

فرستنده



مادران امروز

تهران - ۱۵۹۵۸۳۳۱۱۱
خ ولی عصر - ابتدای خ
شهید مطهری - خ
سربداران - نیش کوی
جهانسوز - پ ۳۷ -
تک‌زنگ زیر همکف
تلفن و دورنگار
۸۸۱۹۰۳۴۵ و ۸۸۹۰۱۴۳۶
۸۸۷۲۸۳۱۷

گیرنده :

پیک
مام

شماره‌ی
۱۲۴

خبرنامه‌ی داخلی
موسسه
مادران امروز

پاییز ۱۳۹۶
۲۰۱۷
۱۴۳۹

در پاییز امسال موسسه نوزدهمین سال زندگی خود را پشت سر
می‌گذارد.

امیدواریم کارنامه‌ی نوزده سال تلاش موسسه، اثری
ماندگار برای خانواده‌های این سرزمین باشد.

مختصری از فعالیت‌های موسسه در پاییز

برنامه‌های داخل موسسه

- گام آمادگی برای فرزندپروری (خانم نگین نابت)
- کارگاه تسهیلگران ترویج خواندن (خانم مریم احمدی)
- کارگاه‌های شیردهی به نوزاد، پدران و آمادگی برای حضور فرزند، خواب نوزاد و ماساژ نوزاد، کار فرهنگی با نوزاد (خانم زهرا سلیمانی)
- کارگاه پیشرفت تحصیلی (خانم زهرا سلیمانی)
- کارگاه تک فرزندی و فرزند دوم (خانم سهیلا طاهری)

- گام رفتار مناسب با کودک (خانم نگین نابت)
- گام رفتار مناسب با نوجوان (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- گام ارتباط کلامی موثر (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- گام رفتار مناسب با کودک دبستانی (خانم زهرا سلیمانی)
- گام مدیریت بر خود (خانم مریم احمدی)

● **دومین دوره می گروه های داوطلب موسسه در سال ۹۶**
در تاریخ ۹۶/۷/۱۳، ساعت ۱۷:۳۰-۱۴:۳۰ بعد از ظهر در
محل موسسه مادران امروز برگزار شد.

دومین دوره می نیروهای داوطلب موسسه مادران امروز در سال ۹۶ در تاریخ ۹۶/۷/۱۳ برگزار شد. در این مراسم گروه ها و نیروهای داوطلب موسسه حضور داشتند. ابتدا گزارشی از فعالیت های گروه های کتابخوانی در تهران ارائه شد و سپس دوستان به طرح پیشنهادها و تبادل تجربه در این زمینه پرداختند. بخش دیگر این برنامه به کارهای داوطلبانه ای گروه های مختلف در داخل موسسه اختصاص داشت که هر کدام گزارش کوتاهی در زمینه ی کار خود ارائه کردند و سپس به پرسش ها و ابهام های مطرح شده پاسخ داده شد.

● **کارگاه آموزش "تسهیلگران ترویج کتابخوانی" در**
موسسه

در این کارگاه به چگونگی کتابخوانی در گروه های راه دور، پس از پایان دوره های "راه دور" همچنین توضیح طرحی جدید با نام "خواندن خلاق یا هدفمند در گروه های راه دور"، پرداخته شد. این افراد از هماهنگ کنندگان گروه های راه دور شهرستان ها و تهران، نیروهای داوطلب و کارشناسان موسسه بودند. تاکید این کارگاه بر چگونگی ادامه ی برنامه های "راه دور" موسسه مادران امروز بود. به این منظور جزوه ای حاوی اطلاعات مورد نیاز تسهیلگران از آغاز طرح "راه دور" تا ادامه ی آن که با عنوان طرح "خواندن خلاق یا هدفمند" نام گذاری شده است، در اختیار ایشان قرار گرفت.

