خانواده و مشاوره

۱+۴ اصل اساسی در تربیت دینی

در ۲ سن تربیت دینی داریم: کودکی و نوجوانی که شیوه‌های آن تفاوت‌های زیادی دارد؛ والدین برای پرورش فرزندانی سالم و صالح باید چه کنند؟

صدیقه معدنی | کارشناس ارشد روان‌شناسی

محوری

در دنیای امروز مصونیت فرزندان در برابر هجمه‌های اعتقادی و تبلیغ رفتارهای ضدهنجار، بسیار ضروری‌تر از هر زمان دیگری احساس می‌شود. آن چه بسیاری از والدین از آن غفلت کرده اند، بحث مسائل پرورشی است. یکی از رسالت‌های بزرگ و مهم هر پدر و مادری، تربیت فرزندی سالم و صالح است. اما والدین برای پرورش فرزندانی سالم و صالح در جامعه فعلی که اقتضائات متفاوتی نسبت به گذشته دارد، باید چه کنند؟

۱ تفاوت تربیت دینی برای کودکان و نوجوانان | اولین نکته درباره تربیت دینی کودکان این است که در دو سن تربیت دینی داریم: کودکی و نوجوانی. در کودکی با نگاه ساده‌تری به دین مواجه هستیم و در نوجوانی با فهم و عمق دین؛ در کودکی فقط باید بر جذب کار کرد، بر حس خوب به جا گذاشتن برای دینداری. مثلا بغل کردن فرزند بعد از نماز یا لبخند بعد از نماز به فرزند، جایزه دادن به کودکان در مساجد و ... لازمه تربیت دینی کودک است. در نوجوانی که سن جهت گیری دینی و گرایش ها و ارزش ها و انتخاب کردن ایدئولوژی زندگی توسط نوجوان صورت می گیرد و با سوال دنبال هویت خود می گردد، نیاز به منطق و دلیل و توضیح مباحث دینی هست.

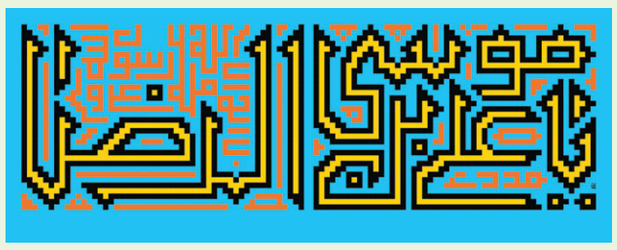
۲ توجه به اصل تدریجی برای آموزش آموزه‌های دینی | بعضی از والدین می خواهند یک شبه و به محض رسیدن به سن تکلیف، فرزندشان همه اعمال عبادی را تمام و کمال انجام دهد. بهتر است در آموزش نماز و روزه کمی زودتر از سن تکلیف اقدام و اصل تدریج را برای آموزش و ایجاد عادات مطلوب رعایت کنیم. مراقب باشیم مکلف یک باره بار سنگینی از یادگیری نماز، انجام آن و روزه گرفتن روی دوشش نیفتد. آموزش وضو و نماز در کتاب هدیه آسمانی کلاس دوم شروع می شود و بهتر است والدین در کنار معلم سعی در آموزش وضو و نماز داشته باشند. درباره حجاب هم از یک سال قبل سن تکلیف، دخترمان را به پوشیدن لباس های پوشیده ترغیب کنیم. در این سن فقط در حد علاقه مندی و عادی سازی حجاب با او صحبت کنیم، نیازی به توضیحات اضافی و مکلف بودن حجاب نیست؛ چرا که فرزندان در این سن قدرت تجزیه و تحلیل بعضی از مسائل را ندارند.

