



MONIKULTTUURINEN VANHEMMUUSRYHMÄ

-Ryhmäläisille jaettavat materiaalit

Dari

OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ



گروه چند فرهنگی والدین

محتوای مربوط به تعداد جلسات ملاقات:

• پیشنهادهایی برای خانه:

1. کارتهای احساسی و نمودار سنجش احساسات را که امروز از گروه دریافت کردید را به خانواده خود نشان دهید.
2. با اولاد خود کارتها را نگاه کنید و با هم فکر کنید که هر کدام از کارتها نشان دهنده چه احساسی هستند.
3. به کمک کارتهای احساسی و نمودار سنجش احساسات، در باره احساسات روز خود گفتگو کنید.
4. همچنین می‌توانید از اولاد خود بخواهید که به این موضوع بیاندهند که او فکر می‌کند یک شخص دیگر در یک شرایط مشخص، چه احساسی می‌تواند داشته باشد.

• جلسه ملاقات 1: معرفی گروه، مقررات و کار احساسی

« تاریخ و زمان

• جلسه ملاقات 2: ذهنیت سازی

« تاریخ و زمان

• جلسه ملاقات 3: بخشهای مختلف نقش والدین

« تاریخ و زمان

• جلسه ملاقات 4: اطفال و نوجوانان در رسانه‌ها

« تاریخ و زمان

• جلسه ملاقات 5: کولتور یا فرهنگ خانواده‌ها

« تاریخ و زمان

• جلسه ملاقات 6: خدمات خانواده‌های دارای طفل و پایان یافتن آن

« تاریخ و زمان

• اعضای گروه بایستی بتوانند برای شرکت در تمامی دفعات ملاقات، متعهد شوند.

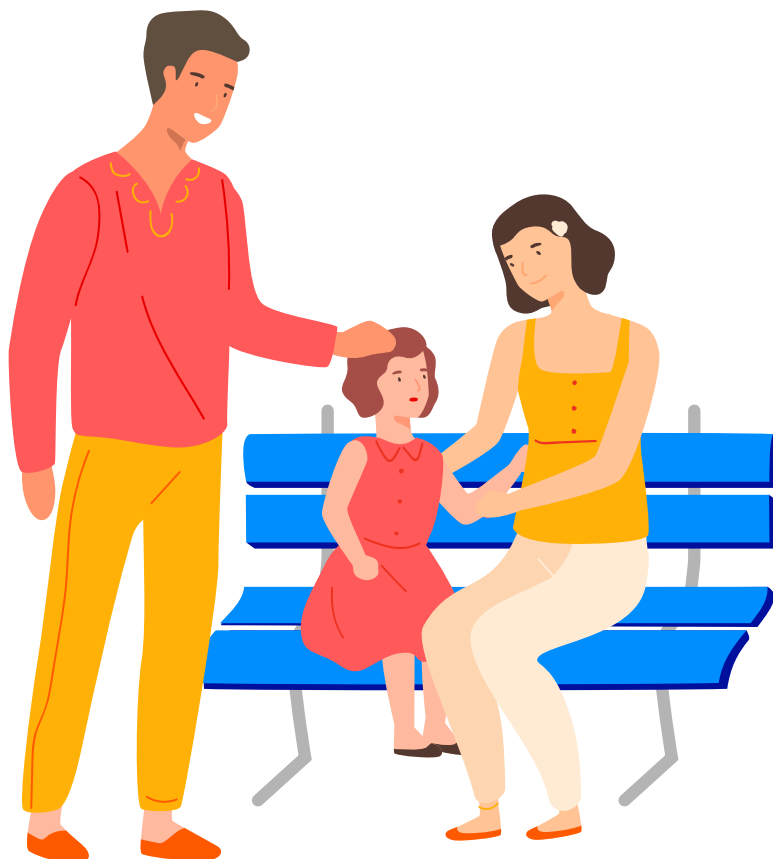
• در این گروه در باره چگونگی نقش والدین و پرورش و تربیت اطفال در فنلند، گفتگو می‌کنیم.

