

نحوه پاسخ دادن به سوالات جنسی کودکان



پرسش: دختری ۶ ساله دارم مدتی که از من سوالاتی مربوط به مسایل جنسی میپرسد و کنجکاوی شدیدی راجع به جنسیتش و اینکه چه جوری به وجود آمده و سوالاتی از این دست...نمیدونم باید چی بپوش جواب بدم، طردش کنم میدونم میره و جواب سوالاتش از جایی و کسی که نباید میپرسد لطفا کمک کنین که بدونم باید چطور رفتار کنم؟

پاسخ: آنچه بسیاری از والدین را دچار نوعی سردرگمی و نگرانی می کند، چگونگی مواجهه و پاسخگویی درست به سوالات جنسی کودک است، آن هم به شکلی که اطلاعات لازم تا حد قانع شدن به کودک داده و از کنجکاوی بیشتر او نیز جلوگیری شود.

نگران نشوید! پنهان کاری نکنید... نیازی به طفره رفتن نیست. بگذارید فرزندتان بدون آنکه از سوالاتش دچار شرم یا ترس شود، در قبال حس کنجکاوی اش، بهترین پاسخ ها را از والدینش که امین ترین افراد در زندگی اش هستند، دریافت کند.

یکی از بزرگ ترین مسئولیت های تربیتی والدین، دادن پاسخ های مناسب به سوالات فرزندانشان در مورد منشا تولد، چگونگی به دنیا آمدن، جنسیت و سوالات دیگری از این دست است که در سنین مختلف برای کودکان و نوجوانان مطرح می شود.

بر این اساس، روان شناسان کودک و نوجوان توصیه می کنند که والدین پیش از بلوغ به فرزند خود اطلاعات لازم را درباره پدیده بلوغ و تاثیرات آن بدهند و او را در جریان اتفاقاتی که در آینده برای او پیش می آید، بگذارند. اما آنچه بسیاری از والدین را دچار نوعی سردرگمی و نگرانی می کند، چگونگی مواجهه و پاسخگویی درست به سوالات جنسی کودک است، آن هم به شکلی که اطلاعات لازم تا حد قانع شدن به کودک داده و از کنجکاوی بیشتر او نیز جلوگیری شود.

باید براساس سن، سطح کنجکاوی و نیازهای فردی به سوالات جنسی کودک و نوجوان پاسخ داده شود. دادن اطلاعاتی فراتر از آنچه کودک به دنبال آن است یا اطلاعاتی که برایش قابل درک نیست، باعث می شود کودک گیج و مضطرب شود.

نگران نشوید! پنهان کاری نکنید... نیازی به طفره رفتن نیست. بگذارید فرزندتان بدون آنکه از سوالاتش دچار شرم یا ترس شود، در قبال حس کنجکاوی اش، بهترین پاسخ ها را از والدینش که امین ترین افراد در زندگی اش هستند، دریافت کند.

دستپاچگی و طفره رفتن؛ اشتباهی بزرگ

اشتباه رایج میان والدین هنگام پرسیدن سوال جنسی کودکان، دستپاچگی و طفره رفتن از موضوع است؛ این مسأله باعث می شود موضوع در ذهن کودک مهم جلوه کند و برای رفع کنجکاوی خود با دوستان و همسالان خود در این باره صحبت کند که این امر عواقب بدی دارد. همچنین بسیاری از والدین هنگام مواجهه با سوالات جنسی فرزندشان دچار تشویش و نگرانی می شوند و به این می اندیشند که ممکن است فرزند کوچک آنها دچار انحراف خطرناکی شده باشد.

این درست است که برای والدین سخت است که راجع به رفتار و روابط جنسی با فرزندشان صحبت کنند و از طرفی ممکن است برای فرزندان نیز مشکل باشد، اما این موضوع بیشتر به نحوه ارتباط قبلی والدین با فرزندشان و احساس خود والدین در مواجهه با چنین موضوعاتی بستگی دارد. **مهم این است که هنگام صحبت کردن با کودکان از کلماتی استفاده کنیم که برایشان قابل فهم تر است و با آنها راحت هستند.** همچنین سوالات آنها نباید باعث ایجاد ترس و نگرانی در والدین بشود، هر زمان احساس کردیم پاسخ سوالی را نمی دانیم یا بلافاصله در پاسخ دادن آمادگی نداریم، بهتر است به کودک بگوییم: سوال خوبی کردی اما من باید کمی روی سوال تو فکر کنم و بعد جوابت را بدهم.

وارد جزئیات نشوید



کودکی که به سمت رشد جنسی می رود، از نظر رشد شناختی نیز تغییر می کند و این دو عامل منجر به پرسش ها و کنجکاوی هایی درباره این گونه مسائل خواهد شد. در چنین شرایطی والدین باید با در نظر گرفتن مقطع سنی و سطح درک کودک به پرسش های او پاسخ دهند. وی اضافه می کند: اطلاعاتی که به یک کودک پنج ساله می دهیم متفاوت با اطلاعاتی است که به یک کودک هشت ساله، ده ساله یا نوجوان می دهیم. از سوی دیگر، سطح شناختی و میزان آگاهی کودک یا نوجوان نیز در چگونگی دادن اطلاعات جنسی بسیار اهمیت دارد. گاهی ممکن است فرزندمان به سن نوجوانی رسیده باشد، اما از نظر بلوغ فکری، سطح شناختی و میزان آگاهی پایین تر باشد یا برعکس. پس هنگام پاسخ دادن به سوالات با توجه به شناختی که از میزان درک و آگاهی او داریم باید پاسخ بدهیم.

باید براساس سن، سطح کنجکاوی و نیازهای فردی به سوالات جنسی کودک و نوجوان پاسخ داده شود. دادن اطلاعاتی فراتر از آنچه کودک به دنبال آن است یا اطلاعاتی که برایش قابل درک نیست، باعث می شود کودک گیج و مضطرب شود.

با فرزندان صادق باشید

مهم است که بدانیم اطلاعات کم و مبهم نیز فرزند ما را اقناع نمی کند و باعث می شود او برای اخذ اطلاعات بیشتر سراغ منابع یا کسانی برود که ممکن است مناسب نباشند و اطلاعات نادرست به او بدهند. چنین شرایطی منجر به آن می شود که پس از مدتی فاصله احساسی و ارتباطی ما با فرزندان زیاد می شود، به طوری که در زمان بحران و زمانی که نیاز است ارتباط ویژه ای با او برقرار کنیم، دیگر قادر به برقراری ارتباط نخواهیم بود.

به زبان کودکانه صحبت کنید

هنگامی که با کودک و نوجوان در مورد رفتار و روابط جنسی صحبت می کنید، سطح دانش و درک فرزندان را مشخص کنید تا بتوانید متناسب با آن به او اطلاعات دهید. **حس طنز و شوخی داشته باشید و نترسید از این که راجع به ناراحتی خود صحبت کنید.** رابطه جنسی را به عشق، علاقه، محبت، توجه و احترام به خود و طرف مقابل ربط دهید و او را تشویق کنید تا حرف بزند و سوالاتش را بپرسد. همچنین محیطی آرام و فارغ از قضاوت را برای بحث ایجاد و حفظ کنید و از کلماتی راحت و قابل فهم استفاده کنید.

به عنوان مثال در پاسخ به سوال ابتدای صفحه می شود این جواب را داد که خداوند زن و مرد را متفاوت آفریده است. بعد به تفاوت ظاهری، مثل درشت جثه تر بودن مردها، پرمو بودن صورت و بدنشان اشاره کنید. در مورد زنها هم به ظرافت و اندام سینه که برای شیر دادن نوزاد است اشاره کنید. اینکه بدن هر زنی، قابلیت بچه دار شدن را دارد. اما بابت مراقب بدن بود تا این قابلیت حفظ شود. بعد کمی در مورد مراقبت صحبت کنید و... در حقیقت شما اطلاعات در حد سنش را بدهید.

یکی از سوالاتی که ذهن پدر مادرها را درگیر کرده، این است که چگونه به سوالات و کنجکاوای های کودکانشان در مورد مسائل جنسی پاسخ دهند. برخی از پدران و مادران جسارت این را ندارند که پاسخی به این سوالات دهند. این والدین کار خود را اینگونه توجیح می کنند که دانستن این سوالات باعث می شود که چشم و گوش کودکان باز شود.

برخی والدین اگر به این سوالات پاسخ دهند یا اطلاعات زیادتری که متناسب با سن کودک نیست در اختیار او می گذارند یا صداقت در بیان این مطالب را ندارند. برخی هم برای شانه خالی کردن از این وظیفه مهم، شرم و حیا را بهانه می کنند، اما باید بدانید سوالات جنسی کودک از چهار، پنج سالگی شروع می شود و این یکی از مراحل طبیعی تکامل جنسی اوست که اگر بدرستی پاسخ نگیرد، کنجکاوای جنسی او بیشتر می شود و در این حال، چه بسا که او به خطا برود.

در تربیت جنسی، درک دقیق والدین از شرایط کودک بسیار مهم است و نباید به سوال یا بیداری جنسی او بی‌اعتنایی کرد یا با نصیحت و پند افراطی، کودک را ترسانند.

والدین باید بدانند و آگاه باشند گرچه بلوغ جنسی در سنین بالاتر از دبستان اتفاق می‌افتد، اما تمایلات جنسی و سوالات پیرامون آن تنها مختص به دوره بلوغ نیست و بلکه مدت‌ها پیش از آن به صورت احساسی ویژه در کودک پدید آمده و بسیاری از عادات‌های نامناسب کودک که از نگاه پدر و مادر مخفی می‌ماند، در این دوره شکل می‌گیرد.

تربیت جنسی با آموزش جنسی تفاوت دارد

بیشترین پرسشی که والدین از روان‌شناسان و مشاوران مسائل جنسی می‌کنند، این است که تربیت جنسی با آموزش جنسی چه تفاوتی دارد و چگونه می‌توان به سوالات جنسی کودک پاسخی ساده و منطقی داد؟

کبری ایمان‌نژاد، کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی به این سوالات پاسخ می‌دهد:

تربیت جنسی با آموزش جنسی تفاوت دارد. آموزش جنسی شرح جزئیات روابط و مراحل جنسی است اما آنچه در تربیت جنسی مطرح است، ارائه مجموعه اطلاعات جسمانی، روانی، اجتماعی و دینی در مورد مسائل جنسی یا در اختیار گذاشتن اطلاعات لازم در مورد مسائلی است که با گزینه جنسی کودک مرتبط است و آموزش آن از سال‌های اول زندگی کودک شروع می‌شود. در این سال‌ها باید مسائلی به کودک آموزش داده شود که ممکن است ارتباطی با آموزش جنسی نداشته باشد، اما بعدها همین موارد در روابط و تعاملات جنسی به او کمک خواهد کرد.

سوال جنسی کودک جواب ساده می‌خواهد

سن مناسب برای آگاه کردن کودک از مسائل جنسی زمانی است که او سوال جنسی می‌کند و شروع آن در کودکان متفاوت است. به گفته والدین، اولین و مهم‌ترین سوالی که کودک می‌پرسد این است که بچه چطور ایجاد می‌شود و چگونه به دنیا می‌آید؟

ایمان‌نژاد در پاسخ می‌گوید: ما نباید به کودکمان دروغ بگوییم یا سوال او را بی‌جواب بگذاریم. والدینی که به سوال جنسی کودک پاسخ نمی‌دهند یا به کودک می‌گویند او را از بیمارستان گرفته‌اند یا از کسی خریده یا از جایی آورده‌اند یا آن‌که القا می‌کنند که بچه از خوردن چیزی از سوی پدر و مادر و بزرگ شدن او در شکم مادر ایجاد می‌شود، باعث ایجاد ترس و دلهره در کودک شده و روان او را بیمار می‌کنند.

داستان را این‌گونه بگویید

می‌توانید برای ارائه یک داستان منطقی از یک روان‌شناس کمک بگیرید یا با زبانی کودکانه برای فرزندتان این‌گونه توضیح دهید، وقتی پدر و مادر می‌خواهند که بچه‌ای داشته باشند با یکدیگر از خداوند درخواست می‌کنند که به آنها بچه‌ای بدهد. خداوند هم یک کودک زیبا در شکم مادر قرار می‌دهد. آن کودک طی ۹ ماه در شکم مادر بزرگ می‌شود و پس از گذشت این مدت در بیمارستان توسط پزشک به دنیا می‌آید، اما

شاید کودک بپرسد که چرا پدرها، بچه به دنیا نمی‌آورند؟ بازهم می‌توانید با زبانی کودکانه بگویید خداوند بدن پدر و مادر را متفاوت آفریده است و فقط مادرها می‌توانند بچه به دنیا بیاورند.

اگر کودک به تفاوت‌های جنسی پی ببرد

سوال جنسی دیگر آن‌که وقتی کودک متوجه تفاوت‌های آناتومی بدن خود در مقایسه با جنس دیگر می‌شود چگونه باید با او رفتار کنیم؟

ایمان‌نژاد می‌گوید وقتی کودک از والدین خود این تفاوت را می‌پرسد، فرصت مناسبی است که هویت جنسی‌اش را به او بشناسانیم. اما چگونه؟ این روان‌شناس می‌گوید از فرزندتان بخواهید که به تفاوت‌های ظاهری پدر و مادر یا خواهر و برادرش توجه کند، سپس به او بگویید این تفاوت‌ها در همه قسمت‌های بدن ما وجود دارد و این خواست خدا بوده است.

پنج-شش سالگی سن تمیز کودک است و او می‌تواند نوع جنسیت را تشخیص دهد و تا حدودی فرق میان دختر و پسر را بفهمد. اگر به کنجکاوی‌های جنسی کودک بها ندهیم و کودک را با تفاوت‌های جنسی‌اش آگاه نکنیم، خیالات نادرستی در ذهنش پرورش خواهد داد و اگر شناسایی این تفاوت‌ها را به خود کودک محول کنیم، کودکان به بهانه‌های مختلف مکان‌هایی تنها و خلوت را پیدا می‌کند و به بررسی بدن یکدیگر می‌پردازند.

فکر کودک را منحرف کنید

«وقتی کودک توانایی حرکتی پیدا می‌کند و بدن خود را لمس و کشف می‌کند، اندام تناسلی خود را هم پیدا می‌کند. کاملاً طبیعی است و با بزرگ‌شدن کودک از بین می‌رود.»

این را ایمان‌نژاد می‌گوید و ادامه می‌دهد والدین در زمان کسب این تجربیات نباید کودک را دعوا کرده و او را شرمگین کنند بلکه باید از پیش هر کاری که توجه کودک را به این ناحیه و اهمیت و معنای آن جلب می‌کند، دور کنند.

فعالیت‌ها یا سوالات جنسی کودک در این دوره ناشی از احساس حقیقی جنسی او نیست بلکه احساسی مشابه بزرگ‌ترها، اما کاذب است که تحریک آن منجر به بلوغ زودرس جنسی و بروز عادات نامناسب در کودک می‌شود.

