

الله اعلم  
بما نزلنا من  
القرآن



# روان‌شناسی و آموزش مهارت‌های زناشویی و بلوغ افراد نابینا

تالیف:

مریم اصغری



انتشارات آوای نور

تهران- ۱۳۹۳

سرشناسه	: اصغری، مریم، ۱۳۵۷ -
عنوان و نام پدیدآور	: روان‌شناسی و آموزش مهارت‌های زناشویی و بلوغ افراد نابینا/ تالیف مریم اصغری.
مشخصات نشر	: تهران: آوای نور، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۱۸۴ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۰۱۸-۷
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: امور جنسی -- آموزش به نابینایان
موضوع	: امور جنسی
موضوع	: کودکان و امور جنسی
موضوع	: نوجوانان -- روان‌شناسی
موضوع	: جوانان -- روان‌شناسی
رده بندی کنگره	: BF۶۹۲/۶۹۲۲/۱۳۹۲۲۹ الف۶/
رده بندی دیویی	: ۳۳/۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۱۰۹۶۵۸



## روان‌شناسی و آموزش مهارت‌های زناشویی و بلوغ افراد نابینا

تالیف: مریم اصغری

ناشر: انتشارات آوای نور

صفحه آرا: منیرالسادات حسینی

چاپ اول ۱۳۹۳

تیراژ: ۵۰۰ جلد

چاپ و صحافی: تایماز

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۰۱۸-۷

- تهران: خیابان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - خیابان وحید نظری - پلاک ۹۹  
تلفن: ۶ - ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲ / همراه: ۰۴۵۵۷۰۹۱۲۲۰۰
- نمایندگی فروش ۱: تهران - خیابان انقلاب - شماره ۱۲۱۲ - فروشگاه گوتنبرگ
- نمایندگی فروش ۲: تهران - خیابان انقلاب - پاساژ اندیشه - فروشگاه دهخدا

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

قیمت ۱۱۵۰۰ تومان

تقدیم به تمامی آنانی که از دریچه‌ای دیگر به امور زندگانی افراد با آسیب  
بینایی می‌نگرند.

تقدیم به افراد نابینا و کم‌بینایی که با وجود تمامی مشکلات زندگی مشترک،  
وارد عرصه شده و الگویی زیبا از زندگی مسؤلانه به دست داده‌اند.



## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۱	پیش‌گفتار .....
۱۵	<b>فصل اول: کلیات</b> .....
۱۵	مقدمه .....
۱۷	متداول‌ترین تعریف نابینایی .....
۱۸	تعریف جنسیت .....
۱۸	تعریف جنس .....
۱۹	دوره‌ی کودکی .....
۲۰	دوره‌ی نوجوانی .....
۲۲	بلوغ .....
۲۳	دوره‌ی جوانی .....
۲۳	هویت جنسی کودکان و نوجوانان .....
۲۴	تصویر بدنی .....
۲۵	هویت و جهت‌گیری جنسی .....
۲۶	کلیات مبحث مسائل جنسی در افراد نابینا و کم‌بینا .....
۲۸	تحول جنسی در افراد بینا و نابینا .....
۴۱	<b>فصل دوم: روان‌شناسی و آموزش جنسی کودکان با آسیب بینایی</b> .....
۴۱	مقدمه .....
۴۶	ضرورت وجود برنامه‌های ویژه برای کودکان با آسیب بینایی .....

۴۸	..... برطرف ساختن نیازها
۴۹	..... تأثیر اختلال بینایی بر توسعه‌ی جنسیت
۴۹	..... شکل‌گیری زود هنگام درک از خویشتن
۵۳	..... جامعه‌پذیری جنسیتی
۵۴	..... دسترسی به اطلاعات
۵۷	..... مهارت‌های اجتماعی
۶۰	..... روابط
۶۲	..... امنیت شخصی
۶۳	..... تأثیر آسیب بینایی بر جنبه‌های فیزیکی رابطه‌ی جنسی
۶۳	..... هویت جنسی
۶۵	..... زبان جنسی
۶۵	..... خودارضایی
۶۶	..... تفاوت‌های آناتومیک
۶۸	..... نتیجه‌گیری
۷۰	..... آموزش سلامت جنسی در مدارس
۷۴	..... برخی اصول تربیت جنسی در دوره‌ی دبستان
۷۸	..... از سؤال‌های جنسی کودکان نترسید
۷۸	..... نقش والدین
۸۴	..... مسائل جنسی در کودکان
۸۷	..... تمایلات جنسی در مقطع راهنمایی
۸۸	..... آزار جنسی کودکان نابینا

