

พัฒนาการทางเพศ



กองวางแผนครอบครัวและประชากร

กรมอนามัย



เพ็ชฌ์ศึกษา

"เรื่องเพศ" เป็นเรื่องธรรมชาติที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ทุกคน ดังนั้น มนุษย์จึงมีสิทธิที่จะรับรู้ เข้าใจ และเป็นสุขกับเพศตนเอง ภายใต้จริยธรรมของสังคม และสิทธิของบุคคลอื่น

ความสนใจเรื่องเพศ ก็เป็นธรรมชาติของมนุษย์อายุตั้งแต่ 3 ปีขึ้นไปทุกคน ซึ่งจะเห็นได้จากการที่เด็กเล็ก ๆ เริ่มถามเรื่องเพศ และเมื่อโตขึ้นเด็กจะพยายามหาความรู้เพิ่มขึ้นจากสิ่งต่าง ๆ รอบตัว หลายคนเรียนรู้จากสื่อที่ไม่เหมาะสม เช่น การ์ตูน หนังสือปลุกใจ นวนิยายทางเพศ โทรทัศน์หรือภาพยนตร์ ฯลฯ สื่อส่วนใหญ่ เหล่านี้มักสร้างขึ้นมากเพื่อกระตุ้นความรู้สึกทางเพศและสร้างอารมณ์เพศ มากกว่าจะให้ความรู้ทางเพศอย่างถูกต้อง และบางครั้งอาจทำให้เรียนรู้ผิด ๆ เช่น ความวิปริตทางเพศต่าง ๆ



ปัจจุบันนักจิตวิทยาพัฒนาการยอมรับกันทั่วไปว่า การเรียนรู้เรื่องเพศตามหลักวิชาการ จากพ่อแม่หรือครูเป็นสิ่งที่เหมาะสม เพื่อให้เด็กในวัยต่าง ๆ มีความรู้ เข้าใจ และมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อเรื่องเพศ จะได้ปฏิบัติตัวได้เหมาะสมตามพัฒนาการทางเพศ และป้องกันปัญหาทางเพศที่อาจเกิดขึ้น

- **พัฒนาการทางเพศ**

- อายุ 1-2 ปี**

- เรียนรู้ที่จะรู้จักความรัก ความผูกพันและสร้างความไว้วางใจแม่ ผ่านพฤติกรรมของแม่ (การมอง พูต คอย อุ้ม สัมผัส สีหน้า ท่าทาง แหวตา) ที่คอยตอบสนองอย่างพอเหมาะต่อความต้องการพื้นฐานของเด็ก เริ่มเรียนรู้ที่จะดูว่าใครรักหรือไม่รัก จะไว้วางใจหรือไม่ได้

- **หน้าที่ของพ่อแม่**

- เลี้ยงลูกด้วยความรัก ความอบอุ่น สัมผัสโอบอุ้มตอบสนองความต้องการของลูกอย่างสม่ำเสมอ



- **อายุ 3-5 ปี**

รู้จักเพศตัวเองชัดเจน ว่าตนเป็นเพศใด เริ่มมีความสนใจเรื่องเพศอย่างเปิดเผยตามธรรมชาติ เริ่มมีคำถามเรื่องเพศ เช่น “หนูมาจากไหน” “ทำไมน้องไม่มีจู้” ฯลฯ มีความอยากรู้อยากเห็น อยากลอง เด็กผู้ชายหลายคนสำรวจตัวเองและมีพฤติกรรมเล่นอวัยวะเพศ

- **หน้าที่ของพ่อแม่**

- ตอบคำถามอย่างตรงไปตรงมา และใช้ภาษาง่าย ๆ สั้น ๆ
- เป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องบทบาททางเพศและเลี้ยงลูกให้

ถูกต้อง

- **อายุ 6-10 ปี**

เมื่อผ่านวัยที่แล้วมา เด็กจะมีความรู้สึกว่าเป็นเพศใด และเริ่มมีบทบาทที่เหมาะสมกับเพศของตน และรู้จักพัฒนาตนเองให้เข้ากับเพื่อนเพศเดียวกัน (โดยสามารถสนใจกิจกรรม รวมทั้งมีความคิดฝันทางเพศร่วมกับเพื่อนได้) เด็กจะมีการเล่นสมมุติเป็นพ่อแม่หรือสามีภรรยาในหมู่เพื่อน มีการใช้คำหยาบเพิ่มมากขึ้น ความรู้เรื่องเพศได้จากหนังสือ ภาพยนตร์ โทรทัศน์ ฯลฯ ในลักษณะคล้ายกับการต่อภาพจิ๊กซอ คือ เด็กจะค้นพบความเป็นจริงทีละเล็กทีละน้อย

- **หน้าที่ของพ่อแม่**

สอนให้เด็กเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างเพศและทำตัวให้เหมาะสมกับเพศของตน



● วัยรุ่น

มีการเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมนอย่างมาก เด็กผู้หญิงจะเริ่มมีหน้าอกก่อน จึงจะมีประจำเดือน เด็กผู้ชายเสียงแตก อวัยวะเพศเติบโตเต็มที่ และมีการหลั่งอสุจิ (ฝันเปียก) เด็กจะมีความรู้สึกทางเพศและมีความต้องการทางเพศเพิ่มขึ้น (ความต้องการทางเพศเกิดขึ้นโดยธรรมชาติ แต่จะถูกทำให้มีมากหรือน้อยขึ้นกับประสบการณ์ทางเพศและสื่อต่าง ๆ ที่มากกระตุ้น)



วัยรุ่นจะให้ความสนใจต่อเพศตรงข้ามมากขึ้น มีการเปลี่ยนกลุ่มเพื่อนไปตามสภาพร่างกาย ความสนใจ หัตถ์คดี ฯลฯ มีพฤติกรรมสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเกือบทุกคนในเพศชาย และเกือบครึ่งในเพศหญิง ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติในการระบายความต้องการทางเพศของมนุษย์

● หน้าที่ของพ่อแม่

- เข้าใจการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจของวัยรุ่น
- ยอมรับฟังความคิดและเหตุผลของเด็ก
- สอนหรือแนะนำโดยใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้ลูกยอมรับ และหลีกเลี่ยงการบังคับ เสนอแนะทางออกโดยให้วัยรุ่นมีส่วนร่วม



● หลักการในการสอนเรื่องเพศกับลูก

1. ไม่คว่ำลูก เมื่อลูกถามเรื่องเพศ เพื่อให้ลูกรู้สึกว่าการเป็นเรื่องปกติ ที่สามารถถามและพูดคุยกับพ่อแม่ได้
2. ตั้งใจฟังลูกและตอบคำถามตามความเป็นจริง ด้วยการทำทางปกติเหมือนกับการพูดคุยเรื่องทั่ว ๆ ไป
3. โปรดอย่าคิดว่าการสอนลูกเรื่องเพศเป็นการกระตุ้นให้ลูกมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น เพราะได้มีการศึกษาวิจัยแล้วว่า เด็กที่ได้รับความรู้เรื่องเพศจากพ่อแม่หรือครู จะมีเพศสัมพันธ์ช้ากว่าเด็กที่ไม่ได้รับความรู้เรื่องนี้
4. หาโอกาสสอนลูกเรื่องเพศจากประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน เช่น จากหนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ โทรทัศน์ นิตยสารต่าง ๆ ฯลฯ