• هدف این است که معلومات اعضای گروه در باره طریقه‌ها و روشهای تربیتی و کولتور و فرهنگ پرورش و تربیت اطفال در فنلند و همچنین در باره سیستم خدماتی، بیشتر شود.



ذهنیت سازی در رابطه با نقش والدین

- ذهنیت سازی به معنای تلاش در فهمیدن خویش و فهمیدن شخص دیگر است:
 - « به احساسات، افکار و نیت و قصد اولاد خود علاقه مند هستی.
 - « فرض و گمان نمی‌کنی که می‌دانی اولاد تو چه احساسی دارد یا چه فکر می‌کند، بلکه تلاش می‌کنی در این باره مطمئن شوی!
 - « همچنین به احساسات خودت و اینکه علت آنها چه می‌تواند باشد هم فکر می‌کنی.
- کمک به ذهنیت سازی
 - « می‌توانی از کارتهای احساسی کمک بگیری.
 - « با طفل صحبت کن، در باره دلایل و احساساتی که می‌توانند علت رفتار او باشند، با طفل حرف بزنی و حدس خود را در باره آنها بر زبان بیاوری.
 - « با طفل در باره احساسات و افکار خود حرف بزنی.
 - « از بازیها و قدرت تخیل فایده بگیر!
- پیشنهادهایی برای خانه:
 - « روزی یک بار همراه با اولاد خود با فایده گرفتن از ذهنیت آگاهانه در باره یک شرایط مشخص فکر کن:
 - با طفل در اینباره که احساس و منظور او از آن شرایط چه بوده و در باره آن چه فکر می‌کند، صحبت کن. از کارتهای احساسی و نمودار سنجش احساسات کمک بگیر.
 - به اینکه موضوع مورد نظر باعث ایجاد چه احساسات و افکاری در تو شده است، فکر کن.
 - در پایان به تنهایی در اینباره فکر کن که آیا بدون گفتگو کردن می‌توانستی افکار و احساسات طفل را درست حدس بزنی؟ چرا گفتگو در باره احساسات اهمیت دارد؟



بخشهای مختلف نقش والدین



3. توانایی ولی طفل در حفاظت از طفل

- وظیفه ولی طفل محافظت از طفل می‌باشد. والد طفل را برای مثال در خصوص موضوعات زیر محافظت می‌کند.
 - « با مراقبت از نیازهای اساسی (غذا، تمیزی، لباسها و موضوعات مشابه).»
 - « با مراقبت از داشتن ریتم روزمره.»
 - « با مراقبت از این موضوع که طفل مجبور به تجربه خشونت جسمانی و خشونت روحی نشود.»
 - « با آموزش دادن این موضوع به طفل که چگونه برای خود حد و مرز تعیین کرده و از خود دفاع کند.»
 - « با ارائه عشق و محبت و گرمی.»
 - « با داشتن عملکردی که از قبل مشخص است، به نحوی که طفل بداند که می‌تواند منتظر چه عملکردی از والد خود باشد.»
- حائز اهمیت است که اگر در خانه دعوا و درگیری وجود داشته باشد، در باره آنها صلح و سازش شود. برای طفل دیدن این موضوع که در خصوص دعواها سازش انجام می‌شود و امنیت هیچکس بخاطر دعوا مورد تهدید نمی‌باشد، اهمیت دارد.

1. حمایت از خودساختگی طفل

- طفل در باره موضوعاتی که مربوط به زندگی خود او هستند، حق شرکت در تصمیم‌گیری را دارد.
 - سن طفل و سطح پیشرفت و تکامل او، بر روی مقدار آزادی و مسئولیت طفل تأثیر می‌گذارد.
 - طفل برای خودساختگی، به تشویق فرد بزرگسال ضرورت دارد.
 - موقعی که طفل تلاش می‌کند خودش موضوعات را انجام دهد، باور و اعتماد او به تواناییهای خود تقویت می‌شود.

