

آسیب شناسی حیات جنسی در دوران نوجوانی و جوانی

حیات جنسی ، یکی از جنبه های مختلف حیات آدمی است که بنا به حکمت خداوند در وجود انسانها به امانت نهاده شده تا قسمتی از پازل شخصیت و حیات آدمی را شکل دهد . جنبه ای که به اشتباه ، گاه نادیده گرفته می شود و گاه ، مهمترین جنبه وجود انسان تلقی می گردد. نیرویی که برای نشاط و حرارت بخشی به زندگی آدمی است ، در اثر افراط و عدم شناخت صحیح و علمی آن تبدیل به بلای خانمان براندازی می گردد و سایر جنبه های حیات انسان را تحت تأثیر قرار می دهد. انحرافات جنسی از جمله موضوعات پنهان و در عین حال آسیب زای جامعه ما و تمام جوامع بشری است . در فرهنگ ها و جوامع مختلف و در بین بخشی از نوجوانان و جوانان نمونه های فراوانی از انحرافات جنسی وجود دارد که با ابتلا به آن ، در اضطرابی جانکاه به سر می برند و عاجزانه از دیگران استمداد و راه چاره می جویند.

ما این موضوع را در چند محور اصلی مورد بحث قرار می دهیم و یادآور می شویم که اگر چه مخاطب اصلی این نوشتار نوجوانان و جوانان هستند ، لکن در صورتی که مربیان و خانواده ها با ماهیت این مسئله آشنایی کافی پیدا کنند و به ویژه در زمینه پیشگیری و درمان نیز اطلاعات کاملی بدست آورند، یقیناً خواهند توانست آنها را در زمینه شیوه های مواجهه با قوای جنسی و کنترل غرایز و راه درمان آسیب های جنسی ، یاری نمایند .

قوای جنسی ؛ اولین جلوه بلوغ انسانی :

کودک در سالهای زندگی اش ، مراحل گوناگونی از رشد را طی می نماید تا به انسانی کامل و بالغ تبدیل شود . این مراحل شامل رشد بدنی و عضلانی، رشد زبانی ، رشد جنسی ، رشد فکری ، رشد اجتماعی ، رشد اقتصادی ، رشد معنوی و... می شود که انسان در مقاطع مختلف زندگی ، مرحله به مرحله به آنها دست می یابد.

همچنین بلوغ به معنای کامل شدن است . مانند بلوغ اقتصادی که به معنای آماده شدن فرد برای ایجاد روابط اقتصادی و کسب درآمد است . بلوغ جنسی نیز به معنای آماده شدن دستگاه جنسی بدن فرد برای ارتباط جنسی و فرزندآوری است .

بی تردید یکی از نیرومندترین و مؤثرترین غرایز وجود آدمی ، نیروی جنسی و نشانه های حیاتی آن است که به صورت عام در تمام موجودات آفرینش نیز وجود دارد و از نشانه های قدرت بی همتای خداوندی است .

این نیرو و در مقابل آن ، جاذبه های جنسی، که از ابتدای تولد به صورت نهفته در وجود کودک به ودیعه نهاده شده است تا زمان ظهور جوانه های بلوغ ، همچنان دوران آرام و بی تحرکی را پشت سر می گذارد . اما با ورود آرام و بی سر و صدای کودک به دوران پر تلاطم نوجوانی و بیدار شدن نیروهای نهفته وجود آدمی ، کم کم علایم بیداری و شکفتگی این نیرو نیز نمودار شده و با گذشت زمان تمامی وجود نوجوان را در بر گرفته و تحت تأثیرات سنگین و دنباله دار خود قرار می دهد .

به دلیل تازه بودن رشد علایم جنسی در وجود نوجوان و بی سابقه بودن تجربه هویت جنسی در وی ، معمولاً این دوران برای او دوره پر التهاب و در عین حال سرنوشت سازی است . بدین معنا که کنجکاوی جنسی او پیرامون این جنبه جدید از وجودش در صورتی که هدایت نشده و همراه با آگاهی نباشد ، می تواند تجربه های نادرست جنسی برای او رقم زند و آثار مخربش ، مسیر زندگی نوجوان را عوض نموده و گاه او را تا مرز سقوط انسانی پیش ببرد و برعکس شناخت هویت صحیح جنسی برای وی می تواند سرآغاز رشد فکری و اجتماعی مناسبی باشد .

