

رایج ترین اشتباهات والدین

در فصل کارنامه‌ها

بعضی والدین با واکنش‌های غیر اصولی به نمرات ضعیف فرزندشان

در امتحانات، شرایط تحصیلی او را بدتر می کنند



فرزانه عطاران | مشاور تحصیلی

محوری

این روزها تقریباً کارنامه همه دانش آموزان به دست‌شان رسیده است و معمولاً یکی از مهم‌ترین چالش‌ها بین والدین و فرزندان در همین دوران اتفاق می‌افتد. نحوه برخورد والدین هنگام مواجه شدن با کارنامه ضعیف و نمرات پایین فرزندان بسیار حائز اهمیت است. بسیاری از والدین موقعیت را مناسب می‌بینند که بر روی نقاط ضعف فرزندشان دست بگذارند و او را ضعیف و نالایق بدانند و پیاپی به خاطر زحماتی که برای او کشیده‌اند و متحمل می‌شوند، اظهار پشیمانی کنند. این‌گونه

موشکافی نکردن کارنامه

وقتی کارنامه دانش آموزتان را می‌بینید، به اهمیت و ارزش آن واقف باشید. این کارنامه نشان دهنده عملکرد و تلاش، نقاط قوت و ضعف فرزند شماست. یادتان باشد کارنامه حرف‌های زیادی برای گفتن دارد. با دقت به تک‌تک نمرات نگاه کنید. می‌توانید کارنامه را در حضور خود دانش آموز بررسی کنید. نباید فقط به معدلش نگاه کنید و تمام کارنامه را در یک نمره خلاصه کنید، بلکه باید با دقت و در س به در س جلو بروید و تمام نمرات را با دقت و تامل نگاه کنید. این کار شما باعث می‌شود فرزندتان احساس کند در س خواندن و نمره آوردن برای شما مهم است و شما به او نتیجه کارش واکنش نشان می‌دهید.

بین خانواده و دختر مورد علاقه‌ام

کدام را انتخاب کنم؟



پسری ۲۷ ساله هستم. به خانمی که ۷ سال از من بزرگ‌تر است، علاقه‌مند شدم. با علم بر این که می‌دانم در این ازدواج مشکلاتی به وجود می‌آید اما قلبی و عقلی او را دوست دارم. خانواده‌ام از همان ابتدا به شدت مخالفت خود را اعلام کردند و او وقتی متوجه مخالفت‌شان شد، از من فاصله گرفت. حالا بر سر دو راهی انتخاب بین خانواده و او مانده‌ام و نمی‌دانم کدام را انتخاب کنم؟

حسین شرافتی | دانشجوی دکتری روان‌شناسی

مشاوره ازدواج

ازدواج موفق، پایه‌ی بنیانی عالی برای ایجاد خانواده‌ای شادومستحکم است. بسیاری معتقدند ازدواج کار ساده‌ای است اما تداوم زندگی مشترک و داشتن رضایتمندی از آن، کار سختی است و نیاز به مدیریت دارد. بنابراین جوان‌هایی‌در انتخاب همسر همه‌جوانب را در نظر بگیرند و هدف‌شان فقط رسیدن به شخص مورد علاقه به هر قیمتی نباشد بلکه انتخاب همسری همراه و همدل، در اولویت او‌شان باشد. مخاطب گرامی، با توجه به نکات مطرح‌شده در پیامک‌تان چند توصیه به شما دارم.

آیا عاشق کافی است؟

دونفر که عاشق یکدیگر هستند، هر کدام دیگری را ایده‌ال می‌داند. مانند دونوازنده که هر کدام از دید دیگری بسیار دلنشین و زیبایمی‌نواز اما بعد از ازدواج، این دونفر باید با هم یک آهنگ و یک موسیقی را ارائه کنند. این هماهنگی و همراه بودن جز با داشتن درک متقابل، تفاهم، نزدیکی سلایق و علاقه به دست‌نمی‌آید. قبل از هر تصمیمی، شما باید از خودتان بپرسید آیا این اختلاف سنی هفت‌ساله باعث تفاوت در نگرش‌ها، علایق و... در زندگی آینده‌تان نخواهد شد؟ افزایش دانش در خصوص آگاهی از اولویت‌های یکدیگر، علایق و دیدگاه‌های دوطرف به شما کمک خواهد کرد تا انتخاب بهتری داشته باشید. آیا قلبی ایشان را دوست دارید یا عقلی، آیا در این ماجرا هیجان و احساس تصمیم گیرنده است یا عقل و منطق؟



