

לדבר עם ילדים על... מין ומיניות?!?

שיח בריא בנושא מין,
מיניות ומוגנות

כתיבה ועריכה: ד"ר שרונה דובדבן ששון, רופאת ילדים



בריאות ורווחת הילד בקהילה
Community Child Health & Well Being
صحة ورعاية الطفل في المجتمع المحلي

גושן
GOSHEN

ארגז הכלים שלי
ערכת הדרכה בקהילה לאנשי מקצוע

עמותת 'גושן' פועלת למען קידום בריאותם ורווחתם של כל הילדים במסגרת המשפחתית והקהילתית, תוך שיפור יכולתם של אנשי מקצוע מכל התחומים לתת מענה לצרכים בריאותיים מגוונים של ילדים, הגברת השימוש בידע, מידע ופרקטיקה מבוססי-מחקר ותמיכה בהורים תוך שיתוף פעולה עם כלל הגורמים הרלוונטיים בקהילה.

במסגרת עבודתנו, העמותה מקדמת תפיסה מורחבת של תפקיד רופא הילדים בקהילה. במקום איש מקצוע המטפל בחולי ובעיות בריאותיות על פי דרישה ופנייה בלבד, אנו מציעים תפיסה הרואה ברופא הילדים ציר מרכזי בקהילה בה הוא פועל. ככזה, רופא הילדים, כמו גם אנשי מקצוע אחרים הפועלים בקהילה, אמונים על מתן מענה למגוון אתגרים - התפתחותיים, התנהגותיים ובריאותיים, איתם מתמודדים הורים, כמו גם על העברת מידע מבוסס מחקר באופן נגיש במגוון נושאים רלוונטיים.

על סמך תפיסה זו, פותח בעמותה 'ארגז הכלים שלי': ערכות הדרכה בקהילה לאנשי מקצוע.

אנשי מקצוע המעוניינים ליזום הדרכות להורים, לצוותים חינוכיים, טיפוליים ועוד, יוכלו למצוא באתר האינטרנט שלנו ערכות הדרכה במגוון נושאים: גמילה מחיתולים; שינה בריאה ונכונה; מתי לפנות לרופא; ילדים, אינטרנט ומסכים; מיניות בריאה אצל ילדים; סרבנות אכילה ועוד.

כל ערכה נכתבת ונערכת על ידי רופא ילדים או איש מקצוע מוביל ורלוונטי אחר, ומכילה סקירת ספרות, מצגת מוכנה להרצאה וטקסט נלווה למצגת.

הקבצים זמינים להורדה בחינם לכל דורש באתר 'איך גדלת!'. בנוסף יוכלו אנשי המקצוע המעוניינים בכך לרכוש בכל ערכה שי לחלוקה בסיום ההדרכה, המתאים לנושא המדובר: כרטיס 'לילה טוב', טבלת הצלחות לגמילה, ריכוז 'דגלים אדומים' המצריכים פנייה לרופא, משחק זיכרון חינוכי למשחק הורה-ילד משותף ועוד.

מטרת הפרויקט היא לעודד את רופאי הילדים, האחיות ואנשי מקצוע נוספים, הפעילים בקהילה בקרב ילדים ומשפחותיהם, ליזום קשר ישיר ובלתי אמצעי עם חברי הקהילה ועם אנשי המקצוע השונים הסובבים אותם, וכך ליצור מערכת אינטגרטיבית ומקיפה המכוונת זרקור אל בריאותם ורווחתם של הילדים בקהילה.

מין, מיניות ומוגנות בילדים - סקירת ספרות

שלו. מומלץ להשתמש במילים ברורות בהתאם לגיל הילד, כולל שמות האיברים השונים.

האווירה והאופן שבהם יתקיימו שיחות בנושא מין, מיניות, דימוי גוף ויחסים יקבעו במידה רבה כיצד יחוה ילד את התפתחותו המינית. אף פעם לא מוקדם מדי לשוחח על מין עם ילדים. שיחה בנושאים אלה בגיל צעיר מסייעת לנרמל אותם כעוד שלב התפתחותי בדרך. היא גם משמשת בסיס לשיחות המשך, ומבטיחה כי הילד יחוש בנוח לפנות אל הוריו בשאלות או לקבלת עזרה.

הפיכת נושא המין לטאבו, התעלמות ממנו או חוסר מענה לשאלות עלולים לגרום לילד לקשר מיניות עם תחושות של בושה וגועל, ולבחור שלא לפנות להוריו אם תתעורר בעיה. המסר העיקרי שיש להעביר בשיחה הראשונה הוא ההזמנה לבוא ולשוחח על נושאים אלה ללא מבוכה או חשש, וההבטחה לילד כי יקבל מענה אמין וכן על כל שאלותיו. אם תצליחו ליצור ערוץ תקשורת בנושא זה, הוא ילווה את התפתחותו המינית של ילדכם, ואתכם במהלכה, באופן מיטבי.¹

מחקרים מראים כי במקרים שבהם קיימים יחסים טובים בין ההורים לילדיהם, ונערכות שיחות פתוחות וכנות לגבי גופם, מיניות ומערכות יחסים, הילדים נוטים להמתין עם קיום יחסי המין לגיל מאוחר יותר, לקיים יחסים עם פחות בני זוג ולהקפיד על מין בטוח.²

התפתחות מינית תקינה

תהליך ההתבגרות המינית מתחיל בעלייה בהפרשת הורמון GnRH בהיפותלמוס, שמעוררת הפרשה של הורמוני יותרת המוח, LH ו-FSH. אלה בתורם מובילים להפרשה של הורמוני המין טסטוסטרון (בנים) ואסטרוגן (בנות) מהגונדות - איברי הייצור והאחסון של תאי הרבייה - המובילים להתפתחות מינית.

בשנים האחרונות חלו כמה שינויים בסביבה שבה אנו חיים, שהובילו לעיסוק מוקדם מבעבר במיניות אצל ילדים ובני נוער. עם השינויים נמנות, למשל, הירידה בגיל שבו מתחילה ההתפתחות המינית, וכן הירידה בגיל החשיפה לאינטרנט ולמדיה שמכילים תכנים מיניים. נוסף על כך נצפתה ירידה באמפטיה לסביבה בקרב ילדים, וכן עלייה במקרי האלימות המינית. כל אלה ועוד מעלים את חשיבות השיח הנכון בנושא מיניות, מוקדם ככל האפשר. חשוב להדגיש: מטרת סקירה זו אינה ליצור פאניקה, אלא להעלות את הבעיה למודעות ולשיח ולהקדים שיחה לחשיפה.

