

### 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.

### گزارش‌های دریافت شده در این ماه

از هفته‌ی سوم فروردین ماه ۸۸ تا هفته‌ی سوم اردیبهشت ماه ۸۸ (۸۸/۲/۲۲) از گروه‌های زیر گزارش‌هایی دریافت شده است:

گروه ترانه بهاری ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم ماندانا زحمتکش، ۴ گزارش  
گروه ترانه بهاری ۲، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم فرحناز قربانی، ۳ گزارش  
گروه بوعلی ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم خدیجه جعفری، ۴ گزارش  
گروه بوعلی ۲، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم آسیه شریعتی، ۵ گزارش  
گروه زیتون ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم آسیه شریعتی، ۴ گزارش  
گروه زیتون ۲، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم آسیه شریعتی، ۳ گزارش  
گروه قاصدک، کله بست، نماینده‌ی گروه خانم نیره حاجی آقاپور، ۱ گزارش  
گروه مهر ۳، بابل، نماینده‌ی گروه خانم نسرين ذبیحیان، ۷ گزارش  
گروه مادران پیشرو، قم، نماینده‌ی گروه خانم حورا عزیززی، ۲ گزارش  
گروه یاریگران موسسه (گروه ۷)، تهران، نماینده‌ی گروه‌ها خانم‌ها فاطمه عرفانیان، فریبا مقدس‌زاده، افسانه حسن‌زاده، فرخنده صادق پور، سهیلا طاهری، معصومه جمالی‌زاده و منیژه محمد زاده از هر گروه یک گزارش.

### خبرها

- با کمال تأسف اطلاع یافتیم که خانم آرزو درودیان از گروه بهاران ۲ - ساری، پدر عزیز شان را از دست داده اند. برای ایشان و سایر اعضای خانواده‌شان آرزوی سلامتی و تندرستی داریم.
- امسال موسسه در بیست و دومین نمایشگاه بین‌المللی کتاب، انتشارات خود را با همراهی "انتشارات پیک ادبیات" عرضه کرد.
- مراسم روز جهانی خانواده با مشارکت موسسه و ۸ سازمان دیگر در تاریخ پنجشنبه ۸۸/۲/۲۴ در سالن اجتماعات انجمن حمایت از عقب ماندگان ذهنی، برگزار شد.
- یک حرکت ابتکاری در کانون هموفیلی با کمک گروه بازی انجام شد. این گروه با انجام بازی‌های مناسب، فرزندان مادرانی را که برای شرکت در جلسه‌های آموزشی در تاریخ ۸۸/۲/۷ و ۸۸/۲/۱۴ آمده بودند، سرگرم کردند. این حرکت کمک بزرگی به برگزاری جلسه‌ی مادران بود.

- در تاریخ ۸۸/۲/۱۳ در خیریه‌ی حضرت فاطمه زهرا (س) برای تشویق ۳ تن از مادرانی که در جلسه‌های راه دور شرکت می‌کنند، توسط مسولان خیریه، بن خرید داده شد.
- اعضای گروه راه دور تهران که در مطب خانم فاطمه قاسمی گرد هم می‌آیند، در تاریخ ۸۸/۲/۱ در جلسه‌ی ماهانه‌ی موسسه با موضوع "خانواده و امتحانات" شرکت کردند.
- دو نفر از اعضای گروه راه دور، خانم‌ها فرخنده صادق‌پور و منصوره فرداد برای برگزاری مراسم سخنرانی با عنوان "ضرورت آموزش خانواده" و "جلسه‌ی توجیهی اولیه‌ی" گروه متقاضی دوره‌ی "رفتار با کودک" به شهر گچساران در استان کهگیلویه و بویر احمد رفتند. سفر این افراد از تاریخ ۸۸/۲/۱۶ تا ۸۸/۲/۱۸ به طول انجامید. مراسم سخنرانی در سالن اجتماعات هلال احمر شهر و با حضور ۱۲۰ نفر از علاقه‌مندان و نیز جلسه‌ی توجیهی اولیه با حضور ۲۵ نفر از متقاضیان دوره‌ی رفتار با کودک برگزار شد. بعد از اجرای این برنامه‌ها گروه دیگری متقاضی دوره‌ی "رفتار با نوجوان" شدند. از خانم جعفریان و مسئولان هلال احمر این شهر برای همکاری در این برنامه‌ها سپاسگزاریم.
- گروه بوعلی ۲ در تاریخ ۸۸/۱/۱۹ برنامه‌ی دید و بازدید نوروزی را در منزل خانم افروز رضایی، که به دلیل بیماری MS قادر به حضور در جلسه نمی‌باشند، برگزار کرده‌اند. این برنامه با خواندن شعر و متن‌های ادبی پربارتر شد. ضمن آرزوی بهبود حال ایشان امیدواریم تا شماره‌ی بعدی پیک مام ویژه‌ی راه دور گزارش مفصل‌تری از چگونگی این برنامه داشته باشیم.

