

به نام خدا





Golestan University
of Medical Sciences

مشاوره فرزند آوری و غربالگری زناشویی-جنسی

دکتر طیبه ضیائی

دانشیار سلامت باروری

سرپرست مرکز تحقیقات بهداشت باروری

و مشاوره در مامایی



موضوعات:

ارتباط اثربخش

تفاوت جنسی زن و مرد

خودارزیابی سلامت زناشویی-جنسی

پرسش و پاسخ و نتیجه گیری

ارتباط اثر بخش در روابط زوجین در گرو توان آنها در درک «همسرشان آنها را چطور می بیند»

- آیا تا بحال همسرتان در مورد شما دچار سوء تفاهم شده؟
- آیا تا بحال شما در مورد همسرتان دچار سوء تفاهم شده اید؟
- آیا تا به حال پیش آمده که کاری را با نیت و انگیزه خوب انجام داده باشید ولی همسرتان آن را بد برداشت کرده باشد؟
- شما چطور؟

سوآلي كه بايد از خود بپرسيد اينست:

آيا واقعا گوش ميكنيد يا منتظر نوبت خود براي گفتن هستيد؟

اگر پيش از پايان سخنان همسرتان، درباره پاسخ خويش مي انديشيد در
واقع شنوده نيستند.

70%

ارتباطات ما

اشتباه فهمیده می شوند و یا اشتباه تفسیر می شوند.

(در یک فرهنگ و با یک زبان)

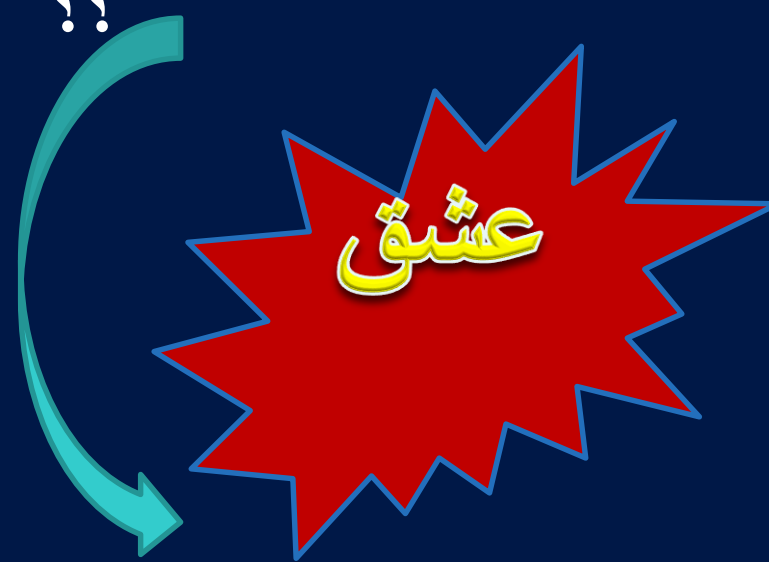
www.farahaniweb.com

شیوه های برخورد شما در ارتباطات خانوادگی چگونه است؟

- برنده - بازنده
- بازنده - برنده
- بازنده - بازنده
- برنده - غیر بازنده
- برنده - برنده

- هنگام اختلاف عقیده ← احترام می گذارید؟
 - اختلاف نظر ← توافق می کنید؟
 - اختلاف سلیقه ← همدلی می کنید؟
- بنابر این صمیمیت

