

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اخلاق، تربیت و سلامت

رفتار جنسی

مهدی عباسی

دکترای روانشناسی

الگو و تنظیم رفتار جنسی

در پرتو آموزه‌های اسلامی



مهدي عباسي



The Regulation Model of Sexual Behavior

آزادی جنسی برای غرب آغازی شیرین داشت، اما امروزه رنج مشکلات ناشی از ارتباط جنسی خارج از ازدواج، محنت فرزندآوری ناخواسته دختران ازدواج نکرده، افزایش فرزند نامشروع و بی سرپرست، درد بیماری‌های مقاربتی و مست شدن بنیان خانواده‌ها، برنامه‌ریزان اجتماعی غرب را به چالش کشیده است و آنان را به اجرای جدی راهبردهای کنترل روابط زنان و مردان کشانده است که از جمله می‌توان به تصویب «قانون عفاف» اشاره کرد. آنان «راهبرد آموزش جامع مسائل جنسی» و «برنامه فقط خویشنداری جنسی» را راه برون‌رفت از این وضعیت می‌دانند، اما این مدل‌ها نیز به دلیل ویژگی‌هایی که دارند، مشکلات آنها را حل نکرده است!

الگویی که اسلام برای تنظیم رفتار جنسی معرفی کرده است، با به رسمیت شناختن نیاز جنسی و تأکید بر رضای آن، خویشنداری جنسی را در کنار آن به زیبایی چیده است. جالب این که راهبردها و روشهایی که برای آن معرفی کرده است، نقص مدل غربی را ندارد. کتابی که در پیش رو دارید به معرفی این الگو پرداخته است و خویشنداری جنسی را در دو بسته مداخله‌ای شامل تقویت توانمندی‌های روانشناختی خویشنداری و تنظیم اجتماعی رفتار جنسی تبیین می‌کند. در این راستا، شواهدی از متون اسلامی و تحقیقات تجربی روانشناسی ارائه شده است.



معرفی کتاب

- ▶ اهداف و راهبردهای تنظیم رفتار جنسی از دیدگاه منابع اسلامی
- ▶ سبک زندگی عفیفانه: تنظیم اجتماعی رفتار جنسی
- ▶ سبک زندگی عفیفانه: خویشتنداری جنسی
- ▶ آماده‌سازی زن و مرد برای ازدواج

اخلاق جنسے

هدف اخلاق جنسی

▶ تنظیم رفتار جنسی بر اساس مصالح

و مفاسد واقعی، با دو هدف:

▶ ۱- حفظ و سلامت نسل (انسان سالم)

▶ ۲- دور ماندن از رنج و محنت پیامدهای منفی (زندگی شادکام)

اهداف تنظیم رفتار جنسے

▶ مصونیت و سلامت نسل

▶ الإمام على عليه السلام: فرض الله الايمان تطهيراً من الشرك،
... وترك الزنا تحصيناً للنسب (نهج البلاغه، ۱۴۱۴، ص ۵۱۲)

اهداف تنظیم رفتار جنسی

دور ماندن از پیامدهای منفی

كَتَبَ عَلِيُّ بْنُ مُوسَى الرَّضَاعِ إِلَى مُحَمَّدِ بْنِ سِنَانٍ فِيمَا كَتَبَ مِنْ جَوَابِ مَسَائِلِهِ ... وَ حَرَّمَ اللَّهُ تَعَالَى الزِّنَا لِمَا فِيهِ مِنَ الْفَسَادِ ...

