

**روز سی و نهم:** آخرین یادداشت چالش را امروز برای همسر تان بنویسید و آن را در جیب شلوار یا پیراهن او قرار دهید.

**چالش**

**خوشبختی**



#### مبتکر هستند:

یکی از مهم ترین راه های تشخیص نابغه بودن یک کودک، نه تنها توانایی وی در درک صحیح کارهای تخصصی دیگران است؛ بلکه توانایی اش در پیشنهاد دادن راه حل های خلاقانه برای یک مسئله هم هست. کودک نابغه همیشه در حال پیدا کردن راهی جدید برای مسائل یا شیوه ای نو برای نگرش به دنیا هستند. به این نکته توجه داشته باشید که کودک نابغه هم اشتباه می کنند، کارها را به درستی انجام نمی دهندو به درستی رفتار نمی کنند. شاخص بودن، بدان معنا نیست که فرزند شما اشتباه یا خطا نمی کند، او هنوز یک کودک است؛ پس بگذارید فرزند نابغه تان از تک تک لحظات کودکي اش لذت ببرد.

مترجم: نازنین تاتاری  
منبع: ریدرز دایجست

#### مهارت های رهبری:

به دلیل بلوغ فکری و توانایی های سازمانی طبیعی، کودکان نابغه به هبران صنعت در بزرگ سالی تبدیل خواهند شد. به گفته «سانی ورم» کودک نابغه به طور معمول می تواند مسئولیت پیدا کردن راه حل های موثر را بر عهده گیرند. آن ها قادرند عملکرد خود را تنظیم کنند و همیشه به دنبال راه هایی برای بالا بردن عملکرد خود باشند، صفتی مطلوب برای مدیران صرف نظر از سن. به علت این توانایی آنان می توانند کودکان همسن خود را رهبری کنند؛ چون اعتماد به نفس بیشتری در تعیین هم بازی های خود و همچنین تجربه بیشتری در قبول مسئولیت دارند.

#### عاشق مطالعه هستند:

کودکان نابغه از مطالعه لذت می برند. آنان زودتر و سریع تر از دیگر کودکان همسن خود می خوانند و از خواندن لذت می برند.

در س را محیطی کسالت بار و تمرین ها را بسیار آسان می دانند. در عوض برای بازی یا صحبت کردن با کودکان بزرگ تر از خود یا بزرگ سالان هر کاری انجام می دهند.

#### دارای عزمی راسخ و اراده ای قوی هستند:

کودکان نابغه زمانی که کاری را شروع می کنند تا انتها ادامه می دهند و تا زمانی که در آن کار خیره نشده اند، دست از کار نمی کشند. «سانی ورم» موسس و مدیر سایت آموزشی «نیپوتر برایت» می گوید: «کودکان نابغه از تمرکز بالایی برخوردارند. زمانی که به این کودکان وظیفه ای را محول می کنید، آن ها بدون آن که حواسشان پرت شود، کار را به طور کامل به اتمام می رسانند. برنامه تلویزیونی، کارتون بازی رایانه ای به هیچ عنوان حواس آنان را منحرف نمی کند.»

مختلف به خصوص موضوعاتی که مورد علاقه آن هاست، دارند. این بدین معناست که آنان می توانند نام علمی تمامی دایناسورها را برای شما بگویند یا کار یک خودرو را به طور علمی برای شما توضیح دهند. هر موضوعی که باشد دانش شگفت انگیز فرزند شما درباره آن کامل است. در مقاله ای که در مجله «ساینس دیلی» به چاپ رسیده «عجوبه» را کودکی می نامند که در سن تقریبی ۱۱ سالگی دارای مهارت بالا یا دانشی پایه ای و تخصصی است که بزرگ سالان دار هستند.

#### خواهان همکاری با بزرگ سالان یا کودکان بزرگ تر از خود است:

کودکان نابغه، بازی با همسن و سالان خود را که توانایی و استعدادی متفاوت از او دارند، خسته کننده می داند. کودک ناب بسیار باهوش، کلاس

کودکان نابغه قادر به درک هر چیزی هستند، چه تعداد آجر اسباب بازی در کامیونشان جامی شود یا چه مغازه هایی نزدیک منزل آنان وجود دارد.

