

فرستنده :



تهران-۱۵۱۱۷۱۵۱۱۱
خیابان ولی عصر - بالاتر از
شهید بهشتی - کوچه ی
دل افروز - شماره ۹- زیرزمین
صندوق پستی ۴۵۱-۱۵۱۱۵
تلفن و دورنگار
۸۷۱۵۴۲۴ و ۸۷۲۸۳۱۷
maminstitute@kosar.net
info@madaraneemrooz.com
www.madaraneemrooz.com

گیرنده :

.....
.....
.....
.....

پیک
مام

شماره
۳۲

خبرنامه‌ی داخلی
موسسه
مادران امروز

اسفند ۱۳۸۳
مارس ۲۰۰۵
محرم ۱۴۲۶

خوشا شادباش‌های نوروزی!

آرزویی جاودانی است
آگاهی
دانشی
پس آنگه
توانایی .
ارمغانی انسانی است
آگاهی‌ها
برای من
برای تو
برای خانواده
تا زودن سپاهی‌ها ، تپاهی‌ها .
خوشا آن شادباش‌های نوروزی
که با پشته پشته هیزم‌های آگاهی
فراوان شعله‌های دانشی
در دل زمستان‌های پیرسرا
از آتش مقدسش
در دل‌ها
برافروزی!
خوشا آن شادباش‌های نوروزی!

با یاد دوست
که مدارا و مهر مادری
ذره‌ای از کان مهر و مدارای اوست

● سخنرانی ماهانه‌ی اسفند

جلسه‌ی ماهانه‌ی اسفند با موضوع “کلیات ارتباطات موثر در خانواده” و با کارشناسی سرکار خانم دکتر سودابه جولایی برگزار شد. خلاصه‌ای از مطالب ارائه شده در صفحه‌ی چهارم پیک آمده است.

● گروه‌های داوطلب

در این دوره نیز گروه‌های داوطلب مانند گذشته به فعالیت خود ادامه دادند.

● مختصری از فعالیت‌های موسسه

- در ماه‌های بهمن و اسفند برنامه‌های زیر در موسسه برگزار شد :
- گام رفتاربا کودک (خانم ماریا ساسان‌نژاد)
- گام تشویق و تنبیه (خانم فاطمه صهبان)
- گام رفتار با نوجوان (خانم فاطمه ایرانپور)
- گام رشد جنسی کودک و نوجوان (خانم شیوا موفقیان)
- گام کتابخوانی و قصه‌گویی (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- گام مقدمه‌ای بر خودشناسی کاربردی (خانم مریم احمدی)
- گام بازی و اندیشه (آقای مهندس محمود سلطانی)
- کارگاه قاطعیت (مدیریت رفتار) (خانم مریم احمدی)

● برنامه‌های خارج از موسسه

فرهنگسراها

خانه‌ی مشیق اندیشه (شهرداری منطقه ۱۶):

● گام تشویق و تنبیه "خانم‌ها نگین نابت و افسانه حسن‌زاده"

مهد کودک‌ها

● برگزاری جلسه‌ی سخنرانی درباره‌ی تشویق و تنبیه برای مربیان مهدکودک آموزش و پرورش منطقه‌ی ۱۱، با کارشناسی خانم نگین نابت.

مدرسه‌ها

● برگزاری گام رفتار با نوجوان در دبیرستان شهید پاک‌نژاد با کارشناسی خانم فاطمه ایرانیپور.

● شهرستان‌ها

● ادامه‌ی اجرای طرح آموزش از راه دور مادران در شهرستان قائم‌شهر (مهدکودک شادمانه).

● ادامه‌ی اجرای طرح آموزش از راه دور مادران در شهرستان رفسنجان (موسسه کیش رفسنجان).

● ارتباطات و همکاری‌ها

درما اسفند با سازمان‌ها و نهادهای زیر ارتباط، مشاوره یا همکاری داشته‌ایم:

کمیته‌ی حمایت پایدار از کودک و خانواده در بم، مرکز امور مشارکت زنان، شورای کتاب کودک، فرهنگسرای بانو، جهاد دانشگاهی دانشگاه تربیت معلم، مهدکودک آموزش و پرورش منطقه‌ی یازده، موسسه پژوهشی کودکان دنیا، شورای گسترش فرهنگ صلح.

