



مادران امروز

تهران - ۱۵۱۱۷۱۵۱۱۱
خیابان ولی عصر - بالاتر
از شهید بهشتی -
کوچه‌ی دل افروز -
شماره‌ی ۲۶ - زیرزمین
تلفن و دورنگار
۸۸۷۲۸۳۱۷ و ۸۸۷۱۵۴۲۴
info@madaraneemrooz.com
www.madaraneemrooz.com

گیرنده :

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

پیك
مام

شماره‌ی
۹۸

خبرنامه‌ی داخلی
موسسه
مادران امروز

بهار ۱۳۹۰
۲۰۱۱
۱۴۳۲

”... اگر خانواده از نظر تفکر و عملکرد و از نظر مادی و معنوی
توانمند شود ، آن‌گاه می‌تواند سر بلند و مقتدر به
مسئولیت‌ها و وظایف خود عمل کند و به عنوان وامد
بنیادین جامعه در سلامت جامعه هم نقش موثر داشته
باشد. ...“

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

مختصری از فعالیت‌های موسسه در بهار

- برنامه‌های داخل موسسه
- گام آمادگی برای فرزندپروری (خانم زهرا سلیمانی)
- گام رفتار با کودک - صبح (خانم سهیلا طاهری)
- گام رفتار با کودک - بعدازظهر (خانم فریبا مقدس‌زاده)
- گام تشویق و تنبیه (خانم نگین نایت)
- گام بازی و پرورش کودک (خانم سهیلا طاهری)
- گام رفتار با نوجوان (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- گام ارتباط همسران (خانم فاطمه صهبا)
- گام ارتباط کلامی (خانم فاطمه صهبا)
- گام مدیریت برخشم (خانم ماریا ساسان‌نژاد)
- گام مدیریت برخورد (خانم مریم احمدی)
- کارگاه آمادگی برای ورود به دبستان (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- کارگاه‌های آموزش توالف رفتن به کودک‌کان، شیردهی به نوزاد،
ماساژنوزاد، کار فرهنگی با نوزاد ، خواب نوزاد، پدران و آمادگی
حضور فرزند (خانم زهراسلیمانی)

• برنامه‌های خارج از موسسه

• مدرسه‌ها

- برگزاری سخنرانی با موضوع **حرف زدن فعال** با کارشناسی خانم فاطمه صهبا در دبستان دخترانه‌ی سما (منطقه‌ی ۳)
- برگزاری سخنرانی با موضوع **عادت‌های نادرست** با کارشناسی خانم ماریا ساسان نژاد در دبستان دخترانه‌ی سما (منطقه‌ی ۳)
- برگزاری سخنرانی با موضوع **گوش دادن فعال** با کارشناسی خانم فاطمه صهبا در دبستان دخترانه‌ی سما (منطقه‌ی ۳)

• مهدهای کودک

- برگزاری گام **رفتار با کودک** در مهدکودک عسل (مهرشهرکرج) با کارشناسی خانم فریبا مقدس‌زاده
- برگزاری گام **تشویق و تنبیه** در مهدکودک دنیای رنگین با کارشناسی خانم ماریا ساسان نژاد
- برگزاری کارگاه **چگونه کودک خود را برای ورود به دبستان آماده کنیم؟** در مهدکودک رنگین کمان با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی
- برگزاری کارگاه **چگونه کودک خود را برای ورود به دبستان آماده کنیم؟** در انجمن توسعه مهارت‌ها و استعدادهای کودکان (اتم) با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی
- برگزاری جلسه‌ی **پرسش و پاسخ** در مهدکودک آوین با کارشناسی خانم مریم احمدی
- ارسال کتاب‌های انتشارات موسسه به مناسبت **هفته‌ی کتاب و کتاب‌خوانی** به مهدهای کودک باغ ستاره‌ها، مژده و ویستا
- برگزاری **نمایشگاه کتاب** در مهدکودک آوین