## فصل سوم: روان‌شناسی و آموزش جنسی نوجوانان با آسیب بینایی..... ۹۷

۹۷	..... مقدمه
----	-------------



۹۸	..... دوره‌ی نوجوانی
۱۰۰	..... بهترین سن آموزش مسائل جنسی به نوجوانان
۱۰۱	..... تأثیر هم سن و سالان
۱۰۲	..... تأثیر رسانه‌های گروهی
۱۰۳	..... راهنمایی والدین، عواملی که از برقراری روابط جنسی زودهنگام جلوگیری می‌کند
۱۰۵	..... بلوغ
۱۰۵	..... علائم بلوغ در دختران و پسران
۱۰۶	..... بلوغ جنسی در افراد نابینا
۱۰۸	..... رفتارهای جنسی نوجوانان، مشکلات و نگرانی‌ها
۱۱۲	..... محدوده‌ی رفتار جنسی نوجوانان

#### **فصل چهارم: روان‌شناسی و آموزش جنسی جوانان و بزرگسالان با آسیب**

۱۱۵	..... <b>بینایی</b>
۱۱۵	..... مقدمه
۱۱۶	..... تعابیر از جوانی
۱۱۶	..... خصایص دوره‌ی جوانی
۱۱۹	..... اهمیت دوره‌ی جوانی
۱۲۰	..... توان‌مندی‌های جوان
۱۲۰	..... بهره‌برداری از نیروی جوان
۱۲۱	..... ویژگی‌های دوره‌ی جوانی
۱۲۲	..... رفتار جنسی از دیدگاه دین اسلام
۱۲۳	..... رفتار و معنای امور جنسی در بزرگسالان
۱۲۵	..... رفتارهای جنسی غیرمقاربتی
۱۲۶	..... دخول جنسی

۱۲۷	سیر تاریخی
۱۲۸	شریک جنسی
۱۲۸	اجبار جنسی
۱۲۹	تأثیرات زیستی
۱۳۱	نتیجه‌گیری
۱۳۲	تأثیرات خانوادگی
۱۳۵	تأثیرات رفتاری و روان‌شناختی
۱۳۶	تطابقات روان‌شناختی
۱۳۸	ساختارهای عشق، علاقه و هویت جنسی
۱۳۹	تجارب جنسی جوانان و بزرگ‌سالان با آسیب بینایی
۱۴۴	تجربه‌ی سوءاستفاده‌ی جنسی جوانان و بزرگ‌سالان با آسیب بینایی
۱۴۴	سوءاستفاده‌ی جنسی از افراد معلول
۱۴۵	خصیصه‌های سوءاستفاده جنسی افراد با آسیب بینایی
۱۴۶	مبحث ازدواج افراد با آسیب بینایی

### فصل پنجم: بیانیه‌ی فدراسیون بین‌المللی تنظیم خانواده مبنی بر حقوق جنسی

۱۵۳	افراد
۱۵۳	درباره‌ی فدراسیون بین‌المللی تنظیم خانواده IPPF
۱۵۷	حقوق جنسی
۱۵۷	بیانیه‌ی فدراسیون بین‌المللی انجمن تنظیم خانواده
۱۵۷	دیباچه
۱۶۰	اصول عمومی
۱۶۷	حقوق جنسی حقوق بشر مرتبط با مسائل جنسی است

۱۷۹.....	منابع فارسی
۱۸۱.....	منابع انگلیسی
۱۸۳.....	منابع اینترنتی

## پیش‌گفتار

در جامعه، اغلب به افراد با آسیب جسمی یا ذهنی به عنوان افرادی که امیال و احساسات جنسی ندارند، نگاه می‌شود. درست است که مسأله‌ی جنسی با جذابیت جسمانی و جوانی مرتبط است و اگر این‌گونه نباشد، این جذابیت کم‌تر می‌شود، ولی نباید به صرف نداشتن جذابیت جسمی و نیز فقدان حواس پنج‌گانه در افراد با مشکل جسمانی، از نیازهای جنسی این افراد غفلت کرده و اگر شاهد بروز آن باشیم، این امر برای مان جدید و غیرقابل باور باشد. اگر ما به این باور برسیم که تظاهرات جنسی یکی از بخش‌های طبیعی و ضروری زندگی بشر است، دیگر انکار نیازهای جنسی افراد معلول به ویژه افراد با آسیب بینایی، انکار حق اساسی گروه بزرگی از انسان‌ها خواهد بود.

