

# شرم جایی برای آگاه کردن دختران دهه شصت نگذاشت

## مريم رحمانی

این مطلب ادامه گزارش «[دختران دهه شصت از بلوغشان می‌گویند](#)»، است که به بررسی تجربه‌های زنان از اولین رابطه جنسی و چگونگی مواجهه آنان با پرئود دخترانشان می‌پردازد.

### رابطه جنسی مبهم و ترسناک

همان‌گونه که زنان دهه شصت مواجهه‌شان با ورود به زنانگی پر از ابهام بوده است، اولین رابطه جنسی خود را نیز تقریباً با همین وضعیت تجربه کرده‌اند؛ بدون اطلاعات کافی، همراه با ترس و استرس، شروعی نه چندان دلچسب برای رابطه‌ای پر رمز و راز.

زیبا: «من ۹۱ سالگی ازدواج کردم و اون موقع تقریباً چیزی در مورد رابطه جنسی نمی‌دونستم. فقط توی دبیرستانمون یک دختری بود که می‌گفت خیلی درد داره. حتی جزئیاتش رو نمی‌دونستم. مادرم هیچ توضیحی به من نداد. یکی دو روز قبل از عقده خاله‌هام بهم کلی گفتند که آگه شوهرت طرفت اومد خودت رو کنار نکش، همین نه بیشتر. باقی‌اش رو همسرم بهم توضیح داد و گفت هروقت تو بخوای و آمادگی داشته باشی رابطه خواهیم داشت. من خیلی می‌ترسیدم چون واقعاً چیزی نمی‌دونستم ازش. فقط خاله‌هام تأکید کرده بودند که حتی آگه شوهرت مخالف ثبت اثر بکارت روی پارچه شد بگو نه، چون نشان‌دهنده بکارت توست. همین‌ها هم باعث شده بود من بیشتر بترسم و خجالت بکشم. اما با صبر همسرم کم‌کم ترسم ریخت. من نگران بودم مادرش پشت در بایسته و اون گفت که این که کسی پشت در بایسته از مد افتاده و بهش فکر نکنم. همین‌طور گفت که برای خودش هم استرس داره، بنابراین تلاش می‌کنه به من آسیب نرسونه. اون از من ده سال بزرگ‌تر بود و رشته‌اش هم بهداشت بود، بنابراین من بهش اعتماد کردم. اما بعدش از ترس پرئود شدم. البته رابطه ما یک هفته بعد از ازدواجمون اتفاق افتاد. مادر همسرم کلی مواد غذایی مقوی مثل روغن حیوانی و ترکیبی از مغزهای مختلف و زیره داده بود که بعد از اولین رابطه استفاده کنم، اما مادر خودم هیچی نداده بود. همسرم یک کتاب هم برام درباره روابط جنسی گرفته بود که توش توضیحاتی داده بود، اونم خوب بود. البته در مورد بهداشت جنسی خاله‌هام گفته بودن از سابون استفاده کنم بعد از هر بار رابطه و من رعایت می‌کردم اما یک سال بعد دچار عفونت شدم و به دکتر مراجعه کردم و اون یک سری دارو دارد.»

مرضیه: «من ۲۲ ساله بودم که ازدواج کردم. می‌دونستم در مورد رابطه جنسی، اما هیچ تصویری نداشتم ازش. حتی یک عکس هم ندیده بودم. خیلی صفر کیلومتر بودم. مادرم مطلقاً حرف نزده بود. معمولاً مادرهای قدیمی به قول خودشون در مورد شب زفاف با دخترشون حرف می‌زنند یا خاله‌ای کسی رو می‌خوان که حرف بزنه. اما در این مورد هیچ‌کس با من حرفی نزد. من یک چیزهایی می‌دونستم اما می‌ترسیدم. همسر من هم خیلی جوون بود اونم هیچ اطلاعاتی نداشتم. با آزمون و خطا پیش می‌رفتم. با هم سرچ می‌کردیم. من به شدت می‌ترسیدم و آمادگی بدنی نداشتم. از حق نگذریم همسرم هم خیلی مدارا کرد. برای خودش هم استرس‌زا بود. استرس من رو می‌دید حسش رو از دست می‌داد و نمی‌تونستیم ادامه بدیم. ما سه ماه بعد از عروسی اولین رابطه جنسی کامل رو بالآخره تجربه کردیم. همه‌اش هم تلاش می‌کردیم اما خیلی سخت بود و نمی‌تونستیم. من اطلاعات خیلی خیلی کمی داشتم. همان ماه‌های اول یک مامایی بود پیش اون رفتم و مشکلمون رو گفتم. اون گفت که نه خودت رو لوس نکن خیلی عادیه چرا سخت می‌گیری. همچین برخوردی داشت.»

