

تربیت و مراقبت جنسی از نوزادی تا نوجوانی

(برای والدین، مراقبین کودک، مربیان، معلم‌ها و روان‌شناس‌ها)

کتابی که همه باید بخوانند

تألیف: عاطفه دبیری

سرشناسه: دبیری، عاطفه، ۱۳۵۷ -
عنوان و نام پدیدآور: تربیت و مراقبت جنسی از نوزادی تا نوجوانی (برای والدین، مراقبین کودک، مربیان، معلمان و روانشناسان)
کتابی که همه باید بخوانند/تالیف عاطفه دبیری.
مشخصات نشر: تهران: طراحان ایماژ، ۱۴۰۳.

مشخصات ظاهری: ۹۶ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۳۴۶-۱۳-۷

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: کتابنامه.

موضوع: کودکان و امور جنسی

Children and Sex

امور جنسی -- آموزش به کودکان

Sex instruction for children

امور جنسی -- آموزش به نوجوانان

Sex instruction for teenagers

والدین و کودک -- جنبه‌های روان‌شناسی

Parent and Child -- Psychological aspects

کودکان -- سوءاستفاده جنسی -- پیشگیری

Child sexual abuse -- Prevention

رده بندی کُرهِ: HQ۷۸۴

رده بندی دیویی: ۶۲۰۶۵

شماره کتابشناسی دی: ۹۹۵۰۸۰

اطلاعات رکورد کتابشناسی: ۱۴۰۳

انتشارات طراحان ایماژ

تربیت و مراقبت جنسی از نوزادی تا نوجوانی

تألیف: عاطفه دبیری

شمارگان: ۲۰۰ نسخه

قیمت: ۲۲۰ هزار تومان

چاپ اول: زمستان ۱۴۰۳

صفحه آرا و گرافیک: موسسه فرهنگی و هنری طراحان ایماژ

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۳۴۶-۱۳-۷ ISBN:978-622-8346-13-7

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به موسسه فرهنگی و هنری طراحان ایماژ می‌باشد. این اثر مشمول قانون حمایت از حقوق مؤلفان و مصنفان مصوب سال ۱۳۴۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف منتشر یا بخش کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

تهران، میدان انقلاب خیابان کارگر جنوبی، خیابان روانمهر، بن‌بست دولتشاهی پلاک ۱ واحد ۳۱

تلفن: ۶۶۹۶۹۶۰۰ فکس: ۶۶۹۶۹۵۰ همراه: ۰۹۱۲۳۰۹۹۲۰۳

@emajpublication

www.emaj.ir

info@emaj.ir

فهرست

مقدمه.....	۹
فصل اول: والدین برای تربیت و مراقبت جنسی کودک چه رفتارهایی داشته باشند؟.....	۱۳
ارتقاء آگاهی والدین.....	۱۶
جدا کردن اتاق خواب کودک.....	۱۶
نبوسیدن لب و دیگر اعضاء حساس بدن کودکان.....	۱۸
نخندیدن به کودک.....	۱۹
چگونگی حمام کردن کودک.....	۲۰
ضرورت بستن در اتاق خواب والدین.....	۲۰
در صورتی که فرزندان رابطه جنسی شما را دید چه می‌توانید بکنید؟.....	۲۲
راز خوب/ راز بد.....	۲۲
نخوابیدن با کودکان.....	۲۳
نخوابیدن افراد فامیل با کودکان.....	۲۴
تنها نگذاشتن کودک در خانه.....	۲۵
به کار نبردن واژه‌های مستهجن.....	۲۵
توجه به خیال‌پردازی‌های کودک.....	۲۶
توجه به تغییرات ناگهانی کودک.....	۲۷
گفتن خاله، دایی، داداشی به دیگران ممنوع.....	۲۷
ضرورت کنترل رفت و آمد به خانه همسایه و دوستان.....	۲۸
پوشش مناسب پدر و مادر.....	۲۸
صمیمیت والد با کودک.....	۳۰
خودارضایی در کودک.....	۳۲

