**Пубертатный возраст**

Пубертатный возраст (лат. рubertas, pubertatis — возмужалость, половая зрелость; синонимы — подростковый возраст, старший школьный возраст), переходное от детства время, в течение которого организм достигает биологической половой зрелости. Соответствует периоду полового созревания: у девочек в среднем с 12 до 16 лет; у мальчиков — с 13 до 17 — 18 лет. На его протяжении происходит активация половых желёз, обусловливающая быстрое соматическое и половое развитие девочки и мальчика. К концу периода полового созревания организм в анатомическом и функциональном отношении готов к продолжению рода. В последние годы во всех странах отмечается выраженная тенденция к ускоренному развитию детей и более раннему наступлению половой зрелости, чем это наблюдалось 80 — 100 лет назад. Причина этого явления не совсем ясна. Предполагают, что акцелерация связана с цивилизацией и урбанизацией населения, изменением характера питания, чрезмерным потреблением белков и сахара.

Пубертатный возраст — важный, ответственный и нелёгкий этап жизни, который характеризуется полным отсутствием гармонии. Вытягивается туловище, непропорционально растут конечности. Подросток не успевает привыкнуть к столь быстрому росту, движения его угловаты, походка неуклюжа. Ни мальчик с пробивающимися усиками, ни девочка с вполне развившимися женственными формами ещё не пришли во взрослый мир, но уже покинули мир детства. Отсюда двойственность их положения и поступков и многие их беды. Потеря равновесия вызвана перестройкой гормональной системы организма, разницей в темпах физического, духовного развития подростка и степенью его социальной зрелости, самостоятельности. Всё это не может не отразиться и на психическом состоянии.

Подросток часто делает глупости, совершает необъяснимые с точки зрения логики поступки. Очевидно, именно особой ранимостью и эмоциональной неустойчивостью подростков можно объяснить тот факт, что на этот возраст приходится значительный процент самоубийств и суицидальных попыток (см. Тенденции суицидальные). В этом возрасте начинается следующая фаза психосексуального развития — фаза романтической влюблённости, с одной стороны, и эротических желаний — с другой (см. Половое развитие). Эротическое половое влечение (желание не только духовного, но и телесного контакта, нежности, ласки, прикосновений) беспокоит подростка. Первая влюблённость начинается с дружбы, совместных занятий, игр, танцев. Затем наступает момент, когда юные влюблённые с трепетом прикасаются друг к другу, их чувства поднимаются на следующую ступеньку сексуальной лестницы — к объятиям, поцелуям, ласкам. В обычных условиях ни романтическое обожание, ни эротическая привязанность не требуют немедленной сексуальной реализации. Однако надо помнить, что с началом менструации у девочек повышается чувствительность экстрагенитальных зон, а это вызывает некоторую податливость, отзывчивость на сексуальные раздражители.

Мальчики с появлением поллюций вступают в период гиперсексуальности, когда легко может возникнуть стремление снять внутреннюю напряжённость, совершив определённые действия. В этом возрасте подростки начинают задумываться над способами и возможностями конкретной реализации влечений. Именно в это время под воздействием случая могут закрепиться неприемлемые формы сексуальной активности.

С наступлением половой зрелости подростки становятся умнее, возрастают их интеллектуальные способности, наблюдательность, становится более логичным мышление, богаче воображение. Иногда наблюдаются случаи очень раннего полового созревания, что зависит от неправильного развития половых желёз или появления в них опухолей. При раннем половом созревании вторичные половые признаки появляются до 7 — 10 лет. В таких случаях следует незамедлительно обратиться за советом к врачу. И наоборот, возможно позднее развитие вторичных половых признаков — после 17 лет. Если до 15 — 16 лет вторичные половые признаки не появились, следует думать о задержке развития; в этом случае также необходимо соответствующее лечение.

Созревание полового аппарата как мужчины, так и женщины начинается раньше, чем создаются условия для совместной жизни и правильного развития плода в организме матери. Половая жизнь в этом периоде нежелательна, так как она подрывает здоровье не полностью созревшего организма. Период полового созревания является очень ответственным и своеобразным "критическим" периодом развития организма подростков, который зачастую определяет всю их дальнейшую жизнь.