

راهکارهای مقابله با شیطان های هوسران

والدین دغدغه آگاهی دادن به فرزند خود برای پیشگیری از آزار جنسی را دارند؛ در این پرونده از مهارت خود مراقبتی کودکان، علایم کودک آزار دیده و چگونگی برخورد با این اتفاق تلخ گفتیم



پرونده

نگرانی های والدین هر بار بعد از این که خبرهایی درباره دستگیری یک آزارگر کودک کان و چگونگی رسیدن به اهداف شوم و پلیدش در رسانه ها منتشر می شود، به اوج خود می رسد اما متأسفانه معمولاً با این تصور که امکان ندارد چنین اتفاقی برای فرزند ما بیفتد، آن را سرکوب می کنند و به فراموشی می سپارند. به تازگی کودک آزاری در حالی بازداشت شد که قصد اغفال یک نوجوان را داشت. ماجرا این طور بوده که چند روز پیش، پدری به کلا نتری مراجعه کرده و به یکی از افسران پلیس گفته: «مدتی بود فرزند ۱۶ ساله ام دچار نوعی افسردگی شده بود به طوری که نه تنها گوشه گیری می کرد بلکه رفتارش هم به کلی تغییر کرده بود. به همین دلیل به ماجرا حساس شدم و احتمال می دادم که او از موضوع دلپره آوری رنج می برد اما جرئت بیان آن را ندارد. این گونه بود که به اتفاق همسرم پیگیر علت افسردگی و تغییر رفتار فرزندم شدیم و به گونه ای پنهانی با یکی از دوستان نزدیک او به گفت و گو پرداختیم و دلیل تغییر رفتار پسرمر از او جویا شدیم اما ناگهان «س» (همکلاسی پسر) از راز و حشمتناکی پرده برداشت که من همچنان حیران و متعجب به او می نگریم. «س» به من گفت که در موسسه آموزشی، مسائل غیر اخلاقی و زشتی رخ می داد اما هیچ کدام از ما جرئت نداشتیم برای دیگران با اعضای خانواده آن ها را بازگو کنیم. مربی آموزشگاه ما آزار می داد و حتی زمانی که خانواده اش در منزل نبودند، هر کدام از بچه ها را به خانه اش می برد و...» در همین اتفاق تلخ، اگر آموزش های خود مراقبتی والدین به کودک در دست بود و اولین بچه ای که مورد آزار قرار گرفته بود به والدین اطلاع می داد، فرد آزارگر نمی توانست به سوء استفاده اش ادامه دهد. واضح است که وقتی ما فرزندمان را با آموزش های صحیح در برابر چنین اتفاق هایی ایمن کرده باشیم، احتمال تکرار چنین حادثی به شدت کاهش می یابد. اما والدین باید برای آموزش خود مراقبتی فرزندشان چه کنند؟ اگر بچه شان از مورد آزار و اذیت قرار گرفتنش خبر داد، باید چه واکنشی داشته باشند؟ نشانه های کودک کی که مورد آزار قرار گرفته، چیست؟ در این پرونده، می خواهیم به این سوالات پاسخ دهیم.

ممنوعیت رازداری و درک مفهوم اندام خصوصی

اولین و مهم ترین گام برای جلوگیری از بروز آزار جنسی، پیشگیری است که با آموزش صحیح فرزند توسط والدین محقق خواهد شد



مصطفی نجمی | کارشناس ارشد روان شناسی



برخی والدین به اشتباه تصور می کنند که در آموزش تربیت جنسی کودکان (با هدف خود مراقبتی و پیشگیری از آزار جنسی)، به کنش و عملکرد جنسی پر داخته و همین موضوع باعث بیداری جنسی و ایجاد سوالات مکرر در ذهن کودک کان می شود. در صورتی که در تربیت جنسی کودک کان نیازی به ورود به مسئله کنش جنسی نیست چرا که اساساً کودک کان (به ویژه قبل از سن پیش دبستانی) به این آموزش نیاز ندارد. نکته جالب توجه این است که ما برای آموزش تربیت جنسی اغلب به آموزش مدون و کاملاً از پیش برنامه ریزی شده نیازی نداریم چرا که کودک کان در هر دوره سنی نیاز به آموزش جنسی را با گفتار و رفتارهای خود مطرح می کند و این جاست که والدین باید آمادگی لازم را به منظور مواجهه مطلوب با این موقعیت ها به دست بیاورند.

