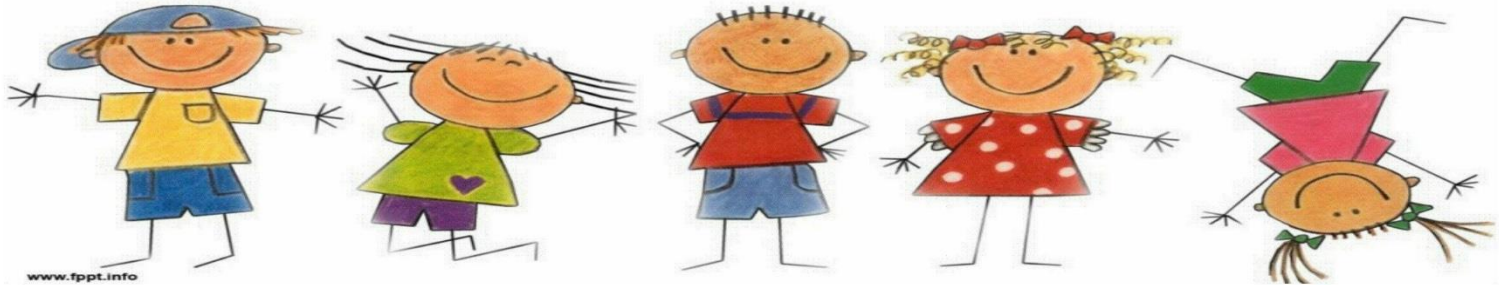


تربیت جنسی کودکان

مژده منادی

مشاور خانواده ، کودک و نوجوان



فهرست مطالب

بخش اول

- آماده سازی والدین برای آموزش (دستورالعمل درمانگران)
- آموزش پیشگیری از سوء استفاده جنسی کودکان
- ابعاد آموزش جنسی

بخش دوم

- نحوه پاسخگویی به سوالات جنسی کودک
- رفتار های جنسی کودکان
- مشاوره با کودکانی که مورد آزار جنسی قرار گرفته اند

اگر پدر مادر بدانند چه باید بکنند

بهترین والدین برای فرزند خود خواهند بود

بهترین والدین چه کسانی هستند ؟

- دانش

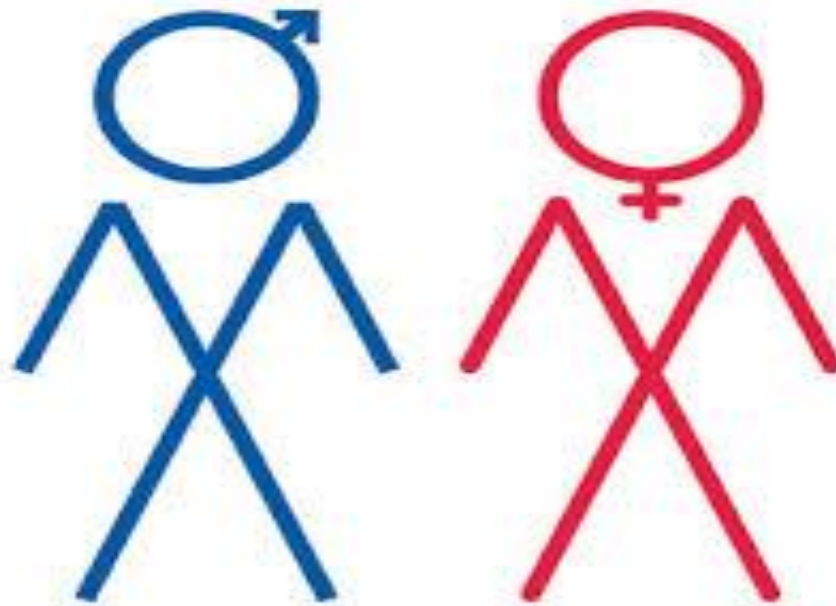
- هدف

- برنامه

- امکانات

- هشیاری

ٲرٲٲٲ جنسٲٲ ٲٲٲٲٲ؟



فرایند کسب اطلاعات ، نگرشها و اعتقادات در
مورد روابط جنسی ، هویت جنسی ، روابط
انسانی و صمیمیت



