



بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



معاونت امور اجتماعی و فرهنگی شهرداری تهران
اداره کل سلامت

مرکز آموزش مهارت‌های رفتاری کودکان و نوجوانان
(فرآموزشکیب)

احترام

فهرست مطالب

۶مقدمه
۸فرآموز
۱۰اهداف کلی شکل گیری مراکز فرآموز
۱۱معرفی مرکز فرآموز شکیب با موضوع احترام
۱۲موضوع فعالیت مرکز فرآموز شکیب
۱۳ضرورت ایجاد مرکز فرآموز با عنوان احترام
۱۴اهداف عملکردی مرکز فرآموز شکیب
۱۵تأثیرات اجتماعی آموزش‌های مرکز فرآموز شکیب
۱۶شیوه اجرایی
۱۷گروه مخاطب
۱۸ظرفیت پذیرش
۱۹نحوه پذیرش
۲۰معرفی بخش‌های مختلف فرآموز شکیب
۲۰فضای بیرونی
۲۲اتاق مدیریت

۲۳	اتاق مشاوره.....
۲۴	سالن انتظار.....
۲۵	توالی ایستگاه ها.....
۲۶	ایستگاه احترام به طبیعت.....
۳۰	ایستگاه احترام به اندیشه.....
۳۴	ایستگاه احترام به قانون.....
۳۸	ایستگاه احترام به دیگران.....
۴۲	ایستگاه احترام به خود.....
۴۶	خدمات فوق برنامه.....
۴۷	بخشی از فعالیت‌های سالانه
۵۱	رویدادهای مهم مرکز فرآموز شکیب
۵۲	پرسنل مرکز.....
۵۳	آدرس و نحوه ارتباط با مرکز فرآموز ابوذر.....
۵۳	آدرس و نحوه ارتباط با اداره سلامت منطقه.....
		فهرست مراکز آموزش مهارت های رفتاری کودکان و نوجوانان(فرآموز)
۵۴	شهرداری تهران.....



● مقدمه

آموزش مهارت‌های رفتاری در سنین کودکی و نوجوانی، در بروز رفتارهای سالم و منطقی در دوران بزرگسالی تأثیر به‌سزایی دارد، لذا اداره کل سلامت شهرداری تهران اقدام به تاسیس مراکز آموزش مهارت‌های رفتاری کودکان و نوجوانان (فرآموز) نموده است، از این رو طرح‌های ارائه شده توسط متقاضیان بهره‌بردار از این مراکز در این اداره و توسط کمیته علمی مراکز فرآموز بررسی و پس از تصویب طرح‌های مذکور، این مراکز با هدف افزایش شناخت و آگاهی فراگیران با انواع رفتارهای پرخطر، آموزش مهارت‌های اجتماعی به منظور خودمراقبتی و توانمندسازی آنان در برابر آسیب‌های اجتماعی و اتخاذ رفتار مناسب در جامعه مورد بهره‌برداری قرار گرفته است.

این مراکز که کودکان و نوجوانان را در گروه سنی ۱۲-۶ سال تحت پوشش قرار می‌دهد، از طریق آموزش مهارت‌های زندگی، آشنایی با مفاهیم سلامت اجتماعی، تقویت روابط اجتماعی، پرورش خلاقیت‌ها و شکوفایی استعدادها در راستای توانمندسازی دانش آموزان تلاش می‌نمایند. هر مرکز فرآموز متناسب با عنوان فعالیت آن بر



اساس اصول علمی، طراحی و فضا سازی شده و به کارگاه‌های تخصصی متنوعی برای یادگیری بهتر و سریعتر تقسیم بندی گردیده است.



• فرآیند آموزش

به عنوان محلی برای اجرای برنامه‌های هدفمند آموزشی و پرورشی، در جهت افزایش میزان رشد و توانایی عمومی و مهارت‌های اساسی زندگی کودکان و تجارب آن‌ها در تعاملات و ارتباطات اجتماعی شروع به کار نموده است.