مراحل تمایلات جنسی

نوجوان در ابتدا احساس نا شناخته و مرموزی در وجود خویش می یابد که آمیخته با نوعی محبت و علاقه به دیگران است . شکوفایی این غریزه کم کم با هزاران تصور و احساس دیگر همراه می شود و چند مرحله را طی می کند :

- در مرحله اول ، ابتدا توجه نوجوان به وضع بدن و تغییر و تحولات آن ، به ویژه اندام جنسی معطوف میشود و این آغاز توجه و علاقه به امور جنسی و هویت یابی جنسی وی است .

- در مرحله دوم ، توجه و میل جنسی ، با عاطفه و محبت همراه شده و ماهیتی عاطفی پیدا می کند .
- در مرحله سوم ، علاقه به جنس مخالف بیشتر می شود و به طور مقدماتی عشق و علاقه آنان ممکن است هر کسی را هدف قرار دهد . لذا چندین نفر ممکن است مورد علاقه نوجوان ، به طور اخص ، واقع شوند .
- در مرحله چهارم ، علاقه معطوف به چند نفر ، تغییر جهت داده و به جانب یک نفر از جنس مخالف هدایت می شود . این فرد به لحاظ سنی ، ممکن است هم سن و سال وی نیز نباشد و نوجوان احتمالاً با این شیوه می خواهد دنبال پشتیبان و (مادر _ پدری) مهربان تر بگردد .
- در مرحله پنجم ، نوجوان متوجه یک نفر از جنس مخالف میشود که تناسب سنی با وی داشته باشد .

انواع عشق در دوران نوجوانی :

برخی از روانشناسان ، عشق و علاقه های دوران نوجوانی را به دو دسته تقسیم کرده اند :

۱- عشق عاطفی

۲- عشق جنسی

منظور از عشق عاطفی ، محبت و علاقه ای است که نوجوان به طرف مقابل احساس میکند و در ذهن خود از او اسطوره و قهرمان میسازد . این عشق و شیفتگی لزوماً به جنس مخالف نیست و ممکن است به همجنس خود باشد .

در این مرحله ، عشق جنبه جسمانی و شهوانی ندارد ، بلکه با نوعی تمجید و تحسین و احساس فداکاری و شیفتگی همراه است .

دسته دوم ، عشق جنسی (شهوانی) است که در این مرحله نوجوان بیشتر به مسایل توأم با لذت علاقمند می شود و چنانچه در طرف مقابل ، ویژگی های مطلوب را مشاهده نماید ، به ازدواج می اندیشد .

چنانچه در حیات جنسی در دوران جوانی ، عشق عاطفی و عشق جنسی به شکل مطلوب و در چهارچوب عقل و شرع پیوند بخورد ، منجر به ازدواج و تشکیل خانواده می شود و آنگاه میتوان گفت که این راه پرمخاطره را به سلامت پشت سر گذاشته است .

یک تذکر ضروری :

زمانی که نیروهای غریزی جنسی در وجود نوجوان بیدار می شوند، او را باتمام قدرت بر می انگیزد تا در جهت ارضای آنها اقدام نماید. آنچه که مورد تقاضای سائق های جنسی است ، اقعاع و ارضای بی قید و شرط و بلافاصله آنهاست ، که البته در هیچ فرهنگ و اندیشه ای، منطقی و صحیح شمرده نمی شود و تمامی فرهنگ ها و تمدن ها برای ارضای صحیح و منطقی این نیروی خدادادی ، چهارچوب هایی قرارداده اند تا از هرج و مرج جنسی در جامعه جلوگیری نمایند.

نوجوان در یک نظام اخلاقی و فکری غنی ، می آموزد که چگونه احساسات خویش را کنترل نموده و زمان و شیوه مناسب را برای تأمین نیازهای جنسی اش در نظر بگیرد . این امر بستگی تامّ به فرهنگ خانوادگی ، تثبیت عادات اخلاقی و چگونگی پرورش اراده نوجوان دارد .