اهمیت تربیت جنسی



منابع آموزش جنسی

- دوستان

- ماهواره

CD-

- بلوتوث

TV -

-صحنه های تصادفی

+

منبع علمی ، سالم وامن (خانواده)

چرا والدین نگران سوالات جنسی بچه ها هستند ؟

- جنسی شدن ذهن کودک

- بلوغ زود رس

- شکسته شدن حریم ها

▪

▪

هدف از آموزش تربیت جنسی به کودکان

- جلوگیری از سوءاستفاده های جنسی

- روبرو شدن با بلوغ

- پاسخ به کنجکاوی های جنسی کودک

چگونه شروع کنیم؟



مانند آموزش ریاضی

معرفی بخش های خصوصی کودک



واکنش به سوالات جنسی کودکان

- منظورت چیه؟

- خودت چی فکر می کنی؟

نکته

(۱) کودک چه می خواهد ؟

(۲) اندازه گیری معلومات قبلی کودک

نحوه پاسخگویی

- واقعی

- مختصر

مسائل جنسی راز هستند یا خصوصی؟

- تفاوت راز و خصوصی

انواع تولد

- کودک آسان ۴۰٪

- کودک سخت ۱۵٪

- کودک دیرجوش با تاخیر در یادگیری ۱۵٪

- ترکیب ۳ گروه ۳۰٪

ابعاد آموزش Sex

- ۱- حس
- ۲- عشق و صمیمیت
- ۳- هویت جنسی
- ۴- جنسی سازی
- ۵- سلامت جسمی و تولید مثل

حس

جسمی
هیجانی
روانی-ذهنی

} - احساس لذت

- تصویر ذهنی از بدن

- گرسنگی پوستی

- خیال پردازی

معرفی حواس پنج گانه و عملکرد آنها



آشنایی با انواع لمس ها

- لمس های خوب

- لمس های بد

- لمس های گیج کننده

لمس های خوب



Extracted
with
PdfGrabber



همه ما به لمس خوب نیاز داریم

لمس هایی که به ما احساس خوشحالی می دهند

- بغل کردن مامان و بابا

- بوسیدن

- نوازش کردن

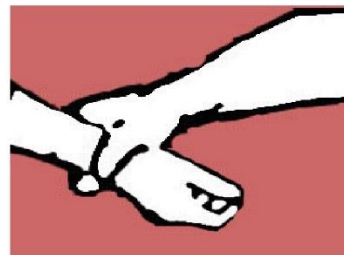
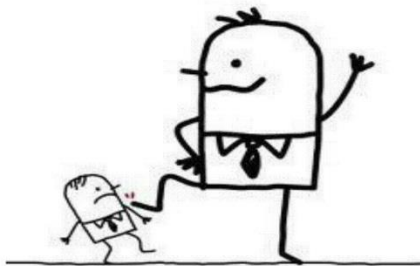
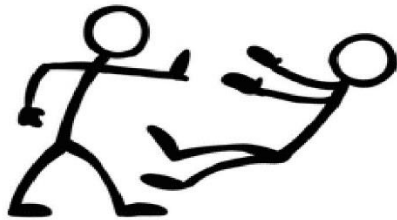
- دست دادن

لمس های خوب با احساس عشق و مراقبت کردن همراه هستند

چگونه یک لمس به لمس بد و گیج کننده تبدیل می شود

- غیر منتظره بودن
- توسط یک غریبه
- در یک مکان نا مناسب
- در یک زمان نا مناسب
- احساس ناراحتی در زمان لمس شدن

