



### 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، فبر دار شدن از نظرها و پیشنهادها 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 اواخر بهمن تا نیمه‌ی اسفند سال ۸۷، از گروه‌های زیر از طریق ایمیل یا فکس گزارش دریافت کرده‌ایم:

گروه مادران پیشرو، قم، نماینده‌ی گروه: خانم حورا عزیزی، ۴ گزارش، تاریخ ارسال ۸۷/۱۲/۵

گروه یاران، رفسنجان، نماینده‌ی گروه: خانم مژده بهشتی، ۵ گزارش، تاریخ ارسال ۸۷/۱۱/۳۰

گروه ترانه‌ی بهاری ۱، قائمشهر، نماینده‌ی گروه: خانم ماندانا زحمتکش، ۵ گزارش، تاریخ ارسال ۸۷/۱۲/۳

گروه ترانه‌ی بهاری ۲، قائمشهر، نماینده‌ی گروه: خانم فرحناز قربانی، ۲ گزارش، تاریخ ارسال ۸۷/۱۲/۳

گروه بوعلی ۲، قائمشهر، نماینده‌ی گروه: خانم آسیه شریعتی، ۳ گزارش، تاریخ ارسال ۸۷/۱۲/۷

گروه قاصدک، کله‌بست، نماینده‌ی گروه: خانم نیره حاجی آقاپور، ۱ گزارش، تاریخ ارسال ۸۷/۱۱/۱۵

گروه زیتون ۲، قائمشهر، نماینده‌ی گروه: خانم آسیه شریعتی، ۴ گزارش، تاریخ ارسال ۸۷/۱۱/۲۳

### خبرها

- هفتمین گروه راه دور در بخش یاریگران موسسه به نمایندگی خانم **منیژه محمدزاده** در دبیرستان سامان مقدم، منطقه‌ی ۷ تهران آغاز به کار کرد.
- کتاب‌های **ارتباط کلامی** و فرزند خود را برای ورود به مهد کودک آماده کنیم از انتشارات مادران امروز به‌طور رسمی به چاپ سپرده شد.
- پیوست پیک مام - ویژه‌ی گفت‌وگو با استاد **توران میرهادی** درباره‌ی زندگی خصوصی و خانوادگی ایشان، در سالگرد تاسیس شورای کتاب کودک، اسفند ۱۳۸۷، رونمایی شد. موسسه یک نسخه از این ویژه‌نامه را به مناسبت آغاز سال نو به همه‌ی داوطلبان و گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، هدیه داده است. شما نیز می‌توانید با هدیه دادن این ویژه‌نامه، در گسترش فرهنگ تجلیل از خادمان جامعه شرکت کنید. برای تهیه‌ی این ویژه‌نامه با موسسه تماس بگیرید.
- فصلنامه‌ی پیک مام - زمستان ۱۳۸۷ منتشر شد.

- کتاب‌های ارتباط کلامی ، فرصت‌آفرینی ، زمینه‌های تربیت ، رشد و محیط مناسب و ورود به مهد کودک برای بهره‌گیری در گروه‌های راه دور آماده است .
- روز جهانی خانواده در پیش است . ( بیست و پنجم اردیبهشت ماه ) موسسه با همکاری ده سازمان دیگر در حال تدارک مراسم بزرگداشت این روز است .
- از هم‌هی گروه‌های راه دور می‌خواهیم برنامه‌های ویژه‌ی خود را به این مناسبت با ما در میان بگذارند و اگر برای تدارک این روز نیاز به کمک دارند ، به ما اطلاع دهند .
- برخی از گام‌های موسسه برای اجرای فشرده در شهرستان‌ها و برای افرادی که وقت کافی برای شرکت در یک گام معمولی ندارند ، طراحی مجدد شده است. آیین‌نامه‌ی استفاده از این نوع گام‌ها در موسسه موجود است .
- روز سه‌شنبه ۸۸/۱/۱۸ از ساعت ۳ تا ۶ به دیدار نوروزی در موسسه اختصاص یافته است . در آن روز می‌توانید از نمایشگاه کتاب‌های برگزیده و مناسب برای خانواده‌ها نیز دیدن کنید .

### توجه

- بخش راه دور موسسه ، علاوه بر پاسخ به پرسش‌های عمومی شما در پیک راه دور ، به پرسش‌های اختصاصی هر گروه به‌طور مجزا پاسخ می‌دهد .

