



ازش نپرس «می‌خواهی چه کاره بشی؟»

تلاش برای پاسخ دادن به این سوال کلیشه‌ای نه تنها کودکان را در یک دام هویتی می‌اندازد بلکه آینده شغلی‌شان را هم تهدید می‌کند

یاسمین مشرف | مترجم
منبع: katiemartin.com و theglobeandmail.com

ترتیب
فرزند

«وقتی بزرگ شدی می‌خواهی چه کاره بشی؟» این سوالی است که بسیاری از ما تقریباً به محض این که کودکان یکی از فامیل یا آشنايان شروع به صحبت می‌کنند، از او می‌پرسیم. ما هدف خوبی از طرح این سوال داریم و بلافاصله کودک را به تلاش برای دنبال کردن آرزوها و خواسته‌های شغلی‌اش تشویق می‌کنیم. اما بررسی آینده مشاغل و نقش تحول‌آفرینی که فناوری در آن بازی می‌کند، نشان می‌دهد که طرح این سوال می‌تواند برای کودکان یک دام هویتی ایجاد کند. نتایج تحقیقات پژوهشگران یک دانشگاه در آمریکا نشان می‌دهد با توجه به پیشرفت فناوری، ۶۵ درصد از کودکانی که الان وارد دبستان می‌شوند، در آینده مشغول به کاری خواهند شد که اکنون اصلاً وجود ندارد! در ادامه نکاتی در همین باره مطرح خواهد شد.

سپرده‌شوند. طبق مطالعه‌ای که به‌تازگی در آمریکا انجام شده و نتایج آن در کتاب «مزیت تطابق» نوشته «هشرا ی. مک گوانز»، استراتژیست پیشرو در زمینه آینده مشاغل انتشار یافته، ۶۵ درصد کودکانی که امروز وارد دبستان می‌شوند در نهایت در مشاغل کاملاً جدیدی که امروز وجود ندارد، مشغول به کار خواهند شد. به همین دلیل است که او می‌گوید پرسیدن این که «می‌خواهی چه کاره بشی؟! از کودکان اشتباه است، در واقع تعیین کردن یک شغل یکسان، آینده شغلی بچه‌ها را به خطر می‌اندازد چون در حالت فعلی در کی از شغل‌های آینده وجود ندارد.

چرا نباید این سوال را پرسیم؟ فناوری در حال تغییر شکل دادن به‌تک‌تک مشاغلی است که امروز به‌عنوان یک حرفه از آن‌ها نام برده می‌شود. مطالعات متعدد نشان می‌دهد پیشرفت‌های فناوری ممکن است جایگزین نزدیک به ۸۰۰ میلیون فرصت شغلی شود. بنابراین تازمانی که یک دانش‌آموز پایه ابتدایی وارد فضای کار شود، احتمالاً فناوری هر گونه شغل مرتبط با آرزوهای شغلی او را جایگزین کرده یا تغییر داده است. بر این اساس، دیری نخواهد گذشت مشاغلی که مامدت‌هاست آن‌ها را می‌شناسیم به‌دست فراموشی

ارتباط‌های کلامی غلط و جایگزین صحیح آن

زوجین

زوج‌ها در عوض تلاش برای پیدا کردن مقصر، دنبال پیدا کردن راه‌حل باشید

متن: تومس عزیزی

چرا این همه سبزی خریدی؟ من فقط گفتفم ریخون، نعناع و تره، هر کدام دو بسته کوچیک.

نه، گفتی از هر کدام دو کیلو، تقصیر خودت نه.

چرا این همه سبزی خریدی؟ من فقط گفتفم ریخون، نعناع و تره، هر کدام دو بسته کوچیک.

من چیز دیگه‌ای شنیدم. حالا به نظرت باهاشون چه کار کنیم؟

۵ توصیه طلایی برای شاد بودن خانم‌ها



مازل مرادی

راه‌های شاد بودن زنان بسیار است: داشتن تفکر مثبت، دوری از بدبینی و... اما همه این‌ها کلیشه‌ای و تکراری‌اند و حتماً شما هم بارها باور باره‌ها را شنیده‌اید و لابد هیچ تأثیری هم بر زندگی و شادی‌تان نداشته‌اند. اما چرا؟ درست است که این راهکارها عموماً تکراری‌اند، اما آیا لزوماً اشتباه‌اند؟ احتمالاً فکر می‌کنید چرا همچنان راه‌های شاد بودن زنان را نمی‌دانید و باید برای یافتن آن جستجو کنید؟ راه‌های شاد بودن زنان خیلی ساده‌تر از این حرف‌هاست: فقط کافی است بخواهید و به ذهن و مغز خود فرمان بدهید آن‌طور که می‌خواهید عمل کنید.