2. توانایی ولی طفل در نشان دادن گرمی و صمیمیت

- طفل به داشتن رابطه‌ای گرم و نزدیک با والد خود ضرورت دارد.
 - عشق و محبت را می‌توان برای مثال از طریق تماس با طفل (با بغل کردن، بوسیدن)، با بیان کلمات با ارزش (عاشق تو هستم، برای من اهمیت داری، تو فوق العاده‌ای، دوستت دارم) یا با گذراندن وقت مشترک، به او نشان داد.
 - هر انسانی نیاز به پذیرفته شدن و دوست داشته شدن دارد. وظیفه ولی طفل است که این موضوع را به اولاد خود ارائه دهد.

4. تعیین حد و مرز

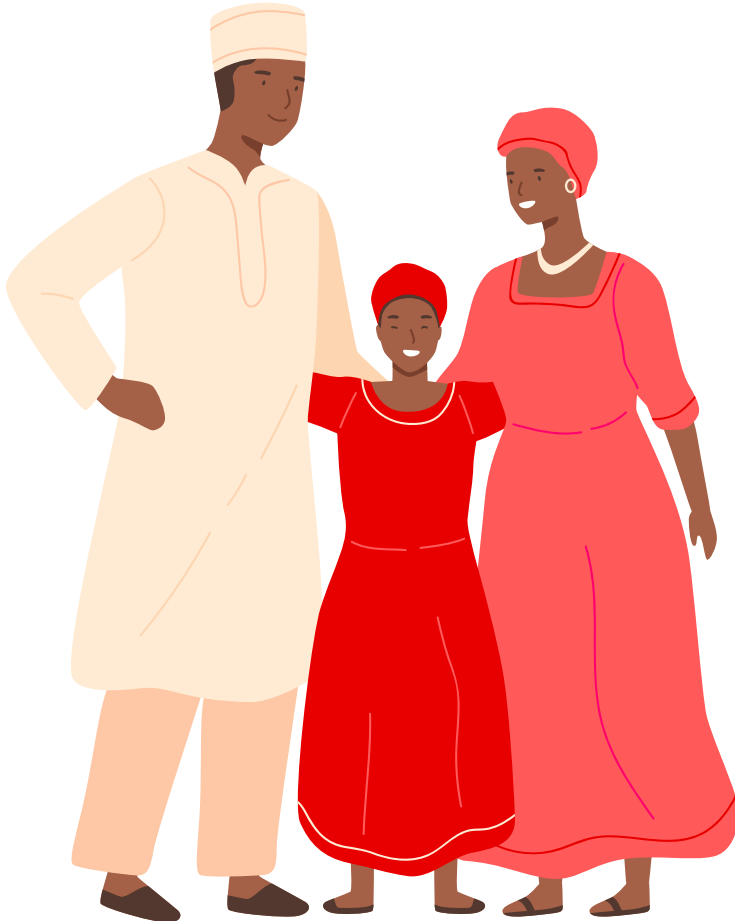
- تنبیه جسمی و روحی در فنلند ممنوع است. البته نباید به قصد تربیت، طفل را کتک زده، تحقیر نموده و یا مورد انزوا قرار داد.
- با وجود اینکه تنبیه کردن ممنوع است، با اینحال می‌توان و بایستی برای طفل حد و مرز و عواقب مربوط به عدم رعایت آنها را تعیین نمود.
- با تعیین مقررات و حد و مرز، والد از طفل محافظت نموده و از رشد و پیشرفت او مراقبت می‌نماید.
- وظیفه ولی طفل، تعیین حد و مرز و تحمل غر زندهای طفل می‌باشد.
- اصلاح کردن رفتار بد الزاماً زمان زیادی را نمی‌برد! مهمتر از هر چیز قاطعیت می‌باشد = ولی طفل بایستی قاطعانه به مقررات توافق شده پایبند بماند.
- گاهی تحمل احساس ناامیدی طفل و نه گفتن، مشکل می‌باشد. اگر گاهی نیاز به تغییر دادن رفتار طفل باشد، بایستی این کار را زمانی شروع کنید که خود شما توان انجام آن را داشته باشید.

