

تربیت کودکانی با اراده به جای نازپرورده



والدین برای ایجاد،

تقویت یا تکامل

پشتکار و سرسختی

در فرزندان شان چه

کارهایی باید

انجام دهند؟

سیده زهر ارجلیلی هاشمی | روان شناس

به طور قطع همه والدین آرزو دارند فرزند با اراده ای داشته باشند، زیرا چنین کودکانی قدرت فکری، استدلال و تصمیم گیری بیشتری خواهند داشت. کودکان با اراده می توانند اهداف و آرزوهایی برای آینده خود در نظر بگیرند، می توانند تصمیم بگیرند و روی تصمیم شان مصرانه بایستند و با تلاش و پشتکار در مسیر اهداف شان حرکت کنند. این کودکان می توانند در مقابل خواسته ها و تمایلات لحظه ای خود ایستادگی کنند و از احساسات منفی خود مثل اضطراب نمی ترسند و از آن فرار نمی کنند. کودکان با اراده، نظم، رفتاری در خود ایجاد می کنند که در نتیجه آن می توانند کنترل زندگی شان را به دست گیرند، اما برای ایجاد، تقویت یا تکامل اراده، پشتکار و سرسختی در فرزندان مان چه کارهایی می توانیم انجام دهیم؟

یکسان بودن رفتار والدین با کودک

والدین باید تلاش کنند تا رفتار یکسانی با کودک خود داشته باشند و در مسائل تربیتی کودک، اختلافات خود را وارد نکنند.

اگر پدر یا مادر در نتیجه طلاق و جدایی عاطفی و ... مسئولیت تربیت کودک را به یک نفر از خودشان واگذار کرده اند، دیگری در این مسائل دخالت و سعی نکند او را مقابل کودک خراب کند، زیرا این قبیل رفتارها کودک را بر سر دوراهی قرار می دهد و ناخواسته دورویی و تزویر را به او آموزش می دهد. این ویژگی های ناپسند، اراده را در کودک نابود می کند.

پایبند بودن به اصول اخلاقی

برای این که فرزندان به شما اعتماد کند، به وعده هایی که به فرزندان می دهید حتما عمل کنید و همیشه با او صادق باشید تا او از شما حس مسئولیت و پایبندی به عهد را بیاموزد. فرزندنی که مسئولیت پذیر باشد، قطعا اراده و پشتکارش در انجام هر کاری، شمارا شگفت زده خواهد کرد.

چشاندن طعم تلاش به کودک

شاید بگویید که تلاش کردن که آموزش نمی خواهد، چرا که کودک از همان ابتدای کودکی، خودش به اندازه کافی تلاش می کند. در دست است که کودک برای هر چیز کوچکی بارها تلاش می کند و

به قول شما به اندازه کافی اهل تلاش است، اما متأسفانه ما پدر و مادرها با به کار گیری برخی شیوه های تربیتی اشتباه، ذوق تلاش و پشتکار را در او کور می کنیم، بنابراین همه چیز را به راحتی در اختیارش قرار ندهید و اجازه دهید که او برای به دست آوردن بعضی چیزها زحمت دست دراز کردن و برداشتن را متحمل شود. برای مثال، در حالی که کودکمان با ذوق و شوق از این که می تواند چهار دست و پا روی زمین حرکت کند، دارد خودش را به سمت اسباب بازی مورد علاقه اش می کشاند، ما با یک اشتباه اهریدی، اسباب بازی را به دستش می دهیم و به خیال خودمان لطفی هم به او می کنیم! اغافل از این که لذت اصلی برای کودک ما همان مسیر رفتن به سمت اسباب بازی بوده است نه خود اسباب بازی. بنابراین یکی از مهم ترین راهکارها برای تربیت کودکانی با پشتکار آن است که به آن ها فرصت چشیدن طعم تلاش را بدهیم.

داستان گفتن برای کودک با موضوع تلاش

داستان هایی با موضوعات قهرمانی و تلاش و پشتکار برای رسیدن به اهداف الگوهای مثبت اخلاقی و رفتاری را برای کودکان تعریف کنید، چون به صورت ناخودآگاه در بیشتر شدن اراده او تاثیر مثبت دارد. همچنین تلاش کنید به فرزندان آموزش دهید احساسات و هیجاناتش را بشناسد و به او کمک کنید تا به جای سرکوب کردن ترس، ناراحتی و اضطراب و نگرانی هایش با آن ها کنار بیاید و بر احساساتش کنترل و نظارت داشته باشد.

