



« همه چیز درباره کودک آزاری جنسی »

کودک آزاری جنسی شامل هر نوع استفاده از کودک برای رسیدن به تحریک جنسی است که می‌تواند توسط بزرگسالان و یا کودکان دیگر اتفاق بیافتد. آزار جنسی ممکن است گاه همراه با لمس و یا حتی بدون لمس کردن کودک انجام شود. در واقع این آزار تنها به مجبور کردن کودک برای سکس محدود نمی‌شود. آزار جنسی غیرلمسی رفتارهایی نظیر وادار کردن کودک به نگاه کردن تصاویر مستهجن یا تلاش برای تماشا کردن کودک برهنه را در برمی‌گیرد. با توجه به آثار بسیار گران‌باری که آزار جنسی بر سطح روان فرد به جای می‌گذارد، شما به عنوان پدر و مادر یا مراقبان کودک باید در مورد علائم و احتمال وقوع این آسیب آگاهی کافی داشته باشید تا بتوانید از وقوع آن پیش‌گیری کنید و یا در صورت وقوع بدانید که باید چه اقداماتی را انجام دهید.

آزار جنسی هرگونه تماس جنسی بین کودک و بزرگسال را شامل می‌شود. به طوری که استفاده از کودک برای رسیدن به هرگونه هدف و لذت جنسی نیز به عنوان آزار جنسی شناخته می‌شود. نکته قابل توجه این‌جاست که اکثر آزارهای جنسی معمولاً توسط آشنایان و یا کسانی انجام می‌شود که کودک به آن‌ها اعتماد دارد. هنگامی که این رفتار توسط افراد مورد اعتماد روی می‌دهد آسیب‌های روانی دو چندان خواهد شد.

• علایم کودکانی که مورد آزار جنسی قرار گرفته‌اند:

کودکانی که مورد سواستفاده جنسی قرار گرفته‌اند، معمولاً علایم هیجانی و رفتاری خاصی را از خود نشان می‌دهند. در ادامه به برخی از مهم‌ترین آن‌ها اشاره کرده‌ایم. داشتن آگاهی در مورد این علائم به شما کمک می‌کند که بتوانید برای حل مشکل کودک هرچه زودتر وارد عمل شوید.

- ✓ بروز انواع مشکلات در خواب کودک، نظیر کابوس‌های مکرر شبانه
- ✓ بدخلقی و گوشه‌گیری
- ✓ پرخاشگری
- ✓ اضطراب داشتن کودک
- ✓ جویدن ناخن یا مکیدن انگشت
- ✓ بروز علایم افسردگی، برای مثال کودک کم‌تر بازی می‌کند یا کم‌تر می‌خندد
- ✓ ترس از تنها ماندن با برخی از بزرگسالان
- ✓ ترس از لمس شدن توسط بقیه
- ✓ نشان دادن برخی رفتارهای جنسی که با سن کودک تناسب ندارد
- ✓ افت تحصیلی
- ✓ خشم بی‌دلیل نسبت به والدین یا یک فرد خاص
- ✓ بروز ترس‌هایی که تاکنون نبوده است

البته گاهی اوقات علاوه بر علایم فوق نشانه‌های زیر نیز در کودکانی که مورد آسیب‌های جنسی و کودک آزاری قرار گرفته‌اند دیده می‌شود که کم‌تر شایع است.

- ✓ ادرار همراه با خون
- ✓ کبودی و تورم ناحیه تناسلی
- ✓ تغییر رنگ در لباس زیر
- ✓ اشکال در نشستن روی صندلی

اگرچه بسیاری از کودکانی که مورد سواستفاده جنسی قرار می‌گیرند علایم عاطفی و رفتاری خاصی را از خود نشان می‌دهند، با این حال بسیاری از کودکان این‌گونه نیستند. به همین دلیل تشخیص آزار جنسی در آن‌ها

سخت‌تر خواهد بود. با توجه به این مساله بهتر است که به جای تشخیص، بر پیش‌گیری از این اتفاق متمرکز شوید. برقراری ارتباط مناسب و تربیت جنسی کودک در پیش‌گیری از آزارهای جنسی بسیار موثر است.

