

يوزع  
مجانياً  
FREE

المجلس الوطني لشؤون الأسرة  
NATIONAL COUNCIL FOR FAMILY AFFAIRS



# خطواتي الأولى... نحو علاقات آمنة

My first steps...  
towards safe relationships

• دليل تفاعلي Interactive Guide •

Adults supervision is required for using this guide

هذا الدليل يستخدم بإشراف من الكبار فقط

 JORDAN  
PIONEERS  
Multimedia Co.

sesameworkshop.  
The nonprofit educational organization  
behind Sesame Street and so much more

٣٢١  
حكايات سمسيم  
©2013 Sesame Workshop



عزيزتي الأم، عزيزي الأب، أعزائي المربون:

Dear mothers, fathers, and educators:

تهدف حقيبة "خطواتي الأولى نحو علاقات آمنة" إلى توعية الأطفال وأسرهم ومُقدمي الرعاية ومُعلمي مرحلة الطفولة المبكرة بأهم الأمور المتعلقة بتطوير الطفل للعلاقات الآمنة مع الآخرين سواء داخل المنزل أو خارجه، وقد جاءت فكرة الموضوع استجابة لرغبة العديد من الأسر بضرورة توفير مواد تُساعدهم في تطوير الوعي الذاتي لدى أطفالهم خصوصا فيما يتعلق بعلاقتهم مع الآخرين، لحمايتهم من التعرض لاحقا لأي أذى مُحتمل.

لهذه الغاية، حرص المجلس الوطني لشؤون الأسرة على تطوير هذه الحقيبة ليُسهّم في رفع الوعي المُتعلق بالعلاقات الآمنة من خلال خطوات عملية يُمكنكم اتباعها في توجيه أطفالكم تلبية لرسالة المجلس في تعزيز مكانة الاسرة الاردنية.

تم تصميم وإنتاج هذه المواد بالتعاون مع مشروع "حكايات سمسيم" وهو مبادرة تربية وطنية بدأت في عام 2003 كإنتاج مشترك بين مؤسسة الرائدون الأردنيون (Jordan pioneers) والمؤسسة الأمريكية غير الربحية "ورشة سمسيم" (Sesame workshop).

في هذا الدليل سوف تجدون مادة مسلية تهدف إلى توعية الأسر وأطفالهم من سن مبكرة وبطريقة تفاعلية، وستجدون هذا الدليل ممتع وتعليمي في آنٍ واحد، فهو يتضمن بعض الأساسيات المساعدة والإيجابية لضمان تطوير طفلك لعلاقات آمنة مع الآخرين وعدم تعرضه للأذى بهذا الخصوص .

نرجو أن تستمتعوا مع أطفالكم بكل ما يقدمه هذا الدليل، وتذكروا بأن خطوات الصغيرة تؤدي إلى قفزات أكبر!

الإشراف العام: السيد محمد مقدادي المجلس الوطني لشؤون الأسرة  
إعداد المادة: الدكتورة سهى الطبال المجلس الوطني لشؤون الأسرة  
ساعد بالإعداد: السيدة هانيا الخانجي المجلس الوطني لشؤون الأسرة  
المُحمّون:

الدكتور خالد العطيات جامعة الحسين بن طلال  
الدكتور زيد العدوان جامعة البلقاء التطبيقية  
الدكتور يوسف مقدادي جامعة آل البيت  
السيد أحمد عبدالله أخصائي تربوي ومستشار

The package "My first steps towards safe relations" aims at raising the awareness of children, their parents, carers, and educators of the early childhood stage- of the most important things needed to improve the children's understanding of safe relationships with others; whether it be inside or outside their home.

The idea of the book came in response to several parents' need to access material that can help them improve their children's personal awareness, especially regarding their relationships with others, and protect them from any potential harm in the future. For this purpose, the National Council for Family Affairs has been keen to produce this package; in order to contribute to raising awareness of "safe relationships" through practical steps you can easily use to guide your children.

The content of this package was produced and designed in cooperation with "Hikayat Simsim" a national educational initiative launched in 2003 as a partnership between Jordan Pioneers as well as the U.S. Non-profit organization "Sesame Workshop". In this manual, you will find entertaining material aimed at educating parents and children- at an early age- through interactive methods. You will find this manual fun and educational at the same time. It includes basics which are helpful and positive at the same time to ensure your child develops an understanding of safe relationships to ensure /she is not subjected to any harm in this regard.

We hope that you and children will enjoy everything this manual provides. Remember, these small steps lead to bigger jumps!

هذا الدليل التفاعلي هو جزء من حقيبة خطواتي الأولى نحو علاقات آمنة والتي تضم كُتيب الأنشطة، ومطوية أسرية، وورقة عمل، وأحجية Puzzle للأطفال، وقرص إلكتروني يحتوي على أنشودتين للأطفال.

Hikayat SimSim © and associated characters, trademarks and design elements are owned and licensed by Sesame Workshop. © 2013 Sesame Workshop. All Rights Reserved.