### نظرها و پیشنهادها

- چند گروه پیشنهاد کرده‌اند که با هم از طریق یک رابط با موسسه در تماس باشند .
- از نظر موسسه چنین کاری اشکال ندارد ، به شرط این که خود گروه‌ها و نمایندگان آن‌ها با هم به تفاهم برسند و برای این کار مقدمات و آیین‌نامه‌های لازم را تدارک ببینید .

### تصحیح

- در پیک راه دور بهمن ماه ، نام سرکار خانم متینی (بابل) اشتباه شده بود ، درست آن خانم مینا متینی است .

### اطلاع

- بزنی از دوستان بهره‌گیر از راه دور ، فوآهان اطلاع از فدمات موسسه برای گروه‌های بهره‌گیر بوده‌اند ، مطلب زیر که ضمیمه‌ی دفترچه‌ی راهنمای بهره‌گیری از راه دور است ، در اینجا دوباره به اطلاع می‌رسد :

#### مسئولیت‌های موسسه در قبال گروه‌های بهره‌گیر از راه دور

- ۱- تدوین راهنمای گروه‌های بهره‌گیر و قرار گرفتن آن در اختیار هر گروه ، در آغاز بهره‌گیری
  - ۲- انتشار پیک مام ویژه‌ی راه دور فقط برای استفاده‌ی گروه‌های بهره‌گیر به منظور ارتباط بیشتر با گروه‌ها در زمینه‌های مختلف مربوط به بهره‌گیری از راه دور
  - ۳- ارتباط مستقیم با گروه‌ها ، دریافت گزارش جلسه‌ها از هر گروه ، پاسخ به پرسش‌ها و ابهام‌های گروه‌ها به صورت ماهیانه در پیک راه دور
  - ۴- رفع اشکال‌ها و ابهام‌های خاص در کارهای آموزشی هر گروه به‌طور اختصاصی
  - ۵- تامین منابع اصلی برای تمام دوره‌ها و موضوع‌های مربوط به راه دور و فرستادن آن‌ها برای گروه‌های متقاضی به‌طور اختصاصی
  - ۶- پیگیری کار هر گروه و تامین منابع لازم برای مطالعات موردی و هدایت جلسه‌های مربوط به مطالعات موردی پس از پایان کتاب‌های اصلی به منظور تقویت و تثبیت اطلاعات کسب شده در طول هر دوره
  - ۷- تشکیل نشست‌هایی به منظور تبادل تجربه با نمایندگان و اعضای گروه‌ها در مناطقی که بیش از ده گروه در آن‌جا مشغول به بهره‌گیری از راه دور هستند
  - ۸- موسسه آماده‌ی هر نوع مشاوره و کمک برای سهولت کار گروه‌های بهره‌گیر از راه دور می‌باشد.
- لازم به ذکر است که شهریه دریافتی از گروه‌های بهره‌گیر از راه دور ، برای تامین بخشی از هزینه‌های مربوط به اجرای بندهای فوق مورد استفاده قرار می‌گیرد .

به دلیل ابتکاری بودن برنامه‌ی راه دور موسسه و نبود زمینه‌ها، سوابق و تجربه‌هایی از این دست، موسسه امیدوار است بتواند با گردآوری نظرها و پیشنهادهای گروه‌های بهره‌گیر و سایر علاقه‌مندان و کارشناسان و اجرای این نظرها و پیشنهادهای، مسئولیت‌های بیشتری برای کارایی و غنای این برنامه بر عهده بگیرد. پس با مشارکت و اظهار نظرهای خود ما را در رسیدن به این هدف یاری کنید.

### پرسش‌های این ماه

**پرسش ۱:** آیا برای این که فرزندان برای رسیدن به رویاهای آینده‌اش تلاش کند، درست است که گاهی او را در شرایطی قرار دهیم که او را به چالش وادارد یا حتی در مالی که شرایط لازم وجود دارد، او را برای رسیدن به خواسته‌اش به تلاش واداریم؟ اگر بله تا چه حد؟