لمس های بد



لمس های بد

لمس هایی که باعث احساس ناراحتی می شوند

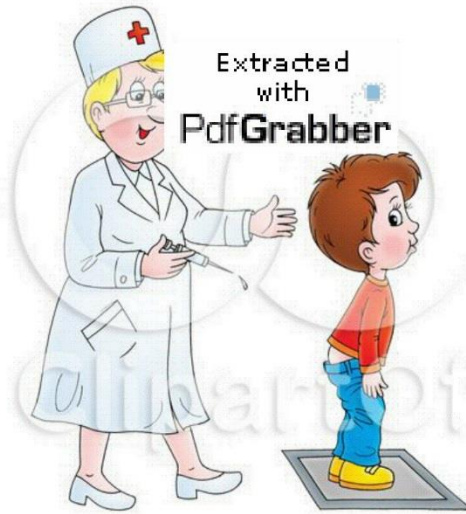
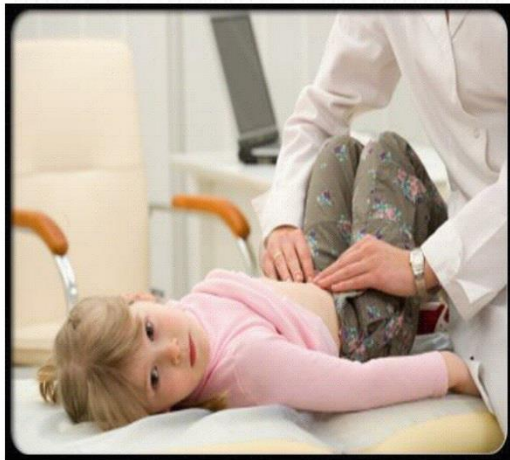
- کتک زدن

- نیشگون گرفتن

- هل دادن

دلیل مناسب برای لمس کردن یعنی چه ؟

- عوض کردن پوشک یک نوزاد
 - دستشویی یا حمام رفتن با یکی از والدین
 - معاینه توسط پزشک یا پرستار
 - تزریق واکسن یا هر گونه دارو
 - استفاده از شیاف
- توجه : ممکن است این لمس ها نا خوشایند باشند اما برای سلامتی لازم است .



Extracted
with
PdfGrabber

www.clipartof.com · 435210



تو مسئول (رئیس) بدن خود هستی

قانون های لمس کردن

- هیچ کس نباید فرد دیگری را بدون اجازه و رضایت او لمس کند
- همه باید قبل از نوازش کردن ،بوسیدن یا هر نوع لمس دیگر از فرد اجازه بگیرند .اگر او بگوید نه ،یعنی واقعا نه
- هیچ کس حق ندارد قسمت های خصوصی بدنتان را به روشی که برای شما ناراحت کننده است بدون اجازه است بدون هیچ دلیل مناسب ،لمس کند
- یا از شما بخواهد که بدون دلیل لباس خود را در بیاورید
- یا از شما بخواهد به او اجازه دهید که قسمت های خصوصی بدن شما را ببیند
- یا از شما بخواهد قسمت های خصوصی بدنش را لمس کنید

عشق و صمیمیت

- معنای نزدیکی عاطفی
- تفاوت دل‌بستگی و وابستگی
- عاشق شدن

بهبود ارتباط

زمان کیفی

صحبت کردن با کودک

توجه عاطفی

هویت جنسی

- شناسایی جنسیت خود

- گرایش جنسی (الویت جنسی)

- نقش جنسی

جنسی سازی

- کنترول روابط

- سوء استفادہ جنسی

قانون طلایی

۰-۱۸ ماهگی : تمام نیازهای کودک بلافاصله پاسخ داده می شود

۱۸ ماهگی - ۳,۵ سالگی : نیازهای ضروری کودک بلافاصله پاسخ داده می شود

۳,۵ سالگی : همراه با تاخیر

سلامت جسمی و تولید مثل

- سلامت فیزیولوژیک
- آناتومی جنسی
- اطلاعات در مورد روابط جنسی
- تولید مثل
- روشهای پیشگیری

