

## SAĞLIKLI CİNSEL YAŞAM VE HEMŞİRELİK\*

Doç. Dr. Hacer KARANİSOĞLU

*İ. Ü. Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu  
Öğretim Üyesi*

İnsan yaşamak ve çoğalmak gibi iki biyolojik olayın etkisi altındadır. Hem üremeyi sağlayan hem de yaşamın, psikolojik, sosyolojik ve kültürel yönünü etkileyen cinsel yaşam toplumumuzda önemsenmekle birlikte konuşulmayan konular olma özelliğini korumaktadır. Türk toplumunda, cinsellik ayıp, günah, güçlülük göstergesi sözel ve davranışsal saldırı aracı olarak görülebilmektedir. Günümüzde geleneksel Türk evinde cinsel konular konuşulamaz. Töreler ve gelenekler cinsel yaşamı, ayıplar ve yasaklarla çevirmiştir. Cinsel eğitim ve davranışlar sanki yok sayılır. Böyle bir ortamda çocukların soruları ya duymazdan gelinir, ya da "sen daha küçüksün büyüyünce anlarsın" diye geçiştirilir. Büyük ruh hekimi S. Freud cinsel duygu ve eğilimlerin kişilik gelişmelerinde etkin ve önemli olduğunu göstermiştir (1, 2, 3, 6, 8).

Geleneksel kültürümüzde erkeğin cinsiyetine bağlı sosyal beklentiler onu sert, otoriter, erkeklğini her şeyin üstünde tutan bir davranışı benimsemeye zorlamaktadır. Saldırgan dürtülerini kontrol etmede başarılı olan kadın kültürümüzde itaat etmekle yükümlüdür. Küçük yaşlarda aldığı eğitimin evlendikten sonra benimseyeceği rol ve kimlikle çelişkili olan kızlar, cinsellikle ilgili korku ve suçluluk duygusunu erkeklerden daha fazla duymaktadır. Evlenmeden önce gebe kalmanın en büyük korkusunu genç kızlar çekmektedir (8).

İnsan neslinin devamının sağlanmasında kişiliğinin oluşması ve gelişmesinde, toplumun beklentilerine uygun bireylerin yetişmesinde birinci derece rolü alan aile, toplumun değer yargılarından oldukça etkilenir. Aile düzeni ile cinsel yaşam, çocuk eğitimi ile aile yapısı ekonomik gelir ve aile üyelerinin çalışma durumu, kadının çalışması, sosyal görevler üstlenmesi ve ekonomik bağımsızlığı cinsel yaşamdan soyutlanamaz.

Dişilik ve erkeklik gereği olan canlı varlıkların gösterdiği özelliklerini tümü olarak tanımlanan cinsellik, insanın temel ihtiyacı ve fizyolojik bir süreç olmayıp kişiliğin önemli bir yanını oluşturmaktadır. Cinsellik bilimi (seksoloji), sosyologların, kadın-doğum uzmanlarının, ürologların ve ruh sağlığı ile ilgili disiplinlerin ilgi alanı ve kapsamlı modern bir bilim dalıdır.

Yaşamın ilk yıllarında (ortalama 3 yaşında) çocuklar öğrenme hırsıyla doludur ve soruları genellikle anneye ve onun üreme sistemine aittir. "Ben nereden geldim?" sorusu genellikle ilk sorudur. Sorular basit cümlelerle ve doğru olarak yanıtlanmalıdır. Çocuk için sorulara verilen yanıtlardan çok ana-babanın bütün sorular karşısında davranışları ve takındıkları tavırlar önemlidir. Çocuğun yaşı ilerledikçe hem kendi hem de karşı cinsin vücut yapıları, organları, döllenme, gebelik ve doğum olayı ile ilgili temel bilgileri

\* 1994 Hemşirelik haftasında bildirisi olarak sunulmuştur.