خوش‌بین باشید

گاهی اوقات خودتان را بیهوده از آرمی دهید. قطعاً برای شما هم پیش آمده است که دوست شما پیام یا تلفن‌های تان را پاسخ نداده نباشد. شاید این مسئله را به حساب بی‌اعتنایی و کم‌محلی او گذاشته باشید. اگر این‌طور بوده است، باید بگوییم که سخت در اشتباهید. در چنین مواقعی خوش‌بین باشید و بهترین حالت را در نظر بگیرید. از کجا معلوم که دوست‌تان گرفتار نبوده‌بار در شرایطی نبوده که بتواند فوری پاسخ‌تان را بدهد؟ با افکار منفی و ناراحت شدن، فقط روحیه خود را خراب می‌کنید. البته افرادی هم هستند که با خودخواهی و اهانت با دیگران برخورد می‌کنند و به‌موقع به پیام‌ها پاسخ نمی‌دهند.

فعال باشید

هر چقدر بیشتر فعال باشید، یعنی بیشتر بخوانید، ورزش کنید و... از فرصت‌ها و امکاناتی که در اختیار دارید، بیشتر‌آگاه‌خواهید شد. با شادابی و فعالیت‌های مختلف، در‌ها را

شکر‌گزار باشید

هروقت اسیر افکار معشوش و ناراحت‌کننده شدید، به نعمت‌ها و داشته‌های‌تان فکر کنید. کافی است سعی کنید چند مورد از این داشته‌ها و نعمت‌ها را برای خود نام ببرید. احساس‌تان با این کار تغییر خواهد کرد. در شکر‌گزاری نیرویی وجود دارد که تمرکز شما را از افکار منفی به سمت خوش‌بینی و شادی می‌برد. وقتی در باره اداری‌ها و خوبی‌های زندگی‌تان عمیق می‌شوید، پی‌می‌برید که تمام ترس‌ها و نگرانی‌ها بیهوده بوده‌اند.

واقع‌بین باشید

باید بتوانید انتظارات و آرزوهای‌ا به‌شکلی واقعی دنبال کنید. اولین گام برای حل هر مسئله شناخت درست و دقیق آن است. نباید در رؤیاها از زندگی واقعی جا‌مانید و نباید از خودو شرایط‌تان، انتظارات غیرمعمول داشته باشید. مدام نگوئید اگر این‌طور بود، آن‌طور می‌شد. واقع‌بین باشید.

بهتر انتخاب کنید

همه ما تمایل داریم که در شرایط بد، خود را قربانی بدانیم و تمام مسئولیت ناکامی و شکست‌های ما را به گردن این و آن و شرایط ببندیم. این طرز تفکر و عملکرد بسیار اشتباه است. شاید ما در زندگی تحت تأثیر عواقب اشتباهات دیگران باشیم، اما لزومی ندارد در بدبختی بمانیم و بسوزیم و بسازیم. اگر یک نفر به شما گزند می‌رساند، معاشرت با او فایده‌ای برای‌تان ندارد و از این بابت آزار دیده‌اید، با حق انتخابی که دارید، می‌توانید به‌سادگی دور او را خط بکشید و دیگر با او معاشرت نکنید.

برای نوشتن این مطلب از سایت «چطور» کمک گرفته شده است

کاساپ این یک روش عالی برای طرح‌بندی مجدد سوال کلیشه‌ای «وقتی بزرگ شدی، می‌خواهی چه کاره شوی؟» است. کاساپ سوالات جایگزین دیگری را هم ارائه می‌کند: «به چه چیزهایی علاقه‌مند هستی؟ دوست داری چه کارهایی انجام بدهی؟ چه چیزی تو را خوشحال می‌کند؟ در چه مواقعی احساس می‌کنی موفق شده‌ای؟ دوست داری چطور با دیگران کار یا بازی کنی؟ چه چیزهایی را زودتر یاد می‌گیری؟ دوست داری در باره چه چیزهایی بیشتر بدانی؟ چه چیزهایی برایت مهم هستند؟...»

