

# ПРОТИВОПОЛОЖНЫЙ ПОЛ...



Бесплатно

Вопросы молодежи Кыргызстана  
об отношениях между парнями  
и девушками и ответы на них

Многое изменилось в Кыргызстане с момента провозглашения независимости, в том числе и в области полового и репродуктивного здоровья. Отмечается значительный прогресс в программах по планированию семьи, а также по половому и репродуктивному здоровью и правам. Однако в большей мере они нацелены на взрослое население и медицинских работников.

Молодые люди и подростки оказались наиболее уязвимой группой. В быстро меняющемся социальном климате вопросы сексуальности и сексуальных отношений для них стали наиболее очевидными и востребованными. Газеты и другие СМИ для некоторых стали единственным источником информации, которая зачастую недостаточна и ненадежна, и не удовлетворяет потребности молодых людей. Недавно проведенные исследования в Кыргызстане показали, что большинство молодых людей не имеет достаточно информации о процессе взросления, о вопросах, касающихся репродуктивного здоровья (включая болезни, передающиеся половым путем, ВИЧ/СПИД), а также о наркотиках, табаке и алкоголе.

В связи с этим возникла острая необходимость поиска эффективных путей информирования молодежи и подростков доступным и понятным языком.

В ответ на эту ситуацию была подготовлена серия брошюр. Они были разработаны для того, чтобы «вооружить» молодых людей необходимыми знаниями и жизненными навыками для принятия ответственных решений, касающихся их репродуктивного здоровья.

Вопросы, которые опубликованы в брошюрах, исходят от подростков и молодых людей в возрасте 13-20 лет. Они были получены в результате опроса, проведенного весной 2003 года по всем регионам Кыргызстана (как в сельской, так и в городской местности). Пожалуйста, обратите внимание на тот факт, что НИ ОДИН из вопросов не был придуман взрослыми.

Брошюры были разработаны командой ученых - представителей общественных наук, врачей и других специалистов. Подростки были вовлечены на каждой стадии разработки брошюр (сбор вопросов, составление брошюр, иллюстрирование и предварительное тестирование). Посредством этих брошюр мы сделаем вклад в здоровье следующего поколения.

1. Как найти себе друзей честных и добрых? .....	3
2. Со сколько лет можно дружить с человеком противоположного пола? .....	3
3. Что за чувство - любовь? .....	4
4. Если парень и девушка влюбляются, в состоянии ли они думать о чем-нибудь другом? .....	5
5. Почему мужчинам нравятся женщины? .....	5
6. Какие черты характера девушки нравятся парням, и наоборот? .....	5
7. Что нужно делать, чтобы привлечь к себе внимание? .....	6
8. Почему парни, проявляя большой интерес к девушке, в то же время в некотором роде боятся её и даже избегают? .....	6
9. Как парень должен знакомиться с девушкой? .....	7
10. Можно ли девушке первой сказать парню о своих чувствах? .....	7
11. Что делать, если твой любимый старше тебя? .....	8
12. Почему парень с девушкой целуются? .....	8
13. Какая реакция должна быть у меня при первом поцелуе? .....	8
14. Почему появляется потребность секса? .....	8
15. Как правильно выбрать полового партнера? .....	9
16. Если девушка откажется спать с парнем, будет ли он в дальнейшем встречаться с ней? .....	9
17. Как узнать чувства парня или девушки, если он(а) их упорно скрывает? .....	9
18. Как избежать скандалов с любимым? .....	10
19. Стоит ли проверять парня на измену? .....	11
20. Что делать, когда парень любит другую? .....	11
21. Нужно ли говорить родителям, что встречаешься с парнем? .....	12
22. Что делать, если родители запрещают общаться с тем или иным парнем? .....	12
23. Не рано ли подросткам в 16-18 лет быть независимыми от родителей? .....	13
24. Почему парни не говорят правды, когда хотят расстаться, а просто исчезают? .....	13
25. Как забыть свою первую любовь без страданий? .....	13
26. Что такое изнасилование и каково наказание за изнасилование? ....	14
27. Только ли парень может изнасиловать девушку или девушка тоже может изнасиловать юношу? .....	15
28. Почему парни стараются кого-нибудь изнасиловать? .....	15
29. Как можно предотвратить насилие? .....	15
30. Что надо делать после того, как тебя изнасиловали? .....	16
31. Что делать девушке, если её изнасиловали, и она после этого забеременела? .....	16