öğrenmek ister. Kız ve erkek ayrılığını sezen ve incelemeye koyulan çocuklar için doktorculuk ve evcilik bulunmaz oyunlardır. Çocuklar bu dönemde cinsel organlarıyla oynayarak masturbasyonla tanışır. Çocukta cinsel ilgi okul öncesi çağda en yoğundur. Okula başlamayla birlikte ilgi ve merakta azalma görülür. Üstbenlik gelişimi ile birlikte cinsel konuların ayıp ve yasak olduğunu öğrenen çocuk, bunları bilinç altına itmiştir. 9 yaşından sonraki sorular daha değişiktir.

Örneğin: "Birleşme nasıl meydana gelir?"

"Kadın her yaşta çocuk sahibi olabilir mi?"

"Nasıl gebe kalınır?" şeklinde sorular yoğunluk kazanır.

Çocuk kendi cinsine özgü duyuş, tutum ve davranış özelliklerini nasıl kazanır? Diğer bir deyişle cinsel kimliğin gelişmesi nasıldır? Çocuklar, doğal olarak biyolojik donanımları doğrultusunda gelişerek kendi cinsel eğilimlerine göre kız ya da erkek kimliğini benimser. Bir çocuğun kız ya da erkek olarak doğması cinsel kimliğini kazanması için ilk koşuldur. Ancak yeterli tek koşul değildir. Doğuştan biyolojik olarak varolan cinsel kimlik, yaşamın ilk aylarından başlayarak aile içinde gelişir. Aile ve yakın çevresinde uygun özdeşim örnekleri gören ve cinsel kimliğini kazanan çocuk, ana-babanın birçok özelliğini bilinçsiz olarak yineler ve kendi kişiliği içinde yoğurur. Kız ve erkek çocukların cinsel ayrışması, oyunda ve arkadaşlık ilişkisinde sürüp gider. Kendi cinsel kimlikleri olgunlaşmış ve iyice belirlenmiş olan ana-baba çocuğun cinsel kimliğinin önemli bir güçlüğü uğramadan tamamlanmasında büyük rol oynar. Kız anasını, erkek çocuğu babasını örnek alarak cinsel özdeşimi tamamlar. Ergenlik döneminde başarılı olarak uyum sağlayan genç, cinsel olgunluk devresine girer.

Geleneksel aile yapısında ayıp ve günah sayılan cinsel konular çağımızda ortalığa dökülmüştür. Gazeteler, dergiler denetimsiz. TV kanalları, porno filmler daha ileri ve özgür cinsel yaşamı özendirir gibidirler. Bu durum, sağlıklı cinsel eğitimden yoksun, cinsel kimliği tam gelişmemiş bireylerin cinselliği seks talimleri olarak algılamasına neden olmaktadır.

Cinsel yaşamı yok sayan anlayış gibi günümüz cinsellik anlayışı da aşırıdır ve cinsel yaşamı bayağılaştırıp çirkinleştirmektedir. Oysa sağlıklı cinsel yaşam başıboş ve kualsız yaşam değildir.

Günümüzde cinsel yaşam konuları, bazen yayın organlarında çeşitli programlarda ele alınmakta, tartışılmakta, kız-erkek arkadaşlığına, kadın özgürlüğüne daha hoşgörü ile bakılmaktadır. Bu durumda gençliğin cinsellik konusundaki bilgi düzeylerinin geçmişe oranla artmış olması beklenebilir. Ancak yapılan araştırmalar, erken cinsel deneyim, AIDS, istenmeyen gebelik gibi sorunlarla karşı karşıya olan gençlerin cinselliğe ilişkin temel bilgilerden yoksun olduklarını ve eğitilmek istediklerini göstermiştir. T.Ä.P. Derneği 1975'te üniversiteye devam eden ve etmeyen gençler üzerinde yaptığı araştırma sonuçlarına ve uzmanların önerilerine göre 1983-1984 yıllarında "Cinsellik ve Aile Hayatı Eğitimi"nin amaç içeriğini belirleyen bir proje geliştirmiştir. Neden, kime, nasıl bir aile hayatı eğitimi sorularına yanıt bulunarak, Milli Eğitim Bakanlığı ile işbirliği sonucu orta dereceli okullarda "Sağlık Bilgisi" dersini koydurtmayı başarmıştır. Ancak gerek dersin içeriği, gerekse eğitici grubun bilgi ve deneyim yetersizliği istenilen sonucun alınmasını engellemiştir. Gençlerimizin istenilen düzeyde bilgi sahibi olmadıkları yapılan araştırmalarla da kanıtlanmıştır (3, 6, 8).