سیردن مسئولیت هایی به او

این روزها بعضی والدین به دلیل پرورش نسلی از بچه ها که به اصطلاح لوس، نازپرورده و خودمحیط بین هستند و برای مواجهه با واقعیت های بزرگ سالی، آماده نیستند، با مشکلات زیادی مواجه اند، بنابراین برای پدر و مادرها تربیت کودک با اراده اهمیت دارد. والدین باید به تدریج و از همان روزهای آغاز شکل گیری شخصیت کودک به او بیاموزند که کارهای مربوط به خود مانند پوشیدن کفش، شانه کردن، مسواک زدن، جمع آوری لوازم بازی و ... را خود انجام دهد. در ضمن، حس همکاری و تعاون هم با آب دادن به گلدان ها، کمک کردن در چیدن سفره یا جمع کردن آن در او ایجاد خواهد شد. نکته مهم این جاست که در ابتدا توان و انرژی کودکان را در نظر بگیرید و سپس مسئولیت هایی را به او بسپارید که می دانید از عهده آن ها برمی آید و توان انجام آن ها را دارد.

❖ **برای حل این مشکل تا امروز**

چه کرده اید؟

در متن پیام تان اشاره کرده اید تنها مشکل این است که خانم یک آبان ماهی مغرور به تمام معناست و بسیار خودخواه. سوال این است که برای مدیریت و حل این موضوع تاکنون چه کرده اید؟ آیا بدون انتقاد، تهدید، مقصر جلوه دادن و ... به گفت وگویی همدلانه نشستید؟ شما فرزند ی هشت ساله دارید و نباید به راحتی از جدایی سخن بگویید. مهم ترین راهکار شما برای خروج از شرایط فعلی تان، صحبت کردن با خانم تان در این باره است.

❖ **نقش شما در زندگی مشترک تان چیست؟**

در متن پیامک تان فقط تاکید روی خودخواهی، غرور و یک سری ویژگی های منفی خانم تان است. پس نقش شما چه می شود؟ نقش خود را در ایجاد مشکل چه می دانید؟ شما نمی توانید همسر تان را یک شبه تغییر دهید، اما با یک سری رفتارها

می توانید زندگی بهتری برای خود و فرزندان فراهم کنید. فراموش نکنید که معمولا در خراب شدن رابطه بین زوج ها، نمی توان مقصری پیدا کرد؛ بلکه هر یک از آن ها نقشی دارند که باید از آن آگاهی پیدا کنند. پس نقش خود را پیدا و به آن توجه کنید. چه بهتر که تغییرات را از خود شروع کنید. درباره عبارت «آبان ماهی مغرور» هم که در پیامک تان به آن اشاره کردید، باید بگویم بحث هایی را که در باره شخصیت شناسی از روی ماه تولد مطرح می شود، به هیچ وجه نمی توان برای همه اطلاق کرد.

❖ **مشکل تان را ریشه ای حل کنید**

به ظاهر و به ادعای خودتان تا به حال چند بار قصد طلاق داشته، ولی با ریش سفیدی بزرگان دوباره به زندگی تان برگشته اید. این اتفاق بسیار خوبی بوده، اما حالا که مشکل تان به صورت ریشه ای حل نشده، توصیه می کنم در اولین فرصت به متخصص زوج در مانگر مراجعه کنید، چرا که امیدوارم با یادگیری چند مهارت، روزهای خوش زندگی را هم ببینید.

ایجناب حمیده سیاحی مالک خودرو سمند IX-EF7-1700 مدل ۹۰ دوگانه سوز به شماره انتظامی ایران ۲۴-۴۸۸ ج ۴۳ نقره ای متالیک به شماره شاسی NAACJ1JC4BF300225 و شماره موتور 14790028727 به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی، فاکتور فروش خودرو، برگ سبز (شناسنامه مالکیت) و کارت شناسایی خودرو، اصل برگ لیزینگ تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در مژگور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
۱۳۹۲/۱۲/۱۴