این روان‌شناس با تاکید بر این‌که برخی کودکان بخصوص پسرها در مهد، مدرسه یا زمان‌هایی که در خانه مکانی خلوت پیدا می‌کنند، به کنجکاوی‌های جنسی روی می‌آورند، می‌گوید: پدر و مادر یا اولیا و مربیان باید نظارت کامل بر بازی‌ها و عملکرد بچه‌ها داشته و با رفتاری ملایم و با منحرف کردن ذهن کودک، رفتارها و بازی‌های جنسی او را بتدریج محدود کنند.

به توصیه روان‌شناسان و کارشناسان دینی، قبل از بروز عادات نامناسب کودک به این نکات توجه کنید:

لباس و پوشک کودک را در مکان‌های خلوت و به دور از نگاه دیگران تعویض کنید. اگر کودک متوجه اندام تناسلی خود شد، حواس او را پرت کنید. کودک دختر و پسر را همزمان به حمام نبرید و در زمان استحمام کودک، لباس‌های زیر خود را حفظ کنید.

اگر کودکان در جایی خلوت در حال بازی بودند، به بهانه‌های مختلف به آن مکان رفت و آمد کنید تا بدانند هیچ کجا کاملاً امن و خالی از مراقب نیست. بستر خواب کودکان را از یکدیگر جدا کنید. از پوشیدن و پوشاندن لباس‌های تنگ و محرک اجتناب کنید. از انجام هرگونه رفتار جنسی در برابر دید کودک خودداری کنید و از ابراز احساسات شدید بپرهیزید.

نوازش هم حد و مرز دارد

برخی روان‌شناسان معتقدند در بسیاری موارد، والدین به صورتی ناخودآگاه با نوازش‌هایی نابجا محرکی برای فرزندان خود می‌شوند.

ایمان‌نژاد می‌گوید با همه توجهی که اسلام به رشد عاطفی و تقویت آن در کودک داشته است، از حدود سنین تمیز برای آن حد و مرز و مراقبت‌هایی در نظر گرفته است.

لمس و نوازش کشاله ران، کفل و دیگر نقاط حساس بدن، برای کودک هیجان‌انگیز بوده و احتمال لذت‌جویی او را بالا برده و ادامه‌دار می‌کند البته این را بدانید نوازش بخشی از آموزش جنسی کودک به حساب می‌آید و از طریق آن کودک دریافت عشق و محبت را می‌آموزد و سرچشمه پیدایش عواطف است، اما اگر از حد بگذرد، خطرآفرین شده و یکی از عواملی است که می‌تواند باعث بروز زودهنگام بلوغ جنسی و پیدایش عادات نامناسب در کودک شود.

از دیدگاه برخی نظریه‌های روان‌شناسی کودکان از آغاز تولد آماده دریافت لذات جنسی بوده و از همین زمان رفتارهای جنسی آنها در حال شکل‌گیری است

پرسش و کنجکاوی جزو جدا نشدنی کودکان است. هر چیزی در این دنیا می‌تواند علامت سوالی برای آن‌ها باشد. کودکان به طور طبیعی کنجکاو هستند زیرا هرچه در این دنیا می‌بینند برای آن‌ها جالب و تازه است. این پرسش‌ها از مسائل ساده و کم‌اهمیت آغاز می‌شود و به...
پرسش و کنجکاوی جزو جدا نشدنی کودکان است. هر چیزی در این دنیا می‌تواند علامت سوالی برای آن‌ها باشد. کودکان به طور طبیعی کنجکاو هستند زیرا هرچه در این دنیا می‌بینند برای آن‌ها جالب و تازه است.

این پرسش‌ها از مسائل ساده و کم‌اهمیت آغاز می‌شود و به تدریج به سوال‌های پیچیده منتهی می‌شود. به عنوان مثال بسیاری از کودکان درباره مسائل جنسی از والدین و اطرافیان می‌پرسند. در پاسخ به این قبیل سوال‌های کودکان، همان‌طور که دلیلی وجود ندارد والدین نتوانند سوالات آن‌ها را صادقانه جواب دهند، دلیلی هم وجود ندارد برای جواب دادن به این قبیل سوال‌ها وارد جزئیات شوند.

سن مناسب برای آگاه کردن کودک از مسائل جنسی زمانی است که او سوال می کند. وقتی کودک با تعجب می پرسد که بچه از کجا می آید، نباید به او گفته شود از انباری! راهکارهای چگونگی پاسخ درست به پرسش های کودکان در این زمینه را دکتر کتابیون خوشابی، فوق تخصص روان پزشکی کودکان در اختیار شما قرار می دهد.

از چه سنی آغاز می شود؟

سنین ۳ تا ۵ سالگی به بعد سن سوال کردن است و بخشی از پرسش های کودکان نیز در مورد مسائل جنسی است. از حدود ۵ سالگی به بعد ممکن است کنجکاوی های جنسی به گونه ای دیگر در میان کودکان دیده شود.

به عنوان مثال پسر بچه ای که مادر خود را در حال عوض کردن لباس می بیند، می خواهد او را نگاه کند اما پدر و مادر باید پوشش مناسب را در منزل و هنگام استحمام فرزندشان داشته باشند. پس مسئله مهم این است که پدر و مادر هنگام استحمام فرزند جنس مخالفشان پوشش مناسب را حفظ کنند. در آموزه های دینی ما هم آمده است که وظیفه استحمام پسر بعد از ۳ سالگی به عهده پدر است. این موارد جزئیاتی است که والدین باید در رفتار خود با فرزندانشان به آن ها دقت کنند.

کودکان را بی اعتماد نکنیم

در بعضی از موارد کودکان سوال هایی می پرسند که پدر و مادر فکر می کنند مناسب سنشان نیست و نمی دانند چگونه باید به این پرسش ها جواب دهند. در اینگونه مواقع نباید به هیچ عنوان به کودک دروغ گفته شود. اگر پدر و مادر نمی دانند که چه جوابی بدهند، باید جواب را به تعویق بیندازند و مثلاً بگویند «هر وقت بزرگ تر شدی من برایت توضیح می دهم»، «وقتی به مدرسه رفتی من جواب تو را خواهم داد.» در واقع به تعویق انداختن و فرصت گرفتن بهترین کاری است که والدین می توانند انجام دهند.

نباید اطلاعات اشتباه به کودک داده شود. با دروغ گفتن نه تنها کنجکاوی کودک تامین نمی شود بلکه اگر چیزی به کودک گفته شود و او متوجه دروغ والدین شود، کنجکاویش بیشتر هم خواهد شد. مثلاً برخی پدر و مادرها به فرزندشان می گویند «ما تو را خریدیم» همین اطلاعات غلط باعث بی اعتمادی کودک به والدین می شود.

مهم آن است که والدین در برابر این نوع پرسش ها به خود مسلط باشند و ضمن آن که شنونده خوبی هستند به کودک اجازه دهند سوال را کامل بپرسد. باید توجه داشت، اگر والدین به عنوان نزدیک ترین افراد به کودکان مورد اعتماد آن ها نباشند، به کودکان یاد می دهند نسبت به سایرین هم احساس بدبینی و منفی گرایی پیدا کنند. به این ترتیب کودکان کم کم می آموزند به هیچ کس اعتماد نکنند که این ممکن است تبعات بدی را در آینده برای آن ها به وجود آورد.

کودکان منحرف هستند؟

صرف کنجکاوی کودک نباید پدر و مادر را دچار این خطا کند که کودک شان انحرافی دارد. کودکان پاک هستند و به هیچ عنوان مسائل انحراف جنسی در مورد آن ها مطرح نیست. کودکان کنجکاوی های طبیعی دارند که باید در حد سن شان به آن ها پاسخ داده شود. بنابراین نباید این طور تصور کرد که با این پرسش ها کودک دچار انحراف های جنسی است.

باید مراقب بود وقتی بچه ها با هم هستند بازی های نامتعارف با یکدیگر انجام ندهند. بچه ها از ۵ سالگی و به دنبال همان کنجکاوی هستند. بنابراین والدین باید مراقب باشند این قبیل بازی ها انجام نشود چون اگر بچه ها از این بازی ها لذت ببرند، مرتب آن را تکرار می کنند. پیشگیری همیشه مقدم بر درمان است به همین دلیل والدین باید تلاش کنند بچه ها را در سنین پایین و حتی در سنین بالا با هم تنها نگذارند و مراقب بازی های شان باشند. اگر کودکان در اتاق هستند حتی در صورت هم جنس و هم سن بودن یا بزرگ تر بودن بهتر است در اتاق را نبندند و والدین مرتب باید به آن ها سر بزنند.

این نکته مهمی است که از رواج بازی های نامتعارف در میان کودکان پیشگیری می کند. در صورتی که کودکان با خواهر و برادر یا سایر هم بازی های خودشان این قبیل بازی های جنسی را کنند، باید به شدت در این زمینه با کودک برخورد شود تا دوباره تکرار نکند.

اگر جواب را ندانستیم، چه کنیم؟

بهتر است اول مشخص شود که آیا والدین به راستی جواب را نمی دانند یا حجب و حیا یا ناآگاهی از نحوه پاسخ مانع از ارائه جواب می شود. در صورتی که والدین به درستی جواب سوالی را ندانند باید به کودک بگویند سعی می کنند جواب این سوال را پیدا کنند و اگر جواب سوالی را نباید داد باید گفته شود: «فعلا برای سن تو زود است و هر وقت بزرگ تر شدی درباره این مسائل با هم صحبت می کنیم.» ولی برای بزرگ تر شدن باید یک زمان مشخص را برای کودک اعلام و تعیین شود.

بهترین فرد برای پاسخگویی؟

پدر و مادر اصلح ترین افراد برای پاسخگویی به پرسش های کودکان هستند. مگر این که کودک سوال های تخصصی داشته باشد که در این صورت والدین می توانند به کودک بگویند: «وقتی پیش دکتر رفتیم می توانی سوال های خود را مطرح کنی» و «من می توانم از پزشک خودت بخواهم توضیح لازم را به تو بدهد.» ولی معمولا کودکان این قبیل پرسش ها را با پزشک شان مطرح نمی کنند و اغلب از پدر و مادرها می پرسند.

مثلا خیلی از اوقات این سوال برای آن ها مطرح می شود که نوزاد از کجا و چگونه به دنیا می آید که توصیه می شود با توجه به سن کودک به این پرسش پاسخ داده شود. لازم نیست والدین وارد مسائل جنسی شوند. آن ها می توانند فقط راجع به مسائل علمی صحبت کنند. حتی به کار بردن کلماتی

مانند اسپرم و تخمک مشکلی برای کودک ایجاد نمی کند چون این قبیل مسائل علمی بوده و مربوط به آناتومی بدن هستند.

چشم و گوشش باز می شود؟

بچه ها ممکن است از طریق دوستان، اطرافیان یا از منابع دیگر اطلاعات نادرست دریافت کنند. با توجه به این که در حال حاضر در عصر انفجار اطلاعات قرار داریم و بچه ها به راحتی می توانند بیشترین اطلاعات را در هر زمینه ای به دست بیاورند و دیگر مانند گذشته تنها والدین منبع اطلاعات نیستند؛ بهتر است خانواده و والدین هم بنا بر پیشرفت زمان جلو روند و براساس سن کودک اطلاعات اولیه را در اختیار کودک قرار دهند.

این که والدین فکر کنند در صورت دادن هرگونه اطلاعات ممکن است حرمت ها شکسته شود یا به اصطلاح چشم و گوش کودک باز شود تنها یک باور فرهنگی است. این سنین به هیچ عنوان زمان مناسبی برای دادن آگاهی مسئله جنسی نیست و تنها حفاظت جنسی اهمیت دارد تا کودک مورد آزار قرار نگیرد.

چگونه امنیت کودک مان را تأمین کنیم؟

اهمیت آموزش درست جنسی تا به آن حد است که کودکانی که اطلاعات درست و آگاهی مناسبی دارند، میزان آسیب پذیری شان کمتر است درحالی که بچه هایی که بدون آگاهی و اطلاعات بزرگ می شوند آسیب پذیری بیشتری پیدا می کنند و خطر سوءاستفاده جنسی در این کودکان که هیچ اطلاعاتی از مسائل جنسی ندارند، بیشتر است.

البته این به آن معنا نیست که باید مسائل جنسی را به کودک آموزش داد بلکه باید تنها درباره حفاظت از خودشان به آن ها آموزش های لازم را داد. آن ها باید بیاموزند، به کسی اجازه ندهند به اندام های خصوصی آن ها دست بزنند. معمولا کودکان درباره خصوصی بودن اندام های خودشان اطلاع دارند و می دانند کدام قسمت ها خصوصی به حساب می آید ولی در صورت ناآگاهی کودک باید حتما بعضی اندام قسمت های خصوصی کودک هستند و نباید بگذارند کسی به آن ها دست بزند. دادن این اطلاعات آموزش جنسی نیست بلکه آموزش حفاظت جنسی است.

به این ترتیب کودک می آموزد در محیط های اجتماعی مانند مهدکودک و مدرسه چگونه از خودش مراقبت کند. باید به کودک آموخت اگر فردی به او نزدیک شد بلافاصله به بزرگ ترهای قابل اعتماد مانند پدر و مادر اطلاع دهد.

وارد جزئیات نشوید

این نکته را فراموش نکنید که به هیچ عنوان نباید درباره جزئیات مسائل جنسی با کودک صحبت شود

و کودک تنها باید درباره حفاظت جنسی بداند. حتی در مورد بقل کردن کودک که در فرهنگ ما بسیار متداول است نباید اجازه داد افراد غریبه کودک را بغل کنند چون ممکن است همه آن ها نیت خیر نداشته باشند. کودک در سنین بالاتر لمس خوب و لمس بد را تشخیص می دهد و اگر احساس بدی از لمس پیدا کند نباید اجازه دهد این لمس صورت بگیرد.

هنگام بلوغ کودک را تنها نگذاریم

همان گونه که در شرع مقدس اسلام آمده مسائل مربوط به بلوغ باید توسط والد جنس موافق گفته شود از یک سو مادران باید در مورد دوران بلوغ و تغییرات دوران بلوغ با دختران صحبت کنند و از سوی دیگر هم پدران با پسران خودشان. به هیچ عنوان توصیه نمی شود دختر با پدر و پسر با مادر در این مورد صحبت کند. باید به بلوغ به عنوان یک اتفاق مثبت و خوب نگاه شود و حتی برای آن ها به مناسبت بالغ شدن هدیه ای در نظر گرفته شود. به این ترتیب بچه ها از این که بزرگ می شوند احساس خوبی نسبت به خود پیدا می کنند.

در صورت نبود پدر یا مادر، نزدیکان درجه یک هم جنس هم می توانند در این زمینه کمک کننده باشند.