خورشید: «من ۴۲ سالم بود که ازدواج کردم و در مورد رابطه جنسی می‌دونستم. سوم راهنمایی تو کلاس بهداشت یک چیزهایی بهمون گفته بودن البته نه واضح و با جزئیات. وقتی ۰۱ ساله بودم دخترعمه‌ام که بزرگ‌تر بود برام تعریف کرده بود. من درک درستی نداشتم ازش و یادمه برای دوستم هم که تعریف کردم گفت نه پدر مادرهای ما از این کارها نمی‌کنند. تو دبیرستان دیگه فهمیده بودم داستان چیه. فیلم پورن دیده بودم و هم‌کلاسی‌هام هم در موردش حرف می‌زدن. من در ازدواجم دچار مشکلی نشدم فقط یک مقدار ترس داشتم همین.»

سارا: «وقتی ازدواج کردم نزدیک ۴۲ سالگی‌ام بود. من هرچی می‌دونستم از دوستان نزدیکم بود و اینترنت. چیزهایی که به من می‌گفتن درست بود اما من مطمئن نبودم چون خیلی خجالتی بودم هیچ وقت با جزئیات چیزی رو نمی‌پرسیدم. بیشترین مشکلم برای رابطه ترس از حاملگی بود. توی ذهنم یک چیزهایی شکل گرفته بود. من از مامانم قبل از اینکه برم دانشگاه یک جمله‌ای شنیده بودم که هنوز برام سؤاله: هنوز نفهمیدم تو رو چطوری حامله شدم. من توی ذهنم این جمله رو پردازش کرده بودم که من با بابات رابطه کاملی نداشتم ولی حامله شدم. در هر سطحی که رابطه داشتم با همسرم ترس این رو داشتم که حامله نشم، از ابتدایی‌ترین رابطه‌ها تا رابطه کامل. من هر ماه که می‌خواستم پرئود شم، چون پرئود منظم نبود، استرس بارداری رو داشتم به شدت حتی وقتی همسرم سرباز بود و اون ماه اصلاً نیومده بود و پرئود نشده بودم، من داشتم فکر می‌کردم خب (با خنده) توی ذهنم مگه حضرت مریم بدون شوهر حامله نشده؟ هیچ چیز دنیا که مشخص نیست. اگر برای من هم این اتفاق افتاده باشه اون موقع چی کار کنم. توی سطح منطقی می‌دونستم که این اشتباهه ولی احساسم کاری نداشتم که منطقی چی می‌گه فقط اون اضطراب و نگرانی رو داشتم. ترس از بارداری هم به دلیل این بود که ما موقعیت پایداری

نداشتیم، هردو دانشجو بودیم، بعد همسرم رفت سربازی و کار نداشتیم و اینها من رو خیلی نگران می کرد. یک ترس زیادی هم بود که از درد کشیدن دارم و اینکه اگر باردار بشم باید سقط کنم چون من بچه خیلی دوست دارم و اینکه تو این شرایط مجبور بودم سقط کنم برام سخت بود. این خب برای من به این ترس دامن زده بود... یک مشکل دیگه هم که دارم به دلیل خجالتی بودنم که من دکتر زنان نمی رم و وقتی که رابطه رو تجربه کردم خیلی کم خونریزی داشتم و حدس زدم که پرده بکارتم باید ارتجاعی باشه. این طوری با قدم قدم پیش رفتن فهمیدم و چند ماه طول کشید تا ما رابطه کامل داشته باشیم به دلیل ترس من. اما هنوز که هنوزه من یک سری سؤالها برام پیش میاد که اینقدر توی لفافه می پرسم که به جوابی که بهش می دن نمی تونم اعتماد کنم چون مطمئن نیستم که منظور من رو می فهمند یا نه. این مشکل بزرگی است که من خجالتی هستم.»

هیچ کدام از این زنان توسط مادرانشان حتی چند روز قبل از ازدواج آموزش ندیده بودند. البته به دلیل شرمی که در فرهنگ ما بین مادر و دختر وجود دارد بهتر است نهادهای آموزشی کارگاههایی در زمینه مقاربت و رابطه جنسی برگزار کنند تا بار سنگین آن از روی دوش خانواده برداشته شود.

جالب است سارا با اینکه می دانسته در سطح منطقی باردار نمی شود اما ترسی غیرواقعی را به طور مداوم تحمل کرده است اما حاضر هم نبوده به دلیل خجالت به دکتر زنان مراجعه کند و سؤالهایش را از او بپرسد. به نظر می رسد جامعه ما نیاز به فرهنگ سازی برای مراجعه به پزشک متخصص زنان دارد. زنانی مانند سارا در جامعه ما کم نیستند. از دیگر سو نیاز به داشتن کلینیک های سکسولوژی در سطح شهرها احساس می شود تا زنان بتوانند سؤالهایی را که نمی توانند از نزدیکان خود بپرسند با مشاوران جنسی این مراکز در میان بگذارند که اطلاعاتشان معتبر نیز هست. این امر نیز نیاز به فرهنگ سازی دارد.