برنامه های خارج از موسسه

مهدهای کودک و مدرسه ها

- برگزاری کارگاه ۲ جلسه ای تربیت جنسی با کارشناسی خانم زهرا سلیمانی در مهدکودک مدادرنگی
- برگزاری نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب های مناسب به خانواده ها از انتشارات مادران امروز در مهدکودک مژه
- برگزاری سخنرانی با موضوع ضرورت آموزش در خانواده با کارشناسی خانم مرضیه شاه کرمی در دبیرستان پسرانه مبتکران (منطقه ی ۶)

گروه محیط زیست

- برگزاری ۲ کارگاه آشنایی با مفهوم محیط زیست و ضرورت حفظ آن، قدم های کوچک دست آورده های بزرگ (موضوع پسماند و زباله) و نمایش فیلم کوتاهی در مورد خانم مه لقا ملاح و معرفی موسسه مادران امروز و فعالیت های آن، با همکاری

- اعضای گروه محیط زیست موسسه مادران امروز و کانون همیاران خانه ی سبز سرای محله ی جهاد در سرای محله ی سنایی
- شرکت در سلسله نشست هایی با موضوع محیط زیست به سوی احیا می رود یا احتضار؟ به دعوت دفتر مشارکت مردمی سازمان حفاظت از محیط زیست در محل پارک پردیسان
- شرکت در نشست برای طبیعت ایران (پاتوق امن طبیعت پایدار) به دعوت دانشگاه علمی کاربردی واحد ۴۷ تهران در محل موزه ملک
- شرکت در نشست نقش زنان و خانواده در ایجاد صلح و مقابله با تخریب محیط زیست به دعوت معاونت امور زنان و خانواده با همکاری تعدادی سازمان های غیردولتی در محل موزه ی دفاع مقدس
- برگزاری جلسه ای با موضوع معرفی کارگاه ها و فعالیت های زیست محیطی و برگزاری نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب های مناسب به خانواده ها از انتشارات مادران امروز در دبستان دخترانه ی خدیبر (منطقه ی ۶)

سایر مراکز

- برگزاری کارگاه تقویت اعتماد به نفس در بزرگسالان با کارشناسی خانم ماریا ساسان نژاد و برگزاری نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب های مناسب به خانواده ها از انتشارات مادران امروز در شرکت قدس نیرو
- برگزاری نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب های مناسب به خانواده ها از انتشارات مادران امروز به مناسبت هفته ی جهانی کودک و سخنرانی با موضوع نقش آگاهی و آموزش بر تربیت با کارشناسی خانم مرضیه شاه کرمی در کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان
- شرکت در اولین سالگرد درگذشت سرکار خانم توران میرهادی بر سر مزار ایشان و در شورای کتاب کودک
- شرکت در نمایش فیلم مستند زندگی سرکار خانم توران میرهادی به نام "توران خانم" (به کارگردانی خانم رخشان بنی اعتماد) به دعوت شورای کتاب کودک در باغ کتاب تهران
- شرکت در کارگاه سواد و سلامت جنسی خانواده به دعوت انجمن ایرانی مطالعات زنان در محل آن انجمن
- شرکت در نشستی با موضوع تجربه زیسته زنان توانمند به دعوت پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی در سالن حکمت
- شرکت در نشست ماهانه با موضوع درمان اختلالات یادگیری ویژه ی روانشناسان و مشاوران به دعوت باشگاه مدرسین خانواده در مرکز جامع خدمات مشاوره

گردشگری

- بازدید از باغ گیاه شناسی (جشنواره ی انار و گل های داوودی)
- تماشای فیلم ملی و راه های نرفته (به کارگردانی خانم تهمینه میلانی)



- برگزاری سخنرانی عمومی و یک نشست اختصاصی با موضوع نگاه نو به زندگی و چگونگی اداره‌ی گروه‌های راه دور و ادامه‌ی کار مطالعاتی به دعوت کمیته‌ی امور بانوان شورای اسلامی در هادی‌شهر مازندران به کارشناسی خانم مریم احمدی
- برگزاری جلسه‌ی پرسش و پاسخ با موضوع ارتباط کلامی مؤثر در کرج به دعوت انجمن دوستدار کودک البرز (کرج) و گروه‌های راه دور موسسه مادران امروز به کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی

راه دور

• گزارش فعالیت‌های گروه‌های راه دور در شهرهای مختلف، در پیوست شماره‌ی ۲۶ و پیک‌های راه دور منعکس می‌شود. در سایت موسسه می‌توانید، پیک‌های راه دور را مطالعه فرمایید.

