



پرسش و پاسخ

اشتراک در شبکه‌های اجتماعی:

آدرس صفحه: <https://mav>



پرسش و پاسخ

[1]

پرسش و پاسخ

پرسش:

پسر ۱۶ سال دارد و متأسفانه مبتلا به استمناء است. یک سالی است متوجه کارش شدم. چند وقت پیش به من گفت این عادت بد را از کلاس اول دبستان یکی از بچه‌های مدرسه به من یاد داده که در دهم انجام دهم. وقتی به بلوغ رسیدم این کار را ادامه دادم خودش خیلی دوست دارد که ترک کند ولی می‌گوید به من فشار می‌اد و نمی‌توانم ترک کنم.

با توجه به اینکه متأسفانه سالهاست این عادت را دارد خواهش می‌کنم کمکش کنید.

ما خانواده مذهبی هستیم پسر به مسائل دینی اش اهمیت می‌دهد.

با تشکر از شما

پاسخ توسط کارشناس ماوا

سلام و سپاس بابت اعتماد شما

لطفاً به نکات زیر توجه کنید:

1. مقدمه ترک عادت، داشتن روحیه خوب، احساس ارزشمندی و خودباوری است. سعی کنید از طریق رابطه خوب به پسران،

عزت نفس بیشتری بدهید تا زمینه ترک عادت نادرست فراهم بشه.

2 اجازه ندید ایشان به شما درباره میزان پیشرفت یا شکست خود در خودارضایی گزارش بده. این کار باعث میشه تا مدیریت ایشان نسبت به خودش ضعیف تر بشه و ضمناً با اعتراف به گناه و خطا، عزت نفس پایین تری پیدا کنه.

3 از ظرفیت معنوی ایشان می تونید بهره بیشتری ببرید. به ایشان ارزش پاکی یک نوجوان و آثار والای اون رو توضیح بدید. از ایشان بخواهید با خداوند معامله کنه و به ازای گناهی که ترک می کنه، آرامش و موفقیت الان و زندگی شیرین سال های بعد رو مطالبه کنه.

4 اطلاعات فیزیولوژیکی شون رو افزایش بدید. بعد از مدتی مقاومت نسبت به خودارضایی، چرخه طبیعی این هورمون در بدن ایجاد و هورمون های جنسی مازاد بر نیاز بدن به صورت کاملاً طبیعی در خواب دفع خواهد شد.

5 انرژی جسمی و روانی ایشان رو در فعالیتهای ورزشی، کار و تفریحات سالم جهت بدید.

موفق باشید.

برچسب ها:

[خودارضایی، استمناء، برسیش و پاسخ](#) [2]

نشانی منبع: <https://mava.iki.ac.ir/node/968>

پیوندها

https://mava.iki.ac.ir/files/images/articles/answer-question_6.png [2] [1]

<https://mava.iki.ac.ir/tag/%D8%AE%D9%88%D8%AF%D8%A7%D8%B1%D8%B6%D8%A7%DB%8C%D8%8C-%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D9%85%D9%86%D8%A7%D8%A1%D8%8C-%D9%BE%D8%B1%D8%B3%D8%B4-%D9%88-%D9%BE%D8%A7%D8%B3%D8%AE>