



Euroopan unionin
osarahoittama

دریافت کمک از خدمات اجتماعی برای
خانواده‌های دارای فرزند

Apua lapsiperheiden sosiaalipalveluista



دریافت کمک از خدمات اجتماعی برای خانواده‌های دارای فرزند

خدمات اجتماعی می‌توانند به عنوان مثال در موارد زیر کمک کنند:

- زندگی روزمره سخت یا طاقت فرسا به نظر می‌رسد
- والدین خسته هستند.
- مراقبت یا رشد کودک باعث می‌شود فکر کنید
- در خانواده اختلاف یا استرس وجود دارد
- وضعیت زندگی تغییر کرده است (مثلاً طلاق، بیماری، بیکاری)
- خانواده برای انجام کارهای روزمره در خانه به کمک نیاز دارند
- نگران مسائل مالی یا مسکن هستید

خوب است که به یاد داشته باشید

می‌توان به راحتی درخواست کمک کرد.
خدمات اجتماعی برای خانواده می‌باشد.
هدف، رفاه کودک و خانواده می‌باشد.

اگر نگران رفتار یا رشد فرزند خود هستید

رفتار کودک گاهی اوقات می‌تواند نگران‌کننده باشد. نگرانی معمولاً زمانی ایجاد می‌شود که رفتار کودک به طور واضح با سایر همسالانش متفاوت باشد. همچنین اگر این رفتار زندگی روزمره را برای مدت طولانی دشوار کند، نگرانی ایجاد می‌شود. نگرانی‌ها می‌تواند شامل موارد زیر باشد، برای مثال:

بروز شدید یا طولانی احساسات

- کودک دچار کج خلقی‌هایی می‌شود که مدت زیادی طول می‌کشد یا تقریباً هر روز اتفاق می‌افتد.
- کودک قادر به آرام شدن نیست، حتی اگر بزرگسال سعی کند به او کمک کند.

پرخاشگری

- کودک اغلب می‌زند، گاز می‌گیرد، لگد می‌کند یا وسایل را خراب می‌کند
- این رفتار در بسیاری از مکان‌ها، مانند خانه و مهدکودک، دیده می‌شود.



تغییر ناگهانی در رفتار

- رفتار کودک به سرعت تغییر می‌کند. او ممکن است شروع به گوشه‌گیری، ترس، تحریک پذیری یا پرخاشگری کند.
- هیچ دلیل روشنی برای این تغییر وجود ندارد، مثلاً تغییر در شرایط زندگی.



اختلال در تمرکز و تکانشگری

- کودک به وضوح در مقایسه با سایر کودکان همسن خود، مشکل بیشتری در تمرکز دارد.
- کودک در انتظار نوبت خود ماندن، انجام وظیفه یا پیروی از دستورات عملی مشکل دارد.
- کودک کارهای ناگهانی و خطرناکی انجام می‌دهد، مانند دویدن به سمت جاده یا بالا رفتن خطرناک از چیزی.



چالش‌های تعامل اجتماعی

- برای کودک درک احساسات دیگران دشوار است.
- بازی کردن های کودک می‌تواند یک طرفه باشد. برای کودک دشوار است که بازی کردن را کنار بگذارد.



رفتار آسیب رسان به خود

کودک به خودش آسیب می‌رساند، مثلاً به سرش ضربه می‌زند، خودش را چنگ می‌زند یا گاز می‌گیرد.

چالش‌های دیگر با کودک

- پیدا کردن راه‌هایی که باعث شود کودک حرف شنوی داشته باشد، دشوار است.
- زندگی روزمره با یک کودک سنگین به نظر می‌رسد.
- خواباندن یا غذا دادن به کودک دشوار است.



کمک از جاهای مختلفی در دسترس است

مشاوره فرزندپروری و
خانواده /
مشاوره خانواده

چگونه؟

- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوع محلی خود
- برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با مددکاری اجتماعی برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با کمک کلینیک کودکان (اگر کودک زیر سن مدرسه است) یا
- با کمک مهدکودک خود کودک

مددکاری اجتماعی برای
خانواده‌های دارای فرزند

چگونه؟

- مستقیماً با بخش مددکاری اجتماعی خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوعان برای خانواده‌های دارای فرزند در منطقه خود تماس بگیرید.