• سایر مراکز

- برگزاری گام **تشویق و تنبیه** در موسسه بازی و اندیشه با کارشناسی خانم زهرا سلیمانی
- برگزاری گام **رفتار با کودک** در موسسه بازی و اندیشه با کارشناسی خانم زهرا سلیمانی
- برگزاری گام **تشویق و تنبیه** در خیریه مهر پروین با کارشناسی خانم فریبا مقدس‌زاده
- برگزاری چهارکارگاه **مشورت با دیگران** در شرکت مهندسی و ساخت توربین مینا- توگا (کرج) با کارشناسی خانم مریم احمدی
- برگزاری کارگاه **مشورت با دیگران** در شرکت مهندسی و ساخت توربین مینا- توگا (تهران) با کارشناسی خانم مریم احمدی
- راه‌اندازی مرکز **راهنمایی خانواده** در شرکت مهندسی و ساخت توربین مینا- توگا (کرج) با کارشناسی خانم مریم احمدی
- برگزاری دو کارگاه **تغذیه‌ی کودکان زیر دو سال و آموزش توالفت رفتن به کودکان** در موسسه بازی و اندیشه با کارشناسی خانم زهرا سلیمانی
- برگزاری کارگاه **مدیریت بر استرس** در هنرکده بادیادک (۲) با کارشناسی خانم مریم احمدی
- برگزاری سخنرانی با موضوع **جایگاه خانواده در رشد فرزند** در خیریه مهر پروین با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی

• شهرستان‌ها

- برگزاری گام **فشرده‌ی ارتباط همسران** در قائم‌شهر به دعوت مهدکودک و آمادگی رضا با کارشناسی خانم فاطمه صهبا
- برگزاری گام **فشرده‌ی کتابخوانی و قصه‌گویی** در شاهرود به دعوت انجمن دوستدار کودک با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی

• شرکت در کارگاه‌ها ، همایش‌ها ، نمایشگاه‌ها و نشست‌های سایر مراکز

- شرکت در مراسم **دیدو بازدید نوروزی و روز جهانی کتاب کودک** در شورای کتاب کودک
- نمایشگاهی از انتشارات موسسه مادران امروز در دبستان دخترانه‌ی سما (منطقه‌ی ۳) با کارشناسی خانم مهین هوشمند برای پاسخ‌گویی به سوالات والدین
- شرکت در **نمایشگاه بین‌المللی کتاب**
- شرکت در **همایش روز جهانی خانواده** به دعوت سازمان ملل و سازمان دفاع از قربانیان خشونت در محل سازمان ملل با موضوع بررسی وضعیت خانواده در ایران و جهان (خانم فرحناز مددی)
- شرکت در **همایش انجمن روانشناسی ایران** (خانم فرحناز مددی)
- شرکت در **همایش اسرار دانش و نقد علم** به دعوت وزارت علوم، مرکز مطالعات و تحقیقات فن‌آوری در محل مرکز ایرانشناسی (خانم‌ها مرضیه شاه‌کرمی و فرحناز مددی)
- شرکت در **میز گرد و سخنرانی** با موضوع **آسیب‌های اجتماعی و حقوق کودک** به دعوت انجمن ایرانی مطالعات زنان در محل شورای انجمن‌های علمی ایران (خانم سهیلا طاهری)
- شرکت در **نشست هم‌اندیشی کار کودکان** به مناسبت روز جهانی مبارزه با کار کودکان به دعوت شبکه‌ی یاری کودکان کار و خیابان (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- شرکت در **نمایشگاه کتاب** در سرای محله‌ی کاووسییه (خانم معصومه پیرهادی)

• ارتباطات و همکاری‌ها

- به مناسبت روز جهانی خانواده، نشست تخصصی با عنوان **راه کارهای مناسب برای رویارویی با مسایل و مشکلات خانواده و تحکیم نهاد خانواده** در موسسه مادران امروز برگزار شد. در این جلسه با سازمان‌ها و نهادهای زیر ارتباط و همکاری داشته‌ایم: آموزشگاه هنرهای تجسمی بادیادک ، انجمن جهان‌دیدگان شاد، انجمن پژوهش‌های آموزشی پویا، انجمن توسعه مهارت‌ها و استعدادهای کودکان (اتم)، انجمن اولیا و مربیان کودکان و نوجوانان استثنایی، انجمن حمایت از حقوق توان‌خواهان دیرآموز، شورای کتاب کودک، موسسه مطالعات فرهنگی زنان، موسسه‌ی پژوهشی کودکان دنیا، موسسه بازی و اندیشه

