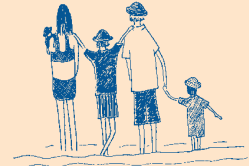


زود گفتگو کنید. بارها حرف بزنید.

نکته هایی برای پدر و مادری که با فرزندان خود در مورد روابط جنسی گفتگو می کنند

1. زود گفتگو کنید. بارها حرف بزنید.

همچنین گوش کنید.



2. از زمان براه افتادن بچه تا دوران بلوغ او تعداد زیادی گفتگوی کوتاه داشته باشید، و نه یک "گفتگوی طولانی".

3. از وقتی که فرزندان شیرخوار است در باره بدن حرف بزنید و از اسم های درست برای اندام های بدن استفاده کنید: کیر، خایه ها، کیسه بیضه، کس، مهبل، پستان ها

4. سلامت جنسی فقط در مورد داشتن رابطه جنسی نیست، بلکه در باره بدن، بچه ها، بزرگ شدن، پسر بودن، دختر بودن، عشق، اظهار تمایل جنسی، احساسات، ارزش های شخصی، تصمیم ها و روابط می باشد

حقیقت: بلوغ جنسی میتواند از سن 8 سالگی شروع شود (اکثرا در 10 یا 11 سالگی) و ممکن است تا 18 سالگی ادامه یابد (ممکن است دیرتر باشد)

5. تنها منتظر نمائید که فرزندان از شما پرسش کند.

6. از هر فرصت مناسبی برای آموزش دادن استفاده کنید. از اشاره های موجود در برنامه های تلویزیون، مجلات، تجارب با دوستان، موسیقی و اینترنت برای شروع گفتگو استفاده کنید و همینطور از "شرایط فرضی" دیگر

7. به پرسش ها با صداقت و سادگی جواب دهید. حتی دادن کمی اطلاعات خوب است چون همواره می توانید به این مساله برگردید (و حتما باید این کار را بکنید).

8. یک ارتباط خوب به مکالمه دو طرفه نیاز دارد و نه به سخن رانی های یک طرفه.



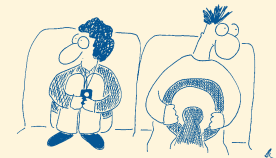
حقیقت: تا پایان دبیرستان 50% از جوانان رابطه جنسی داشته اند و 50% رابطه جنسی نداشته اند.

9. پدر یا مادری "قابل گفتن" باشید - آماده شنیدن باشید، شوکه نشوید و گوش دهید.

10. هیچگاه برای شروع کردن دیر نیست. اگر احساس کم رویی می کنید از تماس مستقیم چشمی خودداری کنید و صحبت را وقتی شروع کنید که مشغول رانندگی یا شستن ظرف هستید.

11. فرض نکنید که هر فرزندی هتروسکسوال (جنس مخالف خواه) است: تقریباً 10% از مردم به همجنس خود گرایش دارند.

12. اگر نمی دانید که چگونه به پرسشی جواب دهید اشکالی ندارد که این را بیان کنید. مثلاً چیزی شبیه به این بگویید، "این پرسش خوبی است. من جواب آن را نمی دانم. من جواب را پیدا می کنم و به شما خواهم گفت" و یا "ما به کمک هم می توانیم جواب را پیدا کنیم"



حقیقت: تحقیقات نشان میدهد: بچه هایی که با پدر و مادر خود در باره مسایل جنسی حرف می زنند روابط جنسی را دیرتر شروع می کنند.

13. رفتار مهر آمیز خود را با فرزندان ادامه دهید حتی وقتی که او دوران بلوغ را می گذراند. در آغوش گرفتن منظم او چیز های زیادی را می تواند برساند.

14. از زمان و مطالبی که فرزند شما در مورد بهداشت جنسی در مدرسه یاد می گیرد با خبر باشد تا بتوانید خود را آماده کنید.

15. اجازه دهید که کودکان شما در مورد استفاده از کاندوم مطلع شوند هر چند که شما با رابطه جنسی داشتن آنها مخالف باشید.

16. بروشورها و کتاب های مناسب سنی را که دارای اطلاعات دقیقی در مورد مسایل جنسی هستند در دسترس فرزندان تان قرار دهید تا مطالعه کنند.

این آگاهی نامه از منبع "زود گفتگو کنید. بارها حرف بزنید." اقتباس شده است، یکی از نشریاتی که توسط وزارت بهداشت استرالیا غربی و بر اساس تحقیقات علمی برای والدین منتشر شده است. این تحقیقات در مرکز استرالیایی پژوهش های سکس، سلامتی و جامعه، در دانشگاه لاتروب در ایالت ویکتوریا، انجام شده است.