● سمینارها و همایش‌ها

● همایش "کودک، صلح، خشونت"

همزمان با شروع دهه‌ی جهانی صلح و نفی خشونت علیه کودکان (۲۰۱۰-۲۰۲۰) موسسه‌ی مادران امروز و تعدادی از سازمان‌های غیردولتی گرد هم آمدند و شورای گسترش فرهنگ صلح برای کودکان را بنیان نهادند، به این امید که با یاری و مشارکت دیگر سازمان‌های غیردولتی و دولتی بتوانند در دنیایی که صلح همواره مورد هجوم، بی‌مهری و بی‌توجهی قرار دارد، محیطی امن و سرشار از امید، تفاهم و همزیستی برای کودکان و جامعه بسازند. این شورا فعالیت خود را از فروردین ماه ۱۳۸۰ با عضویت ۳۰ انجمن و موسسه‌ی غیردولتی که در حوزه‌ی کودکان فعال بودند شروع کرد. از برنامه‌های برگزار شده این شورا همایش‌های "کودک، صلح، اسباب‌بازی" در آبان ۱۳۸۰ و "کودک، صلح، زندگی" در ۱۳۸۲ و "کودک، صلح، خشونت" در ۱۳۸۳ بوده است. موسسه‌ی مادران امروز با توجه به یکی از محورهای فعالیت خود یعنی "خانواده و ترویج صلح و مدارا" در برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های این شورا فعالانه شرکت می‌کند. شرکت‌کنندگان در همایش امسال حول چهار محور خشونت جهانی، خشونت اجتماعی، خشونت در مدرسه و خشونت خانوادگی به گفتگو پرداختند.

● کارگاه روش طراحی، سازماندهی و اجرای

فعالیت‌های پیش از دبستان

از تاریخ ۸۳/۱۲/۱۱ تا ۸۳/۱۲/۱۳ یک کارگاه سه روزه با عنوان "روش طراحی، سازماندهی و اجرای فعالیت‌های پیش از دبستان" برای کارشناسان مسئول دوره‌ی ابتدایی مناطق آموزش و پرورش شهر تهران برگزار شد. کارشناس این کارگاه خانم مریم احمدی و دستیاران ایشان خانم‌ها فرحناز مددی و سحر نوتاش بودند. موضوع‌های ارائه شده در این کارگاه شامل موارد زیر بود: مفهوم، اصول، محتوا و شکل آموزش پیش از دبستان / اهمیت، هدف‌ها و وظایف آموزش پیش از دبستان / مفهوم یادگیری، یاددهی برای دوره‌ی پیش از دبستان / انواع الگوها و روش‌های آموزش در دوره‌ی پیش از دبستان / نگاهی به بعضی الگوها و روش‌ها در ایران و جهان / مفهوم، اهمیت و حوزه‌های ارزشیابی / ویژگی‌ها و نقش مدیر و مربی در مراکز پیش دبستانی / مفهوم جذب به مهد و چگونگی آن.

● دیدار از اپرای عروسکی رستم و سهراب

روز پنج‌شنبه ۸۳/۱۲/۶ حدود ۱۵۰ نفر از اعضای موسسه مادران امروز، خانواده و دوستان آن‌ها از اپرای عروسکی رستم و سهراب به طراحی و کارگردانی آقای بهروز غریب‌پور و با موسیقی آقای لوریس چکناواریان دیدن کردند. دیدار از این برنامه در چهارچوب هدف گسترش هنر در خانواده و با برنامه‌ریزی مسئول این بخش، آقای مهندس سیامک جولایی و با همکاری گروه ارتباطات موسسه انجام گرفت.

● برنامه‌های آینده

گام‌ها و کارگاه‌ها	تاریخ آغاز	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
روابط زناشویی	۸۴/۱/۲۱	۵	خانم شیوا موفقیان	۹-۱۱
رفتار با نوجوان	۸۴/۱/۲۱	۹	خانم فاطمه ایرانیپور	۹-۱۱
مقدمه‌ای بر خودشناسی	۸۴/۱/۲۲	۱۶	خانم مریم احمدی	۹-۱۱
ارتباط کلامی	۸۴/۱/۲۵	۴	خانم دکتر سودابه جولایی	۹-۱۱
بازی و اندیشه	۸۴/۱/۲۸	۵	آقای محمود سلطانی	۴-۶
رفتار با کودک	۸۳/۱/۲۷	۹	خانم نگین نابت	۹-۱۱
تشویق و تنبیه	۸۳/۱/۲۷	۵	خانم ماریا ساسان‌نژاد	۹-۱۱
قصه‌گویی و کتابخوانی	۸۴/۱/۲۹	۴	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۱
رفتار با نوجوان	۸۴/۲/۳	۹	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۴-۶
رفتار با کودک	۸۳/۲/۵	۹	خانم ماریا ساسان‌نژاد	۴-۶
آموزش خط تحریری	-	-	آقای حسین بختیاری	-

