

مادران امروز

پیک مام ویژه‌ی راه دور

شماره‌ی سی و یکم - آبان ۱۳۹۰

در باره‌ی پیک مام ویژه‌ی راه دور

موسسه مادران امروز به منظور اطلاع رسانی به گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، ارتباط گروه‌ها با یکدیگر، تبادل تجربه، خیر دار شدن از نظرها و پیشنهادهای و رفع اشکال‌ها و ابهام‌های موجود در طول کار گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، اقدام به تهیه‌ی **پیک مام ویژه‌ی راه دور** کرده است.

هفته‌ی کتاب و کتابخوانی را گرمی می‌داریم.

هرساله ماه آبان یادآور توجه به کتاب و کتابخوانی و ترویج خواندن است. هفته دوم آبان در اکثر مدرسه‌ها، مهدها و مراکز فرهنگی به همین مناسبت نمایشگاه کتاب برگزار می‌شود. موسسه مادران امروز ضمن گرامیداشت هفته‌ی کتاب و کتابخوانی، این هفته را فرصتی می‌داند برای ترویج خواندن و معرفی کتاب‌های مناسب خانواده‌ها و همواره با حضور در نمایشگاه‌ها در این فعالیت اجتماعی شرکت می‌کند.

گزارش‌های دریافت شده در این ماه

از هفته‌ی آخر مهر ماه ۹۰ تا هفته‌ی آخر آبان ماه ۹۰ از گروه‌های زیر گزارش‌هایی دریافت شده است:

- سپنتا ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم فرحناز قربانی، ۴ گزارش ● طراوت، بابل، نماینده‌ی گروه خانم معصومه عبدی، ۲ گزارش. ● بانوان فعال ادبی، دبی، نماینده‌ی گروه خانم فریده کاریانی، ۲ گزارش ● جوانان ترنہ، بابل، نماینده‌ی گروه خانم شمسی پور عباسی، ۴ گزارش ● شازده کوچولو، شاهرود، نماینده‌ی گروه خانم الهام طالبی، ۲ گزارش ● ترانه بهاری ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم ماندانا زحمتکش، ۳ گزارش.

خبرها

● شرکت در نمایشگاه اسباب بازی و سرگرمی‌های آموزشی کودک و نوجوان

شورای نظارت بر اسباب بازی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، اداره کل آموزش و مشارکت‌های شهروندی شهرداری تهران با همکاری کانون توسعه‌ی فرهنگ زندگی "نمایشگاه اسباب بازی و سرگرمی‌های آموزشی کودک و نوجوان" را از تاریخ ۹۰/۸/۲۳ تا ۹۰/۸/۲۷ در مرکز آفرینش‌های فرهنگی هنری کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان واقع در خیابان فاطمی، خ حجاب برگزار کردند. موسسه و نشر مادران امروز در کنار موسسه بازی و اندیشه در این برنامه حضور فعال داشتند.

- سخنرانی خانم مریم احمدی در کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان با عنوان **ترویج خواندن در خانواده**، به مناسبت گرامیداشت هفته‌ی کتاب در تاریخ دوشنبه ۹۰/۸/۳۰ برگزار شد.

● شرکت در نمایشگاه کتاب یاد یار مهربان

به مناسبت هفته کتاب و کتابخوانی از تاریخ ۱۷ تا ۲۲ آبان نمایشگاه کتاب یاد یار مهربان، در بوستان گفتگو برگزار شد. کتاب های نشر مادران امروز به همراه آثار نشر نشانه و پیک بهار در این نمایشگاه ارایه شد.

● سخنرانی ماهانه موسسه با موضوع **نحوه برقراری ارتباط با سالمندان**، توسط سرکار خانم دکتر مهشید فروغان، در تاریخ سه شنبه ۹۰/۹/۱، از ساعت ۹ الی ۱۱ برگزار می شود.

● **این خبرها را می توانید در سایت مای کودک دنبال کنید. نشانی: www.mykoodak.com**

- ترس از شکست، عامل نابودی موفقیت

آزمون و خطا معمولاً جزو اولین راه های برطرف کردن مشکلات زندگی است. اما با این وجود خیلی از افراد چون خیلی از تجربه ی خطا واهمه دارند، از انجام آزمون خودداری می کنند.