## CİNSEL EĞİTİM

Cinsiyete bağlı sosyal tutum ve davranışları kuşaktan kuşağa aktarma sistemi olarak tanımlanır. Diğer bir deyişle cinsel eğitim, erkek ve kadınların cinsel gereksinimlerinin dengeli aile hayatına uygun olarak nasıl doyuma oluşturabileceğinin incelenmesidir.

Amaçları:

- Cinselliğin fizyolojik ve psikolojik yönleri hakkında gerekli bilgileri kazandırarak bireyin kendisini tanmasına yardım etmek.
- Çocuk ve gençlere insan cinselliği, cinselliğin kişiler arası ilişkilerdeki önemi, sağlıklı erkeklik ve dişilik kavramları, cinselliğe ilişkin toplumsal norm ve değerler hakkında bilgi vermek.
- Cinselliği insan ilişkilerinin bütünü içinde görmesini sağlayarak daha sağlıklı bir cinsellik anlayışının gelişmesine yardım etmek.
- cinsel yaşamı etkileyecek korkulardan, utangaçlıktan, suçluluk duygusundan ve yanlış inançlardan arındırmak.
- Bireyi cinsel yaşam ve üreme fonksiyonları hakkında doğru bilgilendirmek, normalden sapmalar ve yetersizlikten korumak.
- Bireye karşılaştığı cinsel yetersizlikler, sorunlar ve hastalıklarda bireysel ya da grup içinde rehberlik etmek, danışmanlık yapmak.
- Çocukların geleceklerini yönlendiren ana-babaları cinsellik konusunda bilinçlendirmek.
- Cinsel eğitim konuları ilk, orta ve yüksek düzeylerdeki okullarda ders programlarında ele alınmalı.

Günümüzde A.P. Derneği tarafından ele alınmaya çalışılan ve cinsellik eğitimini de içeriğine almayı amaçlayan aile hayatı eğitimi, insanların davranışlarını, sosyal bilimler, psikoloji ve ilgili bilim dallarına bulgularına dayandırılarak incelenmesidir. Bu eğitim, bireyleri, çocukları, gençleri, evlilik adaylarını, evlileri, ana-babaları ve yaşlıları kapsayan birleştirici, bütüncü ve işbirliğine dayalı bir girişimdir (3).

## KİMLER EĞİTİCİ OLABİLİR?

- Tıp uzmanları.
- Hemşireler
- Psikologlar
- Halk sağlığı uzmanları
- Sosyal hizmet uzmanları
- Ev ekonomisi ve çocuk gelişimi uzmanları.
- Öğretmenler.

Bu konuda eğitilip yetiştirilerek birer danışman ve eğitimci olarak görev alabilirler.

### CİNSELLİK EĞİTİMİ NERELERDE YAPILABİLİR?

- Yaygın ve örgün eğitim sisteminde
- Sağlık kuruluşlarında,
  - Ana-çocuk sağlık merkezleri,
  - Aile planlaması üniteleri,
  - Sağlık ocakları,
- Spor ve gençlik kulüpleri
- Halk eğitim merkezleri
- Fabrikalar (İşçiler)
- Orduda erlerin eğitimi de tartışılmalıdır.

### CİNSELLİK EĞİTİMİNDE AİLENİN ROLÜ

İlk olarak ailede başlayan cinsel eğitim, kadın ve erkeğin birlikte yüklendiği bir sorumluluktur. Çocuk doğru ya da yanlış ilk eğitimini aileden alır. Aile ana ile babanın karşılıklı sevgisi ve saygısına dayanan uzun bir süreç olan cinsel eğitim için iyi bir başlangıçtır. Çocuk önce ana-babayı sevmekle başlar, sonra oyun arkadaşlarını, öğretmenini, özel arkadaşlarını ve sonunda evleneceği insanı sever.