۳ فضاسازی معنوی برای تقویت حس زیبایی شناختی | تهیه چادر و سجاده برای ادای نماز دختران و عبا و سجاده برای پسران، خرید رحل و قرآن کوچک برای قرآن خواندن، تهیه و خرید خوراکی های مخصوص افطار، سیاه‌پوش کردن خانه در روزهای شهادت و ایام محرم یا فاطمیه با کمک کودک، پخش شربت و شیرینی در اعیاد و ... باعث تقویت حس زیبایی شناختی در کودک خواهد شد، در ضمن از آن جا که شخصیت فرزندان در سنین کودکی بسیار تاثیر پذیر است، والدین دغدغه‌مند باید بکوشند تا فرزندان علاقه‌مند به انجام اعمال عبادی شوند. تشویق فرزندان به حفظ برخی اشعار مذهبی، تشویق فرزندان به شرکت در کلاس های روان خوانی و حفظ قرآن برای شکل گیری هویت اسلامی فرزندمان، همراه کردن کودکان در نماز جماعت مسجد، مشارکت در امور تزیین خانه، حسینیه و مساجد مثلا برای سیاه‌پوش کردن ایام محرم، مسئولیتی هر چند کوچک در پذیرایی روضه‌ها و ... برای علاقه مند کردن فرزندان به تربیت دینی بسیار تاثیر گذار هستند.

۴ بسترسازی برای دوستی‌های مثبت | داشتن دوست و ارتباط موثر برای نوجوان یک نیاز انکارنشدنی است. از آن طرف، تاثیرپذیری نوجوان از دوستان هم مسئله‌ای است که بارها در همین صفحه درباره‌اش نوشته‌ایم. حضور در مراکز فرهنگی، مسجد، هیئت مذهبی، دوره‌های پرورشی و ... موجب شکل گیری رابطه‌های مثبت دوستی می‌شود که در نهایت باعث مصون ماندن فرزندان در ایام نوجوانی‌شان از بسیاری روابط نامناسب خواهد شد. حلقه‌های دوستی سالم و رشد دهنده معنویات، می‌تواند خلأ بسیاری از گرایش ها به سوی مصرف مواد، رابطه‌های نامشروع با جنس مخالف و کنترل تکانه‌ها و امیال جنسی در اوج دوران بلوغ که تحت تاثیر هورمون‌های بلوغ قرار می گیرند و در کل مصون ماندن از آسیب‌های دوران نوجوانی را به بهترین شکل ممکن پر کند.

۱+۴ کودک‌مان را به هیئت ببریم یا نه؟ | اما در ماه محرم و صفر، یکی از سوالات رایج والدین این است که کودکان‌مان را به هیئت ببریم یا نه؟ در بحث هیئت بردن، همان قدر لازم است که کودک فقط با سیاه‌پوش شدن، سینه‌زنی، روضه گوش دادن و مصیبت خوانی، مختصر آشنا شود یعنی فقط در حد علاقه‌مندی به مجالس روضه. بنابراین باید او را به جاهایی ببریم که از روند مراسم آگاهیم و می دانیم صدای بلند گو خیلی بلند و منبر طولانی نباشد یا ما با کودک دیرتر برویم تا در حد حوصله‌اش باشد، پذیرایی یا برنامه‌ای برای بچه‌ها داشته باشند تا با رغبت بیشتری و در حد اقتضای سن‌شان در مراسم شرکت کنند. یا خودمان چند وسیله کوچک بازی و دفتر و مداد نقاشی ببریم تا حوصله‌شان سر نرود. اما اگر نوجوان داریم، منبر و شنیدن داستان ائمه تاثیر زیادی بر گرایش های او به مذهب دارد چرا که به مرحله درک و تعقل رسیده است و قدرت تجزیه و تحلیل دارد.