• گزارش مختصری از نشست روز جهانی خانواده : هدف از این نشست بررسی مسایل امروز خانواده‌ها، ایجاد تفکر برای دستیابی به راه‌کارهایی مناسب برای رویارویی با این مسایل بود. در این نشست مسایل گوناگون از طرف شرکت‌کنندگان مطرح شد و قرار شد برای بررسی دقیق‌تر علت‌ها و دستیابی به راه‌کارهای عملی و متناسب با شرایط فرهنگی خانواده‌های ایرانی، نشست‌های دیگر تدارک دیده شود. موضوع جلسه بعدی: شکاف یا اختلاف بین دو نسل، بررسی علت‌ها و تعیین محتوای آموزشی مناسب برای خانواده‌ها در این مورد است.

• برنامه‌های آینده

گام‌ها	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
آمادگی برای فرزندپروری	۹۰/۴/۶	۴	خانم نگین نابت	۹-۱۱
کتابخوانی و قصه‌گویی	۹۰/۴/۶	۵	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۱
بازی و پرورش کودک	۹۰/۴/۶	۶	خانم سهیلا طاهری	۹-۱۱
تشویق و تنبیه	۹۰/۴/۱۱	۵	خانم سهیلا طاهری	۹-۱۱
رفتار با کودک	۹۰/۴/۱۱	۹	خانم نگین نابت	۹-۱۱
روابط زناشویی	۹۰/۴/۱۲	۶	خانم شیوا موقیان	۹-۱۱
کامپیوتر برای مادران	۹۰/۴/۱۲	۸	خانم فرحناز مددی	۹-۱۱
رفتار با نوجوان	۹۰/۴/۱۲	۹	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۱
ارتباط همسران	۹۰/۴/۱۴	۸	خانم فاطمه صهیبا	۹-۱۱
مدیریت بر خشم	۹۰/۴/۱۵	۹	خانم ماریا ساسان‌نژاد	۹-۱۱
ارتباط کلامی	۹۰/۵/۱۲	۷	خانم فاطمه صهیبا	۹-۱۱
آمادگی پیش از ازدواج	۹۰/۵/۱۳	۸	خانم فرحناز مددی	۹-۱۱
آمادگی برای فرزندپروری	۹۰/۴/۸	۴	خانم نگین شهری	۴/۵-۶/۵
مهارت‌های زندگی برای نوجوانان (۱۵-۱۷ سال)	۹۰/۴/۱۳	۸	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۴/۵-۶/۵
ارتباط همسران	۹۰/۴/۱۹	۸	خانم ماریا ساسان‌نژاد	۴/۵-۶/۵
مدیریت بر خشم	۹۰/۴/۱۹	۶	خانم فرحناز مددی	۴/۵-۶/۵
مهارت‌های زندگی برای نوجوانان (۱۲-۱۵ سال)	۹۰/۴/۲۳	۸	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۴/۵-۶/۵
کارگاه‌ها	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
شیردهی به نوزاد	۹۰/۵/۱۰	۱	خانم نگین نابت	۹-۱۲
شیردهی به نوزاد	۹۰/۵/۱۲	۱	خانم نگین شهری	۴-۷
ماساژ نوزاد	۹۰/۵/۱۷	۱	خانم نگین نابت	۹-۱۲
ماساژ نوزاد	۹۰/۵/۱۹	۱	خانم نگین شهری	۴-۷
خواب نوزاد	۹۰/۵/۲۴	۱	خانم نگین نابت	۹-۱۲
خواب نوزاد	۹۰/۵/۲۶	۱	خانم نگین شهری	۴-۷
کار فرهنگی با نوزاد	۹۰/۵/۳۱	۱	خانم نگین نابت	۹-۱۲
کار فرهنگی با نوزاد	۹۰/۶/۲	۱	خانم نگین شهری	۴-۷
پدران و آمادگی برای حضور فرزند	۹۰/۶/۷	۱	خانم نگین نابت	۹-۱۲
پدران و آمادگی برای حضور فرزند	۹۰/۶/۱۶	۱	خانم نگین شهری	۴-۷
ورود به دبستان	۹۰/۶/۷	۱	خانم شاه‌کرمی	۹-۱۲
ورود به مهد	۹۰/۶/۱۴	۱	خانم شاه‌کرمی	۹-۱۲

