

ทำไมการพูดคุย เรื่องเพศกับลูก จึงเป็นเรื่องยาก ?



1 ทักษะคติของพ่อแม่

อย่ามองว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องหยาบ สกปรก
ไม่เหมาะสมที่จะนำมาพูดคุยกัน เปิดใจยอมรับว่า
เรื่องเพศไม่ได้หมายถึงการมีเพศสัมพันธ์เท่านั้น
แต่ว่าเรื่องเพศเป็นส่วนหนึ่งของการใช้ชีวิต
และจำเป็นต้องเรียนรู้ให้ถูกต้อง

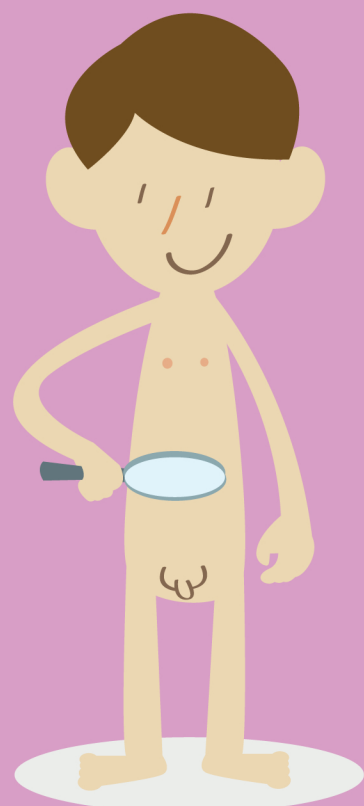
อย่ามองว่าลูกเป็นเด็กอยู่เสมอ
เตรียมความพร้อมให้เขามีวุฒิภาวะ
และทักษะในการดูแลตัวเองตั้งแต่เด็ก ๆ

2 ความสัมพันธ์ในครอบครัว

ครอบครัวที่คอยได้ถามทุกข้อสงสัยของกันและกัน
คุยกันดี ๆ ไม่ใช่อารมณ์เข้าใส่กัน
ช่วยให้การพูดคุยเรื่องเพศอย่างสร้างสรรค์เกิดขึ้นได้

เริ่มคุยเรื่องเพศกับลูกเมื่อไรดี ?

เร็วที่สุด เป็นการดีที่สุด
เพราะเด็ก ๆ เริ่มเรียนรู้เรื่องเพศด้วยตัวเอง
ตั้งแต่แรกเกิด
เริ่มต้นตั้งแต่วັນนี้ ทีละเล็กทีละน้อยอย่างช้า ๆ
โดยแทรกการคุยเรื่องเพศไปกับ
การพูดคุยในชีวิตประจำวัน



พูดคุยเรื่องเพศ กับลูกอย่างไร ไม่ให้ติดอัด กัดดัน ?

1

เตรียมความคิด

เชื่อมั่นว่าเรื่องเพศเป็นส่วนหนึ่งของการใช้ชีวิต และคิดถึงประโยชน์ที่ลูก ๆ จะได้รับ

2

เตรียมใจ

อย่ากังวลว่าลูกจะถามอะไร พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องรู้ทุกเรื่อง แต่ร่วมเรียนรู้ไปด้วยกันได้

3

เตรียมเวลา

เมื่อลูก ๆ ถามเรื่องเพศ ไม่ควรด่วนหยุดการพูดคุย ด้วยการตอบส่ง ๆ

4

พร้อมรับฟังเสมอ

เมื่อลูกเมื่อลูกมีคำถาม หรือมีเรื่องมาเล่า ไม่ด่วนตัดสิน ถูก-ผิดก่อนฟังจบ

5

เรียนรู้โลกของลูก

หมั่นสังเกตว่า ลูกคบเพื่อน ลักษณะใด แต่ละวันพบเจอเรื่องอะไรบ้าง คุณก็จะรู้แนวทางคุยเรื่องเพศกับเขา

6

จุดประเด็นพูดคุย

เริ่มพูดคุยเรื่องเพศกับลูก จากเหตุการณ์รอบตัวที่เกิดขึ้น ณ เวลานั้น ๆ

7

ไม่อัดเยียดข้อมูล

การใส่ข้อมูลมากมาย จะทำให้การคุยเรื่องเพศ กลายเป็นเรื่องน่าเบื่อ

8

ใช้คำถามเปิดกว้าง

คุยแบบไม่จู้จี้ อารมณ์ถึงบุคคลอื่น เพื่อไม่ให้ลูกรู้สึกว่าคุณโดนจ้องจับผิด

9

สอง "ไม่"

1. ไม่ล้อเลียน
2. ไม่ปู้ให้กลัว

อธิบายตรงไปตรงมา และกระตุ้นให้เด็กคิด วิเคราะห์สถานการณ์



คุยได้ ตอบได้
ง่าย ๆ เมื่อรู้หลัก

คำตอบ
ทำให้ลูกมั่นใจ
ที่จะเป็นตัวของตัวเอง

คุณควรอธิบายให้ลูกเข้าใจด้วยว่า
การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของ
แต่ละคนนั้น เร็วช้าต่างกันเป็นเรื่องปกติ
แต่ในที่สุดทุกคนก็จะมีประสบการณ์
ในเรื่องนี้เหมือนกัน