از دوران بلوغ چه می دانید؟

بهداشت روانی بلوغ، مسئله مهمی است که باید به آن توجه داشت. از آنجا که در این دوران نوجوانان احساس استقلال می کنند، زمینه های لجبازی، نافرمانی و سرکشی در اغلب آن ها وجود دارد. نوجوانان با والدین لجبازی می کنند و نسبت به قبل پرخاشگرتتر و حساس تر می شوند که این ها در دوران بلوغ طبیعی قلمداد می شود و تقریباً تمام نوجوانان این دوران را می گذرانند. بنابراین بهتر است هم والدین نسبت به خصوصیات دوران بلوغ اطلاعات داشته باشند و هم خود نوجوانان راجع به تغییرات جسمی و روان شناختی این دوره آگاهی پیدا کنند.

داشتن این دانش باعث می شود هم والدین و هم نوجوانان راحت تر این دوران را پشت سر بگذارند. نکته حائز اهمیت آن است که نگه داشتن حرمت ها و ارزش های اخلاقی و مذهبی در خانواده در تربیت جنسی کودکان بسیار کمک کننده است. پوشش و رفتار والدین بر کودکان بسیار اثرگذار است. هر چه در خانواده ای ارزش های اخلاقی بیشتر باشد، این ارزش ها بهتر به فرزندان منتقل شده و میزان آسیب پذیری آن ها در اجتماع کمتر می شود.

ورود تکنولوژی های ارتباطی و اطلاعاتی به زندگی های نوین در سال های اخیر، موجی از آگاهی ها و اطلاعات درست و نادرست جنسی و زناشویی را در اختیار افراد مختلف قرار داده است. از سوی دیگر پیچیدگی ها و گسترش روابط انسانی در دنیای معاصر، خود راه دیگری شده است تا چرخش اطلاعات میان افراد به سادگی و به سرعت، رو به افزایش رود و درواقع هرگونه اطلاعاتی که از طریق ابزارهای مدرن ارتباطاتی همچون اینترنت و ماهواره به شخص داده می شود، به سرعت از طریق افراد به یکدیگر هم منتقل

گردد. در این میان آسیب پذیرترین گروه هدف به عنوان مخاطبان این وسایل مدرن ارتباطاتی، کودکان و نوجوانان هستند که کمترین آگاهی و پیش زمینه ذهنی قبلی را در مورد مسائل جنسی داشته و خود به خود نیز دارای کنجکاوی های جنسی هستند .

به گزارش مهرخانه، تابو بودن صحبت در مورد مسائل جنسی، ناآگاهی والدین از چگونگی صحبت در این باره، ناتوانی آنها از پاسخ به برخی سؤالات کنجکاوانه کودکان، عدم وجود منابع آموزش غیررسمی (کتاب، سی دی، مجله و برنامه های تلویزیونی) برای والدین و کودکان همگی منجر به برهوت آگاهی در کودکان و نوجوان در زمینه مسائل جنسی شده است .

این برهوت آگاهی، خود زمینه ساز ایجاد علاقه و انگیزه دو چندان در این قشر می شود تا به بلعیدن هر آنچه در منابع در دسترسشان مانند ماهواره و اینترنت به عنوان اطلاعات جنسی وجود دارد، بپردازند. آنهایی هم که به هر دلیل از این منابع اطلاعاتی دورند یا در دسترسشان نیست، در میان یافته ها و اطلاعات هم کلاسی ها و دوستان خود به جستجوی پاسخ سؤالات خویش برآیند .

پرواضح است که بیش از ۸۰ درصد اطلاعات موجود در اینترنت و ۱۰۰ درصد آنچه در ماهواره به عنوان آگاهی های جنسی و تبلیغات جنسی عنوان می شود، نادرست و نامطلوب حتی برای بزرگسالان است و کودکان از آن جهت که توان تشخیص خوب از بد را در مسئله ای که هیچ آگاهی هم از آن ندارند، نداشته و قادر به تفکیک اطلاعات درست از نادرست نیستند، بیش از بزرگسالان در معرض آسیب های ناشی از این اطلاعات اند. ضمن آنکه حتی آن بخش از اطلاعاتی که به درستی به بیان واقعیت های موجود در زمینه مسائل جنسی پرداخته اند، در واقع خطاب به بزرگسالان نوشته و ارائه شده و باز هم برای مناسب کودکان نیست.

همه این مسائل در کنار هم همراه با پیامدهای آنها که امروزه به شکل بلوغ جنسی زودرس و مشکلات و برانگیختگی های جنسی، عاطفی و احساسی در کودکان و نوجوانان مشاهده می کنیم، زمینه ساز این گزارش شدند تا از این طریق سراغ کارشناسان و متخصصان حوزه علوم رفتاری و جنسی برویم و رویکردهای مختلف را در مورد بایدها و نبایدهای آموزش مسائل جنسی به کودکان جویا شویم.

آموزش مسائل جنسی از چه سنی باید شروع شود؟

بحث مربوط به آموزش مسائل جنسی به کودکان از آن جهت که امر نوینی در آموزش کودکان محسوب می شود، مورد مناقشه بسیاری از روانشناسان و متخصصان علوم رفتاری و جنسی است. باید تأکید شود این آموزش شامل سن شروع یادگیری، مسئولیت آموزش آن، محدوده اطلاعات داده شده و چگونگی اطلاع رسانی به کودکان است که در مورد آنها نظریات مختلفی میان کارشناسان وجود دارد .

دکتر سید علی آذین متخصص پزشکی اجتماعی و فلوشیپ سلامت جنسی در این باره معتقد است: صرف نظر از متغیرهای ژنتیک و متعاقب آن هورمونی که باعث می شوند یک نوزاد با جنسیت مؤنث یا مذکر به دنیا بیاید، آدمی از همان بدو تولد با مناسبات مرتبط با جنسیت مواجه است و این مواجهه تا زمان مرگ نیز ادامه دارد. بنابراین آموزش جنسی نیز از همان سال های نخست زندگی آغاز می شود. یعنی حتی وقتی اطرافیان کودک خود متوجه نیستند، بطور مستقیم و غیرمستقیم در حال تأثیرگذاری بر مفاهیمی همچون هویت جنسی و نقش جنسی کودک هستند. طبیعی است که هرچه سن کودک بیشتر می شود، ملاحظات تربیتی او نیز پیچیده تر می شود و همانطور که بسیاری از ابعاد یادگیری مثل زبان یا بسیاری از مهارت های

حرکتی محدوده ایده آل خاص خود را دارند، آموزش جنسی نیز متناسب با سن کودک و سپس در دوران نوجوانی ملاحظات ویژه خود را می طلبد .

وی افزود: اما والدین اگر اصولاً در این خصوص دغدغه ای داشته باشند، اغلب دچار سردرگمی هستند. عدم آشنایی آنها با مفاهیم جنسی و محدود دانستن این امور در روابط جنسی بین زن و مرد، باعث می شود نتوانند در این مورد با کودکان خود صحبت کنند. خود آنها نیز اغلب در سن مناسب و به شکل مناسب با این مقوله آشنا نشده اند. بدتر آن که بسیاری از آنها تصور می کنند که صحبت در این رابطه ممکن است به ترغیب کودکان برای تفحص بیشتر و حتی تجربه های نامطلوب منجر شود. این تصویری اشتباه است که متأسفانه حتی بسیاری از همکاران در بخش سلامت و همچنین نظام آموزشی کشور بر آن پافشاری دارند. این در حالی است که مطالعات متعدد، چه در کشورهای توسعه یافته و چه در کشورهای در حال توسعه، نشان داده اند که آموزش مناسب در سن مقتضی، نه تنها باعث تشویق رفتار پرخطر نشده است، بلکه فرزندان که از نظر جنسی به درستی آموزش دیده اند حتی در نوجوانی و جوانی فعالیت جنسی را به مراتب دیرتر شروع کرده اند. تأکید می کنم همانطور که هر سنی محتوای آموزشی خاص خود را دارد، در آموزش جنسی نیز لازم نیست برخی موارد به شکل زودرس برای کودکان توضیح داده شود و البته در مقابل طبیعی است که دادن اطلاعات لازم به شکل دیر هنگام با افزایش شانس آسیب به سلامت جسمی، روانی و اجتماعی فرد همراه خواهد بود.

در حالیکه این متخصص پزشکی اجتماعی بر ضرورت آموزش جنسی کودکان و نوجوانان به دلیل در معرض آگاهی و رفتارهای پرخطر بودن این قشر تأکید می کند، اما برخی از کارشناسان معتقدند آموزش جنسی زودرس و زود هنگام به کودکان، به نوعی موجب بلوغ جنسی زودرس و مشکلات روانی و رفتاری در کودکان می شود و به تعویق انداختن آن را ترجیح می دهند .

هنوز به آن حد نرسیده ایم که بتوانیم از سنین نوجوانی اطلاعات باز جنسی را در اختیار نوجوانان قرار دهیم

پروین داعی پور کارشناس ارشد روانشناسی بالینی در زمینه آموزش مسائل جنسی به کودکان این گونه عنوان می کند: به عنوان یک روانشناس بالینی که با کودک و نوجوان کار می کنم، از ارتباطات با این گروه سنی به این نتیجه رسیده ام که علی رغم اینکه خانواده های ما خیلی دقت می کنند و فضای فرهنگی ما به ظاهر بری از اطلاعات جنسی است، ولی در واقع این مسائل در لایه های پایین و پنهان تر در جریان است؛ در بچه ها کنجکاوی و ماجراجویی های زیادی وجود دارد، به دنبال به دست آوردن اطلاعاتند و همیشه محرک ها و پیچ پیچ هایی در بین شان هست. در این میان گاهی هم اطلاعات ناسالم و غلطی بین آنها رد و بدل می شود که می تواند بعدها رفتاری هایی برایشان ایجاد کند، ممکن است اشتغال ذهنی ای به وجود آورد که تبعات منفی مانند تصویرسازی به همراه دارد و تصویرسازی مشکلات دیگری برای بچه ها ایجاد می کند .

امروزه به علت تغییراتی که در فضای فرهنگی به وجود آمده، علی رغم تمام کنترل هایی که صورت می گیرد، جریان آزاد اطلاعات کار خود را می کند و اثرات مثبت و منفی خود را به همراه دارد؛ مثلاً اینکه از طریق اینترنت بچه ها می توانند به اطلاعات نادرستی دست پیدا کنند. و یا می شنویم سی دی های نامناسب و مبتذل به دست نوجوانان می رسد. اما به طور کلی به نظر من، ما در فضای جامعه مان هنوز به

آن حد نرسیده ایم که بتوانیم از سنین نوجوانی اطلاعات باز جنسی را در اختیار نوجوانان قرار دهیم.

آموزش جنسی کودک بر اساس سن او و مرحله به مرحله

در واقع آنچه میان روانشناسان در این گونه مسائل اساساً بر آن تاکید می شود، آموزش جنسی کودک بر اساس سن وی و مرحله به مرحله است. دکتر لیلا حیدری نسب، روانشناس و مشاور اختلالات جنسی در این زمینه می گوید: آموزش جنسی فرزندان به صورت ناگهانی شروع نمی شود، بلکه والدین بایستی از دوران کودکی، این آموزش را آغاز کنند و بدانند که چگونه به تناسب سن فرزند خود به سؤالات جنسی وی پاسخ دهند و این آگاهی بخشی و آموزش فرزند در هر سنی متفاوت است. اگر والدین با برنامه ریزی درست و بلندمدت اطلاعاتی در خصوص بلوغ و مسائل جنسی در اختیار فرزندان خود قرار دهند و آرام و آرام و به تناسب سنشان این اطلاعات را در اختیار وی قرار دهند، از بروز بسیاری از مشکلات رفتاری و اختلالات جنسی در فرزندانشان جلوگیری خواهند کرد.

به عنوان مثال ممکن است والدین، کودک ۲ یا ۳ ساله ای داشته باشند که مراقبت های خاص خود را لازم دارد. کودک در این سن متوجه بدن خود و تفاوت های جنسیتی می شود و این توجه باعث می شود که کودک راجع به بدن خود کنجکاوی هایی داشته باشد. والدین بایستی مراقب کنجکاوی های بیش از حد او باشند. گاهی کودک سؤالاتی درباره نحوه متولد شدن خود می پرسد که پاسخ والدین نباید بیشتر از نیاز کودک و آنچه که می داند باشد و برای پاسخ دهی به سؤال او، ابتدا باید دانست که این سؤال چرا و چگونه در ذهن کودک شکل گرفته است و کودک چه اطلاعاتی در این زمینه دارد، سپس براساس دانسته های کودک به او جواب می دهیم.

مسئولیت آموزش جنسی به کودکان با چه کسانی است؟

با توجه به اینکه کودکان، امروزه با انواع رسانه های اطلاعاتی و ارتباطاتی محاصره شده اند، خواه ناخواه در معرض آگاهی های جنسی و تبلیغات نامناسب وسایل جنسی در گوشه کنار فضای مجازی یا در شبکه های ماهواره ای هستند. همچنین با ورود آنها به مدرسه و یا پیش از آن، مهدکودک و پیش دبستانی، در معرض اطلاعات هم کلاسی های خود قرار گرفته و حتی در صورتی که کنجکاو هم نباشند، چیزهایی می شنوند که کنجکاویشان تحریک می شود. گروهی وجود یک سیستم آموزشی یکپارچه و همگانی در سطح آموزش و پرورش را بهترین گزینه برای به عهده گرفتن مسئولیت آموزش مسائل جنسی می دانند، اما در عین حال رویکرد دیگری در این راستا معتقد به پررنگ تر کردن نقش والدین در خصوص آموزش و اطلاع رسانی جنسی به فرزندان است. در این رویکرد نگاه به آموزش مسائل جنسی برای کودکان متکثر و براساس نیاز فرزندان و فرهنگ خانواده ها متنوع است.

داعی پور، روانشناس و مشاور مسائل خانواده در این رابطه تصریح کرد: من ضرورت آموزش جنسی را به آن معنایی که در برخی کشورها مرسوم است، در آموزش و پرورش خودمان حس نمی کنم. ولی نوع دیگری از آموزش را ضروری می دانم و آن اینکه مادر و پدر باید آماده شوند که چه طور بتوانند مسائل فرزند نوجوانشان را حل کنند و پاسخگوی سؤالات و درخواست هایشان باشند. از یک طرف کنجکاوی نوجوانان و از سوی دیگر جریان اطلاعات، فضا را مخدوش کرده است؛ لذا به عقیده من خانواده باید یاد بگیرد که چگونه رفتار کند. در حالیکه اغلب خانواده ها نمی دانند و رفتار غلطشان دوباره رفتاری هایی را در ذهن بچه ها به وجود می آورد. به نظر من خانواده دیگر نمی تواند با تغافل یا ساده انگاری از کنار این مسائل عبور کند؛ باید

تا حدودی بر فضای فرهنگی بچه ها مسلط شود و بتواند پاسخ های لازم را داشته باشد.