● سخنرانی ماهانه‌ی اردیبهشت ماه

موضوع سخنرانی اردیبهشت ماه "ایجاد تعادل روحی و جسمی در فرد و در خانواده با فراگیری هنر، خط و نقاشی" و کارشناس برنامه هنرمند طراح، نقاش، خطاط آقای حسین بختیاری و زمان برگزاری جلسه سه‌شنبه ۸۴/۱/۳۰ ساعت ۹ صبح در محل موسسه مادران امروز است.

● نمایشگاه کتاب و اسباب‌بازی

بمناسبت آغاز سال نو از ۸۲/۱۲/۱۲ به مدت ده روز یک نمایشگاه کتاب و اسباب‌بازی در محل موسسه دایر است. دوستانی که مایل به تهیه هدیه نوروزی برای کودکان و نوجوانان هستند می‌توانند از ساعت ۸ صبح تا ۵ بعدازظهر از این نمایشگاه دیدن کنند.

توجه!

در پی تقاضای عده‌ای از اعضای موسسه برای برگزاری کارگاه‌های آموزشی در زمینه‌های مورد نیاز آن‌ها، موسسه مادران امروز امکانات برگزاری کارگاه‌های یک روزه با موضوع‌های مورد نیاز اعضای خانواده‌ها را برای سال آینده فراهم کرده است. مدت برگزاری این کارگاه‌ها ۲/۵ تا ۳ ساعت است. برخی از موضوع‌های پیش‌بینی شده عبارت‌اند از: هدفمندی، برنامه‌ریزی، مدیریت زمان، قاطعیت، کنترل خشم، گوش دادن فعال، حرف‌زدن فعال، "نه" گفتن، ارزش‌های فردی، انضباط، مدیریت رفتار، مشورت با دیگران، بکن نکن، ورود به دبستان، ورود به مهد، کار فرهنگی با نوزاد، آشنایی با بلوغ برای نوجوانان و برای مادران و ...

این کارگاه‌ها یک هفته در میان در روزهای چهارشنبه از ساعت ۹-۱۲ تشکیل خواهد شد.

تاریخ برگزاری هر یک از این کارگاه‌ها بزودی اعلام خواهد شد.

در صورت به حد نصاب رسیدن تعداد متقاضیان تشکیل این کارگاه‌ها در بعدازظهرها، موسسه مادران امروز امکان برگزاری این کارگاه‌ها را از ساعت ۴-۷ بعدازظهر نیز فراهم می‌کند.

● روز جهانی زن

۸ مارس (۱۷ اسفند) روز جهانی زن است. این روز را به همه‌ی زنان کوشا تبریک می‌گوییم و بزرگداشت آن را فرصتی می‌دانیم برای یادآوری وظایف خود در ایجاد ارتباط‌هایی سالم و سازنده در خانواده و جامعه و ترویج صلح و مدارا در پایه‌ای‌ترین بخش جامعه یعنی خانواده و اشاره به لزوم دستیابی زنان جامعه به هدفمندی فردی و اجتماعی.