پرورش هویت کودک به جای ایجاد دام هویتی

از آن جایی که کودکان در سال‌های اولیه زندگی، هویت خود را پرورش می‌دهند، باید به آن‌ها کمک کنیم فرصت درک و تقویت نقاط قوت خود را داشته باشند، احساسات خود را اکتشاف کنند و برای حل مشکلاتی که برایشان مهم است توانمند شوند. آن‌ها باید نیای مملو از فرصت‌هایی را ببینند که در آن می‌توانند شغل ایجاد کنند نه این که خود را به مسیری که آن را مسیر قطعی تلقی می‌کنند، محدود کنند. به عبارت دیگر ما باید کودکان را برای زندگی در جهانی پیچیده و متغیر و یک زندگی توأم با یادگیری مداوم آماده کنیم و این باور اجتماعی غلط را که هویت شغلی فرد، ثابت و وابسته به یک حرفه منحصر به فرد است، بر کودکان مان‌تحمیل نکنیم تا در یک دام هویتی نیفتند. در عوض باید آن‌ها را تشویق کنیم کارهای مورد علاقه خود را اکتشاف کنند، بفهمند که چه چیزهایی را دوست دارند یاد بگیرند و چه مشکلاتی را حل کنند؟ این تحول، می‌تواند با سوالاتی متفاوت از «وقتی بزرگ‌شدید می‌خواهید چه کاره شوید؟» شروع شود.

آموزش سواد دیجیتال و مهارت حل مسئله مهم است

به جای طرح این سوال آسیب‌زا، آموزش سواد دیجیتال و مهارت‌هایی مانند هوش هیجانی و توان‌سازی از موضوعات مهمی است که باید به آن پرداخته شود. همچنین باید به آن‌ها روند حل مسئله آموخته شود یعنی مشکلات دنیای واقعی را متناسب با سن دانش‌آموزان با آن‌ها مطرح کنیم (حتی به شکل بازی) و کودکان را ترغیب کنیم با آن‌چه در مدرسه یا خانه یاد گرفتند، آن را حل کنند.



قرار و مدار

روز خرید گل برای همسر

این روزها که بیشتر اعضای خانواده باید ساعت‌های زیادی را توی فونه باشند، کار فانه‌ها سفت‌تر می‌شه. امروز برای همسرتون یک گل بفرین و ازش به خاطر زمت‌هایی که می‌کشه، تقدیر کنین. گاهی یک تشکر بی‌دلیل، باعث دلگرمی همسرتون می‌شه



ما و شما

راه‌ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
و تلگرام ۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* در باره پرونده زندگی سلام می‌خواستم بهتون بگم آلزایمر شاید در ظاهر یک بیماری باشه که در دنداره اما برای اطرافیان فردی که مبتلا شده، واقعا ناراحت‌کننده است. من پدر بزرگی داشتم که هر روز صبح، کلا یادش می‌رفت که بچه‌هاش عروس و داماد شدن و به همه شون زنگ می‌زد و می‌گفت که ناهار زودتر ببین تا دور هم باشیم. الان که اون روزها یادم اومد، اشکم جاری شد. خدارحمش کنه.

* این که مردها بعد از یک روز سخت کاری، وقتی می‌رسن خونه و می‌خوان کمی استراحت کنن، برن و ظرف‌ها رو بشویند، ر مزخوش‌بخشیه؟ با چاپ این مطالب، فقط توقع خانم‌ها رو می‌برید بالا، براتون متأسفم. * یکی از مهم‌ترین فواید جینسینگ که در صفحه سلامت در باره‌اش نوشتید، تقویت قوای جنسی است. از قدیم هم به این موضوع معروف بود.

* هزینه زندگی در روستای آلزایمری‌ها به پول ما، بیش از ۲۰۰ میلیون تومان در ماهه. اگر هر روز برن شون سفر هم این قدر درنمیدان!