• اهداف کلی شکل‌گیری مراکز فرآموز

۱. ارتقای دانش کودکان و نوجوانان نسبت به انواع رفتارهای پرخطر

۲. توانمندسازی گروه هدف در مواجهه با انواع آسیب‌های اجتماعی و اتخاذ رفتار مناسب

۳. ارتقاء فرهنگ خودمراقبتی در جامعه هدف

۴. تقویت روابط اجتماعی



● معرفی مرکز فرآموز شکیب با موضوع احترام

پس از انجام بررسی و تحقیقات میدانی و نیازسنجی‌های انجام شده توسط اداره سلامت منطقه و تایید اداره کل سلامت شهرداری تهران، اقدامات لازم جهت راه اندازی مراکز آموزش مهارت‌های رفتاری کودکان و نوجوانان (فرآموز) صورت گرفته و به همین منظور مرکز فرآموز شکیب در منطقه ۱۴ با موضوع احترام با همکاری اداره سلامت آن منطقه از سال ۱۳۹۱ تأسیس و مورد بهره برداری قرار گرفت.

● موضوع فعالیت مرکز فرآموز شکیب : احترام



● ضرورت ایجاد مرکز فرآموز با عنوان احترام

احترام، احساس مثبت حاصل از ارج نهادن و اعتنا به فرد، یکی از اصل‌ترین و کلیدی‌ترین مؤلفه‌های تأثیرگذار بر تکامل شخصیت کودکان به عنوان موجوداتی اجتماعی می‌باشد. احترام شامل، به کارگیری کلمات و مجموعه‌ای از رفتارهایی است که در روابط میان فردی کمک می‌نماید تا کودک بتواند با دیگران به گونه‌ای مؤثر و مثبت رفتار کند. از این رو، وجود مرکزی با موضوع احترام بسیار ضروری می‌باشد.



• اهداف عملکردی مرکز فرآیند آموزش شکیب

آموزش مولفه‌های احترام

نهادینه کردن احترام

آموزش شیوه مناسب احترام گذاشتن در شرایط متفاوت

آموزش صبر، تاب آوری و نحوه درست تعامل





● تأثیرات اجتماعی آموزش‌های مرکز فرآزموز شکیب

احترام مهارتی است اکتسابی که در طول زندگی فرا گرفته می‌شود. با راه اندازی این مرکز می‌توان مفهوم و ضرورت احترام را به کودکان آموخت و سطح احترام را در آنان ارتقاء داد، ضمن اینکه در خلال آموزش، کودکان آسیب‌پذیر شناسایی شده و فعالیت‌های مهارتی ویژه ای را می‌توان برای این گروه و خانواده‌های آنان طراحی نمود.

با در نظر گرفتن آموزش‌های مرکز، انتظار می‌رود نتایج زیر به دست آید:

درک معنا و ارزش احترام

رفتارهای محترمانه

توانمندشدن به منظور احترام به خود، دیگران و قوانین در خانواده و جامعه



● شیوه اجرایی

در فرآیند آموزش شکیب با استفاده از شیوه‌هایی مانند سایکودرام (نقش‌گذاری روانی) و بازی و ابزارهایی همچون، فیلم، قصه و نمایش به آموزش احترام پرداخته می‌شود. در این مرکز با در نظر گرفتن مراحل رشدی و فکری در فراگیران، شیوه‌های اجرایی متفاوتی برای گروه‌های هدف طراحی شده است.



● گروه مخاطب

نظر به اینکه گروه‌های سنی مختلف نیازهای آموزشی خاص خود را دارند، لذا در مراکز فرآموز با توجه به مستندات علمی، هر گروه سنی طرح آموزشی خود را داشته و از این رو آموزش‌های در نظر گرفته شده برای فراگیران در سه رده سنی ۶ تا ۸ سال، ۸ تا ۱۰ سال و ۱۰ تا ۱۲ سال می‌باشد.





● ظرفیت پذیرش

در مرکز فرآموز شکیب برای کودکان و نوجوانان، بر اساس نوع مخاطب، سانس‌های آموزشی ۲ ساعته طراحی شده که هر سانس ظرفیت پذیرش ۴۰ فراگیر را دارد. همچنین همزمان با حضور فراگیران در ایستگاه‌های آموزشی، برای والدین آنان نیز برنامه‌های متنوعی با ظرفیت پذیرش ۳۰ نفر در نظر گرفته شده است.



