infekcijos yra neišgydomos.

Virusui patekus į kūną užsikrečiama visam gyvenimui. Jei yra pakankamai stipri imuninė sistema, virusas gali nesukelti jokių ligos požymių. Vaistai padeda gydyti tik ligos sukeltus požymius. Virusinės lytiškai plintančios infekcijos yra šios: ŽIV / AIDS; ŽPV (žmogaus papilomos virusas); genitalijų karpos; genitalijų pūslelinė (herpes); hepatitas B. Bakterinės infekcijos, anksti diagnozuotos, gali būti gydomos antibiotikais ir visiškai išgydomos.

Pagrindiniai lytiškai plintančių infekcijų simptomai yra šie: išskyros iš šlapimo ir lyties organų, dažnas ir skausmingas šlapinimasis, baltos apnašos varpoje, makštyje ar burnoje, lyties organų niežėjimas ir graužimas, odos pokyčiai: žaizdelės, pūslelės, patinimai ir išbėrimai aplink lyties organus, padidėję kirkšnių limfmazgiai, skausmingumas kapšelyje, pilvo apačioje, kraujo pasirodymas po lytinių santykių.

Labai svarbu tai, kad:

- ▶ LPI ir jų pasekmės dėl anatominių bei fiziologinių skirtumų labiau pažeidžia paauglius ir moteris nei suaugusius vyrus;
- ▶ sergant kitomis LPI padidėja ŽIV perdavimo ir užsikrėtimo rizika;
- ▶ LPI ne visada turi matomus simptomus, ypač moterims;
- ▶ LPI gali sukelti rimtas komplikacijas (nevaisingumą, gimdos kaklelio vėžį, įgimtas naujagimių ligas ir t. t.);
- ▶ riziką užsikrėsti LPI padidina ankstyvas lytinis gyvenimas ir lytinių partnerių kaita.

Daugelis skirtingų ligų pasireiškia tais pačiais požymiais, būtent: skausmu šlapinantis, išskyromis iš šlapimkanalio, noru dažnai šlapintis, pilvo skausmais. Neatlikus specialių tyrimų, negalima tiksliai pasakyti, kokia tai liga, todėl neaišku, ar tie patys vaistai tinka visiems. Vienu lytinių santykių metu galima užsikrėsti keliomis lytiškai plintančiomis infekcijomis (LPI). Dažnai jos būna dvi arba trys. Todėl tik gydytojui ištyrus galima pasakyti, kelių vaistų reikės ir koks bus jų eiliškumas. Atsižvelgiant į ligos stadiją, skiriasi ir vaisto vartojimo trukmė. Jei bandoma gydytis pačiam, rizikuojama palikti ligą tik prislopintą ir iki galo neišgydytą. Gali likti labai net ryški ligos forma ir tik po kelerių metų sukelti tokias skaudžias pasekmes, kaip nevaisingumas. Dažnai šios ligos pradžioje nesukelia jokių pojūčių ar sutrikimų (tai priklauso nuo organizmo, į kurį patenka

infekcija, individualių savybių (amžiaus, lyties, atsparumo ir kt.)), tačiau dauguma jų labai klastingos ir pavojingos. Kai kurios – mirtinos (AIDS, laiku negydomas sifilis), kitos gali suluošinti (nevaisingumas sergant gonoreja, chlamidioze), dar kitos sukelia įvairių varginančių pojūčių (skauda pažeistos vietos, niežti, degina ir kt.) ir įvairių organizmo funkcijų sutrikimų (sergant hepatitu B, C). Atvejai, kai ligos požymiai yra labai neryškūs, yra patys pavojingiausi, nes žmogus nesikreipia pagalbos ir ilgą laiką nešioja savyje infekciją; kuo ilgiau infekcija yra organizme, tuo didesnė tikimybė sukelti pavojingesnius pakenkimus; kuo ilgiau infekcija būna organizme, tuo didesnė galimybė perduoti ją kitiems. Prezervatyvas nuo lytiškai plintančių infekcijų apsaugo tik tuomet, jei naudojamas teisingai visų lytinių santykių metu, nes liečiantis lytinių organų gleivinėms perduodama infekcija.