5. اصلاح شکافهای ایجاد شده در رابطه

- در هر رابطه‌ای اختلاف نظر و دعوا پیش می‌آید.
- اطفال در اغلب مواقع هنوز بلد نیستند که اختلافات مابین خود را حل کنند و بهمین علت مسئولیت این موضوع همیشه با ولی طفل است.
- اطفال مهارت حل و فصل اختلافات خود را از والدین خود می‌آموزند. اطفال همچنین رابطه مابین والدین خویش را دنبال کرده و از این موضوع می‌آموزند.
- بهتر است که قبل از اینکه شروع به حل و فصل موضوع نمایید، صبر کنید تا احساسات شما فروکش کند.
- صحبت کردن در مورد احساسات، مهم است!
- شخص بزرگسال هم می‌تواند معذرتخواهی کند!

پیشنهاد برای خانه:

- با همدیگر و بصورت خانوادگی یک کار خوب و فرحبخش را انجام دهید!



کولتور یا فرهنگ خانواده‌ها

هر خانواده‌ای دارای کولتور و فرهنگ خود می‌باشد، این موضوع برای مثال شامل این موضوعات است: ارزشها و نگرشهای خانواده، تاریخچه فامیلی، جوامع قومی و فرهنگی، محیط اجتماعی و جامعه

چگونه بتوان از دو زبانه بودن طفل حمایت کرد؟

در خانه به زبان مادری خود صحبت کنید.

اگر ولی طفل با زبانی که هنوز بخوبی بلد نیست با طفل صحبت کند، این خطر وجود دارد که تلفظ غلط کلمه بر روی یادگیری طفل تأثیر بد گذاشته و او تلفظ کلمه را غلط یاد بگیرد

طفل باید هر دو زبان را بطور منظم و به اندازه کافی بشنود. به همین علت، کودکان و کلوبهای خانوادگی مکانهای مهمی برای اطفال خردی هستند که آرزو می‌رود دو زبان را یاد بگیرند

چگونه از شکل‌گیری هویت فرهنگی طفل حمایت کنیم؟

وفق یابی علاوه بر سازگاری با فنلند، به معنای حفظ کولتور و فرهنگ خود نیز می‌باشد. حائز اهمیت است که به طفل در باره میهن خود و کولتور و فرهنگ آن نیز آموزش دهید:

• همچنین خوبتر است که طفل با خانواده‌های دیگری که از کشوری یکسان با شما می‌باشند نیز آشنا شود

• به اولادهای خود در باره زندگی، خاطرات و اتفاقات میهن خود بگویید

• غذای کشور خود را درست کنید و طریقه پخت آن را به اطفال خود نیز یاد دهید

• به آداب و رسوم و جشنهای خود پایبند باشید

• ویدیوها و عکسهایی را از کشور خود نشان دهید، موسیقی کشور خود را بگذارید و گوش دهید

• اگر امکان دارد، با اقوام و خویشاوندان خود ارتباط برقرار کنید

• برای اولادهای خود قصه، شعر یا ماجراهایی را از کشور خود تعریف کرده یا بخوانید

• ترانه‌ها و اشعار میهن خود را به اولادهای خود یاد دهید

پیشنهادهایی برای خانه :

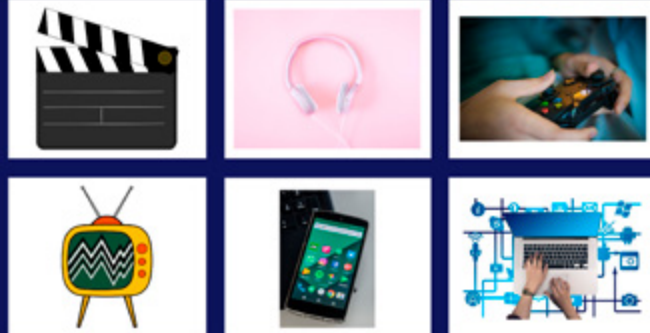
با خانواده و دوستان خود در باره فرهنگهای پرورشی و تربیتی مختلف گفتگو نمایید

