



Maahanmuuttovirasto  
Migrationsverket  
Finnish Immigration Service

دوره آموزشی جامعه فنلاندی



بهداشت جنسی و جنسیت



## حقوق جنسی

حقوق جنسی بخش مهمی از حق اختیار و تعیین سرنوشت هستند و همه این حقوق را دارند. منظور از حقوق جنسی این است که شما حق دارید در مورد مسائلی که مربوط به جنسیت خودتان می‌شود، تصمیم بگیرید. سازمان جهانی بهداشت جنسی (WAS) اعلامیه حقوق جنسی صادر کرده که بر اساس آن همه افراد از جمله حقوق زیر را دارند:

- حق آزادی جنسی
- حق اختیار و تصمیم‌گیری جنسی، حریم شخصی جنسی و امنیت فیزیکی جنسی
- حق برابری جنسی و
- حق تعلیم و تربیت جنسی.

## حق اختیار و تعیین سرنوشت

در فنلاند همه حق اختیار و تعیین سرنوشت دارند. این به معنی حق آزادی شخصی، حریم خصوصی و امنیت است و شامل جنسیت و حریم خصوصی و حق اختیار و تعیین سرنوشت مربوط به آن هم می‌شود. همه در فنلاند حق دارند در مورد جنسیت و بدن خود در طی پیوند زناشویی و روابط معاشرتی نیز تصمیم‌گیری کنند.



## جرایم جنسی

خشونت جنسی دربرگیرنده همه اعمالی می‌شود که برخلاف میل خود شخص انجام می‌گیرد. قانون فنلاند انجام عمل جنسی با افراد کمتر از 16 سال را ممنوع کرده و این کار جرم محسوب می‌شود.

## جرایم جنسی که بر روی کودک انجام می‌شوند

سن رضایت رابطه جنسی در فنلاند 16 سال است. شخص بزرگسال یا شخص جوان دیگری که سنش خیلی از شخصی که زیر 16 سال سن دارد، بالاتر است، حق ندارد با شخصی که زیر 16 سال سن دارد رابطه جنسی داشته باشد. حتی اگر کودک خودش تمایل به این عمل داشته باشد هم این عمل قابل مجازات است. مسئولیت همیشه با بزرگسال است.

منظور از سوء استفاده جنسی این است که با استفاده از موقعیت خود و وابستگی یا ناتوانی دفاعی کودک/جوان، او را برای انجام عمل جنسی وسوسه کرد یا به آن مجبور نمود. این عمل ممکن است فعالیت جنسی دیگری غیر از آمیزش جنسی را هم دربر گیرد. مثلاً سوء استفاده جنسی، اذیت و آزار جنسی، لمس کردن، درخواست برهنه شدن، عکس گرفتن و وسوسه کردن در اینترنت و رسانه‌های اجتماعی اعمال قابل محکومیت هستند. سوء استفاده از کودک که در اینترنت و رسانه‌های اجتماعی آغاز می‌شود و/یا انجام می‌گیرد، به نام Grooming خوانده می‌شود.

### بدون اجازه نباید:

- به قسمت‌های شخصی فرد دیگر یا کلاً هیچ جای بدن او دست زد،
- با لقب‌های جنسی کسی را مورد خطاب قرار داد،
- با حرف، اشاره یا استفاده از مطلبی مسائلی را که اشاره به امور جنسی دارند به کسی پیشنهاد کرد،
- مزاحم شد، با لقب خطاب کرد، پنهانی نگاه کرد،
- مطلبی که حریم شخصی را نقض می‌کند در رسانه‌های اجتماعی گذاشت.

## بهداشت جنسی

### بهداشت جنسی به عنوان یک مفهوم

بهداشت جنسی بخشی از بهداشت انسان است. معنی آن توانایی لذت بردن از جنسیت خود و اجرائی کردن آن بدون ترس از مثلاً خطر بیماری‌های مقاربتی، بارداری ناخواسته، تبعیض، خشونت، برفتاری یا فشار است. بهداشت جنسی بخشی از روابط بین انسان‌هاست و سلامت جنسی بخش مهمی از سلامت عمومی انسان است.