● نحوه پذیرش

امکان بهره مندی از خدمات مراکز فرآموز شهر تهران به شرح ذیل می باشد:

از طریق مدارس و در قالب اردوهای آموزشی.

به صورت فردی جهت شرکت در کارگاه های آموزشی.

به صورت گروهی همراه با دوستان و خانواده.





● معرفی بخش‌های مختلف فرآموز شکیب

این مرکز در ساختمانی به مساحت تقریبی ۴۰۰ متر مربع، دارای ۵ ایستگاه آموزشی، اتاق مدیریت، اتاق مشاوره و سالن انتظار می‌باشد که در سال ۱۳۹۱ تأسیس و مورد بهره‌برداری قرار گرفت.

● فضای بیرونی

فرآموز شکیب در میان یک بوستان و با امکاناتی همچون زمین بازی و مسیر پیاده روی و... قرار گرفته که مراجعین مرکز می‌توانند بعد از دریافت خدمات تخصصی از مرکز فرآموز، لحظات لذت بخشی را نیز در فضای بیرونی تجربه نمایند.

● نمونه پذیرش

امکان بهره مندی از خدمات مراکز فرآموز شهر تهران به شرح ذیل می‌باشد:

■ از طریق مدارس و در قالب اردوهای آموزشی.

■ به صورت فردی جهت شرکت در کارگاه‌های آموزشی.

■ به صورت گروهی همراه با دوستان و خانواده.



● معرفی بخش‌های مختلف فرآموز فردوس

این مرکز در ساختمانی ۳ طبقه با مساحت تقریبی ۴۵۰ متر مربع و دارای ۸ ایستگاه آموزشی، اتاق مشاوره، اتاق مدیریت و سالن انتظار می‌باشد که در سال ۱۳۸۸ تأسیس و در سال ۱۳۹۷ پس از ایجاد تغییرات اساسی در ساختار فیزیکی و آموزشی مورد بهره برداری مجدد قرار گرفت.

● فضای بیرونی

فرآموز فردوس در میان بوستان بزرگی به مساحت حدود ۵۰۰۰ متر مربع با امکاناتی همچون زمین بازی برای کودکان و حوض آب و فواره می‌باشد که می‌تواند لحظات شادی را برای مراجعین ایجاد نماید.

مراجعین می‌توانند در زمانی که فرزندانشان در حال آموزش هستند، علاوه بر دریافت خدمات تخصصی از مرکز، لحظات لذت بخشی را نیز در فضای بیرونی سپری نمایند.



● فضای داخلی

● اتاق مدیریت

با توجه به حضور مربیان و معلمان مدارس در مرکز فرآموز فردوس، یکی از اتاق‌های مجموعه، به عنوان اتاق مدیریت در نظر گرفته شده است که در این اتاق امور مربوط به پذیرش، ثبت نام و حضور مربیان مدارس انجام می‌شود.

کادر مدیریت مرکز مهارت‌های رفتاری کودکان و نوجوانان (فرآموز فردوس) همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۶ پاسخگو و پذیرای مراجعین محترم می‌باشند.



● اتاق مشاوره

به منظور ارائه خدمات تخصصی روانشناسی و مشاوره به مراجعین مرکز، فضایی بدین منظور در طبقه همکف در نظر گرفته شده که خدمات روانشناسی را به مراجعه کنندگان ارائه می‌نماید.

«فعالیت مشاورین مرکز از ساعت ۹ لغایت ۱۸ می‌باشد.»

لازم به ذکر است کلیه روانشناسان و مشاورین حاضر در مرکز فرآموز فردوس، دارای مجوز رسمی فعالیت از سازمان نظام روانشناسی و سازمان بهزیستی کل کشور می‌باشند.



