

Tính Dục

Tại sao nói về tính dục với con tôi

Giáo dục về tính dục là điều quan trọng cho người tự kỷ vì nhiều lý do.

Do việc kỹ năng liên lạc tỏ ý bị lộn xộn, giới hạn hoặc không biết nói, và thường khi kỹ năng đọc chữ bị lộn xộn, giới hạn hoặc không biết đọc, thông tin chính xác về tính dục không có sẵn cho người tự kỷ. Họ có thông tin thường là do sự quan sát, việc thử nghiệm của người khác và từ nguồn không chính xác và bẽ cong như là truyền thông.

Thái độ và giá trị của cộng đồng cũng ảnh hưởng đến thông tin cung cấp cho người có chứng tự kỷ. Cha mẹ/người chăm sóc và thầy cô có thể ngần ngại khi nhìn nhận vấn đề tính dục và không thấy thoải mái để nói về chuyện ấy. Thường khi tính dục không được xem như là kỹ năng trong đời sống và hệ quả là bị cho ưu tiên thấp đối với người có nhiều chuyện khác phải học.

Do kỹ năng giao tiếp kém, người tự kỷ nói chung có ít bạn hay không có. Điều này giới hạn số người có sẵn để họ có thể tiếp xúc hoặc có được thông tin về những vấn đề tính dục. Nếu nhớ lại cách mình phát triển sự hiểu biết về tính dục và tình thân, ta sẽ thấy nhiều phần của chuyện là do thảo luận với bạn bè cùng trang lứa.

Khó khăn mà người tự kỷ gặp phải khi phát triển kỹ năng giao tiếp có thể khiến họ biểu lộ hành vi bị xem là 'không thích hợp'. Chính người có kỹ năng giao tiếp phát triển cao độ còn thấy khó mà xử sự khéo léo đối với sự phức tạp và tế nhị về hành vi tính dục cùng tình thân, nên đối với người tự kỷ chuyện càng khó khăn và hoang mang hơn.

Việc liên lạc tỏ ý được diễn giải theo nghĩa đen có thể làm người tự kỷ thấy khó mà nhận thức tình trạng một cách thực tế. Chuyện tính dục và các mối liên hệ có những ẩn ý, tiếng lóng và nói nghĩa đôi; cũng như cách mà tình thân được giới truyền thông mô tả thường khi không thực tế.

Tất cả mọi người, bất kể khả năng hay khuyết tật của họ, đều là người có phái tính. Nhiều người tự kỷ sẽ có sinh hoạt tính dục bất kể họ hiểu hay không hệ quả của chuyện. Như vậy điều quan trọng là họ có thông tin mà họ cần để có chọn lựa an toàn và sáng suốt. Cái thực tế không may trong đời là người yếu ớt bị lạm dụng và khai thác. Người tự kỷ có thể bị rủi ro nhiều hơn do họ gặp khó khăn về kỹ năng liên lạc tỏ ý và xã giao.

Khi nào thì tôi nên bắt đầu nói chuyện với con ?

Có đề nghị là thảo luận về tính dục nên xếp đặt cho hợp với điều gì được thảo luận ở trường. Làm vậy cho phép thông tin giống nhau được trung ra và nhấn mạnh trong một số khung cảnh. Hãy nói chuyện với thầy cô của con để xem họ có dự tính dạy về tính dục ở trường, nếu có thì nó sẽ giúp bạn đặt ngày giờ cho mình.

Cha mẹ thường lo lắng về việc nên cho con biết bao nhiêu thông tin. Trẻ con sẽ đón nhận

lượng thông tin mà các em cần và gạt bỏ phần còn lại, và việc không cho đủ thông tin sinh ra nhiều nguy hiểm hơn. Tuy cha mẹ có thể lo ngại rằng bàn về tính dục là khuyến khích con có hoạt động tình dục sớm, nhưng nghiên cứu thấy chuyện ngược lại là điều dễ xảy ra hơn, và người trẻ sẽ hoãn việc thí nghiệm về tình dục nếu họ có thông tin chính xác.

Vài điểm lưu tâm.