بهداشت جنسی دربرگیرنده امکان تک تک افراد برای تصمیم‌گیری در مورد تولید مثل و پیشگیری خودشان است. بهداشت جنسی به معنی آزادی تصمیم‌گیری در مورد اینکه چگونه می‌توان جنسیت خود را تعیین نمود و اجرائی کرد نیز می‌باشد. درک جنسیت خود، امنیت و احساس مورد قبول بودن هر شخص به عنوان خودش، سلامت جنسی او را افزایش می‌دهد.

### متداول‌ترین بیماری‌های جنسی و پیشگیری از آنها

بیماری‌های جنسی بیماری‌هایی هستند که توسط باکتری‌ها و ویروس‌ها بوجود می‌آیند و در آمیزش جنسی بدون محافظت، منتقل می‌شوند. آنها در امور و تعامل روزمره از قبیل امکان عمومی، دستشویی‌ها و سونا منتقل نمی‌شوند. کاندوم تنها وسیله پیشگیری است که در صورت استفاده صحیح، از بیماری‌های جنسی محافظت می‌کند. همه باید اطلاعات و مهارت‌های کافی از پیشگیری بیماری‌های جنسی را داشته باشند.

بیماری‌های جنسی از جمله اینها هستند:

- کلامیدیا
- HPV و زگیل‌های تناسلی
- تبخال
- سوزاک
- هپاتیت ب و سی
- سفلیس
- اچ‌آی‌وی و
- شپش‌های عانه.

بیماری‌های جنسی همیشه در ظاهر دیده نمی‌شوند و ممکن است علائمی هم از خود نشان ندهند. اگر شک دارید که به بیماری جنسی مبتلا شده‌اید، بلافاصله پس از این که شک کردید بیائید در مورد موضوع صحبت کنید و از پرستار مرکز پذیرش پناهجویان درخواست ارجاع برای آزمایش کنید.

درمان بیماری‌های جنسی مهم است، چون که بیماری‌های جنسی که درمان نمی‌شوند خطرناک هستند و به گسترش خود ادامه می‌دهند. مهم است که شریک‌های جنسی شما را هم همزمان درمان کرد و در مورد انتقال بیماری به همه شریک‌های جنسی اطلاع داد. بدین ترتیب زنجیره احتمالی انتقال بیماری قطع می‌شود.

**خود و شریک جنسی خود را از بیماری‌های جنسی محافظت کنید!** کاندوم و محافظ آمیزش دهانی بهترین روش‌ها برای محافظت هستند. در فنلاند می‌توان کاندوم و محافظ آمیزش دهانی را از داروخانه‌ها، فروشگاه‌ها و باجه‌های فروش خریداری نمود.

## روش‌های پیشگیری

با استفاده از روش‌های پیشگیری که عبارتند از مثلاً کاندوم، قرص‌های ضد بارداری، آی‌یودی، حلقه‌های واژن و ایمپلنت‌ها، می‌توان از بارداری‌های ناخواسته جلوگیری نمود. با پرستار خود در مورد روش مناسب برای خود صحبت کنید. در صورتی که پیشگیری عمل نکرده و موفق نبوده، می‌توان تلاش کرد که با استفاده از قرص‌هایی که پس از آن مصرف می‌شوند، از بارداری‌های ناخواسته جلوگیری نمود. کارآیی این قرص‌ها در بهترین حالت 12 ساعت پس از آمیزش جنسی است. با این حال این قرص‌ها روش پیشگیری محسوب نمی‌شوند.

## متوقف کردن بارداری، یعنی سقط جنین

سقط جنین در فنلاند پیش از هفته ۲۰ بارداری قانونی و مجاز است. متوقف کردن بارداری روش پیشگیری محسوب نمی‌شود. در صورت نیاز با پرستار خود در مورد موضوع صحبت کنید.