اگر چالش‌ها کوچک باشند

راهنمای خانواده با پشتیبانی
جزئی

چگونه؟

- مستقیماً با راهنمای خانواده تماس بگیرید یا
- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوع محلی خود
- برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با مددکاری اجتماعی برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با کمک مرکز بهداشت کودکان (اگر کودک زیر سن مدرسه است) یا
- با کمک مهدکودک خود کودک
- اگر چالش‌ها کوچک باشند

اگر مربوط به کودکی در سن مدرسه باشد

مرکز مراقبت‌های بهداشتی
کودکان

چگونه؟

- مستقیماً با مرکز مراقبت‌های بهداشتی مادران و کودکان تماس بگیرید.

اگر رابطه زناشویی نگران کننده باشد.

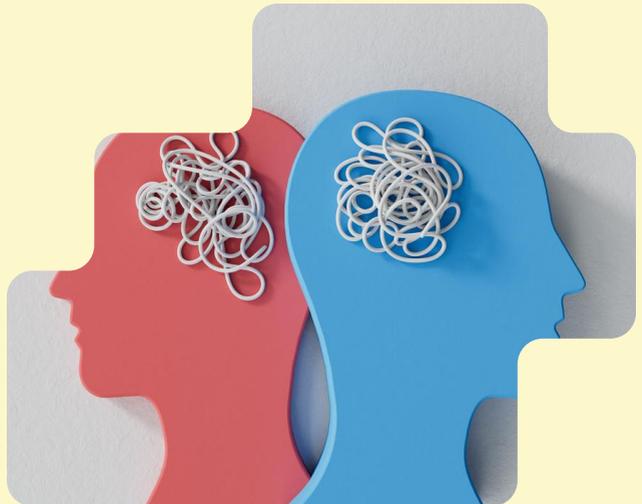
گاهی اوقات ممکن است در یک رابطه چیزهایی وجود داشته باشد که باعث نگرانی شود. نگرانی اغلب زمانی ایجاد می شود که با چالش های زیر مواجه شویم:

- برای مدت طولانی ادامه دارد
- بر رفاه تأثیر می گذارد
- آنها زندگی روزمره با هم را چالش برانگیز می کنند.

مواردی که می توانند در یک رابطه نگران کننده باشند عبارتند از:

تعامل و گفتگو

- خیلی کم صحبت می شود.. درباره احساسات صحبت نمی شود.
- یکی از طرفین به طور مداوم دیگری را نقد می کند، کوچک می شمارد یا آزرده می کند.
- پیام ها اغلب اشتباه فهمیده می شوند و گفتگوها دوباره تکرار می شوند.
- ندانستن چگونگی حل سازنده اختلافات.



اعتماد و صداقت

- طرف مقابل دروغ می گوید یا چیزهای مهمی را پنهان می کند.
- شک کردن به وفاداری یا صداقت دیگری.
- رازها باعث عدم اطمینان مداوم می شوند.

تقسیم مسئولیت ها و همکاری روزمره

- کارهای خانه، مراقبت از کودکان یا مسائل مالی به طور مساوی تقسیم نمی شوند.
- یکی از والدین احساس می کند که همیشه بیش از حد تحت فشار و خسته است. یکی از والدین منفعل است.
- تصمیم گیری های مشترک چالش برانگیز می باشد.



کمک از جاهای مختلفی در دسترس است

مشاوره فرزندپروری و
خانواده /
مشاوره خانواده

چگونه؟

- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوع محلی خود
- برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با مددکاری اجتماعی برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با کمک مرکز بهداشت رفاه کودکان (اگر فرزند خانواده زیر سن مدرسه باشد)

مددکاری اجتماعی برای
خانواده‌های دارای فرزند

چگونه؟

- مستقیماً با بخش مددکاری اجتماعی خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید یا
- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوعان برای خانواده‌های دارای فرزند در منطقه خود تماس بگیرید.

کلیساها

چگونه؟

- برای اطلاعات تماس، وب سایت کلیسای محلی انجیلی لوتری خود را بررسی کنید (لازم نیست عضو کلیسا باشید).