چهارشنبه های امام رضایی (ع)



خشم، کلید هر بدی

جواد رستمی | کارشناس مذهبی

امام رضا(ع) می فرمایند: «خشم، کلید هر بدی است» (مشکاة الأنوار، ص ۳۸۳، ح ۱۲۶۶). در زندگی فردی و اجتماعی گاهی شرایطی پیش می آید که انسان عصبی و ناراحت می شود، راجع به شخص یا موضوعی، رفتار تند و ناشی از خشم و غضب از او سر می زند. از طرف دیگر ممکن است خشم و غضب به طرف مقابل هم سرایت کند. در نهایت این حرکات نسنجیده، اتفاق یا حادثه‌ای دردناک در پی داشته که جز پشیمانی و از دست دادن جان یا مال ثمری نداشته باشد. از این رو فرمایش امام رضا(ع) که خشم را منشأ هر بدی می داند، اهمیت دارد که انسان در این حالت به دور از عقل و درایت نباشد تا کنترلی بر رفتار و گفتار خود داشته باشد و سبب ایجاد شر و بدی و مشکلات دیگر نشود.

چرا یک سمت صورت‌مان جذاب‌تر از دیگری است؟

از دنیای روان شناسی

تحقیقات نشان داده اینفلوئنسرها به طور میانگین، ۵ ساعت در هفته (۴۸ دقیقه در روز) را صرف سلفی گرفتن می کنند. افراد برای رسیدن به سلفی بی‌عیب و نقصی که آن را در شبکه‌های اجتماعی منتشر کنند، معمولاً ۷ سلفی می گیرند. «آنوکا لیندل»، پروفسور رشته روان شناسی عصب شناختی دانشگاه لاتروب استرالیا پی برده بیشتر کسانی که سلفی می گیرند، ترجیح می‌دهند سمت چپ صورت‌شان را در عکس‌ها نشان دهند. او به تجزیه و تحلیل ۲ هزار سلفی اینستاگرامی پرداخت تا متوجه شود چرا یک سمت صورت‌مان برای ما خوشایندتر است؟ در ادامه به نتایج این تحقیق بیشتر خواهیم پرداخت.

ترجیح دادن سمت چپ صورت در سلفی‌های معمول

این محقق پی برده افراد هنگام گرفتن سلفی در حالت معمول و آینه‌ای هم سمت چپ صورت خود را ترجیح می دهند. وقتی فرد جلوی آینه، ژست گرفته و از بازتاب خود عکس می گیرد، معمولاً سمت راست خود را نشان می‌دهد. اما از آن جایی که در آینه چپ و راست برعکس است، وقتی کسی سمت راست صورت خود را ترجیح می‌دهد معنایش آن است که با سمت چپ صورتش مقابل آینه ژست گرفته است. نقاشان هم معمولاً در پرتره‌های خود سمت چپ صورت را ترسیم می کنند. پرتره‌های ترسیم شده از دیگران نیز همان سوگیری را به نمایش می گذارد، افراد سمت چپ صورت خود را ترجیح می‌دهند. این محقق معتقد است این مسئله ممکن است از میل ناخودآگاه فرد به نشان‌دادن سمت جذاب‌تر صورت خود حکایت داشته باشد.

سمت چپ صورت احساسات بیشتری را بروز می‌دهد

نتایج بررسی‌های این محقق نشان داده سمت چپ صورت، احساسات را بیشتر بروز می‌دهد، این مسئله را شاید بتوان با نحوه پردازش احساسات در مغز توضیح داد. سمت راست مغز که کنترل ماهیچه‌های سمت چپ بدن را در دست دارد، مربوط به احساسات و عواطف است، به همین دلیل است که وقتی از افراد می خواهند برای یک عکس احساسی ژست بگیرند، سمت چپ صورت‌شان را نشان می‌دهند و وقتی می خواهند برای عکسی، ژست بگیرند که احساسات‌شان را پنهان کنند، سمت راست صورت خود را به نمایش می گذارند.