#### کنجکاو درباره دنیای اطراف خود:

یک کودک باهوش درباره دنیای اطراف خود کنجکاو است؛ اما یک کودک نابغه واقعی، حس کنجکاویش سیری ناپذیر است تا در یابد هر چیزی چگونه کار می کند. از تحقیق درباره هر یک از جانوران و غذای مورد علاقه آن ها تا چگونگی کار کردن تلویزیون. کودک نابغه در تمام مدت در حال ستجدن میزان صوری والدین خود در مقابل سوال های بی انتهایشان هستند.

#### کسب دانش و اطلاعات دقیق درباره موضوع مورد علاقه خود:

کودکان نابغه دانشی عمیق درباره موضوعات

#### رشد فکری زود هنگام:

اولین نشانه های یک کودک نابغه در سال های آغازین زندگی وی بروز پیدا می کند. «اوبنی هلیبر» متخصص رفتارشناسی و رشد کودکان می گوید: «والدین کودکان نابغه اذعان می کنند چه انتظار داشتند، اتفاق افتاده است.» به گفته او این کودکان توانایی صحبت کردن، استفاده از کلمات دشوار و جمله بندی های پیچیده را زودتر از کودکان همسن خود پیدا کرده اند.

#### تشخیص سریع الگو:

یک نابغه کوچک قادر به تشخیص الگو های تکراری در سن کم است؛ اما این استعداد آن ها تنها به اشکال ساده یا رنگ ها در یک بازی ختم نمی شود؛ بلکه آنان رفتارها، فعالیت ها و حرکات تکراری را بهتر از همسالان خود درک می کنند.

## خانواده شوهرم خیلی به خانه مامی آیند

۲۶ ساله ام. پنج سال است ازدواج کرده ام. دو سال اول زندگی در شهر محل سکونت شوهرم زندگی کردیم و دوباره به شهر خودم آمدم. زندگی خیلی خوبی داریم اما خانواده شوهرم با وضع مالی خیلی خوبی که دارند اصلا درک نمی کنند ما نمی توانیم مانند آن ها باشیم و این قدر رفت و آمد کنیم. یک بار پدر و مادر شوهرم می آیند و چندروز می مانند. بعد از مدت کوتاهی خواهرش می آید و چندروز می ماند. چند روز بعد خواهر یا برادر دیگرش. اگر به بیکاره بیایند و چند روزی باشند، مشکلی نیست، این موضوع گاهی باعث کدورت بین من و شوهرم می شود و او از خانواده اش طرفداری می کند و به خستگی و سردرگمی من از این اوضاع توجهی نمی کند. موضوع دیگر، رعایت نکردن تمیزی و آداب مهمانی رفتن است، من در این موضوعات حساسم اما آن ها خودشان را بیش از حد صمیمی می گیرند و به این مسائل مهم توجهی نمی کنند.

مخاطب عزیز! یکی از ظریف ترین رابطه هایی که ما با دیگران برقرار می کنیم، رابطه با خانواده شوهر است. وقتی ازدواج می کنیم، بیشتر ما توجه نمی کنیم که با خانواده دیگری وصلت کرده ایم، ممکن است این خانواده رسم و رسوم، رفتار ها و عادت هایی بر خلاف ما داشته باشند. زمانی که این اختلاف نظر ها یا اختلاف در زمینه رسم و رسوم و غیره وارد خانواده شما شد، کشمکش و اختلاف های کوچک شروع می شود بنابراین چقدر این کشمکش ها با همسر و درگیری ها پذیرفتنی است؟ البته این موضوع حل شدنی است و به خود شما بستگی دارد؛ بنابراین این یک قاعده کلی درباره خانواده شوهر این است که از احساسات تان به عنوان راهنما کمک بگیرید و اندکی خوشبین داری کنید و باتوجه به شرایط خوبی که با همسر تان دارید زندگی خود را اسر این موضوع بسیار ساده بحرانی نکنید. در ادامه راهکار هایی

برای جلوگیری از بحرانی شدن روابطتان پیشنهاد می کنیم. **خودتان را با شرایط وفق دهید:** زوج های جوان به طور معمول در اوایل ازدواج این مشکل را دارند و اغلب رابطه شان با خانواده همسر به همین صورت است و خانواده همسر و دیگر بستگان برای این که از وضعیت و حال فرزندان خود باخبر باشند، بیشتر سعی می کنند ارتباط خودشان را حفظ کنند. این وضعیت همیشگی و مداوم نیست و به مرور کمتر می شود. سعی کنید خودتان را با این وضعیت وفق دهید. اگر زمانی تعارض به وجود آمد هیچ وقت نگذارید همسر تان احساس کند کار به جایی رسیده که باید بین شما و خانواده اش یکی را انتخاب کند.