مِنْ قَتْلِ الْأَنْفُسِ ← سقط جنین

وَذَهَابِ الْأَنْسَابِ ← نامشخص بودن والدین

وَتَرْكِ التَّرْبِيَةِ لِلْأَطْفَالِ ← فرزندان بی سرپرست

وَفَسَادِ الْمَوَارِيثِ ← مشکلات اقتصادی فرزندان

وَمَا أَشْبَهَ ذَلِكَ مِنْ وُجُوهِ الْفَسَادِ (من لايحضره الفقيه، ۳، ۵۶۵)

يَمَافِيهِ مِنَ الْفَسَادِ

غرب و مواجهه با آسیب های بی بندوباری جنسی

پیامدهای:

1. شیوع بیماریهای مقاربتی
2. افزایش بارداری های ناخواسته در نوجوانی و افزایش فرزندان نامشروع و بی سرپرست
3. کاهش ازدواج و تشکیل خانواده
4. افزایش ابتلا به مشکلات رفتاری



4 in 10 CHILDREN BORN out of WEDLOCK



1.7 MILLION children were born outside of a marriage in 2009.

That's more than the population of Philadelphia, the fifth-largest city in the United States.



Out of wedlock births have risen steadily since 1980.



70%

of
AFRICAN-AMERICAN CHILDREN

OVER 50%

of
HISPANIC CHILDREN

NEARLY 30%

of
WHITE CHILDREN

WERE BORN OUT OF WEDLOCK IN 2009.

غرب و مواجهه با آسیب های بی بندوباری جنسی

در امریکا از سال ۱۹۷۰ تا ۱۹۹۲ به میزان ۲۷۹ درصد طلاق افزایش یافته است.

نرخ زوج هایی که خارج از چارچوب ازدواج با یکدیگر ارتباط دارند، از سال ۱۹۷۰ تا ۱۹۹۲ به میزان ۵۳۳ درصد افزایش یافت.

نرخ کودکانی که از سال ۱۹۶۰ تا سال ۱۹۹۵ خارج از ازدواج متولد شده اند به میزان ۴۰۰ درصد افزایش داشته است

توجه به پیامدها: مقدمه برای خروج از دوره ی Free Sex

آسیب های بی بندوباری جنسی در ایران

در ایران

- برهنه نمایی (جستجوی صحنه های جنسی)

- ۵۰ درصد از کاربران اینترنت

- ۱۰۰ میلیارد دلار حجم مالی بازار پورنو

- آمار ژانویه ۲۰۱۵

- ایران جزء ۱۰ کشور اول استفاده از پورنو

- اعتیاد به برهنه نمایی ۵ مرحله دارد:

- ۱. مواجهه ۲. اعتیاد ۳. افزایش دسترسی ۴. حساسیت زدایی ۵. عمل

آسیب های بی بندوباری جنسی در ایران

- پیامدهای برهنه نمایی (بر اساس ادبیات پژوهش):
 - ۱. بالا رفتن سطح توقع جنسی
 - ۲. کاهش توافق جنسی همسران
 - ۳. تضعیف تک همسری و شریک جنسی واحد
 - ۴. کاهش صمیمیت در روابط جنسی
 - ۵. پرخاشگری جنسی

مواجهه با آسیب های بی بندوباری جنسی

در ایران

• بیماری های ناشی از روابط ناپاک

- افزایش بیماری های مقاربتی / هم آیندی چند بیماری
- موج سوم ایدز: تغییر مسیر سرایت ایدز از تزریق به رابطه جنسی

• روابط خارج از چارچوب ازدوج

- در یک تحقیق ۲۵% از دانشجویان دختر وارد رابطه دوستانه شده اند که از این میزان ۱۰% به رابطه جنسی ختم شده است
- پایین آمدن سن روسپیگری به ۱۲ تا ۱۸ سال

مواجهه با آسیب های بی بندوباری جنسی

در ایران

• مشکلات ازدواج پس از ارتباط

- بیش از ۸۴% پسران اظهار داشته اند که با این گونه دختران هرگز ازدواج نخواهند کرد.
- این گونه دختران که به آسانی با آنها دوست شده اند، می توانند با هر کس دیگری دوست شوند.

• نارضایتی جنسی همسران و افزایش طلاق به دلیل مسائل جنسی

• خودارضایی در نوجوانان و جوانان

- پیامدها

۱. احساس گناه
۲. کاهش عزت نفس
۳. ترس های هذیانی از پیامدها
۴. افسردگی

داشتن چاقو و... بیرون خانه (جز مدرسه):
 پسران، ۲۱/۹٪، دختران، ۹/۴٪، کل ۱۵/۶٪
 همراه داشتن چاقو و پنجه بوکس در مدرسه:
 پسران، ۲۰/۴٪، دختران، ۷/۹٪، کل ۱۴/۱٪

کتک‌کاری در بیرون از خانه (جز مدرسه):
 پسران، ۳۶/۹٪، دختران، ۱۹/۴٪، کل ۲۸/۱٪
 کتک‌کاری در مدرسه در یک سال گذشته:
 پسران، ۳۴/۲٪، دختران، ۱۸/۳٪، کل ۲۶/۲٪

استفاده از کاندوم در آخرین رابطه جنسی:
 پسران، ۴۶٪، دختران، ۳۶/۴٪، کل ۴۳/۷٪



اقدام به خودکشی در یک سال گذشته:
 پسران، ۹/۱٪، دختران، ۱۰/۴٪، کل ۹/۷٪

رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران

رابطه جنسی اجباری:
 پسران، ۱۷/۱٪، دختران، ۱۲/۶٪، کل ۱۴/۸٪
 تجربه رابطه جنسی با میل خود:
 پسران، ۳۳/۹٪، دختران، ۲۷٪، کل ۳۰/۴٪

تجربه کشیدن سیگار:
 پسران، ۳۸/۵٪، دختران، ۳۲٪، کل ۳۵/۲٪



تجربه مصرف الکل:
 پسران، ۳۲/۲٪، دختران، ۲۲/۶٪، کل ۲۷/۴٪



تجربه قلیان کشیدن:
 پسران، ۵۴٪، دختران، ۴۹/۱٪، کل ۵۱/۵٪



راهبردهای تنظیم رفتار جنسی از دیدگاه اسلام

راهبردها

۱- راهبرد ارضای نیاز جنسی

ازدواج دائم؛

ازدواج موقت.

۲- راهبرد سبک زندگی عفیفانه (خویشنداری جنسی)

به ویژه از بلوغ تا ازدواج.

راهبردهای تنظیم رفتار جنسی از دیدگاه اسلام

▶ راهبردهای تنظیم رفتار جنسی در قرآن و روایات

▶ وَأَنْكِحُوا الْأَيَّامِي مَنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ. وَلَيْسْتَغْفِبِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ... (نور ۳۲ و ۳۳)

▶ الاحسان إحصانان: إحصان نكاح و إحصان عفاف (متقی هندی، كنز العمال، ۱۴۰۹، ج ۵، ص ۳۳۵)

راهبردهای تنظیم رفتار جنسی از دیدگاه اسلام

۱- راهبرد ازدواج

ازدواج و تنظیم رفتار جنسی

۱- کاهش برانگیختگی جنسی

۲- کنترل بیرونی

۳- نقش ازدواج موقت

▶ کاهش برانگیختگی جنسی در ازدواج

▶ قرآن کریم در آیه ۲۲۳ سوره بقره به همسران اجازه داده که هرگاه بخواهند می توانند از یکدیگر کام بگیرند و سپس به آنها سفارش می کند برای خود فرزندان بیاورند

▶ رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنِ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ الْبَاءَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضُّ لِلْبَصْرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَلْيُذِمِّنِ الصَّوْمَ فَإِنَّ [الصَّوْمَ] لَهُ وَجَاءَ (طبرسی، مکارم الاخلاق، ۱۳۷۰، ۱۹۷)

کنترل بیرونی در ازدواج

قرآن کریم در برخی آیات، زنان را با اصطلاح «محصنات» نام می برد، ظاهراً به این دلیل است که داشتن همسر و وجود او، همان چیزی است که زنان را مصون می دارد (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۲۳۹).

نقش ازدواج موقت در چارچوب واقعی تشریح

از امام باقر علیه السلام: این موضوعی است که در قرآن کریم (نساء، ۲۴) نازل شده (عاملی، وسائل الشیعه، ۱۴۰۹، ج ۲۱، ص ۵).

مُحَمَّدُ بْنُ يَعْقُوبَ عَنْ عِدَّةٍ مِنْ أَصْحَابِنَا عَنْ سَهْلِ بْنِ زِيَادٍ وَعَنْ عَلِيِّ بْنِ إِبْرَاهِيمَ عَنْ أَبِيهِ جَمِيعاً عَنْ ابْنِ أَبِي نَجْرَانَ عَنْ عَاصِمِ بْنِ حُمَيْدٍ عَنْ أَبِي بَصِيرٍ قَالَ: سَأَلْتُ أَبَا جَعْفَرٍ عَنِ الْمُنْتَعَةِ فَقَالَ نَزَلَتْ فِي الْقُرْآنِ فَمَا اسْتَمْتَعْتُمْ بِهِ مِنْهُنَّ فَآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ فَرِيضَةً وَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيمَا تَرَضَيْتُمْ بِهِ مِنْ بَعْدِ الْفَرِيضَةِ.

موانع سبک زندگی عقیقانه

➤ ۱- سختی ازدواج و بالا رفتن سن آن

➤ تشریفات سخت ازدواج

➤ مشکلات اقتصادی

➤ تحصیلات

➤ ۲- کاهش هزینه روابط نامشروع

➤ عن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: يَا عَلِيُّ فِي الزَّانَا سِتُّ خِصَالٍ ثَلَاثٌ مِنْهَا فِي الدُّنْيَا وَ ثَلَاثٌ مِنْهَا فِي الْآخِرَةِ فَأَمَّا الَّتِي فِي الدُّنْيَا فَيَذْهَبُ بِالْمَهَاءِ وَيُعَجَّلُ الْفَنَاءَ وَيَقْطَعُ الرِّزْقَ وَأَمَّا الَّتِي فِي الْآخِرَةِ فَسَوْءُ الْحِسَابِ وَسَخَطُ الرَّحْمَنِ وَخُلُودٌ فِي النَّارِ (صدوق، ۱۴۱۳، ۴، ۳۶۷؛ ۱۳۶۲، ۱، ۳۲۱).

➤ ۳- محیط زندگی تحریک آمیز

➤ ۴- ضعف توانمندسازی خویشنداری در کودکی

راهبردهای تنظیم رفتار جنسی از دیدگاه اسلام

۲- راهبرد عفاف (خویشنداری جنسی)

▶ **عامل اول:** تقویت «صبر جنسی» (کنترل درونی)

▶ توان انتظار

▶ **عامل دوم:** کاهش «زمینه های ارتباط پرخطر» (کنترل بیرونی)

▶ کاهش تماس

▶ کاهش تحریک

راغبرد عفاف

عفاف (خویشترنداری جنسی)

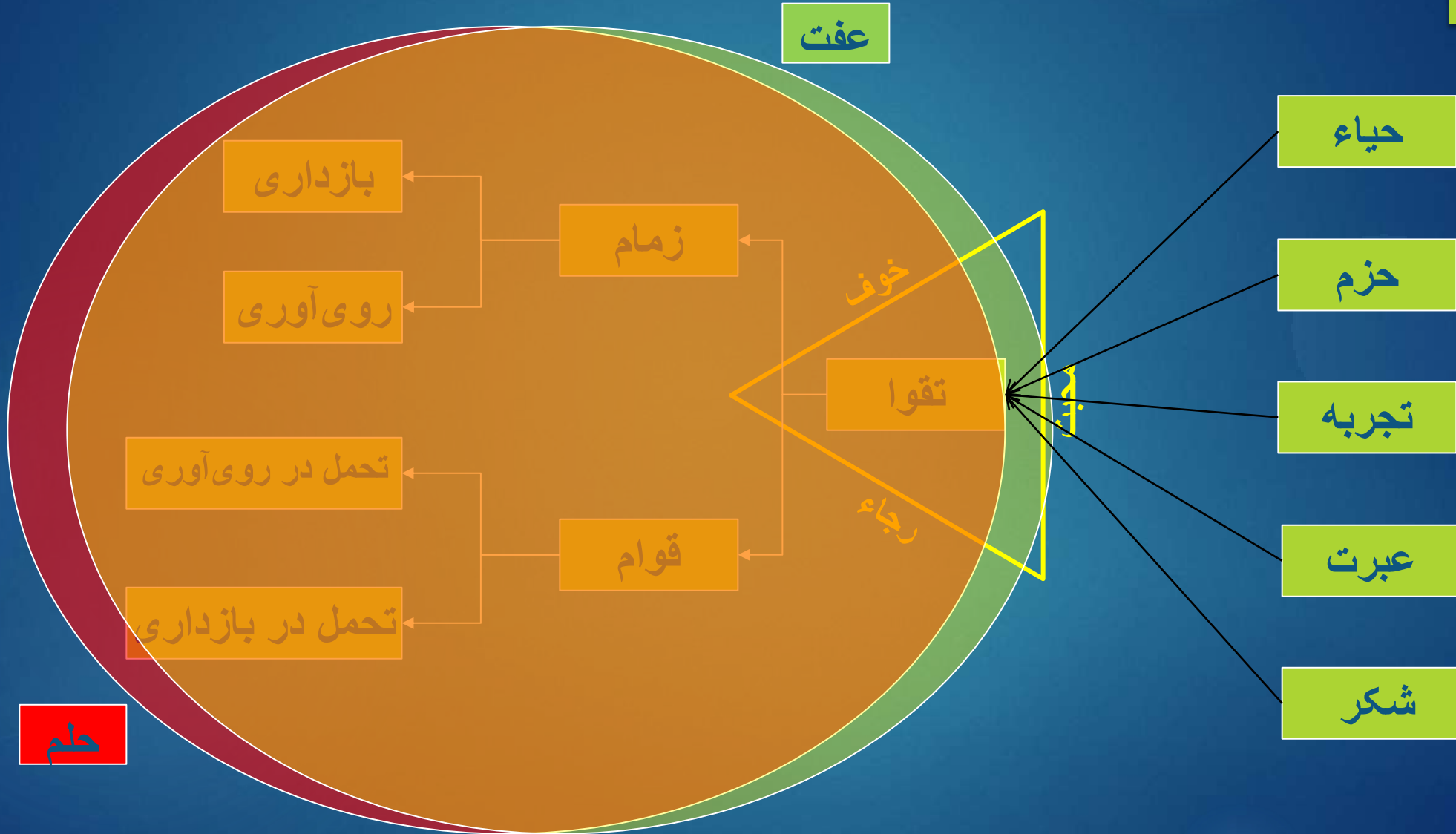
اهداف

۱. تقویت حالتی در درون افراد تا در برابر وسوسه‌ها مقاومت کنند؛
 ۲. به انجام وظایفشان متمایل شوند، بدون آن که عامل خارجی آنها را کنترل کند؛
 ۳. در برابر انواع سختیها از جمله مقابله با تحریکهای محیطی از خود مقاومت نشان دهند؛
 ۴. اهداف خرد و کلان را با بینش کامل انتخاب می‌کنند؛
- ▶ به طور کلی، در همه‌ی ابعاد فردی و اجتماعی قادر به مدیریت هستند

خویشنداری بر اساس تقوا

أَوْصِيكُمْ عِبَادَ اللَّهِ بِتَقْوَى اللَّهِ فَإِنَّهَا الزَّمَامُ وَالْأَقْوَامُ فَتَمَسَّكُوا بِوَتَائِقِهَا وَاعْتَصِمُوا بِحَقَائِقِهَا

سازنده‌روانان تقوا



توانمندسازی افراد در خویشنداری جنسه

۱- افزایش شناخت و تشخیص

۱-۱- افزایش آگاهی (consciousness raising)

۲-۱- خودارزیابی (self-reevaluation)

۳-۱- قصد عمل (Action design)

توانمندسازی افراد در خویشنداری جنسه

۲- مهارت افزایی خودمهارگری

۱-۲- مقاومت در برابر وسوسه (Resist the Temptation)

۲-۲- توان تأخیر ارضاء (Delay of Gratification)

۳-۲- توان بازداري رفتاری (Behavioral Inhibition)

۴-۲- تحمل سختی خویشنداری (Resilience)