

מיניות בריאה, ריפוי בעיסוק וחינוך מיני - חברתי



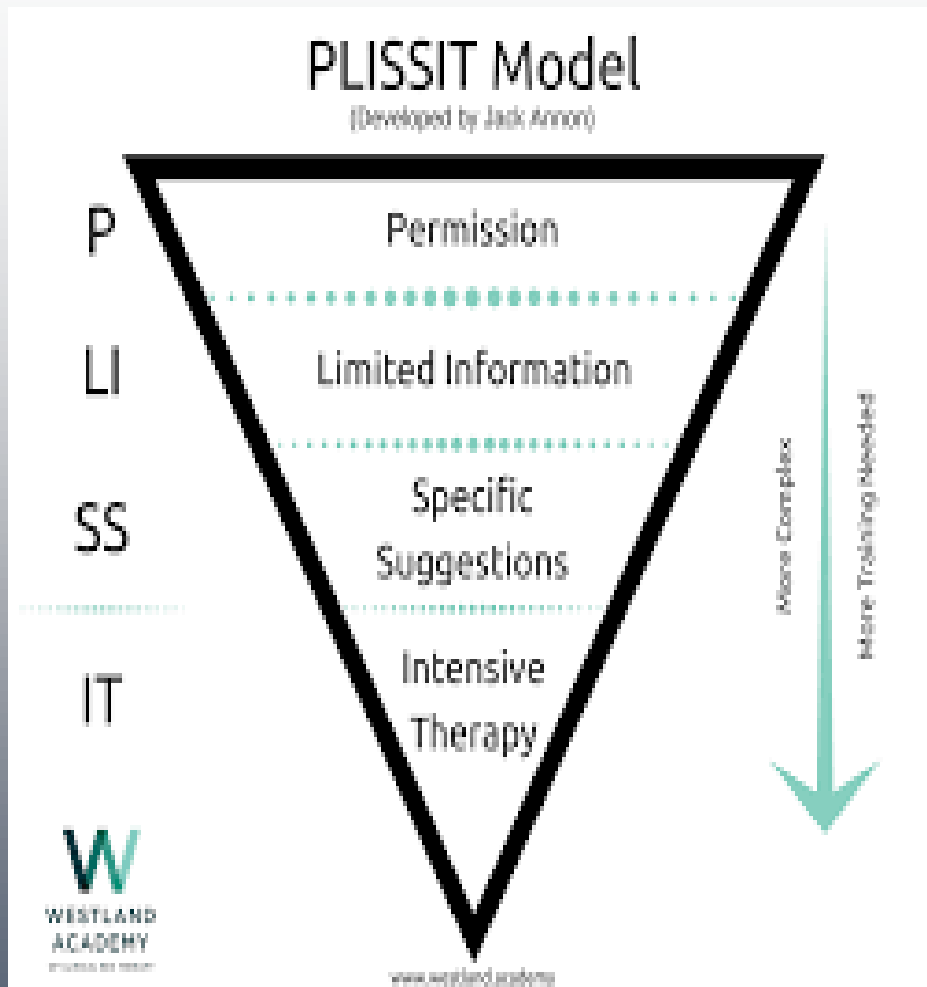
עומרי גולד
מרפא בעיסוק, עו"ס
ומטפל מיני מוסמך

מבוכה



**הזכות למיניות היא זכות יסוד של כל אחד ואחת
מאיתנו, והיא כוללת בין השאר את הזכות
לחירות מינית, הזכות לפרטיות מינית, הזכות
לשיוויון מיני, להנאה מינית הזכות לחינוך ומידע
מיני והזכות לביטוי מיני ורגשי.**

איזה אנשי צוות מוסמכים לדבר על מיניות בגנים: מודל ה-PLISSIT



◀ מודל קוגניטיבי התנהגותי שחובר על ידי ג'ק אנון בשנות ה-70 העוסק במיניות האדם ובמימושה.

◀ מטרת המודל היא לאפשר לאנשי מקצוע מתחום הטיפול והשיקום לאתר את רמת ההתערבות המתאימה להם.

מודל PLISSIT

הורה/איש מקצוע

• Permission - רשות

הורה/איש מקצוע

• Limited Information - מידע

מטפל מיני

• Specific Suggestions - התערבות נקודתית

מטפל מיני

• Intensive Therapy - שיקום וטיפול מיני

◀ Permission - רשות

◀ אבן הבסיס בשיח על מיניות - הרשות לדבר מיניות, להיות מיני וליהנות ממיניות.