نوجوان و جوان جامعه ما اگر بداند که هر میلی به موقع و صحیح ارضا شود ، موجبات شادکامی و سعادت آنان را فراهم می کند ، خواهد توانست مصونیت اخلاقی لازم را در خود ایجاد نماید .

علل و عوامل موثر در ایجاد انحراف جنسی (به ویژه خودارضایی)

برای بررسی انحرافات جنسی و درمان آنها ، لازم است به دقت عوامل ایجاد کننده آنها را بشناسیم تا با رفع آنها ، جلوی وقوع انحرافات جنسی را نیز بگیریم. آنچه در زیر می آید تنها تعدادی از عوامل ایجادکننده انحرافات جنسی در نوجوان و جوان است که به صورت فهرست وار می آید و در کتابچه ای مجزا به صورت مشروح مورد بررسی قرار خواهد گرفت .

۱- کنجکاوی هدایت نشده درباره بدن و وضعیت جدیدش در دوران بلوغ و تلاش وی برای کسب هویت جنسی .

۲- دوستی های آلوده و مشکوک .

۳- خانواده های آسیب زا و فامیل های غیر مطمئن .

۴- احساس حقارت و زائد بودن و مفید نبودن در خانواده و جامعه

۵- بلوغ زودهنگام

۶- قرار گرفتن در موقعیت مستعد گناه و انحراف .

۷- تماشای تصاویر مستهجن و محرک جنسی .

۸- حساسیت های پوستی .

۹- اضطراب و نگرانی .

۱۰- لباس و پوشش نامناسب .

۱۱- نقصان و کمبود محبت .

۱۲- انزوا و تنهایی

انحرافات جنسی :

برای غریزه جنسی نیز مانند هر غریزه و نیروی دیگری ، افراد ممکن است شیوه های مختلفی در جهت ارضا و تأمین آن انتخاب کنند که برخی با طبیعت انسانی همسویی دارد و برخی دیگر مغایر با طبیعت بشر می باشد که به آنها انحراف جنسی گفته می شود .

انحراف نقطه مقابل تعادل است و زمانی بوجود می آید که از مسیر طبیعی ، منطقی و مشروع و انسانی خارج شویم .
مانند اینکه بجای آب زلال و پاک ، آبی آلوده و بیماری زا بنوشیم .

نیروی جنسی نیز مانند سایر نیازها از قبیل تشنگی و گرسنگی ، در جهت تأمین و ارضا ، آدمی را به فعالیت و تکاپو وا می دارد و او را برمی انگیزد تا به رفع نیاز آنی و لحظه ای اش بپردازد .

بلوغ جنسی غالباً زودتر از بلوغ اقتصادی و اجتماعی و روانی برای نوجوانان فرا می رسد. یعنی زمانی که نوجوان نیاز به تامین جنسی را به شدت در وجود خود احساس میکند و آمادگی برای ایفای نقش جنسی دارد، در این زمان با وجود اینکه شکل صحیح ارضای غریزه جنسی، با ازدواج و تشکیل خانواده میسر است، و نوجوان هنوز بلوغ روانی و اجتماعی کامل را برای مدیریت و سرپرستی خانواده بدست نیاورده، بلوغ جنسی فرا می رسد. علاوه بر آن، نوجوان هنوز به بلوغ اقتصادی نیز دست نیافته تا تامین نیازهای مادی خانواده را برعهده بگیرد.

در این وضعیت با نوجوانی مواجه هستیم که از یک سو نیازهای جنسی اش به شدت او را برای ارضای فوری بر می انگیزد و از سوی دیگر آمادگی روانی و اجتماعی و اقتصادی لازم را هنوز به دست نیاورده است که اصطلاحاً گفته می شود بین بلوغ جنسی و بلوغ روانی و اقتصادی، اختلاف زمانی چندساله وجود دارد. متأسفانه با سخت تر شدن شرایط ازدواج و توقعات غیر منطقی و بالا رفتن سن ازدواج و دسترسی آزاد و آسان به دنیای اطلاعات و گسترش قلمرو حاکمیت رسانه ها و افزایش منابع اطلاعات جنسی پیش از موعد و نمایش جذابیت های جنسی در فضای ماهواره و اینترنت نیز اوضاع پیچیده تر شده است.

