

بدن من مال من است

کاری با بدنم نداشته باش

نویسنده: جیل استاریشوسکی

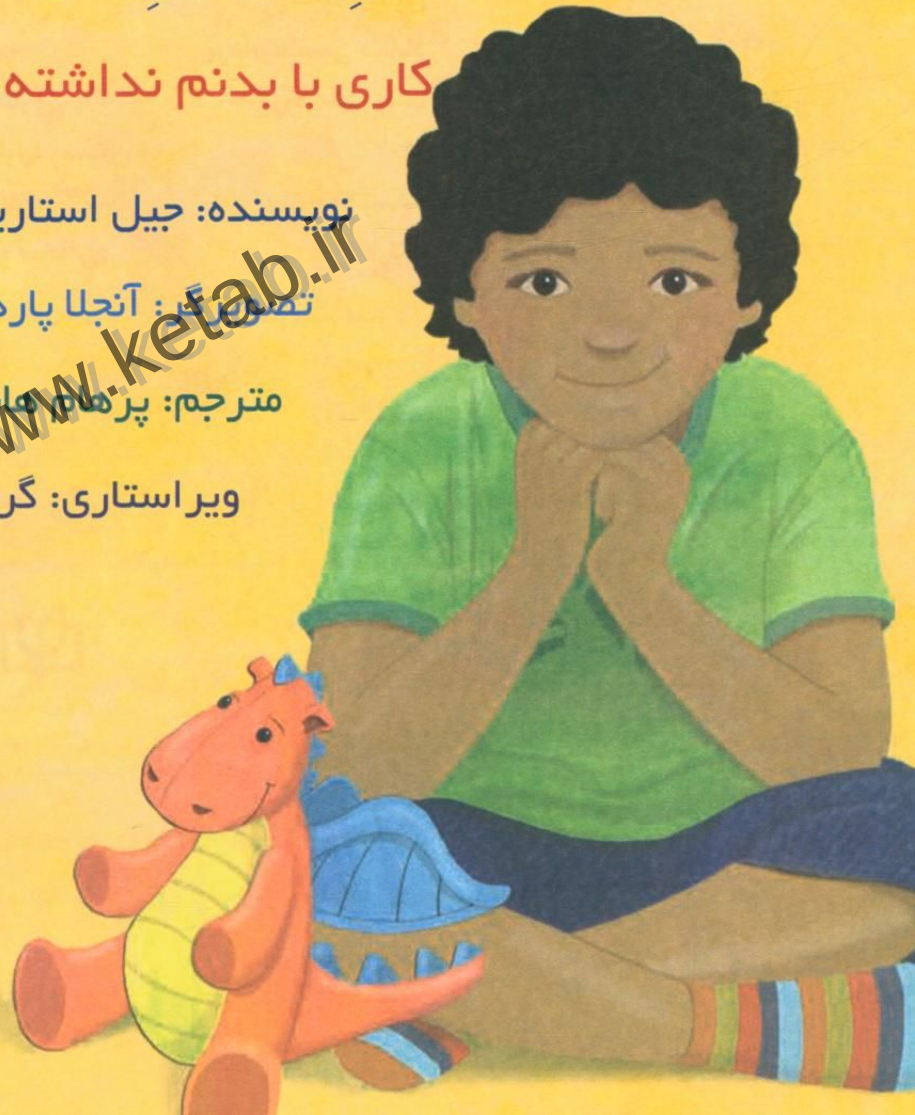
تصویرگر: آنجلا پاردون

مترجم: پرهام هاشمی میناباد

ویراستاری: گروه علمی رشد



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 محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان می‌شود.

www.ketab.ir

سرشناسه: باستاریشوسکی، جیل. Starishevsky, Jill

عنوان و نام پدیدآور: بدن من مال من است: نویسنده جیل استاریشوسکی؛ تصویرگر آنجال پاردون؛ مترجم: پرهام هاشمی میناباد؛ ویراستار گروه علمی رشد.

مشخصات نشر: تهران: جوانه رشد، ۱۴۰۳.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۷۹۲-۶۰-۹

مشخصات ظاهری: ۳۶ ص: مصور (رنگی).

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: مخاطب: ۶+ (کودکان دبستانی)

یادداشت: عنوان اصلی: (My Body Belongs to Me, c2014)

موضوع: کودکان — راهنمای مهارت‌های زندگی — داستان (Children -- Life skills guides -- Fiction)

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

موضوع: کودکان و غریبه‌ها — داستان (Children and strangers -- Fiction)

شناسه افزوده: هاشمی میناباد، پرهام، ۱۳۷۶-، مترجم

شناسه افزوده: پدرون، آنجلا. Padron, Angela

شماره کتابشناسی ملی: ۹۷۸۰۸۴۱

رده‌بندی دیویی: ۱۵۳۰۵/۲۳۱

حق چاپ محفوظ است

بدن من مال من است

کاری با بدنم نداشته باش



نویسنده: جیل استاریشوسکی
تصویرگر: آنجلا پاردون
مترجم: پرهام هاشمی میناباد
ویراستاری: گروه علمی رشد
چاپ اول: زمستان ۱۴۰۳
شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه
چاپ و صحافی: کارنگ

کتاب حقوق عامه نشر این اثر برای ناشر محفوظ است.

