

بدنم مال خودم است به بدنم دست نزن اذیت می‌شم

تهیه: انجمن آلمانی حمایت از خانواده

تصویرگر: داگمار گایزر

ترجمه: سعیده سالاری

ویراستاری: گروه علمی رشد

انتشارات جوانان

تهران ۱۴۰۳





بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله نویسنده، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورندگان کاری غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی، و کسب درآمد از دسترنج دیگران است. این عمل نادرست، موجب رواج بی‌اعتمادی در جامعه و بروز پیامدهای ناگوار در زندگی و ایجاد محیط نامناسب برای خود و فرزندانمان می‌شود.

www.ketab.lf

نام پدیدآور: انجمن آلمانی حمایت از خانواده [مؤسسه پروفامیلیا]

عنوان: نام و عنوان پدیدآور: به بدنام دست زن اذیت می‌شم/تهیه انجمن آلمانی حمایت از خانواده [مؤسسه پروفامیلیا]؛ تصویرگر داگمار گایزر؛ ترجمه سعیده سالاری؛ ویراستاری گروه علمی رشد.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات جوانه رشد، ۱۴۰۳.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۷۹۲-۵۳-۱

یادداشت: عنوان اصلی: (My body belongs to me from my head to my toes. 2014)

موضوع: کودکان -- راهنمای مهارت‌های زندگی (life skills guides -- Children)

موضوع: سوءاستفاده جنسی -- پیشگیری (Sexual abuse -- Prevention)

موضوع: امور جنسی -- آموزش به کودکان (Sex instruction for children)

شناسه افزوده: گایسر، داگمار، ۱۹۵۸ - م. تصویرگر. Geisler, Dagmar

شناسه افزوده: مؤسسه پرو فامیلیا. Pro Familia, Deutsche Gesellschaft für Familienplanung

شماره کتابشناسی ملی: ۹۵۲۴۷۶۳

رده‌بندی دیویی: ۳۰۵/۲۳۱



بدنم مال خودم است



به بدنم دست نزن اذیت می‌شم

تهیه:	انجمن آلمانی حمایت از خانواده
تصویرگر:	داگمار گایزر
ترجمه:	سعیده سالاری
ویراستاری:	گروه علمی رشد
چاپ اول: پاییز	۱۴۰۳
شمارگان:	۳۰۰۰ نسخه
چاپ و صحافی:	کارنگ

© کلیه حقوق چاپ و نشر این اثر برای انتشارات جوانه رشد محفوظ است.

هرگونه استفاده تجاری و تکثیر و انتشار و یا هرگونه استفاده از این اثر یا قسمتی از آن به هر شیوه‌ای از جمله زیراکس، فتوکپی، کتاب الکترونیکی و پی‌دی‌اف، کتاب صوتی، انتشار در اینترنت، فضای مجازی، و ضبط و ذخیره در سیستم‌های بازیابی و پخش آن بدون دریافت مجوز قبلی و کتبی از ناشر ممنوع و قابل پیگرد قانونی است.

اشاره به مطالب کتاب یا نقل بخش‌هایی از آن برای نقد و بررسی در رسانه‌های چاپی، الکترونیکی و رادیو و تلویزیون با ذکر منبع، بلامانع است.

قیمت:

انتشارات جوانه رشد

مرکز نشر و پخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی



ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه خیابان شهدای ژاندارمری،

شماره ۴۱ - تلفن ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: میدان انقلاب، روبروی سینما بهمن خیابان شهید هنیری جاوید،

شماره ۲ - تلفن: ۶۶۴۹۸۳۸۶ - ۶۶۴۹۷۱۸۱ - ۶۶۴۱۰۲۶۲

www.roshdpress.ir

تهران - ۱۴۰۳

سخن ناشر

یکی از نیازهای اصلی تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان، سخن گفتن با زبانی آشنا و قابل فهم برای آنان است. این موضوع به خصوص در مورد کودکان اهمیت بیشتری دارد و از همین روست که بر قصه نویسی برای کودکان و قصه گویی برای آنها در همه فرهنگ ها توجه و تأکید می شود.

در بین انواع مختلف قصه هایی که برای کودکان نوشته و خوانده می شوند، قصه هایی هم هست که بیشتر جنبه درمانی دارند، یعنی مقصود این است که کودکان را با مشکلاتی که احتمالاً به آنها دچار می شوند آشنا کنند تا بهتر بتوانند با این مسائل مواجه شوند و در برطرف کردن آنها بکوشند. این قصه ها را روان شناسان و متخصصان با تجربه و دارای صلاحیت علمی در زمینه کار با کودک می نویسند و کارشان را نهادهای روان شناختی حرفه ای معتبر جهان در حوزه رشد و پرورش کودکان تأیید کرده اند.