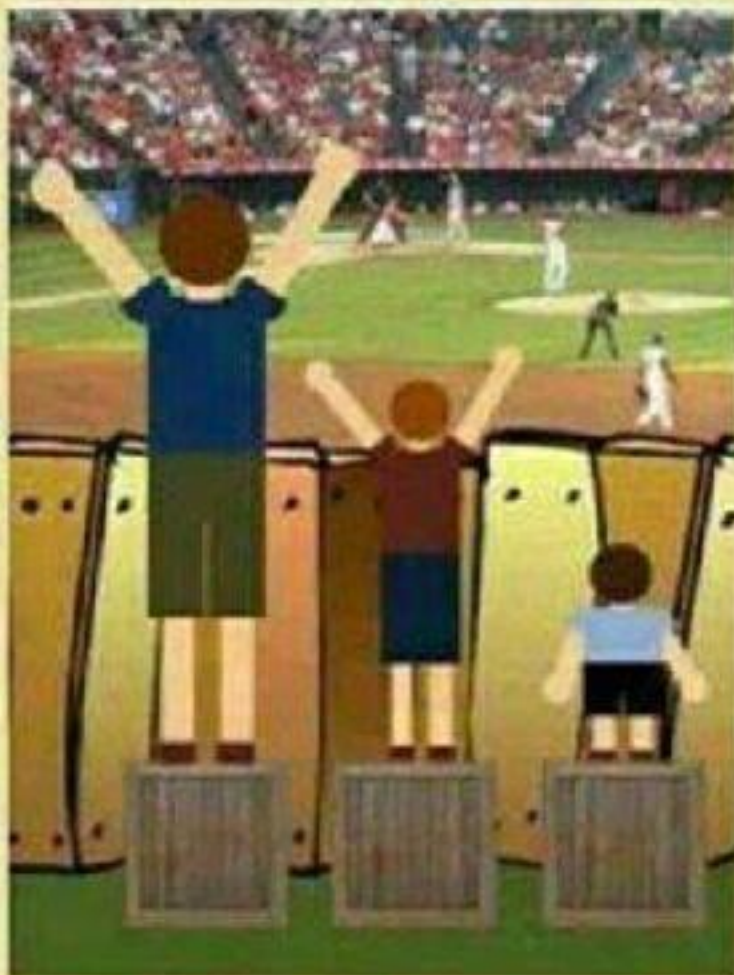
کودک تا پنج سالگی باید بداند

- نام صحیح اعضای بدن از جمله اعضای تناسلی
- نوزاد از کجا به دنیا می آید
- مفهوم فضای خصوصی (هنگام تعویض لباس و توالی رفتن)
- تفاوت خصوصی و راز بودن مسائل جنسی
- بتواند به راحتی به والدین خود اعتماد کند (سوالات جنسیت را بپرسد)
- از تفاوت های جنسیتی آگاه شود (تفاوت زن و مرد)