اما چگونه باید این اختلاف فاز و خلأ و شکاف بین برانگیختگی نیاز جنسی نوجوان و جوان و زمان مناسب اقناع آن را پر کرد؟

در این شرایط نوجوان و جوان در مقابل خود برای ارضای نیازهای جنسی اش ممکن است یکی از راههای زیر را انتخاب کند:

۱- برخی از نوجوانان، با خویشتن داری و پرهیز از عوامل تحریک کننده جنسی و مشغول شدن به ورزش و تحصیل و مهارت آموزی، ارضای این غریزه را به زمان مناسب و به شیوه معقول و خداپسندانه ای که منطبق با فطرت انسانی است و در شکل ازدواج و پیمان زیبای همسری ظاهر می گردد، موکول می کنند.

این شیوه که با فطرت و خوی انسانی مطابقت دارد مورد تاکید همه ادیان نیز بوده و هست. بدلیل آنکه خدای بزرگ تنها با این شیوه «ازدواج»، آرامش بخشی و ارضای کامل این نیاز و تاثیر شگفت انگیز نیروی جنسی را قرار داده است.

این انتخاب با اعتقادات و باورهای جامعه اسلامی و فرهنگ اخلاقی نیز مطابقت دارد.

اینکه در حال حاضر سن ازدواج افزایش یافته ، فاصله بین بلوغ جنسی و ازدواج زیاد شده و ... اینها مطابق با دستورات دینی نیست ، پیشوایان دینی ما خواسته اند تا قبل از اینکه جوان در خصوص ارضای غریزه جنسی خود انحراف پیدا کند ، از طریق صحیح و مشروع به این مهم دست یابد .

البته لازم است هم خود نوجوان و هم خانواده وی برای اینکه او این دوره مهم و سرنوشت ساز و درعین حال پر خطر را به خوبی طی کند ، برنامه ریزی تحصیلی ، تفریحی ، ورزشی و مهارت آموزی داشته باشند تا انرژی سرشار و عواطف خدادادی او در مسیر صحیح و سازنده ای رشد نماید . چگونگی انجام این شیوه و تدابیر تربیتی مربوط به آن ، نیازمند بحث مفصل تری است که در آینده به آن ها خواهیم پرداخت .

۲- دسته دوم ، کسانی هستند که به شیوه خود ارضایی « استمناء » در صدد ارضای نیازهای جنسی خود می باشند . این شیوه اگرچه در ظاهر سریع ترین و بی دردسرتترین شیوه می باشد ولی هم با اهداف خلقت انسان و سرشت و خوی انسانی مغایرت دارد و در حقیقت ، نوعی ظلم به خویش است و هم دارای آثار سوء جسمی و روانی است که به آن خواهیم پرداخت.

۳- دسته سوم کسانی هستند که برای تامین نیاز جنسی شان به سوی همجنس خود روی می آورند و با نام همجنس گرایی شناخته می شود . این گرایش انحرافی در بین قوم لوط نیز رواج داشته و اساس اجتماعی و جنسی آن ها را دچار هرج و مرج نموده بود و خداوند نیز مجازات سختی برایشان رقم زد . این گرایش که برخلاف فلسفه آفرینش همسر محسوب می شود ، آرامش و تعادل روحی- روانی فرد را بدلیل مغایرت با خوی و روحیات انسانی دچار تزلزل نموده و بیماری های فراوانی را دامنگیر مبتلایان به آن می نماید .

۴- دسته آخر کسانی هستند که برای رفع نیاز جنسی شان به جنس مخالف خود روی می آورند . این گروه تلاش می کنند تا خارج از چهارچوب اخلاق انسانی ، برای ارضای غرایز خود ، از وجود دیگری سوء استفاده نمایند. گسترش این شیوه به آنارشیزم جنسی و هرج و مرج جنسی منجر خواهد شد و نهایتا موجب از بین رفتن خانواده و رواج بی اعتمادی اجتماعی و شیوع بیماری های مقاربتی خواهد شد . همچنین آثار سوء روانی گسترده ای از قبیل عذاب وجدان و خود سرزنش گری و عدم اطمینان و بی اعتمادی مفرط ، به خصوص برای دختران جوان خواهد داشت .