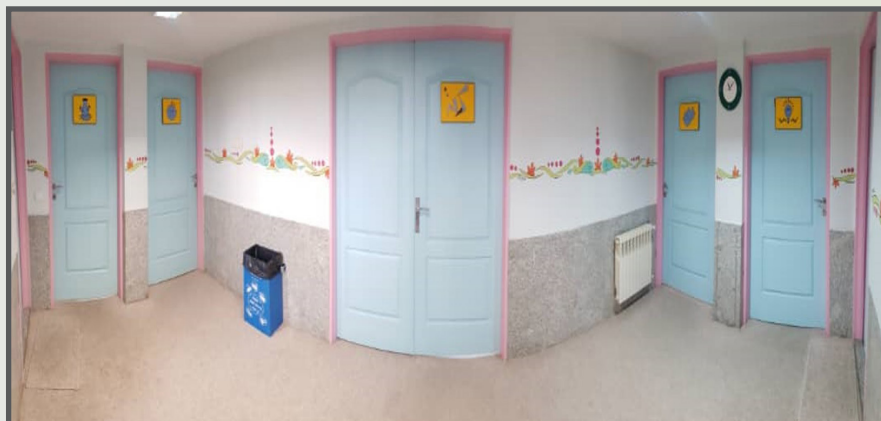
● سالن انتظار

این مرکز دارای یک سالن انتظار و مجهز به کتابخانه می‌باشد و همه مراجعین می‌توانند در زمان انتظار، جهت بالا بردن دانش آموزشی و روانشناختی به مطالعه کتب منتخب (در محورهای آموزشی و روانشناسی برای کودکان و نوجوانان) بپردازند.



● توالی ایستگاه ها

مرکز فرآموز فردوس برای ارائه آموزش‌های کاربردی به فراگیران، هر یک از اتاق‌های مجموعه را (مناسب با موضوع مرکز) با عنوان “ایستگاه” در نظر گرفته که در هر یک از این ایستگاه‌ها مربیان آموزشی با روش‌های خلاقانه، خدمات آموزشی را به گروه‌های هدف ارائه می‌نمایند. این مرکز دارای ۸ ایستگاه می‌باشد.



● ایستگاه داستان

حضور در ایستگاه‌ها، از ایستگاه داستان آغاز می‌شود، یکی از علل این امر فروکش نمودن هیجان‌ها فراگیران در بدو ورود به مرکز و سازماندهی و گروه بندی آنها جهت ورود به سایر ایستگاه‌ها می‌باشد.

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۵۰ کودک

ابزار مورد استفاده: نقاشی‌های ترسیم شده بر روی دیوارها

هدف: شناسایی احساسات، تخلیه هیجان‌ها و آشنایی با مدیریت هیجان‌ها

در این ایستگاه نقاشی‌های جذاب بر روی دیوارهای اتاق ترسیم شده که حاوی مطالب آموزشی خاص می‌باشد و مربی با استفاده از این نقاشی‌ها (هر نقاشی مناسب یک گروه سنی است)، به هدایت داستان‌ها، ارائه بازخورد و شناسایی احساسات و هیجانات کودکان پرداخته و آنها را به سمت مدیریت هیجان‌ها سوق می‌دهد.



● ایستگاه تمرکز

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۱۵ کودک

ابزار مورد استفاده: دستگاه بزرگ تمرکز و المان‌های نصب شده بر روی دیوارها

هدف: افزایش تمرکز، سرعت و دقت و مدیریت هیجان‌ها

در این ایستگاه و با استفاده از دستگاه تمرکز، قدرت تمرکز، سرعت و دقت در کودکان و نوجوانان شناسایی و تقویت شده و به آنها آموزش داده می‌شود تا هیجان‌ها خود را مدیریت کنند.



● ایستگاه جوهرپین

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۱۵ کودک

ابزار مورد استفاده: لگو، حروف نصب شده بر روی دیوار، عروسک جاندار و پندار

هدف: افزایش ارتباط مؤثر، هماهنگی با گروه، آموزش مدیریت هیجان‌ها

در این ایستگاه مربیان کودکان را به گروه‌های چهار نفره تقسیم نموده؛ و کار گروهی، برقراری ارتباط مؤثر، هماهنگی با سایرین در گروه، مدیریت پرخاشگری و عصبانیت و در نهایت مدیریت هیجان‌ها را آموزش می‌دهند.
نکته: برای هر گروه سنی آموزش مختص خود ارائه می‌گردد.