## ختنه

### ختنه غیر پزشکی پسران

منظور از ختنه غیر پزشکی اقدامی است که بر مبنای دلایل مذهبی یا فرهنگی انجام می‌شود که در آن پیش پوست آلت تناسلی پسر بریده می‌شود. در فنلاند ختنه غیر پزشکی پسرهای زیر سن قانونی در قانون ممنوع نشده است، ولی نظر بر این است که این کار حريم شخصی و حق اختیار و تعیین سرنوشت کودک را نقض می‌کند. در این موضوع باید به خواست کودک گوش کرد و این اقدام نباید برای کودک درد داشته باشد. فقط پزشکی که به طور قانونی مجاز به انجام کار پزشکی است حق انجام ختنه را دارد. برای انجام این اقدام، رضایت هر دو والد ضروری است. والدین باید هزینه این اقدام را خودشان پرداخت کنند.

## ختنه (FGM) - دختران

ختنه دختران جرم است. منظور از ختنه دختران و زنان تمام اقداماتی است که به دلایل فرهنگی یا غیر درمانی انجام می‌شوند و طی آن آلت‌های جنسی زنان بخشاً یا کامل بریده می‌شود و یا به شیوه دیگری به آن آسیب وارد می‌شود.

ختنه موجب صدمه‌های پزشکی از جمله درد شدید، خونریزی، عفونت، درد آمیزشی، مشکلات پس از ماندن جای زخم، مشکلات ادرار، درد قاعدگی و مشکلات روانی از قبیل ترس، استرس، بیخوابی و کابوس می‌شود. ختنه می‌تواند در زمان بارداری و هنگام زایمان نیز موجب بروز مشکلاتی گردد. ختنه دختران خشونت جنسی است. این کار در فنلاند بر اساس قانون کیفری عملی قابل مجازات است. وظیفه مسئولین حفاظت از دخترها به گونه‌ای است که ختنه انجام نشود. مواردی که تهدید ختنه وجود دارد را باید به پلیس و حفاظت از کودکان اطلاع داد. بردن دختری که در فنلاند زندگی می‌کند به خارج کشور برای انجام ختنه ممنوع است. علاوه بر این، بابت ختنه‌ای که قبلاً انجام شده نیز می‌توان انجام دهنده آن را موظف به پاسخگویی کرد.

دختر یا زنی که ختنه شده است می‌تواند از پرستار مرکز پذیرش پناهجویان کمک، حمایت، اطلاعات و مشاوره دریافت کند و در صورت لزوم به نزد پزشک فرستاده شود.

## تعلیم و تربیت جنسی

تعلیم و تربیت جنسی بخشی از حقوق جنسی هر انسان است و هدف آن کمک به و حفاظت از رشد جنسی انسان می‌باشد. در فنلاند تعلیم و تربیت جنسی از طرف جامعه در مدرسه به عنوان بخشی از علوم بهداشتی به کودکان و جوانان ارائه می‌شود. در فنلاند به جنسیت به عنوان یک موضوع مثبت نگاه می‌شود که در آن ارزش دادن و احترام به شخص دیگر از اهمیت بسزایی برخوردار است.

### جنسیت

جنسیت یکی از ویژگی‌های انسان است و بخش مهمی از انسان در تمام مراحل زندگی است. بدن، رفتار، افکار و احساسات انسان بخشی از جنسیت او هستند. هر شخصی از نظر جنسی متفاوت و متنوع است.

روابط با انسان‌های دیگر و این که در کنار دیگران چگونه هستید – مثلاً این که در رابطه با زوج یا دوستان چگونه عمل می‌کنید هم بخشی از جنسیت می‌باشند. عمل جنسیتی، یعنی سکس بخشی از رفتار جنسیتی است. اتفاقات و تجربیات گوناگون زندگی ممکن است در جنسیت تغییراتی بوجود آورند.