مشکل بیشتر این زنان خجالتی بودن یا نداشتن اطلاعات لازم در مورد رابطه جنسی بوده است که تقریباً برای همه زنان ترس از رابطه جنسی را به بار آورده است. در صورتی که اگر چگونگی داشتن رابطه جنسی با جزئیات درست به زنانی که در آستانه ازدواج هستند آموزش داده شود یا فیلم های آموزشی در اختیار آنان قرار گیرد به زوجها کمک می کند که با استرس کمتر و با دانسته های بیشتری رابطه جنسی را تجربه کنند. به نظر می رسد فقر اطلاعات درباره رابطه جنسی علمی در جامعه ما وجود دارد و به جای آن فیلم های پورن راهنمای زنان و مردان است، درحالی که این فیلمها نه تنها تصویر درستی از رابطه جنسی نمی دهند که به سبب نگاه تحقیرآمیز به زنان آسیبزا نیز هستند. همچنین روابط غیرعادی در آن به تصویر کشیده می شود و ممکن است به این تصور دامن بزنند که زنان باید رفتاری شبیه بازیگران این فیلمها داشته باشند.

همچنین همراهی مردان با زنان در مورد اولین رابطه جنسی و استرس داشتن آنان نیز درخور توجه است.

## تلافی گذشته

زیبا می گوید من برای اینکه دخترم مثل من دچار مشکل نشود از کلاس سوم یا چهارم به او گفتم که در آینده ای نه چندان دور پیرو خواهد شد و کامل برای او توضیح دادم. اگرچه در مدرسه دخترش نیز به تازگی کارگاه بهداشت بلوغ برگزار شده است.

او می گوید: «من الان یک دختر کلاس هفتمی دارم که تازه بالغ شده. از کلاس سوم و چهارم دبستان در مورد پیرو شدن بهش (براش) توضیح دادم. توی مدرسه هم مشاور اومد و هم به ما توصیه کردند که با دخترمون حرف بزیم و هم برای بچه ها در مورد بهداشت بلوغ و رابطه با جنس مخالف توضیح دادند. مشاور اجتماعی کلاتری محل آمد و برای ما و بچه ها به طور جداگانه توضیح داد که چطوری با بلوغ بچه ها کنار بیایم و بهشون اطلاعات بدیم. با بچه ها هم جدا صحبت کردند.»

من خودم برای دخترم توضیح دادم که هر زنی پیرو می شه و این بخشی از زن شدن هست و تغییراتی توی بدنش به وجود می آید. ممکنه عاشق بشه و این طبیعی است اما الان سنش برای ارتباط با جنس مخالف خیلی زوده و اون رو از درس و مشقش می ندازه. گفتم اگر توی کلاسی که می ری (مختلط هست) کسی بد نگاه کرد - هر کسی می تونه بفهمه چه نگاهی خوبه چه نگاهی بده - اگر استادت یا پسری که تو کلاس هست نگاه بد کرد یا خواست لمسات کنه نباید بذاری. اما این به معنای این نیست که با پسرها حرف نزنی. در مورد درس می تونی حرف بزنی در مورد ورزش می تونی حرف بزنی اما نه بیشتر از این حد.»

مرضیه نیز که هم سن زیباست گفت: «در مورد دخترم همیشه فکر می کردم باید قبل از اینکه علائم بلوغ ظاهر بشه در موردش بهش توضیح بدم. الان ده سالشه و قبلاً فکر می کردم سن مناسبی برای حرف زدن در مورد بلوغ و پیرو است. اما مسئله ای باعث شد زودتر صحبت کنم. یک برنامه استخر گذاشته بودیم و دخترم شنا رو خیلی دوست داره، قرار بود بعد از مدرسه بریم استخر. کلاس دوم بود از در نیومده بود گفت ناهار بخوریم بریم استخر. من پیرو شده بودم صبحش. دیدم هیچ بهانه ای نمی تونم بیارم. توضیح دادم برایش که خانمها پیرو می شن و برایش اونقدر غیر قابل فهم بود که من مجبور شدم بهش نوار بهداشتی رو نشون بدم. گفتم ببین اگر من بیام تو استخر جدا از مرضیه، استخر هم کثیف می شه. یک تصادف باعث شد زودتر از چیزی که فکر می کردم بدونه در مورد مسئله. این باعث شد خیلی سؤالات در ذهنش ایجاد بشه و من سعی می کردم جواب بدم به زبان ساده و سعی کنم خیلی ذهنش که مشغول می شه و سؤال می پرسه حواسش رو پرت می کنم از این موضوع چون دوم دبستان خیلی زوده. الان در مدرسه توالی همه دانش آموزان یکیه و بچه های کوچکتر با ششمیها

