



انتشارات سازمان مجتبی

## آموزش مهارت‌های زندگی ویژه کودکان

گردآورندگان:

گلاره مرتاضی

فرزانه خاکی صدیق

سرشناسه: مرتاضی، گلاره، ۱۳۶۱-

عنوان و نام پدیدآور: آموزش مهارت‌های زندگی ویژه کودکان / گردآوری گلاره مرتاضی، فرزانه خاکی صدیق؛

به سفارش دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور.

مشخصات نشر: تهران: سازمان بهزیستی کشور، انتشارات، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۶۶ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۶۹-۹۱-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۶۶.

موضوع: کودکان -- راهنمای مهارت‌های زندگی

موضوع: Children -- Life skills guides

شناسه افزوده: سازمان بهزیستی کشور

شناسه افزوده: سازمان بهزیستی کشور، دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی

ه. پندی ک: HQ۷۸۱

ده پندی یویی: ۳۰۵/۲۳

شماره ثبت: ۶۱۱۸۷۵۲



انتشارات سازمان بهزیستی

## آموزش مهارت‌های زندگی ویژه کودکان

گردآورندگان: گلاره مرتاضی - فرزانه خاکی صدیق

ناشر: سازمان بهزیستی کشور

به سفارش: دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور

اجرا: اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۶۹-۹۱-۸

چاپ اول: ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: اهدایی

## سخن ریاست سازمان

«فرزندان خود را گرمی بدارید و آنها را نیکو تربیت کنید. پیامبر اکرم ﷺ»

در استانی تحقق اصول ۲۱ و ۲۹ قانون اساسی، ماده واحده لایحه قانونی راجع به تشکیل سازمان بهزیستی کشور مصوب ۱۳۵۹ و اصلاحی سال ۱۳۷۵ و در اجرای بند ۴ ماده ۲۶ قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت مصوب ۸۰/۱۱/۲۷، مجلس شورای اسلامی وظیفه ساماندهی کودکان خیابانی را به سازمان بهزیستی کشور محول نموده است.

بررسی عملکرد برنامه ساماندهی کودکان خیابانی از ابتدای اجرای آن در سازمان و مطالعه وضعیت کودکان خیابانی پذیرش شده در مراکز نشان دهنده این واقعیت است که درصد بالایی (حدود ۸۰ درصد) از این افراد را کودکانی تشکیل می‌دهند که علی‌رغم وجود سرپرست خانواده، متأسفانه به دلیل فقر شدید اقتصادی و فرهنگی و صرفاً جهت کسب درآمد در خیابان حضور یافته‌اند. لذا نگهداری آنها در مراکز نه تنها به دلیل وجود سرپرست قانونی مقدور نیست، بلکه معمولاً خود کودک نیز به این امر تمایل نداشته و خواستار بازگشت نزد خانواده خود می‌باشد. از طرفی پذیرش و ترخیص چندین باره کودکان در مراکز شبانه‌روزی کودکان خیابانی فعلی منجر به ایجاد چرخه‌های ناقص حمایت و هدر رفتن منابع و امکانات سازمان شده است.

یکی از مهمترین رویکردهای مورد تأیید جهت بازتوانی کودکان خیابانی، رویکردهای خانواده محور و مبتنی بر حمایت و توانمندسازی خانواده و تأکید بر تحصیل و آموزش کودک به منظور ایجاد فرصت‌های برابر و امکان بازگشت به زندگی سالم و بالنده در آینده است. از طرفی بهره‌گیری از توان و مشارکت بخش غیردولتی

و وجود روحیه حمایت خیرین از کودکان نیازمند و در معرض خطر شرایط مناسبی را برای اجرای این فعالیت در چهارچوب مراکز غیر دولتی و خیریه‌ای فراهم آورده است.

لذا سازمان بهزیستی تلاش کرده است تا با ایجاد شرایط لازم جهت زندگی کودک در خانواده، امکان استفاده از حمایت‌های سازمان و بخش غیر دولتی با هم را بتوان افزایش داد و کودک و خانواده و به صورت حمایت‌های روزانه فراهم گردد تا از این طریق شاهد کنترل و کاهش پدیده کودکان خیابانی در سطح کشور باشیم. بدین منظور، دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی در راستای ارتقاء سطح دانش مدیران کارشناسان، مربیان و دست‌اندرکارانی که در قالب مراکز غیردولتی و سازمان‌های مردم‌نهاد به حمایت از این کودکان اهتمام دارند، همچنین ایجاد هماهنگی و وحدت رویه در رویکردها، تخصصی و عملکرد کارکنان این مراکز، اقدام به تولید و چاپ مجموعه‌ای از کتاب‌ها، آلبوم‌ها و سی‌دی با کمک و همت کارشناسان خبره و با تجربه امور آسیب‌دیدگان اجتماعی، سراسر کشور نموده است که کتاب حاضر یک جلد از مجموعه کتب مذکور می‌باشد.