ارتباطات و همکاری‌ها

• در پاییز امسال با سازمان‌ها و نهادهای زیر ارتباط و همکاری داشته‌ایم:

انجمن پژوهشی آموزشی پویا، انتشارات پیک ادبیات، باشگاه مدرسین خانواده، خانه‌ی کتابدار، سایت فرانش، شورای کتاب کودک، شورای گسترش فرهنگ صلح، کتابخانه‌ی عمومی حسینیه‌ی ارشاد، مهدکودک لنا، موسسه بازی و اندیشه، مجتمع لاله پارک تبریز، هنرکده‌ی بادبادک.

• موسسه در اولین سه‌شنبه هر ماه نشست‌هایی با حضور کارشناسان مختلف برگزار می‌کند. هدف از این برنامه، آشنایی بیشتر اعضا و علاقه‌مندان با نظریه‌ها و دیدگاه‌های مختلف در حوزه‌های روانشناسی و تعلیم و تربیت است. دیدگاه‌های مطرح‌شده در این جلسه‌ها، الزاماً همسو با موسسه نیست.

جلسه‌ی عمومی مهر ماه

موضوع : چگونه خواسته‌هایمان را با فرزند، مطرح کنیم؟
(مسئولیت پذیری، انضباط و ...)
کارشناس: سرکار خانم افسون احمدی (کارشناس ارشد مشاوره)

تلاش همه‌ی انسان‌ها در تمام اعصار، برای دستیابی به احساس خوب و برآورده کردن نیازها و خواسته‌هایشان بوده است. در این راستا در تمام

- در تاریخ ۹۶/۸/۱۱ نشست مشترک همه‌ی گروه‌های کتابخوانی تهران و شهرستان‌ها در موسسه مادران امروز برگزار شد. در بخش اول این برنامه، کارگاهی با عنوان کمک به پیشرفت تحصیلی با کارشناسی خانم زهرا سلیمانی اجرا شد. در بخش دوم به گفت‌وگو و تبادل تجربه بین گروه‌های کتابخوانی پرداخته شد و خانم مریم احمدی درباره‌ی شیوه‌های برنامه‌ریزی برای برگزاری هر مراسمی به‌طور عام با توجه به برنامه‌ی پانزدهمین سالگرد فعالیت راه دور به‌طور خاص پرداختند. و در انتها درباره‌ی شیوه‌های کتابخوانی در گروه‌های راه دور بحث و گفت‌وگو شد.
- تشکیل گروه‌های جدید کتابخوانی به نام‌های گل‌های خندان ۲، امید فردا و پدران ترانه‌ی بهاری در قائم‌شهر



مراحل زندگی، هر فردی با مسایل و مشکلات متفاوتی روبرو می‌شود که از مهم‌ترین آن‌ها مشکلات ارتباطی با عزیزان و افراد نزدیک خانواده است.

یکی از شکایت‌هایی که روانشناسان بارها با آن مواجه می‌شوند، شکایت والدین از فرزندانشان است. بی‌انضباطی، بی‌مسئولیتی، درس‌نخواندن، لجبازی، پرخاشگری و بسیاری مسایل دیگر، از جمله مواردیست که والدین با آن روبرو هستند و مدام درصدد یافتن راهی برای حل این مشکلات هستند. در این راستا والدین معمولاً بر اساس باورهایی که از پیشینیان به ارث رسیده عمل می‌کنند که "فهم و برداشت رایج" نامیده می‌شود.

یکی از موانع جدی و اساسی در برابر انتخاب‌های بهتر و مؤثر والدین این "فهم و برداشت رایج" است که تقریباً همه به آن باور دارند. "فهم و برداشت رایج" به ما می‌گوید وقتی فرزندمان به حرف ما گوش نمی‌دهد، او را تهدید کنیم و اگر تهدیدمان مؤثر نبود تنبیهش می‌کنیم. ما حتی اگر مؤثر نبودن این رفتارها را بارها و بارها تجربه کرده باشیم باز بی‌هیچ شک و تردیدی آن‌ها را تکرار می‌کنیم، چون تایید دیگران و جامعه را از "فهم و برداشت رایج" هر بار دریافت کرده‌ایم.