؟؟



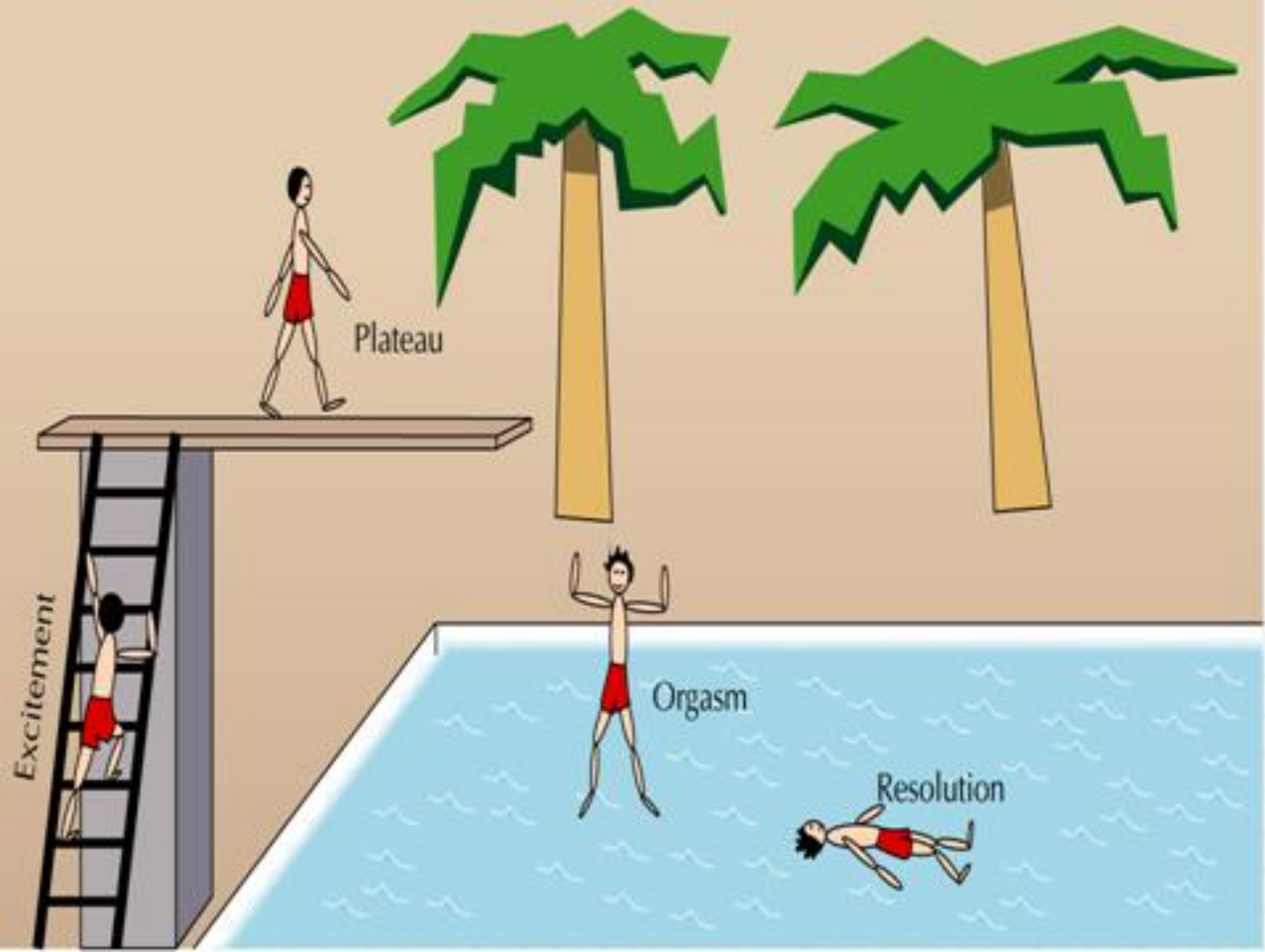
چه باید کرد....

- درک تفاوت‌های جنسی و سنی
- منتظر تغییر طرف مقابل نمانیم
- من مسوولم
- زندگی پویا است
- هیچ چیز ثابت نیست
- حفظ خانواده تلاش مداوم می‌خواهد

مهم

در بعد غیر جنسی زندگی به خودتان از یک تا 10 چه امتیازی می دهید؟

در بعد جنسی زندگی به خودتان از یک تا 10 چه امتیازی می دهید؟



موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۱- به عنوان یک زن/مرد در زندگی مشترک از خودم چه انتظاراتی دارم؟

موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۲- همسر من از من به عنوان یک زن/مرد در زندگی مشترک چه انتظاراتی دارد؟

موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۳- همسرم از خودش در زندگی مشترک چه انتظاراتی دارد؟

موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۴- من از همسرم در زندگی مشترک چه انتظاراتی دارم؟

موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۵- ویژگی های مثبت همسر چیست؟

موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۶- ویژگی های مثبت و منفی من چيست؟

موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۷- همسرم در زندگی مشترک چگونه فردی است؟

موافقید زندگی را از دو بعد نگاه کنیم؟

آیا پاسخ سوالهای زیر را در این دو بعد می دانید؟

موضوعات غیر جنسی زندگی	موضوعات جنسی زندگی	
		۸- من در زندگی مشترک چگونه فردی هستم؟

مهم

📄 شرکای جنسی متعدد می تواند پاسخ جنسی متفاوتی برای مرد و زن ایجاد کند

📄 اگر از ابتدای رابطه جنسی (نامزدی و ...) تاکنون از زنگی جنسی رضایت ندارید ابتدا زندگی غیر جنسی و ارتباط بین فردی خود با همسرتان را بررسی کنید