• بخشی از سخنان سرکار خانم مریم احمدی شیرازی به مناسبت روز جهانی خانواده

انسان در همه‌ی سنین از کودک گرفته تا سالمند با هر وضعیت جسمی و روانی از سالم گرفته تا بیمار و رنجور یا کم‌توان ذهنی و جسمی برای رفع نیازهای انسانی خود نیاز به خانواده دارد. کجا بهتر از خانواده می‌تواند این نیازها را به صورت امن و پایدار رفع کند؟ اهمیت امنیت و پایداری برای رفع چنین نیازهایی را نمی‌توان نادیده گرفت یا به راحتی از آن گذشت. البته نگرانی که در این مورد وجود دارد این است که آیا همه‌ی خانواده‌ها دارای امکانات و آگاهی‌های کافی برای انجام این نقش خود، هستند و می‌توانند به درستی از عهده‌ی آن برآیند؟

در این مورد باید گفت که اگر خانواده برای ایفای این نقش خطیر خود ضعیف باشد، هشداری است برای جامعه که به اهمیت رابطه‌ی متقابل خود و خانواده و اهمیت نقش خود در توانمند کردن خانواده‌ها بیش از پیش توجه داشته باشد.

خانواده در این عصر پر هیاهوی تردیدها، نیازمند حمایت است. حمایت از نهاد خانواده دارای ابعاد اقتصادی و فرهنگی است. ما می‌دانیم که نیازها و چالش‌های پیش روی خانواده‌ها به تدریج و با توجه به تغییرات شرایط زندگی اجتماعی تغییر می‌کند. پس کار مراقبت و حمایت از خانواده‌ها نیز مقطعی و گذرا نیست و باید برای آن برنامه‌ریزی‌های بلند مدت، پیگیر و همه‌جانبه انجام شود.

خلاصه‌ی سخنرانی اردیبهشت ماه

موضوع: چگونه کودکانی شاد، فعال و مستقل پرورش دهیم؟

کارشناس: خانم فریبا شهبازیان (کارشناس تعلیم و تربیت)

خانم شهبازیان سخنان خود را با توضیحاتی در مورد زندگی خانم ماریا مونته‌سوری (Maria Montessori) آغاز کرد:

ماریا مونته‌سوری در سال ۱۸۷۰ در ایتالیا به دنیا آمد. وی اولین زن ایتالیایی بود که در سن ۲۶ سالگی، موفق به کسب مدرک پزشکی شد. ماریا در طی سال‌های اولیه‌ی کارش در بیمارستان بود که به کار اصلی زندگی‌اش یعنی مطالعه درباره‌ی کودک و تعلیم و تربیت روی آورد. وی مدت ۴۶ سال برای پیشرفت کودکان و از این طریق برای عالم انسانی زحمت کشید. آزمایش‌های او نه براساس پیشداوری‌ها بلکه براساس مشاهدات عینی بر روی کودکان طبیعی و کم‌توان ذهنی انجام شده است.

به اعتقاد مونته‌سوری ما باید کاری کنیم کودکانمان استعدادها و توانایی‌هایشان شکوفا شود. از دیدگاه وی محک و معیار تشخیص تعلیم و تربیت درست، شادی و سرزندگی کودکان است. برای موجود درحال رشد، خود رشد شادی است و رشد کودک به وسیله‌ی فعالیت و کار صورت می‌گیرد. کودک دوست دارد کار کند و می‌خواهد کاری را که متناسب با رشد و سنش است، به‌طور دقیق انجام دهد. کودک علاقه‌مند است کاری را که شروع کرده به پایان رساند و این موفقیت و پیشرفت او را خوشحال می‌کند. ما به عنوان والدین وظیفه داریم محیطی را فراهم کنیم که کار و فعالیت مناسب در اختیار کودک قرار گیرد. محیط مناسب محیطی متناسب با ویژگی‌های کودک است. آن‌چه مربوط به کودک است، دور از دسترس کودک نیست و بچه‌ها اجازه‌ی نزدیک شدن به وسایل را دارند. وسایل بچه‌ها باید به

• نیم گام مدیریت بر استرس در تاریخ ۲۲ و ۲۹/۴/۹۰ برگزار خواهد شد.