بر اساس این باورها یک سری رفتارها را مدام تکرار می‌کنیم و به انجام آن‌ها عادت کرده‌ایم که آن‌ها را رفتارهای مخرب رابطه می‌نامیم. این رفتارها و عادت‌ها عبارتند از:

۱- انتقاد

۲- سرزنش

۳- شکوه و گلایه

۴- غرغر و نق‌نق

۵- تهدید

۶- تنبیه

۷- باج‌دادن برای تحت کنترل قرار دادن دیگری

۸- تحقیر و تمسخر

۹- مقایسه

۱۰- جبهه‌گیری

با انجام این رفتارها به رابطه‌ی بین خود و فرزندمان آسیب می‌زنیم و با تکرار آن‌ها هر لحظه بیشتر از یکدیگر دور می‌شویم بدون آن‌که نفعی برایمان داشته باشد. به میزانی که رابطه از دست می‌رود اثرگذاری والدین بر فرزندان کمتر و کمتر می‌شود و هر چه رابطه ضعیف‌تر می‌شود، میزان استفاده‌ی رفتارهای مخرب بیشتر می‌شود. زیرا که "فهم و برداشت رایج" می‌گوید وقتی از تهدید و تنبیه کنونی، پاسخ مورد نظر خود را نگرفتید میزان و شدت آن را بیشتر کنید و این چنین است که این چرخه معیوب همچنان ادامه می‌یابد.

اما سؤال این است که آیا ما کسی غیر از خودمان را می‌توانیم کنترل کنیم؟ و آیا تا به حال تکرار این رفتارهای مخرب ما را به روابط و نتایج دلخواه‌مان رسانده است؟ اگر پاسخ‌تان بلی است، پس همچنان به مسیر خود ادامه دهید!

اما اگر پاسخ‌تان منفی است و از این عادات و رفتارها، نتیجه مطلوب را نگرفته‌اید و به دنبال راه‌حل تازه‌ای می‌گردید، به شما پیشنهاد می‌کنیم در گام اول از انجام این رفتارهای مخرب روابط دست بردارید. به میزانی که چنین اقداماتی را ترک کنید رابطه کم‌کم به شرایط نرمال بازمی‌گردد. با جایگزین کردن این عادت‌های مخرب رابطه با رفتارهای بهبوددهنده‌ی رابطه، شرایط و روابط رو به بهبود می‌گذارد. این رفتارهای بهبوددهنده‌ی روابط عبارتند از:

۱- احترام

۲- اعتماد

۳- پذیرش بی‌قید و شرط

۴- گوش‌دادن فعال

۵- حمایت

۶- تشویق

۷- گفتگوی دایمی بر سر اختلافات

این اقدامات منجر به افزایش کیفیت روابط می‌شود و به افراد خانواده احساس خوب و مطلوبی می‌دهد. در این شرایط افراد تمایل بیشتری برای حفظ این احساس خوشایند و همکاری با یکدیگر دارند. تقریباً اکثر افراد، از دوران کودکی‌شان این تجربه را دارند که نسبت به معلم یا فرد مورد علاقه‌شان، حرف‌شنوی بیشتری داشته‌اند. این حرف‌شنوی به دلیل ارتباط کیفی و در نتیجه، احساس خوشایند حاصل از این ارتباط است.

با حذف رفتارهای مخرب رابطه، و افزودن رفتارهای بهبود دهنده‌ی رابطه به افزایش احساس مطلوب در خانواده و روابط بین فردی خود کمک کنیم.

جلسه‌ی عمومی آبان ماه

موضوع : آشنایی با جایگاه ادبیات و خواندن انتخاب

کتاب مناسب و قصه‌سازی

کارشناس: سرکار خانم شهره یوسفی

(کارشناس حوزه‌ی پیش دبستان، عضو شورای کودک، داور

یک دوره جایزه‌ی جهانی هانس کریستین آندرسن)

خانم یوسفی صحبت‌هایشان را با معرفی گروه تالیف شورای کتاب کودک آغاز کردند:

وظیفه‌ی این گروه خواندن و تحلیل کردن کتاب‌های نویسنده‌های ایرانی است زیرا در پایان هر سال فهرستی را شورا منتشر می‌کند که در شاخه‌های مختلف و گروه‌های سنی مختلف بهترین‌های تالیف و ترجمه را معرفی می‌کند. چرا که اگر خوراک خوبی از نظر ادبی در اختیار بچه‌هایمان بگذاریم، این بچه‌ها ترغیب به مطالعه و عشق به کتاب خواهند بود.