برای نوشتن این مطلب از «روز یا تو» کمک گرفته شده است

موفقیت

۱۲ ویژگی و مهارتی که یک مدیر موفق باید داشته باشد

۱- توانایی عالی در برقراری ارتباط با کارمندان
۲- مهارت گوش‌دادن
۳- تشویق اصولی به کار گروهی
۴- داشتن ثبات در تصمیم گیری
۵- قابل اعتمادبودن
۶- مشارکت‌دادن کارکنان در تعیین اهداف
۷- مسئولیت‌پذیری
۸- داشتن هوش هیجانی بالا
۹- پاداش‌دهی به تلاش‌های کارکنان
۱۰- به‌کارگیری مهارت حل تعارض به‌جای اجتناب از تعارض
۱۱- توانمندسازی و ایجاد انگیزه در تیم خود
۱۲- نیفتادن در دام تبعیض گذاشتن بین نیروها

شوهر ۶۷ ساله‌ام بعد از بازنشستگی هم از ۸ صبح تا ۸ شب کار می‌کند

خانمی ۵۷ ساله‌ام. شوهرم ۶۷ ساله است. ۱۳ سال پیش بازنشسته شد. از لحاظ مالی متوسط هستیم اما بعد از بازنشستگی باز هم کار می‌کند. هر روز از ۸ صبح می‌رود سر کار، یک یا ۲ می‌آید خانه، ناهارش را می‌خورد و دوباره می‌رود تا ۸ شب. می‌گوید در خانه باشم، اذیت می‌شوم و باهم بحث‌مان می‌شود و حوصله ندارم. من دوست دارم بیشتر به من محبت کند. چه کنم؟

فریبا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره زوج ها

یکی از شکایت‌های رایج خانم‌ها، بی‌محبتی و کم‌حوصله‌بودن شوهرشان است. به‌عنوان یک خانم، حق دارید که از شوهر خود توجه و محبت بخواهید. به طور قطع سال‌های طولانی کنار یکدیگر سر کرده‌اید آیا تا به حال به علت این کارهای شوهرتان دقت کرده‌اید؟ بیشتر مردان این را که دیگر شاغل نباشند، نمی‌خواهند و با توجه به خصلت مردانه و شرایط اقتصادی امروز ترجیح می‌دهند که حتی در دوران بازنشستگی هم سر کار بروند. البته بهتر است که دوران بازنشستگی صرف استراحت و تفریح شود اما ممکن است این اتفاق نیفتد.

شرایط ارتباطی‌تان را بررسی کنید

شوهرتان گفته در خانه باشم، اذیت می شوم و باهم بحث‌مان می‌شود و حوصله ندارم. شما باید شرایط ارتباطی خود را بررسی کنید. آیا از دسته زوج هایی هستید که با هم زیاد بحث می کنید؟ آیا از همان اول زندگی هم فردی کم‌حوصله و... بوده است؟ شوهر شما قطعا تفاوت‌هایی با بقیه دارد که باید به آن‌ها احترام گذاشت. احتمالا روحیات شما شبیه یکدیگر نیست. می‌توانید با پذیرش علایق و سلیقه‌های یکدیگر و مدیریت آن از بودن با همدیگر حتی در زمان کم هم لذت ببرید.

مراقب باشید در بن‌بست عاطفی گیر نیفتید

برای گفت‌وگو هم زمانی که در اوج بی‌حوصلگی است و شما هم از این رفتارش در اوج ناراحتی هستید، مسلما زمان خوبی برای صحبت نیست. در زمانی که حال هر دوی شما خوب است، از احساسات و نیازهایتان بگویید. شما و همسرتان اگر خلق مشابهی ندارید، نباید شما را به بن‌بست یا طلاق عاطفی برساند. توافق کنید که هر دویکدیگر را درک و هر دو یک قدم از خواسته‌های‌تان عقب‌نشینی کنید تا بتوانید با موافقت یکدیگر نیازهای هم را درک و برطرف کنید.