Ai tham dự vào chuyện ?

Đây là cuộc thảo luận giữa bạn và con, hay còn có những trẻ khác (anh chị em hoặc người khác) dự vào cuộc thảo luận ?

Trẻ đã biết và tin gì rồi ?

Hãy bắt đầu từ điểm là xác định xem con đã biết và tin gì rồi. Nó cho bạn cái mốc để khởi sự xây lên từ đó và cơ hội để sửa lại những điều tin tưởng sai lầm.

Trẻ muốn biết gì ?

Khi xác định là con bạn muốn gì, bạn có thể tính để cho con những hiểu biết chi. Với một số cha mẹ, điều này có thể làm giảm bớt sự lo lắng họ cảm thấy về việc trò chuyện với con, vì trẻ có thể không thích loại thông tin khó mà thảo luận như tình dục. Tuy nhiên, bạn cần chuẩn bị cho chuyện ngược lại có thể xảy ra.

Giờ giấc

Lớp về giáo dục tính dục như là môn học ở trường có thể không cho con bạn đủ giờ để xếp đặt và nắm vững ý niệm thảo luận trong lớp. Bạn có thể cần tiếp tục tăng cường hiểu biết này ở nhà, hoặc thảo luận với trường cách kéo dài thời gian học, hoặc trở lại nội dung để bảo đảm là con hiểu bài.

Môi trường

Điều quan trọng là xem xét môi trường mà bạn chọn để thảo luận về tính dục. Nó nên giống với những điều mà bạn dạy về chuyện ở nơi công cộng và nơi riêng tư. Thí dụ đừng nói về tính dục khi đi chợ, mà chuyển hướng câu chuyện cho tới khi về nhà và có sự kín đáo ở nhà.

Tôi muốn con đạt được chuyện chi

Hãy nghĩ tới mục đích bạn muốn đạt ra cho con. Nếu có hiểu biết rõ ràng về điều muốn con thành đạt, bạn sẽ có thể bảo đảm nhiều phần là con nhận được thông tin mà em cần.

Dùng trợ cụ thực tế bằng hình càng nhiều càng tốt

Khó khăn mà người tự kỷ gặp phải về việc tổng quát hóa thông tin và việc hiểu theo nghĩa đen, muốn nói là chúng ta phải cẩn thận về cách trình bày thông tin. Chuyện hay được kể tuy không

biết có thật hay không, là có bạn trẻ tập dùng bao cao su bọc trái chuối trong giờ học về tính dục. Tiếp đó anh đi tới nhà cô bạn gái để có 'tình dục an toàn', mang theo trong người trái chuối với bao cao su bọc trái chuối đúng cách.

Hãy có nhiều vật mẫu giống thực và có sẵn băng video để hỗ trợ việc dạy về tính dục. Thường những món này có sẵn tại văn phòng Kế Hoạch Hóa Gia Đình (Family Planning Association) của bạn. Nếu con bạn thích vào internet hoặc cần thông tin chính xác có tính khoa học, trang web sau đây có thể cho cách học tương tác và chi tiết rõ ràng mà vài người có chứng tự kỷ cần:

www.bb.co.uk/science/humanbody/body/index.shtml?lifecycle

Làm cho thông tin có ý nghĩa

Thông tin cần phải làm cho có ý nghĩa đối với cá nhân. Nó cũng cần có lời giải đáp về tại sao nó lại quan trọng. Thí dụ dạy thiếu niên về vệ sinh có thể không thành công trừ phi em hiểu tại sao chuyện quan trọng là phải tắm rửa và dùng thuốc khử mùi hôi mỗi ngày.

Chia thông tin hay lời giải thích phức tạp thành các phần nhỏ.

Thông tin trung ra cần được chia theo ngôn ngữ và hình thức mà cá nhân có thể diễn giải được. Đừng cho rằng vì một ai có thể nhắc lại chuyện gì đã nói là họ hiểu bài.

Tăng cường luật và qui củ về tính dục (thí dụ chỗ công cộng và chỗ riêng tư)

Có một số lớn các luật quan trọng về tính dục, chúng gồm có những khái niệm về tư và công, vấn đề ưng thuận và lạm dụng. Người tự kỷ cần được cho thông tin về tính dục trong vòng giới hạn của những luật này.