یکی از معضلاتی که ما امروزه در بین نوجوانان و جوانان با آن روبرو هستیم؛ کمبود یا عدم علاقه و اشتیاق به مطالعه است و مثلاً در آمریکا کتاب "بخشنده" (لویس لوری)، جزو اجباری‌های درس ادبیات است. ولی آیا ما کتاب‌های نویسنده‌ی فوق‌العاده‌ای مثل "هوشنگ مرادی کرمانی" را در مدارس تدریس می‌کنیم؟ جالب است که بدانید، بسیاری از آثار این نویسنده، در کشورهای مختلف ترجمه شده و داخل برنامه‌های درسی شده است و یا آثار دیگری از آقای "فرهاد حسن‌زاده"، اما در کشور خودمان هنوز بسیاری این نویسنده را نمی‌شناسند.

معمولاً شاهد هستیم که خانواده‌ها به بچه‌ها می‌گویند که کتاب غیردرسی نخواند تا مزاحم درستان نشود. زیرا این آگاهی را ندارند که ما نباید به درس ادبیات در حد داخل کتاب‌های درسی بسنده کنیم و باید بستر را در فکر بچه‌ها آماده کنیم. البته آماده کردن این بستر از دوران بارداری مادر آغاز می‌شود: به مادران توصیه می‌کنیم که برای جنین‌شان داستان بخوانند. جنین این صدا را می‌شنود و با زیر و بم آن

و کلمات آن اخت می‌شود. بعدها در نوزادی با شنیدن دوباره‌ی آن داستان، آرامش زمان جنبی برایش تداعی شده و با آرامش به خواب می‌رود.

حال اگر ما زمینه‌ی کتاب و قصه را برای کودکان خردسال آماده نکنیم و انواع ادبیات را ارایه ندهیم، این بچه در مدرسه در بخش شنیداری، خواندن و روان خوانی دچار مشکل می‌شود. دیده شده است که در بسیاری موارد ضعف بچه‌ها در درس ریاضی ناشی از نفهمیدن صورت مسئله و واژگان تشکیل دهنده‌ی آن است.

تحقیقات نشان داده که حداقل ۸۰ روش یادگیری در انسان‌ها وجود دارد و پایه و اساس همه‌ی این شیوه‌ها، خوب شنیدن است.

در سنین مهدکودک، ما از داستان‌های ساده‌ای که معمولاً یک کتاب تصویری است، شروع می‌کنیم. کودک باید اول تصاویر را ببیند، بعد بتواند آن را توصیف کند و با مادر یا مربی راجع به آن صحبت کند. نهایتاً طی سال از کتابی استفاده می‌کنیم که در هر صفحه ۵ یا ۶ جمله وجود دارد و کودک می‌تواند به مدت ۲۰ دقیقه بنشیند و گوش بدهد. امروزه که پدیده‌ی عدم تمرکز بسیار بین کودکان و نوجوانان شیوع پیدا کرده است. این تمرین‌های نشستن و کتاب خواندن اهمیت خود را بیشتر نشان می‌دهد. (البته از دلایل اصلی عدم تمرکز، استفاده‌ی بی‌دریغ از تلویزیون، موبایل، انواع گیم‌ها و ... است که روی همه‌ی شاخه‌های رشدی اعم از کلامی، عاطفی، حسی و اجتماعی تاثیر منفی دارد.)

ما با نوزادان یا خردسالان باید تمرین کنیم تا رشد کلامی اتفاق بیفتد. درست است که نوزاد برای ارتباط از کلام استفاده نمی‌کند، ولی با صداهایی که به آن پیش‌گفتار می‌گوییم و با انواع گریه‌ها خواسته‌هایش را بیان می‌کند و لالایی‌هایی که مادر برای نوزاد می‌خواند، تمریناتی برای تلفظ کلمات است. زیرا تحقیقات نشان داده که همه‌ی نوزادان در همه‌ی دنیا با توانایی‌های یکسان برای ایجاد و تلفظ همه‌ی صداهای دنیا می‌آیند، اما آنچه را که در محیط می‌شنوند، یاد می‌گیرند که تکرار کنند و این باعث تلفظ اصوات مختلف در ملیت‌های گوناگون می‌شود. ما برای این کار دو شیوه داریم؛ قصه‌گویی و قصه‌خوانی. در قصه‌خوانی ما از روی متن کتاب، داستان را بی‌کم‌وکاست می‌خوانیم (البته هنر شخص قصه‌خوان در تغییر لحن و صدا و مکث و ... مهم است). لازم است که قبل از خواندن کتاب حتماً نام کتاب، نویسنده، مترجم و تصویرگر را به بچه‌ها معرفی کنید. چون در قصه‌خوانی ما همه‌ی کتاب را می‌خوانیم لازم است که کتاب خوب انتخاب کنیم. به مناسب بودن کتاب برای گروه سنی مخاطب توجه کنیم. اگر کتابی را بخوانیم که لذت‌بخش نباشد، فرزند ما از کتاب‌خواندن لذت نخواهد برد و علاقه به مطالعه پیدا نخواهد کرد.