دستشویی یکسانی دارن. وقتی دوستاش گفته بودند تو دستشویی مدرسه یه چیز وحشتناک دیده‌اند دخترم براشون توضیح داده بود نه خیلی طبیعی. چون خیلی کتاب‌های علمی می‌خونه تا حدی می‌دونه که بچه از ازدواج یک زن و مرد به وجود میاد. در کجا رشد می‌کنه. این پریده که باعث می‌شه زن‌ها قدرت باروری رو داشته باشند. البته در مورد رابطه جنسی نمی‌دونه. جاهایی که خیلی سؤال می‌کنه حواسش رو پرت می‌کنم. نمی‌گم چیز خوبی نیست از این سؤال‌ها نکن. ساده و مختصر جواب میدم. دختر من حتی اسم درست آلت تناسلی رو هم می‌دونه، یعنی واژن. من گفتم بهش که باید بهداشت رو رعایت کنی تا رحم یا کلیه تو دچار مشکل نشه.»

زهرآ که یک دختر ۶ ساله دارد نیز گفته است: «الآن زوده اما حتماً به موقع بهش می‌گم تا مثل من نترسه.»

صحبت کردن مادران با فرزندان در مورد بلوغ و پریدو آنقدر مهم است که مشاور مدرسه دختر زیبا با آنکه برای دانش‌آموزان نیز توضیح داده است بلوغ چیست، چه اتفاقی در بدن آنان رخ خواهد داد و در مورد ارتباط با جنس مخالف نیز صحبت کرده باز تأکید داشته است که مادران با دختران خود در این مورد صحبت کنند. جالب است که زیبا و مرضیه به راحتی با دخترانشان صحبت کرده‌اند و به نظر می‌رسد این مسئله نشان‌دهنده تغییرات فرهنگی، دست کم در قشر متوسط جامعه ایرانی تحصیل کرده، است. هردو مادر دانشگاه رفته‌اند که این امر نیز به آنها کمک کرده سؤال‌هایی را که در ذهن دخترانشان شکل می‌گیرد پاسخ دهند. اما نقش آموزش و پرورش در این دوران به خصوص با پایین آمدن سن بلوغ در دختران و پسران حائز اهمیت است، چراکه مهم‌ترین نهاد آموزش کشور است که دانش‌آموزان با آن در ارتباط هرروزه هستند. اما همچنان فقط برخی از مدارس اقدام به برگزاری کارگاه بلوغ برای دانش‌آموزان دختر می‌کنند. امری که زیبا تأکید می‌کند باید برای پسران هم باشد و کافی نیست که تنها به دختران اطلاعاتی در مورد بلوغ دهیم.

زیبا: «کارگاه بلوغ باید برای پسرها هم برگزار بشه چراکه اونها هم نمی‌دونند نباید زود وارد رابطه بشن یا به هر دختری دست‌درازی کنند. توی مدرسه دخترم یک پسری شماره دختری رو از همکلاسی دختر می‌گیره و تو تلگرام شروع می‌کنه به صحبت با او. در نهایت دختر ۲۱ ساله رو پسر ۴۱ ساله می‌بره خونشون و باهاش رابطه برقرار می‌کنه. خب این به دلیل این هست که به پسرها هم آگاهی ندادن. الآن دو تا خانواده این وسط گرفتار شدند، نه می‌تونند اجازه بدن این دوستی و رابطه ادامه پیدا کنه نه می‌دونند باید چی کار کنند.»

نکته‌ای که زیبا به آن اشاره کرده است نشان از دغدغه والدین دارد و آن اینکه فرزندانشان امروزه در معرض فیلم‌های ماهواره، دسترسی به اینترنت روی گوشی‌های موبایل و همچنین کانال‌های تگرامی مختلف با محتواهای گاه نامناسب برای نوجوانان قرار دارند و این استفاده اگر با آگاهی بخشی همراه نباشد می‌تواند به پسران و دختران تازه‌بالغ آسیب‌هایی وارد کند. بنابراین بجاست آموزش و پرورش و سایر نهادهای مرتبط مانند وزارت بهداشت اقدام به تولید محتوای مناسب در مورد بلوغ و بهداشت این دوران کنند و کارگاه‌های بلوغ در سراسر کشور برای هر دو جنس برگزار شود.

منبع: [بیدارزنی](#)