انتشارات جوانه رشد پیش تر در راستای فراهم کردن چنین مجموعه هایی در قالب قصه های کوتاه و ویژه کودکان، مجموعه «مهارت های اجتماعی» را منتشر کرده که خوشبختانه با استقبال پدرها و مادرها

و مربیان کودک روبه‌رو شده است. اینک کتاب‌های دیگری از این مجموعه با عنوان داستان درمانی در قالب آموزش مهارت‌های اجتماعی تهیه شده است. در این مجموعه بیشتر به مشکلات عمده‌ای پرداخته شده که کودکان با آنها دست به گریبان هستند.



از خوانندگان محترم درخواست می‌شود تا پیش از مطالعه کتاب برای فرزندان خود، متن سخن‌ناشر، و نیز توضیحاتی که در آغاز و پایان کتاب می‌آید و روی سخنش با والدین و بزرگ‌ترهاست را بخوانند و سپس کتاب را برای کودکان قرائت یا آنان را همراهی کنند.

در خواندن این کتاب‌ها برای کودکان به نکته‌های زیر توجه کنید:

- پیش از خواندن کتاب برای کودک، اول خودتان یک بار آن را بخوانید.
- پیش از خواندن داستان، وقت مناسبی برای این کار در نظر بگیرید.
- در خواندن کتاب برای کودک، متناسب با داستان لحن و صدایتان را تغییر دهید، بالا و پایین ببرید و آرام و تند کنید. هرگز همه داستان را با لحنی یکنواخت نخوانید.
- در مورد واژه‌ها و موقعیت‌هایی که در داستان جدید هستند، با کودک حرف بزنید و به سؤال‌هایش جواب بدهید و سعی کنید این گفتگوها خیلی کوتاه باشد.

امیدواریم این مجموعه برای کودکان مفید واقع شود، و الگوی مناسبی نیز باشد برای قصه‌نویسی و قصه‌گویی درمانبخش.

سخنی با آدم بزرگ‌ها

تمام کودکان دنیا، صرف نظر از اینکه سال‌های می‌کنند، در مقابل کودک‌آزاری و سوءاستفاده بالقوه آسیب‌پذیر هستند. کاهش آسیب‌پذیری کودکان در مقابل این خطرات باید از سنین پایین شروع شود. اما نباید آن را به کار ترسناکی تبدیل کرد. پدرها و مادرها و مراقبان کودکان این فرایند را می‌توانند حتی زمانی شروع کنند که کودکان هنوز خیلی کوچک است و به آن‌ها یاد بدهند که بدنشان مال خودشان است و حق دارند بدنشان را سالم نگه دارند.

کتاب *بدنم مال خودم است* «به بدنم دست نزن اذیت می‌شم» ابزار آموزشی مفید و مؤثری است که به تسهیل گفت‌وگوی پدر و مادرها و مراقبان با کودک کمک می‌کند. این کتاب ساده با تصاویر زیبایش به کودکان کمک می‌کند تا به بدنشان افتخار کنند و تصویر مثبتی از خود ترسیم کنند. آن‌ها همچنین یاد می‌گیرند که بدنشان حدودمرزهایی دارد و حق خودشان است که این محدوده‌ها را تعیین کنند. اگر کسی از این حدودمرزها گذشت، این هم حق خودشان است که شجاع باشند و جرئت به خرج دهند و مخالفت خودشان را اظهار کنند. گذشته از این، داستان این کتاب به کودکان می‌آموزد که اگر کسی که از این حدودمرزها عبور کند و به کارش ادامه دهد، آنگاه کودک نباید این مسئله را مثل رازی پیش خودش پنهان نگه دارد و شخص امین و مورد اعتمادی را پیدا کند تا این مسئله را با او در میان بگذارد.

این کتاب را به عنوان عنصری اساسی در موارد زیر توصیه می‌کنیم: تعیین شالوده امنیت بدنی، کاهش آسیب‌پذیری در برابر کودک‌آزاری، و نیز شکل دادن خودآگاهی و توانمندسازی‌ای که می‌تواند در طول عمر کودکان ادامه داشته باشد.

مرکز بین‌المللی جلوگیری از کودک‌آزاری

www.ketab.ir