

اجازه بدهیم بچه‌ها به تازه‌های زندگی سرک بکشند



موسوی «من می‌گم اجازه بدهیم بچه‌ها سرک بکشن به تازه‌های زندگی. بذاریم تجربه کنن. تو رو خدا ولشون کنین. این قدر نگین کثیف می‌شی، دست نزن، وای کفشت، لیاست. بابا تو پارکم ماماناداد می‌زن ندو، نپر، نشین روی زمین. آقا به تیپ بچه نرسید، به روحت برسید. بذارین هوابخوره. نفس بکشه. کشتین منو شما مامانا با این ادا

باقرآن زندگی کنیم

وظیفه والدین ایجاد انس با قرآن در کودک است، نه آموزش حفظ و قرائت

معصومه متین‌نژاد-چندروز پیش خیلی تصادفی با خانمی برخورد کردم که به دنبال مکانی برای آموزش قرآن به کودکانش می‌گشت. می‌خواست از بچه‌هایش عبدالباسط، شحات انور یا مصطفی اسماعیلی بپسازد. چرایش را درست و حسابی نمی‌دانست؛ فقط دوست داشت. به قول خودش: «چه افتخاری از این بالاتر که هم در محضر قرآن باشی و هم با این روش، اسم و نشانی از خودت به جا بگذاری.» یاد موج قرآنی‌ای افتادم که اواخر دهه ۶۰ و دهه ۷۰در کشورمان به راه افتاد. حتماً به خاطر داردید. چه مادرها و پدرهایی که

از کجا شروع کنیم؟

درست است که بچه‌ها بسیار منعطف‌اند، ولی شما نمی‌توانید ذات یک‌نهاد را باهمه‌انعطافی که‌دارد، تغییر بدهید. از این‌رو لازم است قبل از اینکه دانه‌ای را در دل زمین بکارید، به فکر میوه‌ای باشید که می‌خواهید از آن درخت به ثمر برسانید. منظورمان قبل از بارداری دوره جنینی است که نیاز به خودمراقبتی‌های خاصی دارد. اصولاً در این دوران بیشتر از آنکه به فکر بچه‌باشید، باید به فکر خودسازی خودتان باشید. در باره این موضوع هم ده‌ها عنوان کتاب مختلف تألیف یا نگاشته شده است، مانند کتاب «ترتیب فرزندان از نظر اسلام» نوشته حسین مظاهری که می‌توانید مطالعه کنید. از دوران بارداری است که تازه کار شما با فرزندان آغاز می‌شود؛ چراکه روان‌شناسان معتقدند جنین یا هر صدایی که انس بگیرد، پس از تولد و دوران کودکی هم به آن صدا پاسخ‌آشنایی می‌دهد؛ بنابراین باید آموزش‌های قرآنی‌تان را باید دقیقاً از همین دوران بگذارید. کودک شما در طول این ۹ماه با شما و ناظر بر گفتار و کردار تان است؛ پس مراقب باشید که چه می‌کنید و چه می‌گویید. ز مزمه و تلاوت قرآن، گوش دادن به آن، معنا و تفسیر کردنش، حضور در جمع‌های معنوی، خواندن قصه و داستان‌های قرآنی برای خودتان و مخاطب قرآن‌دادن جنینتان در طول روز با آموزه‌های قرآنی از جمله کارهایی است که می‌توانید در این دوره انجام بدهید.

آموزش‌های غیررسمی

عجله نکنید و خیلی زود وارد فاز آموزش نشوید. از زمانی که کودکتان متولدمی‌شود تاسنی‌که‌او قدرت تشخیص پیدا می‌کند، تفاوت خوب و بد را می‌فهمد و علاقه و کشش خودش را به‌فرآگیری موضوعی خاص نشان می‌دهد، وظیفه‌شما فقط آموزش غیررسمی و غیرمستقیم است. اگر شما در جایگاه پدر و مادر توانستید در این سال‌ها انس لازم را در جان کودک‌تان باقرآن ایجاد کنید، قدم اصلی را برداشته‌اید؛ بقیه‌راه را خود کودک خواهد رفت و شما فقط نقش راهنما را برای او خواهید داشت. یادتان باشد شما به هیچ‌وجه وظیفه آموزش حفظ و قرائت و امثال آن‌را به کودک‌تان ندارید. آموزش‌ها را در دوره‌نوزادی و آغاز نوپاوگی باید بر همان مبنای دوره جنینی پیش ببرید. در حقیقت این شما هستید که در حال آموزش هستید، نه فرزندان و اوقفظ باید شما را دنبال کند. کودک شما در دست مانند یک دوربین فیلم‌برداری، آنچه را می‌بیند و می‌شنود در ضمیر ناخودآگاهی ثبت و ضبط می‌کند. سعی کنید در تمام مدتی که به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم باقرآن تباط دارید، آرام و مثبت و خوش خلق باشید تا کودک‌تان تفاوت این زمان‌ها با زمان‌های دیگری را که شما در حال کاری هستید، درک کند.

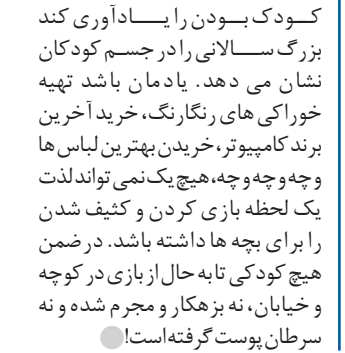
آموزش‌های نیمه‌رسمی

پس از دوران شیرخوارگی و هنگامی‌که کودک‌بازی کردن را آغاز می‌کند، آموزش‌های نیمه‌رسمی تازه شروع می‌شود. می‌گوییم نیمه‌رسمی، چون اصلاً قصد آموزش مستقیم چیزی را به کودک نداریم، ولی چون کودک در سن‌فرآگیری و علاقه‌مندی به آموزش است، به‌طور غیررسمی سعی می‌کنیم داده‌هایی را به او بدهیم تا ذهنش برای فرآگیری در سال‌های بعد آماده‌شود. توصیه می‌کنیم از روش‌هایی که حضرت تره‌زار(س) یا دیگر بزرگان دینمان برای آموزش به فرزندان‌شان استفاده می‌کردند، بهره ببرید. به‌طور مثال حضرت فاطمه(س) وقتی با کودکانشان بازی می‌کردند، آن‌ها را بالای سر می‌بردند و اشعار توحیدی برایشان می‌خواندند. شرح کامل این روش‌های تربیتی را می‌توانید در کتاب‌هایی که با موضوع فرهنگ فاطمی منتشر شده است، مطالعه کنید؛ مانند کتاب فرهنگ فاطمیه اثر مهدی نبیلی پور.
آموزش قرآن با ایما و اشاره و حفظ آن، که جنبه سرگرمی برای بچه‌ها در این سن دارد، آموزش قرآن و مفاهیم آن از طریق نمایش و قصه‌گویی که بچه‌ها بسیار از آن لذت می‌برند، آموزش مفاهیمی چون «سلام کردن» و «احترام و محبت به پدر و مادر» هنگام بازی و خواندن آیات مربوط و استفاده از کتاب‌های نقاشی و رنگ‌آمیزی با استفاده از آیاتی که موضوع خاصی مانند گفت‌وگو در قرآن را بررسی می‌کنند روش‌هایی آموزشی هستند که برای کودکان این سن و سال مناسب‌اند و شما می‌توانید هم‌خودتان در خانه آن‌ها را به کار بگیرید و هم از مهدهایی که کودک‌تان را برای آموزش به سیرده‌اید آن‌ها را بخواهید.