چه موضوعاتی در کولتور و فرهنگ خانواده شما جزو موضوعاتی هستند که می‌خواهی آنها را به نسل بعدی نیز منتقل کنی؟ آیا چیزی هست که آرزو داشته باشی تغییر کند؟



اطفال و رسانه‌ها

- رسانه‌ها متنوع و زیاد بوده و آنها بخشی از زندگی همه ما هستند
- این وظیفه والدین است که از امنیت طفل در دنیای دیجیتالی نیز اطمینان حاصل کنند
- فواید و شادی‌های زیادی هم در رسانه‌ها هست، با همدیگر به بررسی آنها بپردازید



- محدودیت سنی در فنلاند سن ۱۳ سالگی است، ولی در رابطه با بعضی اپلی کیشن‌ها این سن بالاتر نیز می‌باشد ← محدودیت سنی را با همدیگر بررسی کنید
- شبکه‌های اجتماعی را با همدیگر بررسی کنید، بطور مثبت علاقه مند باشید
- از قبل به طفل بگو که در شبکه‌های اجتماعی ممکن است موضوعات بد و ناخوشایندی اتفاق بیفتند ← طفل را تشویق کن که اگر اتفاقی افتاد، در باره آن خبر دهد
- رهنمودهای ایمنی را به اولاد خود یاد بده



- محدودیت‌های سنی و علایم مربوط به درجه بندی سنی محتوای پروگرامها و برنامه‌ها، به والدین کمک می‌کنند که از اولاد خود در مقابل محتوای نامناسب، حفاظت کنند

- برای مثال می‌توانید در باره این موضوعات قرار بگذارید:
 - « هر روز برای چه مدت زمانی می‌توان تلویزیون را نگاه کرد؟ »
 - « هر روز برای چه مدت زمانی اجازه بازی با دستگاههای دیجیتالی هست؟ »
 - « تلفن/تبلت در طول شب کجا خواهد بود؟ »
 - « آیا اجازه آوردن دستگاههای دیجیتالی به روی میز غذاخوری است؟ »
 - « اجازه تماشا کردن به چه پروگرامها و برنامه‌هایی و انجام چه بازیهایی هست؟ »

- حائز اهمیت است که در باره مقررات مشترک دیجیتالی داخل خانواده، توافق کنید
- با همدیگر در باره مدت زمان مناسب برای نگاه کردن به صفحات نمایش دستگاهها، گفتگو نمایید. بعنوان ولی طفل باید مراقب باشی که طفل به اندازه کافی استراحت، تحرک، روابط اجتماعی و وقت درس



خدمات خانواده‌های دارای طفل

میتوانی در باره نگرانی خود، در تمام جاها و مکانهای ذکر شده در این بروشور صحبت کنی!

• درخواست کن که خدمات ترجمه به زبان خود تو در این باره به تو ارائه شود!

در فنلند کمکهای بسیاری برای ایفای نقش والدین و تربیت اطفال، در دسترس است

اگر نمی‌دانی که جا و مکان درست برای درخواست کمک کجا می‌باشد، این موضوع ایرادی ندارد. در باره موضوع با یک شخص مسلکی یا حرفه‌ای صحبت کن تا او به تو برای پیدا کردن و یافتن خدمات درست، کمک کند.

کودکستان و مکتب

کمک به رشد، پیشرفت و تکامل و یادگیری طفل!