برای انتخاب کتاب مناسب، یا می‌توانیم از فهرست شورای کتاب و یا نهادهای مرتبط و موجه دیگر استفاده کنیم و یا به طور کلی به مناسب بودن نکاتی مثل: مشخصات ظاهری کتاب از قبیل جلد، اندازه حروف و متن، صحافی و تصاویر و موضوع مناسب گروه سنی مخاطب توجه کنیم. واژگان و دستور زبان نیز بسیار مهم است. در دوره‌های سنی پیش از دبستان، تصاویر به اندازه‌ی متن اهمیت دارند. ولی هر چه سن بالاتر می‌رود، اهمیت تصاویر کمتر می‌شود.

موضوع کتاب نیز باید برای مخاطب جذاب باشد و جزو دغدغه‌های ذهنی و زندگی او باشد. کتاب خوب باید تا پایان برای خواننده جذابیت داشته باشد و او را به دنبال بکشاند. در بحث قصه‌گویی؛ لازم است که فرد قصه‌گو چارچوب‌های این کار را بداند. مثلاً بهترین نحوه‌ی چیدمان بچه‌ها در حالت شنیدن قصه به شکل U است که قصه‌گو بتواند به همه‌ی آن‌ها توجه کند. فن بیان، لحن، زبان بدن و جلب

توجه مخاطب نکاتی هستند که در قصه‌گویی بسیار اهمیت دارند (اگر قصه‌گو به قصه‌ای مسلط نباشد می‌تواند از کارت‌های قصه‌گویی استفاده کند)

در قصه‌گویی می‌توانیم در جاهایی از داستان، متناسب با مخاطب دخل و تصرف داشته باشیم. (البته در چهارچوب داستان).

در شورای کتاب کودک "گروه کهن" وظیفه دارد که داستان‌های قدیمی و عامیانه را که مناسب امروزه نیستند، بازنویسی یا بازآفرینی کنند تا بتوانیم در قصه‌گویی از آن‌ها استفاده کنیم و قسمتی از فرهنگ‌مان را از این طریق به بچه‌ها منتقل کنیم. شیوه‌های مختلف قصه‌گویی خلاق، نمایش، ساخت عروسک‌های شخصیت‌های داستان و ... ترفندهایی هستند که با به کار بردن آن‌ها هم تاثیر قصه و جذابیت آن برای مخاطب کودک بیشتر می‌شود.

جلسه‌ی عمومی آذر ماه

**موضوع : چگونه کودکانی کارآمد و سالم داشته باشیم؟
چگونه به عنوان یک والد سلامت روان آینده فرزندان
خود را رقم بزنیم؟**

**کارشناس: سرکار خانم ملیحه تقوی (کارشناس ارشد
روانشناسی عمومی)**

خلاصه‌ای از نظرات و صحبت‌های ایشان:

PMT چیست؟

آموزش مدیریت رفتاری کودکان توسط والدین می‌باشد که شامل مجموعه‌ای از تکنیک‌هاست و والدین عزیز را در افزایش رفتارهای مطلوب کودکان و نوجوانان و کاهش رفتارهای نامطلوب آن‌ها یاری می‌دهد.

بخش قابل توجهی از این هدف به وسیله‌ی ایجاد تعامل مثبت با کودکان و نوجوانان صورت می‌گیرد. در سایه‌ی این تعامل مثبت بسیاری از مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان کاهش یافته و تغییرات رفتاری مثبت قابل توجهی در آن‌ها ایجاد می‌گردد.