- دقت در مورد دوستان کودک..... ۳۴
- پذیرش جنسیت کودک..... ۳۴
- تماشا نکردن فیلم‌ها و عکس‌های روابط جنسی توسط کودکان..... ۳۶
- محدودیت استفاده از لوازم آرایش و خرید وسایل زنانه برای کودک..... ۳۷
- دست نزدن به اندام جنسی کودکان..... ۳۸
- آموزش نواحی خصوصی بدن..... ۴۰
- آموزش جرات "نه" گفتن..... ۴۱
- تعیین محدوده سنی برای دوستی با جنس مخالف..... ۴۲
- محدود کردن استفاده از گسی و اینترنت برای کودکان..... ۴۴
- فصل دوم سوءاستفاده جنسی از کودکان..... ۴۷**
- افسانه‌هایی در مورد سوءاستفاده جنسی از کودکان..... ۴۷
- تعریف سوء استفاده جنسی از کودک چیست؟..... ۴۸
- چه کسانی از کودک سوء استفاده جنسی می‌کنند؟..... ۴۹
- آیا آزار جنسی فقط در دخترها صورت می‌گیرد؟..... ۴۹
- آیا آزارگران جنسی فقط مردها هستند؟..... ۵۰
- آیا متجاوزین جنسی غریبه‌ها هستند؟..... ۵۰
- سوءاستفاده جنسی تا چه اندازه بر شخصیت فرد تأثیر می‌گذارد؟..... ۵۰
- الگوی سوءاستفاده جنسی از کودک و نوجوان در ایران چگونه است؟..... ۵۱
- کودکی که از او سوءاستفاده جنسی شده چه علائمی را از خود نشان می‌دهد؟..... ۵۱
- علائم کوتاه مدت..... ۵۲
- علائم بلند مدت..... ۵۳
- علائم خطر آفرین..... ۵۵

- ۵۶..... چگونه می‌توان از کودک در برابر آزار جنسی مراقبت کرد؟
- ۶۰..... پاسخ به برخی از پرسش‌های متداول در ارتباط با سوءاستفاده جنسی
- ۶۳..... فصل سوم: پرسش‌ها و رفتارهای جنسی کودکان
- ۶۵..... چرا در سن ۳ تا ۶ سالگی دخترها به پدرشان بیشتر علاقه نشان می‌دهند و پسرها به مادرشان؟
- ۶۶..... چرا آلت تناسلی من با پسرها فرق دارد؟
- ۶۷..... اگر فرزندان را هنگام دکتربازی لخت دیدید چه بکنید؟
- ۶۸..... اگر موهای پسر زیر ۴ سال را بلند کنیم و ببندیم چه تأثیری بر او دارد؟
- ۶۸..... چه موقع به فرزندم بگویم که حامله هستم؟
- ۶۸..... من از کجا آمدم؟ بچه خطری درست می‌شود و داخل شکم می‌رود؟
- ۷۰..... بچه چطور در شکم مادر رشد می‌کند؟
- ۷۲..... بچه چگونه به دنیا می‌آید و از کجا؟
- ۷۶..... توصیه‌هایی برای والدین
- ۷۶..... علت دست‌زدن به آلت تناسلی در پسرها چیست؟
- ۷۹..... فصل چهارم: بلوغ در دخترها و پسرها
- ۷۹..... بلوغ چیست؟
- ۸۰..... بلوغ زودرس چیست؟
- ۸۰..... بلوغ زودرس در چه سنی دیده می‌شود؟
- ۸۱..... وظیفه والدین در این شرایط چیست؟
- ۸۱..... اثرات بلوغ زودرس چیست؟
- ۸۳..... عوامل مؤثر در بروز بلوغ زودرس در کودکان کدامند؟
- ۸۵..... آنچه شما باید در مورد بلوغ فرزندان بدانید
- ۸۷..... توصیه‌هایی برای والدین

۸۸..... دخترها و پریود

۸۹..... نکته‌های پایانی

www.ketab.ir

مقدمه

سخن گفتن از مسائل جنسی کودکان بسیار اما صحبت نکردن از آن بسیار ظالمانه است. والدین این مسئولیت را دارند که از تربیت و مراقبت جنسی کودک آگاهی کافی و درست به دست آورند و آنچه را یاد گرفته‌اند در سن مناسب و به شکل درستی اجرا کنند. کودکان یکی از گروه‌های سنی آسیب‌پذیر هستند که در معرض انواع سوء استفاده‌ها از جمله سوء استفاده جنسی قرار دارند و تنها راه پیش‌گیری از این آسیب، ایجاد آگاهی در والدین است تا بتوانند فرزندشان را در محیطی پرورش دهند که بتواند بدون آسیب بر توانمندی‌هایش متمرکز شود تا آینده‌ای روشن داشته باشد.

