

پیک مام ویژه‌ی راه دور

شماره‌ی سی و نهم - تیر ۱۳۹۱

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.

گزارش‌های دریافت شده در این ماه

از هفته‌ی آخر خرداد ماه تا هفته‌ی آخر تیر ماه ۹۱ از گروه‌های زیر گزارش‌هایی دریافت شده است:

- سپنتا ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم فرحناز قربانی، ۳ گزارش ● خورشید، تهران، نماینده‌ی گروه خانم پروانه ذوقی، ۴ گزارش ● شازده کوچولو، شاهرود، نماینده‌ی گروه خانم الهام طالبی، ۳ گزارش ● سپنتا ۲ (مهر رضا)، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم فرحناز قربانی، ۴ گزارش ● بانوان فعال ادبی، نماینده‌ی گروه خانم فریده کاربانی، ۱ گزارش ● طراوت، بابل، نماینده‌ی گروه خانم معصومه عبدی، ۲ گزارش ● ترانه بهاری، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم ماندانا زحمتکش، ۳ گزارش

خبرها

● معلولان و سالمندان و دسترسی در فضاهای زیستی

روز سه‌شنبه ۹۱/۳/۲ در یک نشست مشترک با شرکت مهندسان مشاور گزینه، به بررسی مسایل معلولان و سالمندان درباره‌ی فضاهای زیستی و مناسب‌سازی آن‌ها برای دسترسی معلولان و سالمندان، پرداختیم. این نشست با حضور دوستان زیر و نمایندگانی از موسسه مادران امروز و شرکت گزینه برگزار شد: خانم فاطمه مینوکه - مسئول انجمن جهان‌دیدگان شاد، خانم دکتر هنگامه صابری - نایینا - استاد دانشگاه یورک در کانادا و فعال حقوق معلولین، خانم محبوبه خلو - معلول حرکتی - فعال حقوق معلولین، آقای سهیل معینی - نایینا - روزنامه‌نگار و فعال حقوق معلولین، آقای علی صابری - نایینا - وکیل دادگستری و فعال حقوق معلولین، خانم سیف از موسسه افراد با افت شنوایی و موسسه مادران امروز امیدوار است که چنین نشست‌هایی در ترویج حمایت از معلولان و سالمندان و ایجاد فضاهای مناسب خانگی و شهری برای رفاه این عزیزان موثر واقع شود.

● روز ۲۱ تیر روز بدون نایلکس

روز ۲۱ تیر روز بدون نایلکس با شعار "امروز یک کیسه پلاستیک کمتر"، از سوی شهرداری اعلام گردیده است. برای حمایت از این طرح، ضمن اطلاع‌رسانی هر چه بیشتر درباره‌ی آن، روز ۲۱ تیر با کیسه‌های پارچه‌ای به خرید رفتیم.

● برنامه ی مهارت های زندگی در قائم شهر

روزهای پنجشنبه ۲۲ و جمعه ۲۳ تیر ماه از ظرف موسسه ، برنامه ی مهارت های زندگی برای نوجوانان گروه سنی ۱۲ تا ۱۵ ساله در قائم شهر اجرا شد . این برنامه به دعوت مهد کودک مهر رضا با مدیریت سرکار خانم قربانی و با کارشناسی سرکار خانم مرضیه شاه کرمی برگزار شد . لازم به ذکر است قسمت دوم این دوره، در روزهای پنجشنبه ۵ و جمعه ۶ مرداد در قائم شهر و با کارشناسی سرکار خانم مرضیه شاه کرمی برگزار خواهد شد.

● برگزاری کارگاه جدید تک فرزندی

به تازگی کارگاه جدید تک فرزندی به مجموعه کارگاه های موسسه اضافه شده. این کارگاه قرار است چهارشنبه ۹۱/۴/۲۸ از ساعت ۹-۱۲ در موسسه مادران امروز با کارشناسی خانم مریم احمدی اجرا شود.

● برگزاری کارگاه جدید بازی کودک و والدین

کارگاهی با عنوان بازی کودک و والدین (اجرای فعالیت های مشترک فرزندان و والدین در قالب بازی) با هدف تقویت پرورش مهارت های جسمی، ذهنی فرزندان برای گروه سنی ۷-۱۲ سال در تاریخ ۹۱/۶/۱ از ساعت ۴-۷ بعدازظهر در موسسه مادران امروز برگزار می شود. فعالیت های این کارگاه شامل اریگامی (کاغذ و تا)،نخ بازی، پانتومیم و ... است.