Ana-babanın ilişkileri, cinselliğe ve üremeye karşı tutumları çocukların cinsel eğitiminin temelini oluşturur. Cinsel eğitim programının temel sorunu bilgi ve gerçeklerden çok bir tutum meselesidir. Bu nedenle aileler, çocuklarına cinsellik konusunda yasaklar koymaktan, ciddi korku ve kaygılar uyandırmaktan kaçınmalıdır. Yapılan araştırmalar, gençlerin cinsellik konusunda ilk bilgileri ailelerinden almaları yerine arkadaş ve iletişim araçlarını tercih ettiklerini göstermektedir. Ancak ülkemizde ana-babalar konferanslar, seminerler, kitle iletişim araçlarıyla, ana-baba okulları aracılığıyla eğitilmeli ve bilinçlendirilmelidirler.

### CİNSEL EĞİTİMDE OKULUN ROLÜ

Aile içinde başlayan cinsellik eğitiminin planlı şekilde okullarda devam etmesi gereklidir. Nüfusumuzun çoğunluğunun ilkokuldan sonra okumadığı düşünülürse ilkokul 4-5 sınıflarda okutulan vücudumuzu tanıyalım ve sağlıklı büyüme ve gelişme konuları içine cinsellik, aile planlaması, gebelik, doğum ile ilgili konuların da yerleştirilmesi uygun olacaktır. Cinsel eğitimi birkaç derste kazanılacak bilgiler toplamı olarak düşünülemez. Önemli olan kişiye cinsel konularda sağlıklı bir tutum ve anlayış kazandırarak korku ve saplantılarından, suçluluk duygularından arındırılmasını sağlamaktır. Cinsel eğitiminde görev alacak öğretmenlerde bu toplumun üyesi olarak cinsel konuları, kendi duygu ve tutumlarından ayrı alarak anlatmayı başaramaz.

Cinsellikte kitle eğitimi öğrenim düzeyi ne olursa olsun, tüm bireyler için gereklidir. Erişkin eğitimi, fabrikada, iş yerinde, kırsalda, sağlık ocaklarında, seri konferanslar,

seminerler, bireysel danışmanlık şeklinde TV-Radyo programlarıyla sınırlı kalmamalıdır. İnsan cinselliği tüm boyutları ile serbestçe tartışılabilir.

### CİNSEL EĞİTİMDE HEMŞİRENİN ROLÜ

Sağlık ekibinin profesyonel bir üyesi olan hemşire, cinsel yaşamın sağlıklı bir şekilde sürdürülmesinde, sağlıksız durumların erken farkedilmesinde tanı ve tedavi girişimlerinin desteklenmesinde eğitici, danışman, uygulayıcı ve araştırmacı olarak aktif bir rol üstlenir. Gelişmiş ülkelerde 1970 yılından beri hemşire eğitimciler, çocuklar, ergenlik, cinsel olgunluk, klimakterium ve yaşlılık dönemlerinde bireylerin hemşirelik bakımında, sağlıklı cinsel yaşamın sağlanmasında danışman ve eğitici olarak görev almışlardır (3, 4).

Hemşireler, hastanelerde, toplumun çeşitli alanlarında hasta ve aileleri ile sağlık ekibinin diğer üyelerine göre daha uzun süreli ve etkili ilişkiler kurabilirler.

Cinsel eğitim ve danışmanlıkta görev alan hemşireler, bilgili, açık, dürüst, seven, iyi konuşma yeteneğine sahip olmalı ve kendi cinselliği ile ilgili sorunlarını çözümlenmiş olmalıdır. Cinselliğe karşı olumsuz düşünce ve tutumları olan kendi cinsel çatışmalarını, sorunlarını çözememiş hemşirelerin hastanın cinselliğini olumsuz yönde etkilemesinden korkulur.

Hemşirenin cinsellik bilgisi, sekse karşı olumlu tutumu, fizik, sosyal ve davranış bilimindeki ve iletişim tekniklerini kullanmadaki başarısı oldukça önemlidir. Doğumdan ölüme kadar süren varoluşun gereği olan cinsellikte, bilgili önyargısız ve iletişim becerileri gelişmiş bir hemşirenin yapacağı cinsel eğitim ve danışmanlık bireyin yaşamında cinselliğin önemini etkin kılar.

