

پیک مام ویژه‌ی راه دور

شماره‌ی سی و چهارم - بهمن 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، خبر 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.

رونق عهدشباست دگرستان را

می‌رسد مرده‌ی گل بلبل خوش‌الحان را

حافظ

دوستان عزیز گروه‌های راه دور؛

همراهی‌تان را قدر می‌دانیم و دوستان را به گرمی می‌فشاریم. نوروزتان پیروز، مهرتان پابنده و دلتان شادباد!

گزارش‌های دریافت شده در این ماه

از هفته‌ی آخر دی ماه ۹۰ تا هفته‌ی آخر بهمن ماه ۹۰ از گروه‌های زیر گزارش‌هایی دریافت شده است:

- سپنتا ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم فرحناز قربانی، ۴ گزارش ● شازده کوچولو، شاهرود، نماینده‌ی گروه خانم الهام طالبی، ۵ گزارش ● خورشید، تهران، نماینده‌ی گروه خانم پروانه ذوقی، ۴ گزارش ● جوانان ترنه، بابل، نماینده‌ی گروه خانم شمسی پور عباسی، ۵ گزارش ● رنگین کمان، بابل، نماینده‌ی گروه خانم درویش، ۲ گزارش ● سپنتا ۲ (مهر رضا)، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم فرحناز قربانی، ۲ گزارش ● بانوان فعال ادبی، دبی، نماینده‌ی گروه خانم فریده کاربانی، ۱ گزارش ● باران، بابل، نماینده‌ی گروه خانم نجس شهیدی، ۳ گزارش.

خبرها

● سخنرانی ماهانه موسسه با موضوع دوستی با زمین، دوستی با خودم، آشتی با طبیعت را از مادرم آموختم. چگونه به فرزندم دوستی و محافظت از طبیعت را بیاموزم؟ ، توسط سرکار خانم میترا البرزی منش (کارشناس ارشد محیط زیست) ، در تاریخ سه شنبه ۹۰/۱۲/۲ و از ساعت ۹ تا ۱۱ برگزار شد.

● یاد آوری می کنیم که در سال جدید (۱۳۹۱) جلسات ماهانه ، فصلی برگزار می شود. موضوع هر سخنرانی از طریق سایت و پیک راه دور به اطلاع شما می رسد.

● دوستان از ۱۵ اسفند به بعد می توانید از طریق سایت موسسه و هم چنین تماس با موسسه ، از برنامه های گام ها و کارگاه ها در سال جدید (۱۳۹۱) با خبر شوید.

● دید و بازدید نوروزی روز سه شنبه ۹۱/۱/۱۵ و از ساعت ۹/۳۰ تا ۱۲ در موسسه برگزار خواهد شد. امیدواریم با حضور شما، دیداری تازه کنیم و سال نو را با شادی در کنار هم آغاز کنیم.

● گام فشرده ی مدیریت بر خشم با کارشناسی خانم فرحناز مددی طی دو جلسه ی ۳ ساعته در روزهای ۱۳ و ۱۴ بهمن به دعوت انجمن دوستدار کودک و گروه راه دور شازده کوچولو در شهرستان شاهرود برگزار شد. حدود ۴۰ نفر از مربیان مهد ، مادران و پدران در این دوره شرکت فعال داشتند. برگزار کنندگان این دوره زحمت بسیاری برای ایجاد شرایط مناسب برای برگزاری این دوره کشیده بودند که از این طریق از یکایک آن ها سپاسگزاری می کنیم و امیدواریم هر چه پر توان تر به تلاش خود ادامه دهند. همچنین به دلیل نیاز والدین کودک دار یک جلسه پرسش و پاسخ یک ساعته هم طی این دو روز برگزار شد.

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

– روزشمار کودکی، منتشر شد!

با نزدیک شدن سال نو، روزشمار کودکی در "موسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان" منتشر شد.

– نوزادان با نوعی از دانش فیزیک آشنا هستند!

به نظر می رسد که نوزادان به جز نگاه کردن، خوردن، خوابیدن و گریه کردن کار دیگری نمی توانند انجام دهند. اما نتیجه یک پژوهش جدید در دانشگاه میسوری آمریکا نشان می دهد که مغز نوزادان دارای دانشی به نام "فیزیک حسی" است.

گزارش های شما

● گروه سپنتا ۱ با نمایندگی خانم شمسی پور عباسی که در حال مطالعه ی کتاب پدر، مادر، نوجوان هستند در گزارش جلسه ی ۱۶۹ خود به تاریخ ۹۰/۱۰/۲۵ نوشته بودند: "بچه ها از والدین شدیداً الگوبرداری می کنند. رفتارها معمولاً ارثی نیستند بلکه ما آنها را از محیط یاد می گیریم. ممکن است فرزندان در یک خانواده بزرگ شوند ولی بسته به اینکه در خانواده چه موقعیتی دارند و به آنها چگونه نگاه می کنند تربیت های متفاوت و شخصیت های مختلف پیدا می کنند. رقابت میان فرزندان طبیعی است و حوصله ما شرط موفقیت ماست." در این مورد بهتر است به نکته هایی دقت کنیم. بچه ها در سنین کودکی و تا قبل از سنین نوجوانی از والدین الگو می گیرند و در سنین نوجوانی تاثیر همسالان مهم است.

● گروه سپنتا ۲ (مهر رضا) با نمایندگی خانم فرحناز قربانی که در حال مطالعه ی کتاب رشد و محیط مناسب هستند در گزارش جلسه ی خود نوشتند: "مادری گفت که فرزندش برای رفتن به مدرسه دیر آماده می شود و مادر مدام به او تذکر می دهد که زود باش! افراد گروه به این مادر گفتند که بعضی اوقات به او کاری نداشته باشید و بگذارید دیر شود ،از سرویس جا بماند و یا این که دیر به مدرسه برسد ، مسئول سرویسش به او تذکر می دهد و مسئولین مدرسه هم همین طور و او پیامد کار خود را می فهمد ." در این جا لازم است یادآوری کنیم که راه حل هایی که ما در زندگی به کار می بریم ممکن است در خانواده ی

دیگری جوابگو نباشد. با توجه به بافت هر خانواده (به لحاظ فرهنگی، اعتقادی، اقتصادی و...)، ویژگی های فردی افراد خانواده و عوامل زیاد دیگری که باعث تفاوت های هر خانواده با دیگری می شود، نمی توان هر راه حلی را برای همگان توصیه کرد. بنابر این ما در جلسه ها سعی می کنیم که به عنوان گوینده، تجربه های خود را در اختیار دیگران قرار دهیم نه این که به آن ها راه کار بدهیم. ممکن است راه کار ما خانواده ای را به دردسر بیندازد. در مثال گفته شده اگر شرایط مدرسه ی فرزندان مادرانی که راه کار دادند با آن مادری که فرزندش دیر می کند متفاوت باشد، می تواند عواقب بدی برای او داشته باشد. به عنوان شنونده نیز بهتر است همه ی تجربه ها را بشنویم و با توجه به شرایط و ویژگی های فرزندان و خانواده ی خود راهی را انتخاب کنیم که مناسب ما است.

● گروه شازده کوچولو با نمایندگی خانم گوهر تاج طالبی از شهر شاهرود که در حال مطالعه ی "کتاب چگونه با فرزند خود رفتار کنیم؟" هستند در گزارش جلسه ی یازدهم خود به تاریخ ۹۰/۱۱/۱۲، چنین نوشته اند: "لازم است بسته به شرایط و نیازهای کودک از او شنوایی داشته باشیم ولی قبل از آن نیازهای اصلی را از خواسته های کاذبش جدا کنیم." نکته ی اول این است که بهتر است به جای شنوایی داشتن از فرزند، بگوییم انعطاف داشته باشیم. یعنی در شرایطی که نیاز است از بعضی خطاهای او بگذریم و از خودمان انعطاف نشان دهیم و روی حرفی که زدیم پافشاری بی مورد نکنیم. این دو نکته با یکدیگر تفاوت دارد و به نظر می رسد که با حرف شنوی زیاد از فرزند به سوی فرزند سالاری می رویم که در جای خود ضعف در تربیت به شمار می رود. نکته ی دوم مربوط به تمایز نیازها از خواسته ها است. ابتدا ما باید نیازهای اصلی کودک را بشناسیم (که خود نیازمند شناخت ویژگی های کودک به شکل عام و خاص است) و آن ها را از خواسته ها تفکیک کنیم. پس از آن به این پردازیم که کدام خواسته درست است و با شرایط ما مناسب و کدام یک نیست.

پرسش و پاسخ

س- اگر نباید فرزندان خود را با کسی مقایسه کنیم، چه معیار یا الگویی را به فرزندانمان معرفی کنیم تا بدانند از چه

الگوی صمیمی باید تبصیت کند؟

پ- زمانی که صحبت از این می کنیم که مقایسه رد است باید بدانیم که این نکته کاملا و در هر شرایط سنی رد است. اگر ما ویژگی های فرزند خود را بشناسیم (ویژگی های فرزندمان به شکل خاص و ویژگی های سنین کودکی و نوجوانی به شکل عام)، علایق و استعدادها، توان و ظرفیت و محدودیت های او را خواهیم شناخت و می توانیم به شیوه ی درست (غیر مستقیم و متناسب با سن و درک او) این شناخت را نیز به فرزندانمان انتقال دهیم تا بدانند که در چه چیزهایی توانایی و استعداد دارد. به این ترتیب نیازی برای مقایسه او با کسی یا چیزی وجود نخواهد داشت. پس از بالابردن آگاهی های خود متوجه می شویم که هر فردی موجودی منحصر به فرد و خاص است که اصلا نمی توان او را با کسی مقایسه کرد و فقط با میزان تلاش، زحمت و پیشرفت خود او سنجیده و مقایسه می شود. مهم این است که بدانیم با فراهم کردن محیط مناسب برای رشد فرزند می توانیم این امکانات را برای پیشرفت او و بروز استعدادهایش فراهم نماییم. می توانیم با معاشرت با افرادی که تعادل در افکار، رفتار و عواطف دارند و از نظر ما سالم هستند- به شکل غیر مستقیم- الگوی خوبی در اختیار فرزندانمان قرار دهیم. در این معاشرت ها فرزندانمان فرصت این را پیدا می کنند تا با انسان های خوب آشنا شوند و الگوهای مناسب را بشناسند همچنین رفتار و باورهای صحیح والدین که به شکل طبیعی در زندگی جاری باشد نیز می تواند الگویی مناسب باشد. اگر بتوانیم کتاب هایی در اختیار آن ها بگذاریم که شرح حال زندگی افراد برجسته و کوشا در آن باشد یا با هم فیلم هایی درباره ی زندگی بزرگان و افراد معروف ببینیم و پس از آن با هم گفتگو کنیم نیز می توانیم الگوهای مناسب در اختیار آن ها قرار دهیم.

س- چرا در بعضی از خانواده ها با توجه به اینکه والدین نظم را کاملا رعایت می کنند ولی فرزندان تمایلی به نظم

آموزی ندارند؟ یعنی اگر تمام موارد برای نظم آموزی در فرزندان توسط والدین رعایت شود ولی باز کودک به برقراری

نظم توجه و علاقه نشان ندهد، والدین چه باید بکنند؟

پ- در اینجا یادآور می شویم که به عنوان والدین آگاه ، در ابتدا باید بدانیم که نظم چیست ؟ با توجه به تعریف نظم- قرار دادن هر چیز سر جای خودش و انجام دادن هر کار در زمان خودش- می توانیم بفهمیم که هر خانواده ای الگو و تعریف خود را از نظم دارد که با خانواده ی دیگر می تواند متفاوت باشد. از آن هم فراتر، در یک خانواده و از نظر افراد آن خانواده نیز نظم می تواند اشکال گوناگونی داشته باشد. با توجه به این ویژگی و دقت در این نکته که آیا ما واقعا نظمی را که به آن معتقدیم رعایت می کنیم یا نه، می توانیم نظر بدهیم که فرزندمان منظم است یا نه؟ گاهی ما نظم و انضباط را یکی می دانیم. باید تعریف هر کدام را بدانیم و تعریف از نظم را هم بدانیم و باتوجه به درک و نیاز بچه ها ، انتظار نظم و انضباط را داشته باشیم. نظم بیش از اندازه که به سخت گیری منجر شود، یادگیری را کم می کند. در هر صورت نیاز است که ما همواره آن گونه رفتار کنیم که به آن معتقدیم و دقت نماییم که چیزهایی را از فرزندمان نخواهیم که خود انجام نمی دهیم. توجه به سن فرزند نیز عامل مهم دیگری در این مورد است. در کودکان باید بدانیم که با رعایت نظم توسط ما آن ها به تدریج این نکته را می آموزند و نه یک باره، پس برای رسیدن به نتیجه عجله نکنیم . از طرف دیگر کودک نیاز دارد که برای رشد و یادگیری ، اشیا را از نزدیک ببیند و آن ها را لمس کند بنابر این باید هر لحظه آن چیزی که نیازش است در دسترسش باشد. در سنین نوجوانی نیز با توجه به رشد اجتماعی و ذهنی نوجوان، مقداری بی نظمی طبیعی است و نباید آن را غیر معمول بدانیم و فکر کنیم که همواره نوجوان این گونه می ماند. پس توجه به ویژگی های هر سنی به ما کمک می کند تا دلایل بروز رفتارها را در فرزندمان بشناسیم و بدانیم بسیاری از آن ها طبیعی و گذرا است.

س- آیا این بحث آموزش غیر مستقیم برای کودکان بالای هفت سال نیز صدق می کند و یا باید به شیوه دیگر عمل

کرد ؟

پ- بله صدق می کند. اگر دقت کنیم در هر سنی این روش مناسب تر است. تنها در آموزش افراد بزرگسال که با توجه به نیاز خاص و محدودیت زمانی که دارند و برای آموزش مورد مشخصی به مراکز آموزشی مراجعه می کنند، روش آموزش مستقیم بیشتر جوابگو است که روش های خود را دارد. در غیر این صورت شیوهی آموزش غیر مستقیم و آن هم از طریق فراهم کردن محیط مناسب برای رشد همه جانبه در کودک و نوجوان ، مناسب ترین شیوه است. آموزش غیرمستقیم در زندگی طبیعی و در بستر زندگی اتفاق می افتد و همیشگی است اما از سن ۷ سالگی آموزش رسمی همیشه غیرمستقیم اتفاق نمی افتد.

س- آیا می توان کامپیوتر را در اتاق کودک قرار داد یا خیر ؟

پ- پاسخ به این سوال به عوامل متعددی بستگی دارد. توجه به سن فرزند که آیا در سنین کودکی و نوجوانی است یا در سنین جوانی، شیوهی آموزش ما به فرزند به لحاظ چگونگی استفادهی صحیح از کامپیوتر وسایر ابزارها ی آموزشی، خصوصیات فردی او ، ارزش ها و اعتقادات خانواده، میزان نزدیکی و صمیمت والدین با فرزند و اعتماد دو طرفه ، امکانات مادی مانند امکان مالی یا محیط خانه از نظر فضای کافی و عوامل دیگری از این قبیل، می تواند در تصمیم گیری ما موثر باشد. ولی در کل بهتر است کامپیوتری که فرزند ما (به خصوص در دوران کودکی) با آن کار می کند در جایی باشد که در دیدرس ما قرار دارد و می توانیم همواره فعالیت های او را تحت نظر داشته باشیم و از حالت فردی و اختصاصی خارج شود تبدیل به وسیله ای عمومی برای خانواده بشود تا ساعت کمتری به او اختصاص پیدا کند. اگر این مراقبت نیز به شیوه ی غیر مستقیم و در فضای دوستانه و دور از پرخاشگری انجام گیرد ، بهتر است.

س- در مقابل علاقه شدید فرزندان به تماشای تلویزیون چه باید بکنیم ؟ یعنی والدین چه مهارتهایی را باید بیاموزند

تا جایگزین مناسبی به جای تماشای فیلم و کارتون بیابند که برای فرزندان جذابیت کافی و لازم را داشته باشد ؟

پ- مهارت در یافتن جایگزین های مناسب برای فرزندمان امری ضروری است. برای به دست آوردن این مهارت باید اطلاعاتمان را در زمینه ی رفتار با کودک و نوجوان بالا ببریم ؛ ویژگی ها و نیازهای فرزندمان را در سنین متفاوت بشناسیم، ویژگی های رفتار مناسب، ایجاد محیط مناسب، تشویق های مناسب را بدانیم. خصوصیات فردی، میزان درک ، توان و ظرفیت فرزند ، استعداد و علایق او را بشناسیم. روش های مناسب ارتباط گیری و اعتماد سازی را بیاموزیم. تلاش کنیم خود را به روز

کنیم و فاصله‌مان را با مسایل فرزندان و جامعه‌ی امروزی کم تر کنیم تا بتوانیم علاقه‌ی نسل حاضر را بهتر درک کنیم و خیلی از آن‌ها فاصله نگیریم. به تکنولوژی و به‌کارگیری آن تا حدی آشنا شویم تا بتوانیم در مواردی اظهار نظر کنیم تا از نظر فرزندانمان بی اطلاع و غیر موجه جلوه نکنیم. با توجه به این نکات می‌توانیم جایگزینی که برای فرزندانمان جذاب باشد، پیدا کنیم.

س- اگر کودکان وظایف و مسئولیت‌های مربوط به خود را انجام ندهند والدین چه عکس‌العملی باید نشان بدهند ؟

و در مقابل کند کاری کودکان والدین چه کارهایی باید انجام بدهند؟

پ- ابتدا باید علت را جستجو کنیم. توجه به عوامل مختلف در علت یابی بسیار مهم است. برای این که مسئله‌ای را حل کنیم باید در جستجوی بیش از یک علت باشیم تا بتوانیم به نتیجه برسیم. برای مثال در مورد سپردن کارها به کودکان می‌توانیم بگوییم یک علت ممکن است این باشد که مسئولیتی که به کودک دادیم متناسب با سن او نیست. یعنی فرزندان نمی‌توانند به خوبی از عهده‌ی آن برآید. پس انتخاب ما اشتباه بوده است. شاید خواسته‌مان را واضح و متناسب با درک او بیان نکردیم و کودک منظور ما را درک نکرده است. شاید مسئولیتی که بر عهده‌ی او گذاشتیم متناسب با علاقه و سلیقه‌ی وی نیست. تمام این نکته‌ها می‌توانند موجب دلزدگی و بی‌زاری کودک از انجام کاری باشد که به او محول کردیم و به مرور باعث تنبلی و بی‌قیدی او گردد. دقت کنیم زمانی که می‌خواهیم مسئولیتی به کودکمان بدهیم، از کارهای کوچک و مورد علاقه‌ی او شروع کنیم تا بتواند به راحتی از عهده‌اش برآید و احساس خوبی از به پایان رساندن آن داشته باشد. صبر و حوصله‌ی کافی به خرج بدهیم. کودکان به ورزیدگی بزرگسالان نیستند و نمی‌توانند کارها را به سرعت آنان انجام دهند. اگر به این دلیل کارها را از دست کودک بگیریم یا به جای او آن‌ها را انجام دهیم، باعث کم شدن اعتماد به نفس کودک می‌شویم و در یادگیری‌های بعدی او اختلال ایجاد می‌کنیم. در عین حال گاهی کمک کردن به کودک برای انجام بعضی از کارها اثر خوبی دارد و سبب می‌شود کودک حس کند از حمایت والدین خود برخوردار است و حس اعتمادش به والدین بیشتر می‌شود. در نهایت اگر توانایی‌ها کودک را دست کم بگیریم و یا در مسیر درست هدایت نکنیم نیروی او در جهت نادرست و تخریبی مصرف می‌شود و به ضرر همه خواهد بود. برای درک بهتر مطلب به بخش "سپردن کار به کودکان" از ص ۶۱ تا ۶۷ و از کتاب "چگونه با فرزند خود رفتار کنیم؟" مراجعه نمایید.

درخواست

- از نماینده‌ی گروه رنگین کمان خانم درویش درخواست می‌کنیم در مورد نوشتن شماره‌ی جلسات دقت بیشتری نمایند و به جای نوشتن گزارش‌ها در excel برگه‌ی گزارش نویسی را در word بنویسند.
- از نماینده‌ی گروه شازده کوچولو خانم گوهر تاج طالبی درخواست می‌کنیم در نوشتن شماره‌ی گزارش جلسات دقت بیشتری نمایند. گزارش‌های این ماه شماره‌گذاری‌های مرتبی نداشت و این مسئله باعث اختلال در استفاده از گزارش می‌شود.
- از نماینده‌ی گروه سپنتا ۲ (مهر رضا) درخواست می‌کنیم از برگه‌ی گزارش نویسی برای نوشتن و ارسال گزارش‌ها استفاده کنند.

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