آموزش خود مراقبتی به فرزند با رفتارهای غیر مستقیم

والدین با رفتار و گفتارشان می توانند خود مراقبتی را به فرزندشان آموزش دهند. به طور مثال، والدین با جدا کردن اتاق خود از کودک، حریم خصوصی شان را رعایت کنند و به طور غیر مستقیم به او بفهمانند که اگر بخواهد به اتاق خواب آن ها بیاید، باید اجازه بگیرد و پدر و مادر هم اگر بخواهند به اتاق او بروند، باید در نزدن تا او با مفهوم حریم خصوصی آشنا شود. کودک باید بفهمد قسمتی از بدن و پوشش من، مهم است و دوست نداریم که کسی غیر از خودمان ببیند. این مسئله را بچه ها در رفتار ما باید یاد بگیرند. حتی پوشش والدین هم در خانه به همین دلیل بسیار مهم است و یک نوع آموزش رفتاری به کودک می دهد. ما با پوشش مان به کودک آموزش می دهیم که کدام قسمت ها از بدن، خصوصی است و بچه ها می فهمند کسی نباید به آن ها نگاه کند. همچنین برای رفتن به سرویس بهداشتی یا حمام، زمانی که بچه ها توانایی استفاده از مکان ها را دارند مثلاً یک بچه ۳ یا ۴ ساله، باید مفهوم اندام خصوصی و پوشاندن آن از چشم دیگران را یاد بگیرد.

توجه کودک درباره ممنوعیت رازداری در این ماجرا

والدین باید بر اساس سن کودک و درک او توضیح بدهند که بخشی از بدن ما، جزو اندام خصوصی محسوب می شود و هیچ فردی در هیچ شرایطی حق تماس و دست زدن یا لمس آن ها را ندارد. حالا اگر فردی به هر دلیلی این کار را انجام داد، بچه باید به والدین اش اطلاع بدهد. همچنین ما باید کودک را توجیه کنیم که مفهوم رازداری در این زمینه، هیچ جایگاهی ندارد. بچه هایی که مورد آزار قرار می گیرند، یا از سمت فرد آزارگر تهدید می شوند یا به کودک می گویند که این موضوع رازی است بین من و تو که دیگران نباید از آن مطلع شوند. در این زمینه والدین باید کودک را روشن کنند تا او حتماً موضوع را بدون ترس از این که مواجهه شود به والدین اطلاع دهد.

زنگ های خطر و رفتار اصولی با کودک آزار دیده

نشانه های کودکان آزار دیده، متفاوت و گاهی پنهان است؛ از اشتباهات رایج و آسیب زای والدین در مواجهه با کودک کان مورد آزار قرار گرفته، چه می دانید؟



دکتر فریده ناصری | روان شناس کودک

آزار جنسی و تجاوز به کودک کان، فصل مشترکشان این است که ارتباطی بدون رضایت طرف ها برقرار شده اما آسیب هایش از فردی به فرد دیگر بسیار متفاوت است. آسیب های تجاوز چون خشونت در آن بالاست، نشانه هایش هم واضح تر است و کودک به شدت افسرده و پر خاشگر خواهد شد و علایم آن بسیار واضح است اما در بحث آزار جنسی، این طور نیست. یکی از علت هایی که آزار جنسی متأسفانه خیلی سخت و دیر لومی رود، این است که برخی کودک کان به دلیل سن و... خیلی آزرده خاطر نمی شوند چون درک درستی از آن ندارند. البته همین فرد در سنین بالاتر احساس مورد سوء استفاده قرار گرفتن می کند که برایش خطرناک خواهد بود. بنابراین ما بعد از آزار جنسی با کودک می مواجهیم که علائمش برای والدین خیلی واضح نیست و دقت بیشتری می طلبد.

کودک مورد بز (آسیب) قرار گرفته است، می توانند علایم آشکاری از بروز این رفتار باشند.

عواقب کنجکاوی و مدیریت نکردن هیجانات

اما چنان چه این عمل اتفاق افتاده، بعد از مورد آزار قرار گرفتن برای جلوگیری از تکرار و در مان روحی فرد آسیب دیده باید کاملاً سنجیده اقدام شود. روش برخورد اولیه والدین با این

علایم هشدار دهنده کودک کان آزار دیده

از آن جایی که این کودکان یا نوجوانان دچار سر خوردگی های فراوان می شوند و گاه عواقب روحی و جسمی آن تا مدت طولانی اثرات سوئی را بر فرد باقی می گذارد، لازم است که والدین با علایم هشدار دهنده کودک کان آزار دیده آشنا باشند. از نوا، افسردگی، پر خاشگری، زودرنجی، افت تحصیلی برای دانش آموزان، بی علاقتی به محیط و اشخاصی که در آن