آیا مسئولیت اصلی بر دوش آموزش و پرورش است؟

در همین خصوص، دکتر آذین، مدیر درمان مرکز درمان ناباروری و سقط مکرر ابن سینا معتقد بر اهمیت بیشتر سیستم آموزش عمومی کشور بوده و به دلیل ناآگاهی خود والدین و عدم آموزش صحیح آنها در این زمینه، مسئولیت اصلی را بر دوش آموزش و پرورش می بیند. وی اضافه می کند: به نظر من هرچه سن کودک بالا می رود، مسئولیت نظام آموزشی در این خصوص بیشتر می شود. بخصوص که با رسیدن افراد به حوالی سن بلوغ، متأسفانه اغلب والدین به درستی به آموزش جنسی نوجوانان توجه نمی کنند و برخی از آنها نیز اصلاً به این موضوع نمی پردازند. برخی از والدین تصور می کنند که در دنیای امروز، نوجوانان خودشان از همه چیز سر در می آورند. این در حالی است که مطالعات نشان می دهند که حتی در کشورهای غربی، نوجوانان هنوز بسیاری از مسائل ابتدایی را در مورد موضوعات جنسی و رفتارهای پرخطر نمی دانند. نیاز به راهنمایی توسط بزرگترها با توجه به وجود این حجم از منابع اطلاعاتی پیرامون نوجوانان، با دامنه درست تا غلط، بیش از هر زمان دیگر احساس می شود. بویژه آنکه نوجوانان در موارد متعدد باید قادر باشند دست به انتخاب و یا تصمیم گیری های مهم بزنند.

به اعتقاد دکتر آذین، صحبت در مورد مسائل جنسی با نوجوانان باعث مشروعیت بخشیدن به رفتار جنسی آنها نخواهد شد. بعلاوه کنجکاوی آنها را تحریک نخواهد نمود و در مقابل احتمال تصمیم گیری مسئولانه را در آنها بیشتر می کند.

در واقع بسیاری از والدین به دلایل متعددی از جمله نداشتن آگاهی، احساس شرم و ناراحتی، نگرش منفی به امور جنسی، قبیح دانستن بیان مسائل مربوط به امور جنسی، هراس از پیامدهای منفی این اطلاعات، انداختن بار این مسئولیت بر دوش مدرسه، داشتن باورهای غلط همچون کودک خودش روزی بزرگ می شود و به این مسائل پی می برد و یا این که اگر پدر و مادر درباره مسائل جنسی با کودک خود حرف بزنند، حرمت بین آنها شکسته می شود و ... نه می خواهند و نه می توانند در مورد مسائل جنسی با کودک و نوجوان خود به گفتگو بپردازند. در صورتی که اگر کودک یا نوجوان در بیرون از منزل به وسیله منابع مختلفی همچون دوستان و اینترنت و... به طور نامناسبی با مسائل جنسی آشنا شود، کار و تلاش والدین در زمینه آموزش جنسی دو برابر خواهد شد. زیرا در وهله اول باید افکار نامناسب و آموخته های نادرست فرد در زمینه امور جنسی تغییر یابد و سپس آموزش مناسب و صحیح آغاز شود.

و از سوی دیگر پرداختن به این موضوع در یک سیستم یکپارچه آموزش و پرورش ممکن است اطلاعاتی را در اختیار کودکان و نوجوانانی قرار دهد که اصلاً با این موضوع درگیر نباشند.

محتوای پاسخ به سؤالات کودک چگونه و تا چه حدی باید باشد؟

چالش اصلی دیگر در زمینه آموزش مسائل جنسی به کودکان چگونگی پاسخ به سؤالات آنهاست و اینکه اساساً در هر زمینه ای چه نوع اطلاعاتی باید در اختیار کودکان و نوجوانان قرار بگیرد. دکتر حیدری نسب، مشاور و عضو گروه خانواده و سلامت جنسی کلینیک سلامت خانواده در این زمینه معتقد است: مسئله چگونگی پاسخ دهی به سؤالات کودکان و آگاه کردن آنها در زمینه مسائل جنسی، قضیه فرهنگی است و بسته به فرهنگ هر جامعه و خانواده نحوه پاسخ دهی و آشنایی کودک و نوجوان با مسائل جنسی متفاوت است.

نکته بسیار مهم در این میان آن است که والدین و معلمان باید گام به گام با بچه ها بزرگ شوند. اطلاعاتی که در خصوص مسائل جنسی در اختیار کودک ۳ ساله قرار داده می شود، بسیار متفاوت با دختر ۱۳ ساله است. از طرفی عدم آگاهی دادن و طفره رفتن از پاسخ به مسائل بلوغ و سؤالات جنسی، باعث می شود به کنجکاوی های نوجوان تازه بالغ شده دامن زده شود، بنابراین خانواده مهم ترین موقعیتی است که بایستی اطلاعات لازم و کافی را به نوجوانش بدهد و آرام آرام به راهنمایی وی بپردازد. جوان زمانی که می خواهد مسائلی در این خصوص را با والدینش در میان بگذارد، بایستی احساس امنیت کند. از طرفی خانواده باید با او صحبت کرده و به او بگویند اگر احساساتی وجود دارد، برای من هم در زمان نوجوانی وجود داشته و نباید ذهن خودت را زیاد درگیر این مسئله کنی. از طرفی اطلاعاتی که در اختیار نوجوان خود قرار می دهد، نباید به گونه ای باشد که باعث کنجکاوی های شدید او شود تا جایی که تحریک شده و به سمت تجربه کردن و فهمیدن مسائل بیان شده روی بیاورد.

همچنین دکتر آذین، متخصص پزشکی اجتماعی در پاسخ به این سؤال که محتوای آموزش مسائل جنسی به کودکان چگونه باید باشد، عنوان کرد: آموزش جنسی در کودکان آنطور که عده ای تصور می کنند الزاماً به روابط جنسی بین انسان ها نمی پردازد. مثلاً یک کودک پیش دبستانی باید بداند که چه کسی و تا چه حدی می تواند به بدن او دست بزند؛ مثلاً اعضای تناسلی او از جمله قسمت هایی است که جز والدین و پزشک کسی حق مشاهده یا لمس آن را ندارد. به تدریج باید در مورد آرزو های خانواده و این که از هر جنسی چه رفتارهایی پذیرفته است یا مسائلی مثل مفهوم حریم خصوصی، با کودکان صحبت نمود و البته باید توجه داشت که بچه ها بطور همزمان از تمام دنیای اطراف (از جمله دوست و آشنا، سایر کودکان و انواع رسانه ها) در حال دریافت اطلاعات هستند.

هرچه سن کودک بالاتر می رود، اثرگذاری دنیای اطراف و به ویژه دوستان او بیشتر می شود و البته پدر و مادر باید بتوانند به درستی و با عبارات قابل فهم برای او به سؤالات وی پاسخ دهند. حتی وقتی والدین احساس می کنند که کودک نگرانی هایی دارد ولی نمی تواند در این خصوص سر صحبت را باز کند، گاه لازم است خودشان به بهانه ای آغاز کننده بحث باشند.

بخش عمده ای از این محتوای آموزشی نیز به خود والدین برمی گردد. آنها باید اطلاعات صحیح داشته باشند و بعلاوه باید بدانند در مواجهه با سؤالات کودکان و یا موقعیت هایی مثل کنجکاوی های جنسی آنها (مثلاً به بهانه دکتربازی) یا حتی خودارضایی در این دوران باید چه عکس العملی نشان دهند. واکنش های نادرست و شتاب زده می توانند تأثیرات عمیق بر تربیت و رشد روانی اجتماعی کودکان برجای گذارند.

سخن پایانی

در تحقیقی که در زمینه منابع کسب اطلاعات جنسی در میان نوجوانان اول دبیرستان انجام شده است، آمارها نشان می دهد، ۴۴ درصد دوستان، ۲۰ درصد کتاب، ۱۳ درصد والدین، ۱۱ درصد معلمان و ۹ درصد رسانه های مختلف مانند ماهواره و اینترنت را منبع کسب اطلاعات جنسی معرفی کرده اند.

این آمارها و آنچه در میان دانش آموزان در مدارس دیده می شود، همگی زنگ خطری برای مسئولین و هشداری برای خانواده ها و والدین است تا به اهمیت و شیوه آموزش مسائل جنسی بیاندیشند و همگام با تغییرات فرهنگی و رسانه ای و تفاوت هوش و کنجکاوی کودکان امروزی، به تغییر در شیوه های آموزشی خود بپردازند.

پاسخ به سؤالات جنسی کودکان و ارائه اطلاعات جنسی به آنها بهتر است متناسب با سن آنان و به صورت تدریجی و دائمی از ۳-۴ سالگی شروع شود و در این زمینه اصل صداقت و مختصر و مفید صحبت کردن همواره در نظر گرفته شود.

دادن اطلاعات غلط و بی ربط، برخوردهای تحقیرکننده و خشونت آمیز در جواب سؤالات جنسی کودکان، تمسخر و سرزنش کودک همگی از جمله رفتاری است که نه تنها اعتماد به نفس کودکان را تخریب می کند و آسیب های جدی به شخصیت آنها در بزرگسالی می زند، بلکه روابط کودک را با خانواده برای کل زندگی اش تیره و تار کرده و حس اعتماد و اطمینان وی به والدین برای همیشه سلب می شود. همچنین ضرورت دیگر این اطلاع رسانی بجا و مناسب، آگاهی کودک از حد و مرزهای بدنش در مواجهه با افراد آشنا و غریبه است و می تواند مانعی در برابر تعرض به کودک و سکوت وی در صورت احتمال وقوع چنین اتفاقی ایجاد کند. ضمن آنکه باعث جلوگیری از بلوغ زودرس در کودکان می شود و آنها را نسبت به آگاهی ها و اطلاعات نامناسب و غلط واکسینه می کند.

بنابراین، لازم است والدین کودکان و خصوصاً مادران ابتدا خود اطلاعات مناسب برای آموزش کودکان و پاسخ به سؤالاتشان را کسب کرده و سپس در نهایت احترام و جدیت به ایجاد رابطه صمیمانه و معتمدانه با کودکان در زمینه مسائل جنسی بپردازند تا بدین ترتیب خطرپذیری و احتمال کسب اطلاعات غلط و نامناسب جنسی را برای فرزندانشان به حداقل برسانند و در نهایت پرسش جدی این است که این مادران آموزش های لازم را از کجا باید کسب کنند؟

آموزش مسائل جنسی به کودکان سنین مختلف



فرزندان ما در هر سنی تا چه میزان باید با مسائل جنسی آشنا باشند؟ در این مقاله به این موضوع می پردازیم که درباره ی مسائل جنسی، کودکان در هر سنی تا چه میزان باید اطلاعات داشته باشند. به خاطر داشته باشید بهترین آموزگار برای کودکان والدین می باشند.

بچه‌ها باید : تا سن ۵ سالگی

- نام صحیح اعضای بدن از جمله اعضای تناسلی را بدانند.
- درک کنند که نوزادان از رحم مادر متولد می‌شوند.
- مفهوم فضای خصوصی را هنگام تعویض لباس و رفتن به توالت بدانند. به ویژه ضروری است کودکان ۵ ساله تفاوت خصوصی و سری را بفهمند.
- بتوانند به راحتی با والدین یا فرد بزرگسال قابل اعتماد دیگری، درباره جنسیت صحبت کنند.
- نسبت به هویت مذکر یا مونث خود عزت نفس داشته باشند.

بین ۶ تا ۹ سالگی

بچه‌ها باید:

- بتوانند تولید مثل حیوانات و گیاهان را به عنوان بخشی از چرخه حیات درک کنند.
- در پاسخ به سؤالاتی چون «نوزادان از کجا می‌آیند؟» «چطوری به دنیا می‌آیند» چیزهای شنیده باشند.
- از تفاوت بین دو جنس آگاه باشند و بتوانند نام صحیح اندام تناسلی خود و جنس مخالف را نام ببرند.
- درک کلی از ایدز و عفونت‌های دیگری که از طریق جنسی منتقل می‌شود داشته باشند.
- نسبت به سلامت کلی و نیازهای ایمنی بدن خود مسئولیت روزافزون پیدا کنند و بهداشت شخصی خود را با مسواک زدن، دوش گرفتن، رعایت تغذیه مناسب و غیره حفظ کنند.
- مفاهیم دوستی و عدالت را بفهمند و بتوانند احساسات خود را با والدین یا افراد بزرگسال قابل اعتماد دیگر درمیان بگذارند.

بین ۹ تا ۱۳ سالگی

بچه‌ها باید:

- جنسیت را به عنوان بخشی طبیعی از زندگی درک کنند.
- با تغییرات طبیعی دختران و پسرها در دوران بلوغ (عادت ماهیانه و احتلام) آشنا شوند.
- بتوانند با دیگران دوست شوند و دوستی‌هایشان را حفظ کنند. (معمولاً با هم جنس‌های خودشان)
- روند تولید مثل و از جمله مفاهیمی چون: آمیزش جنسی، پدر و مادرشدن، سقط جنین و جلوگیری از بارداری را درک کنند.
- بدانند سوء استفاده جنسی چیست؟ چگونه می‌توان آن را تشخیص داد و در موقعیت‌های بالقوه خطرناک چگونه باید رفتار کرد.

با توجه به مراحل رشد کودک، به پرسشهای او پاسخ دهید. هر چه سن او کمتر است پاسخها را عینی تر و با لحن جدی بگویید. جواب آنها را حداکثر در دو تا سه جمله بدهید. بچه‌های ده - دوازده ساله به اطلاعات بیشتری نیاز دارند که می‌توان از طریق کتاب‌ها، جزوه‌ها و کلاس‌های آموزشی به آنها دست یافت.

این روزها تغییراتی در جسمش دیده است، نگران می‌شود، مانند دیگی جوشان در غلیان است، مرتب از من می‌پرسد، اما رنگ به رنگ می‌شوم، نمی‌توانم پاسخ درستی به او بدهم، مستاصل شده‌ام اگر او حقایق را بداند چه واکنشی خواهد داشت؟ نمی‌دانم با وجود فاصله سنی که بین ما وجود دارد، چگونه پاسخگوی پرسش‌هایی باشم؟

شاید فکر کنید این چه پرسش‌هایی است که ذهن مادری را این‌گونه به خود مشغول کرده است، کدام مساله پیچیده در رابطه او با فرزندش پیش آمده که او قادر نیست آن را حل کند؟

اما ماجرا به این پیچیدگی‌ها هم نیست. مادر ما تازه با شرایط بلوغ فرزندش روبه‌رو شده و نمی‌داند چگونه پرسش‌های او را بخصوص در زمینه جنسی پاسخ گوید. این مشکل بسیاری از مادرها بخصوص در تجربه اول است. با وجود فرهنگ غنی و آمیخته با مسائل دینی در میان مردم کشورمان که شرم و حیا از امتیازات آن به شمار می‌رود، برای خیلی از والدین سخت است تا در رابطه با تغییرات جنسی که همزمان با سن بلوغ در فرزندانشان شروع می‌شود، بروشنی به آنها پاسخ دهند. بسیاری از والدین در این خصوص می‌گویند: وقتی زمان آگاهی دادن درباره مسائل جنسی و بلوغ شروع می‌شود تازه می‌توان متوجه سختی تربیت فرزندان شد.