מטרות הסדנה להורים:

- יצירת ערוץ תקשורת פתוח וחיובי בנושאי מיניות, לשאלות, לבידורים, ליעוץ, ובמקרה הצורך - גם לפנייה לעזרה.
- חינוך לאמפטיה לאחר באופן כללי, אך בעיקר בנושא רגיש וחשוב זה.
- הגדרת גבולות ברורים של מותר ואסור, בהתאם לגיל ולנרמנות של המשפחה.
- חינוך לאסרטיביות בעת הימצאות בסיטואציה שאינה נוחה או מסוכנת.
- ליווי הילד במהלך התפתחותו המינית התקינה, כפי שאנו מלווים אותו בכל תהליך התפתחותי אחר.
- הסבר ותיווך תכנים שאליהם הילד נחשף בטלוויזיה, בפרסומות ובאינטרנט, כמו גם בשמיעה אקראית של חדשות.
- חשיפה לכמה עובדות חשובות בנושאי מיניות, על מנת להגביר מודעות והסברה של ההורים.

בדומה לכל התפתחות גופנית אחרת, חשוב להכין את הילדים לשינויים שגופם עתיד לעבור. כדאי להשתמש בשפה פשוטה וברורה, מותאמת לגיל הילדים. מומלץ לערב בשיחה את שני ההורים כדי להקל על המבוכה, ליצור ערוץ תקשורת פתוח עם שניהם ולתת דוגמה של תקשורת פתוחה. יש לוודא שפה משותפת עם הילד, לברר מה הוא יודע ולדייק את הידע

הסימן הראשון לתחילת ההתבגרות המינית אצל בנות הוא הנצת שדיים, ואצל בנים - עלייה בנפח האשכים. התהליך כולו נמשך שלוש-ארבע שנים, וכולל הופעת שיער בבתי השחי, שיער ערווה וצמיחה לגובה בשני המינים. אצל בנים יופיע שינוי בקול, שיעור על הפנים וגדילה של הפין. אצל בנות תופיע עלייה ברקמת השומן ושינוי בהרכב הגוף. ההתבגרות המינית בשני המינים מסתיימת עם הבשלת הפוריות, המתבטאת בקבלת הווסת אצל בנות, ובייצור הזרע אצל בנים.

אוננות

אוננות בילדות מאופיינת בגרייה עצמית של איברי הגניטליה, המלווה לעיתים קרובות בתנוחות ובתנועות לא שגרתיות, בהזעה, בסומק, בטכיפניאה (עלייה בקצב הנשימה) ועוד. האוננות מתחילה לרוב בשלב מוקדם בילדות - סביב גיל שנה - בתדירות של פעם בשבוע עד כמה פעמים ביום, ומשכה מספר דקות.[[]^{3]}

לעיתים טועים באבחון האוננות ומפרשים אותה כפרכוס, כהפרעת תנועה, ככאבי בטן או כמצבים רפואיים אחרים - טעות שעלולה להוביל לריבוי בדיקות מיותרות. חשוב להכיר את מאפייני התופעה, ואם אין חשד לפגיעה מינית, ניתן להרגיע את ההורים כי מדובר בשלב התפתחותי טבעי.

יש לשים לב לכך שתגובות הסביבה עלולות ליצור אצל הילדים תחושות אשמה ובושה שאינן במקומן. בהתאם לרקע התרבותי המקובל במשפחה, ניתן ללמד את הילד כי אוננות היא דבר פרטי, שמקובל לעשות בצנעה.

התבגרות מינית מוקדמת

התבגרות מינית מוקדמת מוגדרת כהופעת סימני מין משניים בבנות לפני גיל שמונה, ובבנים לפני גיל תשע. לעיתים מדובר בווריאנט של התפתחות תקינה, ולעיתים בתוצאה של מצבי מחלה. ההשלכות הרפואיות של התבגרות מינית מוקדמת כוללות גובה סופי נמוך ביחס לפוטנציאל הגנטי, וקשיים בהתמודדות בשל חוסר בשלות רגשית. ניתן לטפל בהתבגרות מינית מוקדמת באמצעות טיפול הורמונלי.

בשנים האחרונות מדווחת ירידה בגיל תחילת ההתבגרות המינית, וירידה דרמטית יותר בקרב ילדות ממוצא אמריקאי אפריקאי. הירידה לא דווחה גם בבנים. הסיבות לירידה בגיל אינן ידועות בוודאות, אך ניתן להסביר זאת בהשמנה (הפרשת הורמונים על ידי רקמת שומן), באכילת מזון עשיר בפיטואסטרוגנים ובחשיפה למפרים אנדוקריניים סביבתיים (כימיקליים המשמשים כתוספים במוצרי פלסטיק, קוסמטיקה, חומרי הדברה ועוד).[[]^{4]}

קיום יחסי מין בגיל מוקדם

בני נוער שלא נחשפו להסברה מינית ראויה נוטים להאמין כי התוצאה הלא רצויה העיקרית מקיום יחסי מין היא כניסה להיריון. הם אינם מודעים לסיכונים נוספים כגון מחלות מין, ואינם מביאים בחשבון היבטים רגשיים נלווים.

היעדר הסברה בשילוב החשיפה הנפוצה לפורנו בגיל צעיר מעלים את הסבירות להיעדר קישור בין יחסי מין לרגשות. אחת התוצאות היא קיום יחסי מין אוראליים ואף אנאליים ללא הגבלה, וללא צורך בהקשר רגשי או בקיום מערכת יחסים זוגית, משום שהללו אינם מובילים להיריון. לא נדיר לשמוע מבני נוער כי התנסו ביחסים מסוג זה עם בני זוג אקראיים, תוך שמירת היחסים הווגינליים לזוגיות הקבועה.