◀ ניתנת באופן מילולי ובאופן לא מילולי.

◀ הרשות ניתנת על ידי הדמויות ההוריות שלנו מתחילת החיים.

◀ לתת רשות גם למבוכה.

תכנית מעגלים - מיומנויות חברתיות בחינוך המיוחד

❖ תכנית מעגלים פותחה בראשיתה לחינוך מיני עבור

אנשים ונשים עם פיגור.

❖ מטרתה לסייע לאוכלוסיות עם קשיים במיומנויות

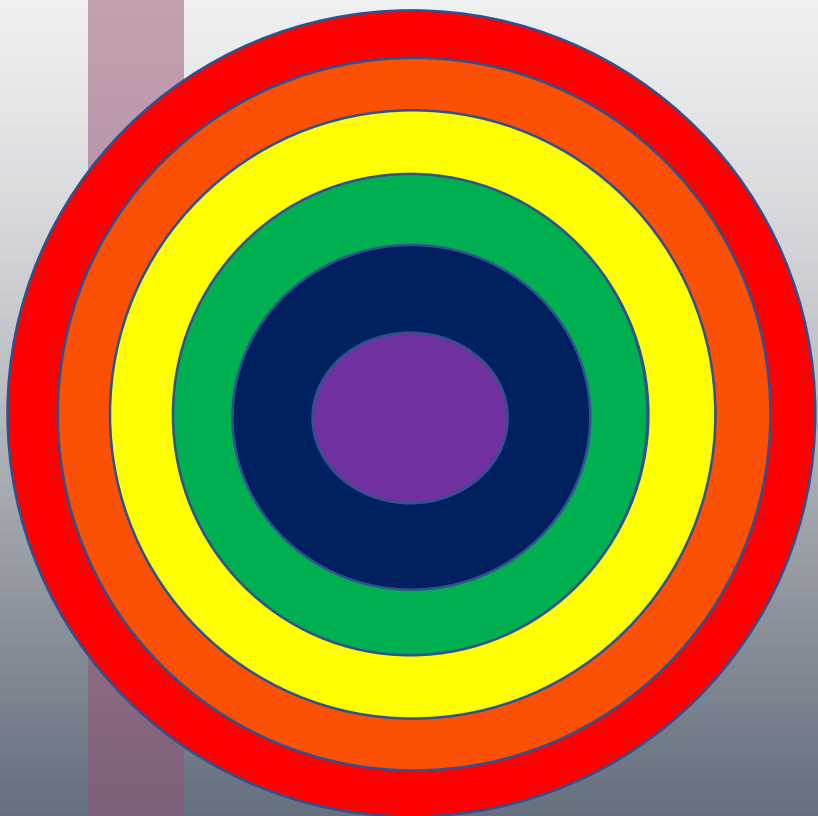
חברתיות לארגן את יחסיהן הבינאישיים.

❖ כל מעגל מסמל רמה של אינטימיות ואת

ההתנהגות המותאמת המתלווה אליו.

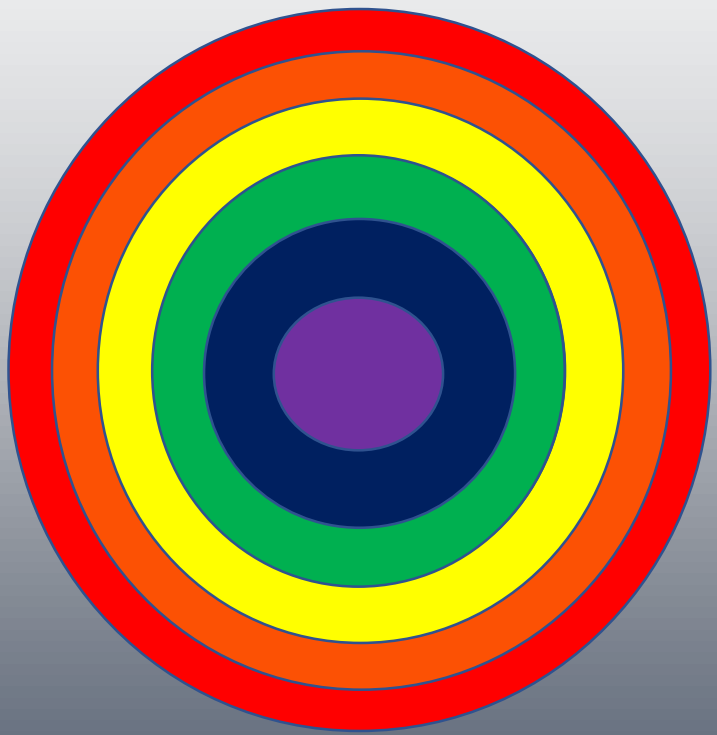
❖ ככל שמתרחקים ממרכז המעגל כך יורדת רמת

האינטימיות של האנשים והנשים עימם באים במגע.



