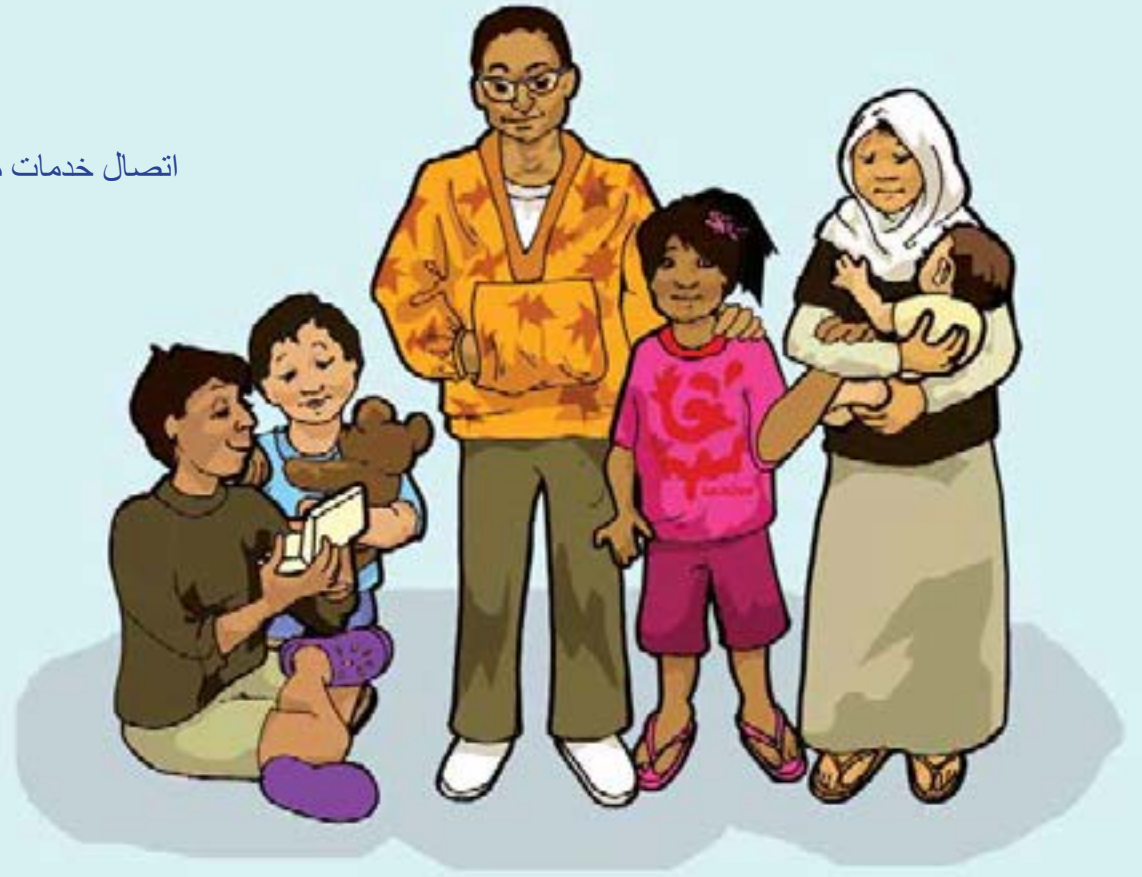




اتصال خدمات مهاجرین جوان و اطفال



بزرگ نمودن اطفال در یک کشور جدید کتاب  
راهنمای تشریحی

پوشش خدمات جوانان و اطفال مهاجر(BRYCS)، پروژهٔ کنفرانس اسقف های کاتولیک در ایالات متحده امریکا (USCCB) است و هدف آن فراهم نمودن مساعدت ملی تخنیکی بخاطر» دور نمودن خلا» میان رفاه عامه طفل و سایر سازمان ها، مهاجرین و نهادهای کمک رسان به مهاجرین و مردمان جدیدالورود می باشد. هدف اصلی اتصال خدمات جوانان و اطفال مهاجر تقویت ظرفیت سازمان های خدماتی در سراسر ایالات متحده امریکا بخاطر حصول اطمینان از انکشاف موفق اطفال، جوانان و فامیل های مهاجر و تازه وارد از طریق آموزش، مشاوره، انکشاف منابع اساسی و سازمان های نقل و انتقالات مبتنی بر وب می باشد. برای معلومات بیشتر به وبسایت [www.brycs.org](http://www.brycs.org) مراجعه کنید.

پروژه اتصال خدمات جوانان و اطفال BRYCS از طریق دفتر اسکان مجدد مهاجرین، ادارهٔ اطفال و فامیل های دبیارتمنت صحت و خدمات با کمک نمبر 90 RB 0022 حمایت می شود. انعکاس هرگونه آراء و نظریات در منابع BRYCS بیانگر نظریات مولفین است و لزوماً بیانگر آراء و نظریات دفتر اسکان مجدد مهاجرین نمی باشد.

### فهرست مطالب

© 2007 کنفرانس اسقف های کاتولیک در ایالات متحده امریکا، واشنگتن دی سی 20017. این نشریه را می‌توانید تنها به اهداف چون نقد و نظر، استفاده در گزارش خبری، تدریس، اسکالرشیب یا تحقیق از طریق چاپ با ذکر یادداشت حق کاپی رایت و ارتباط داد آن به این لینک بازتولید و بشکل عام توزیع نمائید، اما توزیع، فروش، کرایه و هرگونه تبادلۀ با ارزش دیگر، ممنوع می باشد. بخاطر هرگونه استفادهٔ دیگر از این نشریه باید از کنفرانس اسقف های کاتولیک در ایالات متحده امریکا اجازه گرفته شود. برای همچو اجازه با [info@brycs.org](mailto:info@brycs.org) تماس بگیرید.

|    |                             |       |                        |
|----|-----------------------------|-------|------------------------|
| 1  | خدمات حفاظت اطفال (CPS)     | 15-17 | خواب شدن و بیدار شدن   |
| 2  | آماده بودن برای یادگیری     | 18    | مکتب رفتن              |
| 3  | مکاتب                       | 19    | خوراک و تغذیه          |
| 4  | بعد از مکتب                 | 20    | مصونیت در سرک          |
| 5  | غذای ناسالم                 | 21    | مصونیت در موتر         |
| 6  | یکجا غذا خوردن              | 22    | کمربندها               |
| 7  | کارهای خانه                 | 23    | مصونیت در خانه         |
| 8  | حفظ الصحه، شیردهی           | 24    | نظارت از اطفال         |
| 9  | وقت استراحت                 | 25    | مصونیت در اماکن عامه   |
| 10 | تربیه اولاد در یک کشور جدید |       | توجه نشان داد به اطفال |
| 11 | خلاصه                       | 26-27 | نظم و دسپلین           |
| 12 | منابع و مآخذ                | 28-30 | جدای سازی              |
| 13 | منابع                       | 31    | پاداش ها و عواقب آن    |
| 14 | سپاسگزاری                   | 32    | امتیازات و محدودیت ها  |

این به معنی «نخیر» است



## مقدمه، ادامه دارد

این کتاب راهنمای تشریحی روی پنج موضوع ذیل تمرکز دارد.