קיום יחסי מין בגיל מוקדם (לפני גיל 15) מעלה את הסבירות לריבוי בני זוג, לקיום יחסי מין לא מוגנים, להדבקה ולהידבקות במחלות מין, להריונות לא רצויים, וכן לקשיים בהגעה לאורגזמה ועוררות מינית.[[]^{5]} גורמים מנבאים לקיום יחסי מין בגיל מוקדם כוללים השכלת הורים נמוכה, הכנסה ירודה, מגורים עם אחר מאשר שני ההורים הביולוגיים ואיכות קשר ירודה בין ההורים לילד.[[]^{7]}

נוסף על כך, צריכת אלכוהול מעלה את הסבירות לחוויה פחות נעימה של יחסי המין, וכן לקיום יחסי מין עם בן זוג שעלול להיות מסוכן ולקיום יחסי מין שלא מרצון.[[]^{8]}

בדיקת דימוי הגוף של בני נוער בעיני עצמם לאחר קיום יחסים בפעם הראשונה העלתה כי בעיני בנים, דימוי הגוף משתפר

לאחר קיום יחסי מין בפעם הראשונה. לעומת זאת, בעיני בנות חלה ירידה בדימוי הגוף לאחר קיום יחסי מין בפעם הראשונה.[[]^{9]}

הומוסקסואליות וביסקסואליות

התפתחות הזהות המינית של הומוסקסואלים, לסביות או ביסקסואלים היא תהליך מורכב ולעיתים קשה. בשונה ממיעוטים אחרים, רוב ההומוסקסואלים, הלסביות והביסקסואלים אינם גדלים בהכרח בקהילה או בסביבה בעלת נטיות דומות. הם עלולים להיתקל בבורות באשר לנטיותיהם, או חמור מכך - בעוינות גלויה.

פעמים רבות הם עוברים את תהליך גילוי הזהות המיניות שלהם באופן פרטי, ולעיתים גם בבדידות, ללא כל הכנה וללא כל תמיכה. זהו הליך שכולל מרכיבים קוגניטיביים, התנהגותיים והשלכות חברתיות, ומעמיד אותם בסיכון להצקות, להטרדות, לבריונות ואף לדיכאון.[[]^{10]}

קיימים ארגונים שונים המתמחים בליווי בני נוער בשלבים של התלבטויות ואף בשלבי ה"יציאה מהארון", כגון ארגון חוש"ן, ארגון הנוער איגי וארגון "כמוך" שמטפל בהומוסקסואלים דתיים. ההורים יכולים להחליט אם להוות חלק מהתהליך שהנער או הנערה עוברים וללוות אותם, לבין האפשרות להציע להם גורם תומך אחר.

פגיעה מינית בילדים

מעשים או משחקים בעלי אופי מיני בין ילדים, הם לעתים קרובות שלב התפתחותי תקין, הכולל, בין היתר, בדיקת גבולות. חשוב ללוות אותם בהכוונה והצבת גבולות. כדאי לרתום את ההזדמנות ללימוד הסכמה ואמפטיה, ולוודא כי מדובר בילדים בני גילאים ושלב התפתחותי דומה.

מחקרים מראים כי השכיחות לפגיעה מינית בילדים היא גבוהה, וכי כ-25% מהנשים וכ-10% מהגברים עברו פגיעה מינית אחת לפחות לפני גיל 16. מרבית המקרים מתרחשים על ידי אדם מוכר למשפחה או בן משפחה.

לעתים קרובות יכול להתייצב רופא הילדים כחוצץ בין הילד

לבין התוקף, ובידיו לאבחן ולעצור את מסכת ההתעללות שעובר הילד. התייצגות רפואית מחשידה כוללת דלקות חוזרות בדרכי השתן, דלקת הנרתיק והפות (וולווגיניטיס) ואוננות קיצונית. דגלים אדומים נוספים כוללים שינויים קיצוניים בהתנהגות, אמירות או פעולות בעלות אופי מיני שאינן תואמות לגיל וכדומה.

מטרתנו אינה לזרוע פחד כי אם להגביר מודעות ואמצעי זהירות. עלינו לנסות לבסס בין הילד להוריו יחסים שיאפשרו לו לפנות אליהם אם ייפגע, ולדעת כי תמיד יהיו בצד שלו ויחלצו לעזרתו המיידית.

בנוסף לאמור כאן, חשוב להפחית את מידת הדרמה והאסון המשודרים לילדים סביב פגיעה באם התרחשה, לאפשר לילד להכיל את שעבר עליו ולהמשיך בחייו.

פורנוגרפיה

כיום, שיעורי החשיפה של ילדים לפורנוגרפיה מתקרבים ל-100%. שניים מכל שלושה ילדים בכיתות ג' דיווחו כי נחשפו לתכנים פורנוגרפיים אלימים - והחשיפה הראשונה נעשית לרוב בניגוד לרצונם. תשעה מכל עשרה מתבגרים מדווחים כי הם צופים בפורנוגרפיה מדי יום, לעיתים כמה שעות ביום. החשיפה נעשית דרך הטלפונים הניידים החכמים של הילדים, דרך חלונות קופצים או "באדיבות" אח או חבר בוגרים יותר.[[]^{11]}
בבריטניה הוכנסו לתוכנית הלימודים הרשמית במדינה שיעורים על פורנוגרפיה החל מגיל 10, כבר בשנת 2012.

ילדים שמשתמשים באינטרנט בגיל צעיר מאוד וללא הגבלה או פיקוח נמצאים בעולם ללא גבולות, שאליו הם נשאבים ללא ידיעת ההורים. הם נוטים לחקות את מה שהם רואים, גם ללא כוונה לפגוע באדם שאיתו הם מתנסים. הקושי להבחין בין העולם הווירטואלי למציאות גם מקשה לראות באחר אדם, ולכן מאפשר לפגוע בו ללא עכבות הקיימות בדרך כלל כשקיים מולנו אדם.

בדומה לכל תוכן בעל פוטנציאל סיכון (למשל, ילד שצופה בסופרמן קופץ ממגדל עם גלימה ללא תיווך נכון, עלול לחקות

מיניות בריאה ונכונה אצל ילדים



בעבר היה מקובל לחכות לשאלות מהילד, אם באו. היום, בשל רמת החשיפה לתכנים מיניים ומורכבותם, ההמלצה היא ליזום שיחה כזו בעצמנו.

הילדים רואים את כל התכנים הללו ומושפעים מהם, וולכן אנחנו, המבוגרים, חייבים לספק להם תשובות אמיתיות וטובות, שיעזרו להם להתמודד עם המציאות שסביבם.

מאוחרת ומעטה מדי, הצטמצם מסיבות שונות. גם המקום לו זכה נושא המיניות בתכנית הלימודים הוא במקרה הטוב אזוטרי, ובמקרה הרע לא קיים. כיום ילדים ובני נוער 'רוכשים' את השכלתם בנושא מחברים, אחים בוגרים, אינטרנט ומדיה אחרת, יחד עם תגובות הסביבה לאמירות ומעשים שלהם. בהיעדר אחידות ובהינתן הרצף הרחב של הנורמה המקובלת בקרב חברות שונות, ראוי כי ההורים יאמצו את המשפט הבא 'מה שלא תרצה שילדך ישמע ממקור אחר, ספר לו בעצמך'. חשוב לשמור על ערוץ תקשורת פתוח בנושא זה כמו בנושאים רגילים אחרים, על מנת להבטיח כי ילדכם יפנה אליכם בעת הצורך.