مهم

در صورتیکه مردان روابط جنسی با شرکای متعدد در زمان کوتاه داشته باشند می تواند دلیل انزال زودرس اخیر آنها باشد

اگر ابتدای رابطه جنسی با همسر یا شریک جنسی جدید است انزال زودرس مرد می تواند نگران کننده نباشد

افزایش عزت نفس مردان، زودانزالی را بهبود می دهد

مهم

انجام ورزش کگل توسط زن حین دخول واژینال نسبت
سایز الت تناسلی مرد تحریک کننده تر است

ورزش کگل در مردان به حفظ نعوظ انها کمک می کند

عواقب نامطلوب اعتیاد جنسی شبیه به عواقب جسمی و
روانی ناشی از سایر اختلالات اعتیاد آور است

مهم

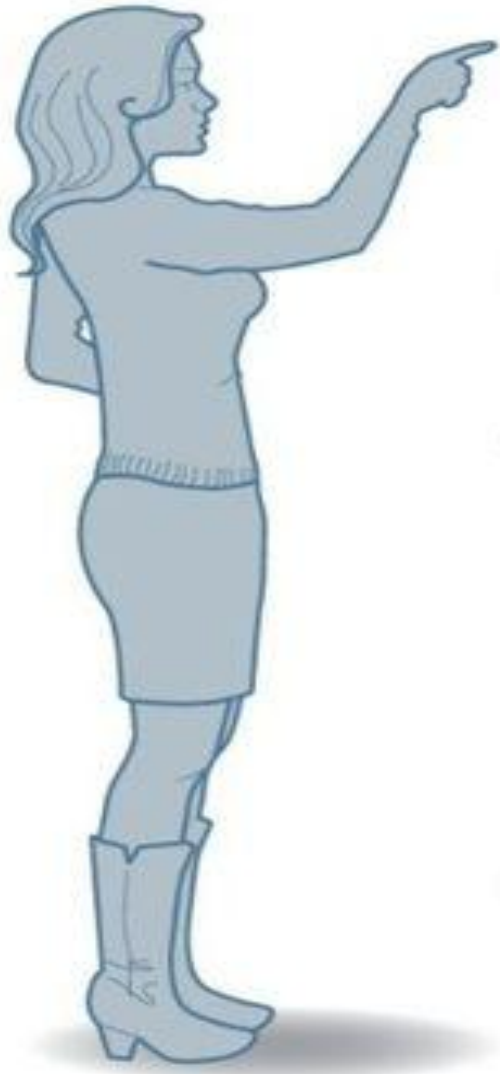
📄 هفته آخر بارداری زمان مناسبی برای مقاربت بیشتر است

📄 ادامه مقاربت سبب تاخیر در اتروفي دستگاه ژنیتال می شود

📄 از عوارض دخول مقعدی، ناباروری و انتقال بیشتر بیماریهای مقاربتی می تواند باشد

📄 ازدواج به وصال نرسیده (عدم دخول و اژینال پس از ازدواج) با جراحی پرده بکارت مرتبط نیست

تفاوت های زن و مرد



Maraschino	Red
Cayenne	Red
Maroon	Red
Plum	Purple
Eggplant	Purple
Grape	Purple
Orchid	Purple
Lavender	Purple
Carnation	Pink
Strawberry	Pink
Bubblegum	Pink
Magenta	Pink
Salmon	Pink
Tangerine	Orange
Cantaloupe	Orange
Banana	Yellow
Lemon	Yellow
Honeydew	Yellow
Lime	Green
Spring	Green
Clover	Green
Fern	Green
Moss	Green
Flora	Green
Seam Foam	Blue
Spindrift	Blue
Teal	Blue
Sky	Blue
Turquoise	Blue



Man



Delia Long 1993-2001

Woman



همسر من

مهارت‌آموزی در روابط زناشویی و جنسی



دکتر عفت‌السادات مرقاتی خویی
عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران

سرشناسه: مرقاتی خویی، عفت‌السادات - عنوان و نام پدیدآور: همسر من: مهارت‌آموزی در تعاملات جنسی و زناشویی / شناسه افزوده: ضیایی، لاله، ۱۳۹۴، تصویرگر: مشخصات نشر: تهران: مهرسا، ۱۳۹۳، مشخصات ظاهری: ۱۵۶، مس. مصور (رنگی)، جدول (رنگی) شابک ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۹۱-۶۰۰-۲ / وضعیت فهرست نویسی: فیبا / موضوع: امور جنسی - آموزش شناسه افزوده: مرکز ملی مطالعات اعتیاد دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران - دسترسی کنگره: ۱۳۹۳، HQ۳۷/م۴۵۸، زده بندی دیویی: ۶۱۳/۶، شماره کتابشناسی ملی: ۳۴۹۷۳۳