Sergamumas LPI yra sietinas su blogomis socialinėmis ir ekonominėmis žmonių gyvenimo sąlygomis, nedarbu, alkoholio ir kitų narkotikų vartojimu, rūkymu, doroviniu ir dvasiniu nuosmukiu, žemu išsimokslinimo lygiu, ankstyva lytinio gyvenimo pradžia, dideliu lytinių partnerių skaičiumi, vaikų ir paauglių seksualiniu išnaudojimu, prievarta, prostitucija, geriamų kontraceptikų vartojimu, gimdos kaklelio patologija, prezervatyvų nenaudojimu.

LPI skaičių sumažinti gali šios profilaktinės priemonės:

- ▶ lytiškumo ugdymas šeimoje ir ugdymo įstaigose;
- ▶ vengimas ankstyvų ir atsitiktinių lytinių santykių;
- ▶ seksualinė abstinencija iki santuokos ir ištikimybė (monogaminiai lytiniai santykiai) santuokoje;

Naudota literatūra

- AŠINYTĖ ir kt. *Mokykla be narkotikų*: mokytojo knyga. Vilnius: Homo Liber, 2002. 154 p.
- BANEVIČIENĖ I. ir kt. Chlamydia trachomatis infekcija tarp lytiškai aktyvių paauglių. *Medicina*, 2000, 37 t., Nr. 7, p. 665–675.
- ČAPLINSKAS, S.; STONIENĖ, L. *Apie AIDS noriu žinoti viską*. Vilnius, 2003. 41 p.
- Gyvenimas kryžkelėje : lytinio ugdymo programa*. Kaunas: Sidabrinis trimitas, 2001.
- LAPINSKAITĖ, G. *Lytiniu būdu plintančios ligos ir jų profilaktika*. Vilnius: Mokslas, 1983.
- PROŠKUVIENĖ, R.; ZLATKUVIENĖ, V. *Infekcinės ligos ir jų prevencija mokykloje: mokymo priemonė*. Vilnius: VPU, 2001.
- USTILAITĖ, S.; PURLIENĖ, M.; PROŠKUVIENĖ, R. *Lytiškumas: pagalbinė mokymo priemonė mokytojui, dėstančiam lytiškumo ugdymo kursą VIII–X klasėse*. Vilnius: Kronta, 2001. 54 p.
- www.aids.lt

Daugiau informacijos galite rasti: Stasė Ustilaitė, Vida Gudžinskienė, Danutė Jakučiūnienė, Algirdas Petronis, Andrius Narbekovas, Gintautas Vaitoška, Birutė Obelenienė; „*Vaikų ir jaunimo rengimo šeimai programų rengimas*“: Mokomoji metodinė priemonė, Vilnius: Į pagalbą mokytojui, 2007, p. 33-63

PAŽINIMO KOMPETENCIJOS UGDYMO 9–10 KLASĖSE PAMOKŲ PAVYZDŽIAI

Paauglystės laikotarpiu intensyvūs pokyčiai vyksta ne tik paauglio kūne, bet keičiasi ir psichika. Paauglys pamažu pajunta savo individualumą, suvokia savo vietą išoriniame pasaulyje, numato ateities planus, supranta pareigas ir teises. Jis siekia būti savarankiškas, išsilaisvinti iš tėvų globos, nustato naujus santykius su aplinkiniais. Tuomet kinta ir santykiai su savo bei priešingos lyties atstovais. Sustiprėja paauglio domėjimasis priešingos lyties asmeniu, prasideda abipusė vaikinų ir merginų draugystė. Paauglių draugystė nėra susijusi vien su lytinio potraukio tenkinimu, tai daugiau savo tapatumo paieškos. Todėl tėvai / globėjai neturėtų pašiepti ar drausti bendrauti su priešingos lyties asmeniu, o skatinti paauglio atsakomybę už savo veiksmus. Drausdami tėvai verčia tai juos daryti slapta, be to, draudimas uždraustus dalykus daro geidžiamus. Tėvų pagarba paauglio jausmams, poreikiams, rūpesčiams yra būtina sąlyga geriems tėvų ir paauglių tarpusavio santykiams, paauglio pasitikėjimui jais.