מידע נוסף תוכלו למצוא באתר האינטרנט "איך גדלת!" - פורטל הידע והמידע מבית עמותת גושן - www.gadalata.org.il

סקירת הספרות נכתבה על ידי ד"ר שרונה דובדבן ששון, רופאת ילדים, במסגרת תפקידה כחלק מהצוות המקצועי בעמותת גושן.

אותו), חשוב להכין את הילד לתוכן, לתווך לו אותו בצורה מתאימה ולהסביר כי לא מדובר במציאות.

לא ניתן לדעת באיזה גיל ובאיזו סטואציה תתרחש החשיפה הראשונה. חשוב להבין כי גיל החשיפה יורד באופן מתמיד, ואיתו עולה זמן המסך הלא מתווך. במקביל לשני אלה, עולה בקצב מסחרר מספר הפניות לעזרה להסרת תוכן פוגעני שנשלח בטעות.

בדומה להורים, ילדים כיום מצלמים כל דבר, והתרגלו לכך שמה שלא מצולם - לא קיים. בנות שמצלמות את עצמן בעירום ובנים שמצלמים עצמם תוך כדי אוננות או כל פעילות מינית אחרת הפכו לתופעה נפוצה בגיל הילדות.¹² גם כאן, לשיח הפתוח בין ההורים לילדים יש חשיבות מכרעת. חשוב להסביר לילדים את הסכנות הטמונות במעשים מהסוג הזה - הן לגופם והן לנפשם. ניתן להביא דוגמאות מהעולם, או להשתמש בחוויות אישיות.

על מי מוטלת האחריות?

תפקיד אחות בית הספר שכלל בעבר הסברה, לעתים

¹ True Relationships and Reproductive Health (2015). Communicating about sexuality with children. Brisbane: True. Retrieved 24 February 2016 from <http://www.true.org.au/resources/resources-overview/communicating-about-sexuality>.

² Karofsky, P.S. (2000). Relationship between adolescent parental communication and initiation of first intercourse by adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 28, 41-45.

³ Gratification disorder ("infantile masturbation"): a review A Nechay, L Ross, J Stephenson, M O'Regan *Arch Dis Child*. 2004 Mar; 89(3): 225-226.

⁴ מוס' 74, דצמבר 2010, *Israeli Journal of Pediatrics*, התבררות מינית, מה התחדש בעשורים האחרונים, ירדנה טנבאום רקובר
⁵ Young age at first sexual intercourse and sexually transmitted infections in adolescents and young adults. Kaestle CE, Halpern CT, Miller WC, Ford CA *Am J Epidemiol*. 2005 Apr 15; 161(8):774-80.

⁶ UNAIDS. Global AIDS response progress reporting 2013: Construction of core indicators for monitoring the 2011 UN Political Declaration on HIV/AIDS. Geneva, Switzerland: World Health Organization (WHO) 2013:1-164

⁷ Individual, familial, friends-related and contextual predictors of early sexual intercourse. Boislard P MA, Poulin F J *Adolesc*. 2011 Apr; 34(2):289-300.

⁸ Alcohol Involvement in First Sexual Intercourse Experiences of Adolescent Girls

⁹ Body Image and First Sexual Intercourse in Late Adolescence

¹⁰ Devos T, Banaji MR. Implicit self and identity. In: Leary MR, Tangney JP, editors. *Handbook of self and identity*. New York: Guilford; 2003. pp. 153-175.

¹¹ על הקשר בין פורנוגרפיה, נורמות הגבריות ואלימות מינית, ד"ר אביגיל מור, הד החינוך, פ"ו, 32-36, 2012

¹² <https://yesodot3.co.il/2011/12/08/when-its-normal-and-when-its-not/> אתגר, ט': מתי זה נורמלי ומתי לא- התנהגות מינית בקרב ילדים ומתבגרים ותגובת ההורים. אוהדר מותך

אמפתיה

- | | |
|---|---------------------------------------|
| 1 | הבנה ואהדה לאחר ולתחושותיו |
| 2 | נלמדת בעיקר בדוגמה אישית |
| 3 | "לדני לא היה נעים שלקחת לו את הצעצוע" |
| 4 | "הביטי בו, האם הוא נראה מרוצה?" |
| 5 | הקול הפנימי |



- 1 טפחו את הרגשות האמפתיים והגישה האמפתית של ילדכם, על מנת שיבין כבוגר את מהות הסיטואציות שבהן הוא נמצא ואת רגשותיהם של העומדים מולו.
- 2 שימו לב לאמירות ולפעולות שלכם, גם כלפי זרים. הילדים צופים בכם ומחקים כל דבר שאתם עושים.
- 3 עזרו לילדים לזהות ולפענח שפת גוף של האחר. עשו זאת בגיל מוקדם ככל האפשר.
- 4 נסו לעזור לילד להביט בחבר ולהבין את תחושותיו מגיל צעיר.
- 5 נסו להכניס לשפה את המושג "הקול הפנימי": להסביר לילד כי הוא יודע מה נכון, וכשהוא עושה משהו שפוגע באחר, הוא מרגיש זאת. נסו לחזור על כך בהזדמנויות שונות. אמרו, למשל, "מה אמר לך הקול הפנימי כשעשית זאת?".