● ایستگاه کولاًژ

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۱۵ کودک

ابزار مورد استفاده: انواع لوازم بازیافتی

هدف: افزایش تمرکز و تفکر و خلاقیت، آموزش حل مسئله

در این ایستگاه کودکان و نوجوانان با هدایت مربیان و با استفاده از لوازم بازیافتی مثل تکه پارچه، مقوا، تکه چوب، پاکت دستمال کاغذی به ساخت وسایل خلاقانه و مناسب در جهت افزایش تمرکز و تفکر و خلاقیت‌های کودکانه (با استفاده از تفکر در زمینه وسیله ای که قصد ساخت آن را دارند و تبدیل لوازم بی مصرف و دور ریختنی به لوازم مورد استفاده و جذاب) پرداخته که این امر موجب کمک به مهارت حل مسأله در آنان می‌شود.



● ایستگاه سفال

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۱۵ کودک

ابزار مورد استفاده: گل بهداشتی، خمیر بازی

هدف: شناخت احساسات و هیجان‌ها

در این ایستگاه کودکان و نوجوانان با هدایت مربیان و با ابزارهایی همچون گل سفالگری و با استفاده از ساخت و تخریب و روش‌های دیگر، آموزش می‌بینند که چگونه پرخاشگری و هیجانات منفی خود را مدیریت کنند.



● ایستگاه احساسات

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۱۵ کودک

ابزار مورد استفاده: قاب‌های احساسات، تریبون گفتگو، توپ احساس، صورتک‌های احساسات و دیوار آینه

هدف: شناخت احساسات و مدیریت هیجان‌ها

در این ایستگاه کودکان و نوجوانان با هدایت مربیان و با استفاده از ابزارهای مختلفی همچون ماسک، قاب‌های احساس و ...، به شناخت بهتری از احساسات و هیجان‌ها خود رسیده و نقاط قوت و ضعف هر احساس را بهتر درک می‌کنند.



● ایستگاه مینگل

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۳۰ کودک

ابزار مورد استفاده: پل عبور، المان‌های نصب شده بر روی دیوارها و زمین
هدف: تعادل و تعامل، یادآوری و یادسپاری آموزش‌های دریافتی، هماهنگی دو نیمکره

این ایستگاه به دلیل طراحی، فضاسازی و نورپردازی خاص و منحصر به فرد خود، بسیار مورد توجه کودکان و نوجوانان بوده و فضای مناسبی برای ثبت لحظات خاطره انگیز می‌باشد. در این ایستگاه علاوه بر ایجاد تعادل و تعامل بین کودکان، یادسپاری آموزش‌های داده شده، مرور مجدد آن و ایجاد لحظات شاد و مفرح مورد تاکید می‌باشد.



● ایستگاه نمایش

زمان توقف در ایستگاه: ۲۰ دقیقه

ظرفیت ایستگاه: ۵۰ کودک

ابزار مورد استفاده: دکور نمایش، پاپت، تن پوش

هدف: مرور، یادآوری و یادسپاری مباحث آشنایی با مدیریت هیجان‌ها

در این ایستگاه با هدایت مربیان و با استفاده از نمایش خلاق، پانتومیم و نمایش‌های عروسکی، مباحث آموزش داده شده در حیطه هیجان‌ها و در قالب شکل زندگی و روزمره گی کودکان و نوجوانان، مرور، یادآوری و تمرین می‌شود.



• خدمات فوق برنامه

علاوه بر خدمات مطرح شده، خدمات فوق برنامه ای نیز برای بزرگسالان (والدین، مربیان آموزشی و مخاطبین آزاد) در نظر گرفته شده که شرح آن به صورت ذیل می باشد:

- ارائه خدمات مشاوره ای تخصصی
- برگزاری کارگاه‌های آموزشی با هدف ارتقاء دانش والدین در زمینه شناخت مهارت‌های اساسی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی، شیوه‌های ارتباط مؤثر با کودکان و نوجوانان
- تولید و توزیع بروشورهای آموزشی و پیشگیری برای والدین با هدف آگاه‌سازی و ارتقاء دانش و مهارت
- اجرای برنامه‌های مداخلات آموزشی، به صورت فردی و گروهی برای دانش آموزان در معرض خطر و پرخطر با تأکید بر توانمندسازی و بازتوانی اجتماعی
- تهیه و تدوین پروتکل‌های مداخله ای و آموزشی به منظور مدیریت و بازتوانی در آسیب‌های اجتماعی با محوریت خشم

● بخشی از فعالیتهای سالانه

مرکز فرآموز فردوس سالانه به طور میانگین به بیش از یازده هزار فراگیر ۶ الی ۱۲ ساله آموزش مهارتهای رفتاری (شناخت احساسات و هیجان ها با محوریت مدیریت پرخاشگری) داده و همچنین برای بیش از سه هزار و پانصد بزرگسال نیز، کارگاههای آموزشی با موضوعات مختلف از جمله:

فرزندپروری

خودمراقبتی

مهارتهای زندگی و...

برگزار نموده است.



از جمله خدماتی که توسط مرکز فرآموز فردوس، در مدارس و کارگاه‌های آموزشی به خانواده‌ها داده می‌شود می‌توان به موارد ذیل اشاره نمود :



۱. برگزاری کارگاه‌های ویژه
مادر و کودک در مرکز
فرآموز.



۲. برگزاری کارگاه‌های
آموزشی برای متخصصین.



۳. برگزاری کارگاههای آموزشی
ویژه معلمان در مدارس



۴. برگزاری غرفه های سلامت
محور در سطح منطقه با موضوع
آموزشی مرکز فرآموز.

۵. ارائه خدمات مشاوره ای فردی در زمینه های:

- مدیریت خُلق منفی
- اضطراب
- مدیریت پرخاشگری و ...

• دست آوردها و فعالیت‌های آموزشی ویژه متفحصین موزه روانشناسی کودک و نوجوان

از همان ابتدا و با شروع فعالیت‌های مرکز آموزش مهارت‌های رفتاری کودکان



و نوجوانان (فرآموز فردوس) و با توجه به سیاست‌های اداره کل سلامت شهرداری تهران که همانا بهره مندی از دانش روز جهانی در ارتقاء سطح سلامت شهروندان می‌باشد، مرکز فرآموز فردوس همواره میزبان اساتید و نظریه پردازان بنام کشورهای مختلف بوده تا علاوه بر معرفی دانش و دستاوردهای بومی خود از توانایی و مشاوره‌های آنان نیز بهره مند گردد.

- بازدید پروفسور کریستف لوز، بنیان گذار و نظریه پرداز بناه آلمانی در زمینه طرمواره درمانی کودک و نوجوان ST-CA (۲ دوره)
- برگزاری کارگاه ۶ روزه طرمواره درمانی کودک و نوجوان، ویژه متخصصین حوزه روانشناسی با حضور ایشان



- بازید دکتر جان فیلیپ لوییس (بنیان‌گذار و نظریه پرداز بنام سنگاپوری از کشور آمریکا و نویسنده کتاب معروف فرزندپروری با کیفیت) و برگزاری کارگاه ۳ روزه فرزندپروری ویژه متفحصین موزه کودک و نوجوان



- بازدید دکتر پائول کاسیانیک نماینده انجمن جهانی طرمواره درمانی از کشور روسیه و برگزاری ۲ دوره کارگاه آموزشی ۳ روزه ویژه متخصصین حوزه روانشناسی



● بازدهی

با توجه به اینکه مرکز فرآموز فردوس در حیطه آموزش کودکان و نوجوانان و والدین آنها فعالیت دارد و همچنین کودکان کار و کودکان مهاجر را نیز تحت پوشش آموزشی خود قرار می‌دهد، بر اساس آموزش‌های صورت گرفته، نتایج رضایت بخشی به دست آمده که این نتایج در قالب مقاله‌های علمی و پژوهشی در نشریات داخلی و بین‌المللی به چاپ رسیده و در کنگره‌های بین‌المللی نیز مطرح گردیده که چند مورد آن به شرح ذیل می‌باشد: