

بسمه تعالی

موضوع تربیت جنسی کودک

فهرست :

اصول آموزش جنسی به کودک

تربیت جنسی کودک

دانش جنسی کودکان در سنین مختلف

۱۱ توصیه به والدین برای مقابله با تجاوز به کودکان

مراحل رشد جنسی کودکان و نوجوانان

بلوغ و رابطه جنسی در کودکان کم توان ذهنی

جمع بندی مبحث تربیت جنسی

جمع بندی کیس ریپورت ها

معرفی کتاب

اصول آموزش جنسی :

از اصول اولیه آموزش جنسی به کودکان: اطلاعاتی در حد سن و توان فکری کودک بدهید: یکی از ویژگی های برجسته کودکان، کنجکاوی درباره تمام پدیده و رویدادهای محیطی شان است. آنها از همان ابتدای خردسالی شروع به پرسش و یادگیری درباره خود و اطرافیانشان می کنند و خیلی زود به تفاوت های بین افراد پی می برند. دور نگهداشتن کودکان از مسائلی که حساسیت والدین را برمی انگیزد، بسیار مشکل است، زیرا کودکان بزرگ خواهند شد و پاسخ های خود را از منابع دیگری به دست خواهند آورد.

بنابراین بهتر است پدر و مادر شخصا مسولیت اینگونه آموزش های خاص را بر عهده بگیرند، زیرا هم اطلاعاتی در حد سن و توان فکری فرزندشان در اختیار او قرار می دهند و هم از سلامت آموزش خود اطمینان دارند.

برای مثال: اگر فرزند ۱۰ یا ۱۲ ساله شان از آنها می پرسد «یک دختر یا پسر چگونه تبدیل به یک زن یا یک مرد می شود؟» به او پاسخ دهند: «در بدن هر انسان موادی به نام هورمون وجود دارد که موجب رشد اندام ها و بروز تغییرات گوناگون در آنها می شود که این تغییرات موجب مرد شدن و یا زن شدن می شود.

اصول اولیه آموزش تربیت جنسی به کودکان: کودکان خیلی زودتر از آنکه آمادگی پذیرش برخی مسائل را داشته باشند، با آنها روبرو می شوند. در مواردی آنها تحت شرایط خاصی قرار می گیرند که

قبلاً چیزی در مورد آن نشنیده و نیاموخته اند. تحقیقات نشان می دهند که کودکان خردسال برای یافتن پاسخ پرسش های خود ابتدا نزد پدر، مادر و اعضای نزدیک خانواده خود می روند و زمانی که به مرحله بلوغ و نوجوانی می رسند، گرایش بیشتری به سمت دوستان و همسن و سالان خود پیدا می کنند.

هر چه سنجیده تر در این باره با فرزندان صحبت کنید، نه تنها موجب افزایش اعتماد به نفس خود در بیان اینگونه مسائل می شوید، بلکه راحت تر می توانید با آنان ارتباط برقرار کنید و آموزش های خود را پی بگیرید.

تربیت جنسی کودکان

موضوع تربیت جنسی کودکان از دغدغه های اصلی و مهم والدین و مربیان است. در موارد بسیاری مشاهده شده که رفتار غلط مربیان و والدین در این زمینه، تبعات جبران ناپذیری را بر روح و ذهن کودکان باقی گذاشته است به گونه ای که آثار آن در سنین بزرگسالی هم وجود داشته است.

متأسفانه برخی از والدین و مربیان، نسبت به این امر دچار نوعی کج بینی هستند و این موضوع همچون تابویی می دانند که نباید به آن نزدیک شد. همین نگرش موجب بروز مشکلات فراوانی می شود که در برهه ای از زمان می توان به سادگی آنرا حل کرد.

آنچه مهم است اینکه والدین و مربیان نسبت به تربیت جنسی کودکان توجه ویژه ای داشته باشند و راهکارهای مناسب را در این مسیر به کار گیرند. لازمه این امر، داشتن اطلاعات علمی و تجربی در این زمینه است. بهره گیری از اصول تربیت اسلامی و توجه به راهکارها و اصولی که در این زمینه از سوی کارشناسان ارائه می شود، در اغلب موارد، راه گشاست. به این شرط که نگرش والدین و مربیان، نگرشی آگاهانه باشد.

آنچه مسلم و طبیعی به نظر می رسد این است که اغلب کودکان در سنین ۳ تا ۵ سالگی، کنجکاویهای بسیاری را در ارتباط با فیزیک و آناتومی بدن خویش دارند. همین امر موجب می شود تا به بازیهای مثل دکتر بازی، علاقه نشان دهند یا در ارتباط با تفاوتهاشان با جنس مخالف، از خود کنجکاوی نشان دهند و پرسش هایی را مطرح کنند.

آنچه مهم است اینکه اولاً، والدین و مربیان بدانند که این رفتارها در کودکان، به هیچ عنوان جنبه جنسی ندارد و خطری در این زمینه برای بچه ها وجود ندارد. در واقع کودکانی که در شرایط طبیعی و با حفظ صیانت محیط تربیتی، در فضایی مناسب و شایسته بزرگ می شوند، در سنین کودکی با مشکلات جنسی روبرو نمی شوند و سوالات مکرر بچه ها در این زمینه را نباید به وجود تمایلات جنسی در آنها نسبت داد.

بنابراین وقتی والدین و مربیان باور کردند که سخن در تمایل جنسی در کودکان در میان نیست، رفتارهای بچه ها در زمینه کشف خودشان و جنس مخالفشان، غیرعادی و بی ادبانه به نظر نمی رسد. اما مهم است که این رفتارهای کودکان تحت نظر بزرگترها باشد. یعنی والدین و مربیان باید

دقت داشته باشند که کنجکاوی بچه ها در این زمینه به حد و مرز خاصی ختم شود و ادامه پیدا نکند. می توان همواره بچه ها را تحت نظارت مستقیم و غیر مستقیم داشت و یا حواس آنها را پرت کرد.

مسئله مهم دیگری که در این زمینه وجود دارد، به نحوه عکس العمل مربیان و خصوصا والدین در زمینه های جنسی مربوط می شود. مثلا ممکن است کودکی با همان تصورات دنیای کودکانه خود از سخنان هم بازی خود در زمینه های جنسی صحبتی را با مادرش داشته باشد.

در چنین مواردی برخی از مادران برخورد سلبی و چکشی با کودکان دارند و با جدیت هر چه تمام تر، آنها را دعوا می کنند و حرفهایشان را به دور از ادب و نزاکت می خوانند و از آنها می خواهند که هرگز در این باره صحبتی نکنند و اگر کردند، تنبیه خواهند شد.

از طرف دیگر یک مادر می تواند با حالتی کاملا عادی، به سخنان کودکش گوش کند و با لحنی دوستانه و آرام، او را راهنمایی کند و وجود تفاوت میان دو جنس را کتمان نکند و آنرا امری طبیعی و خدادادی معرفی کند اما در نهایت از کودکش بخواهد که در این زمینه کمتر کنجکاوی کند. مطمئنا چنین کودکی بیش از سایرین این فرصت را دارد که اگر در هر مقطعی از زمان با مشکل یا مسئله ای روبرو شد، بتواند به راحتی موضوع را مادرش مطرح کند و از او راهنمایی بخواهد. مطمئنا می توان با تجدید نظر در برخی از رفتارهای ساده و دم دستی، تاثیرات عمیق و مثبتی را در کودکان بر جای گذاشت.

وقتی بچه ها از شما می پرسند ماما/بابا من از کجا آمده ام چه جوابی برای آن ها دارید؟
اکثر مردم بنابر خجالت یا مصلحت از داستان های تخیلی مانند آنکه تو را خدا با لک لک فرستاد
استفاده می کنند.