הכל מתחיל בתקשורת

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 | בואו נכיר את הגוף הפרטי שלנו |
| 2 | איך באים ילדים לעולם? |
| 3 | מה שלא תספר, אברר אצל חבר... |
| 4 | מה שאני יודע ועוד קצת... |
| 5 | אני שומע הכל! |
| 6 | אין סודות מאבא ואימא |



- 1 כדאי להתייחס לאיברים הפרטיים בשמותיהם - פין ופות - ממש מגיל הלידה, כדי שלא ליצור תחושת בושה או הסתרה בכל הנוגע לאיברי המין.
 - 2 האופן שבו אנו מגיבים לשאלות מביכות או לא נוחות קובע אם ילדנו יפנה אלינו בשאלות דומות בעתיד.
 - 3 קחו בחשבון כי הילדים מקבלים מידע נרחב בתחומים שונים - כולל מיניות, אלימות, חולי ומוות - ממקורות שונים: שיחות מבוגרים, צפייה בטלוויזיה, חדשות ועוד.
 - 4 אם ילדכם שאל שאלות שאינכם מעוניינים לענות עליהן בפירוט כרגע - אם בגלל גילו או בגלל סיבות אחרות - שאלו אותו בתשובה, "ומה אתה חושב?". אפשר להשתמש בתשובתו ולהוסיף עליה עוד מעט מידע. חשוב להתאים את המידע ואת השפה לגיל הילד.
 - 5 הגדירו לעצמכם כלל: מה שאינכם רוצים שילדכם יידע ממקור אחר, הקדימו וספרו לו בעצמכם. כך תוכלו לשלוט במידע, באופן העברתו וכדומה.
 - 6 תמיד יהיה קשה יותר לאמת מידע שהילד שמע ממקור אחר, בשל התחושה המלווה שהסתירו ממנו משהו.
- כדאי להסביר לילדים מהו סוד טוב (למשל, מסיבת הפתעה, אימא בהיריון) ומה הוא סוד רע (מישהו הציע לי משהו וביקש ממני לא לספר). הבהירו לילדיכם שתמיד תהיו שם בשבילם, וגם אם אתם כועסים, כעסכם נובע מדאגה להם. כדאי להדגיש שגם אם הסתבכו, תמיד תוכלו לעזור.

אסרטיביות

- 1 למדו את ילדיכם לומר מה הוא מרגיש
- 2 כמו תמיד, דוגמה אישית היא המפתח
- 3 קום ולך



1 כשילדכם בוכה מתסכול, קנאה, כעס או עלבון, עזרו לו לומר את הדבר במילים. ממש כמו שאנו מלמדים ילדים לומר מילים כמו אבא, אמא, כדור וכדומה, יש לעזור להם ברכישת שפה המתארת את תחושותיהם. אמרו משפטים כגון "לא נעים לך שמיקה לקחה לך את הכדור? תגיד למיקה שזה לא נעים לך"

2 אם ילדכם עושה לכם משהו לא נעים, אמרו לו בצורה ברורה, "לא נעים לי שדחפת לי את היד". אם הוא ממשיך, קומו ועברו מקום.

3 הדגישו לילדיכם: בכל גיל, בכל מצב, אל תישארו בסיטואציה שלא נוחה לכם. אם הבהרתם זאת והסיטואציה נמשכת - קומו ולכו. צעקו בכל הכוח. מצאו אדם להיעזר בו. עדכנו לאן אתם הולכים. זכרו כי הוריהם רוצים בטובתכם.

ניתן לפנות לאח גדול או לקרוב משפחה שסומכים עליו, אך כדאי לסכם מראש מי הכתובת המקובלת על ההורים והילד.

כשאתם עדים לפגיעה באדם אחר - אם אתם חשים כי ביכולתכם לעצור את הפגיעה, עשו זאת. אם לא, קראו מיד לעזרה.

גבולות ברורים

- | | |
|-----------------------------|---------------------------------|
| 1 חבל שאי אפשר ללכת עירומים | 4 לא מכריחים לקבל נשיקות |
| 2 איברים פרטיים | 5 לא נותנים פרטים אישיים לאחרים |
| 3 משחק ילדים | 6 לא מצטלמים או שולחים תמונות |



1 בהתאם לנורמות המקובלות במשפחתכם, ובהתאם לגילו, הגדירו נושאים שקשורים לעירום: האם הילד יכול ללכת בבית עירום? עם מי מותר לו להתקלח? איפה הוא מתלבש?

2 מרגע תחילת הדיבור, כדאי ללמד ילדים מהם איברים פרטיים - טוסיק אצל שני המינים, פות לבנות ופין לבנים. הסבירו כי אסור לאף אחד לגעת באיברים הפרטיים שלהם או לבקש מהם לראות או להראות אותם, ולהם אסור לגעת באיברים הפרטיים של אחרים או לראות אותם.

3 ילדים משחקים באבא ואימא, רופא וחולה וכדומה, ולעיתים מאפשרים אחד לשני בהסכמה לראות ואף לגעת. למבוגר המביט מהצד המשחק נראה לעיתים כבעל אופי מיני.

הנה שני מדדים חשובים שיעזרו לכם להעריך אם מדובר במשחק לגיטימי: ראשית, האם גיל הילדים דומה, האם הם פיזית בגודל דומה ובשלב התפתחותי דומה? שנית, האם הם משחקים באופן הדדי? אם התשובה היא כן על שתי השאלות, אין צורך להיבהל: מדובר במשחק ואין לייחס לו אופי מיני. חשוב להביט, לעקוב, ולהפגין נוכחות בכל מקרה וכן להבהיר לילדים מהם גבולות המותר במשחקים מהסוג הזה.

4 גם לא מסבא וסבתא. כחלק מהחינוך לאמפתיה, לגבולות וגם לאסרטיביות, כדאי לכבד את רצון הילד ובחירתו שלא לנשק או לחבק מבוגר, גם אם האחרון ייעלב.

5 לכל משפחה יש כללים משלה, שבהם הילדים נדרשים לעמוד. אין טעם לקבוע כללים בהתאם לגישה של אנשים אחרים או באופן שלא מתאים לכם, כיוון שאתם עלולים להעביר מסר מבלבל בנושאים רגישים (למשל, היום מותר לך להתלבש בסלון ומחר פתאום אסור), או פשוט לא לעמוד בכללים שאתם עצמכם קבעתם.

6 ומצידכם ההורים, נאה דורש נאה מקיים. הימנעו משליחת תמונות עירום או בגד ים של ילדכם ברשת - תמונות אלה משמשות פדופילים לצרכיהם, ושילובן עם כתובתכם מעמידה את ילדיכם בסכנה של ממש.

הסבר ותיווך תכנים

1 אימא, מה זה אונס?

2 אבא, למה רואים לה?

3 הוא מת באמת?



1 אם ילדכם נחשף למושגים כאלה בחדשות או באמצעות חברים, נצלו את ההזדמנות לפתח דיון. אמרו: אונס הוא מעשה שבו אדם אחד מכריח אדם אחר לעשות דברים שהוא לא רוצה. איך יודעים אם האחר רוצה? נניח שאתה רוצה לשחק במשחק עם חבר והוא לא רוצה, והוא מתבייש לומר לך כדי לא לאכזב אותך. איך אפשר לדעת אם הוא רוצה?