● **این خبرها را می توانید از سایت کتابک دنبال کنید. نشانی: www.ketabak.org**

- آیا مواد ادبی و آموزشی برای کودکان خلاقانه است؟

دست اندرکاران کار با کودک، براین باورند که محتوا و مواد آموزشی کنونی برای کودکان تا اندازه زیادی بازار پسند شده و از کیفیت هنری و خلاق آن ها کم شده است.

- با دانش آموزان خود دوست باشیم!

کودکانی که رابطه ی خوبی با آموزگارشان دارند کمتر پرخاشگری می کنند و کمتر هدف پرخاشگری قرار می گیرند.

گزارش ویژه

همان طور که در پیک قبلی گفته شد، نمایشگاه کودک و نوجوان در قم از تاریخ ۹۰/۸/۱۸ تا ۹۰/۸/۲۱ برگزار شد. ضمن معرفی موسسه مادران امروز، انتشارات موسسه در این نمایشگاه عرضه شد. دوستانی از گروه راه دور "مادران پیشرو" فعالانه با اعضای موسسه در اداره ی غرفه همکاری داشتند. در روز آخر نمایشگاه (۹۰/۸/۲۱)، جلسه ی پرسش و پاسخ برای اعضای گروه مادران پیشرو که خواندن مجموعه ی ارتباط بین دو نسل را تمام کرده بودند، برگزار شد. کارشناس این جلسه خانم مرضیه ی شاه کرمی به همراه خانم فرخنده ی صادق پور، بودند. در این گروه که دوره ی ارتباط با نوجوان را می گذرانند به سوالات حاضران پاسخ داده شد.

گزارش های شما

● در گزارش ۹۰/۸/۱۰ گروه زنان فعال ادبی از دبی که در حال مطالعه ی کتاب "رشد اجتماعی در دوره ی نوجوانی" هستند، نوشته شده بود: برای رقابتهای دوستانه، والدین باید فرزندانشان را حمایت کنند. یادآوری می کنیم که حمایت کردن از طرف والدین باعث ایجاد احساس امنیت و دلگرمی در نوجوان می شود. ولی در مورد رقابت باید گفت که بهتر است والدین فرصت های رقابت های سالم و دوستانه و به دور از خشونت و خودخواهی را برای فرزندانشان فراهم کنند و تا حد امکان کاری کنند که این رقابت ها جنبه ی فردی نداشته و جنبه ی گروهی داشته باشد. در مواردی که نوجوان در معرض رقابت های فردی قرار می گیرد، در حین حمایت و پشتیبانی، تلاش کنیم زهر رقابت و خصمانه بودن را از آن بگیریم و روی تلاش و پی گیری کار خود او تأکید کنیم. در جریان رقابت فردی خصمانه، مقایسه کردن وجود دارد که مقایسه کاملاً رد است و نیز نتیجه ی آن نیز ممکن است باعث دلزدگی و ناامیدی در نوجوان شود.

معرفی کتاب

منصوره فرداد

خواندن کتاب زیر را به خانواده ها پیشنهاد می کنیم:

نام کتاب: نام کتاب: اعتیاد به اینترنت و موبایل

نویسنده: دکتر فرود حمیدیان مشخصات: تهران، نشر قطره، ۱۳۸۷، تعداد صفحه ها: ۱۶۴، قیمت: ۲۲۰۰۰

مطالب کتاب در غالب پرسش و پاسخ به سوال های متعدد والدین در باره ی مدت زمان مناسب و چگونگی استفاده درست از اینترنت توسط کودکان و نوجوانان، تهیه شده است. بحث و چالش جهانی در باره ی عوارض اینترنت و اعتیاد آور بودن یا نبودن استفاده از آن ، بسیار داغ و تازه است .کتاب حاضر ، فتح باب و مجموعه ای نو از آموزش و آگاهی رسانی درباره ی تاثیر روان شناختی کامپیوتر، اینترنت و موبایل و نیز نکاتی کاملا عملی و قابل اجرا برای والدین، فرزندان و مشاوران است.