هیچ شواهد علمی وجود ندارد که نشان بدهد دانستن مسائل جنسی برای کودکان مخاطره آمیز
است و باعث بلوغ زودرس می شود، برخلاف آنچه برخی روانشناسان وطنی بدون شواهد می بافند.
فروید یکصد سال پیش در نامه ای به دوستش صریحا تاکید می کند حقیقت امر به کودکان گفته
شود.

)

[https://jenseyatvajameh.files.wordpress.com/2008/07/rovshangari_jens
\(i_kudakan.pdf](https://jenseyatvajameh.files.wordpress.com/2008/07/rovshangari_jens_i_kudakan.pdf)

دانش جنسی کودکان در سنین مختلف

والدین در صحبت کردن با بچه ها درباره جنسیت یا نگران زیاد گفتن هستند یا کم گفتن یا نگران
گیج کردن بچه های خود! برخی نیز فکر می کنند با این کار، بچه ها را به تجربه جنسی تشویق می
کنند...

والدین فکر می کنند که اگر کودک شان در ظاهر بی علاقه است، پس لابد هنوز آمادگی لازم را
ندارد اما در واقع شاید آنها نمی دانند که سوالاتی را نمی دانند که چگونه بپرسند.

فراگیری جنسی باید تدریجی و در طی زمان صورت بگیرد. البته کودک از زمان تولد درباره جنسیت می آموزد. جنسیت بخشی جدایی ناپذیر و زیبا از زندگی دوران بلوغ است. به دنبال پیدا کردن لحظه های مناسب آموزشی باشید، مانند زاییدن یک حیوان.

می توانید خود بحث را شروع کنید، البته در آغاز این گفتگو شرم و حیا تا حدودی طبیعی است. هر چه زودتر شروع کنید، شرم و حیا کمتر می شود. شما می توانید اگر اشتباه گفتید بعد اقرار کنید. به عنوان یک راهنما:

* تا سن پنج سالگی، بچه ها باید:

۱- نام صحیح اعضای بدن از جمله اعضای تناسلی را بدانند.

۲- درک کنند که نوزادان از رحم مادر متولد می شوند.

۳- مفهوم فضای خصوصی را هنگام تعویض لباس و رفتن به توالت بدانند. به ویژه ضروری است کودکان پنج ساله تفاوت خصوصی و سرّی را بفهمند.

۴- بتوانند به راحتی با والدین یا فرد بزرگسال قابل اعتماد دیگری، درباره جنسیت صحبت کنند.

۵- نسبت به هویت مذکر یا مؤنث خود عزت نفس داشته باشند.

* بین شش تا نه سالگی، بچه ها باید:

۱- بتوانند تولید مثل حیوانات و گیاهان را به عنوان بخشی از چرخه حیات درک کنند.

۲- در پاسخ به پرسش هایی چون «نوزادان از کجا می آیند؟»، «چطوری به دنیا می آیند؟» چیزهایی شنیده باشند.

۳- از تفاوت بین دو جنس آگاه باشند و بتوانند نام صحیح اندام تناسلی خود و جنس مخالف را نام ببرند.

۴- درک کلی از ایدز و عفونت های دیگری که از طریق جنسی منتقل می شود داشته باشند.

۵- نسبت به سلامت کلی و نیازهای ایمنی بدن خود مسئولیت روزافزون پیدا کنند و بهداشت شخصی خود را با مسواک زدن، دوش گرفت و رعایت تغذیه مناسب حفظ کنند.

۶- مفاهیم دوستی و عدالت را بفهمند و بتوانند احساسات خود را با والدین یا افراد بزرگسال قابل اعتماد دیگر در میان بگذارند.

بین نه تا سیزده سالگی، بچه ها باید:

۱- جنسیت را به عنوان بخش طبیعی از زندگی درک کنند.

۲- با تغییرات طبیعی دختران و پسرها در دوران بلوغ شنا شوند.

۳- بتوانند با دیگران دوست شوند و دوستی هایشان را حفظ کنند. (معمولا با همجنس های خودشان)

۴- روند تولیدمثل و از جمله مفاهیمی چون: آمیزش جنسی، پدر و مادر شدن، سقط جنین و جلوگیری از بارداری را درک کنند.

۵- بدانند سوءاستفاده جنسی چیست؟ چگونه می توان آن را تشخیص داد و در موقعیت های بالقوه خطرناک چگونه باید رفتار کرد.

تبادل مناسب اطلاعات و آموزش روش های شناسایی موقعیت های احتمالی آزارجنسی و روش های مقابله با آن می تواند به کودک کمک کند تا کمتر دچار آسیب شود.

نکات مهم :

(۱) به کودکان درمورد مراقبت از بدنشان آموزش بدهید:

به کودکان درمورد نحوه مراقبت از قسمت های مختلف بدن و اهمیت عدم دستیابی سایر افراد به قسمت های محرمانه بدن آموزش دهید.

این آموزش ها باید مطابق سطح درک و فهم کودک و با ارائه مثال های روشن و واضح باشد.

(۲) درمورد مفهوم آزار با کودک صحبت کنید.

مفهوم آزار و کودک آزاری را با کلمات ساده و قابل فهم برای کودک توضیح دهید.

باید دقت کنید که در مورد مسائل جنسی اطلاعات متناسب با سن کودک ارائه شوند و دادن اطلاعات زیاد از حد و نامتناسب با سن برای کودک آسیب زاست.

برای گفتگو راجع به مسائل جنسی کلمات خاصی را به کودک آموزش دهید تا بتواند با استفاده از آن ها راحت تر راجع به مسائل جنسی گفت و گو کند.

۳) مدل رفتاری کودک برای این گونه مراقبت ها باشید:

والدین باید با رفتارشان به عنوان یک مدل روش مراقبت از بخش های مختلف بدن از جمله اندام های جنسی را به کودک آموزش دهند.

۴) به کودکان آموزش بدهید که برخلاف قانون است که کسی رفتاری جنسی را نزد آن ها یا با آن ها بروز دهد و در این مورد مثال هایی بزنید. به کودکان آموزش دهید که چه قسمت هایی از بدنشان را کسی حق ندارد ببیند یا لمس کند.

)

۵) به کودکان آموزش دهید که هر فردی می تواند مهاجم باشد. این که فرد مورد نظر عضو خانواده دوست خانوادگی، فرد مورد اعتماد خانواده و... باشد رفتار او را موجه نمی سازد.

۶) به کودکان آموزش دهید که در صورت مواجهه با این درخواست‌ها احساس این که فرد مورد نظر قصد چنین رفتارهایی را دارد، با "نه گفتن و مخالفت"، مانع رفتار شده و به سرعت از موقعیت خارج شوند و با والدین تماس بگیرند.

۷) به کودک آموزش دهید که احترام به بزرگترها به معنای اطاعت بدون چون و چرا از درخواست‌های آن‌ها نیست و برای آن که بچه بالایی به نظر برسد، لازم نیست هرخواسته‌ای را اطاعت کند.

۸) به کودک آموزش دهید در مواقعی که مهاجم به زور متوسل می‌شود با فریاد کشیدن و کمک‌خواهی و اطلاع دادن به والدین، مربیان یا معلمان و یا استفاده از خطوط تلفنی کمک فوری سازمان بهزیستی (اورژانس اجتماعی ۱۲۳) یا پلیس ۱۱۰ امکان آزار را از مهاجم بگیرد.

تبادل مناسب اطلاعات و آموزش روش‌های شناسایی موقعیت‌های احتمالی آزار جنسی و روش‌های مقابله با آن می‌تواند به کودک کمک کند تا کمتر دچار آسیب شود.

۱) به کودکان در مورد مراقبت از بدنشان آموزش بدهید:

به کودکان در مورد نحوه مراقبت از قسمت‌های مختلف بدن و اهمیت عدم دستیابی سایر افراد به قسمت‌های محرمانه بدن آموزش دهید.