**نگرانی های خانواده همسر را با مهربانی پاسخ دهید:** بسیاری از اقوام شوهر همان طور که اشاره شد به دلیل حس نگرانی و دلسوزی که دارند دلواپس نحوه رفتار کردن عروسان یا پسرشان هستند. در چنین مواردی بهترین طرز برخورد با مادر شوهر و اقوام شوهر، تشکر کردن است. اجازه دهید هر طور که می خواهند رفتار کنند حتی اگر در سطح فرهنگی شما نکتجد و حتی اجازه دهید هر کاری که می خواهند انجام دهند فقط این را فراموش نکنید که شما هستید که هر شب همسر تان را در خانه می بینید و بالاخره آن

**نگرانی های خانواده همسر را با مهربانی پاسخ دهید:** بسیاری از اقوام شوهر همان طور که اشاره شد به دلیل حس نگرانی و دلسوزی که دارند دلواپس نحوه رفتار کردن عروسان یا پسرشان هستند. در چنین مواردی بهترین طرز برخورد با مادر شوهر و اقوام شوهر، تشکر کردن است. اجازه دهید هر طور که می خواهند رفتار کنند حتی اگر در سطح فرهنگی شما نکتجد و حتی اجازه دهید هر کاری که می خواهند انجام دهند فقط این را فراموش نکنید که شما هستید که هر شب همسر تان را در خانه می بینید و بالاخره آن



عکس از پینتی است

پنج شنبه ها پریده کتاب



هراس از مرگ

پائولا درباره روز های هولناک سرطان بر ایلم گفت. آن را دوره تصلیب خود می خواند و مکان تصلیب هم همان بود که همه بیماران دچار عود سرطان تجربه می کنند: اتاق های پرتودرمانی با گویچه های فلزی آویزان از سقف، تکنسین های بی عاطفه و به ستوه آورنده، دوستانی که نمی توانستند تسلی ات دهند و دکتر های سرد و بی اعتنا و همه بدتر سکوت کر کننده مخفی کاری که بر همه حا حاکم بود.... از پائولا آموختم هراسی که فرد هنگام اطلاع از ابتلا به یک بیماری کشنده تجربه می کند با کناره گیری اطرافیان چندین برابر می شود. انزوای بیمار روبه موت با روش ابلهانه کسانی که می کوشند نزدیکی مرگ را پنهان کنند، تشدید می شود و لی مرگ را نمی توان مخفی کرد؛ نشانه ها همه جا هست: پرستاران آهسته پیچ می کنند، پزشکان معالج به بخش های دیگر بدن توجه می کنند، دانشجویان پزشکی با نوک پنجه به اتاق بیمار وارد می شوند، اعضای خانواده با شجاعت لیختن می زنند و ملاقات کنندگان نظا هر به نشاط می کنند. یک بیمار سرطانی یک بار بر ایلم گفت زمانی فهمیده مرگش نزدیک است که پزشکش به جای آن که مثل همیشه معاینه را با ضربه خفیفی از سر شوخی بر لیش به پایان برساند، پس از معاینه دستش را به گرمی فشرده است.

انسان بیش از آن که از مرگ بهراسد، از انزوای محضی می ترسد. ما می کوشیم زندگی را دوفرشی تجربه کنیم و لی هریک از ما مجبوریم تنها بهیریم. کسی قادر نیست با ما یا به جای ما بمیرد. تصوری که یک انسان زنده از مردن دارد، به خودر هاشدنی مطلق و بی چون وچرا است. پائولا به من آموخت که چگونه انزوای مردن دو جانبه است. از یک سو بیمار با زندگی قطع رابطه می کند و نمی خواهد با آشکار ساختن ترس ها یا افکار هولناکش خانواده و دوستان را در هراس خویش شریک سازد. از سوی دیگر دوستان هم خود را کنار می کشند، احساس بی کفایتی و ناشیگری می کنند، مرددند که چه بگویند یا چه بکنند و تمایلی به نزدیکی بیش از حد با چشم انداز مرگ خویش ندارند.