با وجود این نمی‌توان از این مساله به بهانه شرم و حیا گذشت. این موضوع عین بی‌عدالتی است و ما نباید آن را به جامعه واگذار کنیم. همه ما می‌دانیم لازمه برخورد با چنین تحولی در انسان، آگاهی است و کنجکاوی در کودکان و نوجوانان در این زمینه به حدی می‌رسد که اگر ما اطلاعات صحیح را در اختیارشان قرار ندهیم، آنها اطلاعات مورد نیازشان را از منابع دیگر کسب می‌کنند که این موضوع حتماً خالی از اشکال نخواهد بود.

روان‌شناسان معتقدند گرچه توضیح دادن در خصوص این مسائل اندکی مشکل و آمیخته به حیاست، اما آگاهی داشتن هر دو طرف یعنی والدین و فرزندان درباره این موضوع حساس بسیار با اهمیت بوده و نمی‌توان گفت که صبر می‌کنیم فرزندانمان، خودشان بزرگ شده و با این مسائل روبه‌رو شوند. نباید فراموش کنیم مقتضیات زندگی صنعتی موجب شده تا فاصله ازدواج و دوران بلوغ افزایش یافته و فرزندان علاوه بر این که در این فاصله در برابر انواع و اقسام محرک‌ها و منابع اطلاعاتی همچون تلویزیون، ماهواره و اینترنت قرار دارند، این فرصت را نیز دارند که آگاهانه این مسیر را طی کرده و برای ازدواج مهیا شوند. اما این فرصت تیغ دو دم است که در صورت ناآگاهی موجب می‌شود خطرات بسیاری پیش روی نوجوانان و جوانان ما قرار گیرد.

از سوی دیگر توجه داشته باشید آغاز دوران بلوغ اولین گام فرزندان ما، از دنیای کودکی به حیطه مسائل جنسی است. در این میان آنچه در جای خود اهمیت دارد یادآوری این مساله است که کشورما بشدت در

معرض هجمه های فرهنگی قرار داشته و دشمنانمان تلاش می کنند از این ناحیه به ما آسیب وارد کرده و به اهداف فرهنگی خود دست یابند و نوجوانان، بهترین انتخاب برای آنها هستند؛ اهدافی که اگر برای آنها محقق شود نه تنها اقتصاد و امنیت کشور را مورد هجوم قرار می دهد بلکه فرهنگ نسل ایرانی را به چالش می کشد.

سوال ها کی شروع می شود؟

فرزندان ما از چهار سالگی به بعد، پرسش های جنسی ناشی از کنجکاوی خود را آغاز می کنند. در این سن است که بچه ها از برهنگی احساس شرم کرده و لازم است پدر و مادر این حالت را تقویت کنند که فرزندشان در سنین بالاتر به «بی پروایی جنسی» کشیده نشود. در پنج تا شش سالگی ترشح هورمون های جنسی به صورت بسیار کم آغاز می شود و درست در این سن است که باید به کودکان پاسخ های صحیح، اما کوتاه داد. البته در این سن کودکان نسبت به کودکان جنس مخالف ابزار تمایل می کنند که این ابزار تمایل طبیعی بوده و نباید با تمایلات جنسی اشتباه گرفته شود اما در عین حال باید ارتباط کودکان کنترل شده و تحت نظارت بزرگسالان باشد.

با نزدیک شدن نوجوانی و آغاز سن بلوغ کودکان آسیب پذیر تر شده و باید در این زمینه اطلاع رسانی دقیق تر باشد تا مورد سوء استفاده جنسی قرار نگیرند. این به آن معنا نیست که فقط باید مسائل جنسی را آموزش داد، بلکه باید درباره حفاظت از خودشان نیز به آنها آموزش های لازم داده شود.

متخصصان علوم رفتاری و آسیب شناسان اجتماعی می گویند: گروهی از نوجوانان که از سوی والدین، مربیان و کارکردهای اجتماعی با این نوع تغییرات آشنا نشده اند، دچار ترس، اندوه و حتی افسردگی می شوند و از خود می پرسند این چه اتفاقی است که برای من می افتد، آیا طبیعی است؟ آیا برای همه اتفاق می افتد؟ مبادا برایم مشکلی ایجاد کند. در حقیقت نوجوان به دلیل ناآگاهی دوره بلوغ را با ترس و اضطراب طی می کند و بتدریج قدرت تطبیق با شرایط متغیر آن را از دست می دهد. اینجاست که آسیب های رفتاری در کمین وی قرار می گیرد و زندگی اش دچار مشکل می شود.

به گفته آنها والدین باید با زبانی ساده و بدون پیچیدگی شرایط بلوغ را برای نوجوان تشریح کنند و به او اطلاعاتی متناسب با سن و پیشرفت مراحل بلوغ ارائه کنند. نوجوان تازه بالغ باید پیش از شروع تغییرات عمده جسمی به آنها آگاه باشد و بداند دیگر کودکی خردسال یا نوجوانی سر به هوا نیست و برای خود آقا یا خانمی شده که جامعه و اطرافیانش انتظاری متناسب از وی دارند.

رازها کی آشکار می شود؟

معمولا پدر و مادر از بحث در آموزش مسائل جنسی و بلوغ با فرزندانشان خود اجتناب می کنند و آن را به تعویق می اندازند و می گویند هنوز زود است، بعدا با او صحبت می کنیم.

اگر شما فرزندی در آستانه بلوغ دارید می دانیم که این فکر از ذهن شما عبور کرده است و دقیقا اشتباه درباره وظیفه خطیرتان از همین زمان شروع می شود.

نترسید، آموزش های جنسی باید بتدریج، زمان بندی شده، متعادل و متناسب با ویژگی های سنی و با لحاظ حرمت و احترام و همچنین پرهیز از افراط و تفریط داده شود. در عین حال باید توجه داشت که اگر این آموزش ها با تاخیر، پنهان سازی و بر مبنای خرافه ها باشد، آسیب زاست. پاسخ ها باید درست باشد تا اعتماد نوجوان به ما جلب شود. نباید از نظر دور داشت که مخصوصا دختران ممکن است در سنین کودکی و نزدیک به نوجوانی وارد سن بلوغ شوند، بنابراین باید علاوه بر نکات ذکر شده از شرح و بسط بی مورد پرهیز شود و در سنین دبستان به شکل غیر مستقیم با آنها صحبت کرد.

علی راکی، روان شناس در این باره می گوید: آموزش مسائل جنسی در گروه های سنی متفاوت است، اگر گروه بندی سنی را شامل سه گروه از تولد تا چهار سالگی کودک، از چهار سالگی تا سن پیش از بلوغ و سن بلوغ بدانیم در هر گروه بندی میزان آموزش های جنسی متفاوت است.

در دختران با شروع دوران قاعدگی، آنها دنبال علت و چرایی آن هستند و تفاوت خود را با پسرها جستجو می کنند که لازم است بسته به سن و رشد جسمی آنها کودک را با داستان ها و مثال هایی مانند رشد در گیاهان، حیوانات و... آشنایی دهیم تا با این حالت به یکباره مواجه و دچار سردر گمی نشوند.

اما مسائل مربوط به خود ارضایی، خطر حاملگی، بیماری های جنسی و راه های جلوگیری از آن را می توان با توجه به سن و نیاز به آنها آموزش دهیم.

اکرم عباسی روان شناس نیز در این باره می گوید: وقتی کودک شما به سن بلوغ می رسد، او باید در مورد مسائلی چون قسمت های مختلف اعضای جنسی و چگونگی شکل گیری و تولد نوزاد، بلوغ و تغییرات بدن، قاعدگی زنان، آمیزش جنسی، کنترل تولد، بیماری های مسری، جنسی و چگونگی انتقال آنها، بخصوص ایدز و انواع هپاتیت، خود ارضایی، همجنس بازی، راهبردهای خانوادگی و فردی اطلاعات کاملی را کسب کند.

وی در این باره می افزاید: در سن بلوغ با افزایش ارتباط صادقانه و مستمر درباره مسئولیت پذیری، ارتباط جنسی و انتخاب، والدین می توانند به فرزندان خود کمک کنند تا ارتباط جنسی و زمان صحیح آن را به روشی سالم و مطمئن بیاموزند و از عواقب کارهای خود آگاه شوند و به سلامت از این دوره بحرانی عبور کنند.

این روان شناس می افزاید: مهم آن است که والدین در برابر پرسش های جنسی کودکان به خود مسلط باشند و ضمن آن که شنونده خوبی هستند، به کودک اجازه دهند پرسش های خود را کامل و بدون وا همه بپرسد.

منبع آموزش کجاست؟

در گذشته های نه چندان دور بسیاری از نوجوانان به دلیل مسائل فرهنگی و فاصله از والدین، شرم و حیا و دلایلی دیگر برای یافتن پاسخ پرسش های خصوصی خود به دوستانی مراجعه می کردند که معمولاً اطلاعات کاملاً درستی را نیز در اختیار آنها نمی گذاشتند و بسیاری از این اطلاعات توأم با باورهای غلط بود.

متأسفانه امروزه نیز اگرچه فاصله میان والدین و فرزندان از بین رفته و افزایش آگاهی و تحصیلات سبب شده تا والدین خود را به نوجوانانشان نزدیک تر بدانند، اما به دلیل تغییر شرایط زندگی، کمبود وقت و مشغله کاری والدین، همچنان بسیاری از پدرها و مادرها از پاسخ دادن به پرسش های نوجوانان خود غافل هستند. این درحالی است که نباید فراموش کنیم آیا به عنوان پدر و مادر ترجیح می دهیم که نوجوانان ما پاسخ پرسش هایشان را از ما بخواهند یا آنها به شکلی تصادفی یا از طریق دوستان، کتاب ها، اینترنت یا فیلم هایی که بعضاً هم نامناسبند، به دست آورند؟ اطلاعات غلط و بی حد و حصر می تواند زمینه های انحراف جنسی را در فرزندان فراهم آورد.

گرچه در بسیاری از مواقع حیا مانع پاسخگویی است، اما نداشتن اطلاعات و ندانستن چگونگی ارائه آن از جمله مشکلات والدینی است که فرزندانیشان به دوران بلوغ وارد می شوند. بسیاری نیز از پیامدهای منفی این اطلاع رسانی هراس دارند. از این رو لازم است تا والدین اطلاعات و دانش خود را در این زمینه بسط دهند.

دکتر راکي، در این باره می گوید: تربیت و آموزش مسائل جنسی از طریق والدین بهترین گزینه است و بدون شک بهترین فرد برای آموزش مسائل جنسی برای پسر، پدر و برای دختر، مادر است.

وی می افزاید: در صورت نبود والدین یا رضایت نداشتن آنها به آموزش مسائل جنسی به کودک، بهترین شیوه این است که از راهنمایی های والد دوم کودک مانند خاله، عمه، عمو و دایی استفاده کنیم.

این روان شناس تصریح می کند: برای این که والدین بتوانند در این خصوص به کودکان کمک کنند، باید خود از طریق مشاوران و مراکز آموزشی مانند مهد کودک ها و مدارس و ... آموزش های لازم را دیده باشند.

در عین حال باید توجه داشت در طرح مسائل جنسی از به کارگیری کلمات سبک و زشت پرهیز کرد، همچنین اطلاعات باید درست گفته شود و حساسیت ایجاد نکند.

در این زمان خانواده می تواند ابتدا با مطالعه و سپس مشورت با پزشک و روان شناس و در کنار آنها فرد روحانی از اطلاعات خوبی برخوردار شود.

اگر جواب را ندانستیم، چه کنیم؟

بهتر است اول مشخص شود که آیا والدین برآستی جواب را نمی دانند یا حجب و حیا یا ناآگاهی از نحوه پاسخ مانع از ارائه آن می شود. در صورتی که والدین بدرستی پاسخ پرسشی را ندانند باید بگویند سعی می

کنند پاسخ این پرسش را پیدا کنند و اگر جواب سوالی را نباید داد باید گفته شود: «هروقت بزرگ تر شدی درباره این مسائل با هم صحبت می کنیم.» ولی برای بزرگ تر شدن باید یک زمان مشخص را اعلام و تعیین کرد.

اگر نوجوان شما سوال های تخصصی داشته باشد که در این صورت والدین می توانند به وی بگویند: «وقتی پیش دکتر رفتیم می توانی سوال های خود را مطرح کنی» و «من می توانم از پزشک خودت بخواهم توضیح لازم را به تو بدهد.» ولی معمولاً نوجوانان این قبیل پرسش ها را با پزشک شان مطرح نمی کنند و اغلب از پدر و مادرها می پرسند.

هنگام بلوغ، فرزندان را تنها نگذاریم

همان گونه که تاکید شده مسائل مربوط به بلوغ باید توسط والد جنس موافق گفته شود؛ مادران باید در مورد دوران بلوغ و تغییرات دوران بلوغ با دختران صحبت کنند و پدران با پسران خودشان. ضمن این که به هیچ عنوان توصیه نمی شود دختر با پدر و پسر با مادر در این مورد صحبت کند. ضمن این که باید به بلوغ به عنوان یک اتفاق مثبت و خوب نگاه و حتی برای آنها به مناسبت بالغ شدن هدیه ای در نظر گرفته شود. به این ترتیب بچه ها از این که بزرگ می شوند احساس خوبی نسبت به خود پیدا می کنند.

در صورت نبود پدر یا مادر، نزدیکان درجه یک همجنس هم می توانند در این زمینه کمک کننده باشند.

اکرم عباسی، روان شناس بر بهداشت روانی بلوغ نیز تاکید دارد و می گوید: این موضوعی است که باید همراه با آموزش ها به آن توجه داشت. از آنجا که در این دوران نوجوانان احساس استقلال می کنند، زمینه های لجبازی، نافرمانی و سرکشی در اغلب آنها وجود دارد. نوجوانان با والدین لجبازی می کنند و نسبت به قبل پرخاشگرتر و حساس تر می شوند که اینها در دوران بلوغ طبیعی قلمداد می شود و تقریباً تمام نوجوانان این دوران را می گذرانند. بنابراین بهتر است هم والدین نسبت به خصوصیات دوران بلوغ اطلاعات داشته باشند و هم خود نوجوانان درباره تغییرات جسمی و روان شناختی این دوره آگاهی پیدا کنند.

وی با اشاره به این که سنین ۹ تا ۱۲ سال برای بسیاری از نوجوانان به معنی مرحله ای جدید از زندگی است، تاکید می کند: در این دوره باید آمادگی های لازم در مورد بلوغ جنسی و تغییرات ناشی از آن (بویژه در دختران) ایجاد شود. این مرحله می تواند با نگرانی های ویژه بلوغ و تغییرات ناشی از آن ایجاد شود. دختران ده ساله ای که تغییرات بدنی ناشی از این دوره را تجربه می کنند نسبت به خود حساس تر شده و از بلندی یا کوتاهی قد خود نسبت به همسالان نگرانند. به علاوه بزرگ شدن و جوانه زدن سینه ها نیز ممکن است برای آنها نگرانی هایی به وجود آورده و فکر کنند نسبت به سایر دوستانشان ظاهر زنانه تری پیدا کرده اند.