زدن بر چسب تنبیل بودن

بدون شک همه دانش آموزان در امتحانات، نتایج دلخواه و مناسب را به دست نمی‌آورند و علت این موضوع نیز به عوامل مختلفی بستگی دارد. ویژگی‌های فردی دانش آموز، عوامل آموزشگاهی، خانوادگی و اجتماعی می‌تواند در نحوه نتیجه‌گیری یک دانش آموز موثر باشد اما برخی والدین بدون توجه به این مسائل، نتایج ضعیف درسی فرزندان خود را بر نمی‌تابند و پس از اطلاع از نمرات ضعیف فرزند خود، به او بر چسب‌های منفی نظیر تنبیل بودن، نداشتن

۲

اگر نمراتش عالی است

وقتی شما از نمره‌های دانش آموزتان بسیار راضی و خشنود هستید و کارنامه او را با نمرات درخشان می‌پسندید، حتماً باید او را به خاطر تلاشش تشویق و تایید کنید؛ اما باید حواس‌تان را جمع کنید که تشویق و پاداشی که برای او در نظر می‌گیرید متناسب باشد و نباید اندازه تشویق بسیار بیشتر از حد کار او باشد زیرا باعث پرتوقعی فرزندتان می‌شود.

استعداد و... می‌زنند. زدن چنین بر چسب‌هایی نه تنها هیچ کمکی به پیشرفت تحصیلی دانش آموز نمی‌کند بلکه در بیشتر موارد دانش آموز را از اشتیاق ادامه تحصیل و کسب موفقیت درسی هم باز می‌دارد.

فقط دانش آموز را مقصر دانستن

وقتی نمرات فرزندتان ضعیف است، تنها او را مقصر ندانید و از خودتان بپرسید که آیا الگوی خوبی از تلاش و جدیت برای او بوده‌اید؟ آیا شرایط تحصیلی او را پیگیری کرده‌اید؟ آیا محیط خانه برای درس خواندن او آماده بوده؟ و آیا او ضعف جسمانی و بیماری نداشته است؟ سعی کنید ببینید علل واقعی نمرات پایین دانش آموز شما چیست؟ برای این کار می‌توانید کنار فرزندتان بنشینید و از او بخواهید علت و دلیل نمرات پایینش را برای شما توضیح دهد و علت واقعی را پیدا کنید و دنبال راهکار مناسب برای آن باشید.

داشتن انتظار نمرات عالی در همه دروس

هر دانش آموز توانایی و استعداد‌های متفاوتی دارد و نمی‌توانیم از همه انتظار نمره عالی داشته باشیم. سعی کنید به شناخت واقع بینانه‌ای از توانایی‌ها و استعداد‌های فرزندتان برسید و بیشتر از حد توانش از او انتظار نداشته باشید.

برنامه‌ریزی نکردن برای پیشرفت تحصیلی

بعد از این که دلایل واقعی نمرات پایین را پیدا کردید، برای هر کدام برنامه مناسب داشته باشید. مثلاً می‌توانید از یک مشاور متخصص برای برنامه‌ریزی تحصیلی کمک بگیرید، او را در کلاس تقویتی یک درس ثبت‌نام کنید، کتاب کمک‌درسی برایش تهیه کنید، خودتان در یک درس خاص به او کمک کنید، در زمان امتحانات رفت‌وآمد و مهمانی را کمتر کنید، جو‌خانه را آرام‌تر کنید یا ساعت استفاده از تلویزیون و اینترنت را محدود کنید.

مقایسه‌اش با دانش آموزان دیگر

هیچ‌گاه کارنامه فرزند خود را با دیگر دوستانش مقایسه نکنید چون توانایی هر دانش آموز متفاوت است. به تفاوت‌های فردی فرزندتان توجه کنید و با تاکید بر نقاط مثبتش در وی انگیزه فعالیت ایجاد کنید. همواره سعی کنید توانمندی‌های او را مدنظر قرار دهید نه ضعف‌هایش را.