Tėvams nėra lengva kalbėtis su paaugliu lytiškumo klausimais, nes tokie pokalbiai su artimais žmonėmis sukuria įtemptą emocinę atmosferą. Tėvai ir paaugliai tuomet jaučiasi nesaugūs. Psichologai teigia, kad nemažai tėvų, kai jiems reikia kalbėtis lytiškumo klausimais su paaugliais, patiria stresą, jaučia baimę ar gėdą. Žinoma, jeigu tėvų ir paauglių tarpusavio santykiai nėra artimi, jeigu tėvai neskiria pakankamai dėmesio lytiniam brendimui ir nesidomi paauglio santykiais su priešingos lyties asmeniu, jo mintimis, tai ir paauglys nebus linkęs pasidalyti savo išgyvenimais su tėvais.

Normaliai psichinei lyties raidai labai svarbūs ir tėvų tarpusavio santykiai, jų rodomas pavyzdys, emocinė atmosfera šeimoje. Robin Norwood (2004), santuokos, šeimos ir vaikų psichoterapeutė, pateikia keletą disfunkcinės šeimos požymių, kurie neigiamai veikia psichinę lyties raidą: girtuokliavimas ar narkotikų vartojimas; kompulsyvus elgesys (persivalgymas, lošimas, išlaidavimas, dietos laikymasis ir t. t.); fizinis smurtas prieš sutuoktinį ar vaiką; nuolatiniai ginčai ir įtampa; ilgi laikotarpiai, kai tėvai nekalba vienas su kitu; prieštaringas tėvų elgesys dėl skirtingų vertybių ar požiūrių; pabrėžimas tam tikrų taisyklių laikymosi, o ne tarpusavio bendravimas. Visa tai suteikia paaugliams sunkių išgyvenimų ir neleidžia užmegzti artimų santykių su tėvais, o vėliau ir su priešingos lyties asmeniu.

Lyties organų vystymasis, suintensyvėjusi lytinių hormonų veikla organizme sustiprina lytinį potraukį, padidina seksualinį dirglumą. Instinktai pradeda konfrontuoti su dar nesustiprėjusiu ego. Paaugliui labai svarbu išmokti valdyti savo lytinį potraukį, norus ir emocijas. Svarbu, kad paauglys suvoktų, jog negalima patenkinti visų savo poreikių, o kitu asmeniu negalima pasinaudoti kaip prie-

mone tenkinti seksualiniams poreikiams. Vėlgi tėvų / globėjų tarpusavio santykių pavyzdys čia yra labai svarbus.

Paauglystėje mergaitėms lengviau save tapatinti su savo lytimi nei berniukams. Mūsų visuomenėje didžiąją laiko dalį vaikais rūpinasi daugiau motina, darželyje auklėtojos – moterys, o ir mokykloje dauguma mokytojų – moterys, todėl berniukams atrasti savo lyties tapatybę kur kas sunkiau. Be to, visuomenė ir bendraamžių grupės toleruoja moterų seksualinių vaidmenų įvairovę (jos gali susikabinti rankomis, bučiuotis), o griežtų vyriškumo kanonų nepaisymas paaugliui gali sukelti daug psichologinių sunkumų. Vyro tapatybė suvokiama siauriau. Ji nusakoma vienareikšmiškais kriterijais, ir juos pažeisdamas paauglys rizikuoja būti atstumtas. Iš paauglio reikalaujama, kad jis prisiimtų aiškų, socialiai pateisinamą lyties vaidmenį, priešingu atveju nukentės jo statusas grupėje, jis praras heteroseksualių santykių galimybę.