• تاثیر کودک آزاری جنسی در سنین مختلف

کودک آزاری جنسی در بسیاری از موارد در کودکی پنهان می‌ماند اما اغلب آثارش را در نوجوانی نشان خواهد داد. نوجوانانی که تجربه سو استفاده های جنسی را داشته‌اند بیش از سایرین رفتارهای مخرب و پرخطری از خود نشان می‌دهند. آزار جنسی در کودکان در سنین بالا به مراتب صدمات شدیدتری به فرد وارد می‌کند و درمان آثار آن نیز به مراتب دشوارتر است. همچنین هر چه فرد آسیب زنده به کودک نزدیک‌تر باشد آسیب شدیدتری به وی وارد می‌شود. کودک آزاری جنسی می‌تواند پیامدهای روانی و رفتاری زیر را در بلندمدت به همراه داشته باشد از جمله:

- ✓ ناتوانی در برقراری ارتباط عمیق با دیگران
- ✓ ترس شدید از صمیمیت و اعتماد به دیگران
- ✓ اعتیاد به مواد و یا مشروبات الکلی
- ✓ گوشه‌گیری و اختلال در برقراری روابط جنسی پس از ازدواج
- ✓ طلاق و ازدواج‌های ناموفق
- ✓ دچار شدن به اختلالاتی نظیر اختلال استرس پس از سانحه، اضطراب و افسردگی
- ✓ اختلالات جنسی
- ✓ کاهش اعتماد به نفس
- ✓ خودکشی و ...

• چگونه از کودک آزاری جنسی احتمالی پیش‌گیری کنیم؟

مجموعه آموزشی زیر که به نام «**قانون لباس زیر**» مشهور است دارای ۵ مرحله می‌باشد که می‌تواند ذهن کودک و نوجوانمان را درباره بدنش، حریم خصوصی اش، حد و حدود آدم‌های اطراف و چگونگی آزارهای جنسی، روشن کند. در بسیاری از کودک آزاری جنسی، پای یک آشنا یا فردی از اعضای خانواده، فامیل، دوستان مورد اعتماد

در میان است. پس والدین باید، از اعتماد بیش از حد به دیگران بپرهیزند و به کودک هم تاکید کنند قانون لباس زیر را حتی در برابر نزدیکترین آدم ها نیز رعایت کنند.

۱. این‌ها، اعضای خصوصی بدن تو است

برای کودک در حمام و استخر با به کمک نقاشی توضیح دهید که اندام خصوصی آن‌ها کدام نقطه از بدنشان است (هر عضوی از بدن که با لباس زیر (زیرپوش، شورت) پوشانده شود، عضو خصوصی است)) و به او بگویید کسی نباید به اندام خصوصی آن‌ها دست بزند و یا به آن نگاه کند و یا حق ندارد درباره آن‌ها حرف بزند و در چنین مواقعی باید « نه » بگویی.

۲. بدن تو، فقط متعلق به خودت است

به کودکان بیاموزید بدنش فقط متعلق به خودش و در اختیار خودش است. به او یاد دهید والدین موقع حمام و پزشکان موقع درمان می‌توانند به بدن او دست بزنند، در صورتی که از او اجازه بگیرند. در غیر این صورت کسی اجازه چنین کاری ندارد و کودک باید در مقابل او نه بگوید و به فرد مورد اعتمادش این موضوع را اطلاع دهد.

۳. نه گفتن، حق تو است

نه گفتن را به کودک آموزش دهید. کودک حق نه گفتن دارد و این حق اوست و نباید از نه گفتن احساس خجالت یا ناراحتی کند. والدین ممکن است بعد از یاد دادن نه گفتن به کودک، مجبور به پذیرفتن نظر منفی بچه شوند اما ارزشش را دارد، چون اگر کودک بتواند به اعضای خانواده نه بگوید، به دیگران نیز نه می‌گوید.



به او یاد دهید نه بگوید و اگر کسی خواست به بدنش دست بزند و اصرار ورزید، نباید پاسخ او عوض شود.

۴. رازهای بد، نباید راز بمانند

کودک باید بیاموزد بین «راز خوب» و «راز بد»، تفاوت وجود دارد و او باید درباره رازهایی که او را ناراحت می‌کند، حرف بزند. او باید یاد بگیرد رازهای خوب (مثلا خرید پنهانی هدیه) را مخفی نگه دارد اما رازهای بد را باید به والدینش بگوید.

برای این که کودک بتواند این رازها را بگوید، باید اعتماد او را جلب کنید. کودک آزار اغلب کودک را به «مخفی کاری» تشویق می‌کنند مثلاً می‌گویند: «این رازی بین من و تو است» یا «اگر رازمان را به کسی بگویی، دعوائت می‌کنند» اما کودک باید بداند هر رازی که موجب ناراحتیش می‌شود می‌بایست به پدر و مادر خود بگوید.

