

# מגדר והתפתחות מינית



סיון דרשן, עו"ס קלינית, מטפלת מינית ומחנכת למיניות בריאה



ברוכות הבאות

**שלט בבי"ס ברמת השרון מעוצב בעברית רב מגדרית שעיצבה מיכל שומר**

# סיון דרשן

מטפלת ומחנכת למיניות בריאה



הדרכת הורים  
ייעוץ בקדושה לדתיים  
הנחיית קבוצות וסדנאות  
ליווי מתבגרות ומתבגרים  
טיפול באנשים עם צרכים מיוחדים



---

Sivandarshan@gmail.com | 050-9798808

# הנחות יסוד להרצאה

- היום נדבר על התפתחות מינית, פרטיות, מרחב אישי, מיניות, מגע, אינטימיות ועוד
- נושאים אלו נחשבים לרוב לטאבו ולכן ייתכן שחלקים מההרצאה לא יהיו מביכים.
- אין שחור ולבן ואין תשובות נכונות ולא נכונות.
- חשוב לי לדבר בשני מישורים - אתם/ן והחניכים/ות שלכם. לתחושות שלכם יש הרבה חשיבות, תביאו אותם.
- למרות שיש לי מידע להעביר לכן זו לא הרצאה, אלא דיון והזמנה להסתכל פנימה. תשאלו שאלות, תספרו סיפורים, תשתפו..
- אני מדברת בהקצנה בכוונה.
- קחו כל מה שאני אומרת בערבון מוגבל ובדקו אם מתאים לכן / למטופלים שלכם
- בואו נתחיל...



# הגדרות בסיסיות





## מיניות – (הגדרת ארגון הבריאות העולמי)

"מיניות היא אנרגיה פנימית הדוחפת אותנו למצוא אהבה, מגע, חום ואינטימיות. להיות מיני זה להיות חושני.

המיניות משפיעה על מחשבות, רגשות ואינטראקציה בינאישית. מכאן שהיא משפיעה על הבריאות הגופנית והנפשית. כיוון שבריאות היא זכותו היסודית של הפרט, גם בריאות מינית חייבת להיות זכות אנושית בסיסית."

# מה נכלל בשיח על מיניות?

- תפקודי הגוף
- גבולות, פרטיות, מרחב אישי
- קשב לגוף, כבוד לגוף
- מיניות בריאה – יחסי מין, עמדות ותפיסות בקשר למיניות ויחסים, אמצעי מניעה ועוד.
- זהות מגדרית – להיות גבר, להיות אישה, הגוף שלי, דימוי גוף וכו.
- מדיה טכנולוגיה – התנהגות מוגנת ברשת, מסרים במדיה, פורנו וכו.
- מניעת אלימות מינית

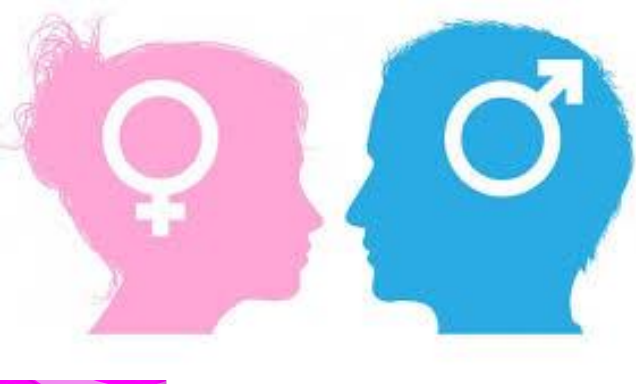
# בריאות מינית

מצב פיזי ונפשי הכולל רווחה חברתית בכל הקשור למיניות. הגדרה זו מצריכה גישה חיובית ומכבדת למיניות ומערכות יחסים, במקביל לקיום יחסי מין מענגים ומספקים וקיום התנסויות מיניות בטוחות וללא כפייה, אפליה ואלימות.

WHO – world health organization ארגון הבריאות העולמי



# הגדרות בסיסיות



## מין – SEX

- זכר או נקבה במובן הביולוגי, בהסתמך על אברי מין חיצוניים ופנימיים.
- מין – אקט מיני. פעילות הקשורה באברי המין: "עשינו מין", "עשינו סקס".

## מגדר

מונח במדעי החברה המתייחס לאותן הבחנות בין הגבר לאישה שהן תלויות חברה ותרבות. האופן שבו אנו תופסות את ההבדלים הללו, הציפיות וההנחות הערכיות הנלוות לכך.