● خانم مریم احمدی در روزهای ۸۸/۲/۲۰ و ۸۸/۲/۲۱ سفری به شهر رفسنجان در استان کرمان داشتند. در این سفر سه سخنرانی به مناسبت روز جهانی خانواده و یک نشست برگزار شد. همچنین از دو کتاب فروشی شهر برای اطلاع از وضعیت کتاب برای خانواده‌ها، بازدید شد.

سخنرانی اول در مجموعه‌ی آموزشی دخترانه‌ی فرهنگیان با موضوع تعامل با نوجوان در خانواده، سخنرانی دوم در موزه‌ی ریاست جمهوری با حمایت دانشگاه ولی عصر با موضوع نقش و مسئولیت‌های خانواده در جامعه و خانواده‌ی متعادل. سخنرانی سوم در مدرسه‌ی راهنمایی پسرانه‌ی درخشان با موضوع خانواده و امتحانات و یک نشست با اعضای گروه راه دور (گروه یاران) و همسرانشان درباره‌ی ضرورت آموزش خانواده و پرسش و پاسخ درباره‌ی کار راه دور بود. گفتنی است گروه یاران اقدام به یک حرکت ابتکاری کرده است و آن هم ایجاد گروه‌های کودک و نوجوان در جوار گروه راه دور است. در این گروه‌ها کودکان و نوجوانان اعضای گروه به تمرین مهارت‌های زندگی می‌پردازند. از خانم‌ها مژده بهشتی، لیدا بهرامی و شهلا حاج حسنی که مسئولیت برنامه‌ریزی این سفر را به عهده داشتند، همچنین از آقای دکتر فرزام، خانم کرمی و آقای بشارت که تسهیلاتی برای اجرای برنامه فراهم کردند صمیمانه سپاسگزاریم.

### نظرها، پیشنهادها و تجربه‌ها

گروه ترانه‌ی بهاری ۱، در ارتباط با پیشنهاد گرد همایی سالانه‌ی گروه‌های هر استان پیشنهاد داده‌اند که ابتدا گروه‌های داخل یک شهر با هم تبادل نظر داشته باشند، سپس در استان. این گروه، پیشنهادی می‌کند کتاب ارتباط کلامی در مدرسه‌ها به کار گرفته شود تا نسل آینده با ارتباط صحیح به‌طور بنیادی آشنا شوند.

گروه مهر ۳، پیشنهاد می‌کند سخنرانی‌هایی در صورت امکان رایگان برای گروه‌های بهره‌گیر از راه دور برگزار شود. همچنین CD سخنرانی‌هایی که در تهران برگزار می‌شود، در اختیار آن‌ها قرار گیرد.

دوستان گروه مطب خانم فاطمه قاسمی پیشنهاد کردند که برای هر هفته تمرینی به آن‌ها داده شود. همچنین این گروه پیشنهاد کرده‌اند که می‌خواهند در گام "قصه‌گویی و ضرورت آن" شرکت کنند.

از همه‌ی دوستان گروه‌های راه دور که در مراسم روز جهانی خانواده در تهران شرکت کرده‌اند، سپاسگزاریم.

## پرسش و پاسخ

### س- درباره‌ی نافتن جویدن کودکان و نوجوانان توضیح دهید .

ج- ناخن جویدن ، مکیدن انگشت و رفتارهایی از این قبیل معمولاً نشانه‌ی نوعی ضعف در موقعیت عاطفی کودک است که بررسی آن باید به وسیله‌ی یک مشاور آگاه صورت گیرد . البته چند سفارش در این‌جا ضروری است از جمله این که در این باره کودک را بازخواست نکنید ، زیاد تذکر ندهید و او را به خاطر این کار تنبیه نکنید . بهتر است دنبال علت رفتارش بگردید و ببینید در چه شرایطی بیشتر تکرار می‌شود .  
در ضمن بهتر است به سرگرمی‌های مفید و لذت بخش برای کودک فکر کنید .