در پاسخ به این سوال که آیا استفاده از اینترنت اعتیاد می آورد؟ تامل روی این مسئله که استفاده از اینترنت چه تاثیری روی پنج حوزه ی کلیدی زندگی شما (وقت ، فکر، کار و تحصیل ، پول، احترام ، اعتبار اجتماعی و روابط) داشته است، بسیار ضروری است و نشان می دهد که مشکل شما ارزش بررسی دارد. درحالی که اینترنت و ایمیل وسیله ی برقراری رابطه است ، تکلیف ارتباط با عزیزانی چون پدر بزرگ و مادر بزرگ ها و... که توانایی استفاده و دسترسی به آن را ندارند چه می شود ؟ صاحب نظران مهم ترین زیان وابستگی به اینترنت را لطمه به روابط اجتماعی می دانند. زبان بدن ، بخش اصلی ارتباط آدم ها است، نه زبان کلامی و حرف. در روابط اینترنتی عناصر لازم برای برقراری این ارتباط غیر کلامی یا وجود ندارد و یا کافی نیست. مسلم است که نیاز به خود شکوفایی و خلاقیت در روی آوردن افراد به اینترنت نقش دارد و خیلی ها احساس می کنند که خلاقیت آن ها در زمینه های فنی یا اجتماعی و هنری در اینترنت توانایی بروز و تجلی دارد. ما والدین باید از خود بپرسند که اگر فرزند من ساعت ها و روز ها و هفته ها در فضای غنی و استثنایی اینترنت است و خبری از این رشد و شکوفایی و خلاقیت نیست، پس چه اتفاقی دارد می افتد؟ آیا فرزند من استفاده مطلوبی از این امکان و از هزینه های مالی و زمانی می کند؟ و اگر می کند نموده نشانه ی بیرونی این استفاده و موفقیت او چیست؟ ... و در ادامه نویسنده ی کتاب، پاسخ به تعداد بسیاری از سوال هایی که ممکن است برای والدین در این زمینه وجود داشته باشد را آورده است.

پرسش و پاسخ

س- لطفا توضیح دهید، منظور از ذات چیست؟

پ- منظور از ذات عوامل مربوط به وجود و طبیعت فرد است که به آن عوامل ژنتیکی هم می گویند و به همراه محیط یکی از عوامل موثر بر تربیت است. این عوامل از ابتدا و هنگام تولد با فرد است. رنگ مو و پوست، اندازه ی جثه و زمینه های بعضی از بیماری ها و مواردی از این قبیل جزو خصوصیات مربوط به ارث است. برای درک بهتر موضوع جلد ۲ (عواملی که بر تربیت اثر می گذارد) از مجموعه ی ۱۰ جلدی ارتباط بین دو نسل را مطالعه نمایید.

س- با نوجوانانی که با مدل های عجیب و غریب خود را می آریند چگونه باید برخورد کرد؟

پ- نوجوان در سنی است که از کودکی به بزرگسالی می رود و هنوز تجربه ی کافی در این زمینه ندارد، و می خواهد ابراز وجود نماید و خود را مطرح کند. اگر فرصت های مناسب و امکانات لازم و سالم در اختیار او قرار نگیرد ، دم دست ترین شیوه ها یا نامناسب ترین شیوه ها را برمی گزیند و ممکن است حتی رفتارهای ساختار شکنانه و ضد اجتماعی از خود نشان دهد تا توجه ها را به خود جلب نماید. نوجوانی که فرصت های مناسب برای اظهار نظر یا عقاید و ابراز توانایی ها و استعداد های خود را دارد، نیازی به جلب توجه به شیوه های غیر معمول ندارد. بنابر این باید از کودکی به او احترام گذاشته شود و فرصت هایی برای بروز توانایی ها یش در اختیار او قرار گیرد تا در دوران نوجوانی بداند که بستر مناسبی برای ابراز خود دارد. زمینه هایی مانند هنر، ورزش، فعالیت های گروهی و اجتماعی و امکاناتی از این قبیل بستر های مناسبی هستند که می توانند شرایطی خوبی برای مطرح شدن نوجوانان را فراهم کنند. به هر حال کمتر ایراد گرفتن و فراهم کردن فرصت دیده شدن می تواند میزان اهمیت دادن به ظاهر را کمتر کند.

س- نقش والدین در برابر نوجوانانی که دوست دارند مسئولیت انجام چند کار را بپذیرند بهتر است چگونه باشد؟

پ- همان گونه که می دانید مسئولیت پذیری یکی از رفتارهای اجتماعی نوجوانان است و این میل در آن ها زیاد است. نوجوان با پذیرش مسئولیت می خواهد مورد قبول و تایید دیگران باشد و نشان دهد که دیگر بزرگ شده است. اگر در این بین رابطه ی خوب با نوجوان و راهنمایی های والدین نباشد، ممکن است نوجوان در این راه زیاده روی کند و چون تجربه ی کافی از عواقب کارهایی که پذیرفته است ، ندارد، فکر می کند که از عهده ی همه ی آن ها برمی آید. اگر ما به عنوان والدین آگاه زمینه ی ارتباط خوب با فرزندمان را فراهم کرده باشیم، می توانیم او را راهنمایی کنیم و دورنمای کارهایی را که در نظر دارد انجام دهد با توجه به امکانات و توانایی هایش برایش ترسیم کنیم تا او بتواند درکی از عواقب کارها و در نتیجه دوراندیشی ، داشته باشد.

س- با فرزندان که عدم پذیرش مسئولیت دارند بهتر است چگونه برخورد شود و علت آن را چگونه باید یافت؟

پ- به طور کلی برای علت یابی ابتدا باید مسئله ای را که با آن مواجه هستیم با دقت بررسی کنیم و از زوایای مختلف به آن نگاه کنیم. پس از آن عوامل متعددی که می تواند باعث بروز مسئله ی مورد نظر ما شود را پیدا کنیم. به یاد داشته باشیم که برای به وجود آمدن یک پدیده ، یک علت وجود ندارد و ما همواره باید دنبال علت ها زیادتری بگردیم. پس از آن علت ها را اولویت بندی می کنیم و به ترتیب اهمیت ، برنامه هایی برای رفع علت ها می ریزیم و یا خودمان و یا با کمک افراد آگاه روش هایی برای اجرای برنامه هایمان در نظر می گیریم. در مورد فرزندان که پذیرش مسئولیت ندارند هم می توانیم این گونه عمل کنیم. در ابتدا عواملی که می تواند باعث بروز چنین رفتاری شود را در نظر بگیریم. عواملی مانند کارهای مربوط به نوجوان را انجام دادن، نا آگاهی والدین از برخورد درست، چگونگی دادن مسئولیت به شکل صحیح و توجه نکردن به ویژگی های کودک و نوجوان به شکل عام و خاص ، فرصت کافی ندادن به فرزند برای آزمون و خطا و انجام کارهای خودش ، حساسیت والدین برای انجام کارها به بهترین شکل (کمال گرایی) و... می تواند علت هایی باشند که والدین با توجه به شرایط خود می توانند آن ها را در نظر بگیرند. با فکر کردن به علت ها و یافتن رفتار هایی که والدین انجام داده اند و تغییر در آن ها ، به مرور و خود به خود این مسئله نیز برطرف خواهد شد.

س- نقش والدین در مورد نوجوانانی که برای اظهار وجود ماضر جوابی می کنند چگونه باشد؟

پ- حاضر جوابی هم مانند نکته های دیگری که در سوالات قبلی به آن ها اشاره کردیم است. اگر به موقع و در زمان مناسب به حرف های نوجوان با دقت گوش کنیم به آن چه که می گوید توجه کنیم و اجازه ی اظهار نظر به او بدهیم، برای ابراز وجود نیازی به روش هایی مانند حاضر جوابی نخواهد داشت. اگر از زمان کودکی فرزندمان نکته هایی را که در ارتباط کلامی وجود دارد رعایت کنیم، در آینده نیز رابطه ی بهتری در این زمینه خواهیم داشت. در هر صورت رعایت این نکته ها از طرف ما می تواند موثر باشد. اما در عین حال این حاضر جوابی ها به رشد ذهنی او برمی گردد و بیشتر تمرین است. در عین مراعات کردن ارتباط کلامی مناسب، حساسیت خود را کم کنید و فرصت تمرین ذهنی را به آن ها بدهید.

س- منظور از آزمون و خطا چیست و چه نوع فرصت هایی را می توانیم به فرزندانمان بدهیم تا آزمون و خطا کنند؟

پ- همان طور که می دانید محیط مناسب برای رشد و یادگیری کودک، محیطی است که در آن حواس مختلف کودک تحریک می شود و شرایط مناسبی برای کشف و شناخت پدیده های مختلف وجود دارد. کودکان به طور غیر مستقیم و با دست کاری اشیاء دیدن و شنیدن ، کنجکاوی و آزمون و خطا در محیط، یاد می گیرند و رشد می کنند. ما با توجه به ویژگی های فرزندمان و آگاهی از چگونگی فراهم کردن محیط مناسب (لطفاً کتاب "چه کنیم تا محیط خانواده برای پرورش فرزند بهتر

شود؟" را مطالعه نمایید) می توانیم به فرزندمان امکان آزمون و خطا کردن را بدهیم. در واقع آزمون و خطا یعنی فرصت هایی برای جستجو، آزمایش و خطا، به پایان رساندن کار، انتخاب و به کار گیری توانمندی های فرد در زمینه های مختلف. اگر ما این امکان را با توجه به سن و توانایی های فرزندمان به او بدهیم و حاصل کار او را با کودکان بزرگ تر یا خودمان مقایسه نکنیم، فرصت آزمون و خطا به فرزندمان داده ایم. می توانیم مقررات ساده و قابل درک و متناسب با سن کودک را برای او توضیح دهیم تا او حوزه ی آزادی ها و محدودیت های خود را بداند. یعنی بداند هر خانواده ای مقررات خود را دارد و در آن حوزه کودک حق انتخاب دارد. مثلا دست زدن به وسایل شخصی دیگران یا اجاق گاز و... می تواند جزو محدودیت ها باشد. به طور کلی اگر محیط امنی برای کودک فراهم کنیم و به او اجازه دهیم در آن محیط آزاد باشد و کاری را که می کند آن گونه که دوست دارد به پایان ببرد، فرصت مناسبی برای آزمون و خطا به او داده ایم. برای درک بهتر این موضوع می توانید ص ۵۵ از کتاب "چگونه با فرزند خود رفتار کنیم؟" (آزادی و محدودیت) را مطالعه نمایید.

س- برای جلوگیری از دخالت مادر بزرگ و پدر بزرگ ها در تربیت کودک ، چه باید بکنیم؟

پ- یادآور می شویم که با رعایت احترام به بزرگتر ها و پرهیز از رودررویی و جنجال ، می توانیم از بروز تنش و برهم خوردن آرامش محیط جلوگیری کنیم. اگر والدین تلاش کنند که روی حرف درستی که از روی شناخت و آگاهی می زنند، بمانند و از این تلاش خسته نشوند، عقاید دیگران کمتر روی فرزندانشان تاثیر می گذارد. به دلیل این که والدین از نظر عاطفی تاثیر بیشتری روی فرزندان خود دارند، بیشتر می توانند از نظر رفتاری روی آن ها تاثیر بگذارند و چون زمان بیشتری هم با فرزندان می گذرانند و رفتارهای آن ها است که بیشتر تکرار می شود پس اثر گذاری بیشتری هم دارد. برای همین والدین باید بکوشند تا رفتار مناسب با کودکان داشته باشند. چنان چه این رفتار ها از طرف والدین نامناسب باشد ، تاثیر پذیری فرزندان از دیگران بیشتر می شود. در شرایطی که با پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها در یک جا زندگی نمی کنیم، با قاطعیت در رفتار مناسب و کنترل روابط می توانیم از این گونه دخالت ها (بدون بحث و جار و جنجال) پرهیز کنیم. اگر هم با هم زندگی می کنیم باز هم می توانیم با ایستادن روی حرف و رفتار درست خودمان هم دیگران را تحت تاثیر قرار دهیم و هم ارزش ها و مقررات خود را برای آن ها تفهیم نماییم. این شرایط تدریجی و با صبر و شکیبایی به دست می آید و با برخورد آگاهانه و کنترل شرایط می توان از دخالت ها جلوگیری کرد. اما گاهی موردی است و ما نگران لوس شدن هستیم . این موارد هراز گاهی بد نیست و اثر گذاری کمی دارد. در شرایط خاص و حاد هم می توان از مشاور آگاه کمک گرفت.

درخواست

● از نمایندگان گروه ها یی که برای ما گزارش نفرستاده اند ، درخواست می شود گزارش های خود را برای ما بفرستند و ما را از وضعیت گروه با خبر سازند.

تبریک

گروه رفتار با کودک با نام ترانه ی بهاری ۱ ، در قائم شهر تشکیل شده است. نماینده ی این گروه خانم ماندانا زحمتکش هستند. با آرزوی موفقیت در راهی که آغاز کردند ، به اعضای این گروه ، تبریک می گوئیم.

تشکر

از خانم حورا عزیزی نماینده ی گروه مادران پیشرو قم، برای همکاری صمیمانه شان در اداره ی غرفه ی انتشارات موسسه ی مادران امروز در نمایشگاه کودک و نوجوان ، تشکر می کنیم.

تلفن و فاکس موسسه مادران امروز : ۸۸۷۱۵۴۲۴ - ۸۸۷۲۸۳۱۷
ایمیل راه دور : amoozeshrahdoo@yahoo.com