- تربیه و پرورش چون که روال زندگی اکثراً در ایالات متحده امریکا سریع است همزمان کار نمودن و سپری نمودن وقت با اطفال می تواند خیلی چالش برانگیز باشد. فعالیت های چون در وقت صرف طعام و وقت استراحت فامیل میتواند فرصت های خوبی برای تربیه و پرورش و ادامهٔ بحث ها در باره موضوعات عنعنوی فرهنگی باشد.
- نظارت/طرح ریزی والدین مسؤل نظارت از اطفال خود در ایالات متحده امریکا هم در داخل و هم در خارج خانه- و همچنین مسؤل حفاظت اطفال در برابر هرگونه ضرر یا آسیب می باشند.
- ساختار/محدودیت ها: در عصر که زندگی با سرعت پیش میرود، برای اطفال کمک میکند اگر والدین شان یک تقسیم اوقات/کارهای یومیه را داشته باشند و محدودیت یا قواعد را ( در بارهٔ چیزهای چون خوردن غذای ناسالم؛ استفاده از انترنت، ویدیو گیم یا تلویزیون، همکاری در کارهای خانه؛ و بازی با دوستان) برایشان وضع نمایند. همچو ساختار می تواند در بخش حمایت و تقویت نظم و دسپلین و احترام کمک کند.

- دسپلین/احترام: نظم و دسپلین نظر به فرهنگ ها متفاوت می باشد. روش های عام در ایالات متحده امریکا در قسمت نظم و دسپلین شامل تقویت مثبت، جداسازی، محدود نمودن امتیازات یا تعیین عواقب می باشد. مهم است تا بدانیم که چه چیز درینجا قابل قبول است و چه چیزی قابل قبول نیست تا فامیل های تازه وارد بتوانند با این روش ها بخاطر استفاده خود عادت کنند یا اینکه از روش های مختلط که برای فامیل ها مفید است استفاده کنند. صرف نظر از این، نظم و دسپلین زمانی خیلی موثر می باشد که بشکل منظم و منسجم تطبیق گردد و رفتار مورد علاقهٔ والدین توسط والدین سرمشق یا تطبیق گردد.

- مشارکت تعلیمی: توقع بخاطر سهم گیری والدین در بخش تعلیم و تربیه اطفال برای بعضی از والدین مهاجر/پناهنده یک مسئله جدید است، چون تعلیم و تربیه در بسیاری از کشورها اساساً مسولیت معلم پنداشته می شود. در ایالات متحده امریکا، از والدین توقع میرود که در بخش تعلیم و تربیه اطفال شان سهم بگیرند البته از طریق تدویر جلسات با معلمین و اشتراک در برنامه های مکتب؛ در خانه، والدین میتوانند در قسمت کارخانگی با اطفال خود کمک کنند و ایشان را به مطالعه منظم و سایر فعالیت های تعلیمی تشویق کنند.

این رساله عمدتاً روی تربیه و پرورش اطفال جوانتر تمرکز نموده است. ایجاد ارتباطات خوب و دسپلین زمانی که اطفال جوانتر هستند، تهداب مهم را برای حفظ روابط با نوجوانان فراهم می سازد. برای معلومات مزید در باره نوجوانان مهاجر و پناهنده، به بخش بزرگ نمودن اطفال در یک کشور جدید: بستهٔ انکشاف مثبت جوانان برای کار نمودن با مهاجرین و پناهندگان (http://www.brycs.org/documents/GrowingUpInANewCountry-Web.pdf).

کار روی بهبود این رسالهٔ تشریحی جریان می داشته باشد. ما در جریان تدوین این رساله، نظریات مهم و اساسی از ارایه کنندگان خدمات دریافت نمودیم ( به بخش سپاسگزاری در صفحهٔ 23) مراجعه کنید. با آن هم، امیدواریم تا نظریات بیشتر دریافت کنیم چون این رساله در ساحه استفاده و امتحان می شود. هدف ما این است تا این رساله را بهبود بخشیم تا حدالامکان برای نهادها و تازه واردانی که این نهادها برای آنان خدمات ارایه میکند، مفید باشد. لطفاً تمام پیشنهادات خود را برای چاپ های بعدی این رساله به این ایمیل آدرس info@brycs.org ارسال کنید.

## مقدمه

فامیل های مهاجرین و پناهندگان با سرمایه قوی تربیه اولاد، تجارب فرهنگی و عنعنونی فامیلی به ایالات متحده امریکا می آیند. مانند بسیاری از والدین در ایالات متحده امریکا، آن ها مسؤلیت پذیر و اولاد تربیه کن هستند و اکثراً قربانی های زیادی بخاطر فراهم نمودن فرصت برای مصونیت و کامیابی اطفال شان در کشور جدید را متحمل شده اند. در عین حال، واضح است والدین تازه وارد اکثراً بخاطر توافق با این موارد نیاز به کمک دارند: توافق با محیط فزیکی جدید همراه با خطرات غیرعادی؛ از دست دادن حمایت فامیل کلان و محل؛ عدم موثریت ( بعضی اوقات غیرمشروع) روش های عنعنونی نظم و دسپلین؛ و توافق با سلوک و رفتارهای جدید و ناآشنای « امریکایی» اطفال شان. بدبختانه، چالش های تربیه اولاد در محیط جدید همراه با شرایط سخت مالی و فشار تغییر نقش فامیل ها، بعضی اوقات منجر به دخیل شدن همچو تازه واردان با سیستم رفاه طفل می شود.

