

خودارضایی کودکان

خودارضایی یک رفتار خود تحریکی است که به منظور کسب لذت صورت می‌پذیرد. کودکان ممکن است خود را با دست یا شئی دیگری مالش دهند. آنها هنگام انجام این عمل معمولاً مشغول، برافروخته و مبهوت به نظر می‌رسند. ممکن است یک کودک این عمل را چندین بار در روز یا فقط یک بار در هفته انجام دهد. خودارضایی به طور شایع زمانی رخ می‌دهد که کودک خواب‌آلود، خسته و تحت فشار است یا مشغول دیدن تلویزیون می‌باشد.

علل:

بروز خودارضایی به صورت گهگاه رفتاری طبیعی در بسیاری از نوپایان و کودکان پیش‌دبستانی است. قریب به یک سوم کودکان در این محدوده سنی وقتی مشغول کاوش درباره اندام خویش هستند پدیده خودارضایی را کشف می‌کنند و اغلب این عمل را ادامه می‌دهند چون احساس خوبی نسبت به آن پیدا می‌کنند.



برخی از کودکان به کرات خود را ارضا می‌کنند چرا که از چیزی ناراحت هستند، مثل وقتی که پستانک از آنها گرفته شده است. برخی دیگر در واکنش به تنبیه یا فشار برای متوقف کردن کامل خودارضایی، آن را ادامه می‌دهند. خودارضایی هیچ دلیل پزشکی مشخصی ندارد. تحریک نواحی تناسلی (مثلاً در اثر عفونت) منجر به درد یا خارش می‌شود، نه خودارضایی.

سیر قابل انتظار:

وقتی کودک شما به پدیده خودارضایی پی می‌برد، به ندرت آن را به صورت کامل کنار می‌گذارد و ممکن است هر زمان ناراحتی یا منازعه‌ای در منزل رخ دهد به آن روی آورد. تا سن ۵ یا ۶ سالگی، اکثر کودکان برخی ملاحظات را در نظر می‌گیرند و ممکن است فقط در خلوت خود به آن اقدام نمایند. در زمان بلوغ در پاسخ به جهش ناگهانی هورمون‌ها و سائق‌های جنسی خودارضایی به شکل پدیده‌ای عمومی در می‌آید.

سوئ تعبیه‌های رایج:

خودارضایی به هیچ نوع آسیب یا صدمه جسمی منجر نمی‌گردد. این پدیده غیرطبیعی یا شدید محسوب نمی‌شود مگر آنکه به شکل ارادی و پس از ۵ یا ۶ سالگی در ملاء عام انجام شود. به خاطر داشته باشید خودارضایی بدین معنی نیست که کودک شما انحراف جنسی دارد، بی‌مبالات است یا میل جنسی در او بیش از حد افزایش یافته است. فقط در مواردی که بزرگسالان در پاسخ به خودارضایی یک کودک واکنش شدید نشان دهند و آن را پدیده‌ای کثیف یا پلید معرفی نمایند، ممکن است کودک از نظر هیجانی لطمه ببیند و مثلاً دچار احساس گناه شود.

نکاتی را درباره خودارضایی کودکان مرور کنیم:

۱ اهداف و نگرش واقعی داشته باشید، خاتمه بخشیدن به خودارضایی غیرممکن است. این واقعیت را بپذیرید که کودک شما این عمل را فرا گرفته است.

۲ خودارضایی را در هنگام چرت زدن و خوابیدن نادیده بگیرید. در چنین زمان‌هایی کودک خود را تنها بگذارید. کودک را از دمر خوابیدن منع نکنید و اگر دستانش میان پاهاش است از او پرس و جو نکنید.

۳ در سایر وضعیت‌ها توجه کودک خود را به امر دیگری منعطف سازید یا در مورد او انضباط مقرر را انجام دهید. ابتدا سعی کنید حواس او را به یک وسیله بازی یا فعالیت دیگر معطوف نمایید.



۴ این روش را با پرستار یا مربی مهد کودکان در میان بگذارید. از مراقب یا مربی کودکان بخواهید مانند شما ابتدا سعی کنند حواس کودک را پرت نمایند. اگر این مسئله کارساز نبود، آنها باید با گفتن توصیه‌هایی مانند تو باید الان به ما ملحق شوی، توجه او را به خودشان جلب نمایند. خودارضایی در مهد فقط در زمان خواب قابل چشم‌پوشی می‌باشد.

۵ تماس فیزیکی خود را با کودکان افزایش دهید. برخی کودکان وقتی در طول روز بیشتر در آغوش گرفته میشوند و مورد نوازش قرار می‌گیرند کمتر دست به خودارضایی می‌زنند. سعی کنید مطمئن شوید کودکان حداقل یک ساعت از زمان اختصاصی برای بودن با شما و دریافت عواطف به شکل تماس جسمی برخوردار می‌باشد.

۶ اشتباهات شایع. شایع‌ترین اشتباهی که والدین انجام می‌دهند سعی در خاتمه بخشیدن کامل به خودارضایی است. این امر منجر به جنگ قدرتی می‌گردد که در نهایت والدین بازنده آن خواهند بود. کودکان نباید به خاطر خودارضایی کتک بخورند، سخنرانی بشنوند یا مورد عتاب قرار بگیرند. خودارضایی را با صفاتی مانند بد، کثیف، شیطانی یا گناه‌آلود ملقب نفرمایید. دستان کودک را نبندید، هیچ نوع بند و بستنی به کار نبرید. تمام این روشها تنها به مقاومت کودک و احتمالاً به مهار جنسی او در آینده منجر خواهد گشت.