## 1. Как найти себе друзей честных и добрых?

Товарищей много, а настоящих друзей очень мало. Верные друзья появляются со временем, а не когда ты их специально ищешь. Каждый сам выбирает себе друзей, но настоящие друзья выделяются тем, что остаются рядом даже в трудные моменты и помогают тебе решать проблемы. И если ты хочешь иметь много друзей, то следуй одному принципу - относись к окружающим так, как хочешь, чтобы относились к тебе.

## 2. Со сколько лет можно дружить с человеком противоположного пола?

Дружить можно в любом возрасте. Дружба не имеет возрастных и половых ограничений. Чем больше у тебя будет друзей среди девочек и мальчиков, тем веселее и насыщеннее будет твоя жизнь. Но если ваши отношения предполагают сексуальный контакт, то ответ на этот вопрос совсем другой. К сексуальной близости надо быть готовым не только физически, но и морально. И секс не должен быть главной причиной



ваших встреч. В первую очередь, вас должны связывать уважение друг к другу, общие интересы и любовь.

### 3. Что за чувство - любовь?

Если верить энциклопедии, любовь - это интимное глубокое чувство, устремленное к другому человеку, человеческой общности. Любовь обязательно включает в себя верность. Это непредсказуемое чувство, ее нельзя принудительно ни вызвать, ни преодолеть.

Если верить медицине, любовь - это учащение пульса, усиление потоотделения, сужение зрачка, повышение артериального давления, покраснение кожи при встрече с объектом любви.

Если верить поэту, любовь - это:

*Словно солнце горит, не сжогает любовь,  
Словно птица небесного рая - любовь,  
Но еще не любовь - соловьиные стоны.  
Не стонать, от любви умирая, - любовь.*

А что любовь для тебя - определи и почувствуй сам.



#### 4. Если парень и девушка влюбляются, в состоянии ли они думать о чем-нибудь другом?



Любовь, конечно, – чувство сильное, и иногда действительно бывает так, что ни о чем другом не можешь и думать. Но в обычной жизни существуют еще родители, учеба, друзья, какие-то обязанности. Просто нужно уметь все это совмещать.

#### 5. Почему мужчинам нравятся женщины?

Природой так устроено, чтобы люди противоположного пола нравились друг другу. Это сделано для того, чтобы род человеческий не вымер, пока не придумали другого метода размножения. Поэтому обычно в глазах мужчины женщины выглядят очень соблазнительно, и наоборот.



#### 6. Какие черты характера девушки нравятся парням, и наоборот?

У каждого человека свой вкус: одним нравятся веселые люди, а другим - спокойные, кому-то нравится, когда близкий



человек много говорит, а кто-то предпочитает молчаливость. Но всем нам одинаково нравится, когда нас уважают, выслушивают наше мнение и дают возможность выразиться. И если ты будешь придерживаться этих советов, то близкий человек обязательно это оценит.

## **7. Что нужно делать, чтобы привлечь к себе внимание?**

Чтобы стать заметным - мало тихо вздыхать и скучать в одиночестве. Кто привлекает к себе внимание? Человек общительный, веселый и активный. Тот, кто способен принимать самостоятельное решение и отстаивать свою точку зрения. Постарайся стать таким. Грязные ногти и нечищенная обувь вряд ли создадут о тебе хорошее впечатление, а вот опрятная внешность и доброжелательная улыбка помогут привлечь к себе внимание.

## **8. Почему парни, проявляя большой интерес к девушке, в то же время в некотором роде боятся её и даже избегают?**



Желание знакомства есть практически у всех молодых парней и девушек, но у каждого в душе живет страх. Иногда девушки боятся знакомиться на улице или считают это неприличным. Но нерешительность и стеснительность присущи не только девушкам, но и парням. Некоторые ребята боятся отказа, а значит удара по самолюбию.



## 9. Как парень должен знакомиться с девушкой?



Существует много способов, чтобы познакомиться с девушкой: можете завязать разговор, спросив, например, о том, как добраться до определенного места. Или попросите общего знакомого представить вас девушке. Самое главное - быть уверенным, вежливым и ненавязчивым. При этом не следует забывать о правилах этикета.