این رساله برای نهادهای ارایه خدمات به مهاجرین و پناهندگان ترتیب گردیده بود تا از تلاش های آن ها بخاطر حصول اطمینان از اینکه والدین تازه وارد معلومات ابتدایی را که در باره قوانین امریکا و روش های تربیه اولاد نیازد دارند، حمایت شود. هرچند ممکن است این رساله برای تازه واردان مفید باشد، هدف اساسی آن برای مدیران کیس ها و سایر ارایه کننده گان خدمات بخاطر استفاده مشترک با مشتریان مهاجر و پناهنده می باشد. این رساله بخاطر والدین تازه وارد با سطح پائین مهارت زبان انگلیسی و یا سواد پائین تهیه شده است. از آنجائیکه اکثر مفاهیم پیچیده که درین رساله بیان گردیده لزوماً ساده گردیده، بخش منابع(صفحات 31-28) دسترسی به معلومات بشکل آسان را برای ارایه کنندگان خدمات فراهم می نماید تا در بخش نقاط اساسی درین رساله کمک کند. برای نتایج بهتر، پروژهٔ اتصال خدمات جوانان و اطفال سفارش میکند که این رساله را در گروپ های حمایت والدین که از نظر فرهنگی مناسب باشد استفاده نمایند، در همچو گروپ ها حداقل یک مهاجر با تجربه از عین قوم و یک والدین امریکایی موجود باشد تا والدین مهاجر و پناهنده بتوانند سوال کنند، رفتارهای جدید را تمرین کنند و حمایت مثبت بدست آورند تا روند انتقال شان آسان گردد ( برای معلومات مزید، بخش تربیه اولاد در یک کشور جدید: بستهٔ جهت کار نمودن با والدین تازه وارد نشریه BRYCS را ببینید. همچنین برای معلومات بیشتر در باره گروپ های حمایت والدین بشمول نصاب و سایر معلومات تعلیمی به این لینک مراجعه کنید.

http://www.brycs.org/documents/raisingchildreninanewcountry\_web.pdf

مساعدت تخنیکی و نشریه های BRYCS بشمول این رساله توسط باورهای ذیل به پیش برده می شود:

- برای اطفال و جوانان مهاجر و پناهنده، خیلی مهم است تا ارتباط قوی و مثبت با میراث های قومی خویش را ( اگر به سن جوانی به امریکا آمده باشند) حفظ و انکشاف بدهند، البته علاوه براین که باید هویت مثبت امریکایی(دو فرهنگی) خود را نیز حفظ و تقویت کنند. این کار فامیل ها را قوی نگه میدارد و بدینوسیله حمایتی را که اطفال بخاطر موفقیت درین کشور نیاز دارند، فراهم می نماید.
- برای ارایه کنندگان خدمات، مهم است تا از رویکردهای متمرکز بر فامیل-محل و رویکردهای مبتنی بر قوت ها همراه با مهاجرین و پناهندگان استفاده شود. این رویکردها چانس پذیرش خدمات توسط فامیل های تازه وارد و همچنین موثریت آن را بیشتر می سازد.

- برای محلات، همکاری میان ارایه کنندگان خدمات بخاطر موثریت همچو خدمات خیلی حیاتی است. BRYCS بخصوص همکاری میان نهادهای کمک رسان به مهاجرین/پناهندگان و نهادهای از این دست مانند خدمات حفاظت طفل (CPS) را ترویج و تقویت میکند. به عنوان مثال، سازمان های قومی محلی و نهادهای اسکان مجدد مهاجرین اکثراً می توانند خدمات دسترسی به ترجمه شفاهی، مشاوره های فرهنگی و آموزشی، ارزیابی ظرفیت شایستگی فرهنگی و خدمات مناسب خاص فرهنگی را بخاطر حصول اطمینان از اینکه رسیدگی همچو نهاد ها به تازه واردان موثر باشد، ارایه نمایند. در حالیکه خدمات حفاظت طفل (CPS) راجع سازی به یک سلسله خدماتی را که معمولاً تازه واردان آن را بدست آورده نمی تواند، انجام میدهد.



### خواب شدن و بیدار شدن

اطفال جوان معمولاً نسبت به نوجوانان بیشتر به خواب نیاز دارند. در مجموع: اطفال زیر سن 5 سال در جریان شب نیاز 10-12 ساعت خواب دارند. اطفال سن مکتب در جریان شب نیاز به 9-10 ساعت خواب دارند. نوجوانان در جریان شب نیاز به 8-9 ساعت خواب دارند.

شب قبل از مکتب رفتن، بعضی از والدین و اطفال این را پسندیده می پندارند تا لباس ها و کتاب های را که روز بعد بخاطر مکتب نیاز دارند، آماده سازند.



### مکتب رفتن

تمام دختران و پسران در ایالات متحده امریکا، بشمول اطفال معلول براساس قانون مکلف اند تا به مکتب بروند.

اطفال باید بموقع به مکتب حاضر شوند. اطفالی که با بس به مکتب می آیند باید 5 دقیقه قبل در توقفگاه بس پیش از رسیدن بس حاضر باشند.

اگر اطفال ناوقت به مکتب بیایند یا غیرحاضر باشند، والدین باید به مکتب زنگ بزنند و دلیل غیرحاضری و ناوقت آمدن طفل شان را بگویند. در صورت نیاز، از ترجمان بخواهید کمک تان کند. هرگز طفل را منحیث ترجمان استفاده نکنید.



### خوراک و تغذیه

اطفال نیاز دارند تا قبل از رفتن به مکتب در نان صبح، غذای سالم بخورند تا برای درس و یادگیری انرژی داشته باشند.

اطفال در ایالات متحده امریکا در جریان روز معمولاً 3 وقت غذا میخورند همراه با 1 یا 2 غذای سرپایی خوراک شامل یک بسته کامل ( برنج، دانه یا گندم)؛ پروتئین ( گوشت یا لوبیا) و مقداری کافی میوه و سبزیجات می باشد. باید آب کافی بنوشند و مقدار محدودی جوس میوه و شیر بنوشند.



### مصونیت در سرک

کلان سالان باید اطفال را حین عبور و مرور مصون از سرک کمک کنند. باید از پیاده روها استفاده کنید و اطفال جوان را در قسمت اصول « متوقف باش، ببین و بشنو» قبل از عبور از سرک یاد بدهد.

اطمینان حاصل کنید که اطفال لباس مورد نیاز مطابق آب و هوا داشته باشند.



### مصونیت در موتر

هرگز اطفال تحت سن 10 سال را در موتر تنها نگذارید.



### کمر بند ها

بسیاری از ایالت ها از مردم میخواهند تا حین رانندگی موتر از کمر بند استفاده نمایند. معمولاً افراد سیت جلو باید کمر بند خود را بسته کنند، اطفال زیر سن 4 سال باید در سیت های مطابق اندازه اطفال بنشینند و اطفال بین سن 4 الی 8 نیاز به سیت های بالابر/تقویت کننده دارند.



## نظارت از اطفال

از والدین انتظار می‌رود تا مواظب اطفال خود باشند و باید بدانند که اطفال شان چه می‌کنند. همسایه‌ها هرگز مواظب طفل شما نمی‌باشند مگر اینکه از آن‌ها خواسته باشید که چنین کاری را انجام بدهند و سخن شما را قبول کرده باشد.