### س- مادری درباره‌ی این که فرزندش دوست دارد نهار را (روبروی تلویزیون بفورد و این امر موجب فشم او می‌شود راهنمایی فواسته‌اند .

ج- بعضی از کودکان دوست دارند غذایشان را جلوی تلویزیون بخورند . بهتر است در این باره خشمگین نشوید و سعی کنید غذا خوردن در جمع خانواده را خوشایند کنید . طوری که فرزندتان از این کار لذت ببرد .

### س- با توجه به زندگی امروزی و این‌که پدر و مادر هر دو مجبورند برای تامین هزینه‌های زندگی در بیرون از منزل کار کنند و بیشتر وقت بچه‌ها در مهدکودک یا مدرسه و دور از پدر و مادر می‌گذرد ، با تأثیرات منفی این دوره چه باید کرد؟ والدین چگونه می‌توانند از تأثیرات منفی آن بکاهند ؟

ج- والدین پر مشغله بد نیست ابتدا از خود بپرسند که آیا واقعا باید این مقدار کار کنند ؟ در صورتی که مدت زمان کارشان را نتوانند به هیچ‌وجه کم کنند ، بد نیست کتاب "فرصت‌آفرینی" از انتشارات مادران امروز را مطالعه کنند . در این کتاب راه‌کارهایی برای ایجاد فرصت‌های مناسب برای بودن با فرزند و ایجاد وقت‌های کوتاه و با کیفیت ارایه می‌شود .

### س- موسسه در ازای پرداخت حق بهره‌گیری گروه‌های راه دور چه امکاناتی در اختیار گروه قرار می‌دهد ؟

ج- برای پاسخ به این پرسش بد نیست ابتدا فهرست مختصری از هزینه‌های مربوط به اداره‌ی موسسه مادران امروز را بدانید ، بعد به هزینه‌های مربوط به بخش راه دور آن توجه کنید و این را در نظر داشته باشید که موسسه برای انجام خدمات خود بجز دریافت به ازای خدماتی که ارایه می‌دهد ، راه دیگری ندارد . معمولاً این دریافت‌ها هم نمی‌تواند تمام هزینه‌های آن را جبران کند . در ضمن یک موسسه فقط یک بخش ندارد بلکه ترکیب و هماهنگی بین فعالیت‌های بخش‌های مختلف موسسه ، موجب رشد همه‌ی قسمت‌های آن می‌شود و اگر همه‌ی اجزای موسسه با هم فعالیت نکنند ، هیچ قسمتی نمی‌تواند به خوبی به کار خودش برسد .

### هزینه‌های معمول موسسه

- اجاره ، مالیات ، وجوه قانونی و ...
- حق‌الزحمه‌ی کارشناسان (برای برنامه‌ریزی ، پاسخ‌گویی ، تدوین و تهیه‌ی مطالب ، برگه‌های راهنما ، بررسی نیازها ، ارزشیابی‌ها و ...)
- حق‌الزحمه‌ی کارمندان ( برای انجام امور مربوط به هر بخش ، هماهنگی بین بخش‌ها ، تایپ ، خدمات ، بسته‌بندی ، آماده‌سازی و ...)
- آب ، برق ، گاز ، کاغذ و لوازم‌التحریر ، مواد اولیه ، حمل و نقل ، پیک ، تلفن ، فاکس ، اینترنت ، پرینت ، کپی ، تکثیر و سایر هزینه‌های مصرفی .
- برگزاری مراسم ، بزرگداشت‌ها ، نمایشگاه‌ها ، سفرهای نیازسنجی و ...
- مشارکت در مراسم و نمایشگاه‌ها
- هزینه‌های مربوط به آموزش و آماده‌سازی نیروهای داوطلب
- هزینه‌های مربوط به آموزش و آماده‌سازی نیروهای موظف