# מגדר

שלושה היבטים פסיכו-חברתיים:

- א. אישי-זהותי (Gender Identity)** כלומר זהות מגדרית) - תחושת ההשתייכות של הפרט לאחת מקטגוריות המגדר המקובלות בחברתו, כגון גבר או אישה
- ב. תפקודי-התנהגותי- (Gender Role)** האם הפרט מתנהג כפי הראוי בתרבותו לאנשים עם זהות מגדר מסוימת
- ג. חברתי-ייחוסי (Attributed Gender)** איזו זהות מגדרית מייחסים פרטים שונים בחברה לאותו אדם

# הגדרות בסיסיות

## תפקידי מגדר

ציפיות ואמונות משותפות המוחלות על פרטים על בסיס מגדרם.  
תפקידי המגדר כוללים זכויות וחובות הקשורות להתנהגות אשר  
מוגדרת כהולמת לגברים ונשים בחברה. אינן מודעות ומשפיעות  
באופן יום-יומי על אופן התנהלות האדם.

# הגדרות בסיסיות

## סטריאוטיפים מגדריים

"סטריאוטיפים מגדריים הם תבניות חשיבה שגורות, נוקשות וכוללניות המייחסות לגבר או לאישה אפיונים, תכונות אישיות והתנהגויות טיפוסיות בשל מינם הביולוגי, מבלי לבחון אותם מול מציאות פרטית כלשהי" (מלאך-פינס, 1998)

# הגדרות בסיסיות

## הבניה חברתית

- האופן בו מסרים ישירים ועקיפים משפיעים על מבנה החברה.
- הבניות חברתיות גורמות לשימור של המבנה החברתי הקיים, כך שמי שמרוויח מהן הכי הרבה הן תמיד השכבות החזקות.
- הבניות חברתיות שגורמות לנשים ולגברים לדבוק במודל מסורתי בתחומי הזוגיות, הקריירה, האופנה וכו', מסייעות לשמור על המצב הלא-שוויוני בחברה.



# סכמה

**סכמה קוגניטיבית** היא מבנה מנטלי הכולל מכלול של ידע ועמדות של אדם כלפי נושא מסוים (אובייקטים, אנשים ומצבים).

הסכמה מאפשרת לארגן כמויות גדולות של מידע באופן יעיל.

הסכמה היא אחד המנגנונים הקוגניטיביים המאפשרים לאדם לעצב תפיסת עולם יציבה.



# סכמות מגדריות

- מגדר מהווה את אחת הסכמות המרכזיות ביותר לארגון המציאות החברתית, למיפוי העולם (נוחות)
- סכמות אלה נשענות על הסטריאוטיפים המגדריים הרווחים בתרבות
- הם מהווים עדשה לקליטת המציאות החברתית
- הם נשמרים משום שאנשים אינם ששים לייצר את מציאותם החברתית בכל פעם מחדש
- ומעדיפים להסתמך על סכמות סטריאוטיפיות
- המאפשרות לפשט בכך את מכלול המורכבויות שמסביבם

# משימה

מה עולה בכם כשמדברים על התפתחות מינית?