عباسی می افزاید: این نگرانی ها مخصوص دختران نیست، در پسرانی هم که در حدود پانزده سالگی از همسالان خود کوتاه تر بوده و افزایش قد ناشی از بلوغ در آنها رخ نداده است و در بسیاری از موارد میان دوستان خود جایی ندارند، این نگرانی ها طبیعی بوده و باید به فرد اطمینان داد که بلوغ هر شخص از

سیستم منحصر به فردی پیروی می کند، بنابراین نباید به سبب تعویق افتادن نشانه های بلوغ پریشان شود. به علاوه، آگاهی کلی از سیستم تولیدمثل نیز باید به نوجوان داده شود و آموزش مسائل جنسی و احکام شرعی نیز در این دوران توصیه می شود.

هدایت جنسی، طبق آموزه های دینی

هدایت جنسی طبق آموزه های دینی از جمله مهم ترین مسائل تربیتی فرزندان است. نباید فراموش کنیم که برخی از نوجوانان در مورد ارزش های خانوادگی، مذهبی یا فرهنگ دچار کشمکش هستند و وجود یک ارتباط باز و اطلاعات دقیق از طرف والدین این شانس را افزایش می دهد که نوجوانان از ارزش های فرهنگی و مذهبی خود آگاه و به این وسیله کنترل شوند.

ارائه تربیت جنسی گرچه به شکل غیر مستقیم توصیه می شود، اما باید در نظر داشت در باره مسائلی که با وظایف شرعی زمان بلوغ ارتباط دارد باید مستقیم توضیح داد. همچنین والدین باید در مناسبات جنسی شان نهایت دقت را داشته باشند و دور از چشم فرزندان باشد. از شش سالگی اتاق خواب کودک را جدا کنند و بچه ها را عادت دهند که وقتی وارد اتاق آنها می شوند، در بزنند و مراقب شوخی هایشان در حضور کودکان نیز باشند.

همچنین والدین باید در شست و شو و تطهیر در سنین پیش از دبستان مراقب باشند تحریک صورت نگیرد. پدر و مادر باید هنگام استحمام فرزند جنس مخالف شان پوشش مناسب را حفظ کنند. در آموزه های دینی ما آمده که وظیفه استحمام پسر بعد از سه سالگی به عهده پدر است. پوشش و لباس مناسب هم برای بچه ها مهم است. لباس های تحریک کننده، چسبان و تنگ برای بچه ها مناسب نیست. در بازی ها محدوده سنی رعایت شود و باید مراقب بود وقتی بچه ها با هم هستند بازی های نامتعارف با یکدیگر انجام ندهند. در عین حال بچه ها با افراد غیرهمجنسی که با آنها تفاوت سنی مشهود دارند، همبازی نشوند. اینها ریزه کاری هایی است که والدین باید در رفتار خود با بچه ها به آن دقت کنند، چون آموزش در بطن همین رفتارها اتفاق می افتد.

در عین حال نکته حائز اهمیت آن است که نگهداشتن حرمت ها و ارزش های اخلاقی و مذهبی در خانواده در تربیت جنسی فرزندان بسیار کمک کننده است. هر چه در خانواده ای ارزش های اخلاقی بیشتر باشد، این ارزش ها بهتر به فرزندان منتقل شده و میزان آسیب پذیری آنها در اجتماع کمتر می شود.

کمک های جانبی

علاوه بر صحبت و آموزش فرزندان، آموزش های غیر مستقیم نیز از مواردی است که در این زمینه می تواند مشکل گشا باشند.

دکتر محمد والی پور، روانپزشک معتقد است اصولاً آموزش مستقیم مسائل اساسی و موردنیاز فرزندان، توانایی فوق‌العاده و تیزهوشی و دلسوزی خاصی می‌خواهد که بسیاری از افراد فقط بخشی از آن را می‌توانند انجام دهند، بنابراین می‌توان از آموزش‌های غیر مستقیم نیز بهره جست.

در گذشته به دلیل نوع زندگی و بزرگ بودن منازل و حیاط‌ها بسیاری از افراد حیواناتی را در بیرون از فضای داخلی منزل و حیاط نگهداری می‌کردند که این امر می‌توانست بسیاری از مبهمات را برای فرزندان حل کند، همان‌طور که اینک کودکانی که در مزارع و کشتزارها بزرگ شده‌اند، زودتر از دیگر کودکان پاسخ پرسش‌های خود را می‌یابند؛ اما یکی از روش‌های جایگزین این امر تولید گل و گیاه است.

کشت بذرها و تولید مثل گل و گیاه و رشد آنها، هم درس مناسب و مشابهی برای فرزندان است و در عین حال شباهت اندک آن موجب می‌شود تا کودکی که تازه پا به نوجوانی گذشته در این رابطه سردرگم نشود. از جمله دیگر شیوه‌ها می‌توان به ذکر داستان‌های مختلف اشاره کرد. در این رابطه، داستان‌ها و افسانه‌ها می‌توانند ساخته و پرداخته شوند و دربرگیرنده اطلاعات و نکات ارزنده‌ای باشند که تا حد بسیاری بتواند به پرسش‌های پی‌درپی و فراوان کودکان و نوجوانان پاسخ‌هایی ارائه دهند.

دیدن وضع تولد نوزادان نیز یکی از مواردی است که می‌توان از آن به کفایت بهره گرفت، وقتی نوزادی در خانه به دنیا می‌آید، کودکان شکل تغذیه او را می‌بینند و ملاحظه می‌کنند که مادران با چه رغبت و علاقه مندی پستان در دهان نوزاد می‌گذارند و به کودک شیر می‌دهند. هنگام همین مراقبت و تغذیه، دنیایی از مسائل و مطالب به کودک آموخته می‌شود، او متوجه خیلی از مسائل شده و از کیفیت رشد و دنیای خاص زنان آگاه می‌شود و چه بسیار که کودک در این رابطه سوالاتی از مادر خود بپرسد و مادر می‌تواند با حوصله و دقت به پرسش‌های او پاسخ گوید. همچنین هر حاملگی یا زایمان که در رابطه با انسان یا حیوانی پدید آید، کنجکاوای کودک را تحریک می‌کند. در چنین صورتی امکانی به دست می‌آید که بسیاری از مباحث مربوط به پرسش‌های فرزندان پاسخ داده شود. (گیتی آذری)

پاسخ به پرسش‌های جنسی کودکان

بعضی‌ها از وقتی در نقش پدر و مادر قرار می‌گیرند، جرات و جسارت پاسخ به سوالات جنسی کودکان را ندارند. این والدین بر این باورند که پاسخ به این سوالات از موقعیت و جایگاه والد بودنشان می‌کاهد و چشم و گوش بچه‌ها را باز و آنها را گستاخ می‌کند. برخی دیگر هم اگر به این سوالات پاسخ دهند یا اطلاعات زیادتری که متناسب با سن کودک نیست در اختیار او می‌گذارند یا صداقت در بیان این مطالب را ندارند.

برخی هم برای شانه خالی کردن از این وظیفه مهم شرم و حیا را بهانه می‌کنند، اما باید بدانید سوالات جنسی کودک از چهار پنج سالگی شروع می‌شود و این یکی از مراحل طبیعی تکامل جنسی اوست که اگر بدرستی پاسخ نگیرد، کنجکاوای جنسی او بیشتر می‌شود، چه بسا که او به خطا برود.

در تربیت جنسی، درک دقیق والدین از شرایط کودک بسیار مهم است و نباید به سوال یا بیداری جنسی او بی‌اعتنایی کرد یا با نصیحت و پند افراطی، کودک را ترساند.

والدین باید بدانند و آگاه باشند گرچه بلوغ جنسی در سنین بالاتر از دبستان اتفاق می‌افتد، اما تمایلات

جنسی و سوالات پیرامون آن تنها مختص به دوره بلوغ نیست و بلکه مدت‌ها پیش از آن به صورت احساسی ویژه در کودک پدید آمده و بسیاری از عادت‌های نامناسب کودک که از نگاه پدر و مادر مخفی می‌ماند، در این دوره شکل می‌گیرد.

تربیت جنسی با آموزش جنسی تفاوت دارد

اما بیشترین پرسشی که والدین از روان‌شناسان و مشاوران مسائل جنسی می‌کنند، این است که تربیت جنسی با آموزش جنسی چه تفاوتی دارد و چگونه می‌توان به سوالات جنسی کودک پاسخی ساده و منطقی داد؟ کبری ایمان‌نژاد، کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی به این سوالات پاسخ می‌دهد.

ایمان‌نژاد با اشاره به این که تربیت جنسی با آموزش جنسی تفاوت دارد، می‌گوید: آموزش جنسی شرح جزئیات روابط و مراحل جنسی است اما آنچه در تربیت جنسی مطرح است، ارائه مجموعه اطلاعات جسمانی، روانی، اجتماعی و دینی در مورد مسائل جنسی یا در اختیار گذاشتن اطلاعات لازم در مورد مسائلی است که با گزینه جنسی کودک مرتبط است و آموزش آن از سال‌های اول زندگی کودک شروع می‌شود.

او می‌افزاید: در این سال‌ها باید مسائلی به کودک آموزش داده شود که ممکن است ارتباطی با آموزش جنسی نداشته باشد، اما بعدها همین موارد در روابط و تعاملات جنسی به او کمک خواهد کرد.

سوال جنسی کودک جواب ساده می‌خواهد

ایمان‌نژاد می‌گوید سن مناسب برای آگاه کردن کودک از مسائل جنسی زمانی است که او سوال جنسی می‌کند و شروع آن در کودکان متفاوت است.

اما به گفته والدین، اولین و مهم‌ترین سوالی که کودک می‌پرسد آن که بچه چطور ایجاد می‌شود و چگونه به دنیا می‌آید؟ ایمان‌نژاد در پاسخ به این سوال می‌گوید ما نباید به کودکمان دروغ بگوییم یا سوال او را بی‌جواب بگذاریم.

والدینی که به سوال جنسی کودک پاسخ نمی‌دهند یا به کودک می‌گویند او را از بیمارستان گرفته‌اند یا از کسی خریده یا جایی آورده‌اند یا آن که القا می‌کنند که بچه از خوردن چیزی از سوی پدر و مادر و بزرگ شدن او در شکم مادر ایجاد می‌شود، باعث ایجاد ترس و دلهره در کودک شده و روان او را بیمار می‌کنند.

داستان را این‌گونه بگویید

اما در پاسخ به کودکی که می‌پرسد بچه چگونه به وجود می‌آید، چه باید بگوییم؟ ایمان‌نژاد می‌گوید می‌توانید برای ارائه یک داستان منطقی از یک روان‌شناس کمک بگیرید یا با زبانی کودکانه برای فرزندتان این‌گونه توضیح دهید، وقتی پدر و مادر می‌خواهند که بچه‌ای داشته باشند با یکدیگر از خداوند درخواست می‌کنند که به آنها بچه‌ای بدهد.

خداوند هم یک کودک زیبا در شکم مادر قرار می‌دهد. آن کودک طی ۹ ماه در شکم مادر بزرگ می‌شود و پس از گذشت این مدت در بیمارستان توسط پزشک به دنیا می‌آید، اما شاید کودک بپرسد که چرا پدرها، بچه به دنیا نمی‌آورند؟ بازهم می‌توانید با زبانی کودکانه بگویید خداوند بدن پدر و مادر را متفاوت آفریده است و فقط مادرها می‌توانند بچه به دنیا بیاورند.

اگر کودک به تفاوت‌های جنسی پی ببرد

سوال جنسی دیگر آن که وقتی کودک متوجه تفاوت‌های آناتومی بدن خود در مقایسه با جنس دیگر می‌شود

چگونه باید با او رفتار کنیم؟ ایمان نژاد می گوید وقتی کودک از والدین خود این تفاوت را می پرسد، فرصت مناسبی است که هویت جنسی اش را به او بشناسانیم. اما چگونه؟ این روان شناس می گوید از فرزندتان بخواهید که به تفاوت های ظاهری پدر و مادر یا خواهر و برادرش توجه کند، سپس به او بگویید این تفاوت ها در همه قسمت های بدن ما وجود دارد و این خواست خدا بوده است.

به گفته ایمان نژاد، پنج شش سالگی سن تمییز کودک است و او می تواند نوع جنسیت را تشخیص دهد و تا حدودی فرق میان دختر و پسر را بفهمد.

ایمان نژاد تاکید می کند: اگر به کنجکاوی های جنسی کودک بها ندهیم و کودک را با تفاوت های جنسی اش آگاه نکنیم، خیالات نادرستی در ذهنش پرورش خواهد داد و اگر شناسایی این تفاوت ها را به خود کودک محول کنیم، کودکان به بهانه های مختلف مکان هایی تنها و خلوت را پیدا می کند و به بررسی بدن یکدیگر می پردازند.

فکر کودک را منحرف کنید

«وقتی کودک توانایی حرکتی پیدا می کند و بدن خود را لمس و کشف می کند، اندام تناسلی خود را هم پیدا می کند. کاملاً طبیعی است و با بزرگ شدن کودک از بین می رود.»

این را ایمان نژاد می گوید و ادامه می دهد والدین در زمان کسب این تجربیات نباید کودک را دعوا کرده و او را شرمگین کنند بلکه باید از پیش هر کاری که توجه کودک را به این ناحیه و اهمیت و معنای آن جلب می کند، دور کنند.

او می افزاید: فعالیت ها یا سوالات جنسی کودک در این دوره ناشی از احساس حقیقی جنسی او نیست بلکه احساسی مشابه بزرگ ترها، اما کاذب است که تحریک آن منجر به بلوغ زودرس جنسی و بروز عادات نامناسب در کودک می شود.

این روان شناس با تاکید بر این که برخی کودکان بخصوص پسرها در مهد، مدرسه یا زمان هایی که در خانه مکانی خلوت پیدا می کنند، به کنجکاوی های جنسی روی می آورند، می گوید: پدر و مادر یا اولیا و مربیان باید نظارت کامل بر بازی ها و عملکرد بچه ها داشته و با رفتاری ملایم و با منحرف کردن ذهن کودک، رفتارها و بازی های جنسی او را بتدریج محدود کنند.

به توصیه روان شناسان و کارشناسان دینی، قبل از بروز عادات نامناسب کودک به این نکات توجه کنید: لباس و پوشک کودک را در مکان های خلوت و به دور از نگاه دیگران تعویض کنید. اگر کودک متوجه اندام تناسلی خود شد، حواس او را پرت کنید. کودک دختر و پسر را همزمان به حمام نبرید و در زمان استحمام کودک، لباس های زیر خود را حفظ کنید.

اگر کودکان در جایی خلوت در حال بازی بودند، به بهانه های مختلف به آن مکان رفت و آمد کنید تا بدانند هیچ کجا کاملاً امن و خالی از مراقب نیست. بستر خواب کودکان را از یکدیگر جدا کنید. از پوشیدن و پوشاندن لباس های تنگ و محرک اجتناب کنید. از انجام هرگونه رفتار جنسی در برابر دید کودک خودداری کنید و از ابراز احساسات شدید بپرهیزید.