● بزرگداشت هانس کریستین آندرسن

به مناسبت تولد هانس کریستین آندرسن قصه‌گوی بزرگ و آفریننده‌ی بسیاری از شاهکارهای ادبیات کودکان و نوجوانان، روز دوم آوریل (۱۳ فروردین) "روز جهانی کتاب کودک" نامگذاری شده است. برای بزرگداشت این روز هر ساله برنامه‌هایی برای شناساندن آثار این نویسنده و گسترش کتاب و کتابخوانی در ایران و سایر نقاط جهان تدارک دیده می‌شود. امسال به مناسبت دویستمین زادروز آندرسون در بسیاری از کشورهای جهان، از جمله ایران برنامه‌هایی برای تجلیل از این نویسنده در نظر گرفته شده است. شورای کتاب کودک همگان را به مطالعه و بررسی کتاب‌های این نویسنده، از ابعاد مختلف، فرا خوانده است. موسسه مادران امروز با توجه به یکی از محورهای فعالیت خود یعنی "خانواده و ترویج کتاب و کتابخوانی" به فراخوان شورا پاسخ مثبت داده است. گروهی از مادران عضو موسسه طی جلسه‌هایی برخی از آثار این نویسنده را مطالعه و بررسی کرده‌اند. این گروه با استفاده از سایر منابع، اطلاعات خود را در زمینه‌ی تاریخچه، نقش و جایگاه ادبیات سنتی گسترش داده است. همچنین اعضای این گروه بعضی از داستان‌های این نویسنده را همراه با کودکان خود خوانده و یا برای آن‌ها قصه‌گویی کرده‌اند.

شورای کتاب کودک از روز ۱۵ فروردین به مدت سه روز برنامه‌ی ویژه‌ای برای بزرگداشت هانس کریستین آندرسن در خانه‌ی هنرمندان اجرا می‌کند. اعضای موسسه مادران امروز هم در این برنامه به صورت فعال شرکت می‌کنند.

● یادآوری

- پرداخت به موقع شهریه‌ی سالانه کمکی است به گردش بهتر کارها در موسسه. از دوستانی که تاکنون حق عضویت خود را نپرداخته‌اند، درخواست می‌کنیم هر چه زودتر اقدام کنند.
- چنانچه نشانی یا شماره‌ی تلفن شما تغییر می‌کند لطفاً به موسسه اطلاع دهید.

- از دوستان عزیز درخواست می‌کنیم نظر خود را درباره‌ی پیک مام به گروه انتشارات بدهند و ما را در پربارتر کردن آن یاری کنند. می‌توانید نظرات خود را به صورت کتبی به نشانی موسسه بفرستید و یا به آدرس پست الکترونیک انتشارات موسسه یا خود موسسه ارسال کنید.

info@madaraneemrooz.com

entesharat@madaraneemrooz.com

● مختصری از سخنرانی ماهانه اسفند

سخنران: خانم دکتر سودابه جولایی

آیا تا به حال این جمله‌ها را شنیده‌اید:

ما منظور یکدیگر را نمی‌فهمیم .

هیچ وقت به حرف‌هایم گوش نمی‌دهد.

خجالت می‌کشم نظر خود را بیان کنم.

نمی‌توانم موافقت همکارانم را جلب کنم.

و ...

این جمله‌ها نشانه‌دهنده وجود مانعی برای ارتباط بین ارتباط افراد است.

همه ما در زندگی روزمره‌ی خود با دیگران ارتباط برقرار می‌کنیم . در بسیاری از موارد ممکن است این ارتباط حتی بدون خودآگاهی و قصد و برنامه‌ریزی و در مواردی هم با هدف و برنامه مشخص باشد. بطور کلی ارتباط میان دو یا چند نفر برقرار می‌شود. برقراری ارتباط به دلایل مختلفی مانند وقت‌گذرانی، بررسی مسایل شغلی و مسایل فردی ، بیان انتظارات و توقعات، هماهنگی در امور مختلف، طرح عقاید و ... صورت می‌گیرد. همه انسان‌ها تمایل دارند که بتوانند " روابط انسانی اثربخش " داشته باشند . به این منظور لازم است که افراد قبل از ورود به فرایند ارتباط با دیگران ، با خود ارتباط برقرار کنند . اگر بتوانیم با خودمان وارد گفتمان ذهنی مناسبی شویم و حالت‌های درونی خود را تنظیم کنیم ، قادر خواهیم بود تمام مراحل بعدی فرایند ارتباط را به گونه‌ای انتخاب کنیم که برای طرف مقابل - یعنی گیرنده - اثربخش باشد .