اصولاًتون؛ مریض می‌شه، میکروب داره، ولش کنین. کودک نیاز به بازی داره.» این تازه‌ترین پست اینستاگرامی علی فروتن، عمو قبتیله‌ای معروف تلویزیون است که نکته‌ای بسیار مهم را با والدین درمیان گذاشته است. کودک‌کان امروزه بیشتر از اینکه کودکی باشند، درگیرمد و برندوالدیشان

شده‌اند؛ اینکه چه ببوشند و چطور رفتار کنند که توجه دیگران را جلب کنند. کودک‌کان به این توجه‌هیچ نیازی ندارند و این ما هستیم که برای نیازهایمان، کودکی کردن را از آن‌ها گرفته و جایش مد و برند را به آن‌ها داده‌ایم؛ کودک‌کانی شیک و اتوکشیده که بازی‌شان، رفتارشان حتی نوع گفتارشان بیشتر از اینکه

کودک بودن را یادآوری کند بزرگ‌سالانی را درجسم کودک‌کان نشان می‌دهد. یادمان باشد تهیه خوراکی‌های رنگارنگ، خرید آخرین برند کامپیوتر، خریدن بهترین لباس‌ها و چه‌وچه‌وچه، هیچ‌نکمی‌تواندلذت یک لحظه بازی کردن و کثیف شدن را برای بچه‌ها داشته‌باشد. در ضمن هیچ کودکی تابه‌حال از بازی در کوچه و خیابان، نه بز هکار و مجرم شده و نه سرطان پوست گرفته است!●



شماره

روزنامه شهرامید ورزشکی

شنبه ۳۳ بهمن ۱۳۹۷ ۲۲ آذرماه ۱۳۹۷ شماره ۲۲۲۲

SHAHARAPANLINE.R



بچه‌ها

هفته‌قبل، خیرناگواری، جامعه‌قرآنی مشهد را یک بار دیگر سوگوار کرد. سید عبدالرضا معینی، استاد و قساری پیش‌کسوت مشهدی، در پنتجاه و پنج سالگی پس از ۳۴ سال خدمات قرآنی ارزنده به کشور دارفانی را وداع گفت. او تاکنون ۱۲۴ قاری و حافظ جوان را آموزش داده و به جامعه‌قرآنی کشور معرفی کرده است. این قاری برجسته و حافظ کل قرآن کریم روز دوشنبه ۱۵ بهمن در جمع دوستان‌انش در حرم مطهر رضوی تشییع و به خاک سپرده شد. سید امید حسینی‌نژاد، قاری بین‌المللی قرآن کریم، ضمن مرور خاطراتش درباره این استاد فقید توضیحاتی می‌دهد که در ادامه می‌خوانیم.

صبح یک‌روز جمعه در سال ۸۰ بود. به خاطر رفاقتی که با پدرم داشت، قرار شد سری به جلسه‌اش بزнім. جلسه‌اسم و رسم‌حاری بود. از کیش را نمی‌دانم ولی سال‌های سال بود که اهالی خیابان باهنر مشهد، صبح‌جمعه‌شان را با نوای قرآن استاد آغاز می‌کردند؛ همان‌طور که تا همین‌اواخر هم چنین بود.

توجه‌خاص استاد به شاگردهایش، اولین نکته چشمگیری بود که در آن سن و سال توجه‌ام را جلب کرد. محفل زیاد دیده‌بودم، ولی جلسه استاد سید عبدالرضا معینی، از جنس دیگری بود. در واقع جلسه چندتا استاد داشت. شاگردهای قدیمی تر حکم استاد را برای تازه‌ورودها داشتند و جلسه را ابتدا آن‌ها می‌گرداندند. بعد استاد، خودش جلسه را دست می‌گرفت و مباحث تخصصی تر مطرح می‌کرد.