• گام مدیریت بر خود در دو نوبت در فصل‌های بهار و پاییز برگزار می‌شود.

خلاصه‌ی سخنرانی خرداد ماه

موضوع: چگونگی تامین سلامت روان و نقش آن بر زندگی کودکان نوجوانان

کارشناس: سرکار خانم طیبه دهباشی کارشناس سلامت روان سازمان جهانی بهداشت (WHO) در سال ۲۰۰۲ سلامتی را نه تنها رهایی از بیماری بلکه نوعی "رفاه کامل جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی" تعریف کرده است.

سلامتی را باید توانایی مقابله با همه عواملی دانست که هماهنگی زندگی انسان را در هم می‌ریزند، سلامتی نشاط می‌آورد و نشاط یعنی سلامتی برای روح انسان. سلامتی تنها یک حق نیست که به نوعی در یک حس انفعالی بگنجد بلکه فرجام تلاش همه‌ی جمعیت‌هاست. هرچند که مسئولیت اصلی تامین سلامت بر عهده‌ی دولت‌ها گذارده شده است. اما با توجه به تعریف بالا همه‌ی ما در تامین سلامتی خودمان مسئولیت داریم.

با کسب مهارت خود آگاهی و شناخت نقاط قوت و ضعف خود و یافتن چرایی آن‌ها می‌توانیم بر احساسات و هیجانات خود مدیریت نماییم.

در خود آگاهی انتظار می‌رود افراد نسبت به حالات روحی، خود آگاه و به زندگی عاطفی خود حساس باشند. شناخت آنان نسبت به احساسات خود و دیگر ویژگی‌های شخصیتی، تقویت شود و به این ترتیب افرادی مستقل خواهند شد که حدود خود را به روشنی می‌شناسند، نسبت به زندگی نگرش مثبتی دارند که از سلامت روانی خوبی برخوردار خواهند شد و هرگاه دچار حالات روحی بدی شوند اسیر آن نمی‌شوند و با مدیریت احساسات و هیجانات، خود را از آن حالت خارج می‌کنند. خلاصه آن‌که کسب آگاهی به کنترل هیجانات ما کمک می‌کند.

در چنین فضای امن روانی، کودکان و نوجوانان با داشتن حمایت عاطفی مناسب و هیجانات مثبت، از رشد هوش هیجانی، مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های اجتماعی برخوردار می‌شوند و در نتیجه اعتماد به نفس آن‌ها افزایش می‌یابد. تجربه دوست داشتن و دوست داشته شدن و حمایت‌های عاطفی مناسب و مورد احترام واقع شدن مانع بروز هیجانات منفی مانند احساس عدم کفایت، اضطراب و مقایسه کردن خود با دیگران می‌گردد.

تجربه‌های دوران کودکی در تمام مراحل زندگی (موفقیت‌ها، ناکامی‌ها، ازدواج، طلاق، تربیت فرزند) نیز نقش به‌سزایی در سلامت روان انسان دارد.

تجربه‌های تلخ مانند مقایسه شدن، طرد شدن، عدم توجه به احساسات آن‌ها، دوست داشتن با قید و شرط، تحقیر شدن، مورد احترام واقع نشدن، انتظار بیش از توان از آنان داشتن، بکن، نکن‌ها، سرزنش شدن‌ها، ناهماهنگی بین والدین و ... شخصیت فرد را می‌سازد.

بنابراین کسب مهارت خود آگاهی کمک به شناخت ریشه‌های ضعف و قوت می‌کند تا با آگاهی یافتن بر آن‌ها و مدیریت هیجانات و احساسات بتوانیم با انتخاب همسر مناسب، بنای محکمی برای داشتن ساختار خانواده بر پا کنیم.

