

ความเข้าใจผิด ๆ เกี่ยวกับเรื่องเพศของวัยรุ่น



Q: การเกิดผื่นเปื่อยและการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง แสดงถึงความต้องการทางเพศสูงหรือเซ็กส์จัด

A: ไม่จริง เพราะความจริงแล้วผื่นเปื่อยเป็นการระบายเชื้ออสุจิที่เก่าเก็บ โดยธรรมชาติ เพื่อให้มีพื้นที่สำหรับเชื้ออสุจิที่ถูกผลิตขึ้นมาใหม่ ส่วนการสำเร็จความใคร่คือวิธีหนึ่งในการดูแลอารมณ์ทางเพศเท่านั้น

Q: ผู้ชายแต่ละคนมีน้ำกามและตัวอสุจิจำนวนจำกัด

A: ไม่จริง เพราะอณตะของผู้ชายผลิตอสุจิตลอดไม่หยุด แต่เมื่ออายุมากขึ้น ร่างกายเริ่มเสื่อมไปตามวัย จึงทำให้ระบบสืบพันธุ์ผลิตอสุจิได้น้อยลง



Q: การมีอวัยวะเพศใหญ่เป็นสิ่งที่แสดงถึงความเป็นชายมากกว่า

A: ไม่จริง เพราะผู้ชายแต่ละคนมีขนาดและรูปร่างของอวัยวะเพศที่แตกต่างกัน เล็กใหญ่ไม่เท่ากัน ตามลักษณะกรรมพันธุ์ของร่างกายที่ต่างกัน ต่างพ่อแม่ ต่างเชื้อชาติพันธุ์ แต่ไม่ได้แสดงถึงความสามารถในการสืบพันธุ์ที่ต่างกัน หรือความเป็นชายที่มากกว่ากันแต่อย่างใด



Q: ผู้หญิงชอบผู้ชายที่มีอวัยวะเพศใหญ่กว่า

A: ไม่จริง ผู้หญิงมีจุดรับรู้ความรู้สึกทางเพศที่เรียกว่า "คลิตอริส" เป็นตุ่มเนื้ออยู่ด้านบนของอวัยวะเพศ และ "จีสปอต" อยู่ลึกจากปากช่องคลอด เข้าไปประมาณสองนิ้วเท่านั้น อวัยวะเพศชายที่ใหญ่ยาวจึงไม่จำเป็นต่อความสุขทางเพศของผู้หญิงเลย

Q: การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่วัยรุ่นแสดงถึงความโดดเด่น เป็นชายเหนือกว่าคนอื่น

A: ไม่จริง เพราะความเป็นชายไม่ได้แสดงออกด้วยการมีเพศสัมพันธ์ แถมการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่รู้วิธีป้องกันให้ปลอดภัยอาจทำให้เกิดโรค หรือทำให้ต้องกลายเป็น "พ่อ" ในวัยที่ยังไม่พร้อมอีกด้วย

Q: เรื่องเพศเป็นเรื่องที่น่าอาย ไม่ควรบอกให้พ่อแม่ ผู้ปกครองรู้ ปรึกษาเพื่อนดีที่สุด!

A: ไม่จริง พ่อแม่เป็นบุคคลที่เราควรขอคำปรึกษาในเรื่องเพศมากที่สุด เพราะมีประสบการณ์มากกว่าเพื่อน ๆ ในวัยเดียวกันที่อาจรู้มาแบบผิด ๆ ถูก ๆ