هرگونه استفاده تجاری و تکثیر و انتشار و بازنویسی این اثر یا قسمتی از آن به هر شیوه‌ای از جمله زیراکس، فتوکپی، کتاب الکترونیکی و پی‌دی‌اف، کتاب صوتی، انتشار در سایت‌ها و 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 و الکترونیکی و رادیو و تلویزیون با ذکر منبع، بلامانع است.

انتشارات روش

مرکز نشر و پخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی

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

شماره ۴۱ - تلفن ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: میدان انقلاب، رویروی سینما بهمن خیابان شهید منیری 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 قصه‌نویسی برای کودکان و قصه‌گویی برای آنها در همه فرهنگ‌ها توجه و تأکید می‌شود.

در بین انواع مختلف قصه‌هایی که برای کودکان نوشته و خوانده می‌شوند، قصه‌هایی هم هست که بیشتر جنبه درمانی دارند، یعنی مقصود این است که کودکان را با مشکلاتی که احتمالاً به آنها دچار می‌شوند آشنا کنند تا بهتر بتوانند با این مسائل مواجه شوند و در برطرف کردن آنها بکوشند. این قصه‌ها را روان‌شناسان و متخصصان با تجربه و دارای صلاحیت علمی در زمینه کار با کودک می‌نویسند و کارشان را نهادهای روان‌شناختی حرفه‌ای معتبر جهان در حوزه رشد و پرورش کودکان تأیید کرده‌اند.

انتشارات **جوانه رشد** پیش‌تر در راستای فراهم کردن چنین مجموعه‌هایی در قالب قصه‌های کوتاه و ویژه کودکان، مجموعه «مهارت‌های 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 داستان‌درمانی 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 سخن ناشر، و نیز توضیحاتی که در آغاز و پایان کتاب می‌آید و روی سخنش با والدین و بزرگ‌ترهاست 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 یک‌بار 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. 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

نام اعضای بدن از اولین چیزهایی است که به کودکان آموزش می‌دهیم. زمانی که بزرگتر می‌شوند، این گفتگو با کودک باید یک قدم جلوتر برود: بعضی از اعضای بدنشان خصوصی است و مال خود آن‌ها. همان‌طور که به کودکان آموزش می‌دهیم که در هنگام آتش‌سوزی چه باید بکنند، این را هم باید به آن‌ها بیاموزیم که اگر کسی به طور ناشایستی به بدن آن‌ها دست بزند یا آن‌ها را مجبور به دست زدن ناشایست به بدن خود کند چه باید بکنند. پیام اصلی کتاب حاضر این است که اگر کسی به بدنت دست زد، این موضوع را به بزرگترهایت بگو.

متأسفانه بخش عظیمی از کودکانی که مورد آزار جنسی قرار می‌گیرند، این آزار را بلافاصله به دیگران اطلاع نمی‌دهند. در نتیجه، دامنهٔ این آزار ممکن است جدی‌تر شود. دلایل زیادی برای سکوت کودک وجود دارد. شاید آزارگر به او گفته باشد که این موضوع را مثل راز پیش خودش نگه دارد. شاید

کودک فکر کند که خودش مقصر است. بدون آموزشِ کودک در مورد حدّ و حریم بدن خود، ممکن است او به این تصور نادرست برسد که عقلش برای تشخیص رفتار درست از غلط قد نمی‌دهد. هر کودکی، صرف‌نظر از جنسیت یا سن یا سابقهٔ خانوادگی و اجتماعی، امکان دارد قربانی آزار شود. اما پدر و مادرها نمی‌دانند که کی و چگونه این موضوع را با کودکشان در میان بگذارند. این کتاب که برای کودکان دبستانی نوشته شده است می‌تواند به شما کمک کند تا بحث دربارهٔ این موضوع سخت را شروع کنید و دربارهٔ حدّ و حدود بدن کودکان و امنیتشان به شیوه‌ای مستقیم و مؤثر با آن‌ها گفتگو کنید.

جیل استاریشوسکی

پی‌نوشت: در آخر کتاب توصیه‌هایی برای خواندن این کتاب برای کودکان و بحث دربارهٔ این موضوع با آن‌ها آمده است.