

روشی برای پیشگیری از سوءاستفاده از کودکان و جلوگیری از آزار جنسی آنها

# آموزش خودمراقبتی

سخنی با مادران، پدران، معلمان و مربیان

دکتر الهه خوشنویس، شیما ستاری

|                                                                                                                                                                       |                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| خوشنویس، الهه، ۱۳۵۲ -                                                                                                                                                 |                        |
| آموزش خودمراقبتی؛ روشی برای پیشگیری از سوءاستفاده از کودکان و جلوگیری از آزار جنسی آنها / الهه خوشنویس - شیما ستاری؛ ویراستار؛ منصوره یزدانی - تهران: نشر ثالث، ۱۳۹۸. |                        |
| ۷۶ ص.                                                                                                                                                                 | شابک ۶-۴۵۴-۴۰۵-۶۰۰-۹۷۸ |
| ISBN 978-600-405-454-6                                                                                                                                                |                        |
| که دکان سوءاستفاده جنسی - پیشگیری                                                                                                                                     |                        |
| Child Sexual Abuse - Prevention                                                                                                                                       |                        |
| کودک رازی - پیشگیری                                                                                                                                                   |                        |
| Child Abuse - Prevention                                                                                                                                              |                        |
| ری، شیما، ۱۳۶۵                                                                                                                                                        |                        |
| یزدانی، منصوره، ۱۳۴۴، تهران: نشر ثالث                                                                                                                                 |                        |
| ۳۶۲/۷۶                                                                                                                                                                | IV ۶۵۷۰                |



دفتر مرکزی: خیابان کریمخان زند / بین ایرانشهر و ماهشهر / پ ۱۵۰ / طبقه چهارم  
فروشگاه شماره ۵۰۰ / خیابان کریمخان زند / بین ایرانشهر و ماهشهر / پ ۱۴۸  
فروشگاه شماره دو: اتوبان شهید بهشتی / مجتمع ایران مال / طبقه G3 / شماره ۱۸۳  
توزیع: خیابان کریمخان / بین ایرانشهر و ماهشهر / پ ۱۵۰ / طبقه همکف  
تلفن گویا: ۷-۸۸۳۲۵۳۷۶-۲۴۳۷-۸۸۳۱۰۰۰-۸۸۳۱۰۷۰۰-۸۸۸۶۱۶۶۶

سایت اینترنتی: [www.salesspub.com](http://www.salesspub.com)

پست الکترونیکی: [info@salesspub.com](mailto:info@salesspub.com) - [salesspub@gmail.com](mailto:salesspub@gmail.com)

- آموزش خودمراقبتی؛ روشی برای پیشگیری از سوءاستفاده از کودکان و جلوگیری از آزار جنسی
- الهه خوشنویس - شیما ستاری • ویراستار: منصوره یزدانی چالشتی • ناشر: نشر ثالث
  - مجموعه بهداشت روانی
  - چاپ اول: ۱۳۹۸ / ۵۵۰ نسخه
  - لیتوگرافی، چاپ و صحافی: نشر ثالث
  - کلیه حقوق محفوظ و متعلق به نشر ثالث است.
  - شابک: ۶-۴۵۴-۴۰۵-۶۰۰-۹۷۸
  - ISBN 978-600-405-454-6

## فهرست

- ۹..... پیشگفتار
- ۱۳..... ۱. ضرورت و اهمیت آموزش خودمراقبتی به کودکان
- ۱۸..... ابعاد رشد بلوغ جنسی
- ۱۸..... رویکرد جوامع مختلف در برابر ابعاد رشد و بلوغ جنسی
- ۱۸..... خودمراقبتی از دیدگاه روانشناسی و مشاوره
- ۱۹..... رفتارهای جنسی کودکان در بین مختلف
- ۲۱..... کودکان شش تا نه سال:
- ۲۳..... کودکان ده تا سیزده سال:
- ۲۴..... سیزده تا هجده سالگی: دوره بلوغ (دوره تضاد سالها)
- توصیه‌هایی در باره تربیت جنسی کودکان تا پنجسالگی (دوران)
- ۱۵..... ورود به دبستان)
- توصیه‌هایی در باره تربیت جنسی کودکان شش تا نه سال (ورود به
- دبستان)..... ۲۶
- ویژگی کودکان ده تا دوازده سال..... ۲۷