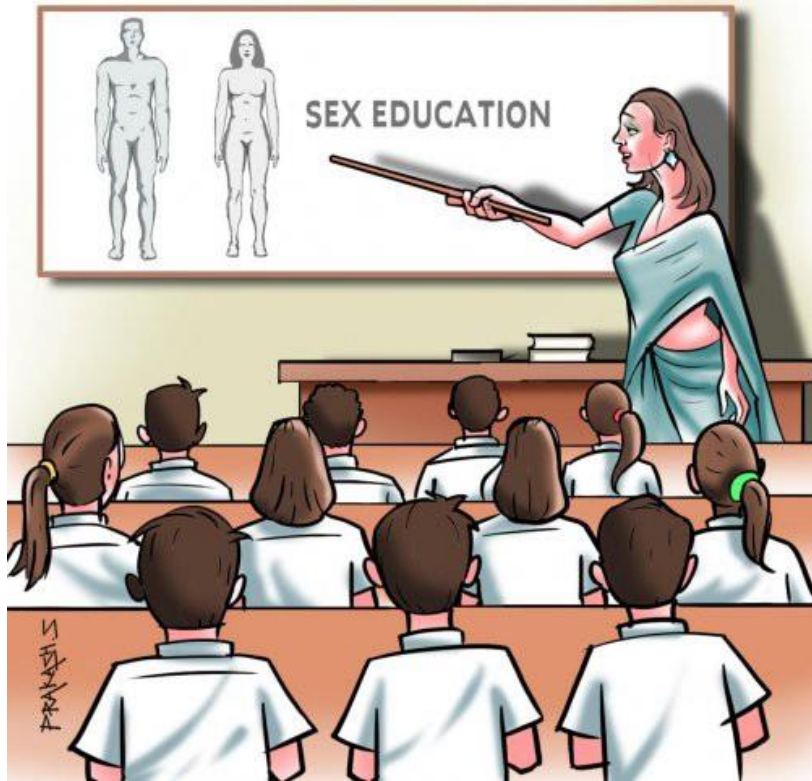
• היזכר/י בבית ההורים,

האם דיברו בבית על מיניות?

האם דיברו איתך על מיניות?

ממי וכיצד למדת/ה על הנושא ומתי?





# מתי לדעתן מתחילה ההתפתחות המינית?



# מהי התפתחות של מיניות בריאה?

- הילד צריך לפתח מודעות לגוף, שליטה בדחפים, מגע, הבנה ויכולת לתקשר את הצרכים שלו יחד עם יכולת בסיסית לוותר על חלק מהמשאלות המיניות שלו ולא לראות בזה מרכיב מקפח או ויתור – לא מובן מאליו.
- התפתחות של למידה של נורמות קהילתיות ותרבותיות
- גיבוש של זהות מינית
- התמקדות באובייקט מיני, יכולת ליצור קשר עם האובייקט המיני, יכולת להחצין ולממש את מה שנלמד בילדות.
- יצירת הסכם בין בני אדם של חופש, רציה הדדית, חופש פעולה, יכולת לעבוד ביחד מבחינה גופנית.



## התפתחות פסיכו-סקסואלית

✓ תהליך מורכב ומתמשך ונמשך למעשה מרגע היווצרותינו ועד מותנו.

✓ המשולבים בו מרכיבים ביולוגיים ופיזיולוגיים, פסיכולוגיים, רגשיים,

חברתיים וסביבתיים.





# מה משפיע על עיצוב תפיסות ואמונות על מיניות?

1. הבית בו גדלנו- מערכת היחסים של ההורים ומערכת היחסים שלהם עם הילדים
2. סביבה, קהילה, קבוצת השווים – מהן הנורמות החברתיות שבהן הילד גדל ומהן הוא מושפע?
3. תרבות – אקלים חברתי –(בישראל - החפצת נשים, פורנוגרפיה, רצח ודיכוי נשים, מיניות כמקום מסוכן)
4. התנסויות וחוויות אישיות – כאשר הראשוניות הן הקריטיות ביותר.
5. ידע נרכש

# התנהגות מינית תקינה

- עם בני אותו גיל, ממדי גוף דומים ורמת התפתחות דומה

- יש סקרנות

- התלהבות

- מסב הנאה ומעורר גיחוך ורוח שטות

- רגש אופייני- עליצות וספונטניות

- ללא כפיה

- יש סקרנות גם לגבי תחומים אחרים בחיים



# התנהגות מינית חריגה

- אין יחסי משחק הדדיים
- גילאים שונים, ממדי גוף שונים או רמות התפתחות שונות
- משחק עם כפיה ואיומים
- עיסוק יתר במיניות
- העדפה להתנהגות מינית במקום משחק עם בני גילו

# סימנים מחשידים לפגיעה מינית אצל ילדים:

- פחדים של הילד שקשורים במגע גופני
- שינוי בהתנהגות ובלבוש
- התנהגות ילדותית
- הערכה עצמית נמוכה
- יחסי חברות מועטים
- הימנעות מהשתתפות בפעילויות של בני גילו
- ידע מיני וביטויים מיניים בלתי רגילים לבני גילו
- נסיגה לשלב התפתחותי מוקדם יותר
- קשיים בהליכה או בישיבה
- תלונות על כאב או גירוי באזור איבר המין (אל"י, האגודה להגנת הילד)

