

کلیدهای طلایی تربیت جنسی

از تولد تا بلوغ

مؤلف:

شهین شفیعی متنیق



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۴۰۰

www.ketab.ir

سرشناسه	:	شفهعی متق، شهین، ۱۳۶۵-
عنوان و نام	:	کلیدهای طلایی تربیت جنسی از تولد تا بلوغ/مولف شهین
پدیدآور	:	شفهعی متق،
مشخصات نشر	:	تهران : آوای نور، ۱۴۰۰.
مشخصات	:	۱۱۱ ص.؛ ۵/۱۲×۵/۲۱ س.م.
ظاهری	:	
شابک	:	978-600-309-823-7
وضعیت فهرست	:	فیا
نویسی	:	
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	امور جنسی -- آموزش به کودکانSex instruction for children
موضوع	:	امور جنسی -- آموزش به نوجوانان
موضوع	:	Sex instruction for teenagers
موضوع	:	کودکان و امور جنسیChildren and Sex
موضوع	:	نوجوانان -- رفتار جنسیTeenagers -- Sexual behavior
رده بندی کنگره	:	HQ۵۷
رده بندی دیویی	:	۶۳۹/۶۵
شماره	:	۸۵۰۲۸۲۵
کتابشناسی	:	
ملی	:	
اطلاعات رکورد	:	فیا
کتابشناسی	:	

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

www.ketab.ir

کلیدهای طلایی تربیت جنسی از تولد تا بلوغ

مؤلف: شهین شفیعی متق

ناشر: آوای نور

چاپ: اول ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۸۲۳-۷



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،

پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

همه‌ی حقوق برای ناشر و مؤلف محفوظ است. قیمت ۴۰۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۱۱.....	پیشگفتار
۱۳.....	فصل اول: ضرورت و لزوم تربیت جنسی
۱۵.....	تربیت جنسی چیست و از چه سنی آغاز می‌شود؟
۱۵.....	تفکیک جنسیتی تا چه حد صحیح است؟
۱۷.....	چه کسی مسئول تربیت جنسی فرزند ما است؟
۱۷.....	اهمیت تربیت جنسی
.....	چرا والدین از تربیت جنسی طفره می‌روند؟ در این صورت چه خطراتی فرزندانشان را
۱۸.....	تهدید می‌کند؟
۲۰.....	اهداف تربیت جنسی
۲۳.....	فصل دوم: درک جنسی کودکان در سنین مختلف
۲۵.....	تولد تا ۵ سالگی
۲۶.....	۶ تا ۹ سالگی
۲۷.....	۹ تا ۱۳ سالگی
۲۹.....	فصل سوم: آموزش حریم خصوصی
۳۱.....	دستشویی
۳۳.....	حمام
۳۴.....	یاددادن نام الت لاندانم تناسلی
۳۶.....	آموزش مفهوم خصوصی به کودکان
۳۶.....	بوسیدن از لب کودک ممنوع
۳۷.....	کارکرد قسمت‌های خصوصی بدن
۳۹.....	جدا کردن اتاق خواب کودک
۴۰.....	قوانین اتاق خواب والدین
۴۰.....	آموزش در زدن به کودکان

- اگر کودکان شما را در حین رابطه‌ی جنسی ببیند ۴۱
- ابراز احساسات والدین به یکدیگر در مقابل کودک چگونه باشد؟ ۴۲
- در خانه چه لباسی بپوشیم؟ ۴۲
- فصل چهارم: خودارضایی کودکان** ۴۳
- خودارضایی کودکان ۴۵
- راهکارها ۴۶
- نمایشهای رفتار با کودکی که خودارضایی می‌کند ۴۷
- چه زمانی نگران خودارضایی کودک شویم؟ ۴۸
- علل خودارضایی کودکان ۴۸
- فصل پنجم: سؤالات جنسی و بازی‌های جنسی کودکان** ۵۱
- سؤالات جنسی کودکان ۵۳
- قوانین پاسخ به سؤالات جنسی ۵۳
- نمونه‌هایی از سؤالات جنسی متداول و پاسخ صحیح به آن‌ها ۵۴
- من در عروسی شما کجا بودم؟ ۵۴
- چرا پدر و مادر باید ازدواج کنند تا فرزند دار شوند؟ ۵۴
- کودک چگونه به دنیا می‌آید؟ ۵۴
- نوزاد چگونه وارد شکم مادر می‌شود؟ ۵۵
- پازل‌ها کجا هستند؟ ۵۶
- چگونه پازل‌ها کنار هم قرار می‌گیرند؟ ۵۶
- چرا مردان حامله نمی‌شوند؟ ۵۶
- در چه سنی و چگونه تولیدمثل را توضیح دهید؟ ۵۶
- چگونه اسپرم و تخمک با هم ترکیب می‌شوند؟ ۵۷
- اگر سؤالی پرسید که شما نمی‌دانید، باید چه جوابی بدهید؟ ۵۷
- اگر فرزندم هیچ سؤال جنسی نپرسید چه کار کنم؟ ۵۸
- بازی‌های جنسی کودکان (دکتر بازی) ۵۹
- اگر کودک بازی جنسی انجام داد ۵۹