نوازش هم حد و مرز دارد

برخی روان شناسان معتقدند در بسیاری موارد، والدین به صورتی ناخودآگاه با نوازش هایی نابجا محرکی برای فرزندان خود می شوند.

ایمان‌نژاد می‌گوید با همه توجهی که اسلام به رشد عاطفی و تقویت آن در کودک داشته است، از حدود سنین تمییز برای آن حد و مرز و مراقبت‌هایی در نظر گرفته است.

لمس و نوازش کشاله ران، کفل و دیگر نقاط حساس بدن، برای کودک هیجان‌انگیز بوده و احتمال لذت‌جویی او را بالا برده و ادامه‌دار می‌کند البته این را بدانید نوازش بخشی از آموزش جنسی کودک به حساب می‌آید و از طریق آن کودک دریافت عشق و محبت را می‌آموزد و سرچشمه پیدایش عواطف است، اما اگر از حد بگذرد، خطرآفرین شده و یکی از عواملی است که می‌تواند باعث بروز زودهنگام بلوغ جنسی و پیدایش عادات نامناسب در کودک شود.

از دیدگاه برخی نظریه‌های روان‌شناسی کودکان از آغاز تولد آماده دریافت لذات جنسی بوده و از همین زمان رفتارهای جنسی آنها در حال شکل‌گیری است.

این امر مستلزم شناخت کامل والدین و آموزگاران و مسوولان مربوطه با مقوله آموزش مسائل جنسی است. متأسفانه به محض نام بردن از مسائل جنسی، والدین و مسوولان ناگهانی موضع‌گیری می‌کنند و نگران منحرف شدن کودکان معصوم خود هستند و مانند یک موضوع ممنوعه به آن می‌نگرند در حالی که اگر کودکان ما از سنین پایین و به درستی و به صورت علمی مسائل جنسی را آموزش ببینند، نه تنها از بدن خود مواظبت می‌کنند بلکه در دوران نوجوانی و بلوغ که عطش یادگیری مسائل جنسی زیاد می‌شود، سراغ افراد ناآگاه و بعضاً مغرض نمی‌روند و مشکلات خود را با پدر و مادر یا معلمان خود یا مشاوران در میان می‌گذارند و عملاً از انحراف و سقوط در افراط و تفریط در امان می‌مانند.

پس برخلاف نظر بسیاری از والدین و مسوولان آموزش مسائل جنسی باعث تقویت رابطه صمیمانه با کودکان، آموزش دقیق و علمی به آنها، محافظت از آنها در مقابل آسیب‌های جنسی و تقویت روابط عاطفی و جنسی آنها در آینده می‌شود. از سوی دیگر مسائل جنسی به معنای روابط جنسی نیست بلکه مقوله‌ای بسیار گسترده است که روابط جنسی تنها جزو کوچکی از آن است. مسائلی مانند حمام و دستشویی رفتن با والدین، میزان رابطه با همجنسان و غیرهمجنسان، محل خواب، نوع لباس والدین و کودکان، حفاظت از بدن در مقابل تعرضات فیزیکی و جنسی، بازی‌های کودکانه... محروم کردن کودکان از این آموزش‌ها باعث می‌شود افراد در سنین بلوغ در نوعی عطش مصنوعی و اغراق شده نسبت به مسائل جنسی به سر ببرند و هر نوع رابطه و رفتاری را از پشت عینک رابطه جنسی ببینند و عملاً با دست خود، کودک خود را ترغیب و تشویق به روابط جنسی کرده‌ایم.

والدین و آموزگاران و مسوولان باید بدانند کودکان براساس فطرت و سرشت خود در سنین مختلف به کسب اطلاع در مورد مسائل جنسی می‌پردازند و والدین باید خود را برای این سوالات آماده کنند تا غافلگیر نشوند و همیشه یک قدم از فرزندان خود جلوتر باشند. در غیر این صورت معمولاً یا واکنش خصمانه و همراه با تحقیر و تحکم در انتظار کودک است یا دستپاچگی و خجالت والدین که در هر دو صورت، کودک بیشتر ترغیب به کسب اطلاع در مورد مسائل جنسی می‌شود و آنچه در این بین فدا می‌شود، ارتباط دوستانه و صمیمانه والدین و کودکان و اعتماد بین آنهاست.

معمولا کسب هویت جنسی در کودکان از حدود ۲ سالگی شروع و تا ۵ سالگی تکمیل می‌شود یعنی کودک در سن ۳-۲ سالگی متوجه دختر بودن یا پسر بودن خود می‌شود و در ۵ سالگی می‌فهمد که پسرها همیشه پسر می‌مانند و در بزرگسالی به مرد تبدیل می‌شوند حتی اگر موهای خود را بلند کنند یا لباس زنانه بپوشند و دختران نیز به همین منوال. به همین دلیل در مورد سن کمتر از ۲ سالگی معمولا سختگیری خاصی نمی‌شود. با این وجود توصیه می‌شود هنگام لباس پوشاندن یا حمام رفتن یا تعویض پوشک و کرم مالیدن، از تحریک بیش از حد آلت تناسلی کودک پرهیز شود زیرا به علت خوشایند بودن این عمل، کودکان در این سن شروع به خودارضایی می‌کنند که پدیده‌ای شایع و طبیعی است و برخلاف خودارضایی بزرگسالان، فاقد تخیل و لذت جنسی است. همچنین توصیه می‌شود والدین در حضور کودک و به‌خصوص در حمام بردن کودک، لباس زیر بر تن داشته باشند. البته کودک در سن زیر ۲ سالگی به آغوش گرم و پستان مادر برای ایجاد وابستگی ایمن نیاز دارد.

از ۲ سالگی به بعد علاقه کودکان به مسائل جنسی شروع می‌شود و سن ۶-۲ سالگی محدوده کنجکاوای شدید آنهاست. در این سن کودکان با هم خاله‌بازی و دکتربازی می‌کنند و لباس یکدیگر را درمی‌آورند و دنبال تفاوت‌های جسمانی پسر و دختر هستند. این بازی‌ها به خودی خود لازم است و هیچ ایرادی ندارد اما نباید کودک بزرگ‌تر و به‌خصوص نوجوانان، در این بازی‌ها دخالت داشته باشند. والدین در صورت دیدن چنین صحنه‌ای نباید ناگهان با ناراحتی بسیار حمله کنند و بازی را به هم بزنند بلکه با سیاست و خلاقیت و به آرامی، نوع بازی را عوض و بچه‌ها را تشویق به لباس پوشیدن کنند.

جواب دادن به سوال‌های کودکان در مورد مسائل جنسی باید کوتاه، صریح و علمی باشد و فقط در صورت پرسیدن کودک، پاسخ داده شود و در حد سوال کودک، نه بیشتر و نه کمتر. «پاسخ به این سوالات باید بسیار عادی و معمولی و کنار ده‌ها آموزش دیگر و در لابلای آنها صورت گیرد تا کودک نیز بسیار عادی با آن برخورد کند و مجذوب نشود. وقتی کودکی در مورد تفاوت آلت تناسلی خود با خواهر یا برادرش سوال می‌کند، والدین تفاوت در نوع لباس، سن، مو، اسم، قد، جنس و آلت تناسلی را بسیار عادی بین همدیگر مطرح می‌کنند.

با بالا رفتن سن در محدوده ۴-۳ سال بهتر است کودک با والد همجنس به حمام برود مگر در مواقع ضروری که والد غیرهمجنس باید با لباس باشد. کودک در هیچ سنی نباید در تخت والدین بخوابد و در اولین فرصت ممکن (حدود ۶ ماهگی) باید اتاق خواب او هم جدا شود.

محبت کردن، ناز و نوازش و بوسیدن والدین در حضور کودک بدون مشکل است ولی باید به شدت مواظب روابط جنسی خود در حضور کودک باشند.

معمولا سن ۱۲-۶ سالگی، سن به خواب رفتن سوالات جنسی است. تا پیش از ۶ سالگی کودکان هیچ‌گونه تمایل و تخیل جنسی‌ای ندارند بلکه سوالات بسیاری در مورد نحوه درست شدن بچه و میزان رابطه پدر و مادر و اینکه ما از کجا آمده‌ایم، می‌پرسند که جواب تمام این سوالات باید دقیق، کوتاه، حساب‌شده و کاملا

علمی متناسب با سن و رشد عقلانی بچه باشد و هرگز نباید با جواب‌های غیرعلمی مانند «دعا کردیم خدا تو رو به ما داد» یا «از مغازه خریدیم» یا «لک‌لک تو را آورده» کودک را سردرگم کرد.

در ۶-۱۲ سالگی کودکان به سمت همجنسان خود می‌روند و به وضوح از غیرهمجنس دوری می‌کنند. گروه‌های دخترانه و پسرانه تشکیل می‌شود و شعارهایی مانند «پسرها شیرن مثل شمشیرن» شروع می‌شود. در این سنین خودارضایی کودکان بسیار کاهش می‌یابد و از لباس عوض کردن در حضور دیگران حتی والدین خودداری می‌کنند و تنهایی حمام و دستشویی می‌روند. با این وجود باز هم رعایت نوع لباس پوشیدن از سوی والدین و رعایت روابط والدین با هم لازم است.

یکی از مهم‌ترین مسائلی که باید به کودکان در سن ۶-۳ سالگی آموزش داد، یادگیری مناطق خصوصی بدن است و اینکه هیچ‌کس به جز والدین حق دست زدن یا نگاه کردن به این نقاط بدن را ندارد و در صورتی که این اتفاق بیفتد، باید سریعاً والدین را مطلع کنند. البته نوع واکنش والدین در ایجاد دلگرمی و اطمینان در کودکان بسیار مهم است. این آموزش در جلوگیری از سوءاستفاده جنسی از کودکان بسیار مهم است و والدین باید تابوی آموزش مسائل جنسی به کودکان را بشکنند.

بعد از ۱۲ سالگی، کودکان وارد سن نوجوانی و شعله‌ور شدن مسائل جنسی می‌شوند که البته این بار با تمایل و تخیل جنسی و لذت همراه است. دختران پیش از پسران به بلوغ جنسی می‌رسند و روابط دختران و پسران آغاز می‌شود. اگر والدین آموزش مسائل جنسی را از کودکی به درستی انجام داده باشند، نوجوانان هم برای پرسش‌های بی‌شمار جنسی و روابط احتمالی خود به والدین مراجعه می‌کنند.

دوران کبک بودن به پایان رسیده است و همه باید تلاش کنند. جوانان امروز که والدین فردا هستند باید آموزش صحیح مسائل جنسی را به کودکان خود بدهند و خودشان هم بدون خجالت و ترس از تحقیر برای آموزش و رفع اشتباهات گذشته به مشاوران متخصص مراجعه کنند.

نوجوانی دوران پرتلاطمی است که تغییرات شدید جسمانی، سنی، روانی و اجتماعی را دربردارد. شکی نیست که واقعه بلوغ و نوجوانی یکی از حساس‌ترین مراحل زندگی انسان است. در بیشتر کشورهای در حال توسعه غالباً برنامه‌ها و سیاست‌های منسجم و مدونی برای حفظ و حمایت بهداشت جنسی نوجوانان وجود ندارد که خود از موانع اصلی ترویج بهداشت باروری در نوجوانان به‌شمار می‌رود.

آموزش، مسائل، جنسی، کودکان، نوجوانان، آکاایران، جنسی، حفظ، تغییرات، روانی، جنسی به کودکان و نوجوانان، کشورهای در حال، جنس، بلوغ، روان، کشور، آموزش، حفظ، تغییرات، می‌رود، برنامه

از طرفی جامعه و حتی تصمیم‌گیرندگان کلیدی نیز از حساسیت موضوع و نیاز به فعالیت مشترک آگاهی نداشته و در نتیجه شناخت درستی از نیازهای جسمی، روانی این دوران ندارند که عامل مهم سد راه ارائه خدمات آموزشی و مراقبت‌های بهداشتی به‌شمار می‌رود. زنان و مردان جوان، والدین فعلی یا والدین نسل آینده هستند که باید به آنها فرصت داده شود تا ظرفیت خود را در جهت سلامت کامل توسعه داده، نحوه پرورش فرزندان سالم را بیاموزند و از خطرات ناشی از شروع زودرس فعالیت‌های جنسی و حاملگی در سنین

پایین برای خود و جامعه آگاه شوند و از آن اجتناب نمایند. اهمیت این قضیه به دلیل حجم بالای جمعیت جوان در سنین ۲۴ - ۱۵ سال است.

در حال حاضر متوسط سن بلوغ کاهش یافته و سن ازدواج در حال افزایش است. همچنین عقاید سنتی نیز در حال تغییر بوده، کاهش نفوذ و تأثیر خانواده رواج شهرنشینی مهاجرت توسعه توریسم و ارتباط جمعی در مجموع تغییرات وسیعی در رفتار جنسی و اجتماعی به وجود آورده است و در نتیجه نوجوانان امروزی بیشتر از سابق در معرض ارتباطهای جنسی زودرس قرار دارند.

مطالعات نشان می‌دهد که در بعضی از مناطق آفریقا ۸۰ - ۵۰ درصد افراد ۱۹ - ۱۵ ساله و در بررسی دیگری در آمریکا دو سوم زنان مجرد روابط جنسی داشته‌اند. حاملگی و زایمان در سنین نوجوانی نرخ مرگ و میر مادر و نوزاد را افزایش می‌دهد. همچنین چون نوجوانان به استفاده از روش‌های پیشگیری از بارداری تمایلی نشان نمی‌دهند، بنابراین تعداد حاملگی‌های ناخواسته، سقط‌های غیرقانونی و بیماری‌های آمیزشی در اثر مقاومت‌های محافظت نشده افزایش می‌یابد. در فرزندان حاصل از این نوع بارداری‌ها، نارسایی و کم‌وزنی شایع‌تر است. همچنین کودکان این مادران جوان در معرض بدرفتارهای مختلف قرار گرفته و رها می‌شوند. تا زمانی که این‌گونه مسائل ادامه داشته باشد. خلاقیت و آرمان‌گرایی جوانان در جامعه در حال تحلیل و تصنیف خواهد بود. برای پیشگیری از این مشکلات با مشارکت خود جوانان و با توجه به فرهنگ خاص آنان باید راه‌های مناسب در نظر گرفته شود. سازمان بهداشت جهانی، صندوق جمعیت ملل متحد و صندوق کودکان ملل متحد آمادگی خود را برای حمایت‌های لازم در این زمینه اعلام نموده‌اند در کنفرانس بین‌المللی جمعیت در سال ۱۹۸۴ دولت‌ها به انجام اقداماتی در زمینه پیشگیری از حاملگی‌های زودرس، آموزش جنسی و راهنمایی در مورد تنظیم خانواده و نیز در دسترس قرار دادن این خدمات به نوجوانان فراخوانده شده‌اند.