۵. کمک بخواه؛ همیشه کسی هست که کمک کند

به کودک یاد دهید احساسات خود را با بزرگ‌ترهای قابل اعتمادش در میان بگذارد و به او بگویید که احساسات منفی تقصیر او نیست و اگر آن‌ها را بیان کند هیچ وقت دعوائش نمی‌کنید.

کودک می‌تواند ترس‌ها و نگرانی‌های خود را با پدر و مادر یا خواهر و برادر، دوست خانوادگی، معلم یا پزشک و روان‌شناس مطرح کند.



• خانواده‌ها در صورت مواجه با کودک آزاری جنسی چه کار کنند؟

آموزش دادن به خانواده‌ها اولین و مهم‌ترین کار در مساله کودک‌آزاری جنسی است تا آن‌ها بتوانند از این اتفاق پیش‌گیری کنند. خانواده‌ها باید از سنین سه چهار سالگی با فرزندشان درباره اعضای خصوصی بدنش صحبت کنند.

والدین باید به واکنش‌های احساسی و جسمی فرزندشان مثل بی‌خوابی، بی‌قراری و ترسیدن از بزرگسالان و تمایل نداشتن برای رفتن به خانه برخی از اعضای فامیل توجه کنند تا در صورت بروز آسیب به موقع بتوانند واکنش نشان دهند. خانواده‌ها باید بتوانند واکنش خوبی از خود بروز دهند حتی اگر بچه‌ای قربانی سواستفاده جنسی شد.

در مواقعی که کودک مورد سو استفاده جنسی قرار گیرد به والدین شوک زیادی وارد می‌شود که اگر از کودک بیش‌تر نباشد، کم‌تر هم نیست. در این مواقع پدر بیش از سایرین تحت فشار قرار می‌گیرد.



این مشکلات در خانواده به‌راحتی قابل حل و فصل نیست و پدر و

مادر، قبل از همه خودشان نیاز جدی به مراجعه به روان‌شناس دارند. به‌طور کلی کودک‌آزاری جنسی، نیاز جدی به مداخله روان‌شناس دارد و مراجعه به کلینیک‌های روان‌شناختی باید در اولویت خانواده‌ها قرار بگیرد.

• بهترین برخورد با کودک آزاری جنسی

والدین نباید بعد از مطلع شدن از ماجرا سوالات مکرر مانند «چی کار کردی که این‌جوری شد؟» یا «چرا این اتفاق افتاد» از کودکشان بپرسند و از او توضیح زیاد بخواهند و نباید فرزندشان را تحت فشار قرار دهند.

برخی از خانواده‌ها ترجیح می‌دهند اصلاً درباره موضوع صحبت نکنند و سعی می‌کنند قضیه را نادیده بگیرند اما باید بدانید این نوع رفتار آسیب وارد شده به کودک را دو برابر می‌کند.

واکنش‌های بد والدین در مقابل کودکی که مورد آزار جنسی قرار گرفته موجب می‌شود کودک علاوه بر ترس و وحشتی که تجربه کرده، دچار احساسات ناخوشایندی مثل مقصر بودن، احساس گناه و کثیف بودن بشود. یکی از پیامدهای سواستفاده جنسی از کودکان اختلال استرس بعد از سانحه (PTSD) است که در صورت واکنش نامناسب والدین وخیم‌تر می‌شود. خانواده‌ها باید با کودکانشان درباره تجربه تلخ صحبت کنند و به او بگویند این مورد حل می‌شود و اگر این اتفاق رخ داده او مقصر نیست و کسی که به او آسیب وارد نموده است مجازات می‌شود. خانواده‌هایی که از ترس رسوایی به مقامات قضایی مراجعه نمی‌کنند غیر از این که مشکل خود و فرزندشان را حل نشده باقی می‌گذارند، موجب می‌شوند چنین اتفاقاتی برای دیگران نیز رخ بدهد.

منابع Namnak.com / HonarehZendegi. Com تهیه کننده: روابط عمومی موسسه خیریه نیکوکاران راز/ تابستان ۹۹



نفس کشیدن سندی برای زنده بودن،
و هم نفسی، دلیل ادامه زندگی ست.
دی دی، حامی راز

DiDi_Water
www.didiwater.com
info@didiwater.com

razcharity
www.razcharity.com
info@razcharity.com



۴۰۶۲۵

موسسه خیریه نیکوکاران راز
غیر دولتی، غیر انتفاعی، غیر سیاسی و داوطلبانه