* در جواب مخاطبی که گفته چرا هری پاتر رو در زندگی سلام تبلیغ کردین، اگر پویانمایی ایرانی در اون قدمی شناسی، به ما هم معرفی کنین که ببینیم. * ضمن ارج نهادن به کار آقایی که زیر آب راه می‌رفت، من سال‌هاست که می‌توانم این کار را انجام بدهم ولی فکر نمی‌کردم این قدر مهم باشد. اگه خواستید، می‌تونم ثابت کنم.

همسایه شری داریم

که دهانش چفت و بست ندارد

یک همسایه خیلی شر داریم که چندسالی است خیلی ما را آزار می‌دهد. دیگر از دستش به ستوه آمده‌ام. چندبار به مدیر ساختمان گفتم ولی او هم از پیشش بر نمی‌آید. یک آدم کاملاً عقده‌ای. هر بار خودم به او تذکر دادم، کار به دعوا کشیده. آدمی است که دهانش چفت و بست ندارد و بی‌آبروست. بی‌زحمت شما بگویید من باید چه کار کنم؟



دکتر مهدی سوداوری | روان‌شناس و مدرس دانشگاه

محروم‌سازی با هماهنگی دیگر همسایه‌ها می‌توانید او را از برخی خدمات مثل نظافت طبقه او یا ماندن آن‌ها محروم کنید تا شاید متوجه رفتارهای اشتباه خود بشود.

واکنش جمعی به جای این که تک به تک وارد مجادله با این همسایه به قول خودتان شر شوید، باید تمام ساکنان با هم با او رود رو شوید. این افراد چون ذاتاً ترسو هستند از اتحاد بقیه و اهمل دارند.

تغییر جهت فشار به جای صحبت با او یا دیگر اعضای خانواده‌اش صحبت کنید، یا کل آن خانواده را نادیده بگیرید تا آن‌ها عامل فشار به فرد مد نظر شوند.

کنار آمدن با این افراد سخت است

فراموش نکنید که برای رسیدن به نتیجه باید بصور باشید چون کنار آمدن با این گونه افراد به شدت مشکل و سخت است، کودک‌ان قلدری که تبدیل به بزرگ سال شده‌اند بدون آن که مغز آن‌ها تغییری کرده باشد. با این افراد باید مانند یک کودک رفتار کرد، بالا رفتن سن دلیل بزرگ و بالغ شدن نیست. درک و فهم بسیاری از افراد در همان سنین کودکی تثبیت می‌شود. فرض کنید با یک کودک پنج ساله لوس و قلدر طرف هستید و باید به مرور، رفتارهای اشتباه‌اش را اصلاح کنید البته اگر شدنی باشد.

مشاوره فردی

با سلام خدمت شما مخاطب گرامی. متأسفانه اطلاعات لازم در باره نوع مزاحمت‌ها و نوع واکنش همسایه خود را در پیام ذکر نکردید که امکان بررسی دقیق فراهم شود اما شش توصیه کلی در باره نحوه رفتار با فردی که چند ویژگی شخصیتی و رفتاری‌اش را مطرح کردید، بیان می‌شود.

نادیده گرفتن این گونه افراد دوست‌دارند که همیشه مورد توجه باشند، حال چه توجه مثبت مثل تقدیر، چه توجه منفی مثل دعوا و بحث. در نتیجه با هر بار اعتراض شما، او بر شدت رفتارهای آزاردهنده خود خواهد افزود. اگر شما و دیگر همسایه‌ها واکنشی نشان ندهید ممکن است از شدت رفتار خود بکاهد.

رفتار متقابل این گزینه خیلی توصیه نمی‌شود ولی در برخی موارد افرادی که قلدری می‌کنند از درون بسیار ترسو هستند و اگر مثل خود آن‌ها داد و فریاد کنید، آن‌ها کوتاه خواهند آمد. ولی باعث تنش عصبی در شما نیز خواهد شد.

تنظیم شکایت رسمی طبق قانون آپارتمان‌ها برخی از رفتارهای این فرد احتمالاً قابل پیگیری در نزد پلیس یا دادگاه است که با همراهی همه همسایه‌ها امکان‌پذیر خواهد بود.



زندگی سلام
دوشنبه
۸ دی ۱۳۹۹
شماره ۱۷۸۰

خانواده و مشاوره