Daugelis paauglių linkę vyriškumą ir moteriškumą painioti su lytine orientacija. Berniukas, kuris neatitinka subjektyvių „vyriškumo“ reikalavimų, ar mergaitė, kuri pernelyg panaši į berniuką, įtariamai esą homoseksualūs. Bijodami sukelti įtarimų dėl homoseksualumo paaugliai atvirai nekalba ar kalba neigiamai.

Paaugliai berniukai ypač atkakliai gina savo vyriškumą ir bijo visko, kas gali šį įvaizdį sumenkinti. Jie nuolat save lygina su kitais. Pavyzdžiui, lygina savo varpą su kitų bendraamžių ir nerimauja, jei ji atrodo mažesnė. Jie nekalba apie šį nerimą, tik leidžia jam augti ir bando kitais būdais įrodyti savo vyriškumą. „Tikrojo vyriškumo“ bei populiarumo tarp draugų išraiška gali tapti ir ankstyvas seksualinis patyrimas, kuris neigiamai veikia abiejų lyčių fizinę ir psichinę raidą. Lytiniai santykiai yra glaudžiai susiję su paauglių mergaičių psichika, jos skaudžiau nei vaikinai išgyvena lytinių santykių pasekmes.

Šiame amžiuje žmogus pradeda domėtis, kas jis esąs, ko siekia gyvenime. Pagrindinė šio laikotarpio problema yra intensyvus savęs suvokimas, savo vaizdo susidarymas, gyvenimo pozicijos ieškojimas. Tai yra savo tapatumo įtvirtinimas. Paaugliui rūpi kitų žmonių mintys, ką jie apie save galvoja, o kartais net liguistai rūpi, ką kiti galvoja apie jį. Tai savaimingas siekis atsakyti sau į klausimą: kas aš esu? Jam reikia atsako iš įvairių pozicijų, atsižvelgiant į kūną, lytį, karjerą, pašaukimą, tautybę, ideologiją, pasaulėžiūrą, tikėjimą, paties pasirinktas ir siekiamas vertybes, talentus ir jų naudojimą. Tai kritinis laikotarpis individo gyvenime, kai akcentuojama psichosocialinė sritis.

Šiuolaikinėje visuomenėje, kai vyksta staigūs socialiniai ir technologiniai pokyčiai, paaugliams gali būti sunku suvokti ryšį tarp to, ko jie buvo mokomi vaikystėje, ir ką sužino paauglystėje. Todėl jiems svarbu ieškoti pamato, suteikiančio jų gyvenimui prasmę ir kryptį. Kai paauglys negali identifikuoti savo asmens dėl nesėkmingos vaikystės ar sunkių socialinių aplinkybių, tapatybės

krizė neišsprendžiama, lieka lytinių vaidmenų sumaištis, t. y. paauglys neišsiaiškina, kas jis, ko jis nori, ko jam siekti. Tuomet jis tampa paviršutiniškas, egoistiškas, tenkinasi potyrių malonumais, pats sau tampa tikslu.

Paauglių įsimylėjimas taip pat dažnai nėra tik lytinis, tai dažniau ieškojimas savo tapatybės kitime, mėginimas siekti savo tapatybės definicijos savo paties „Aš“ vaizdo projekcijos į kitą tam, kad matytų jį taip refleksuojant ir šitaip suvoktų pats save. Pirmosios meilės išgyvenimams paauglystėje būdingas idealizavimas ir nekaltumas, nuostaba, susijusi su buvimo kartu, dalijimosi savo jausmais ir mintimis, patyrimu. Toks artimas ryšys labai sustiprina ir paremia, nes padeda bręstančiam žmogui suvokti dar nepatirtus jausmus, baimes ir poreikius. Šiuo amžiaus tarpsniu žmogus bando užmegzti santykius su skirtingais žmonėmis: vieni nusprendžia susitikinėti su daugeliu partnerių, bandydami suprasti, ko jie ieško bendraudami su kitais; kiti labiau įsitraukia į tarpusavio santykius su vienu draugu ar drauge. Artimas ryšys su bendraamžiu – tai vienas iš savęs pažinimo būdų, galimybė patirti ir atskleisti savo bei pažinti kito individualumą. Toks ryšys sudaro sąlygas skleisti unikalią bręstančio žmogaus vyriškumo arba moteriškumo stiliui. Kaip tik paauglystės laikotarpiu kuriamas pamatas naujam psichologiniam dariniui – artumui.

