

ИНТЕРЕСНОЕ в проекте:

Две здоровьесберегающие площадки –
общеобразовательные школы
г. Чебоксары.

Инновационные технологии по
сохранению репродуктивного здоровья
и формированию позитивной
гендерной социализации подростков.

Кто участвует в проекте?

Классные руководители 5-8 классов и
специалисты школ

Подростки двух школ г. Чебоксары

Родители подростков 5-8 классов,
учащихся двух школ

Направления проекта:

Подростковый возраст: психологиче-
ские особенности и культура репро-
дуктивного здоровья

Юридический аспект репродуктивного
здоровья

Медицинский аспект репродуктивного
здоровья



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ



ДРЕВО ЗДОРОВЬЯ:
Семья и Школа



Автономная некоммерческая организация
Социально-психологический центр

«Фокус»

Директор

Емельянова Ольга Николаевна

☎ 8 951 998 08 88

✉ nkofokus@mail.ru

🌐 fokus21.ru

ПОЧЕМУ
важно беречь своё
репродуктивное
здоровье?

Репродуктивное здоровье человека

по определению Всемирной организации здравоохранения, при достижении им совершеннолетия, физической, психологической и социальной зрелости:

- Состояние физического, умственного и социального благополучия, относящееся к репродуктивной системе на всех стадиях жизни;
- Право человека вести удовлетворительную и безопасную сексуальную жизнь;
- Способность человека к деторождению;
- Способность человека выбирать условия для рождения детей.

Сохранение репродуктивного здоровья по определению ВОЗ:

- Право мужчин и женщин получать информацию о репродуктивном здоровье;
- Получать доступ к безопасным, эффективным методам планирования семьи по своему выбору;
- Право на соответствующие услуги здравоохранения.

Для подростков и молодёжи применяется следующее определение:

РЕПРОДУКТИВНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ подростков и молодёжи — это возможность мальчиков и девочек при вступлении в период социальной зрелости воспроизвести здоровое, полноценное потомство.

Треугольник здоровья

(общество и кто я в нём?)

социальное
здоровье

психическое
здоровье

(чувства, отношения: Я и
Другие, ценности и смыслы,
границы и безопасность)

физиологическое здоровье

(тело, ощущения)

Ступени развития репродуктивного потенциала подростков и молодёжи



1. РОЖДЕНИЕ И ОБРАЗ ЖИЗНИ (развитие репродуктивной системы в социально-бытовых условиях).

2. ВОСПИТАНИЕ И КУЛЬТУРА (психосексуальное развитие: уровень гендерного и сексуального воспитания).

3. НАВЫКИ И ЦЕННОСТИ (поведение и уровень репродуктивных установок).

4. ЦЕЛИ В ЖИЗНИ (психологическая готовность к ответственному родительству).

Условия сохранения репродуктивного здоровья

1. НЕОБХОДИМЫЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ – формирование и соблюдение с раннего возраста правил личной гигиены. Отказ от соблюдения гигиены чреват внедрением инфекции сначала в наружные половые органы, а при длительном течении – может вызывать воспаления внутренних половых органов.

2. СОБЛЮДЕНИЕ РЕЖИМА ПИТАНИЯ, СНА – грамотное сбалансированное питание, укрепление иммунитета, регулярный период ночного сна подростков (особенно в период психоэмоциональных нагрузок), поскольку гормоны, необходимые для правильной регуляции полового созревания, вырабатываются в ночное время суток.



3. ФОРМИРОВАНИЕ ЗОЖ – посильные физические нагрузки, занятия спортом.

4. ОТКАЗ ОТ РИСКОВАННОГО ПОВЕДЕНИЯ – употребление ПАВ, алкоголя, наркотиков и др. может нанести организму подростка вред, поскольку они являются гонадотоксичными факторами, т.е. повреждают половые органы, в первую очередь – половые клетки.

5. ОТКАЗ ОТ РЕПРОДУКТИВНЫХ РИСКОВ, понимание их последствий и развитие ценности зрелого ответственного поведения в отношениях.

6. СВОЕВРЕМЕННОЕ И РЕГУЛЯРНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ ВРАЧЕЙ – плановое проведение врачебного осмотра, получение специализированной информации из надёжных источников, своевременно оказанная медицинская помощь.

7. ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ – грамотные взаимоотношения с

людьми противоположного пола, строительство ответственных отношений с учётом физической, психологической и социальной зрелости.