توصیه‌هایی در باره تربیت جنسی نوجوانان سیزده تا هجده سال

۲۸ ..... (دوره بلوغ)

راه کارهایی برای پیشگیری از بیداری احساس جنسی پیش از موقع

۲۸ ..... (بلوغ زودرس)

۲۹ ..... مراحل مختلف هویت جنسیتی در کودکان

۳۰ ..... جنسیت

۳۱ ..... هویت جنسی

۳۲ ..... نقش جنس

۳۳ ..... گفتگو با کودکان در باره کنجکاوی‌های جنسی

۳۵ ..... شیوه پاسخ‌گویی به سوالات جنسی کودکان

۳۶ ..... نمونه‌هایی از سوالات کودکان

داستانی برای پاسخ به سوال کودکان در باره این که من از کجا آمدم ۳۷

۴۱ ..... ۲. آشنایی با مصادیق کودک‌آزاری

۴۱ ..... انواع کودک‌آزاری

۴۲ ..... کودک‌آزاری جسمی

۴۳ ..... کودک‌آزاری عاطفی

۴۳ ..... بهره‌کشی اقتصادی

۴۴ ..... مسامحه یا غفلت

۴۵ ..... کودک‌آزاری جنسی

۴۸ ..... در صورت مواجهه با کودک‌آزاری جنسی چه باید کرد؟

۴۹ ..... پیشگیری از کودک‌آزاری جنسی

- ۵۰ ..... سوءاستفاده‌کنندگان جنسی از کودکان چه کسانی هستند؟
- ۵۱ ..... کودک‌خواهی (پدوفیلیا).....
- ۵۲ ..... ویژگی‌های افراد کودک‌خواه.....
- سوءاستفاده‌کننده و آزارگر جنسی آشنا چگونه به کودک نزدیک می‌شود؟..... ۵۳
- سوءاستفاده‌کننده و آزارگر جنسی غریبه کجا به کودک نزدیک می‌شود؟..... ۵۴
- چه که دکانی در معرض خطر سوءاستفاده و آزار جنسی هستند؟..... ۵۴
- رءاستفاده‌کننده و آزارگر جنسی از چه راه‌هایی مانع از افشاگری می‌شود؟..... ۵۶
- نشانه‌های رداری کودکان که از آن‌ها سوءاستفاده شده و به آن‌ها تعرض جنسی شده است..... ۵۷
- نشانه‌های جسمی کودک آسیب‌دیده..... ۵۸
- در صورت مواجهه با کودک‌آزاری جنسی چه باید کرد..... ۵۹
- خطراتی که از طریق تلفن همراه و اینترنت کودکان را تهدید می‌کند..... ۶۱
- پورنوگرافی کودکان..... ۶۲
- توصیه‌هایی برای والدین..... ۶۳
۳. آموزش خودمراقبتی کودک توسط والدین..... ۶۷
- مفهوم خصوصی و غیرخصوصی..... ۶۸
- قوانین مربوط به حریم خصوصی..... ۶۸
- مفهوم حسن خوب و حسن بد..... ۶۹

- ۷۰ ..... مفهوم راز خوب و راز بد
- ۷۱ ..... تفاوت هدیه و رشوه
- ۷۱ ..... مهارت نه گفتن
- ۷۲ ..... فوریت‌های اجتماعی
- ۷۲ ..... تعریف حریم خصوصی
- ۷۶ ..... منابع