همچنین به www.vaestoliitto.fi/parisuhteet/palvelut مراجعه کنید

کمک در مراقبت از کودک و خانه داری

گاهی اوقات یک خانواده در موارد زیر به کمک نیاز دارد:

- کودک به دنیا آمده و مراقبت از نوزاد و خانه دشوار است.
- والد بزرگسال خانواده که از کودک مراقبت می کند، بیمار شده یا آسیب دیده و قادر به مراقبت از کودک نمی باشد.
- برای مراقبت از کودک در زمان مراجعه ضروری والد یا خواهر/برادر به درمان یا جلسات درمانی، نیاز به کمک می باشد.
- والد به طور موقت بسیار خسته یا ناتوان یا با مشکلات مربوط به سلامت روان مواجه است.
- خانواده تغییر ناگهانی یا بحران را تجربه کرده است.
- خانواده به حمایت در امور روزمره و فرزندپروری نیاز دارد.



کمک در مراقبت از کودک و خانه داری، خدمات خانگی برای خانواده‌های دارای فرزند

خدمات خانگی برای
خانواده‌های دارای فرزند

چگونه؟

- مستقیماً با خدمات خانگی برای خانواده های دارای فرزند تماس بگیرید.
- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوعان برای خانواده‌های دارای فرزند در منطقه خود تماس بگیرید.
- تماس با مددکاری اجتماعی برای خانواده‌های دارای فرزند



اگر خشونت شما را نگران می کند

در فنلاند، خشونت به عملی اطلاق می شود که به شخص دیگری آسیب می رساند.

این می تواند آسیب جسمی، روانی، جنسی، مالی، اجتماعی یا دیجیتال باشد. همچنین می تواند ترکیبی از این موارد باشد. تهدید دیگری به چنین عملی نیز خشونت می باشد.

خشونت فیزیکی

به معنای اعمالی است که به بدن شخص دیگری آسیب می رساند.
برای مثال:

- ضرب و شتم کردن، لگد زدن، هل دادن، سیلی زدن و فشار دادن گلو
- خفه کردن و سیلی زدن
- ضربه زدن با شیئی
- جلوگیری از حرکت کردن

تنبیه کودک با خشونت در فنلاند
ممنوع می باشد

خشونت روانی

به معنای آسیب رساندن به جنبه های روانی فرد یا تحت کنترل درآوردن دیگری است.
برای مثال:

- تهدید و ترساندن
- توهین لفظی و کوچک شمردن
- کنترل کردن دیگری
- تحقیر و جدا کردن فرد از دیگران
- انتقاد مداوم
- ایجاد جو ترس

خشونت جنسی

به معنای رفتاری است که در آن حق دیگری برای تصمیم‌گیری درباره بدن و جنسیت خود نقض می‌شود.

برای مثال:

- تجاوز یا اقدام به تجاوز
- اجبار یا فشار جنسی
- لمس کردن بدون اجازه
- اعمال جنسی علیه یک فرد زیر سن قانونی
- آزار و اذیت جنسی و اشاره غیر مستقیم

خشونت مالی

محدود کردن استقلال مالی دیگری، به عنوان مثال:

- کنترل خرج کردن پول
- ایجاد بدهی به نام شخص دیگر
- جلوگیری از کار یا تحصیل
- دزدیدن پول یا اموال



خشونت دیجیتال

- خشونت دیجیتال از طریق تلفن، کامپیوتر یا اینترنت رخ می‌دهد.
- نظارت بر پیام‌ها یا حساب‌های کاربری شبکه‌های اجتماعی دیگران بدون اجازه
- انتشار تصاویر یا اطلاعات خصوصی
- تهدید یا آزار و اذیت آنلاین
- مجبور کردن کسی به دادن رمز عبور
- ردیابی افراد با استفاده از ردیابی موقعیت مکانی

خشونت به معنای آسیب رساندن یا کنترل کردن شخص دیگری است. می‌تواند فیزیکی، روانی، جنسی، مالی یا دیجیتالی باشد. خشونت هرگز قابل قبول نیست و مقصر آن قربانی نیست. کمک و پشتیبانی در دسترس می‌باشد.