همسر من

ناشر	مهرسا
مؤلف	دکتر عفت‌السادات مرقاتی خویی
تصویرگر	لاله ضیایی
مدیر تولید	معصومه گرشاسبی
مدیر هنری	محسن فرهادی
صفحه‌آرایی	سعیده زائری
ویراستار ادبی	سمیه حیدری
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۶۵۹۱-۶۰۰-۲
نوبت و سال چاپ	دوم - ۱۳۹۴
شمارگان	۳۰۰۰ نسخه
قیمت	۱۴۰۰۰ تومان

مرکز پخش: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی،
کوچه صابر، پلاک ۱ تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۸۱۹۸۹
سامانه‌ی پیامک: ۱۰۰۰۱۹۸۹

www.mehrsa.org
info@mehrsa.org

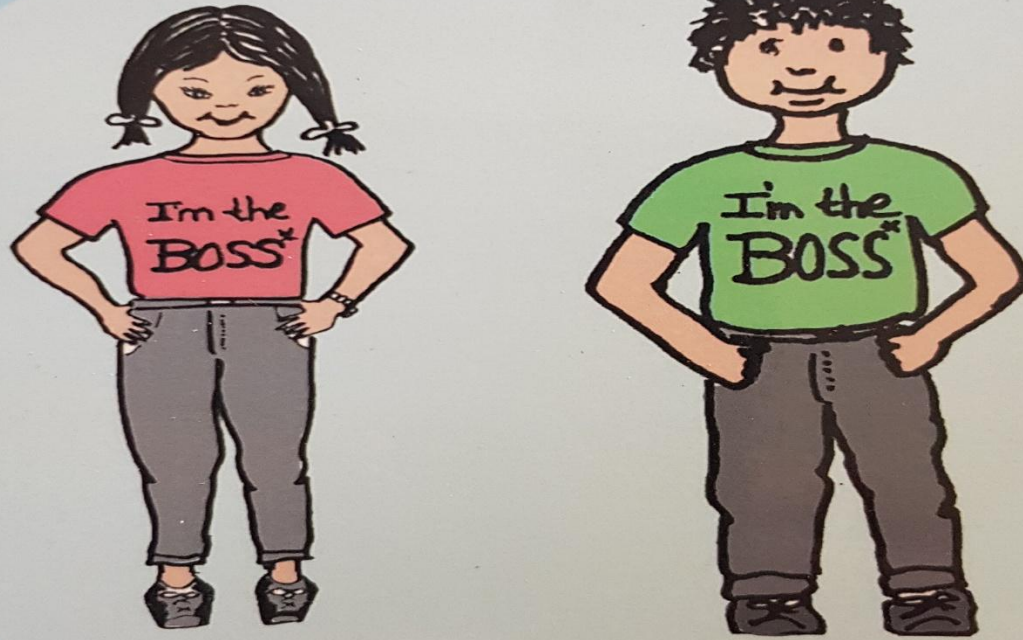
© کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به انتشارات مهرسا می‌باشند. هرگونه برداشت از مطالب این کتاب، اعم از مقاله، سی‌دی، جزوه آموزشی و... بدون مجوز کتبی از ناشر، ممنوع بوده و پیگرد قانونی دارد.

آموزش ایمنی شخصی به کودکان

نویسنده: پروفیسور سندی ورتل

کتاب کار

من رئیس بدن خودم هستم



برنامه ایمنی شخصی برای والدین جهت آموزش کودکان

مترجمین: "دکتر الهام خوری - سمیه غلام فرخانی"



پرسشهای دربارهٔ
ناشناخته‌ها ۲۰

هنگام مرگ چه اتفاق
چرا بعضی از بچه‌ها
خدا چیست؟ ۲۶
دین چیست؟ ۲۸
آیا در تاریکی در آن



پرسشهای د
رابطه با دیگر

پدر (مادر) کجا
طلاق چیست؟
آیا باید او را ب
چرا مرا به فر
چرا من همیش
چرا نمی‌توانم
چرا باید به م



«کودک چگونه به دنیا می‌آید»

فهرست مطالب

پیشگفتار ۶

پرسشهای دربارهٔ جنسیت و تولد ۱۰

من از کجا آمده‌ام؟ ۱۲
آیا کودک درون تو رشد می‌کند؟ ۱۴
کودک چگونه به دنیا می‌آید؟ ۱۶
بلوغ چیست؟ ۱۸