Các đề tài về tính dục.

Có một số lớn các đề tài cần được trình bày về chuyện 'tính dục', và cần gồm nhiều mục trong bảng dưới đây.

- các phần của cơ thể và vai trò về mặt tính dục
- phân biệt giữa công và tư (các phần của cơ thể, nơi chốn và hành vi)
- thái độ tích cực về sự thủ dâm
- tuổi dậy thì
- làm gì khi có kinh nguyệt
- biểu lộ cảm xúc thích hợp
- các mối liên hệ
- lòng tự tin
- tự bảo vệ
- kỹ năng mạnh dạn tỏ ý
- có hoạt động tình dục an toàn và khám sức khỏe tình dục
- các vấn đề về lạm dụng tình dục
- hành vi thích hợp về tính dục

- các luật, như sự ung thuận, tuổi theo đúng luật

Chuyện làm ở nhà

Dùng hỗ trợ bằng hình.

- Nhiều sách hiện có không chuyên về chứng tự kỷ nhưng nhắm vào người có khuyết tật học khó. Đa số dùng ngôn ngữ và hình giản dị để giải thích nhiều khái niệm và có thể kèm từ hình vẽ mô phỏng đến hình chụp rõ ràng. Thường văn phòng Family Planning Association trong vùng có sẵn sách để cho mượn.

- Nói chuyện với bác sĩ gia đình có thể giúp ích cho bạn, nhất là nếu cá nhân cần hiểu chi tiết đúng đắn, rõ ràng.

- Hãy lấy hẹn với bác sĩ gia đình để có khám tổng quát và thảo luận về sức khỏe tình dục và chuyện ngừa thai nếu cần. Giúp con cảm thấy thoải mái khi thảo luận về sức khỏe tình dục với bác sĩ.

- Hãy ý thức là thanh niên có thể sinh ra mong ước không thực tế về tình dục và hình ảnh cơ thể của họ, do hình ảnh mà truyền thông đưa ra và hình khiêu dâm. Thí dụ nếu người ta đọc sách báo khiêu dâm thì không chừng nghĩ là họ có thể có hoạt động tình dục với nhiều người cùng một lúc, chuyện sẽ xảy ra lạ lùng và không cần có sự ung thuận. Điều quan trọng là tập để có sự hiểu biết về mong ước của thanh niên, để bạn có thể chỉnh lại các mong ước đó nếu cần.

- Ngôn ngữ trong sách báo có thể làm các vấn đề về tính dục hóa ra rối trí cho thiếu niên tự kỷ. Có nhiều tiếng lóng và ngôn từ không chính xác quanh chuyện tình dục. Điều gì có thể là lời khen ngợi trong chuyện này lại có thể là lời xúc phạm nặng nề trong trường hợp khác. Nó làm cho trọn câu chuyện có đầy trúc trắc cho người tự kỷ.

- Hãy phân biệt giữa chữ y học/sách vở và chữ mà thiếu niên có thể nghe ngoài đường hay ở sân chơi. Các em cần hiểu cách dùng chữ đúng đắn. Chữ gì có vẻ ngộ nghĩnh và thích hợp trong khung cảnh này lại khác xa như vậy trong khung cảnh khác. Sự lẫn lộn này về từ ngữ có thể làm người tự kỷ gặp rắc rối.

- Nói chuyện với thiếu niên về sự thay đổi và vai trò của cơ thể mà em có thể thấy trong tuổi dậy thì. Nếu cảm thấy dương vật căng cứng, xuất tinh trong lúc ngủ hay có kinh nguyệt mà không có hiểu biết thì thiếu niên có thể bị hoang mang và hoảng sợ.

- Có thể làm sẵn khăn giấy hoặc khăn lông nhỏ thấm nước ấm cho thiếu niên để em dùng lau người cho sạch nếu cần. Làm vậy giúp cho vệ sinh cá nhân và tránh sự mắc cỡ.