هرچند که ارتباط فرآیندی پویاست که به سبب ارسال پیام و دریافت بازخورد ، جای فرستنده و گیرنده در آن بطور متناوب تغییر می‌کند ، ولی نقش فردی که ارتباط را آغاز می‌کند در پیشبرد و اثر بخش کردن فرایند ارتباط بسیار مهم و تعیین کننده است . فرستنده پیام برای انتقال پیام خود برنامه‌ریزی می‌کند . ایده‌سازی ، کدگذاری ایده‌ها و کانال‌های انتخابی برای ارسال یک پیام ، پردازشی است که فرستنده بر اطلاعاتی که می‌خواهد ارایه دهد ، صورت می‌دهد . مسلماً فرستنده هم پیام‌هایی را که دریافت می‌کند به همین شکل پردازش می‌کند و هم از این روست که افراد گوناگون ممکن است یک پیام را به اشکال مختلفی دریافت کنند .

اثربخشی یک ارتباط انسانی ، تحت تاثیر میزان شناختی است که فرستنده و گیرنده از شخصیت خود دارند . شخصیت مجموعه‌ی عادت‌های رفتاری است که یک فرد در طول زمان از خود نشان می‌دهد.

حالت‌های " من " در شخصیت ما دارای سه جنبه است :

" من کودک " ، " من والد " ، " من بالغ " .

خصوصیات شخصیتی افراد بسته به این است که کدامیک از جنبه‌های " من " درون آن‌ها بر دیگر جنبه‌ها غالب باشد . باید توجه داشت که تغییر این ترکیب با استفاده از یادگیری کاملاً امکان‌پذیر است . شناسایی و مدیریت و هدایت جنبه‌های درونی ما برای ایجاد یک ارتباط اثربخش ضروری است .

حالت‌های ذهنی ما از شخصیت ما سرچشمه می‌گیرد . اگر حالت‌های ذهنی خود را بشناسیم می‌توانیم درک خود را به دیگران نزدیک کنیم و ارتباط بهتری با آنان برقرار کنیم . حالت‌های ذهنی ما ، ارتباط ما را با دیگران شکل می‌دهد .

چهار حالت عمده ذهنی وجود که عبارت‌اند از :

۱- من خوبم ، تو خوب نیستی

۲- من بدم ، تو خوبی

۳- من بدم ، تو هم بدی

۴- من خوبم ، تو هم خوبی

اگر بتوانیم خود را در وضعیت چهارم قرار دهیم ، بدون شک می‌توانیم در ارتباط با دیگران موفق تر باشیم . باید توجه داشته باشیم که همه انسان‌ها در فرایند برقراری ارتباط نیاز به " نوازش " دارند . این نیاز افراد باید مورد توجه واقع شده و در عمل این توجه به آنان نشان داده شود .

فراموش نکنیم که همواره می‌توانیم برای انسانی کردن روابط خود تلاش کنیم . الگوبرداری یک روش آموزش ارتباط است . اگر فکر می‌کنید که کسانی در ارتباط‌هایشان با دیگران بسیار موفق هستند ، تاخیر نکنید . از همین لحظه می‌توانید شیوه‌های ارتباطی آن‌ها را الگو قرار دهید .

● توجه!

به اطلاع سازمان‌ها و نهادهای دولتی و غیردولتی فعال در حوزه‌ی خانواده می‌رسانیم که موسسه مادران امروز در نظر دارد به منظور آشنایی و یاری به خانواده‌ها در کسب اطلاعاتی در باره‌ی دوره‌ی نوجوانی و رفتار با نوجوان، یک دوره از مجموعه‌ی ۱۰ جلدی "ارتباط بین دو نسل" را در اختیار کتابخانه‌های این مراکز قرار دهد. نمایندگان این سازمان‌ها با در دست داشتن معرفی‌نامه و درخواست کتبی از طرف سازمان متبوع خود می‌توانند برای دریافت این مجموعه به موسسه مادران امروز مراجعه کنند.

● ردپا

چهارمین شماره از نشریه‌ی گروه نوجوانان و جوانان موسسه به نام "ردپا" منتشر شد. در این شماره هم مقالات و مطالبی از جوانان و نوجوانان عضو موسسه ارایه شده است. علاقه‌مندان می‌توانند این نشریه را از موسسه تهیه کنند.

● دوستان عزیز!

مانند سال‌های گذشته اولین سه‌شنبه بعد از تعطیلات نوروزی (۱۳۸۴/۱/۱۶) را به دیدار نوروزی با یکدیگر در موسسه اختصاص داده‌ایم. چشم‌به‌راه شما هستیم و مقدمات را گرامی می‌داریم.