از آنجایی که موضوع تربیت و مراقبت جنسی یک مبحث گسترده است اما دیده می‌شود که خانواده‌ها تنها از آموزش نواحی خصوصی بدن آگاهی دارند و متأسفانه اکثریتشان حتی نمی‌دانند از چه زمانی و چگونه باید به کودک در این مورد اطلاعات داد و به چه میزانی. از این‌رو در این کتاب هدفم این است که والدین را از موضوعات مهمی که در تربیت و مراقبت جنسی کودکان از بدو تولد دخالت دارد، آگاه کنم. چرا که هر والدی نیاز دارد بداند تا چه سنی فرزندش اجازه دارد کنار آنها بخوابد؟ از چه

سنی بهتر است جدا شود؟ آیا می‌توان هر پوششی را نزد کودک داشت؟ آیا فقط باید در مورد بوسیده شدن و بغل شدن کودک توسط غریبه‌ها به او آموزش داد یا اعضای خانواده و فامیل هم باید در نظر گرفته شوند؟ آیا لازم است که پدر و مادر در حمام کردن کودک اصولی را رعایت کنند؟ وقتی نصف‌شب کودک بیدار می‌شود و وارد اتاق خوابشان می‌شود کدام یک باید کودک را برگردانند و چرا؟ آیا باید نگران خودارضایی کودک بود؟ چه راهکارهایی برای حذف یا کاهش آن وجود دارد؟ سوء استفاده جنسی کودک چیست؟ آیا فقط دخول سوء استفاده جنسی است یا باید نسبت به حرف، نگاه و حتی لمس هم دقیق بود؟ آیا مواردی وجود دارد که بتوان پی برد که از کودک سوء استفاده جنسی صورت گرفته است؟ علائم کوتاه مدت و بلند مدت آن کدامند؟ همچنین کودکان پرستش‌هایی مطرح می‌کنند مانند من از کجا به دنیا آمدم؟ یک بچه چطور در شکم می‌رود؟ دهه‌ها "ماما" اولین پرسشی است که یک کودک خردسال در مورد حقایق زندگی می‌پرسد. این پرسش در کودکان بزرگتر نشانه شروع فهم کودک از خود به عنوان یک شخص منحصر به فرد است که پس از شش سالگی به سرعت جایش را به پرسش پر معناتر "جنسیت چیست" می‌دهد. در فصل آخر کتاب به پرسش‌های رایج کودکان در مورد مسائل جنسی پرداخته شده است.

نکته‌ای که باید به آن دقت کنید این است که برخی از والدین دستپاچه و نگران هستند و به محض اینکه متوجه می‌شوند باید به کودک آموزش داد متأسفانه سریع و در یک روز سعی می‌کنند هر چه یاد گرفته‌اند را به کودک بگویند تا از او مراقبت کرده باشند. در حالی که این روش، روش درستی نیست بلکه باید از داستان‌گویی برای زیر ۱۰ سال استفاده کرد و این آموزش‌ها می‌تواند مدتی طول بکشد.

سعی کنید موقع آموزش دادن به کودک دستپاچه نشوید. کودک را نترسانید. خودتان را کنترل کنید و با حفظ آرامش با کودک صحبت کنید. از گفتن جملات نادرستی مانند مواردی که پیش می‌آید جدا خودداری کنید: "هر کسی بذاره دیگران

باهاش اینکارو کنند خدا دوستش نداره"، "خدا آدمو کور می کنه"، "پدر و مادرها دیگه اون بچه ها رو دوست ندارن"، "ممکنه دیگه هیچ وقت نتونی زندگی خوبی داشته باشی" و نظیر اینها. متأسفانه والدین مایلند ترس های خود را به کودک منتقل کنند به امید اینکه کودک وقتی ترسید دیگر رفتار نادرستش را تکرار نکند. در حالیکه باید بدانند فقط در کودک ترس ایجاد می کنند و کودکان ترسو جرأت بیان واقعیت را ندارند.

اگر احساس می کنید که فرزندان بیشتر از سن خود کنجکاوی جنسی دارد یا از طریق وصل شدن به اینترنت یا دوستان بزرگتر، اطلاعات زیادی در رابطه با مسائل جنسی دریافت کرده است ضرورت دارد با مطالعه، متناسب با سن او برایش توضیحات لازم را داشته باشید. نکته مهم اینجاست که اگر فقط نادیده بگیرید و از جواب دادن به او طفره بروید شیوه درست نیست زیرا باعث می شود فرزندان از طریق دیگری به جواب برسند. بنابراین سعی کنید به جای نگران شدن، با آگاهی و اطلاعات درست که از طریق مطالعه یا مشاوره تخصصی به دست می آورید، بیشتر در دسترس باشید.

بسیاری از والدین به این امید کتاب های کودک را تهیه می کنند تا بتوانند برای پرسش های اساسی خود پاسخی پیدا کنند. در این کتاب تلاش کردم به پرسش های متداول والدین در ارتباط با مسائل جنسی، تربیت و مراقبت جنسی کودکان پاسخ روشن و در عین حال علمی بدهم. لذا مطالعه این کتاب را به تمامی والدین، مراقبین کودک، مربیان مهد کودک و پیش دبستانی، پرستاران و روانشناسان توصیه می کنم.

atefehdabiri57@gmail.com