■ در بررسی جهانی باروری به این نتیجه رسیده‌ایم که:

- زنان تحصیل کرده توانمندتر هستند
 - موقعیت آنان در خانواده ارتقاء پیدا می‌کند
 - قدرت بیشتری در اداره زندگی خود دارند
- تا زمانی که امور جنسی در نوجوانان در اکثر جوامع به صورت محرمانه باشد این قشر نسبت به خطرات فعالیت‌های جنسی محافظت نشده بی‌توجه خواهند ماند. منابع اطلاعاتی و وسایل پیشگیری از حاملگی به ندرت در دسترس نوجوانان است فعالیت‌های جنسی غیرآگاهانه و محافظت نشده سبب افزایش بیماری‌های آمیزشی از جمله ایدز می‌شود.

بنابراین تأکید بر ادامه تحصیل نوجوانان به‌ویژه دختران و ارتقاء سطح فرهنگ جامعه از ضروریات است و چون الگوهای باروری و رفتار جنسی جوانان متأثر از عوامل اجتماعی و در ارتباط با احساسات و رضایت روانی آنها است، بالا بردن مهارت‌ها و درک افرادی که بر جوانان اثر می‌گذارند منافع زیادی را دربردارد. در مواجهه با نیازهای خاص جوانان و ارائه خدمات مناسب و قابل دسترس باید تلاش بسیاری صورت گیرد. تا زمانی که امور جنسی در نوجوانان در اکثر جوامع به صورت محرمانه باشد این قشر نسبت به خطرات فعالیت‌های جنسی محافظت نشده بی‌توجه خواهند ماند منابع اطلاعاتی و وسایل پیشگیری از حاملگی به ندرت در دسترس نوجوانان است. فعالیت‌های جنسی غیرآگاهانه و محافظت نشده سبب افزایش بیماری‌های آمیزشی از جمله ایدز می‌شود اطلاعات موجود نشان می‌دهد که میزان بیماری‌های آمیزشی اختصاصی

جنسی در گروه سنی ۱۹ - ۱۵ سال بالاترین میزان را داشته و میزان بستری شدن اختصاصی سنی در اثر بیماری‌های لگن سرطان گردن رحم در کشورهای صنعتی افزایش یافته است.

اطلاعات آماری در مورد بیماران مبتلا به ایدز نشان‌دهنده آن است که در بسیاری از موارد عفونت HIV نتیجه ارتباطات جنسی دوران نوجوانی است.

در پژوهشی که در کشورمان ایران صورت گرفت، نتایج زیر به دست آمد:

۱) (موانع اجتماعی و خانوادگی برای آموزش مسائل بهداشت بلوغ بر خلاف تصور عمومی وجود ندارد یا بسیار کم است که این موفقیت را ناشی از توجیه و توضیح طرح برای مسئولین سیاسی - مذهبی قبل از اجراء هماهنگی آموزش‌ها یا اعتقادات و باورهای مذهبی، توجه به ظرایف فرهنگی، استفاده از افراد مورد وثوق و رابطین مورد اعتماد مردم، توجه به باورها و اعتقادات و باورهای مذهبی، توجه به باورها و اعتقادات محلی، احترام گذاشتن به خانواده‌ها و استفاده از شیوه‌های صحیح آموزشی دانسته‌اند.

۲) (میزان سواد مادران می‌تواند نقش مؤثری در انتقال آموزش‌ها به دختران داشته است.

۳) (لازم است آموزها از سنین پایین‌تر ۱۰ - ۹ سالگی شروع شود تا هنگام برخورد دختران با علائم بلوغ و قاعدگی نکته مبهمی برایشان وجود نداشته باشد. همچنین ضروری است در سنین بالاتر نیز وجوه دیگر بهداشت باروری آموزش داده شود.

۴) (دختران در مورد تغییرات جسمی و علائم خلقی، روانی و اجتماعی بلوغ اطلاعات بسیار کمی دارند و این امر در مورد علائم روانی و تکامل رفتاری و تشخیصی محسوس‌تر است. آموزش، سبب افزایش اطلاعات بهبود نگرش و ارتقاء عملکرد دختران شده و موجب نگرش مثبت نسبت به پدیده بلوغ و قبول تغییرات بلوغ به‌عنوان تغییرات فیزیولوژیک شده است که این امر باعث رفع نگرانی‌ها، تقویت حس اعتماد به نفس و احترام به خویشتن می‌شود.

۵) (از بین راه‌های مختلف آموزشی مثل کتاب درسی، پرسنل بهداشتی - درمانی و... "دختران صالح‌ترین و مطمئن‌ترین راه کسب اطلاعات را مادران خود دانسته‌اند بنابراین استراتژی آموزش از طریق خانواده به‌وسیله نیروی متشکل و دوطالب مردمی یعنی رابطین بهداشتی، با توجه به استمرار ارتباط آنان با خانواده‌ها و هماهنگی طبقاتی، تحصیلی و اجتماعی با آنان مطمئن‌ترین مؤثرترین امکان‌پذیرترین و مستمترترین راه برای آموزش دختران است. این استراتژی به‌عنوان رویکرد آموزشی مردم مدار (community base) بهترین راه برای تأمین نیازهای آموزشی و همچنین تغییر فرهنگی و اجتماعی محسوب می‌شود.

موانع بهداشت باروری نوجوانان

۱) (غالباً سیاست منسجمی برای حمایت و حفظ بهداشت باروری نوجوانان وجود ندارد و در صورت وجود جوابگوی نیازهای حاضر و آتی نیست. به‌طور کلی جامعه و حتی تصمیم‌گیرندگان کلیدی از نیاز به فعالیت مشترک و حساسیت موضوع آگاهی ندارند.

۲) (نوجوانان اطلاعات و راهنمایی‌های لازم را در خانه و مدرسه کسب نمی‌کنند.

۳) (متأسفانه تنها راه کسب اطلاعات این کنجکاوان، نشریه‌های غیرعلمی، تلویزیون و فیلم‌های غربی با تصاویری است که بیش از آموزش روابط نسی صحیح و عاقلانه، نشانگر و اشاعه‌دهنده انحرافات و بدآموزی‌ها است.

۴) (افراد جوان و بزرگ‌ترها (شامل اولیاء مدرسه و والدین و...) نه تنها اغلب نسبت به مسائل خاص جوانان آگاهی و حساسیت ندارند بلکه این افراد معمولاً به‌علت معذب بودن و شرم از صحبت و بحث در امور جنسی

نمی‌توانند رابطه مؤثری در زمینه رفع نیازهای آموزشی با آنان برقرار نمایند. این امر سبب می‌شود که مشارکت جوانان در برنامه‌های آموزشی و خدماتی برای همسالان خود چه از نظر شناخت نیازهای خاص آنان و یا تعیین کمیت و کیفیت این خدمات اندک باشد.

سوالات جنسی کودکان را این جوری جواب دهید

جلوگیری از احساس نابهنگام جنسی دو بخش اساسی دارد. بخش اول، مراقبت‌هایی است که والدین باید در رابطه با خود داشته باشند و بخش دوم مراقبت‌هایی که در رابطه با فرزندان خود باید پیش بگیرند که هرکدام به شرح زیر است:

مراقبت والدین در رابطه با فرزندان

۱. شست‌وشو و تطهیر:

به عنوان مثال در ۳ یا ۴ سالگی، وظیفه استحمام پسران بهتر است بر عهده پدر باشد. در مجموع شست‌وشوی کودکان پس از دفع و مراقبت از بهداشت او در دوران کودکی خود عامل مهم و اساسی در پیشگیری از بیماری‌ها و کمک به بهداشت جنسی کودک است.

۲. پوشش و لباس:

از ۳ سالگی به بعد باید لباس کودک به نوعی حاکی از جنسیت او باشد و لباس‌های او چسبان و تنگ نباشد. لباس‌های زیر، زبر نباشد زیرا باعث تحریک و خارش بدن او می‌شود.

۳. ختنه:

انجام ختنه از همان هفته اول تولد و در برخی منابع تا پایان ماه اول توصیه شده است. رعایت این امر سبب احساس درد کمتر، جوش خوردن زخم به صورتی سریع‌تر و سبب حفظ سلامت و پیشگیری از بروز پاره‌ای از بیماری‌ها و عوارض است.

۴. بازی‌ها:

بهتر است بازی‌ها در حضور والدین و در معرض دید آنان باشد، تا اگر خطایی اخلاقی توسط کودکان در بازی صورت گرفت، والدین آن را تذکر دهند. بازی‌های افراد بالغ با کودکان به ویژه در رابطه با جنس مخالف باید زیر نظر و تحت مراقبت باشد.

۵. خواب و استراحت:

برنامه کودک را باید طوری تنظیم کرد که او همیشه یک ساعت زودتر از شما بخوابد. باید او را عادت داد تا خسته نشده، وارد بستر نشود. صبح‌ها پس از بیداری در تخت خواب نماند، به پشت بخوابد، دست‌ها از پتو بیرون باشد که لحاظ کردن این امور نوعی مصون‌سازی او از وسوسه‌هاست.

۶. نوازش‌ها:

نوازش‌های مادران با کودکان خردسال باید تحت ضابطه باشد. بازی و نوازش در اطراف دستگاه تناسلی کودک اگر چه او بسیار خردسال است برای کودک مسئله‌آفرین می‌شود. او امروز از آن لذت می‌برد، ولی فردا ممکن است گرفتار و اسیر آن شود و هنگامی که این لذت در او تثبیت شد امکان ترک آن وجود نخواهد داشت.

۷. دستکاری‌ها و لمس‌ها:

ضروری است به کودک تفهیم شود درست نیست او بدن خود را دست کاری کند یا دیگران حق ندارند به بدن او دست بزنند. این وضع باید به تدریج و آرام و بدون هیچ‌گونه تهدیدی صورت گیرد. بلکه هر بار که سرگرم آن است باید به آرامی او را از این امر باز داشت. با صمیمیت و دوستی دست او را می‌گیریم و می‌گوییم من دوست ندارم تو این کار را بکنی. البته بجاست که دست او را به اسباب بازی یا شیی مشغول دارند که به خود نپردازد. در معاشرت‌ها دختر و پسر، در سنین خردسالی نباید آن‌ها را از هم جدا کرد، ولی هنگامی که طفل به سنین تمیز رسید این جدایی لازم است.

مراقبت والدین در رابطه با خود

مراقبت‌هایی که والدین در زمینه تربیت جنسی قبل از بلوغ باید در رابطه با خود داشته باشند، متعدّدند. در واقع پدران و مادرانی که خواستار داشتن فرزند سالم در ابعاد مختلف جسمی، روانی و اجتماعی هستند، لازم است مراقبت‌هایی را در روابط خود لحاظ کنند که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از:

۱. در مناسبات جنسی:

والدین لازم است مناسبات جنسی خود را از دید فرزندان خود اگر چه خردسال باشند دور و محفوظ نگه دارند.

۲. در خواب و استراحت:

در سنین تمیز (حدود ۶ سالگی) بهتر است اتاق کودکان از پدر و مادر جدا باشد، ولی به گونه‌ای که دور از دسترس والدین نباشد. به عنوان مثال مصلحت نیست والدین در یک طبقه منزل و کودکان در طبقه دیگر آن باشند. محل خواب آن‌ها باید طوری باشد که والدین با شنیدن صدای آن‌ها بتوانند خود را به بالای سرشان برسانند. بچه‌ها هم حق ندارند بدون اجازه وارد اتاق خواب والدین شوند. از همان خردسالی باید آنان را عادت داد که هنگام ورود به اتاق پدر و مادر در بزنند و اجازه بگیرند.

۳. در شوخی‌ها و مزاح‌ها:

در شوخی‌ها در حضور کودکان باید نکات و ضوابط اخلاقی رعایت شود. نباید تصور شود که کودکان خردسال از نوع روابط و مفاهیم مزاح‌ها و شوخی‌ها سر در نمی‌آورند، آن‌ها گاهی اطلاعات ناقصی از این طریق به دست می‌آورند که می‌تواند باعث آسیب‌ها و احیانا بیداری نابهنگام جنسی‌شان شود.

۴. رعایت پوشش:

رعایت پوشش مناسب در نزد کودکان در خانه ضروری است. راحتی در خانه به این مفهوم نیست که پدر و مادر نیاز به هیچ محدودیتی ندارند. آن‌ها برای اهل خانه باید مظهر حجب و حیا باشند. ایجاد حجب و حیا در فرزندان جنبه جدی تربیت جنسی است و نباید آن را کوچک شمرد. حجب و حیا نه تنها در فرهنگ ما، بلکه در بسیاری از فرهنگ‌ها دیده می‌شود. «کوچتکف» نویسنده کتاب «روانشناسی تربیت جنسی» می‌گوید: «پرورش حیا در کودکان همان تربیت صحیح احساس جنسی است» و «سایف» پزشک معروف روسی هم عقیده دارد: «حجب و حیا باقیمانده بربریت نیست، بلکه حاصل پر ارزش فرهنگ و تمدن است.»

۵. در تماشای فیلم:

پدر و مادر هنگام دیدن فیلم باید دقت کافی داشته باشند. والدین می‌دانند رسانه‌ها چه تاثیر مهمی بر پرورش جنسیت فرزندان‌شان دارند. وسایل ارتباطی الکترونیکی و رسانه‌های جدید، اغلب، ارزش‌ها و اخلاقیات والدین را تایید نمی‌کنند؛ اما این واقعیت وجود دارد که رسانه‌ها در آموزش جنسی فرزندان ما نقش فعالی دارند. از میان رسانه‌های مختلف، تلویزیون - به ویژه شبکه‌های ماهواره‌ای - بیشترین تاثیر را در زندگی بچه‌ها می‌گذارد. بر اساس آمار رسمی این وسیله در بسیاری از خانه‌ها وجود دارد و صفحه آن چشم و ذهن بچه‌های ما را خیره و پر می‌کند و همواره در انتخاب‌های آن‌ها تاثیر می‌گذارد. تلویزیون هم می‌تواند دوستی جالب، هوشمند و سرگرم کننده باشد و هم دشمنی بسیار خشن که با پرده‌داری جنسی، چهره واقعی زندگی را دگرگون کند و ضد ارزش‌ها را ارزش قلمداد کند.

بسیاری از الگوها و عقایدی که از این فیلم‌ها به ذهن کودکان نفوذ می‌کند، اخلاقی نیست. ممکن است فردی بزرگسال که می‌تواند حقیقت را از تخیل تمیز دهد، با دیدن صحنه‌ای آن را خیالی تشخیص دهد؛ اما همین صحنه می‌تواند کودک ۱۰ ساله‌ای را گیج کند و بذر باورهایی را در ذهن او بپاشد و به روابط آینده او آسیب رساند.

بنابراین باید در تماشای فیلم‌های ویدئویی، حتی برنامه‌های رسانه‌های رسمی مراقب بود که محتوای آن برای سن فرزندان مناسب باشد. برنامه‌هایی را که کودکان تماشا می‌کنند باید کنترل کرد و آن‌ها را با نگاه انتقادی دید.