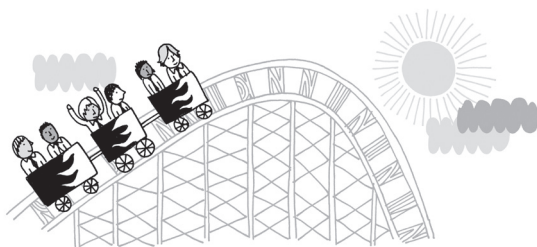


1. НОВИЙ ТИ

Підлітковий вік – річ серйозна. Усього за кілька років ти перетворишся на зовсім іншу особистість. Зовнішність, тіло, думки – все це зазнає значних змін.

Подібно до «американських гірок», підлітковий вік неможливо втримати під контролем, бо він супроводжується найрізноманітнішими емоціями – від радісного піднесення до страху.



Період статевого дозрівання стосується не тільки твого тіла. Цілком імовірно, що в підлітковому віці у тебе з'являться нові друзі й захоплення, ти станеш більш незалежним – але й відповідальність за власні вчинки ніхто не скасовував.

Що відбувається?



Під час дорослішання твоє тіло змінюється не тільки зовні, а й усередині. Нижче ти знайдеш перелік найбільш типових для підліткового віку змін, розташованих у логічній послідовності. Та не забувай: дорослішання досить індивідуальна річ, тож ці етапи можуть тривати одночасно або ж трохи інакше. Не хвилюйся, якщо щось із переліченого видається незрозумілим; далі ми детально розкриємо особливості кожного з цих етапів.

- Твоє тіло стає більшим і вищим.
- Яєчка і пеніс збільшуються.
- Під пахвату й на лобку з'являється волосся.
- Часто виникають ерекція та еякуляція (ці два явища пов'язані між собою).
- Наятрій стає мінливим.
- Голос стає нижчим.
- На обличчі й тілі починає рости волосся.

Період статевого дозрівання може розпочатися вже у віці 10–11 років, однак більшість хлопців не помічають особливих змін аж до 13, 14 чи навіть 15 років. Здебільшого зміни, пов'язані із підлітковим віком, завершуються до 18 років, однак деякі можуть тривати довше. А коли «глобальні зміни» добігають кінця, це не означає, що їх більше не буде. Скажімо, деякі чоловіки зауважують, що з віком волосся на їхньому тілі стає дедалі більше.

Це вже почалося?

Якщо ти помітив у собі будь-які зміни з переліку на сторінці 8, то так! Твоя мандрівка під назвою «підлітковий вік» уже розпочалася, тож вітаємо!

Виріш чи ні, але найважливіші зміни насправді стосуються твого мозку. А щоб з'ясувати, чи перебуває твій *мозок* у режимі статевого дозрівання, пропонуємо пройти невеличкий тест на наступній сторінці.



Швидкий тест



- Заняття, прогулянки й ігри, якими ти раніше насолоджувався, тепер видаються нудними й надто «дитячими»?
- Ти помітив, що можеш «скипіти» через якусь грібницю, а безглуздих сварок із рідними й друзями побільшало?
- Чи трапляється, що ти сердишся, почувашся нещасним або перебуваєш у стресі без жодної на те причини?
- Батьки або вчителі почали неабияк тебе дратувати (навіть коли намагаються допомогти чи продемонструвати розуміння й підтримку)?
- Ти задоволений власним тілом?



Відповіді



- Більшість відповідей «ТАК»?
Мандрівка вже розпочалася, і ти здолав приблизно половину шляху. Усі твої відчуття абсолютно нормальні. А впоратися з емоціями та зрозуміти їх допоможуть поради, які ти знайдеш у цій книжці.
- Більшість відповідей «НІ»?
Імовірно, твоє статеве дозрівання ще не почалося, однак довго чекати не доведеться. Тож не відкладай книжку та вже зараз дізнайся про грандіозні зміни, які от-от стануть частиною твого життя.
- Трапляються і «ТАК», і «НІ»?
Твоя мандрівка тільки-но розпочалася, тож попереду читало цікавого!

Що й до чого

Говорячи про статеве дозрівання, неможливо уникнути слів, що позначають окремі частини твого тіла — авжеж, саме тих, що ніколи не зринають під час ввічливої розмови.

Однак через те, що більшість людей повсякчас їх уникає, можна подорослішати й не знати до пуття, що і як насправді називається.

Цим частинам тіла дають найрізноманітніші назви, однак вони здебільшого незрозумілі для широкого загалу.

З малюнка нижче ти дізнаєшся, як правильно називати окремі частини твого тіла, що всі вкупі зводяться статевими органами, чи то пак геніталіями.

Чоловічі статеві органи



Від хлопця до чоловіка

До початку статевого дозрівання ти хлопець, а після нього – чоловік. Здається, все просто, чи не так?

Насправді з подібними висновками поспішати не варто. Довкола стільки ідей і порад з приводу того, що означає «бути чоловіком» – суворим, таким, що вміє битися й ніколи не плаче. Усе це нісенітниці. Справді, дорослі мають значно більше обов'язків, аніж діти, однак це зовсім не означає, що є риси, притаманні виключно чоловікам, або ж те, що можуть робити тільки вони, тоді як жінкам це не до снаги. І, звісно ж, бійка або агресія аж ніяк не допоможе вирішити проблеми.

«Бути чоловіком» – не твоє завдання, як і не обов'язок для когось іншого. Передусім ти маєш бути СОБОЮ. Трохи згодом ти прочитаєш про те, що це означає, та як відшукати себе...