هریک از جوانان و نوجوانان ما در برخورد با نیروی پر هیجان جنسی یکی از این چهار گروه را بر می‌گزینند. گرچه خویشتن داری امری ممکن، عملی و درعین حال کمی دشوار است، لکن همه نوجوانان به این شیوه عمل نمی‌کنند؛ واقعیت آن است که زمانی که نیروی اراده و خویشتن داری نوجوان در مواجهه با جاذبه‌ها و کشش‌های نیروی جنسی، از پا درآمد و به عقب نشینی وادار گردید، نوجوان به یکی از گونه‌های انحرافات جنسی روی می‌آورد.

در زیر قسمتهایی از نامه‌های نوجوانانی که مبتلا به گونه‌ای از انحرافات جنسی شده‌اند را با هم می‌خوانیم:

باور کنید نیاز شدیدی به یک شریک جنسی دارم و غرایز جنسی‌ام را دیگر نمی‌توانم کنترل کنم. واقعا نمی‌دانم چه کنم. لطفا کمک کنید.

پسری ۱۸ ساله

چگونه استمنا را ترک کنم؟ علی‌رغم اینکه از آسیب‌های فراوان آن مطلع هستم و تا به حال بارها تصمیم به ترک آن گرفته‌ام، ولی موفق نشده‌ام.

دانش آموز ۱۶ ساله

بارها مورد آزار و اذیت جنسی ... واقع شده‌ام ولی از ترس بی‌آبروشدن هیچگاه دم برنیاورده‌ام. می‌خواهم خودم را از این زندگی نکبت‌بار خلاص کنم ولی از مرگ می‌ترسم.

امضا- همدم مرگ

انواع انحرافات جنسی :

معمولا انحرافات جنسی را براساس شکل و ترکیب آن می‌توان به سه دسته به شرح زیر تقسیم نمود :

الف) هدف جنسی : دسته اول انحرافات هستند که از نظر انتخاب هدف جنسی شان، نادرست عمل می‌کنند. مثلا همجنس‌گرایی و خودارضایی از این دسته‌اند. در اولی، فرد شریک جنسی‌اش را از بین همجنسان خود برگزیده و در دومی شریک جنسی خودش شده.

ب) روش ارضاء : دسته دوم انحرافات است که فرد هدف جنسی اش را صحیح انتخاب کرده ولی در شیوه ارضای جنسی ، به گونه ای غیرعادی و برخلاف طبیعت انسانی عمل می کند. سادیسم « جنون دیگر آزاری » ، مازوخیسم « خود آزاری » ، روابط نامشروع جنسی از این دسته محسوب می گردند .

ج) شدت : دسته سوم بیماری هایی هستند که در اثر شدت یا ضعف میل جنسی پدید می آیند . سرد مزاجی و یا جنون مقاربت از این نوع مشکلات هستند . البته گروه شامل انحرافات جنسی نمی شود بلکه در حقیقت نوعی بیماری و اختلال می باشد .

از انواع دیگر انحرافات جنسی می توان به : زنا ، فحشا ، هتک ناموس ، حیوان بازی ، خود نمایی جنسی ، چشم چرانی نیز اشاره نمود .

با توجه به شیوع و گستردگی بیشتر خودارضایی ، این نوع انحراف را به صورت جامع تری مورد بررسی قرار می دهیم و تلاش خواهیم نمود سایر انحرافات جنسی را در کتابچه های بعدی مورد بررسی قرار دهیم .

خودارضایی « کامجویی بدلی »

متأسفانه باید اذعان نمود که تعدادی از نوجوانان مبتلا به شیوه خودارضایی هستند. تحقیقات و آمار مویید آن است که شایعترین گرایش ها در نوجوانان ، خودارضایی است. چون دسترسی به شخص دیگر ، معمولاً همراه با دردسر است، لذا اصطلاح کامجویی بدلی شاید گویاترین تعبیر برای چنین عملی باشد. زیرا در ظاهر فرد احساس می کند که خیلی راحت و آسان به نوعی ارضای غریزه جنسی دست یافته است ، ولی در واقع چون با روشی غیرطبیعی صورت پذیرفته ، با آثار مخرب آن (جسمی - جنسی - روانی) روبرو خواهد شد .