● سخنرانی فصلی مرداد ماه با موضوع "دیابت و پیشگیری در همه ی گروه های سنی" و کارشناسی سرکار خانم دکتر ترمه نوروزی (مدرس ارشد انجمن دیابت گابریک) ، در تاریخ ۹۱/۵/۳ ، از ساعت ۹ تا ۱۱ صبح ، در موسسه برگزار می شود.

● موسسه و نشر مادران امروز در نمایشگاه پارس خودرو

موسسه و نشر مادران امروز به دعوت معاونت توسعه ی منابع انسانی و پشتیبانی شرکت پارس خودرو ، در نمایشگاهی که به منظور اطلاع رسانی به کارکنان و پیشگیری از آسیب اجتماعی اعتیاد از تاریخ ۱۹ تا ۲۷ تیر برگزار شد، شرکت کرد . کتاب های نشر مادران امروز به دلیل سادگی ، کاربردی بودن و قابلیت استفاده توسط خانواده ها، مورد توجه ویژه ی بازدیدکنندگان قرار گرفته است.

● به تازگی کارگاه جدید "تک فرزندی" به مجموعه کارگاه های موسسه اضافه شده. این کارگاه در روز چهارشنبه ۹۱/۴/۲۸ از ساعت ۹-۱۲ در موسسه مادران امروز با کارشناسی خانم احمدی اجرا شد.

● تعطیلات تابستانی موسسه

موسسه مادران امروز از تاریخ ۹۱/۶/۴ تا ۹۱/۶/۹ تعطیل است .

● گزارش ویژه

در سال ۱۳۹۰ موسسه موفق به تشکیل اولین اکوتیم خانوادگی در ایران و اجرای آزمایشی آن شد. اکوتیم خانوادگی به گروهی از خانواده ها گفته می شود که حول محور محیط زیست به منظور ایجاد تفکر و حساسیت نسبت

به موضوع، آموزش های عملی می بینند و آن ها را در زندگی خانوادگی خود به کار می برند و نتایج را با هم در میان می گذارند. در این برنامه که با کوشش گروه محیط زیست موسسه اجرا شد، افراد خانواده های تشکیل دهنده ی اکوتیم نسبت به مصرف خود در زمینه آب، انرژی، میزان تولید زباله، خرید مایحتاج خانه و ... به اهمیت شیوه زندگی خود حساس شده و تاثیرات آن را بر محیط زیست و سلامت خود، بررسی کردند. نمایشگاه دست آوردهای اولین اکوتیم خانوادگی، در روز پنجشنبه اول تیرماه نود و یک در محل موسسه، برگزار شد. در این نمایشگاه عکس ها، دست ساخت ها و سایر تجربه های اکوتیم خانوادگی در معرض نمایش گذاشته شد و اعضای گروه محیط زیست موسسه به توضیح چگونگی شکل گیری آن ها برای بازدید کنندگان پرداختند. در این مراسم تقدیر نامه هایی نیز به رسم یادبود به خانواده های مشارکت کننده در اولین اکوتیم خانوادگی، اهدا شد. در پایان نمایشگاه جلسه ای با شرکت گروه محیط زیست موسسه، خانواده های شرکت کننده در اکوتیم، به منظور تبادل نظر برای برنامه های آینده، تشکیل شد.

پرسش و پاسخ

س - چه کنیم تا انگیزه های درس خواندن در فرزندانمان را بالا ببریم؟

پ- برای پاسخ کامل به این سوال باید درباره ی مطالب زیادی صحبت کرد که در این فرصت نمی توان به همه ی آن ها پرداخت. ولی در کل دانستن این نکته خوب است که کارهایی که از زمان کودکی با فرزندان انجام می دهیم کمک زیادی به ایجاد انگیزه های یادگیری در سنین مدرسه می کند. از جمله کتاب خواندن برای کودک، کتاب خواندن در حضور کودک، اهمیت دادن به مطالعه و یادگیری در خانواده و آن را جزئی از ارزش ها دانستن، دنبال چراها گشتن و دادن پاسخ های صحیح و درست به سوال های کودک با صبر و تحمل، بازدید از موزه ها و جاهای تاریخی و گفتگو در باره ی آن ها و مراجعه کردن به کتاب های مربوط به آن و بسیاری از کارهای دیگر وجود دارند که می توان در این رابطه به کار گرفت. ولی در مجموع اهمیت دادن به یادگیری و رواج تفکر علت یاب و تقویت ذهن پرسشگر، از کودکی می تواند انگیزه های یادگیری را در آن ها تقویت کند. اگر کودک جواب چراهای خود را بگیرد و یا تلاش برای یافتن پاسخ را از طرف والدین و مربیان ببیند و لذت یادگیری بدون اجبار و فشار را درک کند، به خودی خود دنبال یادگیری خواهد رفت. ولی اگر چیزهایی که به او می آموزیم (در هر سنی) مناسب سن و علاقه و توان او نباشد، از یادگیری هرگز لذت نمی برد و به دنبال آن نخواهد بود چه رسد به درس های مدرسه که می تواند جنبه ی اجباری زیادتری به خود بگیرد و باعث دلزدگی نوجوان از آموختن و خواندن شود. علاوه بر این، سخت گیری بی دلیل در تضاد قراردادن یادگیری با تفریح و شرایط نامناسب برای یادگیری، می تواند انگیزه را کم و برعکس عواطف مثبت یادگیری را افزایش می دهد.