گام‌های PMT (ویژه‌ی کودکان)

به‌هیچ عنوان گام‌های PMT را جابه‌جا نمی‌کنیم و طبق توالی مذکور در جهت اصلاح رفتار کودک پیش می‌رویم.

گام‌های تشویقی

۱. تعامل مثبت

تعامل مثبت اولین گام در جهت برقراری رابطه‌ی موثر و سالم با کودکان می‌باشد. این گام سه بخش اساسی را شامل می‌شود:

(الف) بازی pmt

(ب) گفتگوی انعکاسی

(ج) محبت فیزیکی

۲. تحسین و توجه

تفاوت تحسین و توجه در TPM با تحسین و توجه به صورت عادی T در ماهیت رفتارهایی است که مورد توجه قرار می‌گیرند. در این نوع تحسین رفتارهای ناهمساز و رفتارهایی که کودک به‌صورت خودجوش آن‌ها را انجام نمی‌دهد تحسین می‌گردند.

● تسلیت:

به دوست عزیزمان سرکار خانم نگین نابت که در پاییز گذشته عزیزی را از دست داده‌اند، صمیمانه تسلیت می‌گوییم.



● تشکر:

از همراهان داوطلب و همکاران اداری که موسسه را در برنامه‌های بیرون و داخل از موسسه یاری دادند، بسیار سپاسگزاریم.

دوستان عزیز

از دوستان عزیزی که شماره‌ی تلفن، نشانی منزل و ایمیلشان تغییر می‌کند، درخواست می‌کنیم تغییر را به بخش اداری موسسه مادران امروز اطلاع دهند.

اینستاگرام ۱: valedeyn_va_farzandan

کانال اطلاع‌رسانی:

<https://telegram.me/madaraneemrooz>

سایت: www.madaraneemrooz.com

ایمیل: info@madaraneemrooz.com

پیک مام به کوشش خانم‌ها ماندانا آجودانی و نیلوفر بدیع زیر نظر بخش روابط عمومی منتشر می‌شود.

ابتدا یک بانک رفتاری تهیه می‌نماییم که در آن کلیه‌ی رفتارهایی را که قصد افزایش یا کاهش آن‌ها را داریم ذکر می‌کنیم و سپس رفتارهای مورد نظر را وارد جدول تحسین می‌کنیم. دقت داشته باشید بیش از ۱۰ رفتار را در جدول تحسین قرار نمی‌دهیم. جدول تحسین صرفاً برای خود والدین قابل استفاده است.

۳. جدول رفتاری

رفتارهایی که در جدول تحسین تغییر نکرده‌اند را انتخاب می‌کنیم و وارد جدول رفتاری می‌کنیم.

گام‌های تنبیهی

۴. بازگیری پاداش یا جریمه

در مورد رفتارهایی اعمال می‌شود که کودک باید انجام دهد ولی انجام نمی‌دهد.

از تکنیک ۱۰-۱۰۰ استفاده می‌کنیم.

در عرض حداکثر ۱۰ ثانیه و با حداکثر ۱۰ کلمه انتظار خود از کودک و پیامد رفتارش را به صورت قاطعانه بیان می‌کنیم.

۵. نادیده‌گرفتن

ماهیت رفتارهایی که در این گام قرار می‌گیرند توجه‌طلبی است مانند، نق‌زدن و

۶. محرومیت زمان‌مند

محرومیت زمان‌مند شامل رفتارهایی می‌شود که منجر به آسیب‌دیدن کودک و دیگران می‌شوند.

● عنوان برنامه‌های موسسه (گام‌ها و کارگاه‌ها)

در زمستان ۹۶

گام‌ها:

- ارتباط مناسب همسران (صبح)
- آشنایی با خطاهای شناختی و مقابله‌ی موثر با آن (صبح)
- مدیریت بر خشم (صبح)
- رفتار مناسب با کودک (بعدازظهر)
- رفتار مناسب با نوجوان (بعدازظهر)
- ارتباط کلامی موثر (بعدازظهر)
- مدیریت بر استرس (بعدازظهر)

کارگاه‌ها:

- نظم‌آموزی و انضباط در بزرگسالان (صبح)
- تقویت اعتمادبه‌نفس در بزرگسالان (صبح)

برای اطلاع دقیق از تاریخ اجرای برنامه‌ها، لطفاً به

کانال و سایت موسسه مراجعه کنید.