چرا پسران آزار دیده سکوت می کنند؟

وقتی درباره قربانیان «آزار جنسی» صحبت می کنیم، به طور پیش فرض منظور مان «زنان» آزار دیده است. آزار جنسی، طبق تعریف «عملی است یا ماهیت جنسی که در آن فرد یا افرادی با تعرض به شخصیت یک فرد، خواستار دریافت التفات جنسی یا تحقیر جنسیتی با توسل به آزار کلامی می شوند. ایسنا» در نتیجه هر کسی، با هر سن و سال و جنسیتی ممکن است مورد آزار جنسی واقع شود. پس چرا جز در معدود مواردی که خبر تجاوز به پسران از سوی رسانه ها اعلام می شود، چیزی در این باره نمی خوانیم و نمی شنویم؟



عوامل زمینه ساز آزار در پسر ها

آزار جنسی در پسر ها هم از سوی مردان و هم از جانب زنان اتفاق می افتد. با این حال خانواده ها اغلب این واقعیت را فراموش می کنند و توجه شان صرفاً معطوف به تنها گذاشتن فرزند دخترشان با مردان است. از طرف دیگر در سیستم تربیتی غالب در جامعه ما، پسر ها باید اجتماعی و مستقل بار بیایند، البته این ها ویژگی های مثبتی هستند اما وقتی با این تصور همراه می شوند که پسر ها نیازی به نظارت و کنترل ندارند، آن ها را آسیب پذیر می کند. در این سیستم تربیتی، باور کلیشه ای «پسر ها قوی اند» هم مزید بر علت می شود تا آن ها را در برابر تجربه آزار، بیش از آن چه در ذات خود این تجربه نهفته است، خلع سلاح کند. پسر ها با این تصور و توقع بزرگ می شوند که موجوداتی قوی و قدرتمند هستند؛ باوری که گرچه ظاهر امتیاز محسوب می شود ولی می تواند در تجربه آزار از دو نظر، آسیب ز

هم موقعیت هایی است که به خاطر خوش بینی و اعتماد خانواده ها و نبود آموزش بستری برای این اتفاق تلخ هستند.



باید و نباید های رفتاری والدین با کودک آزار دیده

دامنه تأثیر گذاری تجربه آزار، طولانی مدت است و نمی توانیم توقع داشته باشیم با چند جلسه تریایی و چند ساعت حرف زدن در خانه، قضیه به سرعت رفع و رجوع شود. قابل درک است که شما و فرزندتان تمایلی به مرور موضوع و ادامه پیدا کردن وضع نداشته باشید اما معنی اش این نیست که بعد از پشت سر گذاشتن روزهای پر التهاب اولیه به کمک درمانگر متخصص، همه چیز فوری به حالت عادی برگردد. فرزند شما ممکن است تا مدت ها با عوارض جسمی و روانی آزار درگیر باشد، برای کاستن از فشار روانی خودتان در چنین شرایطی، بهتر است تجربه آزار دیدگی فرزندتان را با دوست و آشنا در میان نگذارید. حفظ حریم شخصی فرزندتان اهمیت زیادی دارد، بنابراین برای گذر از این روزهای سخت، موضوع را با یک درمانگر ماهر در میان بگذارید. در موارد این چنینی بنابه تشخیص روان شناس ممکن است به جلسات گروه درمانی ارجاع داده شوید. در این شرایط می توانید احساس در کشدگی و همدردی را از کسانی دریافت کنید که بعدها هیچ مواجهه ای با آن نخواهید داشت. احساس آزدگی و کلافگی شما کاملاً طبیعی است ولی مراقب باشید که در نتیجه این احساسات به فرزندتان برای مواجه شدن با موضوع یا فراموش کردنش فشار نیاورید؛ «ما کلی راجع به این موضوع حرف زدیم»، «سعی کن فراموشش کنی» و مانند این ها فرزندتان را وادار به سرکوب کردن احساساتش می کند و سرکوبی به معنای حذف تجربه ناخوشایند از ذهن نیست بلکه آن را به لایه های عمیق تری از روان پس می راند که باعث می شود بعدها دسترسی به آن و تلاش برای حلش به مراتب دشوار تر شود.

آزار دیده، رایج است؛ بازگشت به ماجرا و مرور آن، کابوس، اضطراب شدید و بروز افکار ناخوشایند از علایم PTSD است که می تواند بعد از یک تأخیر چند هفته ای یا چند ماهه شروع شود. صبری شما و همراهی با فرزندتان در تمام مراحل درمان دارویی و روان شناختی به او کمک می کند مسیر بسیار دشوار پیش رویش را با آسیب کمتری طی کند.