آگهی دعوت تشکیل مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت اول) شرکت تعاونی تامین نیاز کامیون داران خودرانده نهبندان
تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۸/۰۴
جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت اول) شرکت تعاونی تامین نیاز کامیون داران خودرانده نهبندان به شماره ثبت ۸۲ و شناسه ملی ۰۴۹۵۳-۱۰۳۶۰۰۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۰۷ و در محل نهبندان، خیابان آزادی، مسجد امام رضا(ع) برگزار می گردد. از کلیه اعضا دعوت می شود جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این مجمع حضور به هم رسانند. ضمناً چنان چه عضوی بنا به دلایلی نتواند شخصا در جلسه حضور یابد می تواند همزمان با نماینده تام الاختیار خویش یا هم به دفتر شرکت تعاونی مراجعه و برگ وکالت نامه را تنظیم و برگه ورود به جلسه مجمع را دریافت نماید.
حداکثر آرای وکالتی هر عضو سه رای و هر فرد غیر عضو یک رای می باشد.
ضمناً داوطلبان عضویت در سمت هیات مدیره و بازرسی موظفند، حداکثر یک هفته بعد از تاریخ انتشار آگهی تشکیل مجمع عمومی عادی، مدارک مربوطه را به هیات مدیره تحویل نمایند.

دستور جلسه:

- استماع گزارش کتبی هیات مدیره و بازرس شرکت تعاونی
- طرح و تصویب صورت های مالی سال ۱۳۹۷-۱۳۹۸-۱۳۹۹ و ۱۴۰۰
- طرح و تصویب بودجه پیشنهادی سال مالی ۱۴۰۱
- انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره برای مدت ۳ سال
- انتخاب بازرس اصلی و علی البدل برای مدت یک سال مالی

هیات مدیره شرکت تعاونی تامین نیاز کامیونداران خود رانده نهبندان
۱۳۹۲/۱۲/۰۴

اختلال «سلفیتیس»؛ مقصر سلفی های مرگبار

میزان مرگ و میر ناشی از گرفتن عکس های سلفی در جهان رو به افزایش است؛ چرا بعضی ها جان شان را برای گرفتن یک عکس به خطر می اندازند؟

حسین عیدی | کارشناس ارشد روان شناسی

از دست دادن جان به دلیل گرفتن سلفی در مواقع یا مکان های خطرناک، هرچند بارها خبرساز شده، اما باز هم باورش سخت است. طبق آمارهای منتشر شده در حفاصل سال های ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۸ میلادی، میزان مرگ و میر ناشی از گرفتن عکس های سلفی در جهان، ۲۵۹ نفر ثبت شده است که گفته می شود بیشترین جان باختگان را مردان رده سنی ۲۰ و ۲۱ سال تشکیل داده اند. یکی از دلایل بیشتر شدن این آمار، گرفتن عکس های سلفی در شرایط و مکان های خطرناک است. در ادامه این مطلب، گرفتن عکس های سلفی مرگبار را از منظر روان شناسی بررسی کردیم.

❖ **رابطه سلفی با اختلالات روانی**
افرادی که همواره از زندگی خود عکس می گیرند و دغدغه اشتراک گذاری آن را با دیگران دارند، معمولاً دچار خودشیفتگی و اختلالات فکری و روانی هستند. روان شناسان می گویند که اگر روزی بیشتر از سه عکس سلفی از خودتان می گیرید، باید سلامت روان خود را بررسی کنید. به طور کلی گرفتن و روتوش عکس های سلفی ممکن است تاثیر منفی بر تصویر بدن و عزت نفس به خصوص برای دختران و زنان جوان داشته باشد.
❖ **انگیزه های افراد از سلفی گرفتن زیاد**
۶ انگیزه اصلی برای گرفتن سلفی وجود دارد:
۱- اعتماد به نفس (به طور مثال، گرفتن سلفی برای بیشتر شدن احساس مثبت به خود).
۲- بهبود محیط (گرفتن عکس سلفی در مکان های خاص برای اثبات داشتن احساس خوب نشان دادن به دیگران).
۳- رقابت اجتماعی (گرفتن سلفی برای گرفتن لایک بیشتر در رسانه ها).
۴- جلب توجه.
۵- تغییر حالت روانی (گرفتن عکس سلفی برای این که احساس بهتری داشته باشید).
۶- انطباق ذهنی (گرفتن سلفی برای همخوانی با گروه اجتماعی و همسالان خود).
❖ **میل و سواسی اجباری به سلفی**
یک مطالعه جدید جهانی نشان می دهد که سال ۲۰۲۱ به طور میانگین هفته ای یک مورد مرگ و میر مرتبط با سلفی گرفتن رخ داد که بیشتر شامل جوانانی می شد که سعی می کردند عکس های سلفی بر مخاطره ای بگیرند. در این بین، بعضی از افراد هم به اختلال سلفیتیس (selfitis) مبتلا هستند. این اختلال شامل میل و سواسی اجباری برای گرفتن عکس از خود و ارسال آن در رسانه های اجتماعی به عنوان راهی برای جبران نبود اعتماد به نفس و پر کردن خلأ صمیمیت است. توجه داشته باشید که ابتلا به نوع شدید این اختلال با افسردگی، اضطراب، ناراضیاتی از بدن و افزایش تمرکز بر ظاهر مرتبط است که برای در مان، نیاز است به روان شناس مراجعه شود.