از آن‌جا که مادر، پدر و اعضای تعیین‌کننده‌ی خانواده، نقشی مؤثر در پرورش رفتارهای جنسی سالم فرزندان‌شان به عهده دارند، آنان باید سعی کنند با شناخت مراحل رشد جنسی کودکان و نوجوانان، واقعیت‌های ظریف و آداب تربیتی مرسوم فرهنگ و جامعه‌ی خود را به فرزندان‌شان منتقل کنند. آموزش‌های زودهنگام و ناشیانه‌ی مسائل جنسی به کودکان و نوجوانان، گاه آنان را چنان دچار دلهره و اضطراب می‌کند که اصول بهداشت روانی خانواده را خدشه‌دار می‌سازد. از طرف دیگر، اگر این آموزش‌ها دیرهنگام، ناکافی و غیرواقعی باشند، نمی‌توانند مفید واقع گردند. اگر پدر و مادر بتوانند به پرسش‌ها و کنجکاوی‌های جنسی فرزندان خود پاسخ‌های مناسب و

سنجیده بدهند، می‌توانند مانع از انحراف فکری، سرکوب جنسی و مخفی‌کاری آنان شوند. پاسخ‌گویی به این سؤالات برای افراد با آسیب بینایی بسیار اهمیت دارد، چرا که این کودکان و نوجوانان، حتی هنگامی که بزرگ‌تر شده و به دوره‌ی جوانی وارد می‌شوند از منابع غنی اطلاعاتی و به‌طور ویژه از نعمت بینایی که خود منبع اصلی دریافت دانش جنسی است، محرومند.

بچه‌ها هنگام تولد، دارای جنسیت دختر یا پسر هستند، جنسیتی که می‌تواند متأثر از نگرش‌ها، دیدگاه‌ها و برداشت‌های متفاوت افراد جامعه باشد. والدین و مراقبان نزدیک کودکان، می‌توانند با برقراری رابطه‌ای دوستانه، توأم با اعتماد و احترام، درباره‌ی مسائل و موضوعات مختلف از جمله امور جنسی، اطلاعات و آگاهی‌های لازم و صحیح را به آنها بدهند. والدین می‌توانند از این طریق، با افکار، احساسات و هیجان‌های جنسی فرزندان‌شان به صورت فعال و پویا آشنا شوند و مبانی ارزشی خود را به تدریج در آنها مستحکم سازند. والدین افراد با آسیب بینایی نیز اگر متوجه اهمیت این آگاهی‌بخشی‌ها باشند، می‌توانند ضمن آگاه‌سازی فرزندان‌شان، از تزریق اشتباه اطلاعات به آنان جلوگیری کرده و فرزندان‌شان را از امکان انحراف و وارد شدن به گروه‌هایی که موجبات لغزش ایشان را فراهم می‌کنند، بازدارند.

توصیه‌هایی که والدین به فرزندان‌شان (چه دختر و چه پسر) می‌کنند، باید در برگرفته‌ی اطلاعات و دانسته‌هایی درباره‌ی روابط انسانی، هویت جنسی، رعایت مسائل بهداشتی، مهارت‌های زندگی، ارزش‌ها و اخلاقیات انسانی، بیان احساسات و نیازها، تصمیم‌گیری‌های مسئولانه و حفظ و افزایش عزت‌نفس آنان باشد. این مهارت‌ها باید در خانواده و بین اعضای مؤثر و مطمئن آن، پایه‌ریزی و استوار شوند تا در هنگام لزوم، کودک، نوجوان و جوان، بتواند به نحوی شایسته از آنها استفاده کند. پایه‌ریزی ارزش‌های سالم اخلاقی در خانواده به بچه‌ها کمک می‌کند تا هنگام بلوغ و نوجوانی بهتر تصمیم گرفته و مسئولیت زندگی‌شان را بپذیرند.