رهنمود نظارت از اطفال نظر به هر ایالت متفاوت می‌باشد. درینجا بعضی از رهنمودهای عمومی بخاطر نظارت از اطفال بیان گردیده است.



اطفال 7 ساله و پائین‌تر از آن نباید تنها گذاشته شوند.

اطفال بین سن 8-10 سال باید در جریان روز یا نزدیک شام بیش از 90 دقیقه تنها گذاشته نشود.

اطفال بین سن 11-12 را می‌توانید تا 3 ساعت تنها بگذارید، اما نه بیشتر از آن در ناوقت شب.

اطفال بین سن 13-15 را می‌توانید تنها بگذارید اما نه بیشتر از یک شب.

اطفال بین سن 16-17 را می‌توانید تنها بگذارید، اما نه بیشتر از دو شب.

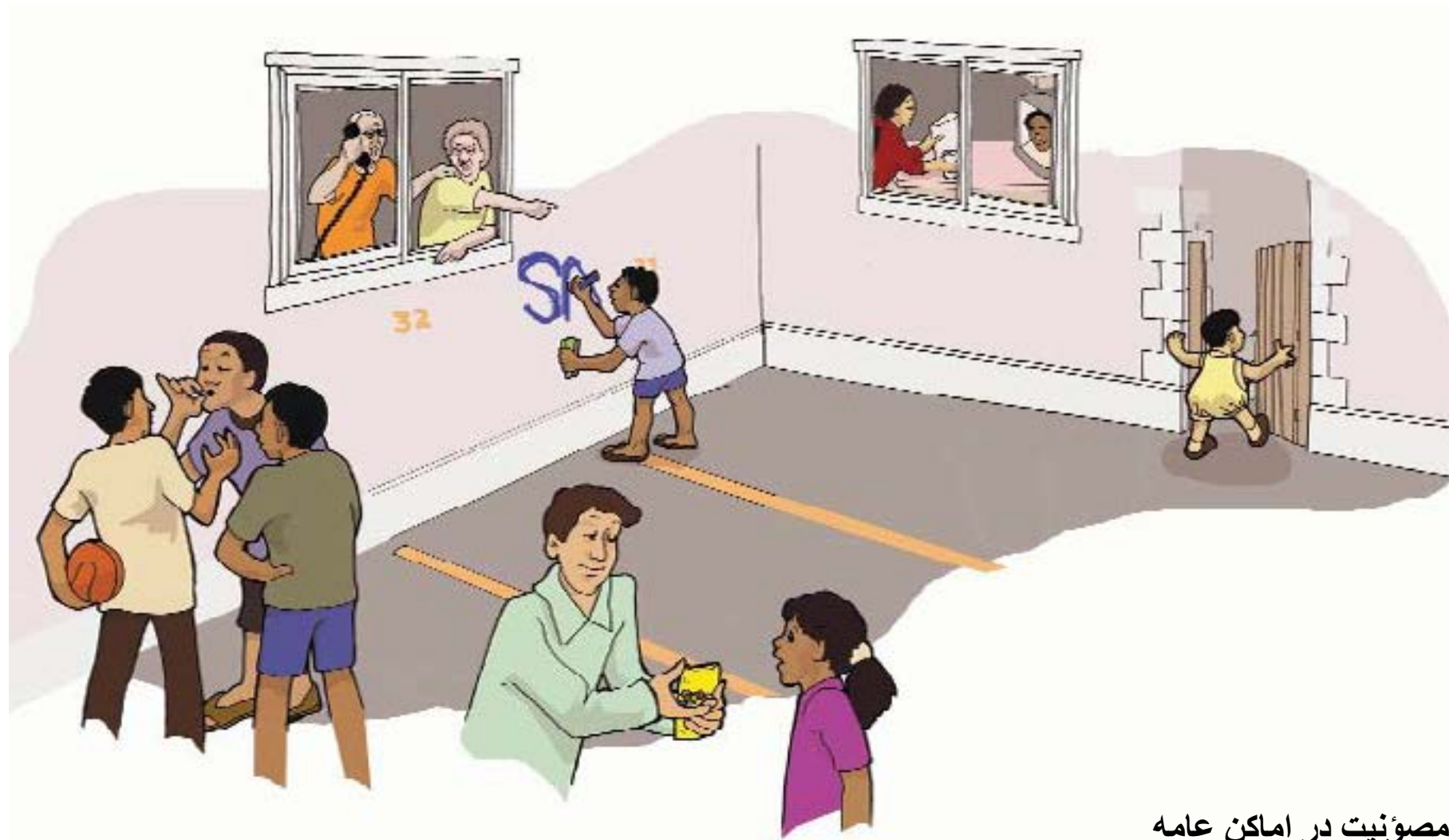
اطفالی که تنها گذاشته می‌شوند همیشه باید بدانند که چگونه والدین یا کلان سال دیگر در تماس باشد و چگونه در حالت اضطراری به شماره 911 تماس بگیرد.

اطفال در ایالات متحده امریکا، معمولاً تا سن 11 یا 12 نمی‌توانند از اطفال خرد سال مراقبت و نگهداری آن‌ها را نمایند و نمی‌توانند تا سن 15 اطفال جوان یا نوزادان را مواظبت نمایند.

## مصونیت در خانه

اشیای خطرناک را از دسترس اطفال دو نگهدارید بشمول گوگرد، ماده سفید کننده، مایع ظرفشویی و ادویه جات. اگر یک طفل چیزی را می‌بلعد و برایش ضرر می‌رساند، فوراً به شماره 911 به تماس شوید.





### مصونیت در اماکن عامه

اطفال زیر سن 8 سال باید در تمام اوقات مراقبت شوند بخصوص در اماکن عامه. اطفال بالاتر از سن 8 سالگی باید بخاطر تنها جای رفتن یا با دوستان اش رفتن از والدین خود اجازه بگیرند.

والدین باید به اطفال شان یاد بدهد که از افرادی که فامیل های شان نمی شناسند نباید شیرینی یا تحایف را بگیرند و هرگاه کسی ایشان را ناراحت می سازد باید به یک شخص کلان سال قابل اعتماد بگوید.

اطفال تان را در باره مواد مخدر خطرناک، الکل و سگرت کشیدن اخطار بدهید.