آثار و نتایج خودارضایی :

نوجوانانی که مبتلا به این انحراف بوده اند ، متناسب با سن و جنس ، مدت ابتلا و تعداد دفعات و برخی موارد دیگر، آثار نامطلوب آن را برجسم و روح خود ذکر کرده اند که از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره نمود :

ضعف بینایی ، لاغرشدن صورت ، ضعف اعصاب ، بی حوصلگی ، بی قراری ، خستگی مفرط ، ضعف در عضلات ، لاغرشدن بدن ، سرگیجه ، کم خونی ، سست شدن زانو ، سیاه شدن دورچشم ، زرد شدن صورت ، ضعف حس شنوایی، وزوز گوش ، اضطراب و دلهره ، ضعف حافظه ، عدم تمرکز، عقب افتادگی تحصیلی ، ضعف اراده ، عدم اعتماد بنفس ، احساس گناه و شرمساری ، گوشه گیری ، ضعف قوای جنسی و در صورت افراط ، ناتوانی جنسی و ...

چند نکته مهم در ارتباط با خودارضایی پسران :

- ۱- شروع استمناء به طور کلی بیشتر در سنین ۱۲ تا ۱۴ سال صورت می گیرد . به عبارت دیگر این مشکل از هنگام ورود به مقطع راهنمایی آغاز می شود .
- ۲- مدت اعتیاد به این عمل ۳ تا ۱۰ سال ذکر شده است .
- ۳- نحوه ابتلا نوجوانان ، بیشتر تماس با دوستان مبتلا و مشکل زا و نگاه کردن به تصاویر مستهجن و لمس مستمر اندام جنسی و حضور در مکانهای خلوت و تنهایی ذکر شده است .
- ۴- حدوداً هشت نفر از بیست نفر افراد مبتلا ، گفته اند که دچار افت تحصیلی شده اند. این افت تحصیلی از عدم تمرکز در درس خواندن و ضعف حافظه و اراده ناشی می شود.
- ۵- اکثر افراد مبتلا به استمناء بیان کرده اند که بارها تصمیم به ترک این عادت گرفته اند ولی با قرار گرفتن در موقعیت های تحریک زا باز هم به این عادت رو آورده اند و فکر می کرده اند که توانایی ترک آن را ندارند .
- ۶- کسانی که بر تصمیم خود پایدار مانده اند و خود را در موقعیت های تحریک زا قرار نداده و موفق به ترک خودارضایی شده اند ، نگران هستند که آیا می توانند پس از ترک این عادت ، ازدواج نموده و فرزند دار شوند . همچنین

آنها نگران آن بوده اند که آثار خودارضایی پس از ترک آن از بین خواهد رفت یا خیر؟ برخی نیز پرسیده اند که آیا پس از ترک آن ، گناه آنان بخشوده خواهد شد؟

نکات مهم پیرامون انحراف جنسی و خودارضایی دختران :

۱- چون سن بلوغ دختران زودتر از سن بلوغ پسران است و معمولا در این سنین از آگاهی های جنسی نیز برخوردار نیستند ، لذا ممکن است به راحتی مبتلا به آسیبهای جنسی گردند .همچنین عدم اطلاع آنان نسبت به عوارض لمس مستمر اندام جنسی خود باعث شده که در بسیاری از موارد آنان این کار را به عنوان عادت تلقی نموده و زمینه ابتلا به خودارضایی را فراهم سازند .

۲- باید اذعان نمود که دختران از نظر عاطفی ، روحی ، جسمی و جنسی نسبت به پسران ، حساس تر و ضربه پذیرتر می باشند ، بنابراین باید تفاوت های دختران و پسران در موضوع آسیب ها و انحرافات را نیز مد نظر قرار داد. بدین معنا که میزان و نحوه تاثیرپذیری آنها از انحرافات کاملا با یکدیگر متفاوت است . وضعیت یک پسر نوجوان قبل و بعد از انحراف جنسی (به ویژه ارتباط با جنس مخالف) تا این اندازه دگرگون نمی گردد در حالی که دختر در رابطه با انحراف و تجاوز جنسی ، آثار روحی و جنسی مخرب فراوانی بر روح و جانش باقی می ماند که آثار آن می تواند مسیر حیات و سرنوشت او را دگرگون سازد و او را از حق داشتن یک زندگی شاد و بانشاط و معنوی محروم نماید .

۳- به طور کلی بی توجهی والدین در مراقبت از فرزندان نظیر عدم نظارت آنها در دوستی دخترانشان با دوستان ناباب و همچنین عدم آگاه سازی آنان در نوع برخورد و رفتار صحیح با افراد غیر همجنس و دوستی دختر و پسر به عنوان مهمترین علت انحراف جنسی شناخته می شود . اگر مراقبت های والدین ، از اواخر سال پنجم دبستان بیشتر شود و میزان گفتگوی دوستانه و منطقی والدین و فرزندان پیرامون آینده زندگی و خطرات پیش رو و لزوم در پیش گرفتن احتیاط در رفت و آمد ها و رفتارهای اجتماعی ، بدور از نصیحت های کلیشه ای ، افزایش پیدا کند نوجوان کمتر آسیب می بیند.

۴- بدلیل ماهیت عاطفی و احساسی دختران و نیاز آنان به محبت و توجه ، هرکس که گوی سبقت را در میدان توجه و محبت در روح و جان دختر برآید ، او مالک قلب و جان دختر می شود . لذا باید به او گوشزد نمود که هر اظهار علاقه و محبتی ، نشان عشق پاک و محبت واقعی نیست . نمونه های فراوانی از دختران جوان درگیر عشق های دو روزه خیابانی شده اند و گمان می کردند که مرد زندگی شان را پیدا کرده اند ، درحالی که قول ازدواج و اظهار عشق و علاقه ، شگرد موثر و پرکاربرد برای سوء استفاده از روح و جسم آنان بوده است . بنابراین لازم است دختران در این سنین موضوع ازدواج و تشکیل خانواده را با واقع نگری و بدور از رویاپردازی ، مورد مطالعه و مشورت قراردهند .

۵- بیشتر دخترانی که به آلودگی جنسی و اخلاقی مبتلا می شوند ، بدلیل آنکه راه بازگشت و ازدواج را برروی خود مسدود می پندارند ، از آینده نا امید و سرخورده شده و به یکی از دو راه زیر پناه می برند : یکی فرار از خانه و غوطه ورشدن در فساد و تباهی ، دیگری توسل به خودکشی . آنها می گویند « آب از سر ما گذشته و مگر قرار است چه بلایی بیش از این سرمان بیاید » .

متأسفانه تمایلات خودکشی و فرار از خانه در بین دخترانی که مورد آزار و سوء استفاده جنسی قرار گرفته اند بسیار زیاد است در حالی که درباره پسران این وضعیت وجود ندارد . این دختران می پندارند که برای حفظ آبروی خود و خانواده شان و یا فرار از شماتت دیگران باید دست به این کار بزنند. متأسفانه تعداد بسیار کمی از آنان هستند که به راه سومی نیز بیندیشند . راهی که به توبه عمیق و بازگشت به خدا و ساختن یک زندگی جدید و تلاش برای از بین بردن آثار سوء گذشته ختم می شود و پایانش زندگی سرشار از مهر و محبت و کسب هویتی جدید است.

روش های پیشگیری از انحرافات جنسی (به ویژه خودارضایی):

همیشه پیشگیری بهتر از درمان است و آنچه در زیر به صورت فهرست وار می آید روش هایی است که می تواند موجب پیشگیری از ابتلا به انحرافات جنسی در میان نوجوان گردد ، که به لطف خدا در کتابچه ای به صورت مجزا به آن می پردازیم .

۱- تنظیم خواب نوجوان .

- ۲- جلوگیری از ورود عوامل تحریک کننده جنسی برای نوجوان.
- ۳- تغذیه صحیح و عدم استفاده از غذاهای محرک زا.
- ۴- برنامه ریزی برای ورزش و تفریحات سالم و شاد برای اوقات فراغت نوجوان.
- ۵- تغییر موقعیت و عدم حضور در مکان های خلوت و تنهایی.
- ۶- عدم تماشای تصاویر مستهجن و تحریک کننده و سایت ها و شبکه های مبتذل .
- ۷- عدم لمس مستمر آلت جنسی خود و تحریک آن.
- ۸- جلوگیری نوجوان از خیالپرداری های جنسی .
- ۹- عدم مطالعه داستان ها و رمان های عشقی - جنسی به ویژه برای دختران.
- ۱۰- عدم بیکار ماندن و مشغول بودن دائمی . زیرا معمولا زمانی فرد، گرایش به خودارضایی می یابد، که کار و فعالیت خاصی نداشته باشد.
- ۱۶- ارتباط مستمر و آسان با خدا و امید دائمی و به کمک و بخشش خدای مهربان
- ۱۷- حضور در فعالیت های دینی و اجتماعی .
- ۱۸- تقویت اراده و ایجاد حس اعتماد به نفس و مثبت گرایی در نوجوان .
- ۱۹- تشویق گام به گام و حس موفقیت در نوجوان مبتلا به خودارضایی جهت ترک این عادت .
- ۲۰- زمینه سازی جهت تسریع و آسان سازی ازدواج و تشویق آنان به کسب آمادگی جهت ازدواج سالم و پایدار .

جمع بندی :

۱- هر میلی که از طریق غیرطبیعی و خلاف دین و اخلاق بشری ارضا شود، موجبات تباه شدن انسان را فراهم می نماید .

۲- چنانچه ارضای تمایلات را تا زمان مهیا شدن شرایط مطلوب ازدواج ، به تاخیر بیفکنیم و خویشتن داری نموده و در معرض عوامل محرک و موقعیت گناه قرار نگیریم ، موجبات سعادت خودمان را فراهم نموده ایم .

۳- ارضای زودرس و نامعقول تمایلات جنسی ، جسم و جان را تحت تاثیر می دهد و منجر به از بین رفتن هر دو بعد روحی و جسمی وجود آدمی می گردد .

۴- لازم است نوجوان مبتلا در جریان برخی از عواقب و آثار فردی و اجتماعی عادت نامطلوبش قرار گیرد .

۵- همیشه راه سومی وجود دارد که می تواند بهترین راه باشد . پس به جای فرار از خودتان و آنچه انجام داده اید، بوی رحمت خدا را در وجود خودتان جاری کنید که فرمود :

« ای کسانی که ایمان آورده اید ، هرگز از رحمت و بخشش خداوند مایوس و ناامی د نشوید که خدا

بخشنده ترین است »

معرفی کتاب جهت مطالعه :

۱- مسائل جنسی در اسلام و غرب . استاد مرتضی مطهری

۲- گناهان کبیره . آیت الله دستغیب

۳- دنیای نوجوان . دکتر محمد رضا شرفی

۴- تحلیلی بر روابط دختر و پسر . دکتر علی اصغر احمدی

۵- بلوغ (چه می دانم ؟) . موريس دبس . ترجمه حسن صفاری

تیترا « و خدا چنین گفت : »

ای فرزند آدم ... من تو را آفریده ام و از حال درون تو باخبرم ، اسرار تو را می دانم و برملا نمی کنم . تنها کسی هستم که مطمئنی به تو خیانت نمی ورزم . از تو کوچکتر نیستم و هیچگاه پایان نمی پذیرم . سرچشمه همه عشق ها و محبت ها منم . به من تکیه کن تا سروری عالم را از آن خود کنی .



فرهنگسرای پرسش پاسخگوی نسل جوان

تلفن گویا: ۲۳۴۱۹۱۹

سایت: www.Porsesh.ir

پشت اولین صفحه :

تدوین : دفتر مدیریت و پژوهشهای فرهنگی تسنیم

تهیه کننده : فرهنگسرای پرسش وابسته به سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان

تلفن : ۲۳۵۱۳۰۰-۲۳۵۱۶۶۰