اندازه‌ی کافی سبک و کم‌وزن باشد تا کودک بتواند آن را به این طرف و آن طرف ببرد. درچنین محیطی است که کودک مزاحم و ناراحت به کودکی شاد و فعال و کودک شلوغ به کودکی آرام تبدیل می‌شود.

فعالیت‌هایی را که دکتر مونته‌سوری برای کودکان در نظر گرفته می‌توان به ۴ دسته طبقه‌بندی کرد:

۱- فعالیت‌های زندگی عملی: منظور فعالیت‌هایی هستند که کودکان آن را در خانه انجام می‌دهند. در سال‌های اولیه، کودک دوست دارد کارهای خانه را یاد بگیرد. کودک نوپای کوچکی که اجازه دارد تا به مادر در خانه کمک کند و این مهارت‌ها را از او یاد بگیرد، هوش و اعتماد به نفسش رشد می‌کند و تصور خوبی از خودش خواهد داشت. خود را در کارهای خانه سهیم می‌بیند. همگی این فعالیت‌ها تأثیری به‌سزا در مستقل شدن کودک خواهد داشت.

۲- فعالیت‌های حسی: این گروه از فعالیت‌ها برای تقویت و تربیت حواس پنجگانه صورت می‌گیرند. هر یک از حواس درجه‌ای است که کودک از آن به جهان خارج می‌نگرد و اطلاعات اولیه را کسب می‌کند. هرچه حواس از لحاظ فیزیولوژیکی سالم‌تر باشند، از نظر میزان تجارب مربوط به آن‌ها نیز ورزیده‌تر خواهند شد. در این صورت است که معلومات حاصله از طریق آن‌ها دقیق‌تر خواهد بود. این‌گونه فعالیت‌های حسی کودک را برای تمام شرایط زندگی آماده می‌کند.

۳- ریاضیات: ریاضیات اساس تمام علوم است. چیزی در زندگی وجود ندارد که به ریاضیات مربوط نشود. اعداد همه جا هستند. ریاضیات با روش مونته‌سوری به شیوه‌ی جالب و شاد به کمک ابزار و وسایل عینی ارایه می‌شود.

۴- زبان: شیوه‌ی که کودک با آن صحبت می‌کند، بستگی تام به شیوه‌ی خواهد داشت که در محیط صحبت می‌شود؛ دستور زبان نیز بر این اساس شکل می‌گیرد. بنابراین به عنوان افراد بزرگسال مسئولیم که از همان آغاز به روشنی و درستی صحبت کنیم، تا جایی که می‌توانیم تجربیات واقعی از دنیای اطراف کودک در اختیارش قرار دهیم، به کودکان گوش دهیم و فرصت حرف زدن برای کودک فراهم کنیم و بالاخره از اصطلاحات مناسب و دقیق استفاده کنیم و از بچه‌گانه حرف زدن اجتناب کنیم چرا که بدین‌وسیله گنجینه‌ی لغات کودک را افزایش خواهیم داد.

با تهیه و تدارک فعالیت‌هایی که مطابق نیازهای دوره‌های حساس رشد کودک است، ملاحظه خواهیم کرد که چگونه کودک با انجام آن‌ها شاد، فعال و مستقل خواهد شد.

* گفتنی است که خانم شهبازیان در توضیح هر یک از نظرات مونته‌سوری با ذکر مثال و استفاده از ابزار و وسایلی برای تشریح هرچه بهتر این نظریات استفاده می‌کرد که دیدن و آشنایی هر یک از خوانندگان این مطلب با آن‌ها (ابزار) ضروری است.

● سپاس

از خانم‌ها آرزو عطشانی، ماندانا آجودانی و آقای رامین عزیزپور به خاطر کمک‌های غیرنقدی خود به موسسه، صمیمانه سپاسگزاریم.

تعطیلات تابستانی موسسه مادران امروز

هفته اول مرداد از تاریخ ۹۰/۵/۱ تا ۹۰/۵/۷