

Հաղթահարիր սեռական հասունացման հետ կապված ճգնաժամը

Երբ սեռական հասունացման ժամանակ հուզական վերելքներ ու անկումներ են ունենում, ասես «Ամերիկյան բլրակներ» ատրակցիոնի վրա լինես: Թերևս օգնության կարիք ունենաս: Տես, թե ինչ են ասում որոշ երիտասարդներ, ապա պատասխանիր նշված հարցերին:

1

Սեռական հասունացման փուլ մտնելը
և դեպի հասունություն գնալը

ՈԳԵՎՈՐԻՋ ԷՐ, ՎԱՍԵՑՆՈՂ,
թե՞ ԵՐԿՈՒՄՆ ԷԼ:

Ի՞նչն էր քեզ ավելի շատ անհանգստություն
պատճառում, երբ հատեցիր սեռական
հասունացման փուլը:

«Աղջիկների համար սեռական
հասունացման շրջանը կատակ բան
չէ.... Ներսդ ամեն ինչ տակնուվրա է
լինում: Թվում է, թե դրա մեջ ոչ մի
լավ բան չկա» (Օկսանա):

2

Երբ հատեցիր հասունացման փուլը, տրամադրության կտրուկ
տատանումներ ունենում էիր: Եթե այո, ապա ի՞նչ էիր զգում:

Ի՞նչ կարող ես անել զգացումների վերահսկելու համար:

«Մեկ ուրախ էի, մեկ էլ հանկարծ
տխրում էի: Զգիտեմ՝ տղաների
համար դա նորմալ երևույթ է,
թե ոչ, բայց ես այդպիսի
զգացումներ էի ունենում» (Բրայեն):

3

Սեռական հասունացման ժամանակ ինչպե՞ս փոխվեց կարծիքը, ըն մարմնի մասին:

Քո կարծիքով՝ ինչպե՞ս կարելի է հավասարակշռված տեսակետ ունենալ մարմնի վերաբերյալ:

«Երբ սկսեցի մեծանալ, դիտմամբ կուզիկ էի քայլում և լայն բլուզներ էի հագնում: Թեև գիտեի, թե ինչու էր մարմինս փոփոխության ենթարկվում, բայց, միևնույնն է, ինձ անհարմար ու կաշկանդված էի զգում: Տեղս չէի գտնում» (Ջանիս):

4

Ինչպե՞ս է սեռական հասունացումը ազդել հակառակ սեռի նկատմամբ ունեցած ըն տեսակետի վրա:

Աստվածաշունչն ասում է. «Փախե՛ք պրոնկությունից» (1 Կորնթացիներ 6:18): Ինչո՞ւ է այս պատվերը իմաստուն, և ինչպե՞ս կարող ես ամրացնել վճռականությունդ, որ ապրես այս խոսքերի համաձայն:

«Էլ չէի մտածում, որ տղաները նշարդայնացնող ու ձանձրալի են: Ոմանք գրավիչ դարձան ինձ համար, ու ես հասկացա, որ սիրահարվելը այդքան էլ վատ բան չէ: Ընկերուհիներիս հետ «ով ում է հավանում» թեմայով զրույցները հաճախակի դարձան» (Ալեկսիս):

5

Նուշնիսկ եթե քեզ անհարմար ես զգում, ինչո՞ւ է օգտակար խոսել ծնողներիդ (կամ մեկ այլ վստահելի հասուն անձնավորության) հետ սեռական հասունացման շրջանում ունեցած դժվարություններիդ մասին **(կարդա Առակներ 17:17)**:

Հասուն անձնավորություններից ո՞ւմ հետ կկարողանայիր ազատորեն խոսել:

«Ես երբեք չեի արտահայտում իմ զգացմունքները: Երանի՜ համարձակություն ունենայի, որ կարողանայի խոսել ծնողներիս հետ: Կարծում եմ՝ պատանեկության տարիները ավելի ուրախ կանցնեին» (Ջերեմի):

6

Ինչպե՞ս են ծնողներիդ օգնում քեզ համակերպվելու տեղի ունեցող փոփոխություններին:

Ուրիշ ի՞նչ կցանկանայիր, որ ծնողներդ անեին քեզ համար:

«Հասունացման շրջանում շատ կաշկանդված էի, բայց եթե ծնողներս չօգնեին, շատ ավելի դժվար կլիներ: Մայրս ասում էր ինձ, որ միշտ պատրաստ է օգնելու, և ես ամեն պահի կարող էի օգնության դիմել ծնողներիս» (Կարինա):

«Այն պատահումն է, ով նոր է մտնում սեռական հասունացման փուլ, կասեի, որ գուցե դա մի մեծ բան թվա այդ պահին, բայց իրականում այդպես չէ: Ողջ կյանքիդ հետ համեմատած՝ դա շատ կարճ ժամանակաշրջան է: Այդ փուլում դու ձևավորվում ես, որպեսզի դառնաս չափահաս մարդ» (Դեյվիդ):



7

Ի՞նչ խորհուրդ կտաս մեկին, ով նոր է մտնում սեռական հասունացման փուլ:



Հարցրու ծնողներիդ

Որքան էլ անհավատալի թվա, քո ծնողների հետ էլ են այսպիսի փոփոխություններ եղել: Ի՞նչ երկու հարց կտալիր նրանց՝ պարզելու համար, թե ինչպես են նրանք հաղթահարել սեռական հասունացման հետ կապված ճգնաժամը: Գրի առ հարցերը: Կտրիր շրջանակը: Ցույց տուր այն ծնողներիդ:

1

2