این آموزش‌ها باید مطابق سطح درک و فهم کودک و با ارائه مثال‌های روشن و واضح باشد.

۲) در مورد مفهوم آزار با کودک صحبت کنید.

مفهوم آزار و کودک آزاری را با کلمات ساده و قابل فهم برای کودک توضیح دهید.

باید دقت کنید که در مورد مسائل جنسی اطلاعات متناسب با سن کودک ارائه شوند و دادن اطلاعات زیاد از حد و نامتناسب با سن برای کودک آسیب زاست.

برای گفتگو راجع به مسائل جنسی کلمات خاصی را به کودک آموزش دهید تا بتواند با استفاده از آن ها راحت تر راجع به مسائل جنسی گفت و گو کند.

(۳) مدل رفتاری کودک برای این گونه مراقبت ها باشید:

والدین باید با رفتارشان به عنوان یک مدل روش مراقبت از بخش های مختلف بدن از جمله اندام های جنسی را به کودک آموزش دهند.

(۴) به کودکان آموزش بدهید که برخلاف قانون است که کسی رفتاری جنسی را نزد آن ها یا با آن ها بروز دهد و در این مورد مثال هایی بزنید. به کودکان آموزش دهید که چه قسمت هایی از بدنشان را کسی حق ندارد ببیند یا لمس کند.

۱۱ توصیه به والدین برای مقابله با تجاوز به کودکان

۱ - به کودکان خود یاد ندهید که « احترام بیش از اندازه » بگذارند .

برخی از پدر و مادرها کودکانشان را وادار می کنند که به تمام

بزرگسالان احترام بی قید و شرط بگذارند. وقتی چنین رفتاری در

کودک شما نهادینه شود، در برابر سوء استفاده احتمالی یک

بزرگسال نخواهد توانست زبان به اعتراض بگشاید .

۲ - فکر نکنید که فقط دخترها به مراقبت و پشتیبانی نیاز دارند .
این اشتباه است که فکر کنیم پسرها حمایت گر و دخترها حمایت
شونده‌اند . سوءاستفاده‌گرها مطابق باورهای جنسیتی شما رفتار
نمی‌کنند . نگویید " مرد که گریه نمی‌کند " ، به پسرها اجازه بدهید
گریه کنند .

۳ - به همین ترتیب گمان نکنید که فقط افراد مذکر می‌توانند از
کودکان سوء استفاده کنند . ممکن است یک زن دست به سوء
استفاده برند . گفتیم که، سوء استفاده‌گرها بر اساس باورهای
شما از چهارچوب‌های جنسیتی رفتار نمی‌کنند .
۴ - انتظار نداشته باشید فرد دیگری درباره سوءاستفاده از کودکان
به بچه‌هایتان آموزش بدهد . بهترین وقت آموزش چه زمانی است؟
همین الان !

۵ - آموزش سکس با « پورنوگرافی » فرق دارد. با حساسیت و
دقت به گفتگو درباره این موضوع بپردازید . خیلی مهم است که
اعضای مختلف بدن را چه بنامید . نام چشم، چشم است، به بینی می
گوییم بینی . (متأسفانه برای نامیدن آلت تناسلی زنانه و مردانه، در
زبان فارسی اتفاق نظر وجود ندارد که کدام واژه علمی است و
بدون خجالت می‌توان آن را به کار برد . برخی از واژه « آلت »
استفاده می‌کنند که به معنی « وسیله / ابزار » است و خود گویای

شرم و حیای بی مورد، هنگام آموزش جنسی است. بسیاری از پزشکان از معادل‌های خارجی استفاده می‌کنند) - «پینه‌س» برای اندام تناسلی مردانه و «واژن» برای اندام تناسلی زنانه.

۶ - بچه‌ها برای آن که بتوانند شکایت خود را پیش شما بگویند، نیاز به اطمینان و اعتماد زیادی دارند. آن‌ها را نترسانید و شیوه بازجویی در پیش نگیرید. چیزی نگویید که صحت گفته‌هایشان را زیر سوال ببرد.

۷ - از کودکان خود بازخواست نکنید که چرا این قدر طول کشیده که در مورد مشکلشان با شما گفتگو کنند. وقتی سوء استفاده اتفاق می‌افتد، صحبت کردن درباره آن آسان نیست و به شجاعت زیادی نیاز دارد. با آن‌ها صبور باشید.

۸ - با فرد سوء استفاده کننده، در حضور فرزندان برخورد نکنید. این اطمینان را به کودک خود بدهید که به دغدغه‌اش دارید رسیدگی می‌کنید اما برخورد با خاطی را روبروی کودکان انجام ندهید.

۹ - تقصیر را به گردن کودک خود نیندازید. لباس محرک کودکان، دلیل سوء استفاده نیست. همین طور، بازخواست نکنید که چرا

کودکتان با وجود هشدارهایتان به فردِ خاطی اطمینان بی‌جا کرده‌است. در هر صورت، سوء استفاده از کودکان تقصیر خودش نیست. تقصیر، متوجه نیت پلید فرد سوء استفاده کننده است.

۱۰ - با مراقبت و سخت‌گیری بیش از اندازه درباره کودکان، ضعف اعتماد به نفس در کودکان نهادینه می‌شود. بگذارید کودکان به این درک برسند که اصولاً جهان جای زیبایی است با تعداد کمی آدم

خطاکار، نه برعکس آن .

۱۱- به اعصاب خود مسلط باشید و با هوشمندی تلاش کنید با بحران روبرو شوید و از آن عبور کنید، نه این که به حجم آن بیفزایید . کودکی که مورد سوء استفاده واقع شده هم می‌تواند با درک و هوشمندی والدین، خوشبخت شود . مثل من، که اکنون زندگی‌ام از خوشبختی چیزی کم ندارد .

نوشته : هاریش لیر، نویسنده هندی

مراحل رشد جنسی کودکان و نوجوانان

الف) از هنگام تولد تا ۳ سالگی

- نسبت به اعضای مختلف بدن خود کنجکاو می‌شود و در صدد کشف آن‌ها بر می‌آید .
 - از لمس کردن آلت تناسلی خود لذت می‌برد (توجه داشته باشید که لذت کودک ۲-۳ ساله ، با لذت جنسی تفاوت دارد).
 - به راحتی و بدون هیچ‌گونه خجالت و شرمساری درباره‌ی اعضای بدن خود صحبت می‌کند .
 - قادر به صحبت با دیگران و درک گفته‌های آنان است . می‌توان نام اعضای بدنش را به او یاد داد .
- مادر و پدر می‌توانند به منظور کمک به کودکان خردسال (تا ۳ سالگی) و رشد ویژگی‌های جنسی سالم در آنان به نکات آموزشی زیر دقت کنند :
- ۱- درباره‌ی اعضای مختلف بدن و کارکرد هر یک ، توضیحات ساده و قابل فهمی به کودک بدهید .
- برای مثال ، دهان و دندان‌ها برای خوردن و جویدن غذا می‌باشد ، چشم‌ها برای دیدن و ...

۲- کودک را در آغوش بگیرید و اجازه دهید علاقه و محبت شما را از این طریق درک کند .

کودکان نیاز به برقراری تماس‌های جسمانی با والدین و اعضای خانواده‌ی خود دارند .

۳- به تدریج به فرزندان تفاوت و خصوصی بودن بعضی از اندام‌های بدنش را یاد بدهید . برای مثال

، بینی عضوی از صورت است و دست زدن به آن اشکالی ندارد ، ولی آلت تناسلی اندامی خصوصی

است و دیگران نباید به آن دست بزنند .

۴- چنانچه فرزندان با کودک غیر هم‌جنس خودش بازی می‌کند و متوجه‌ی تفاوت جنسی

خودش با او می‌گردد ، سعی کنید تفاوت دختر و پسر را خیلی ساده و راحت برایش توضیح دهید .