### توجه نشان دادن به اطفال

بعضی اوقات اطفال رفتار بد میداشته باشد و به والدین شان توجه نمی کنند. وقتی والدین با اطفال شان وقت خود را سپری میکنند، خوشحال می شوند بشمول گپ زدن با آن ها، گوش دادن به حرف آن ها و ساعت تیری با آن ها





### نظم و دسپلین

دسپلین خشن فیزیکی مانند سیلی زدن، لت و کوب کردن، زدن یا آن‌ها را سخت تکان دادن که سبب جراحت طفل شود یا لکه یا داغی به صورت او بماند، همچو عمل در ایالات متحده امریکا غیرقانونی است. بعضی افراد مشخص مانند معلمین، داکتران و کارگران اجتماعی باید همچو لکه‌ها یا داغی که به صورت یا سایر اعضای بدن طفل می‌باشد را گزارش دهند. ممکن است علائم سوء استفاده از اطفال باشد.

چون هرگونه نظم و دسپلین فیزیکی ممکن است خشن شود و از اینکه اطفال بیشتر از سایر روش‌های نظم و دسپلین می‌آموزند، بسیاری از مردم در ایالات متحده امریکا در عصر حاضر از نظم و دسپلین فیزیکی استفاده نمی‌کنند.

سه صفحه بعدی روش‌های عام نظم و دسپلین را در ایالات متحده امریکا نشان می‌دهد.

### جداسازی

«جداسازی» اکثراً برای اطفال تا 8 سالگی استفاده می‌شود. یک جای منظم برای طفل آماده می‌شود و طفل بشکل تنها آنجا فرستاده می‌شود تا آرام بگیرد و درباره اعمال خود فکر کند.

سن طفل را منحصراً رهنمود استفاده کنید: برای مثال، 2 دقیقه برای طفل 2 ساله و 3 دقیقه برای طفل 3 ساله.

والدین باید بشکل بسیار آرام طفل خود را بفهماند تا در آینده چگونه رفتار درست نماید.



## پاداش ها و عواقب آن

اطفال بین سن 6-21 ساله را می توان با پاداش ها و عواقب منظم ساخت و نظم و دسلپین را برایشان یاد داد.

طفل را در برابر رفتار خوب پاداش بدهید، برای مثال اجازه بدهید تا یک برنامه خاص تلویزیونی را که چگونه هر روز بستر خواب خود را آماده سازد، تماشا کند یا اجازه بدهید تا با دوست اش بازی کند اگر آن ها با شستن ظروف کمک میکند.

وقتی اطفال از اوامر والدین خود بی اطاعتی میکند، چیزی را که دوست دارند از نزدشان بگیرید. برای مثال، به اطفال اجازه ندهید که بعد از مکتب در بیرون بازی کند چون اطاق خواب خود را پاک و منظم نمی کند.



## امتیازات و محدودیت ها

نوجوانان می توانند امتیازات را بدست آورند البته زمانی که از اوامر والدین خویش اطاعت کنند و در صورت بی اطاعتی امتیازات را از دست میدهند. برای مثال، نوجوانانی که کارهای خانه را تکمیل کردند، به والدین خود بگویند که کجا می خواهند بروند و بموقع خانه می آیند و وقت خود را بخاطر کمپیوتر بدست می آورند، موتر رانندگی میکنند، از تیلیفون استفاده می کنند یا با دوستان شان بازی کنند. اگر نوجوانان از اوامر والدین خود پیروی نکنند، والدین می توانند امتیازات فوق را از پیش شان بگیرد.

در باره رفتار مورد علاقه خویش، قواعد خانه، پاداش ها و عواقب آن خیلی رک و راست و اصولی باشید.



## خدمات حفاظت از اطفال (CPS)

بعضی اوقات، یک فامیل که در آن گزارش سوء استفاده اطفال یا غفلت در قبال اطفال وجود دارد، کارگر مربوطه یا پولیس از اداره خدمات حفاظت اطفال به آن خانه می‌رود تا اطمینان حاصل نماید که طفل مصون است.

آسیب و ضرر رساندن به طفل چهار مرحله دارد:

- (1) بد رفتاری فیزیکی: آسیب رساندن به طفل از طریق اینگونه اعمال؛ لت و کوب، زدن، لگد زدن، سوزاندن، تکان دادن یا سایر روش های آسیب رساندن به طفل
- (2) غفلت نمودن در قبال طفل: رها کردن طفل یا عدم مواظبت از طفل؛ عدم برآورده ساختن نیازهای فیزیکی، تعلیمی یا صحتی طفل؛ با آن هم، فقیر بودن به این معنی نیست که والدین طفل خود را به فراموشی بسپارد.
- (3) بد رفتاری جنسی: هرگونه فعالیت جنسی میان طفل و کلان سال.
- (4) بد رفتاری احساساتی: جیغ زدن مکرر، استفاده از نام توهین آمیز یا رد و عدم پذیرش طفل



از بسیاری فامیل ها اداره خدمات حفاظت از طفل هرگز دیدن ننموده است. اما با آنهم، وقتی از اداره حفاظت طفل کسی آمد باید آرام و همکار باشید و اطمینان حاصل کنید که کارگر، یک ترجمان یا کارمند فرهنگی با خود بیاورد تا در قسمت مفاهمه و درک مطلب کمک کند. اطفال باید هرگز منحیت ترجمان استفاده نشوند.



## خدمات حفاظت از طفل ( ادامه دارد )

خدمات حفاظت از طفل، فامیل را در قسمت یادگیری حل منازعات و استفاده موثر روش های نظم و دسپلین اطفال کمک میکند. همچنین فامیل را در قسمت دریافت خدمات در خانه یا در یک اداره کمک میکند.

## خدمات حفاظت از طفل (ادامه دارد)

اگر خدمات حفاظت از طفل به این باور رسید که ماندن طفل در خانه برایش مصون نیست، تصمیم گرفته می‌شود که طفل در خانه اقارب، فامیل سرپرست یا در یک سرپناه اضطراری انتقال داده شود. اگر چنین شد، والدین باید یک بزرگ یا مسؤل محل و حقوق دان را تماس بگیرد تا اطمینان حاصل گردد که هر دو فامیل و خدمات حفاظت طفل معلومات کافی دارند. ممکن است استماعیه محکمه نیز صورت گیرد که در آن یک قاضی فیصله نماید که آیا بازگشت طفل به خانه اصلی شان مصون است یا خیر. خدمات حفاظت از طفل با فامیل مربوطه کار میکند تا خانه را برای بازگشت طفل مصون سازند.



بعضی اوقات اطفال تهدید میکنند که به شماره ۱۱۹ تماس میگیرند البته زمانی که والدین آن‌ها را آسیب نرسانده باشد و تلاش میکنند چیزی را که میخواهند بدست آورند. والدین باید قوانین را درست بدانند و به اطفال تفهیم بدارند که در صورت ارایه گزارش‌های غلط به مشکل مواجه می‌شوند.

