

چگونه با کودکان خود در مورد سکس گفتگو کنیم

منبع: آکادمی روانپزشکی کودک و نوجوان ایالات متحده - ۲۰۰۳
ترجمه و تنظیم: مجید (e.mail: majidarticle@yahoo.com)

گفتگو با فرزندان در مورد عشق، روابط جنسی و بطور کلی سکس یکی از مهمترین وظایف والدین است. پدر و مادر میتوانند با ایجاد یک جو راحت که در آن با کودکانشان در این مورد بحث کنند، کمک خیلی بزرگی باشند. اگر چه، بسیاری از والدین از چنین بحثهایی اجتناب می‌کنند یا آنرا به تعویق می‌اندازند. هر ساله حدود یک میلیون دختر نوجوان در ایالات متحده حامله شده و سه میلیون نوجوان نیز دچار بیماریهای مسری جنسی میگردند. کودکان و نوجوانان نیاز به اطلاعات و راهنمایی از جانب اولیاء خود دارند تا به آنها کمک کند تصمیمات مناسب و سالمی در مورد رفتار جنسی‌شان داشته باشند؛ زیرا آنچه که می‌بینند و می‌شنوند میتواند سبب سردرگمی و تهییج بیش از حد آنها گردد. اطلاعاتی که کودکان در مورد سکس از اینترنت دریافت می‌کنند اغلب میتواند نادرست یا نامناسب باشد.

گفتگو در مورد سکس شاید هم برای والدین و هم برای کودکان ناخوشایند باشد. اولیاء بایستی به سطح نیازها و کنجکاویهای خاص کودکان آشنا داشته و اطلاعات را بگونه ارائه دهند که بیشتر یا کمتر از آنچه کودکان جویای آن یا قادر به درک آن است، نباشد. در این زمینه شاید مشورت با یک روحانی، پزشک متخصص اطفال، پزشک خانواده، یا دیگر متخصصین سلامتی کمک خوبی باشد. کتابهایی که حاوی شکلها و تصاویر گویا باشند نیز میتواند به ارتباط و فهم موضوع کمک کند.

کودکان بسته به سن و سطح بلوغشان از سطوح مختلف کنجکاوی و درک برخوردارند. همزمان با بزرگتر شدن کودکان، آنها اغلب جزئیات بیشتری را در مورد سکس می‌پرسند. بسیاری از کودکان کلمات مخصوص خودشان را برای قسمتهای بدن دارند. این مهم است که کلماتی که آنها می‌شناسند و راحت‌تر با آن صحبت میکنند را کشف کنیم. یک بچه ۵ ساله ممکن با این پاسخ ساده خوشحال شود که بچه‌ها از دانه‌ای بوجود می‌آیند که در یک محل خاص در درون مادر رشد میکند. بابا کمک میکند که دانه‌اش با دانه مامان ترکیب شود و اینکار باعث میشود بچه شروع به رشد کند. یک کودک ۸ ساله ممکن است بخواهد بداند که چگونه دانه بابا به دانه مامان میرسد. اولیاء ممکن است اینگونه توضیح دهند که دانه بابا (یا اسپرم) از آلت تناسلی او خارج میشود و با دانه مامان (یا تخم) در رحم او ترکیب میشود. سپس بچه در رحم امن مامان بمدت ۹ ماه رشد میکند تا اینکه به اندازه کافی برای متولد شدن قوی شود. یک کودک ۱۱ ساله حتی بیشتر از این میخواهد بداند و والدین میتوانند با صحبت در مورد اینکه زن و مرد چگونه عاشق یکدیگر میشوند و سپس ممکن است تصمیم بگیرند سکس داشته باشند، به او کمک کنند.

اینکه در مورد مسئولیتها و پیامدهای فعالیت جنسی بحث شود بسیار حائز اهمیت است. حاملگی، امراض مسری جنسی، و احساسات در مورد سکس موضوعات مهمی می‌باشند که باید مورد بحث قرار گیرند. گفتگو با کودکان می‌تواند به آنها کمک کند تصمیماتی مناسب بگیرند، بدون آنکه احساس کنند برای انجام کاری که آمادگی‌اش را ندارند تحت فشار هستند. کمک به کودکان برای درک این موضوع که اینها تصمیماتی هستند که نیاز به بلوغ و مسئولیت‌پذیری دارد، شانس اینکه انتخاب درستی داشته باشند را افزایش خواهد داد.

نوجوانان قادرند در مورد معاشقه و سکس در دیدارها و روابط صحبت کنند. آنها برای مواجهه با توانائی احساسات جنسی‌شان، سردرگمی ناشی از قدرت جنسی‌شان، و رفتار جنسی در یک رابطه نیاز به کمک دارند. مسائل مربوط به استمناء، قاعدگی، پیشگیری از حاملگی، حاملگی، و امراض مسری جنسی بیشتر مد نظر قرار دارند. برخی از نوجوانان در مورد ارزشهای خانوادگی، مذهبی یا فرهنگی دچار کشمکش و منازعه می‌گردند. وجود یک ارتباط باز و اطلاعات دقیق از جانب والدین این شانس را افزایش می‌دهد که نوجوانان سکس را به تعویق بیندازند و زمانی هم که مبادرت به آن نمودند از روشهای مناسب کنترل تولد استفاده کنند.

در گفتگو با کودک یا نوجوانان، بهتر است که:

- کودکان را به صحبت کردن و پرسیدن سؤالات تشویق کنید.
- فضا را برای بحث آرام و غیر آشفته نگهدارید.
- از کلماتی استفاده کنید که قابل فهم و راحت باشند.
- سعی کنید سطح سواد و درک و فهم کودکان را مشخص کنید.
- احساس شوخ طبعی خود را حفظ کنید و از صحبت در مورد ناراحتی‌های خود نهراسید.
- در مورد ارتباط سکس با عشق، رابطه نامشروع جنسی، مواظبت و احترام نسبت به خود و والدین صحبت کنید.
- در بیان ارزشها و نگرانی‌های خود رُک باشید.
- اهمیت مسئولیت‌پذیری در انتخاب و تصمیم‌گیری‌ها را تشریح کنید.
- به کودکان کمک کنید مزایا و پیامدهای انتخابهای مختلف را مورد ملاحظه قرار دهد.

با توسعه ارتباطات باز، صادقانه و مستمر درباره مسئولیت‌پذیری، سکس، و انتخاب، والدین میتوانند به بچه‌های خود کمک کنند سکس را بروشی سالم و مطمئن بیاموزند.

(یادداشت مترجم: شما میتوانید نظرات، پیشنهادات و انتقادات ارزشمند خود را توسط ایمیل بالای مقاله با اینجانب در میان بگذارید. باشد که مقالاتی مفیدتر ارائه گردد. با تشکر)