پاسخ: اصولاً زندگی طبیعی و عادی چالش‌هایی را پیش روی فرزندان ما قرار می‌دهد. بهتر است به خودمان بقبولانیم که وظیفه‌ی ما حذف چالش‌ها نیست بلکه آماده‌کردن فرزند است برای رویارویی با موضوع‌ها و پیچیدگی‌های زندگی عادی. در هر حال مصنوعی زندگی کردن فایده‌ای ندارد، بهتر است طبیعی باشید و از امکانات زندگی خودتان به درستی استفاده کنید. اگر امکاناتی دارید، نمی‌توانید به‌طور مصنوعی آن را انکار کنید یا کنار بگذارید. مهم این است که شما با توجه به امکانات و محدودیت‌های زندگی خودتان چه هدف‌ها و برنامه‌هایی دارید. به هدف‌های خودتان برای زندگی با فرزند و دلایل آن فکر کنید. آیا صلاح می‌دانید که همه‌ی امکانات خانواده را در اختیار فرزند قرار دهید تا او به کارهایش برسد یا برای امکانات خانواده برنامه‌های دیگری هم دارید؟ چه برنامه‌هایی دارید؟ اولویت برنامه‌هایتان چگونه است؟ امکانات چه‌گونه تقسیم می‌شود؟ در هر حال درست نیست که یک نفر بدون تلاش و کوشش به هر چه می‌خواهد برسد. اما چگونگی ترغیب فرزند به تلاش برای رسیدن به هدف‌های درست، احتیاج به دانش، تجربه و دقت دارد. در ضمن منظورتان از رویاها دقیق نیست.

**پرسش ۲:** برای این‌که به فرزندانمان احساس مسئولیت بیشتری بیاموزیم، چه اقداماتی می‌توانیم انجام دهیم؟

پاسخ: با مطالعه‌ی دقیق مجموعه‌ی ارتباط بین دو نسل تا حدی به این پرسش پاسخ داده می‌شود. بهتر است از سنین پایین و از کارهای کوچک و ساده و خوشایند شروع کنید. در ضمن چنانچه خودتان به عنوان والدین مسئولیت‌پذیر باشید و از انجام مسئولیت‌های خود احساس خوشحالی و رضایت کنید، این حالت به فرزندان هم منتقل می‌شود.

**پرسش ۳:** آیا نتیجه‌گیری گروه ما در مورد افراد آگاه درست است؟

**نتیجه‌گیری ما چنین است:** «بهترین افراد آگاه برای مشورت، کارشناسان و مشاوران حرفه‌ای هستند.»

پاسخ: معلوم نیست منظورتان از حرفه‌ای چیست؟ اگر منظور این است که افرادی که در کارهای دایمی و پیگیر خود ثابت کرده‌اند که اطلاعات، دانش و تجربه‌ی کافی دارند، افراد آگاه هستند، حرف نادرستی نزده‌اید. اما یادتان باشد که فقط حرفه‌ای‌ها آگاه نیستند، بلکه هستند افرادی که شغل و حرفه‌ای در این زمینه ندارند ولی با رفتار و زندگی و گفتار خود ثابت کرده‌اند که اطلاعات عمیق و تجربه‌ی کافی دارند.

**پرسش ۴:** آیا به‌طور کلی جایز به نتیجه‌گیری هستیم؟

پاسخ: بهتر است با مطالعه‌ی دقیق و قدم به قدم کتاب، خود به خود به نتیجه برسید و زودتر از موقع نتیجه‌گیری نکنید.

**پرسش ۵:** آیا ترتیب قرار گرفتن فرزند در خانواده (پنجمین فرزند خانواده بودن) می‌تواند به عنوان یک عامل

ممیّتی در شکل‌گیری خصوصیات فرد موثر باشد؟

پاسخ: بله. مسلم است که کودک وقتی به دنیا می‌آید، اگر قبل از او کودک دیگری در خانواده باشد، موقعیت خانواده از بسیاری جهات متفاوت است با وقتی که برای اولین بار صاحب فرزند می‌شوند و همین‌طور حضور کودکان دیگر در خانواده، تجربه‌های دیگری را برای کودک فراهم می‌کند.

#### پرسش ۶ : تا چه اندازه می‌توانیم در تعدیل کردن خصوصیات ارثی موثر باشیم ؟

پاسخ : هر اندازه با ویژگی‌های ارثی آگاهانه‌تر برخورد کنیم یعنی بتوانیم آن‌ها را درست‌تر بشناسیم و هر اندازه بتوانیم امکاناتی فراهم کنیم تا آن خصوصیات ارثی به نحو مطلوب بروز کند ، به همان اندازه در تعدیل آن خصوصیات موثرتر عمل کرده‌ایم .

