

Wychowanie do Życia w Rodzinie klasa 8

Dzisiaj temat :

1. Seksualność człowieka.

Na tej lekcji dowiedziecie się :

O trzech poziomach seksualności człowieka, o tym czym jest integracja seksualna, na czym polega dojrzałe przeżywanie własnej seksualności.



„ Kocham cię, bo cię potrzebuję „ czy „ Potrzebuję cię, bo cię kocham „

O jakim wyznaniu miłości marzysz ?

Zaczynamy rozmawiać o seksualności człowieka. Będziemy zdobywać wiedzę o możliwości kontroli nad swoimi zachowaniami (aktywnością seksualną), nad popędem płciowym, musimy sobie uświadomić co to jest odpowiedzialne przeżywanie własnej płciowości, o integracji (polaczeniu i pogodzeniu ze sobą) sfery ducha ze sferą ciała . Taką integrację osiąga się stopniowo w procesie dojrzewania. Dojrzewanie biologiczne zachodzi najwcześniej , emocjonalne znacznie później, zaś dojrzałość sfery intelektualnej i duchowej wymaga osobistego zaangażowania, czyli samowychowywania .

Aby w pełni zrozumieć co oznacza fakt, że człowiek jest istotą seksualną poznajmy trzy tak zwane poziomy (piętra) seksualności.

POZIOM III - to świadomy wybór , intelekt , wola, moralność, system wartości, religia ,wychowanie, kultura, przyjęte normy - **to MIŁOŚĆ**

POZIOM II- to popęd seksualny, pamięć seksualna, bodźce wzrokowe, węchowe, hormony, biorytmy - **to PRZYJEMNOŚĆ**

POZIOM I –to odruchy, fizjologia, funkcjonowanie układu rozrodczego męskiego i żeńskiego, hormony, receptory czuciowe –**to PROKREACJA**

Dojrzałość wymaga zintegrowania (zgrania ze sobą) trzech poziomów seksualności człowieka, gdzie pierwsze i drugie muszą być poddane kontroli trzeciego. Poziom trzeci to poziom typowo ludzki, tu zapadają decyzje. Stopień rozwoju tego poziomu jest miara naszej dojrzałości jako ludzi.

Zwierzęta nie mają trzeciego poziomu seksualności, dlatego kierują nimi odruchy i, instynkty i popędy. Aktywność seksualna zwierząt jest ograniczona tylko do rui czyli do celów rozrodczych.



INTEGRACJA SEKSUALNA-

to odpowiedzialne przeżywanie własnej płciowości . Popęd seksualny jest to wewnętrzna siła pobudzająca do zachowań seksualnych. Potrzeba zachowań seksualnych, która pojawia się u człowieka jest zintegrowana , szczególnie z potrzebą więzi uczuciowej. Nie chodzi o tłumienie popędu lecz na łączeniu życia seksualnego z trwałą więzią uczuciową czyli miłością.



Popęd seksualny to tworzywo wymagające obróbki, aby podporządkować wyższym wartościom czyli miłości i odpowiedzialności. W okresie dojrzewania jest to niekiedy, szczególnie dla chłopców , bardzo trudne. Oto kilka rad jak opanować pojawiające się napięcie seksualne i zwrócenie uwagi na niebezpieczeństwa jakie niesie ze sobą brak kontroli nad swoimi zachowaniami , ciekawością seksualną jaka może pojawić się w okresie dojrzewania , kiedy pojawiają się pierwsze zauroczenia :

- Zaplanuj ciekawe randki, niekoniecznie w miejscach odludnych. Spróbuj zaproponować ciekawe randki i ich nie unikaj, dają możliwość poznania drugiej osoby , jej rodziny, wartości jakimi kieruje się w życiu, zainteresowań, pamiętaj jest to czas mówienia i słuchania , wymaga czasu
- Ustal granice kontaktów fizycznych, zanim zaangażujesz się i stracisz głowę, uważaj na gesty, dotyk, który jest szczególnym językiem uczucia, bliskość, nie przeskakuj etapów poznania

- Unikaj zbędnych bodźców, pornografii, erotycznych filmów, kontaktów z nieodpowiednimi ludźmi, uwaga na cyberseks czyli wirtualną aktywność seksualną. Może być bardzo niebezpieczna , zdarza się , że uzależnia i młody człowiek traci zdolność budowania prawidłowych relacji damsko-męskich opartych na zaufaniu, szacunku i wierności
- Poszukaj nowych form aktywności, nie tylko sportowej



Pamiętaj o szacunku do siebie i do drugiej osoby . To jest podstawa dobrych relacji i fundament budowania w przyszłości szczęścia wspólnego życia i pożycia w trwałym i nierozzerwalnym związku na długie, długie lata ☺

Pozdrawiam ☺