# שלבים בהתפתחות הפסיכו-סקסואלית



## שלב הינקות והגיל הרך

- ✓ תינוק הוא יצור מיני ובעל מערכת עצבית תחושתית ורפלקסיבית המגיבה לגירויים שונים בסביבתו, לדוגמא: זיקפה אצל תינוק בזמן ליטוף או רחצה.
- ✓ דרך משחק ותנועה, התינוק לומד להכיר את גופו ואת יכולתו המוטורית
- ✓ מגע עצמי ומגע של אחרים בגופו מהווים בסיס ללמידת תחושות גופניות שונות כולל הנאה ממגע באזורים ארוגניים ( אברי המין) בגופו.
- ✓ באמצעות הקשר עם הדמויות המטפלות בו, בדרך כלל ההורים, התינוק הרך לומד את תחושות האהבה והקרבה האינטימית.
- ✓ האופן שבו הסביבה תגיב להתנהגות התינוק ולגילויים המיניים מהווה את בסיס החינוך המיני של הילד.





## שלב הילדות המוקדמת (3 עד 5)

✓ תקופה אדיפאלית (פרויד) ו"גיל המשחק" (אריקסון).

✓ הילד ללא מגבלה, מסוגל לנוע באופן עצמאי ומתחיל לפתח תחושה גוברת של תפקיד מגדר והבדלים בין המינים.

✓ התפתחות המודעות לקיום שני מינים ולהשתייכות המגדרית של הילד.

✓ סקרנות ביחס לגוף ולאברי המין: מגע עצמי (אוננות), משחקים מיניים (אבא-אמא, רפא-חולה וכד') עם ילדים אחרים.

✓ שאלות לגבי הריון ולידה.

✓ גיבוש מושגי המין אצל הילד בגילים אלו הם באמצעות תצפיות על עולם המבוגרים והתקשורת הרגשית והפיזית שהילד חשוף לה

✓ תגובת הסביבה להתנהגותו המינית והמוכנות לנהל איתו שיח ישיר על הנושאים המיניים המעניינים אותו.

## ילדות (גיל 6 עד 9):

- ✓ בשלב זה של החיים בית הספר תופס מקום מרכזי. הילד מתחיל לרכוש מיומנויות פורמאליות הדרושות כדי להגיע להישגים בחברה. יש לילד/ה יותר הזדמנויות ללמידה מיחסי גומלים עם ילדים אחרים.
- ✓ פרויד התייחס לשלב זה כ"תקופת החביון", אך אחרים הראו שיש לילדים עניין רב בנושאים מיניים. בגיל זה הילדים לומדים הרבה על המין משותפיהם למשחק.
- ✓ קיימת היכרות עם ההבדלים הפיזיים בין המינים ותחילת הפנמת מושג הפרטיות והצנעה לגבי הגוף. ניתן לראות התקבצות של הילדים ע"פ חלוקה מגדרית ברורה.
- ✓ שלב זה מאופיין בהתנהגויות מיניות ובמשחק מיני עם ילדים מאותו המין ו/או המין השני ובין אחים.
- ✓ משחקים שהם דרך לגיטימית לסקרנות המינית- ההתעניינות והמשחק חבויים יותר, לנוכח התגברות המודעות לאיסורים ובושה.

# סימני התפתחות גופנית מינית בגיל ההתבגרות- תרגיל

בנים

בנות



# סימני התפתחות גופנית מינית בגיל ההתבגרות- תרגיל

## בנות

- שינוי במבנה גוף
- התפתחות הדרגתית של השדיים
- שיעור
- שינוי קול
- גדילת איברי המין החיצוניים והפנימיים
- הפרשות
- הופעת הווסת
- ריח גוף
- אקנה
- עוררות מינית

## בנים

- שינוי במבנה גוף
- שיעור
- גדילת איברי המין
- שינוי קול
- ריח גוף
- אקנה
- ייצור תאי זרע
- זקפה מרובה