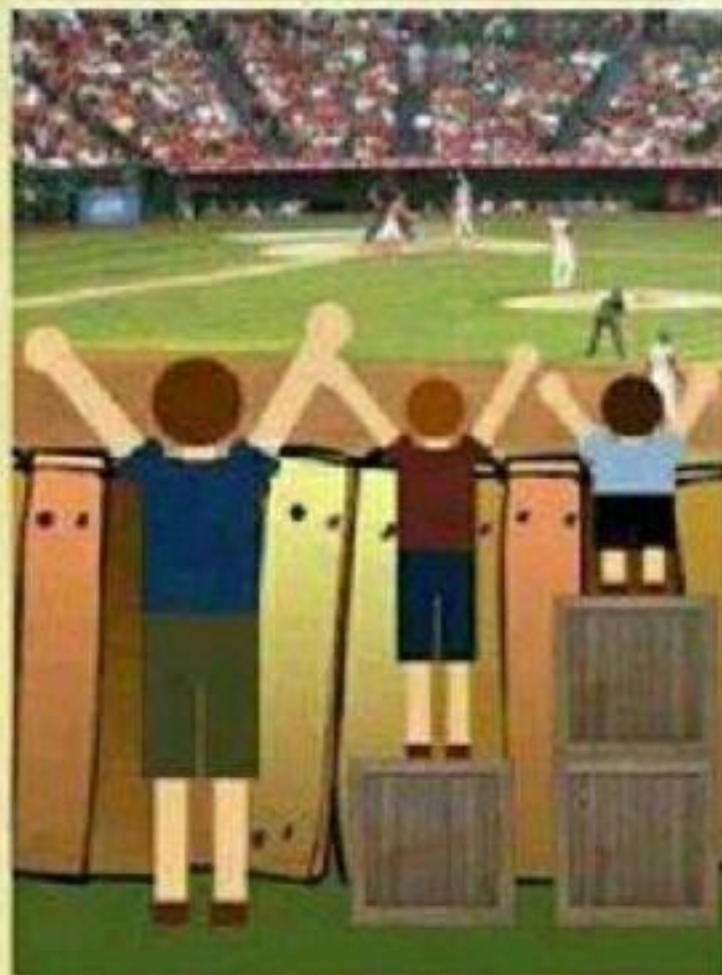
شش تا نه سالگی

- تولید مثل گیاهان و جانوران را درک کند
- چگونه داخل شکم مامان رفته را جواب بگیرد
- مفاهیم دوستی و عدالت

برابری به معنای عدالت نیست !



برابری



عدالت

نه تا سیزده سالگی

- جنسیت را به عنوان بخش طبیعی از زندگی درک کند
- با تغییرات طبیعی دخترها و پسرها در دوران بلوغ آشنا شود
- سقط جنین و رشد جنین در فرایند حاملگی را بداند
- بداند سوء استفاده جنسی چیست و چگونه از خود محافظت کند
- راجع به HIV و هیپاتیت اطلاعاتی داشته باشد

• بلوغ چیست؟

- بلوغ یعنی بدن رشد می کند تا از کودکی به بزرگسالی تغییر کند
- در زمان بلوغ تغییراتی در بدن دختر و پسر ایجاد می شود که نشانه بزرگ شدن است
- بلوغ در سن های مختلف رخ می دهد
- تفاوت بلوغ در دخترها و پسرها گفته شود
- والدین بلوغ را گرامی بدانند
- واکنش والدین به تغییرات بلوغ
- در مورد دوران بلوغ خود صحبت کنید

بلوغ در دختران



- رشد سینه ها (۹ تا ۱۳ سالگی)
- ✓ حساس شدن نوک سینه
- ✓ اولین سوتین
- ✓ نگرانی در مورد اندازه سینه
- رشد قد و وزن: نگرانی در مورد میزان رشد
- رویش موها در زیر بغل ، ناحیه تناسلی ، پاها:
- ✓ بوی بد زیر بغل
- ✓ ترشحات واژنی
- ✓ نظافت شخصی
- عادت ماهیانه: (۹ تا ۱۴ سالگی)
- ✓ توضیح فرایند آن / درد
- ✓ استفاده از نوار بهداشتی
- ✓ تغییرات خلقی و جسمی قبل و هنگام عادت ماهیانه

بلوغ در پسران



- بلوغ در پسران:
- رشد بیضه ها
- رشد آلت: نگرانی در مورد اندازه آلت
- تغییر در قد و وزن: نگرانی در مورد میزان قد و شکل بدن
- رشد موها در ناحیه تناسلی و زیر بغل:
- ✓ نظافت شخصی
- ✓ اصلاح کردن
- نعوظ: نگرانی نوجوان بررسی شود
- احتلام و انزال: برداشت های غلط نوجوان بررسی شود
- تغییر در صدا