Hemşire; cinsel fonksiyon bozukluklarında, akut ve kronik hastalıklarında sakatlık durumlarında, yaşlılıkta, cinsellikte ilgili sorunların önlenmesinde, cinsel fonksiyonu olumsuz yönde etkileyen diyabet ya da nörolojik hasarlarda, aile planlamasında (gebelikten korunmada), infertilite, evlilik öncesi danışmanlıkta (genetik), gebelikte cinsel yaşam, mastektomi, vajina plasti, histerektomi, vulvektomi gibi kadın cinselliğini olumsuz yönde etkileyecek cerrahi girişimlerde, cinsel yolla bulaşan enfeksiyon hastalıklarında, AIDS'de, cinsel kimlik sapmalarında, cinsel yaşamın devam ettirilmesinde eğitici, danışman, uygulayıcı ve araştırmacı rolleri üstlenir.

### ÖZET

Dişilik ve erkeklik gereği canlı varlıkların gösterdiği özelliklerin tümü olarak tanımlanan cinsellik, fizyolojik bir süreç olmayıp kişiliğin önemli bir yanını oluşturur.

Cinsellik eğitimi, erkek ve kadınların cinsel gereksinimlerinin dengeli aile hayatına uygun olarak nasıl doyuma ulaştırılabileceğinin incelenmesidir.

Sağlık ekibinin profesyonel bir üyesi olan hemşire, cinsel yaşamın sağlıklı bir şekilde sürdürülmesinde, sağlıksız durumların erken farkedilmesinde, tanı ve tedavi girişimlerinin desteklenmesinde, eğitici, danışman, uygulayıcı ve araştırmacı olarak aktif bir rol üstlenir.

## SUMMARY

*Healthy Sexuality and Nursing:*

Sexuality is recognized as the whole special features of living creatures necessary masculinity and femaleness and it's formed the important side of personality.

Sex education should be taught the women and the men's sex drives in personality satisfying in acceptable ways.

Nurses who are the members of the healthy team have an active role in healthy sexuality and early diagnosis unhealthy conditions. and have many opportunities at the procedures diagnosis and treatments. The nurses have an important role as a health educator, and a counselor and a practitioner and a researcher.

## KAYNAKLAR

1. **Birhekimoğlu, A.:** Cinsel eğitim, *Türk Hemşireler Dergisi*, 4: 311, (1976).
2. **Baş, S.:** Cinsel eğitimin amacı, *Türk Hemşireler Dergisi*, 4, (1976).
3. **Coşkun, A. Karanisoğlu, H. Tekin, N.:** İ.Ü. Fen Fakültesi ve İTÜ Maden Fakültesi öğrencilerinin cinsellik ve aile planlamasına ilişkin bilgi gereksinimlerinin saptanması ve hemşirelik yaklaşımlarının değerlendirilmesi, *Hemşirelik Bülteni V:* 20, (1991).
4. **Coşkun, A.:** Aile hayatı ve cinsellik eğitimi, *Hemşirelik Bülteni*, 11: 6, (1986).
5. **Elenor, A.:** Sexuality and nursing practise, *The Nursing Clinics Of North America*, W.B. Saunders Comp, London (1982).
6. **Kömürcü, N.:** Mastektomi ameliyatında hemşirenin cinsel danışman rolü, *Türk Hemşireler Dergisi*, Cilt: 41, Sayı: 4 (1991).
7. **Terakye, G.:** Gençlik ve cinsel sorunlar 1, *Türk Hemşireler Dergisi*, 39: 2, (1990).
8. **Terakye, G.:** Gençlik ve cinsel sorunlar 11, *Türk Hemşireler Dergisi*, 39: 3, (1990).
9. **Yörükoğlu, A.:** *Çocuk Ruh Sağlığı*. Türk Tarihi Kurumu Basımevi. Ankara, (1978).