BC HANDS & VOICES

"What works for your child is what makes the choice right."™

BC HANDS & VOICES™

BC Hands & Voices is a parent-driven, non-profit organization dedicated to supporting families with children who are deaf or hard of hearing.

Revisiting the Birds and the Bees: the Importance of Speaking Frankly to Our Young Deaf and Hard of Hearing Children about Their Sexual Health

By Jennifer Gow

ਕਾਮ (ਸੈਕਸ) ਬਾਰੇ ਦੁਬਾਰਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ: ਆਪਣੇ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

ਜੈਨੀਫਰ ਗੋਅ

ਮਾਂ-ਪੁਣੇ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, ਮੇਰੇ ਬਹੁਤੇ ਦਿਨ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰ ਰਹੇ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੁੰਦੇ ਸਨ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਾਵਰੋਲੇ ਨਾਲ ਕਦਮ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਕਦਮ ਪੁੱਟਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਗਲਾ ਕਦਮ ਪੁੱਟਣ 'ਤੇ। ਮੈਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਕ ਕਮਰੇ 'ਚ ਬੈਠੀ ਕਿਸੇ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਤੋਂ ਇਹ ਸੁਣਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਸੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀ ਬੱਚੀ ਨਾਲ ਉਹਦੀ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਕਿੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਵੱਡੀ ਬੇਟੀ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸਲੀਮਾ ਨੂਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਇਕ ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਦਾ ਬੁੱਲਾ ਸੀ।

ਆਪਣੇ ਬਚਪਨ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਮੈਂ ਕਹਿ ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਕਿ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮੈਨੂੰ ਮਿਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਉਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਚਲਦੀ ਗੱਪਸ਼ੱਪ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਸੀ ਜਿੰਨੀ ਕੁ ਕਲਾਸਰੂਮ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਤੋਂ। ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੀ, ਇਹ ਡਿਨਰ ਟੇਬਲ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਵੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਉਦੋਂ ਬਹੁਤੀ ਵਾਰ ਸਹੀ ਅਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਅਪ-ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਮੈਨੂੰ ਯਾਦ ਨਹੀਂ ਕਿ ਬਾਈਓਲੌਜੀ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮੈਂ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅੰਗਾਂ ਲਈ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸੁਣਿਆ ਹੋਵੇ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਪਸ਼ਬਦ ਜਾਣਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਤ ਅਤੇ ਮਜ਼ਾਕੀਆ ਸ਼ਬਦਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਬਦਤਮੀਜ਼ੀ ਭਰੇ ਅਤੇ ਨਾ ਬੋਲੇ

We acknowledge the financial support of the Province of British Columbia.
ਅਸੀਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਵਲੋਂ ਮਿਲ਼ੀ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

Revisiting the Birds and the Bees: the Importance of Speaking Frankly to Our Young Deaf and Hard of Hearing Children about Their Sexual Health

By Jennifer Gow

ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਪਰ ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਇਕ ਮਾਂ ਵਜੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਮਰਦ ਦੇ ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਔਰਤ ਦੀ ਯੋਨੀ ਦੇ ਨਾਂ ਮੇਰੇ ਮੂੰਹ ’ਚੋਂ ਸੌਖਿਆਂ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੇ ਸਨ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਹਾਸੋਹੀਣੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਜਾਣੀ ਪਛਾਣੀ! ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਤੋਂ ਆਏ ਹਾਂ ਪਰ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪਲੇ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਪਰ ਇਹ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਕਿਉਂ ਹੈ? ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਨਾਂ ਲੈਣੇ ਏਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ? ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ? ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਡੇ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ’ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਹੁਣ ਤੱਕ ਮੈਂ “ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਸਲੀਮਾ ਨੂਨ” ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰੀ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਹੁਣ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਗਏ ਹਨ, ਅਤੇ ਹੁਣ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਆ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਿੰਨ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ’ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹਨ।

ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਨਾਰਮਲ ਬਣਾਉਣਾ। ਅਜੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਸਮਝਣ ਲੱਗੇ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਇਕ ਵਰਜਿਤ ਵਿਸ਼ਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਮਰਦ ਦੇ ਲਿੰਗ ਦਾ ਨਾਂ ਉਨੇ ਹੀ ਸੌਖੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨੇ ਸੌਖੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਗੋਡੇ ਦਾ! ਉਹ ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ “ਸਰੀਰਕ ਵਿਗਿਆਨ” ਬਾਰੇ ਸਿਖਾਏ ਜਾਣ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਮਨ ਨਾਲ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਤੱਥਾਂ ’ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਅਤੇ ਨਾਰਮਲ ਬਣਾ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ “ਗਿਲਾਨੀ ਵਾਲੀ” ਗੱਲਬਾਤ ਸਮਝਣ ਦੇ ਪੜਾਅ ਦੀ ਹੱਦ ਅਤੇ ਲੰਬਾਈ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਉਹ ਪੜਾਅ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਬਹੁਤਾ ਕਰਕੇ ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਕਾਰਨ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੱਧ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਲੰਘਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਨੰਬਰ ਇਕ ਸ੍ਰੋਤ ਬਣਨਾ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਿਖਾਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਇਕ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸ੍ਰੋਤ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਅੱਜ ਦੀ ਮੀਡੀਏ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਦੁਨੀਆ ਉਸ ਦੁਨੀਆ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਵੱਡੇ ਹੋਏ ਸੀ, ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਸਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਮੀਡੀਏ ਦੇ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਵਿੱਚ ਕਾਮ (ਸੈਕਸ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ, ਸਮਾਰਟਫੋਨਾਂ ਅਤੇ ਟੈਬਲਟਾਂ ਨਾਲ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਿਖਾਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸਕੂਲਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਝੂਠ ਵਿੱਚੋਂ ਸੱਚ ਦਾ ਨਿਤਾਰਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸ੍ਰੋਤ ਬਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ। ਦੁਨਿਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਅਧਿਐਨ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਰੀਰਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਕਾਮੁਕਤਾ (ਹੈਲਥੀ ਸੈਕਸੁਅਲਿਟੀ) ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਕਾਮੁਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਅਬਿਊਜ਼) ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਾਮੁਕ ਮੁਜਰਮ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਓਫੈਂਡਰਜ਼) ਨਿਤਾਣੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜਾਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਬੱਚਾ ਸਰੀਰਕ ਅੰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ

We acknowledge the financial support of the Province of British Columbia.
ਅਸੀਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲ਼ੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਵਲੋਂ ਮਿਲ਼ੀ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

Revisiting the Birds and the Bees: the Importance of Speaking Frankly to Our Young Deaf and Hard of Hearing Children about Their Sexual Health

By Jennifer Gow

ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ’ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਲਕੀ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿਖਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਜਾਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਸਥਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਾਮੁਕ ਸਹਿਮਤੀ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਕਨਸੈਂਟ) ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। *ਇਹ ਵਾਧੂ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸਮਝਣਾ ਖਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਬੱਚੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਜਿੰਨੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕਾਮੁਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਅਬਿਊਜ਼) ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।*

ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਿਆਂ, ਸਲੀਮਾ ਨੂਨ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ ਦੇ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪੱਖਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ*:

- **ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸ਼ਬਦ।** ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਸਰੀਰ ਬਾਰੇ ਉਹ ਭਾਸ਼ਾ ਵਰਤਣੀ ਜਿਹੜੀ ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਵਰਤੇਗਾ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਡਰ ਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ (ਜਿਵੇਂ ਮਰਦ ਦਾ ਲਿੰਗ, ਪਤਾਲੂ, ਯੋਨੀ ਦੁਆਰ, ਯੋਨੀ, ਟੱਟੀ) । ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਅਜੇ ਆਪਣੀ ਸੰਕੇਤਕ ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਕਸਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਅਸੀਂ ਇਹ ਭਾਸ਼ਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਸਿਰ ਹਿਲਾ ਕੇ, ਪਿਕਚਰ ਐਕਸਚੇਂਜ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ/ਪਿਕਚਰ ਸਿੰਬਲਜ਼, ਆਈਪੈਡ/ਅਲਟਰਨੇਟਿਵ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਵਾਇਸਜ਼ ਰਾਹੀਂ)।
- **ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰਾਂ ਦੇ ਆਪ ਮਾਲਕ ਹਨ।** ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅੰਗ ਹਨ (ਮੂੰਹ, ਛਾਤੀਆਂ, ਜਣਨ-ਅੰਗ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਧੁੰਨੀ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਦਾ ਅਤੇ ਚਿਤੜਾਂ ਸਮੇਤ ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਤੱਕ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ)। ਕਿਸੇ ਵਲੋਂ ਆਗਿਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਛੋਹਣਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਲੰਘਣਾ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਉਹ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪੈਣਗੇ। ਜੇ ਪਹਿਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ’ਤੇ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਜਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਨਾ ਚਿਰ ਤੱਕ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਤੱਕ ਕੋਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦਾ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਮਾਪੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਬੱਚੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਸਲੀਅਤ ਵਿੱਚ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜਾਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਫਾਇਰ ਡ੍ਰਿਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸਾਡੇ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਬੋਲੀ ਵਿਕਸਤ ਕਰਕੇ (ਜਿਵੇਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਹੋ, ਦੁਖੀ ਹੋਏ)। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਵਾਧੂ ਲੋੜਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਕੇਅਰ ਟੀਮਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਟੀਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਟੀਚੇ ਇਨਡਿਵਿਜੁਅਲ ਫੈਮਿਲੀ ਸਰਵਿਸ ਪਲੈਨਜ਼ ਜਾਂ ਇਨਡਿਵਿਜੁਅਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪਲੈਨਜ਼ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਠੀਕ ਜਾਂ ਗਲਤ ਛੋਹ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ; ਜਨਤਕ ਬਨਾਮ ਨਿੱਜੀ ਦੇ ਫਰਕ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ)

* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੀ ਸਿਖਾਉਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਸਿਖਾਉਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੂਰੀਆਂ ਸੇਧਾਂ ਸਲੀਮਾ ਨੂਨ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ’ਤੇ ਦੇਖੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

We acknowledge the financial support of the Province of British Columbia.
ਅਸੀਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਵਲੋਂ ਮਿਲੀ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

Revisiting the Birds and the Bees: the Importance of Speaking Frankly to Our Young Deaf and Hard of Hearing Children about Their Sexual Health

By Jennifer Gow

ਜਦੋਂ ਕਿ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਾਮੁਕ ਸਿਹਤ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ) ਬਾਰੇ ਸਲੀਮਾ ਨੂਨ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਵਰਗੀ ਪਹੁੰਚ ਅਪਣਾਅ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਵਜੋਂ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਹੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦੇ ਹੋਈਏ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਮਿਲੀ ਇਮਾਨਦਾਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ, ਸਕੂਲਾਂ ਜਾਂ ਮੀਡੀਏ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਾਧਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇਕ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਸ੍ਰੋਤ ਹੋ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਹੁਣ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਾਂਗੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵਾਂਗੇ ਜਿਹੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਗਾਹੇ ਬਗਾਹੇ ਸਿੱਖਣ ਸਮੇਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ।

ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਇਹ ਕਹਾਂਗੀ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਝਿਜਕ ਉੱਪਰ ਕਾਬੂ ਪਾ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਨਾਂ ਲੈਣਾ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੌਖਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਕੋਈ ਸਮਾਜ ਤੋਂ ਬਾਗੀ ਨਹੀਂ ਹਾਂ, ਪਰ ਮੈਂ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਪਾਲ ਰਹੀ ਹਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਪੱਕੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਹੱਦਾਂ ਹਨ।

ਐਡੀਟਰ ਦਾ ਨੋਟ:

ਹੈਂਡਜ਼ ਐਂਡ ਵੁਆਇਸਜ਼ ਨੇ ਸਾਡੇ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਅਵਰ ਚਿਲਡਰਨ ਸੇਫਟੀ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੀ ਇਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ChildHelp.org ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਇਕ ਮੁਫਤ (ਟੌਲ ਫ੍ਰੀ) ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸਥਿਤੀ (ਜਿਵੇਂ ਭਾਰ ਹੇਠਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ/ਮਾਯੂਸ ਮਾਪੇ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਤੀਰੇ, ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੜਾਵਾਂ/ਬਦਮਿਜਾਜ਼ੀ, ਸਹੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਅਤੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਵਾਲਾਂ) ਬਾਰੇ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਕਾਉਂਸਲਰਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ/ਮਦਦ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਗੁਪਤ ਰਹਿ ਕੇ (ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ) 1-800-222-4453 ਦੇ ਹੌਟਲਾਈਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

We acknowledge the financial support of the Province of British Columbia.
ਅਸੀਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਵਲੋਂ ਮਿਲੀ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।