

KAS YRA LYTIŠKUMAS

Lytiškumas yra platus terminas, nurodantis daugelį aspektų. Lytiškumą gali skirtingai interpretuoti sektoriai ir įvairios kultūros bei šalys. Lytiškumas gali būti suprantamas kaip esminė žmogaus dimensija, apimanti: žmogaus kūno suvokimą ir ryšius su juo; emocinį prisirišimą ir meilę; seksą; lytį; lyties tapatybę; seksualinę orientaciją; seksualinį intymumą; malonumą ir dauginimąsi. Lytiškumas apima biologinę, socialinę, psichologinę, dvasinę, religinę, politinę, teisinę, istorinę, etinę ir kultūrinę dimensijas, besivystančias visą gyvenimą. Lytiškumas yra socialinis konstruktas, lengviausiai suprantamas atsižvelgiant į įsitikinimų, praktikos, elgesio ir tapatybės kintamumą.

Kiekvienas žmogus yra lytinė būtybė ir lytiškumas yra viena iš asmens savybių, atsiskleidžianti įvairias aspektais:

- Per lytinį tapatumą (identitetą) – savęs kaip berniuko, vaikino, vyro ar mergaitės, merginos, moters, kitos lyties asmens, aplinkinio pasaulio suvokimą, supratimą, kas yra vyriškumas ir moteriškumas, lytinę orientaciją;
- Per lytinius organus ir fizinius pokyčius, atsirandančius žmogui augant ir bręstant, savo kūno suvokimą ir gebėjimą jį priimti;
- Per santykį su kitu asmeniu, gebėjimą ir poreikį mylėti, dalytis emociniu artumu su kitais.

Lytiškumą formuoja žmogaus vertybės, asmenybės bruožai, įsitikinimai, elgesys, taip pat jo socializacijos tėkmė. Lytiškumas yra svarbi kiekvieno iš mūsų sveikatos ir gerovės dalis.

Lytinio brendimo tarpsniai:

- Brendimo įžanga; prepubertetas (vidutiniškai prasideda apie 7–11 m. mergaitėms ir apie 8–12 m. berniukams);
- Tikrasis lytinis brendimas; pubertetas (vidutiniškai prasideda apie 11–12 m. mergaitėms ir apie 12–13 m. berniukams);
- Brendimo baigmė; postpubertetas (vidutiniškai baigiasi apie 17–20 m. merginoms ir apie 19–21 m. vaikinams);
- Emocinė ir socialinė branda (dažniausiai pasiekama apie 23 m. moterims ir apie 25 m. vyrams).

BERNIUKŲ BRENDIMAS

Berniukai bręsta būdami 12-18 metų. Kiekvienas berniukas pradeda bręsti skirtingu metu ir skirtingu tempu. Vienų brendimas užtrunka porą metų, kitų brendimas gali užtrukti keturis metus ir ilgiau. Tai, kad Tu bręsti skirtingai nuo Tavo bendraamžių yra visiškai normalu ir nereiškia, kad su Tavimi vyksta kažkas negero.

MERGAIČIŲ BRENDIMAS

Mergaitės lytiškai bręsta 10-16 metų amžiuje. Kai kurių mergaičių lytinis brendimas gali prasidėti šiek tiek vėliau, kitų – anksčiau. Kiekviena mergaitė yra unikali ir skirtinga, todėl ir brendimas prasideda skirtingu laiku.

LITERATŪRA

1. https://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas_pagrindinis_ugdymas_spec/Patarimai%20t%C4%97veliams_Lytiskumo%20ugdymas%20pradin%C4%97se%20klas%C4%97se_2017-12-24.pdf?fbclid=IwAR1_3k8P4BwB0nIcK9a9X-yULF-361oWSAx9tizjPsrCwON7YJ3_8yOMEtA
2. Women, U. N., & UNICEF. (2018). *International technical guidance on sexuality education: an evidence-informed approach*. UNESCO Publishing.
3. „*Human sexual activity - Development and change in the reproductive system*“
<https://www.britannica.com/topic/human-sexual-activity>
4. <https://www.vaikulinija.lt/ieskantiems-pagalbos/vaikams-ir-paaugliams/aktualios-temos/mergaiciu-lytinis-brendimas/?preview=1>
5. <https://www.vaikulinija.lt/ieskantiems-pagalbos/vaikams-ir-paaugliams/aktualios-temos/berniuku-lytinis-brendimas/?preview=1>
6. Kazlauskaitė, G. (2020). *2016 metais patvirtintos sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai programos lytiškumo ugdymo dalies įgyvendinimo analizė* (Bachelor's thesis).”