علایق مشترک را کشف کنید

شما زمانی می‌توانید شوهرتان را بیشتر در کنار خودتان داشته باشید که علایق او را بیابید. سپس برای پر کردن اوقات فراغت، از این علایق مشترک کمک بگیرید. فقط مراقب باشید که اصلا به ویژگی های منفی همسرتان برچسب زشت و حقارت‌آمیز نزنید. این کار بیشتر شما را از هم دور می کند.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

شماره پیامک زندگی سلام ۲۰۰۰۹۹۹

* من از این نخل‌ها در شهر خودمان، در عزاداری‌های روز عاشورا و تاسوعا دیدم اما نمی‌دانستم که این قدر نکته و داستان‌های زیادی درباره‌شان وجود دارد. اطلاعات جالبی نوشته بود.
* با سلام. شما (روزنامه خراسان / سفرنامه) بهتر نیست به جای معرفی شهر سیوا در مصر مورخ ۲۹ تیرماه به معرفی باغ گلشن طبس و باغ دولت آباد یزد بپردازید که بهشتی شگفت‌انگیز پر درخت و آب در کویر ایران بزرگ است؟
* انبه طعم خیلی خاصی داره و همه دوست ندارن. در صفحه سلامت از میوه‌هایی بنویسین که همه طعم‌شون رو دوست دارن.
* واقعا شهاب زاهدی، با پدرش بنایی می کرده؟ باور کردنی نیست. بعد الان برای یک فصل، ۲۰ یا ۳۰ میلیارد قراره از پرسپولیس بگیره. دنیا جای خیلی عجیبیه و اگر تلاش کنی و خدا بخواد، هیچ چیزی دور از انتظار نیست.
* در پرونده «روضه‌های مصور نخل‌ها»، درباره همه نمادهای نخل‌ها نوشتید که نشانه چه چیزی هستند، به جز آینه که مهم‌ترین و اصلی‌ترین آن محسوب می‌شود.
* درباره مطلب «وقتی تلفن همراه زندگی مشترک را به خطر می‌اندازد»، متاسفانه فضای مجازی و تلفن همراه، همه چیز رو به خطر انداخته، بحث فقط زندگی زن و شوهری نیست. الان در کسری از ثانیه، آبروی یک نفر رو می برن و دیگه نمی شه هیچ کاریش کرد.

برگ سبز تراکتور ۴۷۵ دو دیفرانسیل با داشبورد آپشن مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۴۵ ایران ۸۴۴ ک ۱۷
شماره شاسی ۱۳۹۰۵ NTHKTADYCGER
شماره موتور MT۴۸۲W۶۷۲YD بنام محمود امیرابادی
مفقود و فاقد اعتبار است. ۲۸۷۵۴

برگ سبز و کارت هوشمند سواری پراید هاچ بک
به شماره انتظامی ۵۶۵ و ۱۸ ایران ۱۲ و شماره موتور ۱۸۵B۰۰۰۸۶۴۰ و شماره شاسی NAAR۴۳۴E۱NJ۷۰۰۳۶۴
به نام امیر صادقی مفقود و فاقد اعتبار است. ۲۸۷۲۱

برگ سبز تراکتور ۲۰۷i-TU۵
مدل ۱۴۰۰ سفید شماره انتظامی ۱۲ ایران ۵۱۸ و ۲۱
شماره موتور ۱۷۸B۰۰۷۱۱۱۰
شماره شاسی NAAR۰۳FE۴MJ۵۳۱۵۵۹ بنام ابوالقاسم محمد زاده لاری مفقود وفاقد اعتبار است ۲۸۷۵۲

برگ سبز سواری پراید سفید مدل ۱۳۸۷
به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۹۹۷ ق ۷۳
شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۷۴۵۶۰۰۴
شماره موتور ۲۳۴۶۵۷۲ بنام عاطفه هاشمی
مفقود و فاقد اعتبار است ۲۸۷۵۵

برگ سبز پژو ۲۰۷i-MT
مشکی متالیک شماره انتظامی ۱۲ ایران ۲۹۸د۱۳
شماره موتور ۱۷۸B۰۰۸۲۵۶۷
شماره شاسی NAAR۰۳FE۸NJ۲۷۹۰۲۵
بنام جواد احمدی مفقود وفاقد اعتبار است ۲۸۷۵۸