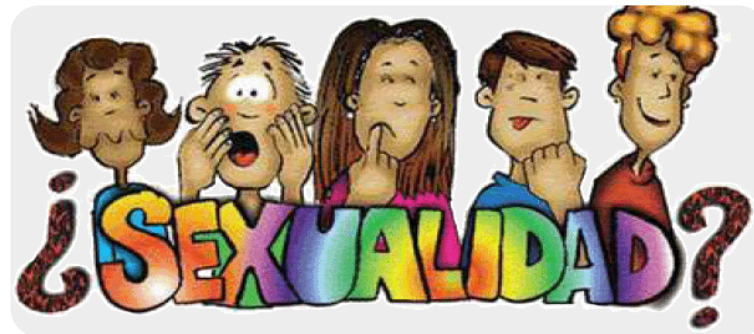


# תחילת התבגרות (גיל 10 עד 12):

- ✓ מתחילה להתגבש הזהות המינית והמשיכה המינית
- ✓ מתחילים לראות סימני מין משניים: ניצני שדיים, צמיחת שיער בבית השחי והערווה, פצעים בפנים ועוד.
- ✓ בנות מחכות להופעת הווסת. חלקן מקבלות כבר.
- ✓ בנים ובנות יכולים להתאהב במבוגרים מהם- מורים, מפורסמים ועוד.
- ✓ יש חברויות שלרוב לא כוללות מגע מיני.
- ✓ קבוצת השווים נעשית חשובה יותר, בעיקר עם אותו מין.
- ✓ בנים עלולים לחוות זיקפה (לרוב ללא שפיכה).
- ✓ יכול להיות גירוי מיני וכן יכולה להיות אוננות עם אורגזמה.

# טרום התבגרות (10-13)

- ✓ שינויים פיזיים בקצב הגדילה ובהופעת סימני מין משניים מלווים בשינויים קוגניטיביים לצד התפתחות רגשית ויחד איתם שינויים חברתיים.
- ✓ חיזוק וביסוס הקשרים החברתיים עם קבוצת השווים, יצירת קשרי חברות רומנטית ראשונה.
- ✓ עם תחילת השינויים ההורמונליים, ניכרת סקרנות ופעילות מינית גדולה יותר בקרב בנים ובנות, בין יחידים ובאופן קבוצתי: חיפוש מידע וחומרים בעלי תוכן מיני, פעילות חברתית רבה, יציאה לבילויים ומגעים גופניים שונים.
- ✓ אופיינית תפיסה אגוצנטרית הגורמת לתחושת מודעות עצמית וצורך ביותר פרטיות ועצמאות.



## גיל ההתבגרות - בנות (גיל 13 עד 15):

- קבוצת השווים נעשית חשובה יותר ויותר.
- הבנות חוות צמיחה גופנית מהירה כולל התפתחות סימני המין המשניים.
- הבנות צריכות הכרה ותמיכה של המשפחה בהתפתחות המינית.
- המחזור החודשי מתחיל להופיע.
- בנות משוחחות על מין באופן מופשט וכללי. אך לא על התנסויות ודאגות שלהן. התנשקות הופכת לאופיינית.
- חבר או חברה הם עדיין יותר עניין חברתי מאשר בין אישי. יש תחלופה ופרידות רבות.
- יש גירוי מיני ולפעמים אוננות - לרוב מלווה באשמה ובושה.



## גיל ההתבגרות - בנים (גיל 13 עד 15):

- בנים מתחילים להתעניין במין, בייחוד במיניות שלהם.
- יכולים להופיע חלומות מיניים וקרי לילה (עדיין נדיר).
- רוב הבנים מתחילים להראות התפתחות סימני המין המשניים.
- האוננות נעשית אינטנסיבית יותר ויכולה להיעשות לבד או בקבוצה, עם או בלי שפיכה.
- זיקפה קורית עם או בלי גירוי מיני וגורמת למבוכה ולבלבול.
- בנים מחפשים מידע על מין ומחפשים חומרים גרפיים (כיום בעיקר דרך האינטרנט).
- מתחילה משיכה מינית
- יש מגעים מיניים לרוב עם בת זוג
- חבר או חברה הם עדיין יותר עניין חברתי מאשר בין אישי. יש תחלופה ופרידות רבות.
- הומוסקסואלים זוכרים תקופה זו בחוסר המשיכה למין השני אך לרוב עדיין אינם מגדירים עצמם מינית.

## גיל ההתבגרות (+15):

- התפתחות פיזית מהירה יותר מהתפתחות נפשית-קוגניטיבית
- סקרנות
- עוררות מינית
- זוגיות ומיניות במדיות השונות (טלוויזיות, טלפונים, רשתות חברתיות ועוד)
- קיים לחץ סביבתי/חברתי לקיים קשר מיני
- המין כאמצעי להידוק הקשר ולהשגת מחויבות וקרבה
- גישה קלילה לקבלת החלטות אשר מובילות ליחסים בלתי מחייבים
- מערכת ציפיות מעוותת בעקבות צפיה בפורנו

## גיל ההתבגרות (+15):

- גיל קיום יחסי המין יורד (כיום הממוצע 15.5-16)
- ניתוק הקשר גוף-נפש
- מין אוראלי ואנאלי
- מספר רב של פרטנרים
- אי-שימוש באמצעי מניעה
- שימוש באלכוהול ובסמים