תכנית מעגלים - יחסים על פי רמות אינטימיות

❖ מעגל סגול / הפרטי: פרטיות גופי, פרטיות גופו של האחר, אוננות.



❖ מעגל כחול / החיבוק האינטימי: חיבוק חזק,

הדדי, עם אם/אב/חבר/ה.

בגיל המתאים, מעגל זה מתייחס גם לנשיקה

צרפתית / מגע מיני / יחסי מין.

❖ מעגל ירוק / החיבוק הגדול: חיבוק ידידותי

ולא אינטימי לחברים טובים.

תכנית מעגלים - יחסים על פי רמות אינטימיות

❖ **מעגל צהוב / לחיצת יד:** נועד לאנשים המוכרים לך בשמם או

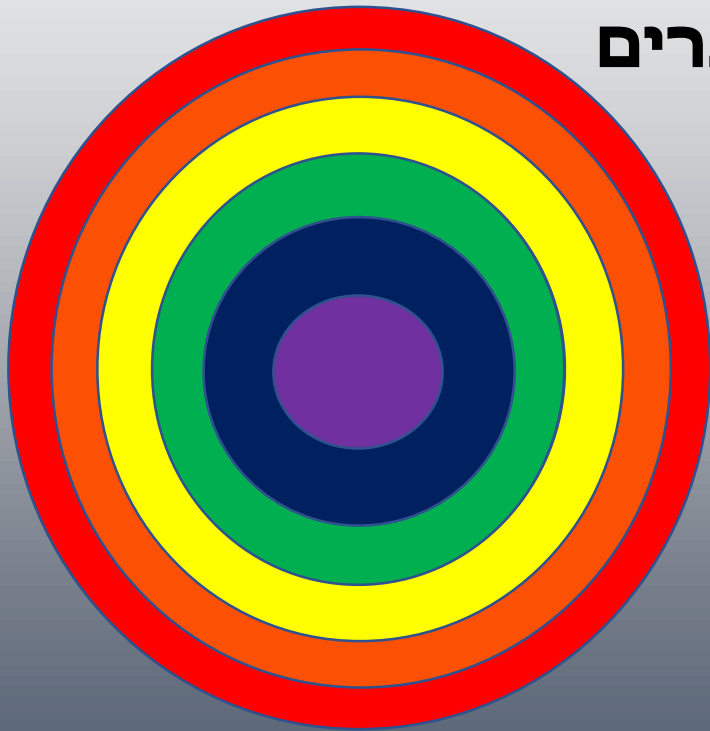
בעת הכרות עם אנשים חדשים.

❖ **מעגל כתום / נפנוף לשלום:** נפנוף לשלום לחברים

עסוקים ו/או רחוקים ממך.

❖ **מעגל אדום / זרים:** אינך נוגע בזרים ואלה

אינם נוגעים בך.



מעגל סגול / הפרטי:

❖ אני (איך להסביר ולא לחצות גבול כדי לא לסקרן?).

❖ גופי ואיבר המין.

❖ היגיינה וטיפוח.

❖ פרטיות ועירום – אישי מול ציבורי.

❖ מרחב אישי ומגע מותאם.

❖ פנטזיות.

❖ אוננות ואורגזמה.

❖ מסכים וגלישה באתרים (צפייה בפורנו במחשב של אחיו).

מעגל כחול / החיבוק האינטימי:

- ❖ הורים, אחים ובני משפחה.
- ❖ חברים טובים.
- ❖ אהבה אפלטונית מול אהבה רומנטית.
- ❖ בן/בת זוג ומגע מיני:
- הכרויות, חיזור, דחייה ודייטים (סטיגמה עצמית וחשיפה).
- מגע מותאם (איך מסבירים מה זה סקס?).
- הריון, מחזור חודשי ואמצעי מניעה.

מעגל ירוק / החיבוק הגדול:

❖ קבוצת השווים.

❖ מגע מותאם.