۵- به کودک یاد بدهید که اگر کودک دیگری قصد داشت آلت تناسلی او را ببیند ، با مخالفت

کردن و گفتن این‌که : "این قسمت از بدن من کاملاً خصوصی است" ، مانع از انجام این کار شود .

۶- چنانچه فرزند خردسالتان درباره‌ی حاملگی سوالی پرسید ؛ سعی کنید با ساده‌ترین عبارات و

جملات جواب او را بدهید .

۷- سعی کنید هنگامی که درباره‌ی اعضای بدن – اعم از سر ، دست ، پا و آلت تناسلی صحبت

می‌کنید، احساس گناه ، شرمساری و خجالت نداشته باشید .

ب) کودکان ۴-۵ ساله

● احساس کنجکاوی درباره‌ی تمام مسائلی که به جنسیت مربوط می‌شود . برای مثال ، دختر و

پسر چه تفاوتی با هم دارند؟ ... چرا مردان حامله نمی‌شوند؟ ... کودک چگونه به دنیا می‌آید ؟ و ...

● ارضای حس کنجکاوی درباره‌ی اندام‌های تناسلی کودکان دیگر ، از طریق بازی‌هایی مثل دکتر

بازی.

● اطمینان حاصل کردن از جنسیت خود و توانایی تشخیص دادن دختر یا پسر بودن خود .

● فهم و درک رفتارهای کلیشه‌ای زنانه و مردانه و تفاوت گذاشتن بین نقش‌های مادر و پدر در

خانه (زن و مرد بودن).

● آگاهی کامل نسبت به اعضای بدن خود . مادر و پدر می‌توانند به منظور کمک به کودکان ۴-۵

ساله‌ی خود و رشد ویژگی‌های جنسی سالم درآنان به نکات آموزشی زیر دقت کنند .

۱- مفهوم خصوصی بودن اندام‌های تناسلی را به کودک یاد بدهید .

۲- نام اعضای بدن او را (چه داخلی و چه خارجی) با کلمات و الفاظ درست و شایسته به کودک

بیاموزید.

۳- کودک را تشویق کنید تا سوالات مختلف خود را درباره‌ی جنسیت و اندام‌های تناسلی ، از شما

یا افراد قابل اطمینان خانواده بپرسد .

پ) کودکان ۶-۹ ساله

● اغلب کودکان ۶-۹ ساله مایل به دوست شدن و بازی کردن با کودکان همجنس بودند . این

گروه کاملاً به نقش‌های جنسیتی‌شان حساس و هوشیارند .

● تشخیص خصوصی بودن مسایل مربوط به جنسیت . (اگر والدین از صحبت کردن درباره‌ی

مسایل جنسی احساس شرم و گناه کنند ، این گروه از کودکان به تدریج از صحبت کردن و در میان

گذاشتن سوالات و پرسش‌های جنسی خود امتناع خواهند کرد .)

● توجه به صحبت‌های دوستان ، اعضای خانواده ، رسانه‌ها و ... درباره‌ی مسایل جنسی .

● درک کامل نقش‌ها و تصورات قالبی خانواده‌ها درباره‌ی مسایل جنسیتی . برای مثال ، این کار

پسرانه است و این کار دخترانه .

● تشکیل خود پنداره‌ی قوی درباره‌ی نوع جنس و تن‌انگاره‌ی خود . مادر و پدر می‌توانند به منظور

کمک به کودکان ۶-۹ ساله‌ی خود و رشد ویژگی‌های جنسی سالم در آنان ، به نکات آموزشی زیر

توجه داشته باشند .

۱- سعی کنید آگاهی‌ها و دانسته‌های فرزندان را در مورد مسایل مربوط به جنس خود بالا ببرید .

گاهی کودکان این سن و سال ، از پرسیدن چنین نکات و سوالاتی طفره می‌روند یا اجتناب

می‌ورزند . در این گونه موارد والدین و اعضای موثر خانواده می‌توانند اطلاعات سالم و مورد نیاز او را که موجب ارضای حس کنجکاوی‌اش می‌شود ، در اختیار او قرار دهند .

۲- زمانی که سعی می‌کنید تفاوت‌های دختر و پسر را برای فرزندان شرح دهید ، بر رعایت حقوق هر یک و نقش‌های مساوی آنان در انجام کارها و وظایف روزانه ، تاکید کنید .

۳- توضیحات ساده ، مختصر و قابل فهمی درباره‌ی بلوغ و تغییرات گوناگون جسمانی ، عاطفی و رفتاری به کودک ۸ ساله‌ی خود بدهید . هر چند کودکان این سن و سال هنوز تجربه‌ای از این گونه تغییرات ندارند ، ولی صحبت درباره‌ی آن موجب صمیمیت ، یکرنگی و ایجاد فضایی احترام‌آمیز برای گفت‌وگوهای بعدی شما با نوجوانتان می‌شود . برای مثال ، گفتن این که در دوران بلوغ زیری و بمی صدای بچه‌ها تغییر می‌کند و از این قبیل ، راه را برای راهنمایی‌ها و هدایت‌های بعدی شما باز می‌کند .

ت) کودکان ۱۴-۱۰ ساله

- داشتن احساسی آگاهانه نسبت به جنسیت خود و شیوه‌های ابراز وجود متناسب با آن .
 - تشخیص احساسات سالم مربوط به تغییرات حالات عاطفی - رفتاری جنس خود .
 - نگرانی و اضطراب در مورد بلوغ و آنچه رخ خواهد داد (چگونگی آمادگی او).
 - احساس خجالت و شرمساری از پرسیدن سوالات جنسی خود .
 - آگاهی از اهمیت و ارزش خصوصی بودن اعضای بدن خود .
- اگر تاکنون درباره‌ی جنسیت با فرزندان صحبتی نکرده‌اید ، هنوز دیر نشده است . سعی کنید حتما در اولین فرصت مناسب ، که زمینه‌ای برای گفت‌وگو داشته باشید ، این کار را انجام دهید. اگر فرزندان از قبل آمادگی پذیرش اطلاعاتی در خصوص بلوغ و تغییرات جسمی را داشته باشد ، بهتر می‌تواند با این تغییر و تحولات رشدی خود کنار آید . متأسفانه گروهی از والدین آن قدر صبر

می‌کنند تا فرزندانشان به مرحله‌ی بلوغ و بروز تغییرات جسمی - روانی برسند ، آن‌گاه سر صحبت را با آن‌ها باز می‌کنند . در حالی که اگر زودتر با ایجاد ارتباط و رابطه‌ای دوستانه این گونه موضوعات را با فرزندانشان در میان بگذارند ، خیلی راحت‌تر و آسوده‌تر می‌توانند گفت‌وگوهایشان را پی‌بگیرند

. بدین منظور می‌توان از نکات آموزشی زیر استفاده کرد :

۱- درباره‌ی بلوغ و تغییراتی که نوجوانان در این سن دچار آن می‌شوند ، اطلاعات کافی به فرزندانتان (به‌ویژه دختران) بدهید . برای فرزندتان شرح دهید که تمام این تغییرات کاملاً عادی و طبیعی است و جای هیچ‌گونه اضطراب و تشویشی نیست . بلوغ می‌تواند روابط حاکم بر والدین و کودکان را به هم بریزد . گاهی تغییرات خلقی دوران بلوغ ، آشفتگی‌ها و نابسامانی‌های بی‌شماری در خانواده ایجاد می‌کنند. ارتباط بین والدین و بچه‌ها که قبلاً نزدیک ، صمیمانه گرم بود ، گاهی دچار سردی ، جدایی و گفت‌وگوهای مشاجره‌آمیز می‌شود . دخترها معمولاً احساسات و عواطف خود را به راحتی بروز می‌دهند و پسرها گاه دچار عصبیت‌ها و پرخاشگری‌های شدید می‌شوند . یکی از علل این نوسانات خلقی تغییرات هورمونی است که در بدن آن‌ها ایجاد می‌شود . در چنین شرایطی اگر والدین با آرامش ، صبوری و ملایمت با نوجوانشان رفتار کنند ، بهتر می‌توانند راه‌های ارتباط کلامی را با آن‌ها حفظ نمایند . پایداری روابط خانوادگی و ایجاد فضایی دوستانه و صمیمی ، نقش مهم و اساسی در حل مشکلات عاطفی - هیجانی نوجوانان دارد . حمایت ، ایجاد امنیت روانی و حضور دایم در کنار نوجوان می‌تواند مانع از بروز بسیاری از انحرافات ، کجروی‌ها ، بزهکاری‌ها و آسیب‌های اجتماعی شود .