คำตอบ
ช่วยให้ลูกรู้สึกรดี
กับร่างกายตัวเอง

คำตอบของคุณ
ควรส่งเสริมให้เด็ก ๆ
รู้สึกดีกับร่างกายตัวเอง
เพราะจะเป็นพื้นฐาน
ให้เขาแสวงหาข้อมูลและดูแลตัวเอง
ซึ่งจะทำให้เด็ก ๆ
รู้จักดูแลร่างกายเมื่อโตขึ้น

คำตอบ ที่เหมาะสมกับวัย

เพราะเด็ก ๆ จะมีความสนใจเรื่องเพศ
แตกต่างกันไปตามช่วงวัย

คำตอบ แบบตรงไปตรงมา

คุณไม่ควรตอบเสียง ๆ หรือโง่ก
เพราะจะสร้างความรู้สึทที่ไม่ดีกับลูก
กว่าจะเข้าใจก็โตแล้ว
ทำไมเราต้องให้ลูก
อยู่กับความน้อยใจแบบนี้ด้วย ?

คำตอบ

ต้องไม่ทำร้ายคนอื่น

คุณควรให้คำตอบที่สร้างความเข้าใจ
และเคารพสิทธิของคนอื่น
เพื่อให้ลูกเปิดใจกว้าง
เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
ไม่ตกลูกคนอื่น



คำถามยอดฮิต ที่ลูกชอบถาม

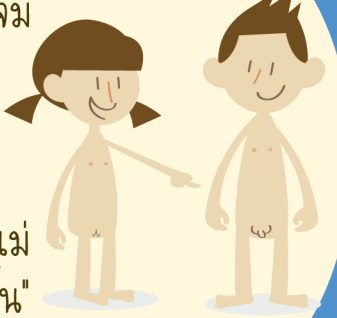
"มีเด็กเข้าไปอยู่ในท้องของคุณแม่ได้อย่างไรครับ?"

"เมื่อพ่อกับแม่รักกัน
พ่อกับแม่ก็กอดกัน
อย่างแนบแน่นนุ่มนวล
อสุจิของพ่อจะรวมกับ
ไข่ในร่างกายของแม่และเกิด
มาเป็นตัวลูกอยู่ในท้องแม่"



"ทำไมผู้ชายกับผู้หญิงเข้าห้องน้ำ
เดียวกันไม่ได้?"
"ทำไมเพื่อนมีอวัยวะเพศ
ไม่เหมือนกับของหนู?"

"เพราะลูกเป็นผู้หญิงจึงมีจิ๋ม
ส่วนผู้ชายจะมีจู้
และเป็นอวัยวะส่วนตัว
ที่อย่าให้ใครมาสัมผัส
ยกเว้นตัวหนูเองหรือพ่อแม่
และเมื่อหนูอนุญาตเท่านั้น"

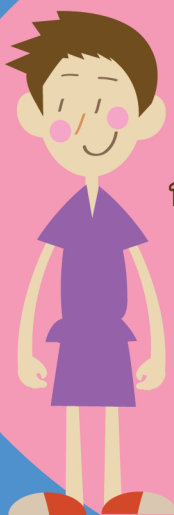


คำถามยอดฮิต ที่พ่อแม่อยากรู้

"ลูกชายชอบเอา
เสื้อผ้าแม่มาใส่
ลูกจะเบี่ยงเบน
หรือไม่?"

เป็นปกติที่เด็ก ๆ มักจะเล่นสวมบทบาท
ทั้งผู้ชาย-ผู้หญิงอยู่บ่อย ๆ

ถ้าลูกของคุณมีความสนใจและ
การแสดงออกที่แตกต่างจากที่สังคมกำหนด
คุณควรยอมรับความแตกต่างนั้น
เพราะเป็นช่วงเวลาที่ดีที่คุณจะรับปลูกฝัง
ให้เขารู้จักการยอมรับและเคารพ
ความแตกต่างหลากหลายในเรื่องอื่น ๆ
ที่เขาต้องเผชิญอีกมากในชีวิต



"เดี๋ยวนี้ภัยทางเพศเยอะ
จะสอนลูกเล็ก ๆ
ให้ป้องกันตัว
อย่างไร?"

สอนเด็กเล็กว่า
คนที่สามารถจับต้องอวัยวะเพศ หน้าอก
และทวารหนักของลูกได้ คือตัวลูกเองเท่านั้น
ถ้ามีใครขอดู ขอสัมผัสอวัยวะเพศของลูก
หรือชวนให้ดู บังคับให้สัมผัสอวัยวะเพศ
ของเขาหรือของคนอื่น
ให้ลูกตอบว่า
"ไม่เอา"
แล้วกลับมาเล่าให้คุณฟัง