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور
مشخصات نشر
مشخصات ظاهری
شابک
وضعیت فهرستوسی
یادداشت
یادداشت
یادداشت
یادداشت
موضوع
موضوع
موضوع
شناسه افزوده
رده‌بندی کنگره
رده‌بندی دیویی
شماره کتابشناسی ملی

استاددرد، میریام، ۱۳۳۷ - ۳
Stoppard, Miriam
ترجمه فرهاد سوری، پاسخ آینه‌ها، تالیف میریام استاددرد
تهران: ذهن آویز، ۱۳۸۹
۷۸ ص. - مصور (رنگی).
۹۷۸-۶۰۰-۵۲۱۹-۲۱-۰
فیبا
این کتاب با همین مشخصات با تصاویر سیاه و سفید نیز
منتشر شده است.
عنوان اصلی: Questions children ask & how to answer them
کتاب حاضر در سالهای مختلف توسط بهترین معلمان منتظر
گردیده است.
چاپ نهم
نصابه
پرسش‌ها و پاسخ‌های کودکان
کودکان - روانشناسی
کودکان - سرپرستی
سوری، فرهاد، مترجم
۱۳۸۸، ۵ الف ۸۶، HQ7A۴
۶۴۹/۱
۱۳۳۶۵۸۱



پرسشهای کودکانه و پاسخ آنها


تألیف: دکتر میریام استاددرد
ترجمه: دکتر فرهاد سوری
ویرایش: مهندس امیر صادقی
آماده سازی و اجرا: سوگل علمی
ناظر فنی: عماد دورنابی
لینتوگرافی: هنرگرافیک
چاپ و صحافی: معاصر
چاپ نهم : تابستان ۱۳۸۹
شمارگان: ۵۰۰۰
بهای: ۵۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۲۱۹-۲۱-۰
ناشر: ذهن آویز با همکاری نشر دانش ایران
تلفن نشر دانش ایران: ۶۶۰۰۵۱۵۱، دورنگار: ۶۶۹۲۰۳۷۹
سایت نشر دانش ایران: www.IranSciencePress.com
حق چاپ برای نشر ذهن آویز محفوظ است
مرکز بخش: مؤسسه گسترش فرهنگ و مطالعات
تلفن و دورنگار: ۸۸۷۹۴۲۱۸ (خط ۸)
آدرس اینترنتی: www.gbook.ir

مجموعه تعلیم و تربیت بنیادین
چاپ نهم



پرسشهای کودکانه

۹ پاسخ آنها







دانشگاه علوم پزشکی گومس
معاونت تحقیقات و فناوری



مرکز تحقیقات بهداشت باروری
و مشاوره در مامایی



دکتر شایسته احمدی



سازمان نظام پزشکی جمهوری اسلامی ایران
گرجان - ای قلا



انجمن علمی مامایی ایران
استان گلستان



نخستین کنگره بین المللی مجازی

سلامت جنسی - باروری و مشاوره در مامایی

گرگان ۱۹ الی ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۲

IRAN's First International Virtual Congress of
Sexual & Reproductive Health
and Counseling in Midwifery
Gorgan-Iran May 9-10, 2023

محورهای کنگره:

- * سلامت مادر، کودک و نوجوان
- * سلامت باروری در بحران (کرونا، سیل، زلزله و...)
- * بارداری و زایمان و طب مکمل
- * سرطان های دستگاه تناسلی و پستان
- * غربالگری سلامت روان، قبل، حین و پس از زایمان
- * آموزش، مشاوره، تکنولوژی در سلامت جنسی و باروری
- * حمایت از خانواده، جوانی جمعیت و فرزندآوری
- * سلامت خانواده، سالمندی، بیماری های مزمن

وب سایت دانشگاه:

<https://congress.goums.ac.ir>

پست الکترونیک:

rhrc@goums.ac.ir

آدرس دبیرخانه:

دانشگاه علوم پزشکی - دانشکده پرستاری و مامایی

مرکز تحقیقات بهداشت باروری و مشاوره در مامایی

تلفن: ۰۱۷۳۲۴۵۱۳۵۳

دورنما: ۰۱۷۳۲۴۵۵۱۷۱

برگزارکنندگان:

معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه

دفتر آموزش مداوم معاونت آموزشی دانشگاه

مرکز تحقیقات بهداشت باروری و مشاوره در مامایی

دانشکده پرستاری و مامایی بویه