مجوز حمل سلاح شکاری
به شماره KFSH۱۳۴۵۸۸ متعلق به اینجانب وحید پشنک مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد. ۲۸۷۷۹

برگ سبز موتور سیکلت پاکسیما ۱۲۵ CG مدل ۱۳۸۸
شماره موتور ۰۰۴۱۹۰۹
شماره پلاک ۳۸۲۶۲-۷۶۷
بنام قربان اسمعیلی مفقود گردیده و اعتبار ندارد

سندکمپانی خودرو سواری تیگو ۷ پرو مدل ۱۴۰۱
ش پلاک ایران ۶۵- ۶۶۱ج۴۶
ش موتور MVME۴T۱۵CBKN۰۱۶۸۹۱
ش شاسی NATGBACJ۲N۱۰۱۲۰۳۳
بنام بهروز پنجعلی زاده مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کارخانه خودرو سپند پی کی نقره ای
به شماره انتظامی ۷۵ د ۴۷۷ ایران ۱۲
و شماره موتور ۱۳۱۴۸۱۹۹۴ و شماره شاسی ۰۶۳۷۹۰
به نام ابراهیم طالبی جنیدآباد مفقود شده و فاقد اعتبار است.

برگ سبز اتوبوس شهری بنز مدل ۱۳۸۳ شماره انتظامی ۲۷ع۴۷۶ ایران ۳۶ و شماره موتور ۴۵۷۹۴۶۰۰۰۲۶۰۶۴
و شماره شاسی ۳۷۲۱۲۴۱۰۱۰۱۷۹۱
به نام امیر جهاندار مفقود و فاقد اعتبار است.

سند کمپانی و برگ سبز لیفان ۶۲۰ (۱۸۰۰ سی سی) سفید روغنی
مدل ۹۳ شماره انتظامی ۱۲ ایران ۵۷ی۶۵۴
شماره موتور LFB۴۷۹Q۱۴۰۲۰۱۰۵۴
شماره شاسی NAKNF۴۲۲۳EB۱۱۹۳۵۹
بنام محترم علی دادی سه یک اب مفقود وفاقد اعتبار است ۲۸۷۵۷

پلاک موتورسیکلت مگلی تیپ ۲۴۷.۵۶CC رنگ زرد
مدل ۱۳۸۹ ش پلاک ۷۶۶-۵۲۷۵۷
ش موتور STATE-۲۵۰-N۳C*۱۰M۰۰۱۰۶
به شماره تنه N۳C***۲۵۰M۸۹۰۰۰۹۲
بنام حسین واثق بهروز مفقود و فاقد اعتبار است

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه صاحبان سهام شرکت تولیدی رهورد خراسان
(سهامی خاص به شماره ثبت ۵۴۸۵ (نوبت دوم)

نظر به اینکه جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخه ۱۴۰۲/۰۴/۲۹ به حد نصاب قانونی نرسید ، بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت فوق دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه(نوبت دوم) روز پنج شنبه مورخه ۱۴۰۲/۰۶/۰۲ در ساعت ۱۳:۳۰ در مرکز اصلی شرکت واقع در مشهد جاده کلات مقابل درب اصلی شهرک صنعتی مشهد انتهای خیابان ایران حضور بهمرسانند.
دستور جلسه :
۱- استماع گزارش هیات مدیره مربوط به سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹
۲- استماع گزارش بازرس قانونی مربوط به سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹
۳- رسیدگی به تراز نامه و تصویب صورتهای مالی ۱۴۰۱ منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹
۴- انتخاب اعضاء هیأت مدیره
۵- تعیین بازرسان اصلی و علی البدل
۶- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار
۷- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی باشد.
هیئت مدیره شرکت تولیدی رهورد خراسان
۲۸۴۱۶