## پیشگفتار

انجمن حمایت از حقوق کودکان، با مجوز شماره ۱۱۳۳۸ اداره کل شرکته‌ها، با هدف حمایت از حقوق کودکان در مقام سازمانی مردم‌نهاد، مستقل، غیرسیاسی و غیرانتفاعی در ۱۳۷۳ آغاز به کار کرد. هدف اصلی انجمن تبلیغ و ترویج پیمان‌نامه جهانی حقوق کودکان<sup>۱</sup> است. این انجمن می‌کوشد تا با تکیه بر فعالیت‌های مردمی و داوطلبانه اعضای خود، برای بهبود وضعیت زندگی کودکان مشارکتی فعال داشته باشد و با رعایت کامل قوانین جمهوری اسلامی ایران، در زمینه‌های مختلفی چون تحصیل کودکان، اطلاع‌رسانی، آموزش، مراقبت‌های بهداشتی برای خانواده‌ها، خدمات مشاوره‌ای ارائه کند و نیز به کودکانی که بر اثر بلایای طبیعی

---

۱. سن کودکی مطابق ماده ۱ کنوانسیون جهانی حقوق کودک ۱۸ - سال تعریف شده است؛ تمام انسان‌ها در این بازه سنی بدون در نظر گرفتن جنسیت، قومیت، نژاد، طبقه، ملیت و مذهب، کودک محسوب می‌شوند و دولت‌ها، پدران و مادران و بزرگسالان باید آن‌ها را حمایت کنند.

و اجتماعی و شرایط دشوار زندگی آسیب دیده‌اند عملاً یاری برسانند. مواردی مانند حمایت از کودکان کار، کودکان بی‌سرپناه، کودکان قربانی سیل یا جنگ و کودکانی که از آن‌ها سوءاستفاده شده است از جمله فعالیت‌های انجمن برای تحقق پیمان‌نامه جهانی حقوق کودک در ایران است.

دوران کودکی مهم‌ترین مرحله رشد و بارزترین مقطع تکامل جسمی و روانی کودک است و بر این اساس، هر گونه آسیب به آزار در این دوران پیامدهای طولانی‌مدت به دنبال خواهد داشت و آینده کودک را تحت تأثیر قرار خواهد داد. دنیای امروز در کنار بحران محیط‌زیست، بحران اقتصادی و فقر، تمایز رنگ و نژاد، ناامنی، شاهد بحران‌های اجتماعی نیز هست که یک از مهم‌ترین و دردناک‌ترین آن‌ها معضل اجتماعی، فرهنگی و روان‌شناختی کودک آزاریست. آثار و نتایج کودک‌آزاری را از دو منظر آثار کوتاه‌مدت و آثار بلندمدت می‌توان بررسی کرد؛ به این معنا که برخی از این آثار فقط برای کودک مطرح است و مشکلاتی را برای خود او ایجاد می‌کند، اما آثار بلندمدت کودک‌آزاری علاوه بر خود فرد، متوجه اجتماع و افراد دیگر نیز می‌شود؛ به عنوان اساس، عوارض جسمی و عاطفی همچون ترس و اضطراب، احساس گناه، اضطراب، افسردگی، بی‌خوابی، کاهش اعتماد به نفس، فرار از خانه، خودکشی و تبدیل کودک به یک شخصیت ناپه‌نجار و ضد اجتماعی از آثار و نتایج کودک‌آزاری است. همه کودکان دنیا موجودات آسیب‌پذیری هستند که هر



یک از ما بزرگسالان وظیفه داریم از آنان حمایت کنیم و زمینه تحصیل و رشد جسمی، ذهنی، معنوی، اخلاقی و اجتماعی آنها را فراهم کنیم.

آرمان انجمن حمایت از حقوق کودکان آگاه کردن و توانمندسازی کودکان، والدین و مربیان و فراهم ساختن شرایطی است که در آن از هیچ کودکی در ایران سوء استفاده نشود و آزار نبیند و از او بهره‌کشی جنسی نشود.

www.ketab.ir