۲- به حریم خصوصی فرزندتان ، در عین آن که سعی می‌کنید رابطه‌ای نزدیک و صمیمانه با او داشته باشید ، احترام بگذارید.

۳- برای نوجوانتان توضیح دهید که تغییرات دوران بلوغ هر فردی متفاوت است .

۴- تذکر این نکته به نوجوان ضروری است که تغییرات جسمانی بدن او همراه با تغییرات عاطفی ، شناختی و رفتاری خواهد بود و تمام این حالات ، هیجانات و احساسات او کاملاً طبیعی و سالم است .

۵- ارتباط مهم بین احساس جنسی و هیجانات عاطفی سالم (مثل علاقه ، محبت و ...) را برای نوجوانان شرح دهید . (HUBERMAN, BARBARA, 2004)

۱- بیان شفاف و واضح دیدگاه‌ها و نگرش‌های خانواده درباره‌ی اهمیت دادن به موازین و مقررات زندگی مشترک از اهمیت زیادی برخوردار است . نوجوانان باید بدانند تا زمانی که توانایی تصمیم‌گیری برای آینده‌شان را ندارند و قادر به پذیرش مسئولیت‌های سنگین خانه و خانواده نیستند ، از ازدواج‌های نابهنگام و برقراری روابط نزدیک با افراد غیر همجنس خود بپرهیزند .

۲- صحبت و گفت‌وگو درباره‌ی نقش احساسات و عواطف ، به عنوان پایه‌ی زندگی مشترک و اهمیت روابط خانوادگی قبل و بعد از ازدواج می‌تواند موجب تصمیم‌گیری صحیح نوجوانان شود .

۳- راهنمایی ، هدایت و ایجاد ارتباط با نوجوان ، همگی از جمله کمک‌هایی است که والدین می‌توانند در خصوص برقراری روابط جنسی سالم توسط فرزندان‌شان ، انجام دهند .

۴- تقویت و پرورش حس مسئولیت‌پذیری و تصمیم‌گیری در نوجوان .

۵- صحبت و گفت‌وگو درباره‌ی رفتارهای منحرف و ناسالم جنسی .

۶- داشتن فضایی باز و راحت در خانواده برای در میان گذاشتن مسائل و مشکلات گوناگون - از جمله مسائل جنسی - نوجوانان را از انحرافات و بزهکاری‌های گوناگون باز می‌دارد .

۷- آرایه‌ی الگوهای رفتاری شایسته و سالم در خانواده (رفتارهای توأم با صداقت ، احترام متقابل ، همکاری ، تعاون ، صمیمیت و ...) .

۸- مشخص کردن محدودیت‌ها و مقررات خانوادگی در زمینه‌ی دوست‌یابی و برقراری ارتباطات اجتماعی

۹- تقویت حس آینده‌نگری در نوجوان و اهمیت دادن به برنامه‌ریزی برای زندگی .

مقاله ای در رابطه با بلوغ و رابطه جنسی در کودکان کم توان ذهنی:

بلوغ کودکان کم توان ذهنی و مشکلات آن :

نوجوانی دوره بین کودکی و بزرگسالی است که با تغییرات مربوط به رشد در زمینه های زیست شناختی، روانشناختی و اجتماعی مشخص می باشد. شروع زیست شناختی نوجوانی با شتاب گیری تند رشد استخوانی و شروع رشد جنسی مشخص می گردد .

شروع رشد روانشناختی با تسریع رشد شناختی و تشکیل شخصیت همراه است. واز نظر اجتماعی نوجوانی دوره آمادگی برای نقش بزرگسالی است که از راه می رسد. نوجوانی دوره ای با شروع و طول مدت متغییر است .

تفکیک بلوغ، که یک فرایند تغییر فیزیکی مشخص با رشد خصوصیات جنسی ثانوی است، با نوجوانی، که یک فرایند تغییر روانی است اهمیت دارد (کاپلان، سادوک، ۱۲۷). دوره بلوغ، منشا تغییرات زیادی در وجود شخص است و تغییرات جسمانی بلوغ، اثر قوی در کارکرد روانی، رفتاری، اجتماعی و زیستی افراد دارد و گرایش های عاطفی و روانی را متحول می سازد، به همین دلیل است که میزان شیوع اختلالات رفتاری

مانند: اضطراب، پر خاشگری، مشکلات جنسی، بزهکاری در این دوران افزایش می یابد. (احدی و محسنی

۱۳۸۷)

تعریف عقب ماندگی: عقب ماندگی ذهنی عملکردی پایین تر از متوسط در کلیه امور ذهنی است که همزمان با مشکلات و کاستیها در رفتارهای سازشی آشکار می شود و در دوران رشد جسمی، ذهنی، روانی فرد پدیدار می شود که بر مبنای آزمونهای هوشی میزان شده باید از ۹۷ تا ۹۸ درصد همسالان پایین تر باشد. (سیف نراقی، ۱۳۸۰) کم توان ذهنی از جمله پدیده هایی است که ابتلاء به آن، مشکلات زیادی برای فرد مبتلا و خانواده او ایجاد می کند. این افراد علاوه بر داشتن بهره هوشی پایین تر از بهنجار در رفتارهای سازشی و انطباقی نیز اختلال دارند. این افراد در حل مشکلات فردی و اجتماعی و شناخت قوانین حاکم بر جامعه و داشتن مهارت های حمایت از خود در موقعیت های مختلف نقص عمده دارند. نوجوانی دوره مهم و ویژه ای برای دختران و پسران کم توان ذهنی است. اختلال ذهنی، توانایی های نوجوان را نسبت به اکثریت گروه همسن او با بهره هوشی نرمال در جامعه کاهش می دهد. و ممکن است زمینه بروز اختلال روانی، رفتاری و شخصیتی را در آنها فراهم می کند. علاوه بر این بلوغ دوره پختگی است و در این دوران صفات اولیه و ثانویه جنسی رشد می یابند و دارای کارکرد می شوند و این تحولات در افراد کم توان ذهنی اتفاق مهمی محسوب می شود و اکثر خانواده ها را با مشکلات و بحران های مختلفی مواجه می کند (مسی، ۲۰۰۰)

مهم ترین اختلال روانی در دوره نوجوانی و بلوغ در کم توان های ذهنی عبارت اند از

۱- اختلال های خلقی

۲- افسردگی

۳- اختلالات سایکوتیک

۴- اختلالات اضطرابی

بسیاری از مردم به غلط تصور می کنند که کودک کم توان ذهنی به خاطر کم کاری ذهنی در سایر زمینه ها نیز باید کم کار باشد. در حالی که گاه موضوع به عکس است، چون تحرکات و فعالیت های جنسی هیچ ارتباطی به ذهن ندارند و بر اساس هورمون های مترشح داخلی هدایت می شوند. علاوه بر این، در آنها حجب و حیا همانند کودکان عادی در اثر برخورد با قوانین اخلاقی و اجتماعی ناچیز است و ممکن است امیال جنسی به منصفه ظهور برسد (داورمنش، ۱۳۸۰) باید در نظر داشته باشیم که خطر سوءاستفاده جنسی از افراد کم توان ذهنی نسبت به افراد عادی بیشتر است. تحقیقات آستین (۲۰۰۱) نشان می دهد که ۳۹ تا ۶۸ درصد از دختران کم توان ذهنی قبل از آن که به سن ۱۸ سالگی برسند، مورد استفاده جنسی قرار می گیرند و این عمل می تواند از سوی افراد مختلف انجام بگیرد. تحقیقات آستین نشان دهنده این است که ۳۲ درصد از افراد کم توان ذهنی از سوی اعضای خانواده خود با خویشاوندان، ۴۴ درصد از سوی کسانی که به نحوی با این افراد سروکار دارند از جمله: کارکنانی که در مراکز ویژه شبانه روزی از این افراد مراقبت می کنند. افرادی که مسئولیت نقل و انتقال آنها را به اماکن مختلف بر عهده دارند و.... مورد آزار و سوءاستفاده جنسی قرار می گیرند. (آستین، ۲۰۰۱) در زمینه شیوع سوءاستفاده جنسی در گروه های کم توان ذهنی، مطالعه ای توسط تامبل (۲۰۰۲)، صورت گرفت که طبق آن بیشترین سوءاستفاده جنسی در گروه آموزش پذیر بوده و بیش از یک سوم این گروه کودکان به نوعی مورد سوءاستفاده جنسی قرار گرفته اند، گروه تربیت پذیر و حمایت پذیر به ترتیب در مراتب بعدی قرار داشتند. تحقیقات نشان می دهند که بسیاری از این کودکان به راحتی در برابر تهدید، ارباب، فریب یا اغواگری تسلیم می شوند و گاه بدون ترس و با رضایت برای جلب توجه و ایجاد رابطه محبت آمیز گرفتار سوءاستفاده جنسی می گردند شایان ذکر است اغلب اوقات فرد سوءاستفاده کننده جنسی، برای کودکان آشنا و قابل اعتماد است. و همه این عوامل باعث می شود که سوءاستفاده جنسی نزد این کودکان فراوان تر و طولانی تر باشد. (فینکلهر، ۱۹۹۷)

شاید یکی از علت های اصلی سوءاستفاده جنسی از افراد کم توان ذهنی این است که آنها نمی توانند این مسئله را درک کنند که داشتن رابطه جنسی با جنس مخالف عملی نامشروع و غیر اخلاقی است

،علاوه بر این تحقیقات مختلف نشان می دهند که بلوغ زودرس در کم توان ذهنی و تغییرات سریع همراه با آن ،خطر انحرافات وسوءاستفاده جنسی را افزایش می دهد .(استیوز ،۱۹۹۹)

از این رو آموزش مهارت های ویژه در زمینه حفاظت شخصی و مهارت های مقابله ای در برابر آزارگری جنسی نقش تعیین کننده ای در پیشگیری از این رویداد خواهد داشت .بالادرین (۲۰۰۴)در مورد ارائه آموزش های ایمن سازی جنسی به کودکان کم توان ذهنی اعتقاد دارد که این کودکان نیز همانند دیگر کودکان باید در زمینه شناخت اندام های جنسی وحریم شخصی وخصوصی ،رد کردن هدیه ،همراه نشدن با افراد غریبه ،مهارت های خود مراقبتی مانند فریاد کردن ،وکمک خواستن هنگام مواجه با آزارگری ها ی جنسی وبازگو کردن این رخداد ها به افراد قابل اعتماد ،آموزش های ویژه دریافت کنند .وی به منظور آموزش ایمن سازی جنسی در کودکان کم توان ذهنی وبالا بردن توانایی آن ها در زمینه پیشگیری ومقابله با سوءاستفاده جنسی پژوهشی انجام داد که اصول برنامه های آموزشی آن بر افزایش توان خود محافظتی ،تامین ایمنی شخصی وارثقا سطح دانش جنسی در زمینه اندام های جنسی وحریم شخصی وخصوصی در کنار آموزش مهارت های مقابله ای هنگام روبرو شدن با سوءاستفاده جنسی استوار بوده است .او به این نتیجه رسید که کودکان کم توان ذهنی در زمینه های ذکر شده از توانایی محدودی برخوردارند .،اما با آموزش مناسب می توانند به سطوح بالاتر عملکرد در این زمینه دست یابند .

منابع :

(۱) Baladerin, N. (2004). Sexual abuse prevention for people with

developmental disability.Sexuality and Disability.9(4), 321- 335

(۲) Stein ,G.(2001).Menarch.Menstruation ,sexual relations and contraception of

adolescent Femals with down syndrome, Dpartment of obsterics and
gynaecology

.page : 343-349

G(1998). Psychiatric Illness in mentally retarded adolescents : clinical.Masi (۳

J. Intelled disabil. 54,5,300-2 ,features

G(2000). Generalized anxiety and obsessive- compulsive bipolar .Masi (۴

comorbidity

J. ,disorder in adolescents and jounge abult with mild mental retardation

Intellect

63,54-24 ,Disabil

منابع فارسی

(۱) احدی ،حسن نیک چهره ،محسنی ،(۱۳۸۷).روانشناسی رشد (مفاهیم بنیادی در روانشناسی نوجوانی

وجوانی) تهران انتشارات پردیس

(۲

داور منش ،عباس (۱۳۸۰)مسائل ومشکلات بلوغ جنسی در افراد کم توان ذهنی ،تهران

کاپلان ،هارلود ،سادوک ،بنیامین (۱۳۷۱)خلاصه روانپزشکی (علوم رفتاری -روانپزشکی بالینی).تهران ،تابش

جمع بندی مبحث تربیت جنسی:

تمایلات جنسی از آغاز تولد آغاز میشود (پیش از تولد جنین های پسر دارای توان نعوظ هستند)

تربیت جنسی را قبل از ازدواج باید شروع کرد و آموزش جنسی از سه سالگی به بعد شروع میشه

۵/۲ تا ۳ سالگی: علاقه مندی به اختلافات بین دو جنس

۴ سالگی: بازی نشان دادن آلت

۵ سالگی: نجیب تر و با حیا تر میشوند و کمتر به بازی آلت نمایی و اختلافات دو جنس علاقه نشون میدند

۶ سالگی: دکتر بازی

۷ سالگی: علاقه به امور جنسی کم میشود و معلم بازی و علاقه به مدرسه و فعالیت های دیگه جایگزین

میشه

۸ سالگی: در دبستان درباره ی رابطه ی زناشویی صحبت کلی میشود. شوخی های زشت شایع هست

۹ سالگی: به جزییات اندام های جنسی بیشتر علاقه مند میشن، حرفهای جنسی و اشعار جنسی دیده میشه

۱۰ سالگی: گرایش زیاد به گفتن و شنیدن لطیفه های جنسی

رفتارهای جنسی در کودکان دو دسته هستند:

طبیعی: دستکاری آلت تا سه سالگی

سوال پرسیدن، کشیدن آلت خود

غیر طبیعی: مدام لمس کردن خود، مدام نگاه کردن به تصاویر برهنه

نشان دادن اندام خود در دوره ی دبستان، مدام لمس کردن دیگران

رفتار جنسی دو بعد داره:

بعد عاطفی: در اکثر بچه ها رفتارهای جنسی برای کسب آرامش هست

بعد جسمانی: فقط ۱۰ درصد بچه ها (اختلالات اضطرابی شدید، شب ادراری شدید و...)