## آماده شدن برای یادگیری

اطفالی که دارای امور عادی، نظم و دسیپلین منسجم، غذای فامیلی باشند و به آن‌ها توجه شود خوشحال می‌باشند و بهتر می‌توانند یاد بگیرند.



## بعد از مکتب

هر روز بعد از مکتب:

از اطفال در باره روز مکتب شما بپرسید («امروز بهترین/بدترین چیز در مکتب چه بود؟ چه چیز باعث خنده شما شد؟ با کی بازی کردید و چرا؟»)

با آن ها کمک کنید تا کارخانگی شان تکمیل کنند.

اطلاعیه های را که از مکتب به خانه شما فرستاده می شود، چک کنید



در قسمت استفاده اطفال از تلویزیون، ویدیوگیم و کمپیوتر نظارت داشته باشد و برای آن ها محدودیت وضع کنید.

مکتب و مراکز محلی اکثراً برای اطفال فعالیت های بعد از مکتب دارند.



## مکتب

مکتب از والدین توقع دارند تا در قسمت تعلیم و تربیه اطفال شان دخیل باشند. والدین هر سال تعلیمی، چند بار با معلمین جلسه میداشته باشند.

در جلسات با معلمین یا سایر کارکنان مکتب، اگر لازم باشد ترجمان درخواست کنید. هرگز طفل را منحصت ترجمان استفاده نکنید.

ممکن است از والدین تقاضا شود تا در مکتب منحصت داوطلب کار نمایند یا چیزهای مشخص را هدیه کنند. این موضوع رضاکارانه است.





## غذای ناسالم

بعد از مکتب، غذاهای سرپایی را محدود سازید و اطفال را تشویق کنید تا غذای سالم بخورند مانند میوه ها اطفال را اجازه ندهید تا بسیار کلچه، شیرینی باب، چپس بخورند و شیرینی های سودا دار را محدود سازید.



## یکجا غذا خوردن

برای فامیل ها خیلی مهم است تا غذا را یکجا نوش جان کنند. یکجا خوردن غذا حداقل یک بار در روز می تواند فامیل ها را کمک نماید تا از نظر ارتباطات قوی باشند و برایشان فرصت میدهد تا از غذاهای فرهنگی و سنتی یکجا لذت ببرند.



### کارهای خانه

مسئولیت های خانه را تقسیم کنید. برای مثال هر کس می تواند کمک کند تا میز غذا خوری را آماده سازد و بعد از صرف طعام آن را پاک نماید.

اطفال اکثراً دارای کارهای «خانه» می باشند اما وظیفه آن ها این است تا والدین خویش را تنها کمک نماید، ولی بطور کامل مسؤل نمی باشند.

بعضی فامیل ها اطفال را بخاطر تکمیل کارهای خانه با دادن مقدار پول کم منحیث «مدد معاش» یا اجازه دادن آن ها بخاطر انجام بعضی فعالیت که خوش دارند، پاداش میدهند.

### حفظ الصحه

اطفال تان را در قسمت شستن دستان شان بعد از بازی در بیرون و قبل از صرف طعام و بعد از تشناب رفتن یاد بدهید و همچنین یاد بدهید که بعد از صرف طعام دندان های خود را با برس بشویند.



### شیردهی

شیر سینه برای اطفال خیلی مهم و مقوی است. زمانی که مادران امریکایی در اماکن عمومی می باشند، اکثراً خود را با پتو یا روکش می پوشانند یا اینکه به اطاق دیگر می روند تا اطفال خود را شیر بدهند و از آن ها مراقبت نمایند.



### وقت استراحت

اطفال با داشتن تقسیم اوقات منظم عملکرد عالی میداشته باشند. وقت استراحت معمولی را چنان تنظیم کنید که طفل قبل از استراحت دندان های خود را برس کند، لباس خواب خود را بپوشد، یک قصه یا خواندن را پیش از خواب شدن بخواند و برای آمادگی به خواب هر شب چنین کاری را انجام بدهد. این بهترین زمان بخاطر شریک نمودن خاطرات، قصه ها یا آهنگ ها از فرهنگ خودتان برای اطفال تان می باشد.

### تربیه اولاد در یک کشور جدید: خلاصه





## تربیه اولاد در یک کشور جدید: خلاصه



### صفحه 2:

برای دیدن خلاصه حضور الزامی حاضری مکتب برای سنین مختلف به لینک های ذیل مراجعه کنید.

[http://nces.ed.gov/programs/digest/d05/tables/dt05\\_147.asp?referer=list](http://nces.ed.gov/programs/digest/d05/tables/dt05_147.asp?referer=list)

### صفحه 3:

برای بخش ,, فلپ چارت خوراک سالم، زندگی سالم ,, که توسط کمیته ایالات متحده امریکا برای مهاجرین و پناهندگان آماده گردیده است، به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.refugees.org/article.aspx?id=1818>

برای بخش ,, اطفال سالم، انتخاب های سالم” مراکز کنترل و جلوگیری امراض، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

[http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/nutrition/nutrition\\_for\\_everyone/quick\\_tips/healthy\\_children.htm](http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/nutrition/nutrition_for_everyone/quick_tips/healthy_children.htm)

برای دیدن هرم غذایی وزارت زراعت امریکا لطفاً به این لینک مراجعه کنید: <http://www.nal.usda.gov/fnic/Fpyr/pyramid.gif>

### صفحه 4:

بخاطر ,, عبور کردن از سرک” تهیه شده پوهنتون پیتسبورگ لطفاً روی لینک ذیل کلیک کنید.