فريق حكايات سمسيم:  
Khaled Haddad **Executive Producer**  
Dr. Naif Haddad **Creative&Art Director/Content Development**  
Lama Hamdan **Senior Graphic Designer**  
Karmel Nassar **Graphic Designer**  
Alaa Abu Alfoul **Assitant Graphic Designer**

فريق حكايات سمسيم:  
خالد حداد المنتج المنفذ  
د. نايف حداد المدير الفني / المحتوى التربوي  
لمى حمدان مشرفة تصميم جرافيك  
كرمل نصار مصمم جرافيك  
آلاء أبو الفول مساعد مصمم جرافيك

تون تون  
TonTon

جل جل  
Jal Jal

إيمو  
elmo



For more discussion with your children there are questions and answers in the parents brochure.

لمناقشة طفلك يمكن الاستعانة بالأسئلة والأجابات الموجودة في مطوية الأهل.

The colored circles represents the suitable age for the questions.

ترمز الدوائر المظللة إلى العمر المناسب للسؤال.

8

7

6

5

4

3

2

1



8

7

6

5

4

3

2

1

رأس  
Head

يد  
Hand

بطن  
Stomach

ساق  
Leg

أنف  
Nose

قدم  
Foot

عين  
Eyes

فم  
Mouth

صدر  
Chest

# أتعرف على أجزاء جسمي

## Knowing my body parts

### رسالة الأسرة:

من متطلبات المحافظة على سلامة الطفل أن نعرفه بكافة أجزاء جسمه بلغة علمية مبسطة تتفق مع قيم وعادات وأخلاق الأسرة والمجتمع.

### Message for parents:

To keep your child healthy, it is important to talk to them about every part of their body, in a simple scientific way.





أنا أذهب  
إلى فراشي  
عندما أكون مستعداً للنوم

I go to bed  
when I am ready  
to sleep

رسالة الأسرة:

تذكر أن يرتدي طفلك الملابس المريحة والفضفاضة  
المخصصة للنوم لأن الملابس الضيقة لا تُريحه وقد تتسبب  
في استثارته وإقلاق نومه.

**Message for parents:**

Remind your children to wear loose clothes for  
bed, because tight clothing may cause him/her  
to awake from discomfort.



8

7

6

5

4

3

2

1



## أُتَعَرَفُ عَلَى الْفَرْوَقَاتِ بَيْنَ الذَّكَرِ وَالْأُنْثَى

I know the  
differences between  
males & females

### رسالة الأسرة:

تذكّر تقديم معلومات صحيحة وغير خاطئة عن الفروقات بين الذكر والأنثى على أن لا تتعارض هذه المعلومات مع قيم وعادات وأخلاق الأسرة والمجتمع.

### Message for parents:

Remember to accurately explain the differences between males and females.



8

7

6

5

4

3

2

1

من أين أتيت؟  
Where did I  
come from?



# أعرف من أين أتيت

I know  
where I  
came from

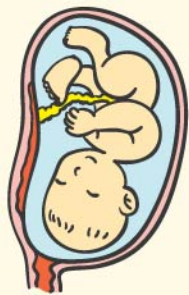
رسالة الأسرة:

من الضروري أن تُشعر طفلك بأنك تتفاعل معه من خلال  
الإستماع والإستجابة له .  
تذكر بأن من حق طفلك أن يتساءل: "من اين أتيت؟".

**Message for parents:**

It is important to make your child feel that you  
are listening to them, by carefully considering  
their questions and fully responding to them.  
Remember, your child has the right to ask  
"where did I come from?"

Stages of fetal  
development



مراحل  
نمو الجنين



8

7

6

5

4

3

2

1

# أعبر عن مشاعري واحتياجاتي بطريقتي

I express my  
feelings and needs  
in my own way

## رسالة الأسرة:

شجع طفلك في التعبير عن احتياجاته ومشاعره فالأطفال الذين يستطيعون التعبير عن أفكارهم وحاجاتهم ومشاعرهم يكونون أكثر توازناً في التعامل مع الأوضاع التي لا يشعرون فيها بالراحة.

## Message for parents:

Encourage your child to tell you about their feelings and needs. Children who can express their ideas are usually more able to handle situations when they feel uncomfortable.



8

7

6

5

4

3

2

1



شكراً يا جُلُّ جُلُّ  
على صراحتك

Thank you JulJul  
for your honesty



أحرصُ على إخبار  
والديَّ بما يحدثُ معي  
داخل البيت وخارجه

I ensure that I tell  
my parents about what  
happens to me inside  
and outside the house.

#### رسالة الأسرة:

ساعد طفلك في التعرف على الفرق بين المفاجآت والأسرار، فالمفاجآت هي الأشياء التي نتشوق لمشاركة الآخرين فيها كي نُسعدهم، أما الأسرار فقد تعكسُ رغبة شخص ما في التكتُم على أشياء قد تكون خطيرة أو خاطئة.

#### Message for parents:

Help your children to distinguish between a surprise and a secret. A surprise is something that we want to share with others to make them happy. A secret is when someone is trying to hide something which may be wrong or dangerous.