#### پرسش ۷ : در مورد بیرون رفتن دفترها با وجود محیط ناسالم و ناامن چه باید کرد ؟

پاسخ : اولاً وقتی محیط ناامن باشد ، پسر و دختر ندارد و هر دو در خطر هستند . دوم این که ارتباط‌های اجتماعی ، لازمه‌ی رشد اجتماعی در هر سن است و بهتر است نیاز نوجوانان و جوانان را به ارتباط با همسالان و فعالیت‌های اجتماعی ، به درستی بشناسید و فرصت‌هایی برای تجربه‌هایی سالم برای فرزندان فراهم کنید . ارتباطات خانوادگی سالم ، شناخته شده و تحت نظارت غیرمستقیم خانواده تا حدی می‌تواند موثر باشد . مجموعه‌ی ارتباط بین دو نسل جلد‌های ۵ تا ۹ به شما در این باره کمک می‌کند .

#### پرسش ۸ : آیا لازم است آرزوهای را که برای فرزندانمان داریم به آن‌ها بگوییم یا نه ؟

پاسخ : منظور از آرزوها چیست ؟ کلمه‌ی آرزوها مبهم است . با خواندن دقیق جلد ۱ از مجموعه‌ی ارتباط بین دو نسل مفهوم آرزوها روشن‌تر می‌شود و می‌توانید به آرزوها و هدف‌های خود مسلط‌تر شوید . آن وقت خودتان به نتیجه می‌رسید که چه باید بکنید . در هر حال نیازی به گفتن نیست ، کار درست خودبه‌خود اثر خود را نشان می‌دهد .

#### پرسش ۹ : آیا یک نوجوان بر اساس داشتن یک هدف ، کاری را انجام می‌دهد یا در این سن هدف مشخص در ذهن ندارد ؟

پاسخ : اصولاً هر شخصی هر کاری انجام می‌دهد متوجه به نوعی هدف است . اما این که آیا این هدف درست است ، با شرایط او تناسب دارد و آگاهانه انتخاب شده است یا نه ، جای بحث دارد . باید به فرزندانمان کمک کنیم تا به توجه به شرایط خود . هدف‌گذاری برای خودشان را یاد بگیرند . این کار ممکن است از والدین به تنهایی برنیاید ولی در هر حال نوجوانان نیاز به اطلاعات و مهارت‌هایی درباره‌ی زندگی فردی و اجتماعی دارند تا به آن‌ها کمک کند که بدانند چه هدف‌هایی باید داشته باشند و چگونه باید به آن‌ها برسند .

#### پرسش ۱۰ : هدف خود را چگونه تصمیم کنیم ؟

پاسخ : اگر بدانیم که چگونه باید هدف‌گذاری کنیم و چگونه باید با برنامه‌ریزی درست به هدف‌ها برسیم ، آن وقت می‌توانیم به این پرسش پاسخ دهیم . در یک هدف‌گذاری صحیح تا حدی می‌توانیم از پرداختن به هدف‌های نادرست اجتناب کنیم و با یک برنامه‌ریزی صحیح می‌توانیم متوجه بشویم که آیا هدف ما درست بوده یا نه . در صورت نامناسب بودن هدف ، در عمل و در اجرای برنامه برای رسیدن به آن ، متوجه‌ی آن خواهیم شد و می‌فهمیم که کجای هدف اشکال دارد و چگونه این اشکال برطرف می‌شود .

#### پرسش ۱۱ : در زمان بروز افتلاف بین فرزندان و درگیری بین آن‌ها بهترین برخورد چیست ؟

پاسخ : بهترین برخورد در ابتدا عدم مداخله و قضاوت است . اگر کار اختلاف بالا بگیرد بهتر است مراقب باشید و از آسیب‌ها و خطرهای احتمالی جلوگیری کنید . در این موقع باز هم سعی نکنید که بگویید چه کسی حق دارد و چه کسی حق ندارد . بلکه توجه هر دو طرف را به آرامش و رعایت مقررات خانه جلب کنید .

#### نظرها و پیشنهادها

- لطفاً نظرها و پیشنهادهای خود را درباره‌ی پیک راه دور برای ما بنویسید تا در شماره‌های بعدی آن‌ها را رعایت کنیم .

تلفن و فاکس موسسه مادران امروز : ۸۸۷۱۵۴۲۴ – ۸۸۷۲۸۳۱۷

ایمیل راه دور : amoozeshrahedoor@yahoo.com