

تربیت جنسی کودک من

اشاره

«مامان، من چطور به دنیا آمده‌ام؟ چرا با برادرم فرق می‌کنم؟ چرا بابا مرا به دنیا نیاورده است؟ من از کجا به دنیا آمده‌ام؟» این‌ها نمونه‌هایی از پرسش‌هایی است که کودک شما در سنین مختلف مطرح می‌کند و شما به دلیل ناآگاهی، ممکن است پاسخ مناسبی برای آن‌ها نداشته باشید یا برای پاسخ‌گویی به پرسش‌های جنسی کودکان احساس راحتی نکنید و در نتیجه، پاسخ صادقانه و درستی به او ندهید. در این نوشتار سعی بر آن است که والدین و مربیان و دست‌اندرکاران محیط یادگیری کودکان، با مفهوم تربیت جنسی و شناخت مراحل رشد جنسی کودکان و نحوه پاسخگویی به پرسش‌های کودکان آشنا شوند و به این وسیله بتوانند به رشد همه‌جانبه کودکان پیش‌دبستان یاری رسانند.

کلیدواژه‌ها: تربیت جنسی، کودکان پیش‌دبستانی، راهنمای والدین

مقدمه

در دنیای امروز که کودکان را محرک‌های محیطی فراوانی چون شبکه‌های ماهواره، اینترنت، شبکه‌های مجازی احاطه کرده‌اند و هر یک از آن‌ها تأثیرات بسیار گسترده‌ای بر روی ذهن و روح آن‌ها می‌گذارد، نمی‌توان بی‌تفاوت بود و کودکان را بدون هیچ‌گونه زره دفاعی در این دنیا رها کرد. به عکس، باید با آگاهی درست از چگونگی تربیت جنسی و نحوه ارائه آن به کودکان، آن‌ها را به این زره دفاعی مجهز سازیم. این مهم جز از طریق خانواده و مربیان آموزشی کودکان تحقق نخواهد یافت. بیشتر والدین از صحبت کردن با کودکان درباره مسائل جنسی سر باز می‌زنند یا به دنبال فرصت مناسبی برای طرح این مسائل هستند؛ در حالی که ممکن است آن زمان مناسب هیچ‌گاه فرا نرسد. برخی از والدین نیز در بیان این‌گونه مسائل به دلایل مختلف راحت نیستند؛ زیرا خود نیز آموزش ندیده‌اند و با مادران و پدران خود به دلایل متعدد در جامعه، نتوانسته‌اند به راحتی گفت‌وگو کنند. دسته دیگر با تصور اینکه کودکانشان در بزرگسالی مسائل جنسی را خودشان خواهند فهمید، با کودکان خود گفت‌وگو نمی‌کنند. شاید گفت‌وگو با کودکان درباره مسائل جنسی سخت باشد اما نقش این‌گونه صحبت‌ها در تأمین سلامت

روانی و جسمانی و آینده بهتر آن‌ها بسیار مهم است. پژوهش‌های بسیاری حاکی از آن است که کودکانی که درباره مسائل جنسی آگاهی ندارند، بسیار آسیب‌پذیرند. هدف نگارنده در این نوشتار این است که با آگاهی دادن به والدین و مربیان و معلمان در زمینه چگونگی تربیت جنسی کودکان پیش‌دبستان، کمک کنیم تا زندگی بهتری داشته و شاهد سوءاستفاده‌های جنسی و آزار جنسی برخی کودکان سرزمینمان به دلیل ناآگاهی آن‌ها و خانواده‌هایشان نباشیم. تربیت جنسی کودکان یکی از موضوعات مهمی است که همواره مورد بحث جوامع علمی بوده است؛ زیرا تربیت جنسی امری پیچیده و درهم‌تنیده با فرهنگ است. بنابراین، در این حوزه تربیتی ضرورت دارد به باورهای اجتماعی،

نمودار ۱



جدول ۱. مراحل رشد سنی و جنسی کودکان

سن رشد	مراحل رشد جسمی
از بدو تولد تا پایان ۳ سالگی	<ul style="list-style-type: none"> نسبت به اعضای مختلف بدن خود کنجکاو می‌شود و درصد کشف آن‌ها برمی‌آید (لمس کردن قسمت‌های خصوصی خود در مکان‌های عمومی و خصوصی). لمس کردن آلت تناسلی خود لذت می‌برد. به راحتی و بدون هیچ خجالت و شرمساری درباره‌ی اعضای بدن خود صحبت می‌کند. سعی می‌کند سینه‌های مادر خود یا دیگران را لمس کند. قادر به صحبت کردن با دیگران و درک گفته‌های آنان است، می‌توان نام اعضای بدنش را به او یاد داد. پرسش‌هایی درباره‌ی خود و دیگران و عملکرد بدن می‌پرسد.
از آغاز ۴ سالگی تا پایان ۶ سالگی	<ul style="list-style-type: none"> احساس کنجکاو 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؟ ارضای حس کنجکاو 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) (دستیابی به هویت جنسی) آگاهی کامل نسبت به اعضای بدن خود.

مراحل رشد آدمی از زمان تولد آغاز می‌شود. رفتارهای جنسی که در سنین پیش از دبستان رواج دارند و معرف مراحل رشد جنسی کودکان هستند در جدول ۱ آمده‌اند.

راهنمای والدین و مربیان برای مراحل رشد جنسی

در این بخش به تفکیک گروه‌های سنی، راهکارهای مناسب برای والدین و مربیان قابل اعتماد جهت هدایت کودکان ارائه می‌شود.

فرهنگی و ارزش‌های حاکم بر جامعه یا همان ارزش‌های دینی، اخلاقی و اجتماعی توجه شود. تربیت جنسی فرایندی طولانی است که از طریق آن افراد اطلاعات و دانش لازم درباره‌ی مسائل جنسی را کسب می‌کنند و نگرش‌ها و عقاید و ارزش‌های خود را تشکیل می‌دهند. تربیت جنسی فرایندی است که به رشد جنسی سالم، روابط بین‌فردی، عاطفه، تصور بدنی و آشنایی با آناتومی اندام‌های جنسی، نقش‌های هویتی و جنسیتی، خودداری، راهنمایی در مورد مسائل جنسی و بهداشت باروری کمک می‌کند. در واقع، تربیت جنسی به زمان خاصی محدود نمی‌شود بلکه جنبه‌ای از رشد و تحول کودک از هنگام تولد به بعد را در برمی‌گیرد. همان‌گونه که برای تربیت بدنی، تربیت اجتماعی، و تربیت معنوی کودک باید برنامه‌ریزی کرد و فرصت‌های آموزشی مختلف را برای آن‌ها تدارک دید، باید شرایطی را فراهم آورد که کودک از این حوزه نیز آگاهی‌های لازم را کسب کند و بنا به نیاز و درک خود و در مسیر رشد تدریجی‌اش تا جوانی، دانش، نگرش و رفتارهای مناسب را در این‌باره به دست آورد.

ابعاد تربیت جنسی

تربیت جنسی در سه زمینه اصلی شناختی، عاطفی و رفتاری دارای مؤلفه‌هایی است که در نمودار ۱ نشان داده شده است.

نقش خانواده در تربیت جنسی کودکان

مادر، پدر و اعضای تعیین‌کننده‌ی خانواده نقشی مؤثر در پرورش رفتارهای جنسی سالم فرزندان‌شان به عهده دارند. آنان باید سعی کنند با شناخت مراحل رشد جنسی کودکان و نوجوانان به پرسش‌ها و کنجکاو‌های جنسی فرزندان خود پاسخ‌های مناسب و سنجیده بدهند و از این طریق مانع انحراف فکری، سرکوب جنسی و مخفی‌کاری آنان شوند. خانواده اولین مکانی است که کودک پرسش‌ها و مسائل جنسی خود را در آن مطرح می‌کند. نحوه‌ی پاسخ‌گویی به پرسش‌های جنسی کودکان می‌تواند باعث انکار یا آموختن مسائل شود.

البته با توجه به تأثیر گروه همسالان بر کودکان نمی‌توان از نقش آن‌ها در این زمینه غافل شد، اما بیشترین یادگیری در مورد مسائل جنسی قبل از ورود به مدرسه (دوره‌ی پیش از دبستان) در خانواده شکل می‌گیرد. آنچه اهمیت دارد این است که تربیت جنسی کودکان مانند یک سازه است که اگر خانواده سنگ بنای آن را درست قرار دهد، تا انتهای سازه درست شکل می‌گیرد. قرار دادن سنگ بنای مسائل جنسی در خانواده همان شفاف‌سازی و پاسخ‌گویی درست به پرسش‌های جنسی کودکان است. پاسخ‌گویی به هر یک از پرسش‌های جنسی کودکان باید شفاف و واضح و به دور از هرگونه ابهام و با توجه به مراحل رشد جنسی کودکان باشد. تنها در این صورت است که سازه‌ی جنسی کودکان به درستی شکل می‌گیرد و بالا می‌رود. رشد و تحول جنسی همانند تمامی

توصیه‌های عملی برای والدین (کودکان کمتر از ۴ سال)

- دربارهٔ اعضای مختلف بدن و کارکرد هر یک، توضیحات ساده قابل فهمی به کودک بدهید؛ برای مثال: دهان و دندان‌ها برای خوردن و جویدن غذاست، چشم‌ها برای دیدن و ...
- کودک را در آغوش بگیرید و اجازه دهید علاقه و محبت شما را از این طریق درک کند. کودکان به برقراری تماس‌های جسمانی با والدین و اعضای خانوادهٔ خود نیاز دارند.
- به تدریج به فرزندان تفاوت بعضی از اندام‌های بدنش را یاد بدهید و دربارهٔ خصوصی بودن آن‌ها حرف بزنید. برای مثال: بینی عضوی از صورت است و دست زدن به آن اشکالی ندارد، ولی آلت تناسلی اندام خصوصی است و دیگران نباید به آن دست بزنند.
- چنانچه فرزندان با کودک غیرهم‌جنس خود بازی می‌کند و متوجه تفاوت جنسی خودش با او می‌شود، سعی کنید تفاوت دختر و پسر را خیلی ساده و راحت برایش توضیح دهید.
- به کودک یاد بدهید 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 این کار شود.
- سعی کنید هنگامی که دربارهٔ اعضای بدن (اعم از سر، دست، پا، آلت تناسلی) صحبت می‌کنید، احساس گناه، شرمساری و خجالت نداشته باشید.

توصیه‌های عملی برای والدین (کودکان ۴ تا ۶ ساله)

- مفهوم خصوصی بودن اندام‌های تناسلی را به کودک یاد بدهید.
- نام اعضای بدن او را (چه داخلی و چه خارجی) با کلمات و الفاظ درست و شایسته به کودک بیاموزید.
- کودک را تشویق کنید که دربارهٔ جنسیت و اندام‌های تناسلی، از شما یا افراد قابل اطمینان خانواده سؤال کند.
- به کودک بگوید که اگر کسی به او آزار جنسی رساند، او مقصر نیست و حتماً موضوع را به شما بگوید.
- به او آموزش دهید که نباید به اندام خصوصی کسی نگاه کند یا آن را لمس کند. همچنین هیچ‌کس نباید اندام‌های خصوصی او را لمس کند.

جمع‌بندی

پاسخ‌گویی به پرسش‌های جنسی کودکان مقوله‌ای بسیار مهم و در عین حال فوق‌العاده حساس است و اندک سهل‌انگاری در این زمینه پیامدهای ناگواری دارد؛ زیرا کودکان امروزه از طریق تبلیغات، فیلم‌ها، تلویزیون و ماهواره پیام‌های جنسی زیادی دریافت می‌کنند و اگر والدین خود را به بی‌خبری بزنند و آنان را به حال خود رها کنند، برای دریافت پاسخ پرسش‌های خود به هر دری می‌زنند و ممکن است اطلاعات نادرستی کسب کنند. بنابراین، باید به کودکان در دوران ابتدایی زندگی خود مهارت‌هایی

بیاموزیم که به کمک آن‌ها تصمیمات درستی دربارهٔ این پرسش‌ها بگیرند و موقعیت‌های خطرناک را در آینده تشخیص دهند. یکی از مناسب‌ترین زمان‌ها برای آموزش مسائل جنسی به کودکان زمانی است که خود کودک دربارهٔ این مسائل می‌پرسد و موضوعی را مطرح می‌کند. در این گونه مواقع، حس کنجکاوی کودک برانگیخته شده است و باید از آن به بهترین شکل بهره برد. بهتر است والدین اول از خود کودک جواب سؤال را بپرسند و سپس با دقت دربارهٔ پاسخ کودک و جواب مناسب بحث و بررسی کنند. رعایت نکات زیر می‌تواند والدین را در این فرایند یاری دهد تا بسته به نوع پرسش کودکان، جواب قانع‌کننده‌ای در اختیار آن‌ها بگذارند.

✓ برخورد شما والدین با این پرسش‌ها عادی باشد تا کودک احساس کند که مسائل جنسی هم مانند دیگر مسائل است و برای پرسش‌هایش در این زمینه هم به راحتی از والدین خود پاسخ دریافت می‌کند.

✓ در پاسخ به کودک حقیقت را بگویید و جواب قانع‌کننده‌ای به کودک بدهید تا کنجکاوی او ارضا شود.

✓ پاسخ‌ها مبهم و گیج‌کننده نباشند تا احساس ابهام و سردرگمی به کودک دست ندهد.

✓ پاسخ‌ها ساده و متناسب با سطح رشد و سن کودکان باشد.

✓ هرگز پاسخ‌دهی را به بعد موکول نکنید. ✓ آموزش‌های خود را به تدریج کامل کنید. پرسش‌های گام‌به‌گام کودکان به پاسخ‌های گام‌به‌گام نیاز دارد.

✓ اصطلاحات و لغات مناسب و صحیح به کار ببرید؛ یعنی هنگام توضیح دادن از مطالب و مفاهیم ملموس استفاده کنید. بیان اصطلاحات غیرواقعی سبب می‌شود که کودک احساس کند، موضوع اسرارآمیز و مبهم است.

✓ شنوندهٔ خوبی باشید؛ اجازه دهید فرزندان سؤال‌های خود را در کمال آرامش مطرح کنند.

منابع

۱. سلحشور، ماندانا (۱۳۹۱). خانواده و تربیت جنسی کودکان و نوجوانان. تهران: پنجره.
۲. ملاجانی، علی (۱۳۹۴). تربیت جنسی فرزندان. ماهنامهٔ کودک. شمارهٔ ۱۰۹، ص ۳۴ - ۳۳.
3. Breuner CC, mattson G. (2016). sexuality education for children and adolescents. Retrieved from American Academy of pediatrics. <http://pediatrics.aappublication.org/>.

تربیت جنسی کودکان یکی از موضوعات مهمی است که همواره مورد بحث جوامع علمی بوده است؛ زیرا تربیت جنسی امری پیچیده و درهم‌تنیده و با فرهنگ است