דברו על הבעות פנים ועל שפת גוף. הסבירו כי לעולם אין לכפות את רצוננו על האחר.

2 שימוש בעירום חלקי בפרסומות נפוץ מאוד. הסבירו מה מקובל עליכם ומה לא, בהתאם לאמונות שלכם. הסבירו כי אנחנו בוחרים למי להראות את איברינו הפרטיים. למשל, לאימא נוח להניק בציבור, כי היא מרגישה שכשהיא מניקה זה לא הציצי שלה, אלא האוכל של התינוק, אבל היא לא תראה את הציצי שלה בהזדמנות אחרת. לאימא אחרת לא נוח להראות את הציצי שלה גם כשהיא מניקה, והיא מעדיפה להתכסות.

3 ילדים מתקשים להבחין בין מה שמתרחש בסרטים לבין המציאות, ולכן יש להסביר להם כי בסרטים, מדובר בשחקנים. הסבר זה חשוב בגיל הרך, כדי לעורר אמפתיה ולהפחית סיכון לאלימות כתוצאה מחיקוי המעשים הנצפים. הוא חשוב גם בהמשך, כדי שילד שרואה סרט פורנו יבין שזו לא המציאות.

אם ילד נחשף למושגים שונים בחדשות או בשיח בין מבוגרים, חשוב להסביר לו מה הם אומרים בשפתו ובהתאם לגילו. במידת האפשר, כדאי לנצל את ההזדמנות לפתח שיח חינוכי בנושא.

בואו נדבר על זה

1 דברו על שינויים גופניים צפויים

2 בחרו שפה נעימה וחיובית

3 היעזרו בציורים ובסרטים מתאימים

4 ערכו חזרות כדי לבחור את המושגים שבהם נוח לכם להשתמש

5 אבא או אימא?



1 כדי להקל על השיחה, דברו על נושאים אחרים, כמו הגדילה לגובה והופעת שיער וריח גוף, וצרפו לכך את הדיון בהופעת סימני גיל ההתבגרות, כגון שינויים בשדיים, באשכים ושאר האיברים.

2 הופעת סימני מין משניים לפני גיל שמונה אצל בנות (הנצת שדיים, שיעור ערווה ובתי שחי) ולפני גיל תשע אצל בנים (גדילת אשכים ופין, שיעור ערווה ובתי שחי) היא לעיתים תקינה, ולעיתים מעידה על בעיה. במקרה של חשד, יש לפנות לרופא הילדים.

3 הכל בהתאם לגיל: סרטים מצויירים ואיורים מתאימים לילדים קטנים יותר, תמונות אנטומיות ברורות מתאימות למתבגרים.

4 בהתאם לעולמכם התרבותי ובהתאם למה שנוח לכם, בחרו מילים כגון פות, פין, בולבול וכדומה.

5 החליפו את הבושה בתחושת ייחוד - אלה איברים פרטיים, אישיים, קדושים, שייכים רק לנו ומיוחדים לנו. בגיל מאוחר יותר נייחס להם את היכולת המופלאה להביא ילדים, ונקשר אליה את הייחוד שלהם.

אין מניעה כי מי שחש בנוח יותר יערוך את השיחה, אך חשוב ששני ההורים יהיו נוכחים על מנת ליצור תחושת תקשורת פתוחה ונעימה.

אוננות

נורות אזהרה: 

4 • אם אינכם מצליחים להסיח את דעתו של ילדכם על מנת שיפסיק

• אם ילדכם מפגין התנהגות שאינה מתאימה לגילו

1 מופיעה לעיתים אפילו אצל תינוקות ברחם

2 שלב התפתחותי תקין

3 התגובה שלכם תקבע את העתיד



2 כל עוד אין פגיעה בפעילויות אחרות ואין תחושת אי נוחות, אין צורך להתערב. אפשר להסביר לילדים כי זה אינו מעשה אסור, אך יש לבצע אותו בפרטיות בחדר או במקלחת.

3 יצירת תחושת מעשה אסור עלולה לפגוע ביכולת ההנאה של ילדכם ממין בהמשך. ילדים רבים גדלים עם תחושה כי מין וההנאה ממנו הם אסורים ואפלים

4 חיקוי של תכנים מיניים או אלימים, שימוש באביזרים, בבובות או באנשים אחרים

כיצד נדע שמשחק בין ילדים הוא תקין?

אינם מנסים לכפות על הזולת דבר מה

תחושת משחק

אינם מנסים להסתתר

ילדים בגילאים ובשלבי התפתחות דומים



ללא הערות נוספות

נטייה מינית

ככל הנראה מתפתחת בשלבים מוקדמים

ההורים שם כדי לאפשר ולתמוך

למי הילד יפנה - בידכם!



נטייה מינית החורגת מה"נורמה" עלולה להוביל לבדידות ולקשיים נוספים. רמת הפתיחות והקבלה בבית יכתיבו את הגורם שאליו יבחר הילד לפנות עם לבטיו. פנייה לגורם מחוץ לבית מעלה את הסיכון לפגיעה וניצול.

יצירת אווירה של קבלת האחר בבית עשויה לתרום לכך שילדכם יחוש בנוח להתייעץ גם בנושאים רגישים.

דימוי גוף

1 דוגמה אישית

3 החמיאו בכנות ולעיתים קרובות

2 הימנעו מהערות בנוגע למראה, לילדכם ולאחרים

4 הסבירו מהו פוטושופ



1 כמו בכל דבר, נסו להראות שביעות רצון ממראה גופכם, ואם אינכם מרוצים - אל תבטאו זאת ליד הילדים

2 הערות שניתנות לילד בנושא השמנה, כמות האוכל שלקח או כל נושא אחר הקשור במראה שלו עלולות להוביל להשפעה הרסנית ולהעלות את הסיכון להפרעות אכילה ופגיעה עצמית. בחרו מילים כמו "בריא" או "לא בריא", "מזין" או "לא מזין", ולא מילים כמו "משמין" וכדומה. גם לעג לזרים בנושא מראה נחרט אצל ילדכם כהתייחסות שלילית למראה.