انواع بلوغ

- بلوغ زود رس (زیر ۹ سال)

- بلوغ دیر رس (بالای ۱۴-۱۵ سالگی)

- بلوغ طبیعی (۹ تا ۱۳ سالگی)



- عادت ماهیانه در دختران

- اولین انزال در پسرها

- سوء استفاده های جنسی

• **نعوظ چیست؟**

• آلت پسرها معمولاً نرم است ، اما بعضی اوقات سفت می شود و از بدن دور می ایستد به این حالت نعوظ می گویند

• توضیح دهید که نعوظ می تواند زمانی که خواب هستید یا لمس می شوند اتفاق افتد

• می توان رویای خیس (wet dream) را توضیح داد

• **عادت ماهیانه چیست؟**

• عادت ماهیانه زمانی اتفاق می افتد که بدن یک دختر آنقدر رشد کرده که بتواند حامله شود

• قسمتی از چرخه تولید مثل است

• زمانی در هر ماه که بدن نشان می دهد که آماده داشتن بچه است

• در این زمان چند روز از واژن خون می آید

• چون بین خون و درد ارتباط وجود دارد باید تأکید شود که این بخش مثبت و طبیعی از رشد است

• در مورد نوار بهداشتی توضیح داده شود

• نظافت شخصی توضیح داده شود

سوالات استراتیژیک :



- از کجا به دنیا اومدم ؟
- چه جوری رفتم تو شکمت ؟
- من چه جوری درست شدم ؟

خود ارضایی و نحوه روبرو
شدن با آن

علل خود ارضایی

- مشکلات پزشکی
- مشکلات خواب
- تغذیه
- ارتباط کودک و والدین / میزان تماس فیزیکی : دلبستگی
- ارتباط کودک با خواهر و برادر ها
- فضای هیجانی و عاطفی خانواده ، رخدادهای راه انداز استرس
- مشکلات هیجانی و رفتاری کودک (اضطراب)، عملکرد تحصیلی یا اجتماعی نامناسب ، اوتیسم و MR
- سوء استفاده جنسی

• موقعیت های خاص بروز رفتار را
مشخص کنید

اصلاح نگرش والدین : عدم تنبیه کودک و
واکنش های هیجانی شدید
درمان علت آن یا کاهش عوامل پیشاینده
رفتار

درمان مشکلات پزشکی کودک
اصلاح مشکلات مربوط به خواب

راهبردهای رفتاری :

- عدم اشاره مستقیم به رفتار
- منحرف کردن حواس کودک به یک فعالیت خوشایند
- تقویت و توجه به رفتار های مطلوب کودک
- مشغول کردن کودک به فعالیتی دیگر
- مشغول نگه داشتن دستان کودک
- بهبود رابطه والد - کودک : اختصاص زمان بیشتر با کودک
- آموزش راهبردهای مقابله ای سازگارانه : تن آرامی

• بهداشت

• حریم

برای مطالعه بیشتر

- سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، علی کریمی
- خانواده و تربیت جنسی کودکان و نوجوانان، انتشارات جیحون
- آنچه دوست داریم کودکان درباره آزار و سوء استفاده بدانند، انتشارات ازدهای طلایی
- قلدر، توسری خور، تماشاچی، انتشارات رشد
- سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، انتشارات صابرین
- تربیت جنسی کودکان، انتشارات جیحون
- سر به سرم نذار، مقابله با قلدری، انتشارات رشد
- به من دست نزن، انتشارات رشد
- آیا شما هم رازی دارید، انتشارات تیمورزاده
- کمک به کودکان آزار دیده و آسیب دیده، انتشارات ارجمند
- درمان شناختی رفتاری PTSD، انتشارات قطره
- کودک آزاری و غفلت، نشر قطره
- دوباره احساس خوب، فاران حسامی، نشر ساوالان