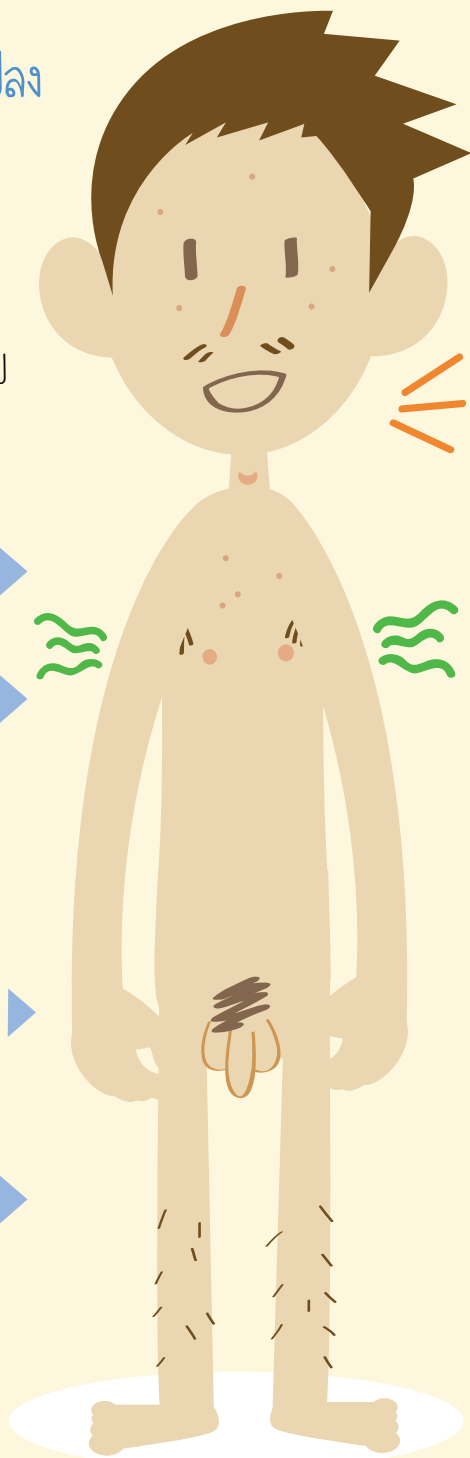
จาก ค.ช.
เป็น " นาย " เต็มตัว



เตรียมตัวให้พร้อม
ตั้งแต่วินาทีนี้
เพื่อความเป็นแมน
ที่ยืดได้อย่างภาคภูมิใจ

สังเกตความเปลี่ยนแปลง

เมื่อพวกเราเด็กชายตัวน้อย ๆ
เริ่มเติบโตขึ้น ร่างกายเริ่ม
เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว
เพื่อเข้าสู่ความเป็นหนุ่ม
ลองสังเกตร่างกายตัวเองดูใหม่ว่า
มีร่างกายส่วนไหนเปลี่ยนแปลงไป
แบบนี้บ้าง ?



มีมัดกล้ามเนื้อ ใหญ่ขยายกว้าง
ตัวสูงใหญ่ขึ้น แขนขายาวแข็งแรง

หน้าอกคั่งขึ้น และ
ห้วงมมุนขยายใหญ่ขึ้น

เริ่มมีขนขึ้นที่บริเวณ
อวัยวะเพศ (หัวหน่าว)
ใต้รักแร้ บนหน้าแข้ง และ
มีหนวดเคราขึ้นบนใบหน้า

อวัยวะเพศมีขนาดใหญ่และยาวขึ้น

มีสิ่วขึ้นบนใบหน้า หรือบนแผ่นหลัง

มีเสียงแตกห้าว เสียงไม่แหลมเล็ก
เหมือนเด็กตัวเล็ก ๆ อีกต่อไป

ลูกกระเดือกโตขึ้น จนเห็นได้เด่นชัด

เริ่มมีกลิ่นตัว

เริ่มมีอาการผื่นเปียก
(ผื่นเปียกคือการขับน้ำอสุจิ
ส่วนเกินที่ร่างกายผลิตและเก็บ
สำรองเอาไว้ จะถูกปล่อยออกมา
ขณะนอนหลับหรือผื่นวาบหวม
เป็นการปลดปล่อยพลังงาน
ทางเพศส่วนเกินตามธรรมชาติ
และยังเป็นสัญญาณบ่งบอกว่า
ร่างกายของเราพร้อมสืบพันธุ์
มีลูกได้ ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ)

การควบคุมอารมณ์เพศ

เมื่อร่างกายเติบโตจากเด็กชายสู่หนุ่มน้อย
เราต้องทำความรู้จักอารมณ์เพศไว้นะ เพราะมันเป็นส่วนหนึ่ง
ของการเติบโตเป็นผู้ชายเต็มตัว อารมณ์เพศไม่ใช่เรื่อง
คืบ ๆ เตื่อน ๆ แต่เป็นสิ่งที่เรารู้สึกและให้อยู่ในความพอดีได้
ด้วยวิธีง่าย ๆ ต่อไปนี้

- การเล่นกีฬา
- ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องใช้สมาธิ เช่น การฝึกหัดเล่นดนตรี, การอ่านหนังสือ, การเล่นเกมที่ต้องใช้ทักษะมาก ๆ
- สำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง (ที่เรียกว่าง่าย ๆ ว่า ชักว้าว) เป็นวิธีสร้างความสุขทางเพศที่ปลอดภัยและเป็นธรรมชาติ

แต่ถ้าเพื่อน ๆ เกิดความกังวล ที่ร่างกายเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เมื่อเทียบกับเพื่อน ๆ ขอบอกว่า...

การเจริญเติบโตเป็นวัยรุ่นในแต่ละคนนั้นไม่พร้อมกัน
บางคนเร็ว บางคนช้า

- ไม่จำเป็นที่เราต้องไปเปรียบเทียบกับรูปร่าง หน้าตา
ร่างกายของเราเทียบกับเพื่อนคนอื่น ๆ
- ไม่ต้องรู้สึกน้อยใจมีปมด้อยว่าเราเติบโตช้ากว่าคนอื่น
หรือรู้สึกหงุดหงิดที่ตัวเองโตเร็วกว่าเพื่อนรุ่นเดียวกัน
เพราะแต่ละคนย่อมมีพันธุกรรมที่แตกต่างกัน
ในที่สุดเมื่อทุกคนผ่านอายุช่วงวัยรุ่นไป เมื่อถึงเวลา
ทุกคนจะเติบโตมีความเป็นชายไม่น้อยไปกว่ากัน
จึงไม่จำเป็นต้องวิตก เป็นกังวล ขาดความมั่นใจ
หรือขาดความสุขในการใช้ชีวิตวัยรุ่นไป