## 10. Можно ли девушке первой сказать парню о своих чувствах?

Каждый человек имеет право выражать свои чувства. Иногда это не только можно, но и нужно. Потому что он, возможно, и не подозревает о твоих чувствах или же сам стесняется признаться первым. Решиться на это, конечно, тяжело, ведь парень в ответ может отреагировать не так, как ты ожидала - он может не ответить взаимностью. Но в любом случае это избавит тебя от гнетущего чувства неопределенности.



## 11. Что делать, если твой любимый старше тебя?

Если это настоящее и взаимное чувство, то проблем не должно возникнуть. Возможно, если имеется очень большая разница в возрасте, будет тяжелее найти общие интересы и достичь взаимопонимания.

## 12. Почему парень с девушкой целуются?



Губы человека - одна из основных эrogenных зон, при прикосновении к которым человек легко возбуждается. Когда люди влюбляются, то испытывают потребность быть ближе друг к другу. Поцелуй является проявлением этой близости, нежности и любви.

## 13. Какая реакция должна быть у меня при первом поцелуе?

Обычно поцелуй сопровождается приятными ощущениями и легким возбуждением. Не существует единых правил поведения при первом поцелуе. Поэтому если это происходит с любящими людьми, то, скорее всего, реакцией будет ответный поцелуй.

## 14. Почему появляется потребность секса?

Посмотреть на этот вопрос можно с двух сторон. Пока что, секс - это единственная возможность продолжения человечес-

кого рода, потребность в нем заложена природой. С другой стороны, секс - это естественное и наивысшее проявление любви между двумя людьми. Кроме того, заниматься любовью приятно, если вы готовы к этому физически и эмоционально.

### **15. Как правильно выбрать полового партнера?**

Обычно секс является продолжением взаимной симпатии и любви, поэтому выбирать нужно не полового партнера, а любимого человека. Заниматься сексом ради секса не стоит. Кроме того, для обоих партнеров очень важно быть здоровыми и ответственными по отношению друг к другу.

### **16. Если девушка откажется спать с парнем, будет ли он в дальнейшем встречаться с ней?**

Если он хочет только переспать с тобой и не видит в тебе любимого и близкого человека, то даже секс не удержит его рядом с тобой. Нужен ли тебе такой парень? Если же его чувства настоящие, то он будет готов понять тебя и принять твои решения с уважением.

### **17. Как узнать чувства парня или девушки, если он(а) их упорно скрывает?**

Причинами того, что твой друг скрывает свои чувства, может быть стеснительность, неуверенность в своих чувствах или он (она) не привык(ла) говорить о любви. В такой ситуации можно попробовать вызвать



своего друга на откровенный разговор и рассказать ему (ей) о своих чувствах. И, скорее всего, на твое признание он (она) ответит своим, но может быть, и нет.

## 18. Как избежать скандалов с любимым?

Конфликты, которые могут возникнуть между любящими друг друга молодыми людьми, лучше предупреждать, чем избегать. Постарайтесь понять любимого человека, вызовите его на откровенный и доброжелательный разговор, выслушайте его и обменяйтесь мнениями. Постарайтесь поставить себя на его место и почувствовать то, что он испытывает, и понять, почему возникают разногласия. Если вы понимаете чувства и аргументы другого человека, то вам будет легче найти решение проблемы без конфликта.



## 19. Стоит ли проверять парня на измену?



В идеале, любовь строится на взаимоуважении и доверии. Если твой парень не дает тебе особого повода для подозрений, то не стоит переживать. Если все-таки подозрения есть, то лучше поговорить с ним откровенно, не слушая чужого мнения и не устраивать испытаний на прочность его чувств.

## 20. Что делать, когда парень любит другую?

Насильно мил не будешь. Если его чувства к твоей сопернице сильны и искренны, постарайся не мешать их любви, хотя это может быть очень трудно. Попробуй поставить себя на место этой девушки, хотела бы ты, чтобы кто-то мешал вашим отношениям? Не замыкайся в себе и не страдай от своей безответной любви. Ведь были же у тебя другие интересы до его появления в твоей жизни?