داده تصویری

۶ توصیه که شما را تبدیل به یک کارآفرین موفق می کند

تمرکز روی هدف به جای صحبت اطرافیان

میل به یادگیری بیشتر

جدیت و صبور بودن در کار

داشتن شور و نشاط در انجام کار

بیرون کردن فکر شکست از سر

مشخص کردن چشم انداز کاری

بودم.

❖ **مطلب ۳۰**
مهر با موضوع قانون شیک پوشی که هر مردی باید بداند، برای تیپ های رسمی بود که فقط برای جلسات مهم کاربرد دارد.

❖ **قیمت یک تلویزیون هوشمند مثلا ۵۵ اینچ**
۱۵ میلیون شروع میشه تا ۷۰ میلیون تومان. ما هم خیلی دوست داریم یکی بخریم و از دست این تلویزیون قدیمی راحت بشیم، اما دلمون نمیداد این همه پول بدیم به یک تلویزیون!

❖ **از پدر خانم دکتر میم در خواست می کنم شرایط را برای ازدواج آسان بنده و دختر شان فراهم کنن.**
من سال ها در خواستدم دکتر شدم و به دختر ایشان علاقه دارم.

ایجناب مرتضی یا چشم معینی مالک خودرو سمند مدل X7۸۶ به شماره انتظامی ایران ۴۷-۴۸۴ م ۹۲ فرزند ابراهیم در ۱۴۰۱/۷/۲۰ در شهرستان نیشابور مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۹۲/۱۲/۱۵

ایجناب حسن طاهری نسب مالک خودرو سمند ایکس ۷ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۷۷۴ ی ۵۸ مدل ۸۶ به شماره شاسی ۱۵۵۱۴۱۷۸ و شماره موتور ۱۲۴۸۵۲۲۱۱۲۶ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
۱۳۹۲/۱۲/۱۴

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

❖ **من پدر و مادری سالمند دارم.** این که در زندگی سلام، هر از گاهی در باره سالمندان مطلب می نویسد تا اطلاعات شان برای بهتر شدن کیفیت زندگی و سلامت روان شان بیشتر شود، خیلی خوب است.

❖ **امعمای تصویری**
در صفحه سرگرمی، سرکایه؟ هیچ چیزیش دیدن نمیشه چرا؟ من هر چی نگاه کردم، هیچی ندیدم.

❖ **از شما بابت چاپ مطلبی با عنوان «تکنیک هایی برای خرید جعبه جادویی هوشمند» در صفحه اول تشکر می کنم.** من همان فردی هستم که در خواست نوشتن مطلبی در زندگی سلام را در این باره داده

بروانه حمل سلاح شکاری ساجمه زنی به سرپال ۲۷۱۴۱۰۴
ایجناب مرتضی قوامی فرزند ابراهیم در ۱۴۰۱/۷/۲۰ در شهرستان نیشابور مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۹۲/۱۲/۱۵

آگهی فقدان سند مالکیت
آقای محمود قلنی بازانه دوبرگ استنباده و تقاضای کتبی جهت دریافت سند مالکیت المثنی نوبت اول به این اداره مراجعه و مدعی است سند مالکیت ۵۰۰ سهم مشاع ارزشمند لگ پلاک ۵۶ فرعی از ۳ اصلی بخش ۷ چناران بعلت سهل انگاری مفقودشده است و برابر سیستم جامع املاک تعامت مورد نظر ذیل ثبت دفتر الکترونیک به شماره ۵۵۴۳۴۴ بنام مالک صادر شده است سامانه جامع املاک بش از حکایتی ندارد به استناد ماده ۱۲۰ این نامه قانون ثبت املاک متذکر می گردد هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله انجام داده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد باید ظرف مدت ۱۰ روز پس از انتشار آگهی به این اداره مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تنظیم شده تسلیم نماید درغیر اینصورت پس از انقضای مهلت مقرر و عدم ارسال اعتراض سند مالکیت المثنی طبق مقررات صادر و به متقاضی تحویل خواهد شد.
مرتضی ولایتی - رئیس ثبت اسناد و املاک چناران

۱۳۹۲/۱۲/۱۸