Artumo su kitais žmonėmis patyrimas turi įtakos paauglio asmenybės raidai. Meilės paslapčių atskleidimas yra ilgas ir nepertraukiamas procesas. Dviejų asmenų intymumas tampa svarbia vertybe, kai jo yra laukiama. Būtinų asmenybės raidos etapų nepaisymas – anksti pradėtas lytinis gyvenimas ar visiškai platoniškos meilės išgyvenimų atsisakymas – gali turėti neigiamų pasekmių ateityje. Todėl ugdytojams nederėtų drausti paauglių jausmų raiškos savitumų. Atvirkščiai, jiems derėtų stengtis, kad paauglys suprastų sunkius išbandymus ir atsakomybę, kuriuos jam kelia bendravimas su priešingos lyties asmeniu. Lytiniai santykiai tėra tik dalis tikrojo ir brandaus psichologinio artumo bendraujant su kitu žmogumi. Jie reikalauja visiško savęs atidavimo kitam ir drauge buvimo savimi.

Paauglystė – ne tik biologinis, socialinis, bet ir kultūrinis reiškinys. Kai kuriose primityviose visuomenėse seksualumas laikomas natūraliu, priimtiniu, ir neretai vedybos sutampa su lytiniu subrendimu. Atsiskyrimą nuo tėvų, perėjimą į suaugusiųjų būseną, perėmimą toje visuomenėje egzistuojančių socialinių, politinių, seksualinių normų, reguliuojančių genties gyvenimą, seksualinio identiškumo įtvirtinimą padeda įveikti iniciacijų apeigos (Мид, 1988).

Civilizuotoje visuomenėje paauglys susiduria su daugybe sunkumų: prieš jį iškyla profesinio, moralinio, socialinio apsisprendimo dilemos. Nors ir pasiekama fizinė branda, tačiau socialine prasme paauglys ilgą laiką išlieka priklausomas nuo tėvų. Jis neturi galimybės gyventi atskirai ir savarankiškai. Fizinė branda pasiekama anksčiau, o socialinė – vėliau. Tai jiems sukelia vidinį konfliktą.

Literatūra

- MIŠKINIS, K. *Pokalbiai su tėvais: mokomoji knyga*. Kaunas: LKKA, 2000. 236 p.
- NORWOOD, R. *Moterys, kurios myli per stipriai: kai trokštate ir viliatės, kad jis pasikeis*. Vilnius: 2004. 254 p.
- TUTKUVIENĖ, J. *Mergaitei ir jos mamai: kodėl, kada ir kaip bręstama*. Vilnius: Meralas, 2000, p. 264–267.
- VAIČIULIENĖ, A. *Paauglio psichologija*. Vilnius: Presvika, 2004. 115 p.
- VINGRAS, A.; VINGRIENĖ, A. *Lytiškumas ir vaikas*. Vilnius: Viltis, 1998. 111 p.

I. LYTIS, KULTŪRA, VISUOMENĖ

1. Pamoka „Lyčių psichikos skirtumai“

Tikslai:

- ▶ išsiaiškinti moters ir vyro psichikos skirtumus;
- ▶ pateikti priežastis, kurios lemia šiuos skirtumus;
- ▶ išryškinti asmens psichinių skirtumų prasmę ir vertę; ugdyti toleranciją, pagarbą kitam žmogui, jo nuomonei.