- Cho con trai, đặt ra cách để em cho biết là có xuất tinh trong lúc ngủ và cần thay khăn trải giường có thể là chuyện hữu ích, nó lại cũng giúp để tránh việc khó xử ngưng ngưng.

- Hãy dạy cho con biết rõ là em có thể nói chuyện về các vấn đề tình dục với ai ở nhà và ở trường. Dạy cho rõ về môi trường nào thích hợp như chỗ riêng tư và chỗ công cộng cũng là chuyện quan trọng.

- Dùng hình để xác định rõ nơi chốn riêng tư. Bạn có thể muốn dùng hình để xác định phòng riêng trong nhà, hoặc nhắc nhở người khác là gõ cửa và chờ có trả lời trước khi vào phòng.

- Hãy ý thức về tài liệu gì mà thiếu niên có được trên internet. Phim ảnh khiêu dâm có sẵn tràn lan và thường ẩn trong những trang web ít ai ngờ tới. Thí dụ khi tìm nhạc ở những trang giải trí cho trẻ con thì kết quả lại là phim ảnh khiêu dâm được lấy xuống từ những trang web khác. Nếu

gặp vấn đề này thì hãy gắn dụng cụ lọc trang web.

- Bảo đảm là có thông lệ đặt ra về chuyện vệ sinh cá nhân, và cho lý do về chuyện ấy.
- Phân tích hành vi 'không thích hợp' để xác định vai trò của nó. Vài hành vi có vẻ như chú trọng vào tình dục lại có động cơ hoàn toàn khác hẳn. Thí dụ trẻ có thể thích sờ chân phụ nữ, đây có thể xem là hành vi tình dục nhưng khi coi kỹ thì lý do của hành vi có thể là cảm giác em có được khi sờ vớ mỏng.

Tôi có thể có thêm thông tin ở đâu ?

- SHINE SA
- Family Planning Queensland (Kế Hoạch Hóa Gia Đình Queensland)
- Family Planning NSW (Kế Hoạch Hóa Gia Đình NSW)
- Sexual Health and Family Planning ACT
- Family Planning Tasmania (Kế Hoạch Hóa Gia Đình Tasmania)
- Family Planning Victoria (Kế Hoạch Hóa Gia Đình Victoria)
- FPWA Sexual Health Services
- Family Planning Welfare Association of NT
- Bác sĩ gia đình trong vùng
- Trường học.

Những trang web hữu ích

Xin lưu ý: Những trang web ghi dưới đây là trang web hợp lệ. Chúng tôi không chịu trách nhiệm về thông tin có được khi theo những nối kết đi từ các trang này hay đến chúng.

<http://www.shfpact.org.au/>

<http://www.fpahealth.org.au/>

<http://www.fpp.com.au/publications.php>

<http://www.shinesa.org.au/>

<http://www.fpwa.org.au/>

<http://www.fpt.asn.au/>

<http://www.fpwnt.com.au/>

<http://www.fpv.org.au/>

<http://www.autism.org.uk/nas/jsp/polopoly.jsp?d=1064&a=6001>

<http://www.users.cs.york.ac.uk/~alistair/survival/index/html>

<http://www.bookinhand.com.au/>

Sách hũu ích:

Henault, I. (2006). *Asperger's Syndrome and Sexuality: From adolescence through adulthood*. London: Jessica Kingsley Publishers

Henault, I. (2003). *The Sexuality of Adolescents with Asperger Syndrome* in ed. Holliday Willey, L. *Asperger syndrome in adolescence: living with the ups, the downs and things in between*.

London: Jessica Kingsley Publishers.

Howlin, P. (2004). *Sexual Relationships and Marriage in Autism and Asperger Syndrome: Preparing for Adulthood* (p. 313-333) London: Routledge.

Jackson, L. (2002). *Freaks, Geeks and Asperger Syndrome*.

London: Jessica Kingsley Publishers



Australian Government
**Department of Education, Employment
and Workplace Relations**

peac
Partnerships between
Education and the
Autism Community

Autism Spectrum Australia (Aspect)
Autism SA
Autism Queensland
Flinders University SA
www.positivepartnerships.com.au