محروم کردن از تفریح و استراحت

موفق نشدن دانش آموز در درس‌ها نباید سبب محرومیت او از تفریح، مسافرت و استراحت شود بلکه باید برای همه کارهای او برنامه‌ریزی کرد زیرا فرزند شما به همه آن‌ها نیاز دارد. همچنین اگر بعد از بررسی علل کسب نمرات ضعیف، دانش آموزتان در صدد رفع ضعف خود است، تا آن‌جا که امکان دارد شرایط فعالیت را برای او آماده کنید و به فرزند خود قوت قلب دهید و متذکر شوید که هنوز زنده هستید.

از خیابان صبور ی تابن بست چه کنم؟

نگاهی روان‌شناسانه به بهانه ویدئوی پریاز دید د کتر «انوشه» در باره نشانی موفقیت و شکست که چند نکته قابل تامل دارد

نرگس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره

ویدئویی به تازگی در فضای مجازی دست به دست می‌شود که در بیانی جذاب، نشانی موفقیت و شکست را توصیف می‌کند. دکتر انوشه در این ویدئو می‌گوید: «آدرس موفقیت: بزرگراه توکل، بولوار آرامش، خیابان صبور ی، میدان عمل، مجتمع انگیزه، واحد پشتکار، منزل صداقت. آدرس شکست: بزرگراه بدبینی، بولوار حقارت (خود یا دیگری را ناچیز دیدن)، خیابان توهم، میدان شعار، بن بست چه کنم؟ مجتمع یأس، واحد بیکاری، طبقه زیرزمین، منزل فلاکت.» اما چرا به رغم شنیدن این نکات در مقام عمل باز هم بسیاری از ما در راه رسیدن به اهداف خود کم می‌آوریم و وسط کار، تلاش را رها می‌کنیم؟ آیا این رها کردن کارها نشان‌دهنده این است که پشتکار کافی نداریم یا این که نکته دیگری از چشم ما مغفول مانده است؟

صبور؛ عاملی که کمتر در نظر می گیریم

بسیاری از ما صبر را تحمل سختی‌ها و دشواری‌ها می‌دانیم. این تعریف شاید از برخی جهات کامل نباشد اما غلط نیست. در کنار این تعریف اما نکته‌ای که کمتر به آن واقف هستیم این است که صبر کردن قرار نیست تجربه‌ای خوشایند باشد. در واقع صبر در ذات خود تجربه‌ای تلخ و آزار دهنده است اما چرا ما تلاش می‌کنیم به این نکته اهمیت دارد؟ برای بسیاری از افراد تصور می‌کنند برای پیگیری تلاش‌ها دو نکته اهمیت بیشتری دارد؛ انگیزه بالا و پشتکار. بر این اساس هم در میان راه وقتی دیگر توان ادامه مسیر را ندارند، تصور می‌کنند پس انگیزه‌شان به قدر کافی قوی نبوده یا پشتکار لازم را ندارند. در حالی که شاید در دست‌تر این باشد که بگوییم شما برای پیگیری اهداف‌تان باید حداقل سه نکته را در نظر داشته باشید؛ انگیزه، پشتکار و صبر.

صبور و پشتکار؛ مکمل یکدیگر

پشتکار را بیشتر می‌توانیم بخش عملی پیگیری کارها در نظر بگیریم. این که به عنوان مثال حاضر شوم ساعت‌های زیادی برای نتیجه‌گیری بهتر در امتحان، درس بخوانیم. صبر اما بیشتر کنار آمدن با بخش هیجانی و احساسی این پیگیری است و اجازه نمی‌دهد ناامیدی سراغ ما بیاید و انگیزه ما

قرار و مدار

روز بادنک خریدن برای بچه‌ها

امروز برای یک بچه که می‌تونه هرزندتون باشه یا فواهر و برادر کوچک‌ترتون یا یکی از بچه‌های فامیل یا منی همسایه‌ها، چندتا بادنک بفرین و فوشمالش کنین...

ساخت عروسک

انگشتی در ۵ دقیقه!

