



سلامت جنسی

## به نام حضرت دوست

کلیدهای آموزش و مراقبت از سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان ( از سری کلیدهای تربیت کودکان )

تالیف: دکتر کریستال د فریتاس

مترجم: سارا رئیسی طوسی

پیشگفتار: دکتر عبدالعظیم کریمی

کتاب در ۱۱۵ صفحه و سی و نه فصل نگاشته شده

در پیشگفتار آمده : نقش والدین در شکل دهی متعادل و پایدار « هویت جنسی » فرزندان یکی از مهمترین ، دشوارترین در عین حال ظریفترین مداخله گری های تربیتی است که سهم بزرگی در آینده کودکان ، یعنی زمانی که خود در نقش پدر و یا مادر ظاهر می شوند، دارد .

آموزشهای زود رس شتاب زده و ناشیانه مسائل جنسی به کودکان همان اندازه آسیب زا خواهد بود که اگر این آموزشها با تاخیر پنهان سازی و یا نادیده گرفتن همراه باشد

بر اساس « اصل بقای انرژی » گزینه و نیروی جنسی با فشار نه تنها از بین نمی رود بلکه شدت و قدرت آن چندین برابر می شود . این گرایش در ذات خود منبع انرژی زیستی و حیات پویای بشر است و حرکت در خلاف جهت طبیعی و یا سرکوب آن میتواند تباہ کننده باشد . ذهن ضد جنسی ، انحراف جنسی را به دنبال دارد .

این کشش و گزینه پایدار ، زمانی از بین می رود که آدمی بتواند در وجود خود مایه سرمستی و نشاط بهتر و متعالی تری بیابد . به عبارت دیگر هرگز مخالف پست تر نباشید بلکه همیشه به دنبال برتر باشید لحظه ای که برتر آشکار شدناگهان خواهید دیدگرایش به پست تر خود بخود از میان می رود .

تربیت جنسی در پیدایش حس زیبایی دوستی و هنر عشق ورزیدن ، محبت و صمیمیت و ایثار و فداکاری نقش مهمی دارد . گزینه جنسی همچون آب گاه زلال و گاه تیره و راکد است گاه آرام و گاه ویرانگر

به همین دلیل است که این نیروی دوسویه و این شمشیر دولبه اگر با اصول « روان شناختی » و « قواعد تربیتی » تعدیل و تلطیف شود نه تنها موجب انحراف و انحطاط اخلاقی نمیشود بلکه منبع جوشان عشق و مهر در روابط بین فردی انسانها میشود .

کتاب راهنمای بسیار مفیدی است برای والدین که در معرض سوالات بی پایان فرزندان قرار میگیرند .

دادن اطلاعات دقیق و کافی و متناسب با مرحله رشد به فرزندان در مورد جنسیت و درک آن و مشخص کردن ارزشها و نگرشهای خانواده ، باز کردن مفهوم سری بودن و خصوصی بودن برخی مسائل

وتفاوت میان این دو ، و پاسخ صحیح وکافی به سوالاتی که در مورد فیزیک فیزیولوژی بدن ، از نکات مهمی است که کتاب به آن پرداخته .

و بدانیم که از دانش شرمگین نشویم . بدانیم که دانش به ما کمک میکند یکدیگر را بهتر درک کنیم

سبکی زندگی سالم