بر گرفته از کتاب «ما مان و معنی زندگی»، نوشته «اروین یالوم»، ترجمه «سپیده حبیب»

## بار تبه ۴۱۵ دانشگاه

## تهران قبول می شوم؟

من امسال کنکور دادم. رتبه ۴۱۵ آورده ام، با این رتبه در رشته های حقوق و روان شناسی دانشگاه های خوب قبول می شوم؟ مثلا حقوق یا روان شناسی دانشگاه تهران؟



اطلاعات بیشتری لازم است تا بتوان به طور دقیق مشخص کرد شانس قبولی شما در کدام دانشگاه و در چه رشته ای بیشتر است (اطلاعاتی نظیر سهمیه، رتبه کشوری، نوع منطقه و... اما با توجه به رتبه شما و تعداد افرادی که در سال های گذشته قبول شده اند، می توان پیش بینی کرد که در رشته روان شناسی دانشگاه های اصفهان، فردوسی مشهد، تبریز و همچنین الزهرا (س) تهران (در صورت مونث بودن) امکان قبولی دارید، در صورتی که مایل به انتخاب رشته علوم تربیتی باشید نیز علاوه بر دانشگاه های مذکور، دانشگاه تهران و علامه طباطبائی گزینه های قابل دسترسی هستند. در رشته حقوق نیز دانشگاه های اصفهان، فردوسی مشهد، قم و شاهد تهران با رتبه شما همچوانی بیشتری دارد؛ اما دانشگاه های تهران، الزهرا (س) تهران (در صورت مونث بودن) و خوارزمی تهران در رشته فقه و مبانی حقوق اسلامی با این رتبه قبولی داشته اند. انتخاب رشته و قبولی در دانشگاه ۵۰ درصد طبق اصل حدس و گمان اتفاق می افتد و ۵۰ درصد باقی مانده، طبق قبولی های سال های گذشته. بنابراین حتما انتخاب رشته خود را تنها به دانشگاه ها و رشته هایی معطوف کنید که دوست دارید در آن تحصیل کنید. چه شما امسال بر حسب اتفاقات یا تغییراتی شما شانس قبولی در آن دانشگاه ورشته مورد علاقه خود را داشته باشید در حالی که در سال های قبل با این رتبه این امکان وجود نداشته است. پیشنهاد من این است که با در نظر گرفتن تمام شرایط خود، از جمله شرایط مالی و خانوادگی، ابتدا دانشگاه فردوسی مشهد (اگر ساکن مشهد هستید) را هم به صورت روزانه و هم شبانه انتخاب کنید و سپس دانشگاه های تهران و در مرحله بعد دانشگاه های دیگر را انتخاب کنید. ضمنا از انتخاب دانشگاه ها یا شهر هایی که هیچ تمایلی به آن هاندارید حتما اجتناب کنید. موفق باشید



من امسال کنکور دادم. رتبه ۴۱۵ آورده ام، با این رتبه در رشته های حقوق و روان شناسی دانشگاه های خوب قبول می شوم؟ مثلا حقوق یا روان شناسی دانشگاه تهران؟



من امسال کنکور دادم. رتبه ۴۱۵ آورده ام، با این رتبه در رشته های حقوق و روان شناسی دانشگاه های خوب قبول می شوم؟ مثلا حقوق یا روان شناسی دانشگاه تهران؟



من امسال کنکور دادم. رتبه ۴۱۵ آورده ام، با این رتبه در رشته های حقوق و روان شناسی دانشگاه های خوب قبول می شوم؟ مثلا حقوق یا روان شناسی دانشگاه تهران؟

من امسال کنکور دادم. رتبه ۴۱۵ آورده ام، با این رتبه در رشته های حقوق و روان شناسی دانشگاه های خوب قبول می شوم؟ مثلا حقوق یا روان شناسی دانشگاه تهران؟

من امسال کنکور دادم. رتبه ۴۱۵ آورده ام، با این رتبه در رشته های حقوق و روان شناسی دانشگاه های خوب قبول می شوم؟ مثلا حقوق یا روان شناسی دانشگاه تهران؟

من امسال کنکور دادم. رتبه ۴۱۵ آورده ام، با این رتبه در رشته های حقوق و روان شناسی دانشگاه های خوب قبول می شوم؟ مثلا حقوق یا روان شناسی دانشگاه تهران؟