اگر در شرایط بحرانی به کمک فوری نیاز دارید، خدمات اورژانسی کیشیک اجتماعی و بحران به صورت شبانه روزی به شما کمک خواهد کرد.

فراموش نکنید که شماره تلفن اورژانس منطقه خود را بررسی کرده و آن را در تلفن خود ذخیره کنید.



در مواقع اضطراری، همیشه با شماره اضطراری 112 تماس بگیرید.

در صورت وجود خشونت، کمک بگیرید

(اگر الان مشکلی نیست)

مددکاری اجتماعی برای
خانواده‌های دارای فرزند

چگونه؟

- مستقیماً با مددکاری اجتماعی برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید
- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوعان برای خانواده‌های دارای فرزند در منطقه خود تماس بگیرید.

اگر نیاز دارید به مکانی امن بروید

خانه‌های امن

(اگر موضوع خشونت در روابط
نزدیک است و وضعیت اضطراری
است)

چگونه؟

- به طور مستقیم با خانه‌های امن و اورژانسی منطقه خود تماس بگیرید.
- راهنمایی و کمک در اینترنت :
nettiturvakoti.fi/palvelut

پشتیبانی تلفنی و چت

خدمات اورژانس قربانیان جرم (RIKU) تلفن. 116006 – مشاوره و پشتیبانی برای همه قربانیان خشونت.

خط تماس زنان
تلفن. 080024000 – پشتیبانی از زنانی که خشونت را تجربه کرده‌اند.

حمایت مالی (به غیر از آنچه که توسط کلا Kela اعطا می‌شود)

خدمات اجتماعی برای افراد
در سن کار

چگونه؟

- مستقیماً با مرکز مشاوره خدمات اجتماعی افراد دارای سن کار در منطقه رفاهی خود تماس بگیرید.

مددکاری اجتماعی برای
خانواده‌های دارای فرزند

چگونه؟

- مستقیماً با مددکاری اجتماعی برای خانواده‌های دارای فرزند تماس بگیرید
- با راهنمای خدمات/راهنمای ارباب رجوعان برای خانواده‌های دارای فرزند در منطقه خود تماس بگیرید.

همچنین: مشاوره بدهی و مشاوره مالی (از طریق خدمات شهری یا سازمان‌ها) - به مشکلات مالی و مدیریت بدهی کمک می‌کند.

انجمن‌های محلی یا کلیساها ممکن است بتوانند مقداری کمک یا پشتیبانی ارائه دهند.

کمک برای گفتگو / وقتی اضطراب دارید:

تلفن خط بحران (سازمان میئلی Mieli) آماده پاسخگویی می باشد:

- به زبان فنلاندی 0925250111 24 ساعته و 7 روز هفته و 365 روز در سال باز می باشد، اطلاعات بیشتر: mieli.fi/kriisipuhelin
- به زبان سوئدی 0925250112، اطلاعات بیشتر و ساعات کاری: mieli.fi/kristelefon
- به زبان عربی/انگلیسی 0925250113، اطلاعات بیشتر و ساعات کاری: mieli.fi/azma
- به زبان اوکراینی 0925250114، اطلاعات بیشتر و ساعات کاری: mieli.fi/kriza
- به زبان روسی 0925250115، اطلاعات بیشتر و ساعات اضطراری: mieli.fi/krizis

تماس با خط بحران بی خطر است؛ شماره تماس گیرنده قابل مشاهده نیست و نیازی به گفتن نام او نمی باشد.

سازمان میئلی MIELI ry برای تماس های تلفنی از ارباب رجوعان خود هزینه ای دریافت نمی کند.

با مرکز بهداشت محلی یا خدمات دیجیتال منطقه بهزیستی خود تماس بگیرید و برای دریافت کمک بلند مدت، در آنجا وقت ملاقات رزرو کنید.



Euroopan unionin
osarahoittama

Niitty 2 -hanke 2023-2026

Yhdessä maahanmuuttajaperheiden
hyvän arjen puolesta

Lisätietoa hankkeesta:
<https://projects.tuni.fi/niitty2/>

Perheinfo-aineistoportaali:
tuni.fi/perheinfo



**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