Gebėjimai: mokiniai turėtų suvokti, kad vyrai ir moterys skiriasi, tačiau nėra visiškai skirtingi ar nelygiaverčiai, priešingos lyties atstovai panašūs, bet netapatūs ir vienodai svarbūs.

Priemonės: popieriaus lapai su juose įrašytomis mintimis; atšviesta ir padauginta pamokos medžiaga; kortelės, skirtos citatai užrašyti.

Metodai: tinklo nėrimas; paskutinis žodis – mano.

Eiga:

Mokinius suskirstome į homogeniškas (tos pačios lyties) grupes.

Mergaičių grupelėms išdalijami lapai su juose užrašyta mintimi:

Šiuolaikinis vyras pasižymi šiomis savybėmis, taigi vyrui būdinga (tęskite mintį)
.....Be

riukų grupelėms išdalijami lapai su užrašyta juose mintimi:

Šiuolaikinė moteris pasižymi šiomis savybėmis, taigi moteriai būdinga (tęskite mintį).....

Mokiniai 10 min. savarankiškai aplink lapo viduryje parašytą mintį „neria tinklą“, t. y. rašo viską, kas jiems asocijuojasi su nurodyta mintimi.

Baigus darbą grupelėse, mokytojui padedant klasės lentoje „neriamas tinklas“ iš visų grupelių minčių ir tokiu būdu išsiaiškinami moters ir vyro psichikos skirtumai.

Norint pateikti priežastis, kurios lemia vyro ir moters psichikos skirtumus, mokiniams išdalijami mokytojo paruošti tekstai, kuriuose aptariami vyro ir moters psichikos skirtumai ir tuščios kortelės. Mokinių prašoma iš teksto užrašyti 1–2 mintis, kurios jiems pasirodys ypač įdomios ar vertos komentarų. Kita kortelės pusė skirta mokinio komentarui: galima su mintimi nesutikti, galima ją išplėsti ar įvertinti.

Kai susipažįstama su tekstu, vienas iš klasės mokinių perskaito jį sudominusią mintį ir paragina klasės draugus pasakyti savo nuomonę. Mokytojas kontroliuoja diskusiją, kad ji nevirstų replikomis, ir taip pat ją pakomentuoja. Užbaigti minties svarstymą pakviečiamas tas mokinys, kuris ją parinko. Kai jis perskaito savo komentarą, daugiau tuo klausimu nediskutuojama.

2. Pamoka „Lyčių stereotipai“

Tikslai:

- ▶ atskleisti lyčių stereotipus;
- ▶ ugdyti gebėjimą pasakyti NE.

Priemonės: situacijų kortelės, popieriaus lapai su teiginiais.

Metodai: situacijų nagrinėjimas, diskusija.

Eiga:

Kiekvienam mokiniui išdalijame po lapą su teiginiais ir paprašome, kad prie kiekvieno teiginio parašytų „Sutinku“ arba „Nesutinku“. Kai visi mokiniai sužymi, suskirstome juos į grupes ir paprašome dar kartą peržiūrėti teiginius. Grupelių atstovai pakomentuoja po du teiginius. Taip pat mokiniams galima pateikti situacijas. Diskutuojama.

Teiginiai

- ▶ Vakarėlio su mergina / vaikinų baigties sėkmė priklauso nuo žmogaus seksualumo.
- ▶ Kai mergina / vaikinai atsisako turėti lytinių santykių, tai reiškia, kad jai / jam nepatinka kitas asmuo.
- ▶ Jei pasimatyme vaikinai / mergina vaišindami išleidžia daug pinigų, jam/jai reikia atsilyginti lytiniais santykiais.
- ▶ Kai mergina sako NE lytiniais santykiais, iš tikrųjų tai reiškia „Galbūt“, o „Galbūt“ reiškia „Taip“.
- ▶ Tikras vyras – tas, kuris yra turėjęs lytinių santykių.
- ▶ Jei mergina seksualiai rengiasi, ji nori lytiškai santykiauti.
- ▶ Tik mergina sprendžia, kiek artimi gali būti tarpusavio santykiai.