چندین فرد مسلکی و حرفه‌ای در کودکستان حضور دارند، که از جمله آنها معلمان ویژه را می‌توان نام برد

علاوه بر معلمان، بخش مراقبت از دانش‌آموزان (oppilas-huolto)

مشمول بر: مددکار اجتماعی مکتب (koulukuraattori)،

روانشناس مکتب (koulupsykologi)

مشاوره و راهنمایی دانش‌آموزان، مرکز صحتی یا درمانگاه دانش‌آموزان، نیز فعالیت دارد



مشاوره تربیتی و خانواده

کمک و راهنمایی برای پرورش و تربیت، در مواقعی که والدین نگران شرایط اولاد یا خانواده خود هستند

ارائه مشاوره و همچنین کمک در جهت صلح و سازش برای شرایط جدایی و طلاق

تماس تلفونی در روزهای دوشنبه تا جمعه در ساعات 10-12
نمبر تیلیفون: 040 650 0614

تیم کاری روان درمانی اطفال و نوجوانان
(LANU).

مسئولیت مراقبتهای روانپزشکی تخصصی افراد زیر 18 سال را بر عهده دارد

مراجعه برای درمان با معرفی و ارجاع دادن مریض انجام می‌شود

مرکز بهداشت (Neuvola)

برای خانمهای باردار و اطفال زیر سن مکتب و خانواده های آنها

ملاقاتهای منظم در مراکز چکاپ صحتی، می‌توانید درخواست گرفتن وقت را نمود. کمک و مشاوره در جهت ایفای نقش والدین

نمبر تیلیفون مرکز بهداشت :

08 558 44356 Oulu

حفاظت از اطفال

مشکلات موجود در رابطه با پرورش و تربیت اطفال و نوجوانان و شرایط مربوط به اعمال رفتار نا مناسب و خشونت نسبت به آنها

صحت روحی و روانی والدین و اطفال / نوجوانان یا مشکلات مربوط به مصرف مواد مخدر کننده، بعلاوه بحرانهای دیگر مربوط به زندگی

تماس با: www.ouka.fi/huoli

خدمات اجتماعی

کمک به شرایط مشکل زندگی، مشکلات اقتصادی، مشکلات مربوط به تربیت اطفال

تماس با: ouka.fi/huoli یا تماس تلفونی با خدمات اجتماعی ناحیه خود.

می‌توانی از طریق خدمات الکترونیکی مرکز خانواده (perhekeskus) مربوط به Oulu و با استفاده از فورم کمک درخواست کن، تماس بگیری، آدرس:

<https://easiointi.ouka.fi/sosiaali-ja-perhepalvelut/pyyda-apua>

معلومات تماس مربوط به خدمات اجتماعی:

خدمات مهاجرین بخش کشیک، روزهای دوشنبه تا پنجشنبه، تماسهای تلفونی با کارمند شخصی. وقت تماس تلفنی با کارمندهای سوسیال: روزهای دوشنبه تا پنجشنبه ساعت 11-10.

Kontinkangas ، نمبر تلفون: 040 182 8078

Tuira ، نمبر تلفون: 040 683 8138

Kaakkuri ، نمبر تلفون: 050 316 9095

Kiiminki ، نمبر تلفون: 050 407 3513



شیوه‌های کمک از طرف سازمانها برای مثال عبارتند از:



کلوبها (perhekerhot) و قهوه‌خانه‌های خانوادگی (perhekahvilat)

اردوها

رویدادها و مراسم برای خانواده‌ها



(Kangastie 9, Tuira, 0400-581606)

داشتن امنیت در شرایطی که بدلیل وجود خشونت نمی‌توان در خانه ماند

به تنهایی و یا همراه با اطفال و بصورت شبانه روزی

از Ensikoti می‌توان بطور شبانه

روزی و بیست و چهار ساعته ، کمک‌هایی فشرده را برای آشنایی با نحوه اداره زندگی روزمره همراه با نوزاد خرد، دریافت نمود



ارائه مشاوره در جهت ایفای نقش والدین

کلاسها و دوره‌های آموزشی برای والدین

کمک به شرایط جدایی و طلاق و مشکلات زناشویی

کمک به والدین از هم جدا شده در رابطه با سرپرستی مشترک