فصل ششم: پیشگیری از سوءاستفاده‌ی جنسی ۶۱

سوءاستفاده‌ی جنسی چیست؟ ۶۳

آمارهای تجاوز جنسی ۶۳

باورهای غلط در مورد سوءاستفاده‌ی جنسی و تصحیح آن‌ها ۶۴

از کجا تشخیص دهیم که کودکی مورد سوءاستفاده قرار گرفته است؟ ۶۶

علائم فیزیکی ۶۶

علائم رفتاری ۶۶

علائم کلامی ۶۷

چرا کودکان سوءاستفاده را فاش نمی‌کنند؟ ۶۷

نکات کلیدی پیشگیری از سوءاستفاده‌ی جنسی ۶۸

متجاوزان چه کودکانی را انتخاب می‌کنند؟ ۷۰

انواع لمس ۷۱

لمس امن و احساس خوب ۷۱

لمس ناامن و احساس بد ۷۱

احساس مشکوک ۷۲

تفاوت راز خوب و راز بد ۷۳

در کودکان ایجاد رعب و وحشت نکنید ۷۳

نحوه‌ی برخورد با کودکی که مورد سوءاستفاده قرار گرفته است ۷۵

فصل هفتم: دوران نوجوانی و بلوغ ۷۷

ویژگی‌های نوجوان در دوران بلوغ ۷۹

مراحل بلوغ ۸۱

پیش از بلوغ ۸۱

چه عواملی در سن بلوغ تأثیر دارد؟ ۸۴

نحوه‌ی توضیح بلوغ دختران ۸۴

آموزش نحوه‌ی استفاده از نوار بهداشتی ۸۸

نحوه‌ی توضیح بلوغ پسران ۸۹

مرحله‌ی پس از بلوغ ۹۱

پیشگفتار

هنوز آن عصر سرد پاییزی در کوچه‌ای خلوت یادم نرفته است، من و خواهرم کنار در منزلمان ایستاده بودیم و بیرون را نگاه می‌کردیم. ناگهان زنی که کمی آن طرف‌تر ایستاده بود و گونی خالی بزرگی در دستش بود ما را صدا زد و از ما خواست که از خانه دور شویم و با او برویم تا ما را جایی ببرد و در آنجا به ما کیک دهد. سریعاً به داخل خانه رفتیم و در را بستیم. چون از قبل مادرم این مسائل را توضیح داده بود. اگر مادرم خود مراقبتی را یادمان نداده بود نمی‌دانم چه سرنوشتی داشتیم و الآن کجا بودیم. البته پیشگیری از سوءاستفاده و آموزش خودمراقبتی بدون ایجاد رعب و وحشت در کودکان، تنها یکی از مباحثی است که در این کتاب مطرح خواهد شد. این کتاب مجموعه‌ی کاملی است از اطلاعاتی که شما برای تربیت جنسی کودک و نوجوان به آن نیاز دارید.

در این کتاب خواهید آموخت در هر سنی چگونه با مسائل مربوط به رشد جنسی کودک و نوجوان برخورد کنید. همین‌طور به مباحث مربوط به آموزش حریم خصوصی به کودکان، نحوه‌ی رفتار مناسب با بازی‌های جنسی کودکان (دکتر بازی)، نحوه‌ی پاسخ به سؤالات جنسی کودکان، پیشگیری از سوءاستفاده جنسی، بلوغ و دوره‌ی نوجوانی، مدیریت فضای مجازی برای کودک و نوجوان و ارتباط آن به تربیت جنسی و سایر مطالب کاربردی دیگر خواهیم پرداخت.

هدف آن است والدین بعد از خواندن این کتاب بتوانند باشند و خودشان مسئولیت تربیت جنسی فرزندانشان را به عهده بگیرند. این کتاب برای والدین، مربیان، روان‌شناسان و هر فردی که به نحوی با کودکان در ارتباط هست نوشته شده است.