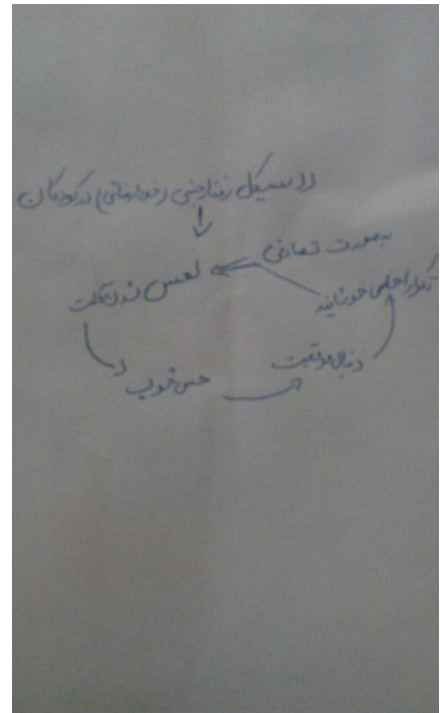
آموزش پیشگیری از Abuse:

۱. آشنا کردن کودک با اندام های خصوصی بدن

۲. آشنا کردن کودک با قوانین لمس

۳. آشنا کردن کودک با مفهوم آزار

۴. آشنا کردن کودک با قوانین دفاع (نهی، فرار، افشا سازی)



جمع بندی کیس ریپورت ها:

۱. کیس اول: پسر ۱۰ ساله که آلت خود رو در مدرسه و خانه دستمالی میکرد و از اینکه زود تر از سن خود به یکسری اطلاعات در ارتباط با مسایل زناشویی دست یافته بود احساس پشیمانی و گناه میکرد

راهکار ها: دادن بینش به مادر و پدر، تکنیک های افزایش خلق ، دادن بینش و شناخت درست به خود بچه برای کم کردن احساس گناه، درمان اکت با استفاده از استعاره ی ببر برای پذیرش میل جنسی و کاهش رفتارهای خودارضایی و آموزش رفتارهای جایگزین (قبل از خوابیدن کتاب خواندن، دستها از پتو بیرون بودن و...)

کیس شماره ی ۲: پسر بچه ی ۵ ساله که علاقه ی زیادی به بدن برهنه ی زنان ولمس کردن آنها داشت

راهکارها: دادن بینش به خانواده برای مدیریت برنامه های ماهواره و رفتارهای جنسی خود که عاملی برای تقلید کودک شده بود و آموزش جنسی صحیح به کودک

کیس شماره ی ۳: پسر بچه ی ۱۰ ساله که عاشق همجنس خود شده بود

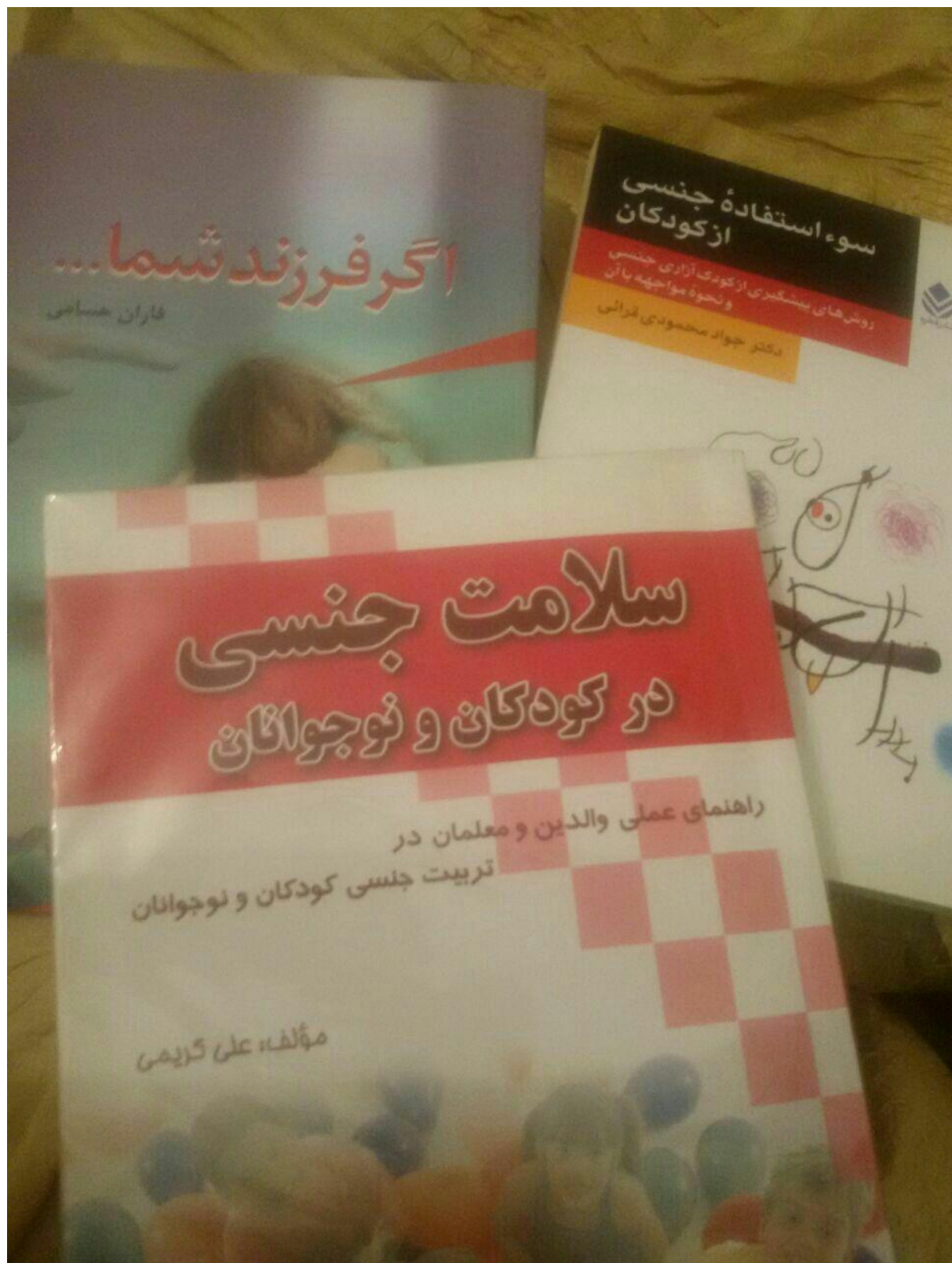
راهکارها: کار روی ارتباط عاطفی کودک با پدر، آموزش درک درست احساسات به پدر و مادر

کیس شماره ی ۴: بچه ی سه ساله که مدام آلت خودشو به پتو می مالید

راهکارها: بررسی وجود بیماری های انگلی، عدم توجه به این رفتارش و توجه بیشتر در موقعیت های دیگر، تکنیک حواس پرتی و جایگزین کردن اسباب بازی های دستی، تکنیک های افزایش خلق

۵. کیس شماره ی ۵: پسر ی که عکس های برهنه اش مورد تمسخر اطرافیان قرار گرفته

راهکارها: دادن بینش به خانواده در ارتباط با حفظ حریم خصوصی بچه در مقابل دیگران و حذف شوخی ها