در خاتمه از زحمات همکاران خود در حوزه فعالیت‌های اجتماعی و به ویژه دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی که با تفکر ارزنده و تلاش رپیگری، کارشناسی در این امر اهتمام ورزیده‌اند، تقدیر و قدردانی می‌کنم.

امید است که این کتاب بر کیفیت علمی و عملی فعالیت مدیران، مددکاران، روانشناسان، مربیان، کارشناسان و حامیان مرتبط با حوزه کودکان کار و خیابان تأثیرگذار باشد.

**دکتر وحید قبادی دانا**

**معاون وزیر و رئیس سازمان بهزیستی کشور**

## عنوان

## صفحه

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| ۱- مهارت ارتباط مؤثر.....                                           | ۱۳ |
| چرا؟ بدان به مهارت های ارتباطی نیاز دارند؟.....                     | ۱۴ |
| مهم ترین مهارت های ارتباطی کدامند؟.....                             | ۱۵ |
| اقدامات لازم از سوی والدین.....                                     | ۱۷ |
| آماده سازی و تثبیت مهارت های ارتباطی توسط والدین.....               | ۲۰ |
| ۲- مهارت های اصلی در تشخیص از سوء استفاده جسمی و جنسی.....          | ۲۱ |
| آموزش جلوگیری از سوء استفاده جسمی به کودکان.....                    | ۲۳ |
| رهنمودهایی برای پاسخ شما.....                                       | ۲۵ |
| چه چیزهای دیگری لازم است بدانید.....                                | ۲۵ |
| به کودکان نکات زیر را برای مقابله با سوء استفاده جنسی بیاموزید..... | ۲۶ |
| پاسخ برای سنین ۲-۶ سال.....                                         | ۲۹ |
| پاسخ برای سنین ۶-۸ سال.....                                         | ۳۰ |
| پاسخ برای سنین ۸-۱۱ سال.....                                        | ۳۰ |
| تماس های خوب.....                                                   | ۳۱ |
| تماس های مشکوک.....                                                 | ۳۱ |
| تماس های بد.....                                                    | ۳۲ |
| برای کسب مهارت نه، برو، بگو در فرزندمان چه کار کنیم؟.....           | ۳۴ |
| برای پیشگیری از سوء استفاده جنسی از فرزندمان چه کار کنیم؟.....      | ۳۴ |
| علائم هشدار دهنده سوء استفاده جنسی در فرزندان.....                  | ۳۵ |
| رفتارهایی که حاکی از سوء استفاده جنسی است کدامند؟.....              | ۳۵ |

|    |                                                  |
|----|--------------------------------------------------|
| ۳۵ | کنجکاوی جنسی                                     |
| ۳۹ | مراقبت‌های جانبی                                 |
| ۴۰ | ۳- مهارت تصمیم‌گیری                              |
| ۴۱ | ۴- مهارت یادگیری مؤثر                            |
| ۴۲ | راه‌های برانگیختن علاقه (انگیزه) برای یادگیری    |
| ۴۴ | ۵- مهارت کنترل ترس و دلشوره                      |
| ۴۶ | ۶- مهارت حل مسئله                                |
| ۴۸ | ۷- مهارت کنترل خشم                               |
| ۵۳ | نکات مهم در آموزش کنترل خشم به کودکان            |
| ۵۹ | بازی‌هایی برای آموزش کنترل خشم در کودکان پرخاشگر |
| ۵۹ | کودکان ۳-۵ ساله                                  |
| ۶۰ | کودکان ۶-۸ ساله                                  |
| ۶۰ | کودکان ۹-۱۲ ساله                                 |
| ۶۱ | بازی‌های مناسب جهت آموزش مهارت کنترل خشم         |
| ۶۱ | گل و خمیر                                        |
| ۶۲ | بادکنک‌های خشم                                   |
| ۶۴ | گروپ‌گروپ راه رفتن                               |
| ۶۴ | ترکاندن حباب                                     |
| ۶۶ | منابع                                            |