4 תווכו לילדכם כי מה שהוא רואה בפרסומות אינו המציאות, והסבירו לו כיצד הדבר נעשה

קווים מנחים

- | | | | |
|---|---------------------------------------|---|---------------------|
| 1 | ליווי הילד במהלך ההתפתחות | 4 | חינוך לאמפתיה |
| 2 | ערוץ תקשורת פתוח בין הילד להוריו | 5 | הגדרת גבולות ברורים |
| 3 | נצלו הזדמנויות יומיומיות ללמידה ולשיח | 6 | חינוך לאסרטיביות |
| 7 | הסבר ותיווך תכנים | | |



מיניות בריאה ונכונה אצל מתבגרים



ללא הערות נוספות

- 1 בעידן של התפתחות מינית מוקדמת, וכן חשיפה מוקדמת ובלתי מתווכת לתכנים מיניים באמצעי התקשורת השונים, חשוב להיות מוכנים ולהכין גם את הילדים. גם כעת, ילדכם המתבגר חווה שינויים שונים, ועליכם ללוות אותו, להסביר ולהכין אותו למתרחש.
- 2 ילד צריך לדעת כי הוא יכול לפנות להוריו בכל נושא
- 3 גם בבגרות, המשיכו לדבר עם הילדים על תכנים שאליהם נחשפו במדיה או שמעו מאחרים.
- 4 הקפידו על הגברת האמפתיה של הילד לסביבה והגברת המודעות לתחושות האחר. הציפו את תחושותיכם שלכם, שקפו לילדים נקודות מבט שונות על סיטואציות שונות, נצלו הזדמנויות לשיח וכו'.
- 5 יש להגדיר גבולות ברורים של אסור ומותר, בהתאם לגיל ולנורמות התרבותיות והחברתיות של המשפחה: החליטו איפה מותר להסתובב, עם מי, באילו שעות, את מי צריך ליידע היכן הם נמצאים וכו'.
- 6 חינוך לאסרטיביות ונקיטת פעולה מיידית וברורה בעת הימצאות בסיטואציה לא נוחה
- 7 תכנים שהופיעו בחדשות, חוויות שאתם חוויתם, אירועים מחיי בית הספר ותנועות הנוער, שאלות יזומות של הילדים וכו'

אמצעי מניעה

1 קונדום

2 גלולות או אמצעי מניעה הורמונליים אחרים



שוחחו עם ילדיכם על הסוגים השונים של אמצעי מניעה ומה הם באים למנוע - היריון ומחלות מין. הסבירו כי חשוב ועדיף למנוע את הדברים הללו מאשר לטפל בהם בדיעבד, אך הבהירו להם מי הכתובת הרצויה אם משהו השתבש - קודם כל אתם! אפשר לדבר גם עם אח גדול, אחות בית ספר, יועצת או רופא הילדים. הבהירו כי גלולת היום שאחרי (כדוגמת פוסטינור) והפלה אינם אמצעי מניעה!

1 זול, זמין, מגן מפני מחלות מין ומפני היריון, אינו דורש מרשם וגם לא תכנון מוקדם. יש הורים שמעדיפים לתת לילדיהם קונדום או להראות להם איפה הם מאפסנים קונדומים בבית, כאשר הם מדברים איתם על קיום יחסי מין והאחריות הנלווית אליהם.

2 נדרש מרשם מרופא, אינם מצריכים בדיקה לפני השימוש. אמצעי מניעה אלה עשויים למנוע היריון, אך אינם מונעים מחלות מין, ויש לקחת אותם באופן קבוע. אפשר להסביר לנערות שהן יכולות לגשת לרופא ללא ליווי של מבוגר.

מין ומיניות כחלק טבעי מהחיים

1 קודם כל- הירגעו!

2 עשו אתם את הצעד הראשון

שוחחו על הנושאים הבאים:

• מהי פעילות מינית?

• כבוד בין שותפים

• הסכמה מפורשת (צפו בסרטון "מה הקשר בין סקס לכוס תה?")

• שיח פתוח וכנה

• התמודדות עם לחץ חברתי ו/או זוגי



2 זה הזמן ליזום שיחה עם ילדכם על מקומם הטבעי והבריא של יחסי מין בזוגיות בריאה.

3 - עירום, נשיקות, מגע, יחסים וגינליים, אוראליים, אנאליים.

- קבלו את העובדה שילדיכם מתבגרים ועשויים להיות בזוגיות או להתנסות בחוויות מיניות מסוגים שונים.

חשוב שתהיו מודעים: מחקרים שונים מראים כי נכון לשנים האחרונות, הגיל הממוצע לקיום יחסי מין בישראל עומד על 16.5. עם זאת, שאלונים וטפסים שמולאו במרכזים המטפלים בבני נוער מעלים כי יחסים אוראליים ואנאליים נוטים להגיע לפני יחסים וגינליים, בגלל מחסור בידע של בני הנוער והנטייה לחשוב שהדבר היחיד שיש להיזהר ממנו הוא כניסה להיריון ולא מחלות מין וכדומה.

- ניתן לצפות בסרטון הקצר: 'מה הקשר בין סקס לכוס תה?' (youtube).
<https://www.youtube.com/watch?v=2uHlis2-ioY>



עובדות שכדאי לדעת...

יחסים וגינליים מגיעים היום כשלב אחרון...

קיום יחסי מין בגיל מוקדם מעלה את הסיכון ל:

- ריבוי בני זוג
- התנהגות מינית מסוכנת
- מחלות מין
- הריונות לא רצויים
- פגיעה בדימוי העצמי



מכיוון שהשיח הנפוץ הוא מניעת הריון כסיבה עיקרית להימנעות מיחסי מין, בנות רבות יקיימו יחסי מין אוראליים ואף אנאליים הרבה לפני קיום יחסי מין וגינליים.

היעדר שיח ברור בנושא מעלה את הסבירות של קיום יחסי מין ללא קשר רגשי או מערכת יחסים כלשהי, כשהחשש היחיד הוא הריון לא רצוי.

ההבנה באשר לאינטימיות מגיעה בגיל מאוחר יותר, ולעיתים נותרת תחושה לא טובה בנוגע ליחסים שהתנהלו קודם לכן.

ואם משהו השתבש?

1 גלולת היום שאחרי

2 מניעת איידס

3 הפסקת הריון



בדומה לכל היערכות אחרת בחיים, כשאתם מדברים עם ילדכם על מיניות, הסבירו לו מהם אמצעי הזהירות שכדאי לנקוט, אך גם מה עושים אם משהו השתבש. שיחה כזו תפחית את הסיכוי שהוא יפנה לחבר או לאדם שאינו בהכרח בעל ההכשרה המתאימה לטיפול במצב.

1 זוהי גלולה שניתן לקחת בתוך 72 שעות מקיום יחסי מין לא מוגנים, כדי למנוע הריון. ככל שמקדימים לקחת אותה, כך עולה יעילותה. בשל ריכוז הורמונלי גבוה, אין להשתמש בה כאמצעי מניעה קבוע. ניתן לקנות אותה ללא מרשם בבית מרקחת. גלולת היום שאחרי אינה מונעת מחלות מין.