## 21. Нужно ли говорить родителям, что встречаешься с парнем?

Обычно родители или уже догадываются, или даже знают, что ты встречаешься с парнем. И было бы неплохо пригласить его домой и познакомить с мамой и папой. Это позволит сохранить доверительные отношения с родителями или начать диалог.



## 22. Что делать, если родители запрещают общаться с тем или иным парнем?

Родители обычно плохого не посоветуют, но, бывает, что они не хотят, чтобы ты дружила с парнем, например, другой национальности. Есть выражение «любовь ослепляет», это означает что, когда человек влюблен, его избранник ему кажется идеальным. Поэтому стоит выслушать аргументы роди-



телей, может в них есть доля правды. Но если ваши чувства взаимные, то постарайся показать родителям человеческие качества этого парня так, чтобы они поняли, что, например, национальность - не главное для дружбы. Может быть, со временем родители поймут твои чувства.

### **23. Не рано ли подросткам в 16-18 лет быть независимыми от родителей?**

Человек не может быть полностью независимым от своей семьи, даже в 30-40 лет. Мало кто может в 16-18 лет зарабатывать достаточно денег, чтобы обеспечить себя всем необходимым, нести полную ответственность за свои поступки и жизнь. Но если ты чувствуешь, что все это для тебя не проблема, поговори с родителями, возможно, они и пойдут тебе навстречу.

### **24. Почему парни не говорят правды, когда хотят расстаться, а просто исчезают?**

Возможно, его чувства к тебе уже недостаточно серьезные или же твой парень оказался трусом и не может сказать, что уже тебя не любит. Подумай, как бы ты себя повела, если бы поняла, что уже не любишь своего парня, и ты поймешь, как это трудно. Можно попытаться найти его, поговорить с ним и выяснить причину его исчезновения. Если же разговор не получился, то лучше оставить его в покое и сохранить чувство собственного достоинства.

### **25. Как забыть свою первую любовь без страданий?**

Первая любовь всегда оставляет в душе самый глубокий след. Забывать нужно не чувство любви, а боль, которую вы-



зывает потеря этой любви. А пока попробуй отвлечься, займи все свое свободное время каким-нибудь занятием (например: увлекись спортом, читай книги или запишись в молодежный клуб), постарайся чаще проводить время со своими друзьями, которые помогут тебе поднять настроение, и тебе будет легче пережить потерю первой любви. Скорее всего, время вылечит все.



## 26. Что такое изнасилование и каково наказание за изнасилование?

Изнасилование - это насильственный сексуальный контакт, тяжкое преступление. Многие думают, что насильники - это чужие люди, но чаще всего ими становятся близкие, знакомые, друзья. Встречаются случаи, когда муж насилует свою супругу. Изнасилование – это не только причинение физической боли, но и глубокая психологическая травма, когда человек испытывает боль, страх, унижение, стыд, отвращение. Очень часто после изнасилования у людей возникает чувство собственной вины, и они не обращаются за помощью в милицию. Это неправильно. В том, что произошло, вся вина лежит целиком и полностью на насильнике. И за это он должен понести наказание - лишение свободы от 5 до 15 лет.

## **27. Только ли парень может изнасиловать девушку или девушка тоже может изнасиловать юношу?**

Чаще изнасилованию подвергаются девушки. Но даже если об этом практически не ведутся речи и редко пишется, случаи изнасилования парня девушкой или женщиной тоже встречаются (насильное принуждение к сексуальному контакту, моральное унижение). Если ты находишься в такой ситуации, то лучше обратиться за помощью к взрослым, которым ты доверяешь, и открыто рассказать о случившемся.

## **28. Почему парни стараются кого-нибудь изнасиловать?**

Вряд ли тебя окружают парни, которые только и думают о том, чтобы кого-нибудь изнасиловать. На изнасилование обычно идут мужчины, которые по каким-то причинам не могут добиться благосклонности женщин. Эти люди не уверены в себе и хотят самоутвердиться, унижая другого человека. Или же изнасилование может произойти под воздействием алкоголя, когда человек не контролирует свое поведение.