عروسک‌های نمایشی بندانگشتی همیشه برای کودکان و نوجوانان جذابیت‌های بسیاری داشته است. یک نمونه از این دسته، عروسک‌های انگشتی است که برای نمایش‌های مخصوص کودکان بسیار کاربرد دارد. در ستون بانوان امروز آموزش ساخت این مدل عروسک را خواهیم داشت که علاوه بر زیبایی و جذاب بودن، مقرون به صرفه نیز هست. شما می‌توانید با استفاده از این عروسک‌های کوچک برای فرزندتان دل‌بندتان نمایش عروسکی اجرا کنید و باعث رشد خلاقیت آن‌ها شوید. همچنین این بازی‌ها شور و نشاط زیادی در فضای خانه ایجاد خواهد کرد.

- وسایل مورد نیاز برای ساخت عروسک انگشتی**
- پارچه نمدی در رنگ‌های مورد نیاز، الگوی پرینت گرفته شده، قیچی، چسب حرارتی، ماژیک سیاه



نحوه ساخت عروسک انگشتی

در مرحله اول الگوروی کاغذ A4 پرینت می‌گیریم و با قیچی دور الگوهای مدنظر را برش می‌زنیم. در مرحله دوم، تکه‌های الگورا با سوزن به نمد ثابت می‌کنیم و دور آن را با ماژیک خطی کشیم. بر اساس الگو، شروع به برش‌زدن می‌کنیم. سپس دور تادور تکه‌ها را با استفاده از چسب حرارتی روی هم می‌چسبانیم و در پایان با استفاده از ماژیک مشکی چشم عروسک را می‌کشیم. معمولاً بعد از

تقریباً ۵ دقیقه، عروسک انگشتی

شما آماده است و حالا باید به

فکر داستان‌هایی

آموزنده باشید که با

کمک آن‌ها،

فرزند ی

موفق‌تر

تر بیت

کنید.

ما و شما

راه‌ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۹۹۹۲۰۰۰ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

«زندگی سلام، سلام و خسته‌نشدن باید مطالب زیبا و علمی‌تون. در باره مطلب شهرپنهان شده زیر جنگل باید بگویم که در کشور عزیزمان شهرهایی با قدمت چند هزار ساله هست، مانند دو شهر در کاشان (شهر زیرزمینی نوش آباد و تپه‌های سیلک) یا شهر سوخته؛ ابل. اگر همیشه در باره این شهر ها هم مطلب بنویسید. ممنون.

مسعود زبیلی، مشهد

«فرهنگ‌سازی فرانسوی‌ها برای افزایش میزان مطالعه مردم، به‌نظم خیلی جالب بود که به‌طور ایگان به مردم علاقه‌مند، داستان کوتاه می‌دهند. بعد این‌جا، هر روز کتاب‌ها گرون‌تر میشه. چرا؟»

«مطلب» تغییر فصل در جزیره شگفتی» را که در صفحه نوجوان چاپ شده با ها و بارها در شبکه‌های اجتماعی دیده بودم و قدیمی بود. لطفاً در این ستون باحال، مطالب جذاب‌تر چاپ کنین.

«در باره پرونده «ذهن باز و قدرتمند، چرا او چگونه؟» می‌خواستیم بگویم که متأسفانه سیستم آموزشی ما به‌گونه‌ای نیست که ذهن‌ها مون خلاق بشه. یک سری کتاب‌رو همه دانش آموزان باید بدون توجه به استعداد و توانایی‌شون بخونن که این به‌نظم درست نیست.

«در صفحه فرره، بچه خرگوش‌ها که دماغ آدم برفی بیچاره رو می‌خورن، خیلی احساس بدی به آدم می‌داد. بیشتر قصه‌ترسناک بود تا قصه کودکانه.

«کیانی عزیزم، ۱۰ بهمن تولد ۹ سالگی‌ات مبارک. با آرزوی بهترین‌ها برای تو گل‌زیبا ی من.

اکرم حسینی وزهراجون، مشهد



- زندگی سلام
- شنبه
- ۱۲ بهمن ۱۳۹۸
- شماره ۱۵۲۸

خانواده و مشاوره

بانوان