### گرایش جنسی

گرایش جنسی خصوصیتی است که بازگو کننده این است که انسان به چه کسی علاقه‌مند می‌شود، عاشق می‌شود و احساس گرایش می‌کند. تقریباً 90 درصد از انسان‌ها دگرجنس‌گرا هستند که در این صورت شخص به فردی که نماینده جنسیتی متفاوت از جنسیتی است که خود به آن تعلق دارد، احساس گرایش می‌کند. تقریباً 10 درصد از انسان‌ها همجنس‌گرا هستند (همجنس‌گرایی مردانه، همجنس‌گرایی زنانه،

دوجنس‌گرایی) که در این صورت شخص به فردی که نماینده جنسیت خود اوست یا به فردی که هم نماینده جنسیت متفاوت است و هم نماینده جنسیت خود اوست، احساس گرایش می‌کند.

قانون فنلاند تفاوت‌های جنسیتی را برای همه مجاز می‌داند و بدین ترتیب روابط همجنس‌گرایانه نیز مجاز هستند. در فنلاند همه حق دارند که گرایش جنسی خود را نشان دهند یا این که آن را مسئله‌ای شخصی تلقی کنند.

### حقوق جنسی کودکان

جنسیت بلافاصله پس از تولد بخشی از انسان و بخشی از رشد طبیعی کودک است. کودک در امور جنسی به راهنمایی، کمک و اطلاعات نیاز دارد. والدین در این موضوع در جایگاه مهمی قرار دارند. در فنلاند کودکانی که در سن مدرسه هستند در ساعات درسی علوم بهداشتی مدرسه نیز اطلاعات دریافت می‌کنند.





## سن بلوغ مرحله‌ای بسیار مهم در زندگی انسان است. این مرحله شامل تغییرات زیادی در ذهن و بدن انسان است

در سن بلوغ، مرد شدن پسر و زن شدن دختر آغاز می‌شود. تغییرات در پسران عبارتند از مثلاً:

- رشد بیضه‌ها و آلت تناسلی
- تغییر صدا
- رشد سریع
- آکنه یا جوش غرور جوانی
- خروج آب منی در شب
- تغییرات روحی و روانی.

تغییرات در دختران عبارتند از مثلاً:

- شروع قاعدگی
- رشد سینه‌ها
- رشد سریع
- آکنه یا جوش غرور جوانی
- تغییرات روحی و روانی.

سن بلوغ ممکن است چندین سال طول بکشد و سرعت رشد از شخص به شخص دیگر بسیار متفاوت است. سن بلوغ معمولاً در سنین 8-14 سال آغاز می‌شود و 3-5 سال طول می‌کشد. تغییرات فیزیکی در جوانان قابل مشاهده می‌شوند، رشد روحی و روانی بیشتر طول می‌کشد.

هویت کودک در طول مرحله رشد تشکیل می‌شود و شکل خاص خود را می‌یابد و باید به آن احترام گذاشت. همه حق دارند خودشان باشند. در سن بلوغ رشد و تکامل قابل توجه‌ای به سمت بزرگسالی شروع می‌شود. کودک و جوان به کمک، راهنمایی و درک زیادی از بزرگسال نیاز دارد تا بتواند رشد و تکامل امنی داشته باشد. بزرگسالان و والدین باید اطلاعات کافی در مورد اتفاقات مربوط به رشد و تکامل دوران بلوغ داشته باشند تا بتوانند کمک مورد نیاز را ارائه کنند.

## اطلاعات، راهنمایی، مشاوره و کمک

همه حق دارند که برای مشکلات و شرایط دشوار از اطلاعات بیشتر، کمک و حمایت برخوردار شوند. مهم است که با شجاعت سر وقت درخواست کمک کنید! این نیز مهم است که به کودکان و جوانان مشاوره و راهنمایی ارائه داد و آنها را کمک کرد تا بتوانند از حمایت کافی برخوردار باشند و در مسائل بهداشت جنسی اطلاعات صحیح را داشته باشند. می‌توانید در این مسائل به پرستار مرکز پذیرش پناهجویان مراجعه کنید! با شجاعت برای گفتگو وقت بگیرید!



**Maahanmuuttovirasto**  
**Migrationsverket**  
**Finnish Immigration Service**