## **29. Как можно предотвратить насилие?**

Для этого нужно соблюдать некоторые простые правила. Постарайся не ходить одна поздно вечером по неосвещенным улицам. Не садись в машину к незнакомым или малознакомым людям. Прежде чем открыть дверь своего дома, выясни, кто пришел. Воздержись от приема алкоголя, так как в состоянии опьянения труднее сопротивляться насилию.

Если все же возникла опасная ситуация, и насильник перед тобой, говори спокойно и уверенно. Постарайся привлечь внимание окружающих. Продумай возможности бегства, при удобной ситуации – беги. При попытке физического контакта попытайся как можно сильнее ударить насильника в пах или по голени и беги. Спротивляться нужно до конца.

### **30. Что надо делать после того, как тебя изнасилуют?**

Во-первых, не стесняйся просить о помощи. Если это случилось в незнакомом месте, стучись во все двери, найди телефон, сообщи близкому тебе взрослому о том, что произошло. Обратись в медицинское учреждение, где тебе окажут медицинскую помощь и, если захочешь, вызовут милицию (лучше до этого момента не мыться, чтобы эксперт смог снять следы преступления).

Врачи дадут консультацию по поводу неотложной контрацепции, чтобы избежать беременности и окажут помощь с целью профилактики возникновения болезней, передающихся половым путем.

По адресу, который указан на обложке брошюры, можно получить дополнительную информацию о том, куда лучше обратиться за помощью в вашем регионе.

### **31. Что делать девушке, если её изнасиловали, и она после этого забеременела?**

Если беременность все-таки наступила, то оставлять ее или делать аборт, каждая девушка решает сама. Если насильник не заразил тебя болезнями, передающимися половым путем, которые могут вызывать нарушение развития ребенка, то есть шанс родить здорового малыша. Но ребенок может постоянно напоминать об обстоятельствах, при которых он был зачат.

## Слова признательности

Мы бы хотели выразить благодарность всем подросткам, вовлеченным в подготовку этих брошюр, за их ценный вклад и активное участие в сборе информации. Среди них волонтеры Альянса по Репродуктивному Здоровью Кыргызстана из всех регионов страны, волонтеры Информационного Центра «Рейнбоу» в г. Ош.

Благодарим подростков за то, что поделились с нами своими вопросами и проблемами, на основе которых и созданы эти брошюры.

Особая благодарность г-же Галине Чиркиной - Исполнительному Директору Альянса по Репродуктивному Здоровью Кыргызстана - за её поддержку и руководство во время всего процесса разработки брошюр. Также слова признательности адресуются руководству Информационного Центра «Рейнбоу» в г. Ош за их ценный вклад.

Благодарим Нагорную Надю и Жунушбекову Нурию, которые иллюстрировали брошюры рисунками (Надя) и фотографиями (Нурия).

Все те люди, которые изображены на фотографиях, согласились на использование этих фотографий для иллюстрации брошюр, за что им особая благодарность.

Январь 2004

Эта брошюра является частью серии из восьми брошюр под следующими названиями:

1. Я не ребенок, но и не взрослый ...  
(Вопросы о половом созревании)
2. Стать женщиной... Стать мужчиной ...  
(Вопросы о девственности и браке)
3. Противоположный пол ...  
(Вопросы об отношениях между парнями и девушками)
4. Больше чем просто друзья ...  
(Вопросы о сексуальных отношениях)
5. Откуда берутся дети? ...  
(Вопросы о беременности)
6. Иметь ребенка или нет - как это решается? ...  
(Вопросы о контрацепции и бесплодии)
7. Запретный плод сладок ...  
(Вопросы о курении, алкоголе и наркотиках)
8. Чтобы молодое поколение стало здоровым ...  
(Вопросы о ВИЧ/СПИДе, БПП)

Если у вас возникли вопросы, относящиеся к темам, затронутым в этих брошюрах, пожалуйста, обращайтесь в региональное отделение:

Общественное Объединение  
«Альянс по Репродуктивному  
Здоровью»  
Бишкек, ул. Советская, 101/135  
Тел. (0312) 28 54 21  
Эл. почта: rhak@infotel.kg

Информацию из этой брошюры Вы найдете на сайтах:

<http://www.unicef.org/magic/bank/youthhealth.html>

<http://www.gtz.de/srh/biblio/biblio1.html>