<http://www.education.pitt.edu/ocd/publications/parentingguides/CrossingTheStreet.pdf>

### صفحه 5:

بخاطر ,, راه و روش سرک: برنامه کامل مصونیت ترافیک ,, بشمول” تنها نگذاشتن طفل در داخل موتر” و سایر موضوعات تهیه شده توسعه همکاری تگزاس، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

[http://fcs.tamu.edu/safety/passenger\\_safety/toolkit/youth\\_traffic\\_safety.php](http://fcs.tamu.edu/safety/passenger_safety/toolkit/youth_traffic_safety.php)

### صفحه 6:

برای مرور ,, خلاصه قوانین حفاظت از ساکن واسطه نقلیه” توسط ایالت، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.nhtsa.dot.gov/people/injury/airbags/VehOccProtectionLaws.pdf>

برای قوانین منع اطفال ایالت، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید. <http://www.nhtsa.dot.gov/people/injury/airbags/OccupantProtectionFacts/appendixc.htm>

برای دیدن مقررات بالابرنده/تقویت کننده سیت موتر ایالت، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

[http://www.nhtsa.dot.gov/people/injury/childps/BoosterSeatLaws\\_OverviewMaps07.pdf](http://www.nhtsa.dot.gov/people/injury/childps/BoosterSeatLaws_OverviewMaps07.pdf)

و بخاطر مصونیت مسافر به زبان اسپانیایی به لینک ذیل مراجعه کنید. <http://www.nhtsa.dot.gov/people/injury/childps/CPS-espanol.html>

### صفحه 8:

بخاطر منابع بیشتر در باره نظارت و نگهداری اولاد، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید: <http://www.nccic.org/poptopics/homealone.html>

برای ,, آماده سازی اطفال بخاطر تنها بودن” از دیپارتمنت IL خدمات اطفال و فامیل لطفاً به لینک های ذیل مراجعه کنید.

[http://www.state.il.us/DCFS/library/com\\_communications\\_sumlicen\\_prepare.shtml](http://www.state.il.us/DCFS/library/com_communications_sumlicen_prepare.shtml)

## منابع و مأخذ، ادامه دارد:

### صفحه 19:

برای مواد در بارهٔ «ارتباطات موثر والدین-معلم» به لسان اسپانیایی تهیه شده توسط مرکز تربیه و پرورش موثر اولاد، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.parenting-ed.org/Spanish%20handouts/Effective%20Parent-Teacher%20Communication%20-span.doc>

### صفحه 20:

برای مواد در بارهٔ «کارخانگی: چگونه طفل تان را انگیزه بدهید» به لسان اسپانیایی تهیه شده توسط مرکز تربیه و پرورش موثر اولاد، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.parenting-ed.org/Spanish%20handouts/Homework-%20How%20to%20motivate%20your%20child.doc>

برای سفارشات در بارهٔ استفادهٔ اینترنت و رسانه ها با اطفال، لطفاً به سایت اکادمی امریکایی طب اطفال مراجعه کنید.

<http://www.aap.org/healthtopics/mediause.cfm>

بخاطر «راهنمای والدین بخاطر مصونیت اینترنت» تهیه شده توسط دفتر تحقیقات فدرال، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.fbi.gov/publications/pguide/pguidee.htm>

بخاطر فکت شیت کمیسیون تجارت فدرال در بارهٔ «سایت های شبکه سازی اجتماعی: راهنمای والدین:»

لطفاً به این لینک مراجعه کنید. <http://www.ftc.gov/bcp/edu/pubs/consumer/tech/tec13.pdf>و بخاطر «سایت های شبکه سازی اجتماعی: نکاتی در بارهٔ خوردسالان و

نوجوانان:» لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.و بخاطر «سایت های شبکه سازی اجتماعی: نکاتی در بارهٔ خوردسالان و نوجوانان:» لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.ftc.gov/bcp/edu/pubs/consumer/tech/tec14.pdf>

برای منابع در لسان های انگلیسی و اسپانیایی در بارهٔ مصونیت اینترنت تهیه شده توسط مکتب (North East Independent School District) در سان انتونیو ایالت تگزاس، لطفاً به لینک

ذیل مراجعه کنید. <http://www.neisd.net/safety/internet/>

### صفحه 24:

برای معلومات راجع به «شیردهی» و «شیردوشی» به لسان های انگلیسی، همونگ و اسپانیایی تهیه شده توسط کلینیک ها و شفاخانه های اطفال ایالت مینهسوتا، لطفاً به لینک ذیل مراجعه

کنید. <http://www.childrensmn.org/Manuals/PFS/Alphabetical.asp#PFSDocListB>

برای معلومات راجع به «شیردهی» و سایر منابع دیگر به لسان های سومالیایی تهیه شده توسط دبیارتمنت صحت ایالت مینهسوتا ، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.health.state.mn.us/divs/fh/wic/nutrition/somalipdf/somali.html#breastfeeding>

بخاطر منابع در بارهٔ شیردهی به لسان های چینیایی، ایتالیایی، روسی و اسپانیایی و سایر لسان ها، لطفاً به این لینک مراجعه کنید. <http://www.llli.org/>

بخاطر منابع در بارهٔ شیردهی به لسان های ویتنامی و انگلیسی، لطفاً به این لینک مراجعه کنید: <http://nutrition.berkeley.edu/extension/vietnamese.html>

بخاطر معلومات راجع به «شیردهی طفل تان» به لسان های عربی، تهیه شده توسط یونسف، لطفاً به این لینک ها مراجعه کنید.

[http://www.babyfriendly.org.uk/pdfs/arabic/bfyb\\_arabic2.pdf](http://www.babyfriendly.org.uk/pdfs/arabic/bfyb_arabic2.pdf)

## منابع و مأخذ، ادامه دارد:

### صفحه 9:

وبسایت ,,والدین. ضد مواد مخدر” دارای معلومات به لسان های اسپانیایی، چینیایی، فیلیپینی، کوریایی و ویتنامی می باشد.

<http://www.theantidrug.com/>

### صفحه 10:

بخاطر منابع و تحقیق در مورد روش های مثبت و ابستگی سراسری فرهنگی، لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید. [www.attachmentcrosscultures.org](http://www.attachmentcrosscultures.org)

### صفحه 11:

بخاطر معلومات در بارهٔ گزارشدهی اجباری، لطفاً به بخش ,, گزارشدهی اجباری سوء استفاده اطفال و غفلت در قبال آن ها”:[http://www.childwelfare.gov/systemwide/laws\\_policies/statutes/manda.cfm](http://www.childwelfare.gov/systemwide/laws_policies/statutes/manda.cfm) لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

[http://www.childwelfare.gov/systemwide/laws\\_policies/statutes/manda.cfm](http://www.childwelfare.gov/systemwide/laws_policies/statutes/manda.cfm)

بخاطر ,, نظم و دسپلین مثبت” تهیه شده توسط پوهنتون خدمات توسعه ای ایالت مینهسوتا که به لسان های انگلیسی، همونگ، سومالیایی یا اسپانیایی ( روی لسان مناسب کلیک کنید، سپس ,,

فایل پی دی اف این نشریه را می بینید”): به لینک ذیل مراجعه کنید.

<http://www.extension.umn.edu/distribution/familydevelopment/DE7461.html>; and “Children and Discipline: انجمن صحت روانی کانادا تهیه گردید و قابل دسترس می باشد: به لینک ذیل مراجعه کنید.

[http://www.cmha-edmonton.ab.ca/bins/content\\_page.asp?cid=284-1189-1690-1750&lang=1](http://www.cmha-edmonton.ab.ca/bins/content_page.asp?cid=284-1189-1690-1750&lang=1)

### صفحه 15:

برای شرح پروژه ,, امریکایی های جدید و حفاظت طفل” از St. Louis, MO لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

[mth.6002vontops\\_scyrb/gro.scyrb.www//:ptth](http://mth.6002vontops_scyrb/gro.scyrb.www//:ptth)

برای ,, راهنمای یک فامیل در مورد سیستم رفاه طفل” تهیه شده توسط لیگ امریکا برای رفاه طفل، لطفاً به لینک های ذیل مراجعه کنید:

<http://www.cwla.org/childwelfare/fg.pdf>



## سپاسگزاری

مفکوره طرح و تدوین این رساله در جریان بازدید ساحوی از محل دنیور ایالت کولورادو امریکا در سال 2005 بوجود آمد، بنأ جاء دارد تا یک تشکری خاص از Scott Robbins از بخش Mercy Housing نمایم. کارکنان و مشاورین ذیل از BRYCS سزاوار تشکری بخاطر تهیه این رساله می باشند، چون کریدیت این رساله به آن ها بر میگردد:

- Lyn Morland, MSW, MA رئیس BRYCS این مفکوره را ایجاد و تطبیق نمود، همچنین نظریات سازنده درین مورد ارایه کرد(مقدمه/سپاسگزاری های) این رساله را تحریر نمود، همچنین تصحیح نهایی و هماهنگی کلی را ایشان انجام دادند.
- Susan Schmidt, MSW تحقیق نمود و متن این رساله را نوشت و امور هماهنگی این پروژه را به پیش برد.
- Laura Gardner, MSW هماهنگ کننده کمک تخنیکی BRYCS نظریات مهم و سازنده، تصحیح و هماهنگی اداری این رساله را فراهم نمود.
- Carol Kimball بشکل ماهرانه کار هنری، طرح و دیزاین و هماهنگی چاپ این رساله را انجام داد.
- Cheryl McAfee و Jan Goudreau از Information Crossroads در بخش تکنالوژی معلوماتی پیرامون چاپ و نشر آن رد وب سایت BRYCS کمک و همکاری نمود.

BRYCS از Sue Benjamin از دفتر اسکان مجدد مهاجرین بخاطر تشویق و حمایت از این پروژه خیلی ها اظهار امتنان میکند.

همچنین BRYCS از نظریات با ارزش مرورکنندگان این رساله در طول انکشاف و تدوین آن قدردانی میکنند: در ذیل اسامی مرورکنندگان ذکر گردیده است. Gus Avenido از دیپارتمنت خدمات بشری ایالت مینهسوتا؛ Dawn Blankenship از کمیته مهاجرین و پناهندگان ایالات متحده امریکا؛ Jane Bloom از کمیسیون بین المللی مهاجرت کاتولیک؛ Pam Bloom از خدمات مهاجرین و پناهندگان بین المللی کلیسای لوتران، Marta Brenden از دفتر اسکان مجدد؛ Alan Dettlaff از پوهنتون ایلی نویس ایالت شیکاگو؛ Ilze Earner از کالج سکول سوشیل ورک هنتر؛ Dyane Garvey از انستیتوت امریکایی همونگ برای آموزش؛ Kate Hilton-Hayward مشاور؛ Jane Kim از کمیته بین المللی نجات؛ Colleen Mahar-Piersma از مرکز زبان شناسی تطبیقی؛ Ralph McQuarter از بخش مصونیت و استمرار طفل دیپارتمنت خدمات بشری ایالت مینهسوتا؛ Bauz Nengchu از مرکز رسیدگی به شکایات فامیل های آسیا-پاسفیک ایالت مینهسوتا؛ Jeanne Nizigiyimana از خدمات خیریه مردمی کاتولیک، فیونیکس ایالت اریزونا، Danya Pastuszek از کمیته بین المللی نجات؛ Scott Robbins از Mercy Housing، Peter Salnikowski، از سازمان بین المللی مهاجرت/ کشور تایلند؛ Pindie Stephens از سازمان بین المللی مهاجرت/ کشور کینیا؛ John Tuskan از دفتر خدمات اداره اسکان مجدد اطفال، سوء استفاده مواد و صحت روانی؛ Sonia Velazquez از انجمن امریکایی هیومن، Esther Wattenberg از پوهنتون سوشیل ورک ایالت مینهسوتا؛ Millicent Williams از لیگ رفاه طفل امریکا؛ Cecilia Wilson از دیپارتمنت عدلیه شهر بولدر.

در اخیر BRYCS از والدین مهاجر و پناهنده بخاطر مسافرت های دلیرانه آن ها به امریکا و هدایای بسیاری که باخورد آوردند و از تعهدات فوق العاده چالش برانگیز آن ها بخاطر پرورش اطفال در یک کشور جدید سپاسگزاری میکند؛ ما چیزهای بسیاری میتوانیم از همدیگر بیاموزیم.

## منابع BRYCS:

دسته BRYCS:

- پرورش اطفال  
<http://www.brycs.org/documents/EnhancingChildCare.pdf>
- رفاه طفل  
<http://www.brycs.org/documents/CWToolkit.pdf>
- تربیه طفل  
[http://www.brycs.org/documents/raisingchildreninnewcountry\\_web.pdf](http://www.brycs.org/documents/raisingchildreninnewcountry_web.pdf)
- انکشاف مثبت جوانان  
<http://www.brycs.org/documents/GrowingUpInANewCountry-Web.pdf>

مقالات مرتبط و لیست منابع برجسته (به ترتیب موضوع):

[http://www.brycs.org/brycs\\_archive.htm](http://www.brycs.org/brycs_archive.htm)

روش های امیدبخش برای برنامه های مهاجرین:

[http://www.brycs.org/brycs\\_archive.htm#PPRACTICES](http://www.brycs.org/brycs_archive.htm#PPRACTICES)

مصاحبه های والدین مهاجر:

[http://www.brycs.org/brycs\\_archive.htm#INTERVIEWS](http://www.brycs.org/brycs_archive.htm#INTERVIEWS)

منابع مورد هدف (که نظر به مسلک تنظیم گردیده و شامل مواد تعلیمی برای والدین می باشد): لطفاً به لینک ذیل مراجعه کنید.

[http://www.brycs.org/brycs\\_topics.htm](http://www.brycs.org/brycs_topics.htm)

نشریه ها نظر به ترتیب الفبا:

[http://www.brycs.org/brycs\\_resources.htm](http://www.brycs.org/brycs_resources.htm)