- ▶ Jei mergina / vaikinai priima kvietimą ateiti į namus, iš jos / jo bus tikimasi lytinių santykių.

Situacijos:

1 situacija. Jūsų tėvai darbe, o jūs pasikviečiate priešingos lyties draugą kartu mokytis. Atlikus namų darbus jis / ji bando bučiuotis. Jūs stumiate jį / ją šalin, bet jis / ji sako „Liaukis, tu mane pasikviete ne tik ruošti namų darbus“. Kaip reiktų pasielgti, kad daugiau tai nepasikartotų?

2 situacija. Jūsų draugas/draugė mano, kad jūs jau pakankamai ilgai draugaujate ir metas turėti lytinių santykių. Jūs mylite jį / ją, tačiau tam dar esate nepasiruošę. Jūsų draugas (-ė) sako: „Tu tiesiog bijai, jei iš tiesų mane mylėtum, tu tai įrodytum“. Nors jūs bijote, kad santykiai nutrūks, jus pasakote jam / jai, kad dar nesate pasiruošę tokiam žingsniui. Ar teisingai pasielgta?

II. LYTINĖ SVEIKATA

1. Pamoka „Lytiškai plintančios infekcijos“

Atsitiktiniai lytiniai santykiai tiesiogiai siejasi su rizika užsikrėsti lytiškai plintančiomis infekcijomis (LPI). Žmogus, pasielgęs neatsakingai, turėtų atkreipti dėmesį į jutiminius savo organizmo pasikeitimus. Atsiradus naujiems nemaloniems pojūčiams (perštėjimui, dilgčiojimui, nestipriam skausmui, niežuliui ir kt.), kurie laiko požiūriu sutampa su keliomis dienomis arba savaitėmis po atsitiktinių lytinių santykių, reikia nedelsiant kreiptis į gydytoją. Gydytis pačiam dažniausiai yra blogiau negu visai nesigydyti, nes LPI dažnai gali būti kelios ir vienas vaistas ne visada visiškai nuslopina visas infekcijas. Tokiu atveju žmogus jaučia pagerėjimą ir mano, kad liga jau išgydyta. Be to, tik gydytojas tiksliai žino, kiek laiko reikia vartoti vaistus. Po gydymo atliekamas kontrolinis patikrinimas, jis suteikia informaciją apie pasveikimą. Kai ligos požymius sukelia LPI, būtina gydyti ir partnerį. To nepadarius LPI bus vėl perduota kitų lytinių santykių metu.

Tikslai:

- ▶ ugdyti atsakomybę už savo elgesį;
- ▶ suteikti žinių apie LPI požymius ir būtinumą kreiptis į gydytoją, atsiradus nemaloniems kūno pojūčiams.

Priemonės: situacijų kortelės.

Metodai: situacijų nagrinėjimas.

Eiga:

Mokinius suskirstome į grupes po 4–5. Kiekvienai grupei pateikiama situacija. Situacijos aptariamos šiais klausimais:

Kaip reikėjo elgtis šioje situacijoje?

Kodėl būtina kreiptis į gydytoją?

Situacijos:

1. Paulius atsitiktinai lytiškai santykiavo. Po dviejų savaičių atsikėlęs ryte ir nuėjęs į tualetą pajuto perštėjimą šlapindamasis, ant apatinio trikotažo pastebėjo išskyrų. Jis įtaria, kad užsikrėtė nepagydoma lytiškai plintančia liga. Pasipasakoja draugui, kuris kartą girdėjo, kaip jo vyresnysis brolis tokią pačią bėdą išsigydė tam tikais vaistais. Paulius nusipirko vaistinėje tų pačių vaistų ir pradėjo juos gerti taip, kaip nurodė vaistininkas. Po penkių dienų pasijuto geriau ir daugiau vaistų negėrė.

2. Sigita jau metus gyvena lytinį gyvenimą. Per tą laiką turėjo du partnerius. Paskutinę savaitę ji pastebėjo pagausėjimą išskyrų, pasikeitė jų spalva. Be to, atsirado poreikis dažniau praustis. Dar po kelių savaičių nepastovius skausmus pajuto pilvo apačioje. Skausmas užeidavo ne kasdien ir priklausydavo nuo kūno padėties, o praeidavo po 2–3 valandų. Po dviejų mėnesių Sigita jau beveik nepajuto skausmo, be to, pasikeitė jo pobūdis.

3. Jonas draugauja su Jūrate ir jiedu lytiškai santykiauja. Kartą Jūratė jam pasakė, kad jai pradėjo skaudėti pilvo apačią ir ji kreipėsi į gydytojus. Gydytojai nustatė jai uždegimą ir patarė apsilankyti pas gydytoją jos draugui. Jis supyko, kad ji tokia kvaila ir dėl niekniekių bėga pas gydytojus, pasakoja apie labai intymius jų dviejų dalykus. Jis tvirtai nusprendžia neiti pas gydytoją, nes jis nieko blogo nejaučia.

4. Simonas atsitiktinai lytiškai santykiavo. Po 6–8 savaičių prausdamasis pastebėjo nedidelę opelę lyties organų srityje. Ji neskaudėjo ir nekėlė jokių kitų pojūčių. Jis pamanė, kad tai kažkoks neiškus pažeidimas, kuris galėjo atsirasti po pirties. Po dviejų savaičių truputį padidėjo kirkšnies limfmazgis, kuris taip pat neskaudėjo. Į tai jis nekreipė jokio dėmesio. Dar po dviejų savaičių opelė pradėjo nykti. Jis pamanė, kad liga jau praėjo.

2. Pamoka „Ką jūs galite padaryti?“

Tikslai:

- ▶ pagilinti mokinių turimą informaciją apie ŽIV/AIDS, ŽIV infekcijos eigą;
- ▶ ugdyti toleranciją žmonėms, užsikrėtusiems ŽIV.

Priemonės: konkrečių situacijų nagrinėjimas.

Metodai: diskusija.

Eiga:

Mokytojas perskaito dvi konkrečias situacijas, aprašytas toliau, ir suskirsto mokinius į grupes. Mokinių paprašoma sugalvoti po 4–6 pagalbos būdus kiekvienam istorijos veikėjui. Baigę darbą grupėse, mokiniai pasidalija savo mintimis.

Tada mokytojas pateikia šiuos klausimus:

Kas jums būtų sunkiausia, jeigu sužinotumėte, kad serga jūsų geriausias draugas ar giminaitis?

Kas būtų sunkiausia žmogui, užsikrėtusiam ŽIV?

Situacijos:

1. Monikai 18 metų, ji užsikrėtusi ŽIV. Ji yra nėščia ir baiminasi, kad jos kūdikis taip pat gims užsikrėtęs šiuo virusu. Vaikinas ją paliko, kai sužinojo, kad ji yra viruso nešiotija. Jos tėvai taip pat nenori su ja bendrauti. Iš pradžių ji jautėsi gerai, bet dabar vis dažniau jaučia nuovargį. Ji neturi darbo, todėl sunku pragyventi. Ji laukia mirties.

2. Dariui 17 metų ir jis neseniai grįžo į mokyklą. Jis neturi jokių AIDS ligos požymių, bet visi aplinkiniai žino, kad jo ŽIV teigiamas. Dauguma bendraklasių jo vengia ir jis neturi draugų, todėl jaučiasi labai vienišas ir prislėgtas. Jis labai norėtų su kuo nors pasikalbėti.

Galima pagalba:

Pasikviesti pietų; išklaudyti; paklausti jų, kokios pagalbos jie norėtų; kartu nueiti į kiną; padėti sutvarkyti namus; pakalbėti apie ateitį; pasidalyti savo jausmais ir t. t