ГЛАВА 2

Yma makae Bzpacnerue?

Во время взросления в твоем теле — твоем доме — начинается большая реконструкция. Можно даже сказать, что **природа устраивает настоящую революцию!** И все для того, чтобы детское тело стало телом взрослого человека.

Этот процесс называется взрослением или, если говорить научным языком, половым созреванием, пубертатом. Через него проходят и мальчики, и девочки, и у каждого пола свои особенности.

Miller .

Взросление у девочек начинается обычно в возрасте 8—13 лет и длится около 3—6 лет.

Твое тело будет меняться, и порой очень сильно. Вместе с ним изменишься ты, станут другими твои эмоции и психика (например, ты начнешь иначе воспринимать других людей и мир в целом).





А знаешь, что...

Многие народы мира считают период взросления особенным. И девочки, и мальчики участвуют в обрядах инициации, то есть перехода от детства к зрелости.



В определенном возрасте дети покидают свою семью и племя на несколько недель или месяцев и учатся у вождя или старейшин самым важным навыкам, а также проходят испытания на силу воли и стойкость. Выполнив задания, они возвращаются в общину. Прошедших инициацию с этого момента считают взрослыми и устраивают в их честь большой праздник: танцы длятся всю ночь.

У южноафриканской народности банту девочкам после первой менструации в течение трех месяцев рассказывают об отношениях, сексе, беременности и рождении детей. В конце обряда инициации девочки несколько часов подряд исполняют танец питона, потому что в этой культуре питон считается символом плодородия. Танцем девочки приветствуют изменения, через которые предстоит пройти им и их телу.





В твоей жизни действительно наступает нечто особенное. Считай, что это важный этап большого путешествия. А к нему (как и к любому путешествию в неизвестное) можно немного подготовиться. Посмотри на карту.

Дорожная карта: шаг за шагом Что происходит?



8-11 лет

Привет, я гормональная волна! Гипофиз вырабатывает гормоны, которые заставляют яичники расти и вырабатывать еще больше гормонов.

Взросление: время пошло!

Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа

9-14 лет

9-14 Скачок роста! Быстрее всего ты растешь в год перед первыми ме-СКАЧОК сячными. За 12 месяцев можешь POCTA вырасти больше, чем на 8 сантиметров! Постепенно начинают увеличиваться молочные железы.

10-16 лет

Сила волос! На ногах их становится больше, они темнеют. Также появляются волосы в новых местах: в подмышках и на лобке, то есть в нижней части живота. Чаще всего это происходит через год или полтора после начала роста груди.



Первые месячные! Обычно приходят через два года после того, как начала расти грудь.

Процесс роста замедляется. После первых месячных девочки вырастают еще примерно на 7 сантиметров.



Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа

13-18 лет

Ума палата. Твой мозг тоже растет, и теперь ты по-новому воспринимаешь свои чувства или окружающих людей. Ты начинаешь размышлять о сложных вещах, мыслишь глубже и становишься наблюдательнее. Мозг развивается дольше остальных органов. Полностью он сформируется только к 25 годам!



А теперь шаг за шагом пройдем каждый этап, чтобы тебя ничто не застало врасплох.

Готова? Начинаем!





Почитать описание, рецензии и купить на сайте

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:







W Mifbooks