2 במקרה שיש חשד למגע לא מוגן עם אדם נשא איידס, יש לפנות לרופא שיקבע אם יש צורך בנטילת טיפול תרופתי להפחתת הסיכון להדבקה.

3 נערה יכולה לפנות לרופא המשפחה ללא ליווי הורים, ולקבל הפניה וליווי לוועדה להפסקת הריון לא רצוי. הוועדה, החלטותיה וכל ההליך הרפואי חסויים על פי חוק ואינם גלויים גם בעת עיון בתיק הרפואי. אם הנער או הנערה אינם מעוניינים בליווי הורי, אדם מתאים לליווי בתהליך זה יכול להיות חבר, מורה, יועצת בית הספר או כל מי שהנער והנערה בוטחים בו ובוחרים בו.

פגיעות מיניות בילדים ומתבגרים

מניעה והגנה

25% מהבנות ו-10% מהבנים מדווחים על פגיעה מינית לפני גיל 16, לפחות פעם אחת

הגורם הפוגע השכיח ביותר הוא בן משפחה או אדם מוכר קרוב

רוב הפגיעות מתרחשות בסביבה מוכרת הנחשבת על ידי הילד והוריו כבטוחה

במידת האפשר, יש להימנע מהשארת הילד בסיטואציות שבהן הוא עלול להיפגע - כמה שפחות "אחד על אחד". בשניים קשה יותר לפגוע

השיח בבית והתגובה יקבעו למי יפנה ילד במצוקה

הבהירו לילדכם כי תמיד תהיו "בצד שלו"

מעבר לעירנות ולנקיטת אמצעי הזהירות - חשוב מאוד (!!!) - לשמור על שיח פתוח, לא שיפוטי, ובעיקר לא טראגי.

גם כשמלמדים את הילדים לא להצטלם ולשלוח תמונות שלהם בעירום, חשוב לא להשתמש במושגי אסון, כדי שגם אם חלילה משהו ישתבש, הם יוכלו לפנות אליכם בלי לחשוש שאיכזבו אתכם ובלי לדאוג ש"סוף העולם הגיע".

פורנוגרפיה

- | | | | |
|---|-------------------|---|-------------------|
| 1 | קרוב ל-100% חשיפה | 4 | נזק לתפיסת מיניות |
| 2 | הקדם שיחה לחשיפה | 5 | ילדים מנסים בבית |
| 3 | נזק לדימוי הגוף | 6 | כסף, כסף, כסף |



- 1 בדיקת טלפונים חכמים של בני נוער הראתה נוכחות של תכנים פורנוגרפיים בכמעט 100% מהטלפונים, מרביתם בחיפוש מכוון וחלקם בצורת חלונות קופצים (pop up).
- 2 שניים מתוך שלושה ילדים בכיתות ג' נחשפו לתכנים פורנוגרפיים קשים, והחשיפה הראשונה היא לרוב בניגוד לרצונו של הילד.
- 3 תשעה מתוך עשרה מתבגרים צופים בתכנים פורנוגרפיים על בסיס יומי, לעיתים כמה שעות ביום.
- 4 בני נוער (וגם מבוגרים...) אינם מבינים כי מדובר בתסריט מבויים, לעיתים תוך ניצול מצוקות כלכליות של המופיעים בסרטים אלה.
- 5 מוחם של הצופים מתמכר לדימויים של מין אלים, לא מציאותי, שבו הגבר שולט ואישה מוחפצת, מנוצלת ומושפלת.
- 6 הם נועים לחשוב כי כך מתנהלים יחסים במציאות, ומעלים בכך את הסיכון למעורבות בפגיעה מינית, כתוקפים או כקורבנות.
- 1 המטרה אינה ליצור פאניקה, כי אם להעלות למודעות את המצב הקיים ולוודא את קיומו של שיח מקדים במידת האפשר וערוץ פתוח לשאלות ותיווך.
- 2 לאחרונה תועדה ילדה בת 12 ש"ניסתה" על אחותה בת התשע דברים שראתה בסרט, וביקשה ממנה שלא תספר.
- 3 הנערים והנערות תופסים את התוכן והמראה שהם צופים בו כמציאות, כמה שצריך להיות, תוך פגיעה משמעותית בדימוי העצמי בשל ההשוואה.
- 4 תעשיית הפורנו פונה אל הילדים באמצעות משחקי הרשת, פרסומות, חלונות קופצים וכדומה, בדומה לחברות הטבק בעבר. אם מצליחים לייצר תלות מגיל צעיר, 'מרוויחים' לקוח פוטנציאלי לכל החיים.

מה לוקחים הביתה מכאן?

היו שם בשביל ילדכם

נהלו שיחות פתוחות בנושאי דימוי הגוף, מין ומיניות

גם אם אתם או ילדכם חשים במבוכה - נסו לחוות אותה יחד
ולא לברוח ממנה



ללא הערות נוספות

מה עושים במקרה ש...

1 ואם חלילה התרחשה פגיעה...

התלונה של הילד שהותקף בדרך כלל לא תהיה קשורה למיניות (ילדים לרוב לא יספרו באופן עצמאי). לעיתים לוקח לילדים שנים לספר.

שימו לב לשינויים בתחומים הבאים:

• שינה • אכילה • התנהגות • ירידה במצב הלימודים

• תלונות גופניות חוזרות (כאבי ראש, כאבי בטן וכו').

• הימנעות מסיטואציות (הליכה לבית הספר, ביקור אצל קרוב משפחה מסוים וכו').



1 תוכלו לפנות ל"בית לין", שם ינחו אתכם כיצד להמשיך את התהליך וילוו אתכם במהלכו.
[/http://merkazhagana.org.il](http://merkazhagana.org.il)

2 במקרים כאלה, צריכה להידלק אצלכם נורת אזהרה לגבי חשד להתעללות. ברוב המקרים הילדים יכחישו, אבל יש חשיבות גבוהה למתן תמיכה לילד מבלי לבטל את התלונות שלו.

www.gadalta.org.il



פורטל בריאות ורווחת הילד בקהילה
מבית עמותת גושן, בליווי רופאים ואנשי מקצוע



ערכות ההדרכה מסדרת 'ארגז הכלים שלי'
הופקו הודות לתרומה הנדיבה של ארגון **פארמאדום**