گزارش های شما

● گروه سپنتا ۱ از قائم شهر به نمایندگی خانم فرحناز قربانی، در حال مطالعه ی کتاب "پدر، مادر، نوجوان" هستند. این گروه در گزارش جلسه ی ۱۸۲ خود در تاریخ ۹۱/۳/۷ نوشته اند: "نوجوانی که احساس گناه می کند هیچ گاه مسئولیت کار خود را به عهده نمی گیرد. در واقع این احساس گناه همیشه با او همراه است و در پی تغییر اوضاع بر نمی آید." این نکته را می توان به

عنوان یکی از نتایج احساس گناه مشاهده کرد. رفتارهای دیگری نیز می توان در این گونه موارد دید. برای نمونه وقتی نوجوان همه ی تقصیرها را به گردن می گیرد و فکر می کند که اوست که همواره اشتباه می کند و علت پیش آمدن تمام مشکلات از جانب اوست ، یکی از این رفتارها است. این حس در دراز مدت باعث کم شدن اعتماد به نفس و احترام به خود در نوجوان می شود و مشکلات زیادی می تواند برای او به همراه داشته باشد. به طور کلی به دنبال مقصر گشتن در هر اتفاقی و نه علت واقعی آن پدیده، و نسبت دادن ناعادلانه ی آن به دیگران یا فرزندانش می تواند این حس را در نوجوان ایجاد کند. از طرف دیگر اگر به نوجوان فرصت بیان عقاید و افکار منفی او را ندهیم (مثل حس او به خواهر یا برادر کوچک تر) می تواند خود باوری نوجوان را کم کند و بنای چنین رفتاری را بگذارد. بنابر این بهتر است مراقب رفتارها و قضاوت کردن هایمان باشیم تا باعث بروز چنین مسایلی نشویم.

نظرها ، پیشنهادهای و تجربه ها

گروه خورشید از تهران با نمایندگی خانم پروانه ی ذوقی در حال مطالعه ی دوره ی رفتار با نوجوان (۱۰ جلدی ارتباط بین دو نسل) هستند. این گروه در گزارش جلسه ی ۲۲ خود در تاریخ ۹۱/۴/۲۱ در مورد تاسیس کتابخانه ای در گروه صحبت کردند. به این شکل که در ابتدا مبلغی برای خرید کتاب گذاشته می شود و یک نفر مسئول خرید کتاب ها می شود . پس از آن هر ماه مبلغی توسط اعضای گروه پرداخت می شود و مسئولیت نگهداری این پول و گردش کتاب ها بین اعضای گروه با نماینده ی گروه است. این تصمیم به دنبال علاقه ی اعضای گروه به مطالعات جانبی و گفتگو با یکدیگر در باره ی آن ها گرفته شد. همچنین مادران در این گزارش از تجربه های خود گفته اند. مادری گفتند: فرزند نوجوانش در مورد مسئله ای با او شروع به صحبت کرد و مادر فوراً کاری را که در دست داشت کنار گذاشت و با دقت به صحبت های او گوش داد . نتیجه آن شد که فرزندش گفت که چقدر از این گفتگو لذت برده است و از اهمیتی که مادر به او داده و با این کار مانع از تبدیل گفتگوها به جر و بحث شده است، راضی و خوشحال است. مادر دیگری گفت از وقتی که در این جلسات شرکت کرده است آن چنان تغییراتی در او پیدا شده است که فرزندانش گفته اند که آن ها نیز دوست دارند در این جلسات شرکت کنند.

درخواست

از نمایندگان گروههایی که یک سال از پرداخت عضویت سالانه شان می گذرد ، درخواست می شود برای عضویت مجدد سالانه ی گروه خود اقدام نمایند.

تشکر

● از نماینده ی گروه "ترانه ی بهاری" ، خانم ماندانا زحمتکش و گروه "خورشید" خانم پروانه ذوقی ، برای گزارش های کامل و خوبشان تشکر می کنیم. گزارش ها بسیار کاربردی و قابل استفاده بودند و ما را در جریان سیر مطالعاتی جلسه ها قرار دادند.

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