

بہ نام دوستم
خدا

بدنِ من مالِ خودمه!

تألیف:

مهدی اسماعیل تبار

انتشارات اسماعیل تبار



بدن من مالِ خودمه

نویسنده: مهدی اسماعیل تبار

گردآورنده: زهرا رنگریز ویراستار: مریم جدیدی / محبوبه نقی زاده
طراح جلد و صفحه آرا: اعظم راستی



ناشر: انتشارات اسماعیل تبار

مدیر اجرایی: مریم جدیدی

قطع کتاب: رقعی

نوبت چاپ: اول - زمستان ۱۴۰۱

قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: چاپ خاتم نو

تیراژ: ۵۰۰

عنوان و نام پدید آورنده: بدن من مال خودمه / مهدی اسماعیل تبار

سرشناسه: اسماعیل تبار، مهدی، ۱۳۵۲

مشخصات نشر: تهران: اسماعیل تبار، ۱۴۰۱

مشخصات ظاهری: ۵۵ص، جدول شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۵۲۰-۰-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیپا رده بندی دیویی: ۶۱۳/۹۶

شماره کتابشناسی ملی: ۵۱۴۳۴۹۴ شماره ثبت: ۱۵۹۶۳۰۱ قطع: پالتویی

نشانی: خ بهشتی - خ پاکستان - کوچه مزار شریف - پلاک ۱۰ - طبقه اول

شماره تماس: ۰۲۱-۸۸۵۴۶۶۹۸-۸۸۷۳۰۲۰۱

فهرست

مقدمه ۵

فصل اول ۸

تربیت جنسی ۹

آیا تمایلات جنسی در کودکان وجود دارد؟ ۱۲

اهمیت گفتگو در مورد تمایلات جنسی کودکان ۱۴

زمان مناسب آموزش مسائل جنسی به کودکان ۱۷

مدیریت سوالات جنسی کودکان ۱۹

حرمت تنی کودکان ۲۲

نگاحتی برای یادآوری ۲۷

فصل دوم ۲۹

نه یعنی نه! ۳۱

بدن تو مالِ خودته! ۳۷

آیا تو هم، رازی داری؟ ۴۰

من از کجا آمدم ۴۴

دختر و پسر عزیزم! ۴۶

مقدمه

شاید تا به حال برای تان پیش آمده باشد که کودک شما سوال‌هایی را درباره اندام جنسی خودش، تفاوت زن و مرد یا چگونگی تولد پرسیده باشد. در این حالت چه پاسخی به او می‌دهید؟ آیا نحوه مواجهه با کودک را درباره کنجکاوی‌های جنسی او می‌دانید؟

تربیت جنسی کودک، آگاهی درباره آن و راه‌های آموزش مسائل جنسی یکی از مهم‌ترین بُعدهای فرزندپروری است که می‌بایست به آن اهمیت دهید. کنجکاوی جنسی کودکان و مسائلی که درباره آن مطرح می‌کنند بخشی از فرآیند رشد آنهاست و عدم پاسخ درست و علمی به کودکان می‌تواند آسیب‌های روانی زیادی را به آنها وارد کند. برخلاف گسترش اطلاعات در روابط بین افراد، هنوز والدینی وجود دارند که درباره تربیت جنسی و اهمیت آن نمی‌دانند. واژه تربیت به معنای رشد تدریجی و متناسب با استعداد افراد است. زمانی که از تربیت جنسی صحبت می‌کنیم هدف ما رشد تدریجی و هماهنگ با استعدادها و توانمندی‌های ذهنی کودک است که در حوزه مسائل جنسی انجام می‌گیرد.

در دنیای امروز که با مشکلات ناهنجار زیادی در جامعه مانند سوءاستفاده از کودکان روبه‌رو هستیم لزوم آموزش به کودکان اهمیت زیادی پیدا می‌کند. آموزش به کودکان درباره اندام خصوصی و نحوه مراقبت از آنها در برابر تعرضات باید در قالب کلمات ساده و در محیط خانواده توسط والدین انجام پذیرد. دقت داشته باشید که اگر کودکان درباره مسائل جنسی و حریم‌های خصوصی از والدین‌شان اطلاعات کمی دریافت کنند درباره موضوعات از همسالانشان می‌پرسند و از آنها اطلاعات غیرواقعی و غیرمستند می‌گیرند پس باید خانواده بتواند درباره مسائل جنسی با توجه به سن کودک با او صحبت کنند؛ بنابراین وقتی کودک‌تان سوال‌های جنسی می‌پرسد، هول نکنید، استرس نگیرید برای این که متوجه شوید خودش تا چه حد می‌داند، با آرامش از او بخواهید تا اطلاعاتی که دارد را در اختیار شما قرار دهد، بعد به او جواب واقعی متناسب با دانسته و سنش را بدهید.

شاید نخواهید باور کنید که توجه به سلامت جنسی و آرامش دنیای جنسی مردم بسیار مهم است اکنون بیش از هر دوره تاریخی، انسان می‌تواند با تصورات و فانتزی‌های ذهنی خود

زیست کند. دنیای غیرواقعی در فضای مجازی زمینه‌ساز انواع ارتباطات ممکن است والدین باید بیش از همیشه نگران و مراقب عملکرد فرزندان خود در چه چنین جهانی باشند. ترس و ناامیدی هیچ کمکی به ما نمی‌کند برای بهتر شدن شرایط باید تلاش کنیم که بیش از گذشته یاد بگیریم.

این کتاب برای پیشگیری و آموزش به زبان ساده و کودکانه برای افزایش آگاهی و چگونگی رویارویی با سوالات جنسی کودکان و نکات آموزشی به خود کودکان آماده شده است. امید است بتوانیم به همه والدین و کودکان برای بهتر درک مسائل جنسی و آرامش ماندگار کمک کنیم.

پاییز ۱۴۰۱