❖ מאפייני הקשר: קשר הדדי והנאה משותפת, התקשורת ואופי וסוג המפגשים, אמון, אהבה, תחומי עניין וכדומה.

מעגל צהוב / לחיצת יד:

- ❖ מכרים, קולגות ודמויות מטפלות.
- ❖ מגע מותאם – לחיצת יד.
- ❖ נושאי שיחה ושעות מוגדרות.
- ❖ אסרטיביות מול האחר כשמגע לא נעים.

מעגל כתום / נפנוף לשלום:

❖ אנשים עסוקים ו/או רחוקים.

❖ אסרטיביות מול האחר כשמגע לא נעים.

❖ ילדים קטנים.



מעגל אדום / זרים:

❖ מי נחשב זר?

❖ מותר לדבר.

❖ ללא מגע.

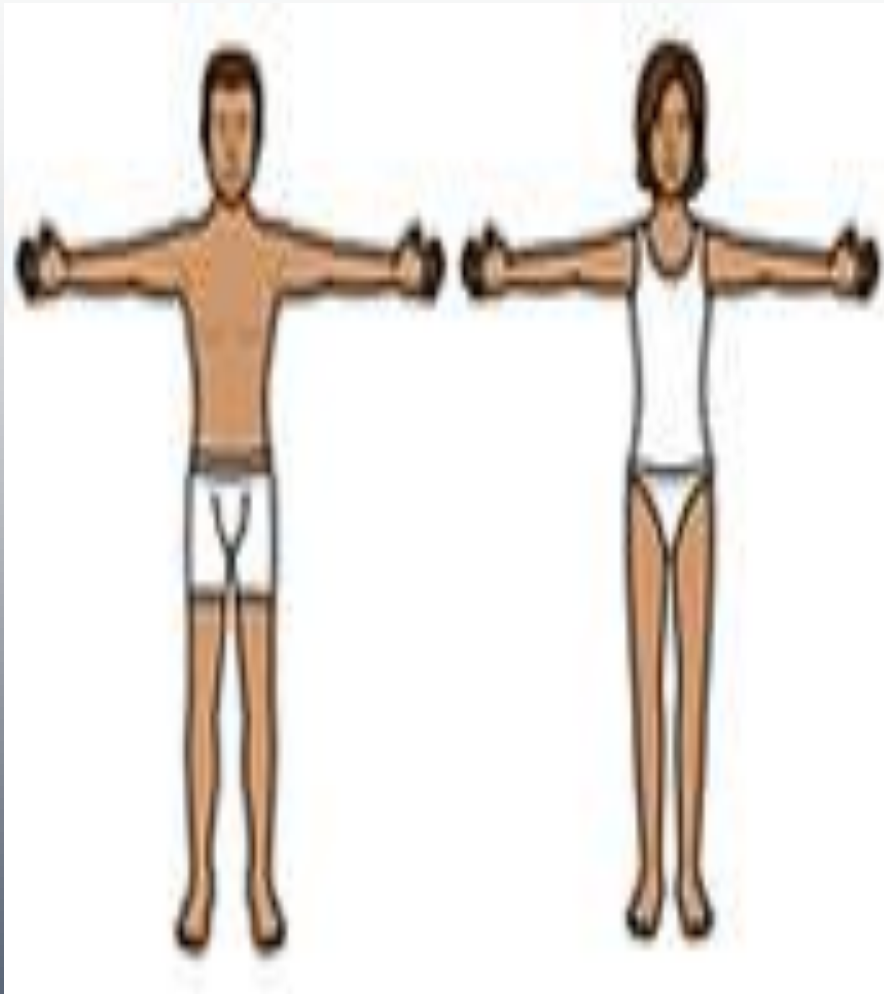
❖ שיח עם אנשים במדי עבודה.

❖ בקשת עזרה מאנשים זרים.

תקשורת חזותית



תקשורת חזותית



מערכות החוש

- חמשת החושים
- סף גירוי "תקין"/סף גירוי נמוך (רגישות יתר)/סף גירוי גבוה (תת רגישות).
- מגע עמוק ומגע שטחי: מרקמים, עוצמת המגע, צורת המגע.
- מערכת שיווי המשקל
- תנועה אנכית ותנועה אופקית.

מיניות והמערכת הפרוריוצפטיבית



מיניות והמערכת הפרויצפטיבית



עקרונות לשיח

- תהליך ולא שיחה חד פעמית
- לענות בכנות
- להתחיל בשאלה
- יוזמה
- מותאם גיל
- הורה כמקור מידע