دلواپسی‌های جنسی

پدر، مادر، فرزند



Sexual Anxieties Of Child And Parents

احمد پدرام

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

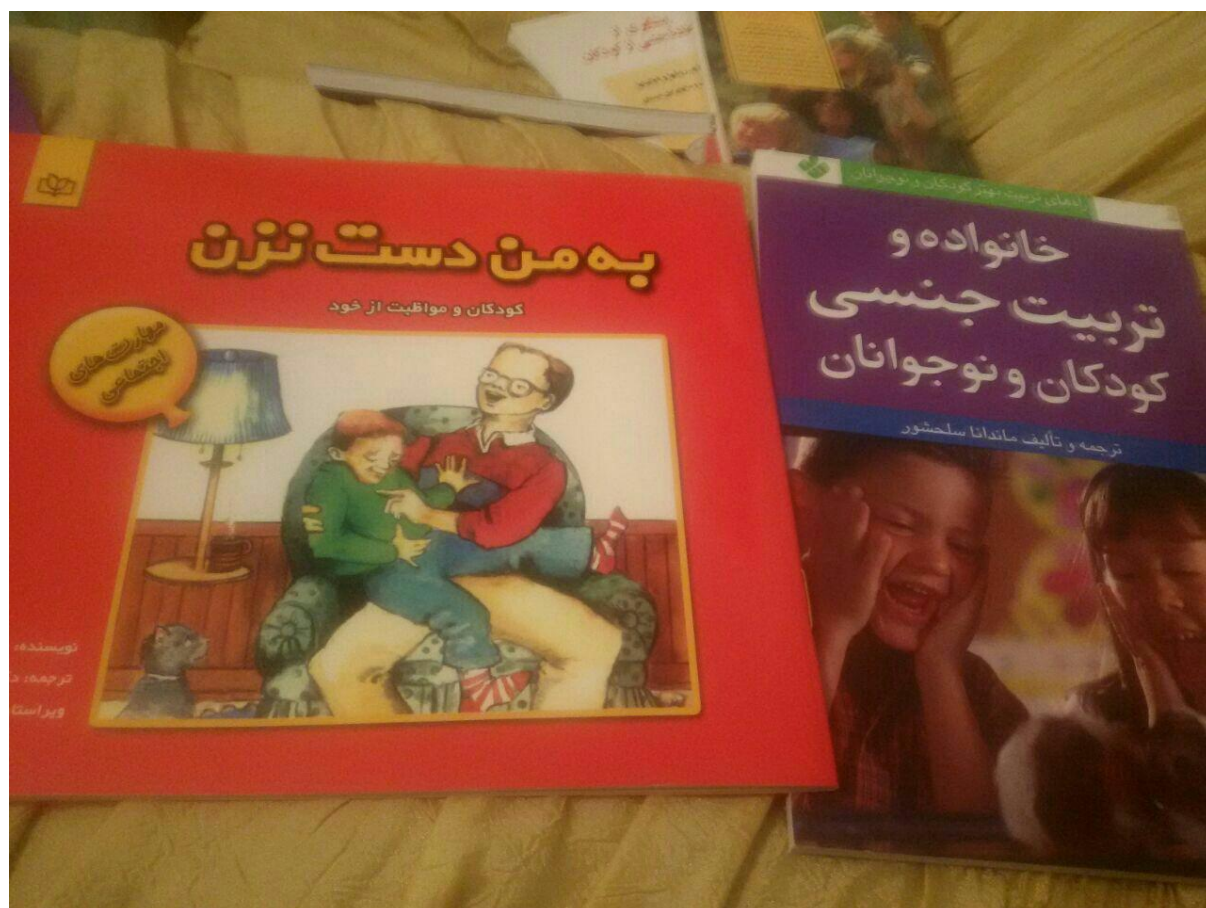
دکتر محسن معروفی

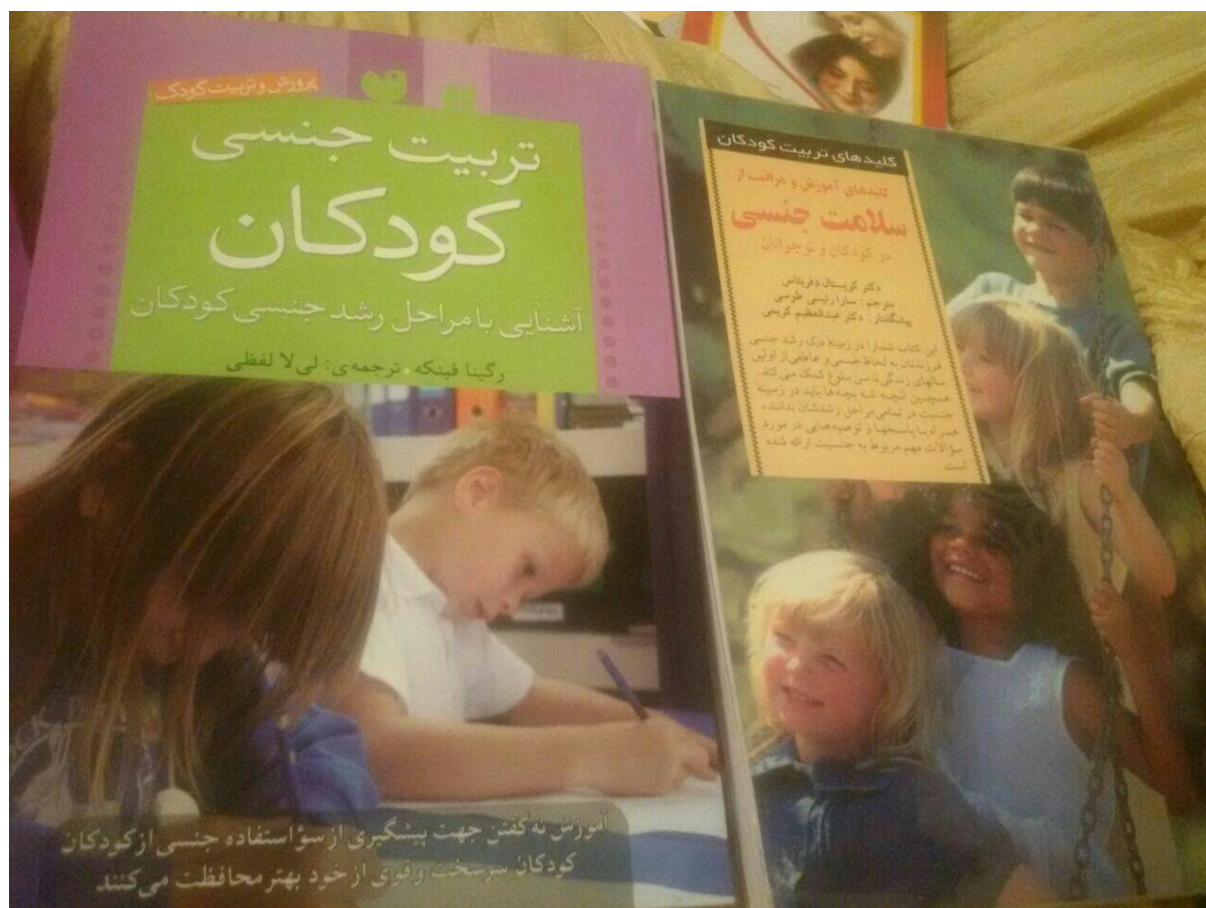


پیش از به دنیا آمدن کجا بودم؟

نویسندگان: ماتیو دولوییه، ماری آیینه، گناتل بوانه، کاترین پیرانو
ترجمه: فخرالدین نجاشی، حمیده موسوی



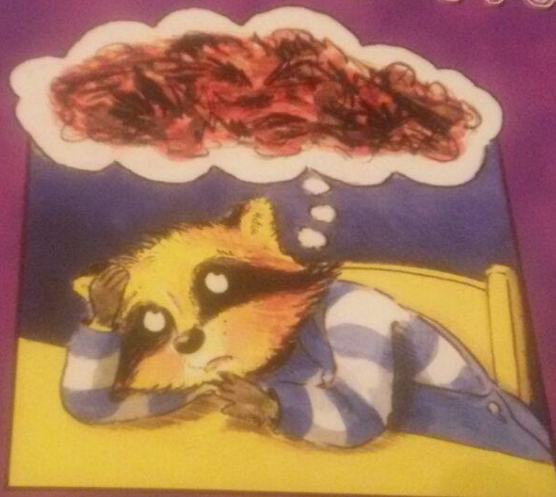




کودک و روانشناس

روبی

پس از آن اتفاق وحشتناک



مارگارت، ام، هولمز
برگردان: دکتر اشرف سادات موسوی