

أ. أحمد حسينة مقر الصحة النفسية في الوسط المدرسي

## التربية الجنسية والصحة النفسية

Sex education and mental health



## مقدمة

تعدّ التربية الجنسية في المدرسة قضية أخلاقية بالدرجة الأولى، لأنها ترتبط بتقديم المعرفة للطفل والمراهق مع احترام خصوصيته، لا باعتباره انعكاساً لاختيارات المجتمع. ورغم الاتفاق على دور المدرسة في هذا المجال، يبقى التحدي في تحديد المضامين المناسبة والأساليب التربوية الملائمة لتدريسها.

# تعريف التربية الجنسية

## تعريف منظمة الصحة العالمية

وفقًا لمنظمة الصحة العالمية: (OMS, 2007)

"الصحة الجنسية هي حالة من

## الرفاه البدني والعاطفي والعقلي والاجتماعي

فيما يتعلق بالجنس، وليست مجرد غياب المرض أو الخلل أو الإعاقة. تتطلب الصحة الجنسية نهجًا إيجابيًا يحترم الجنس والعلاقات الجنسية، بالإضافة إلى إمكانية خوض تجارب جنسية ممتعة وأمنة، دون قسر أو تمييز أو عنف. ولتحقيق والحفاظ على صحة جنسية جيدة، يجب احترام وحماية وتحقيق حقوق الإنسان وحقوق الجنس لجميع الأفراد."

تشكل الصحة الجنسية جزءًا لا يتجزأ من الصحة العامة، والرفاه، وجودة الحياة بشكل عام

تعد **التربية الجنسية منهج دراسي تدريجي وعلمي** دقيق يعلم الأطفال والشباب الجوانب المعرفية والعاطفية والجسدية والاجتماعية للجنس بطريقة تناسب ثقافتهم وأعمارهم. كما تساعد التربية الجنسية الأطفال والشباب على فهم أجسادهم وإقامة علاقات صحية واكتساب مهارات حياتية واتخاذ قرارات مستنيرة ومسؤولة وحماية صحتهم وعافيتهم

. (OMS. 2026)

# تعريف اليونسكو

التربية الجنسية الشاملة هي **عملية تعليمية قائمة على المنهج الدراسي** تهدف إلى تعليم وتعلم الجوانب المعرفية والعاطفية والبدنية والاجتماعية للجنسية. وتهدف إلى تمكين الأطفال والشباب من اكتساب المعارف والمهارات والمواقف والقيم التي تمكنهم من تحقيق صحتهم ورفاههم وكرامتهم؛ وتنمية علاقات اجتماعية وجنسية قائمة على الاحترام؛ والنظر في كيفية تأثير اختياراتهم على رفاههم الشخصي ورفاه الآخرين؛ وفهم حقوقهم وضمن حمايتها طوال حياتهم (UNESCO : 16).

# تعريف التربية الجنسية في الإسلام

تعَدُّ التربية الجنسية نوع من التربية التي تمد الفرد بالخبرات الصالحة، والاتجاهات الصحيحة إزاء المسائل الجنسية، بصورة ما يسمح به نموه الجسدي، والعقلي والانفعالي والاجتماعي؛ مما يؤهله لحسن التوافق في المواقف الجنسية، ومواجهة المشكلات التي يمكن أن يتعرض لها مواجهة واقعية تؤدي إلى الصحة النفسية من تعليم للناس وتوعيتهم، ومصارحتهم، وخاصة الأطفال الذين إذا شبَّ الواحد منهم كانت عنده المعرفة الكاملة عن القضايا الجنسية والغريزية؛ ليعرف ما يحلّ وما يحرم، وليفهم أمور الحياة، وليكون عنده السلوك الإسلامي المتميز، خلقاً له، وعادة، فلا يجري وراء شهوة، ولا يتخبّط في طريق الانحلال إنَّ المحور الأساس الذي تدور عليه التربية الجنسية هو إدراك المظاهر الأخلاقية الحميدة للسلوك الجنسي والعلاقات الصحيحة بين الجنسين، فيعرّف الفرد ما هو صحيح، وما هو خاطئ؛ فالإسلام هو السلوك السويّ الصحيح.

# توضيح السلوك الجنسي للطفّل

يجب توضيح السلوك الجنسي للأطفال

وليس تعليمهم ممارسة الجنس منذ الصغر

بل يجب أن يتعرف الطفل على جسده وأسماء أعضائه ووظيفة هذه الأعضاء

وكيفية المحافظة على الجسد و حرمة

(ليس كلّ إنسان قادر على لمس جسد الطفل أو وضع يده على أعضاء هذا الجسد أو ممارسة أي سلوك سيء كالتقبيل واحتضان الطفل)

و فهم السلوك الصحيح الذي يجب أن يمارس تجاه جسده. (المجلة الطّبيّة، 2022).

# أهداف التربية على الحياة العاطفية والجنسية

المساهمة في خلق مناخ اجتماعي متسامح، منفتح ومحترم تجاه الجنسية وأنماط الحياة المختلفة، والمواقف والقيم المتنوعة .

تعزيز احترام التنوع الجنسي والفروق بين الجنسين، وكذلك زيادة الوعي بالهوية الجنسية والأدوار المرتبطة اجتماعيًا بالنوع الاجتماعي .

تقوية مهارات الأفراد لاتخاذ قرارات مستنيرة ومسؤولة تجاه أنفسهم والآخرين .

امتلاك معرفة بجسم الإنسان، نموّه ووظائفه، بالإضافة إلى الوعي بالجسم واحترامه واحترام أجساد الآخرين والعناية بها .

تعزيز التطور النفسي الجنسي للأفراد من خلال تعلم التعبير عن المشاعر والاحتياجات، وعيش حياة جنسية ممتعة، وتطوير الهوية الجنسية الخاصة والأدوار المرتبطة بالنوع الاجتماعي .

توفير معلومات دقيقة حول الجوانب البدنية والمعرفية والاجتماعية والعاطفية والثقافية للجنس، بما في ذلك المعلومات عن وسائل منع الحمل، الوقاية من الأمراض المنقولة جنسيًا، فيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز، والعنف الجنسي .

تعزير اكتساب المهارات اللازمة للتعامل مع جميع جوانب الجنس والعلاقات .  
نشر المعلومات المتعلقة بالوصول إلى الخدمات الطبية والاستشارية، خاصة في حالة المشاكل أو الأسئلة المتعلقة بالجنس .  
تشجيع التفكير في مسائل الجنس والمعايير والقيم المختلفة في ضوء حقوق الإنسان لدعم تطوير عقل نقدي .  
دعم القدرة على بناء علاقات جنسية قائمة على الفهم والاحترام المتبادل للاحتياجات والحدود لكل طرف، والحفاظ على علاقات متساوية .  
تعزير القدرة على التواصل حول الجنس والمشاعر والعلاقات، وتمكين استخدام اللغة والكلمات المناسبة للتعبير.

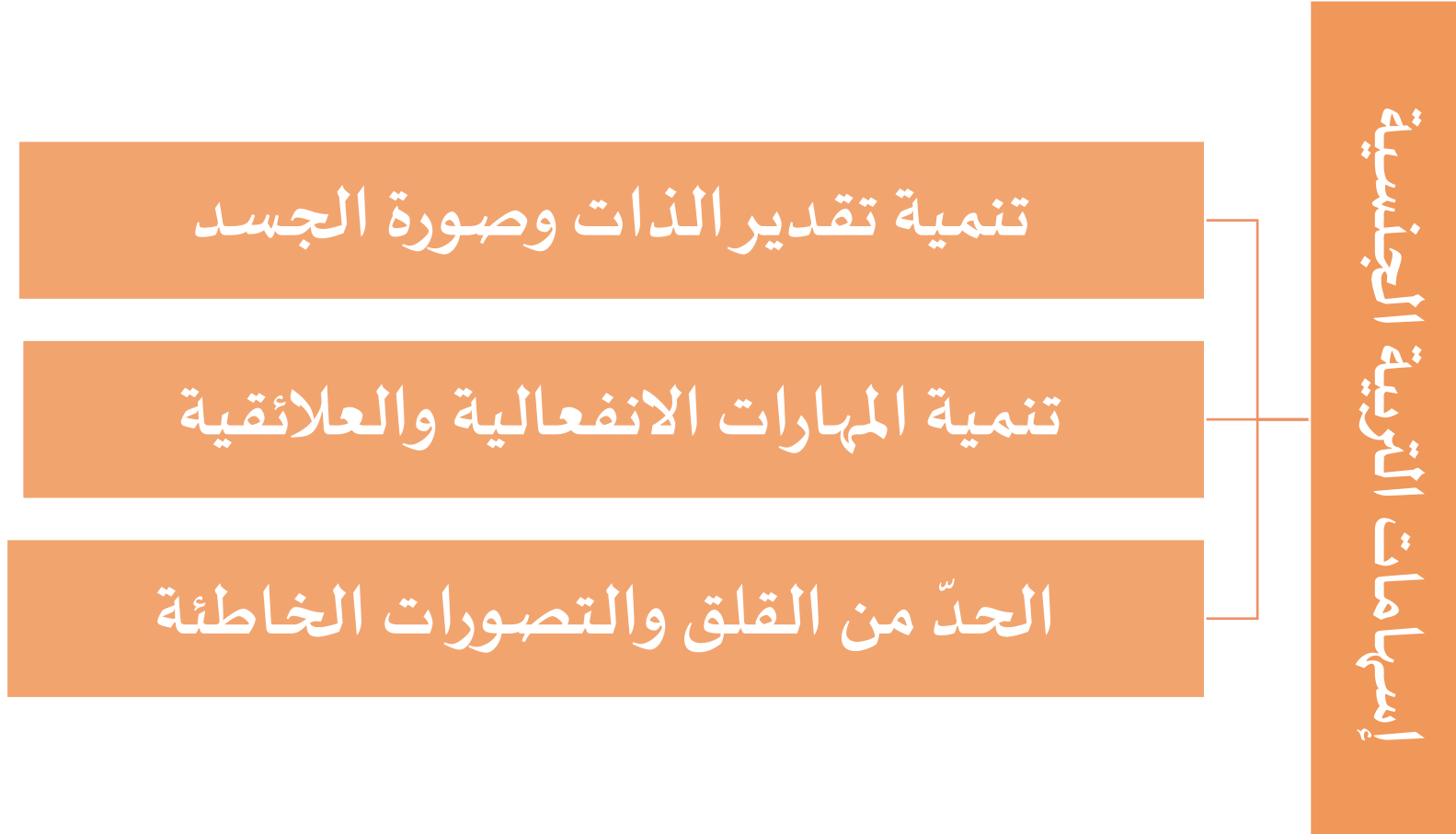
# المبادئ الأساسية لتقديم التربية على الحياة العاطفية والجنسية بجودة عالية

- يجب أن تكون التربية على الحياة العاطفية والجنسية:
  - متناسبة مع العمر ومستوى التطور والقدرات الفكرية للجمهور المستهدف .
  - مستمرة على مدى الزمن ضمن منطق مسار تربوي صحي متكامل .
  - واقعية ومتوافقة مع الواقع الاجتماعي والثقافي للجمهور .
  - ذات نهج متعدد التخصصات والقطاعات، مع إشراك فئات مختلفة من المتخصصين .
  - مبنية على المساواة بين الجنسين، وحق الأفراد في تقرير مصيرهم، وقبول التنوع .
  - داعمة لموارد ومهارات الأفراد وتمكينهم .

## المبادئ الأساسية (تابع)

- محترمة للخصوصية، وتُنشئ مناخًا من الثقة المتبادلة .
- مبنية على معلومات دقيقة ومدعومة بالأدلة العلمية .
- مصممة من أجل الجمهور وبمشاركته، مع تشجيع التفاعلات والمشاركة الفعالة .
- تشمل أقرباء الجمهور وتعمل على إشراكهم .
- مبنية على نهج مواطن يحترم كرامة الإنسان

# إسهامات التربية الجنسية في الصحة النفسية



# البيئة الداعمة لمربي التربية الجنسية

**السياسات والقوانين** المتعلقة بكيفية دمج التربية الجنسية ضمن بيئة التعلم، على سبيل المثال: هل أصبحت التربية الجنسية إلزامية بموجب القانون؟ وهل هي متأصلة بشكل ثابت في المنهج الدراسي؟

**الدعم من المجتمع ككل**، بما في ذلك الزملاء وأولياء الأمور، على سبيل المثال: هل تُقدّر التربية الجنسية في المجتمع؟ وهل يُنظر إليها كعنصر مهم يساهم في التنمية (الجنسية)، الصحة ورفاهية الأطفال والشباب؟

**خدمات الدعم الإقليمية** (مثل خدمات الصحة ومراكز الاستشارة) وبنية تحتية للشبكات، على سبيل المثال: هل هناك خبراء آخرون أو مؤسسات يمكن أن تشارك في التربية الجنسية؟

**دعم المؤسسة التعليمية**، بما في ذلك الإدارة والعاملون الرئيسيون، على سبيل المثال: هل تعطي المؤسسة أهمية لتقديم التربية الجنسية ذات الجودة العالية؟ وهل تدعم مربي التربية الجنسية عند مواجهتهم للتحديات؟

**البنية التحتية والمعدات والمواد التعليمية** المتوفرة داخل المؤسسة والتي تمكّن من تنفيذ التربية الجنسية والمشاريع، على سبيل المثال: هل يتوفر للمربي غرف صافية إضافية، ومواد تعليمية محددة، ومعدات متنوعة ومناسبة؟