# נושאי עניין מיני של מתבגרים כוללים:

דימוי גוף ✓

אוננות ✓

פורנוגרפיה ✓

חיזור ✓

זוגיות ✓

פעילות מינית – מתי הגיל להתחיל ומה מותר/ אסור ✓

אמצעי מניעה ✓

הפלות ✓

מחלות מין ✓



# חסמים לשיח עם מתבגרים

- ❖ ידע – לא יודעים מה מותר להגיד, מה צריך, לא יודעים עובדות ועוד
- ❖ מבוכה – לא רגילים לדבר על נושאים כאלה
- ❖ "אלמנט ההפתעה" - לא בטוחים מה אנחנו חושבים, לא התכוננו..
- ❖ פחד להיחשף – להישאל שאלות אישיות, להתבונן על עצמי
- ❖ לא רוצים "לתת להם רעיונות"
- ❖ לא רוצים לקחת אחריות
- ❖ פערי תרבות – לא מבינים אותם / הם לא מבינים אותנו
- ❖ תפיסה שהם יודעים הכל ואין מה לחדש להם
- ❖ תפיסה של "איתי לא דיברו ויצאתי בסדר"



# בדיקת עמדות ופיתוח מודעות עצמית

- מה מרתיע אותנו?
- מה מאתגר את התפיסות שלנו?
- מה מגעיל אותנו?
- איפה נח לנו? איפה פחות?
- איפה אנחנו מפחדות/ים להיחשף? איפה אנחנו מוכנות/ים להיחשף?
- איפה עובר הקו האדום שלנו?
- איפה אפשר "להתרחב"?



# כלים לפירוק חסמים בשיח על מיניות



✓ מודעות לחסמים

✓ ידע

✓ שפה מקצועית

✓ בדיקת עמדות

✓ לימוד

✓ הקשבה

✓ הפנייה (לדעת לבחור נכון, דלת פתוחה, מרפאת לוינסקי, מידע אמין על מין, נשים לגופן, קווי סיוע).

✓ פערי תרבות – הכרות עם השפה, החברה המושגים (מתוך הבנת מכלול

הגורמים)

✓ כלים



# כלים לשיח על מיניות עם בני נוער וצעירים בסיכון:

- "לבוא בטוב"
- לנרמל
- לא להיות שיפוטיות
- להקשיב למילים, להקשיב להתנהגות ולהקשיב לרגש
- לא להחליק דברים פוגעניים – להעביר עמדה מוסרית ברורה לגבי מיניות ואלימות
- בשיח על להט"ב – דגש על התנסות ותהליכיות
- רכישת ידע בנושא
- סבלנות



# טיפים לשיח עם מתבגרים

- מותר להרגיש מבוכה (אפשר לתת דוגמא אישית) ומותר ומומלץ להעז.
- להשתדל לא לתת הרצאה/ לא להטיף מוסר
- לנצל הזדמנויות כמו צפייה משותפת בתוכניות טלוויזיה, פרסומות, כתבות בעיתון.
- לבחור מקומות נוחים לשיחה כמו באוטו, בטיול. לפעמים זה יותר קל כשאין קשר עין.
- לשאול שאלות פתוחות, כמו מה דעתך? מה את/ה חושב/ת?

# טיפים לשיח - המשך

- אין צורך לדעת את הכל ואין צורך לדבר על הכל.
- תעברו על מה מותר ומה רצוי ולא רק על מה אסור ומסוכן.
- תדברו גם על קשר רגשי ולא רק על מין.
- תהיו יצירתיים: תשלחו SMS או מייל, פייסבוק, תשתמשו בעולם הידע שלהם.
- תשתמשו בהומור.
- חשוב להיות קשובים. אם תקרינו את זה הם ירצו לדבר איתכם.
- לא צריך להשתמש בשפה שלהם אבל צריך לכבד אותה.
- לכבד את הדיעה של בני הנוער. לא חייבים להסכים אבל לשמוע ולדעת מה הם חושבים.

# חשוב לדעת

- המיומנות של התייעצות היא נלמדת.
- ילדים ומתבגרים שילמדו להתייעץ יפנו במהלך חייהם לייעוץ ועזרה מגורמים מקצועיים במקרים שבהם מרגישים מצוקה.



# תודה על ההקשבה 😊