در این میان، افرادی که دارای ناتوانی‌های جسمانی هستند یا معلولیت ذهنی و روانی دارند، به طور عمده به دلیل مشکل در برقراری ارتباط با دیگران، درک نکردن محرک‌های محیطی، مشکلات روانی مانند کاهش اعتماد به نفس و افسردگی، دارای مسائل خاصی در حوزه‌ی سلامت روان و سلامت جنسی خود هستند.

این‌که افرادی با آسیب‌های خاص جسمانی یا ذهنی چه مشکل‌هایی دارند یا در چه سطحی با این مشکل‌ها روبرو هستند، بستگی به سنی دارد که دچار این آسیب شده‌اند، همچنین شدت و نوع آسیب نیز می‌تواند تأثیر زیادی در این زمینه داشته باشد.

ایجاد مشکل در آسیب‌های جسمانی به ویژه در مراحل گذار زندگی مانند دوره‌ی نوجوانی، می‌تواند تأثیر متفاوت‌تر و مسائل پیچیده‌تر خاص خود را داشته باشد.

هدف از نگارش این کتاب، آگاه‌سازی خانواده‌ها، مربیان و جامعه نسبت به موضوع «روانشناسی و آموزش جنسی افراد با آسیب بینایی» است که در جامعه‌ی ایرانی یا به آن توجه نشده و یا از کنار آن به سادگی و معمولاً با سکوت گذشته‌اند. لازمه‌ی تربیت جنسی صحیح، مطلع بودن از روان‌شناسی جنسی است که بایستی ضمن وقوف به آن، تلاش شود تا نکات روان‌شناختی در این زمینه، در آموزش جنسی کودکان، نوجوانان، جوانان و بزرگسالان نابینا و کم‌بینا (چه دختر و چه پسر)، مورد استفاده قرار گیرد.

افراد نابینا نیز همانند سایر افراد جامعه، نیازمند بهره‌مندی از این اطلاعات و آگاهی‌بخشی‌ها هستند و با توجه به اینکه کتاب‌ها، مقالات و نوشته‌های کمی به زبان فارسی برای این عزیزان وجود دارد، بر آن شدیم تا به تألیف این کتاب اقدام کنیم.

از طرفی، شیوه‌ی آموزش امور جنسی به افراد با آسیب بینایی که از نعمت دیدن-که مهم‌ترین دریچه‌ی آموزش مسائل جنسی به افراد است- محرومند، کار بسیار دشواری است و اگر والدین و مربیان از این شیوه‌ها مطلع باشند و هنگام مواجهه با مسائل جنسی این افراد از آن‌ها استفاده کنند، مطمئناً از بروز بسیاری مشکلات و سردرگمی‌های جنسی در این گروه خواهند کاست.

## پیشگفتار ■ ۱۵

حتی اگر این کتاب فقط و فقط این دید را در افراد جامعه تغییر دهد که افراد با آسیب بینایی همچون سایر افراد، دارای نیازهای جنسی بوده و برای تأمین صحیح آن، نیازمند آموزش‌های صحیح و علمی هستند، نگارنده را در نیل به بخش بزرگی از اهدافش در تألیف این کتاب یاری رسانیده‌اند.

در اینجا بر خود فرض می‌دانم ضمن تشکر از تمامی افراد نابینا و کم‌بینایی که با تأکید لزوم پرداختن به روانشناسی و آموزش امور جنسی به افراد با آسیب بینایی، مشوق این‌جانب در تألیف این کتاب بودند و از مسئولان صدیق و ارجمند انتشارات آوای نور که زمینه‌ی چاپ این کتاب را فراهم نمودند قدردانی کنم. همچنین از خانم‌ها مرضیه رضایی، مرضیه اصغری، مهشید موسویان و آقای عماد بهارلویی که در بازخوانی و اصلاح متن، یاریگری امین، صبور و دقیق بودند نیز سپاسگذارم و این کتاب را به تمامی آنانی که علاقمند به تغییر دید و نگرش، نسبت به امور زندگانی افراد با آسیب بینایی هستند، تقدیم می‌کنم.

مریم اصغری

زمستان ۱۳۹۲

