

چهارمین جلسه کارگاه آموزشی «مهارت های زندگی» با حضور جمعی از مادران عضو کتابخانه و دیگر علاقمندان برگزار شد.

چهارمین جلسه کارگاه آموزشی «مهارت های زندگی» به همت کتابخانه عمومی شهید سلیمانی روستای داودآباد شهرستان قرچک و با مشارکت اداره بهزیستی این شهرستان برگزار شد.



به گزارش روابط عمومی اداره کل کتابخانه های عمومی استان تهران؛ با همکاری اداره کتابخانه های عمومی شهرستان قرچک و اداره بهزیستی و به میزبانی کتابخانه عمومی شهید سلیمانی روستای داودآباد شهرستان قرچک، چهارمین جلسه کارگاه آموزشی «مهارت های زندگی» با تدریس مژگان شماعی روانشناس بالینی و با حضور جمعی از مادران عضو کتابخانه و دیگر علاقمندان برگزار شد.

نرگس رضایی عشاق مسئول کتابخانه با اشاره به هدف برگزاری این دوره آموزشی و مشاوره ای در کتابخانه شهید سلیمانی روستای داودآباد شهرستان قرچک، اظهار داشت: در جلسه های سوم و چهارم این کارگاه آموزش های لازم توسط مژگان شماعی روانشناس بالینی و مدرس این کارگاه در جهت ارتباط صحیح والدین با فرزندان، کنترل خشم، خلاقیت و کار گروهی فرزندان با خانواده و همچنین تأثیر مطالعه در سبک زندگی صحیح و سالم به بانوان و مادران داده شد. شماعی مدرس کارگاه در بخشی از سخنانش بیان داشت: آموزش مهارت های زندگی، توانایی اجتماعی و روحی فرد را افزایش می دهد و باعث می شود تا فرد بتواند به نحوی بهتر و موثرتر با مشکلات و دشواری های زندگی مواجه شود. هر قدر مهارت های زندگی فردی بالاتر باشد، او بهتر می تواند سلامت روان و رفتار خود را حفظ و به شیوه ای منطقی و کارآمد مشکلات پیش آمده را برطرف کند.

وی ادامه داد: در تربیت فرزند باید از یک سری تکنیک ها مانند تعامل مثبت، تحسین، پاداش و امتیاز دهی برای افزایش رفتار مثبت و مطلوب کودک استفاده کرد و در مقابل برای کاهش رفتار منفی نیز از تکنیک هایی همچون جریمه، بازگیری پاداش و محروم سازی استفاده شود.