## بخشی از هزینه‌های مربوط به راه دور

- برنامه ریزی و تدوین جزوه ها و برگه های راهنما و ...
  - برنامه‌ریزی کار گروه‌ها و نشست‌ها و برنامه‌های خاص
  - تهیه و تدوین پیک مام ویژه‌ی راه دور
  - بررسی گزارش های رسیده و کارشناسی پاسخ به پرسش‌های مطرح شده در گروه
  - کار مربوط به ارتباط مستقیم با گروه‌ها و راهنمایی موردی آن‌ها
  - کار مربوط به فرستادن پیک مام (خبرنامه‌ی عمومی موسسه)
  - کار مربوط به بایگانی و حفظ مدارک و ...
  - کارها و هزینه های مربوط به تلفن ، فاکس ، ایمیل و ...
- در این جا توجه شما را به برخی تخفیف‌ها درباره‌ی راه دور جلب می‌کنیم .
- ۱- میزان دریافت هزینه از سازمان‌ها و نهادها با توافق طرفین و با توجه به شرایط ویژه‌ی هر سازمان و امکاناتی که در اختیار موسسه قرار می‌دهند ، تعیین می‌شود .
- ۲- برای اشخاص ، در صورتی که هر فرد مسئولیت نمایندگی بیش از ۳ گروه را بر عهده بگیرد از ۱۰ تا ۲۰ درصد تخفیف به عنوان تشویق برای آن‌ها در نظر گرفته می‌شود .
- به بقیه‌ی پرسش‌ها در شماره‌ی آینده پاسخ داده خواهد شد.**

## درخواست

- برگه‌ی گزارش نویسی را کامل پر کنید.
- گروه‌هایی که گزارش‌های خود را بوسیله‌ی فاکس می‌فرستند، هر مطلب را زیر عنوان مربوطه ، خوانا و یک خط در میان بنویسند.
- از نماینده‌ی گروه بوعلی ۲ ، زیتون ۱ و زیتون ۲ ، خانم آسیه شریعتی ، در خواست می‌شود که گزارش‌های این گروه‌ها را به آدرس ایمیل راه دور (amoozeshrahedoor@yahoo.com) بفرستند.
- از نمایندگان عزیز گروه‌های بهره‌گیر تقاضا می‌شود جهت تکمیل پرونده‌های اداری گروه‌ها و برای پرهیز از اشتباهات احتمالی ، مواردی که در زیر خواسته می‌شود تهیه و تا تاریخ ۸۸/۳/۱۲ برای بخش راه دور در تهران بفرستند.
- گروه قاصدک ، شهر کله بست ، نماینده خانم نیره حاجی آقاپور، قبض پرداخت حق بهره‌گیری.
- گروه مهر آنا ، رشت ، نماینده خانم زهرا معاف ، فهرست اسامی گروه.
- گروه ترانه‌ی بهاری ۱ ، قائم شهر، نماینده خانم ماندانا زحمت‌کش، ادامه‌ی لیست اسامی و اولین قبض پرداخت حق بهره‌گیری.
- گروه بوعلی ۱ ، قائم شهر ، نماینده خانم خدیجه جعفری ، قبض پرداخت حق بهره‌گیری.
- گروه زیتون ۱ ، قائم شهر، نماینده خانم آسیه شریعتی ، قبض تجدید حق بهره‌گیری سال ۱۳۸۷.
- گروه حکمت ۲ ، بابل ، نماینده خانم مینا متینی ، قبض پرداخت حق بهره‌گیری.
- گروه عارف ، فریدون کنار ، نماینده خانم منیژه باقریان ، قبض پرداخت تجدید حق بهره‌گیری.

کتاب "چه کنیم تا حرف یکدیگر را بهتر بفهمیم" از مجموعه‌ی کتاب‌های کار موسسه منتشر شد. این کتاب به یکی از اختلالات رایج در ارتباطات میان فردی می‌پردازد و با دادن راه‌کارهای عملی و تمرین‌های مناسب ما را برای ارتباط موثر با دیگران آماده‌تر می‌کند. به همه‌ی دوستان پیشنهاد می‌کنیم این کتاب را تهیه و در گروه‌های راه دور مطالعه کنید همچنین کتاب را به دیگران معرفی کنید.

تلفن و فاکس موسسه مادران امروز : ۸۸۷۱۵۴۲۴ - ۸۸۷۲۸۳۱۷

ایمیل راه دور : amoozeshrahedoor@yahoo.com