احترام و توجهی که استاد معینی به شاگردهایش داشت و دیگر کسانی که به نحوی آن‌ها را می‌شناخت، زبانزد بود. فرقی نمی‌کرد رابطه‌تا با او در چه حدی باشد؛ یک بار دیدار هم کافی بود تا او همیشه جویای حالت و پیگیر کارت باشد. دلسوزی‌هایش فوق‌العاده بود و این موضوع او را از بقیه متمایز می‌کرد. همیشه در نقش یک آدم باتجربه، نه استاد، نکاتی را به بقیه‌متذکر می‌شد و آن‌ها را تشویق می‌کرد. از این‌نظر باید گفت دامنه‌کسانی

هفته قبل کمی درباره تیب شخصیتی زرد صحبت کردیم؛ یعنی افرادی که صفراوی مزاج هستند و امروز می‌خواهیم به باید‌ها و نباید‌های بیشتری درباره این تیب شخصیت‌ها بپردازیم که روابط و تعاملاتی که این افراد با دیگران دارند یاد بگیران بدان‌ها می‌تواند مؤثر و سازنده باشد. زردها از حافظه ذهنی قوی‌ای برخوردارند؛ به همین دلیل به‌شمایی که این تیب شخصیتی را دارید توصیه می‌کنیم رشته‌های تحصیلی مانند تاریخ‌شناسی، روان‌شناسی و جامعه‌شناسی را انتخاب کنید. مشاغلی مانند مدیریت و امور بانکی هم البته به‌شرطی که به‌سمت تیب شخصیتی سبز پیش بروید (در هفته‌های بعد درباره این افراد صحبت می‌کنیم) برای شما بهترین گزینه است. اصولاً به دلیل ارتباطات خوبی که دارید، در هر کاری که آن را واقعا دوست داشته باشید، موفق‌توانمندانظاهرمی‌شوید و از آنجا که افراد اشکال تراش در کار و ریزبینی هستید به فو تبالیست، بسکتبالیست، والیبالیست، خلبان، کارشناس صنعتی و اجتماعی خوبی هم تبدیل‌خواهیدشد. قدرت کاریزمای زردها زیاد است -مانند شهید بهشتی- از این‌رو والدین این افراد باید بیشتر از دیگران روی اعتقادات مذهبی و اخلاقی آن‌ها کار کنند، چون تفکراتشان بر دیگر جنبه‌های شخصیتی‌شان غالب خواهد شد؛ به عبارتی چه فرد خوب و چه بدی باشند در نهایت یک مدیر و رهبر عالی‌برای آن‌خصیصه خواهند شد. در کنار این ویژگی‌های خاص باید بگوییم که شما زردها قدرت مکاشفه و تحملتان به نسبت دیگران بسیار کم‌است، به‌طورمثال اگر به‌زردلیلی حبس و زندان را تجربه کنید، خیلی زود افسرده‌خواهید شد. فرامانی کردن هم در ذات شماست؛ بنابراین به مدیرانی که زبردست‌های زرد دارند، توصیه می‌کنیم برای افزایش کارایی‌و راندمان کار خودشان هم که شده‌است، از این افراد به‌عنوان مدیر داخلی‌وامثال آن استفاده کنند.

میزان کبر و غرور، قبول نداشتن دیگران، عجول بودن و حسادت در شما زردها بسیار زیاد است؛ به همین دلیل لازم است سردی و تری بیشتری بخورید تا آتش این خصیصه‌های ناپسند در وجودتان فروکش

ارتباطات استاد معینی مرید و مرشدی بود



مثل من که شاگردش نبودیم و او نقش استاد را بر ایمان داشت، بسیار گسترده بود. این پیگیری‌ها، احوالپرسی‌ها و تشویق و گشاده رویی که استاد در جلساتش به دیگران نشان می‌داد، همان عاملی بود که جلسه‌هفتگی‌اش را همیشه شلوغ می‌کرد.

استاد معینی عبدالباسط خون بود و روی تقلیدخوانی اصرار زیادی داشت. این موضوع باعث شده بود شاگردهایش هم رشد و پیشرفت زیادی داشته‌باشند. امیدحسینی‌زاده یکی از بهترین شاگردهای استاد است که تلاوت مجلسی هم دارد و حرفه‌ای می‌خواند. سال ۸۳ که من همراه امید و استاد به کشور بحرین رفته بودیم، تلاوت امید آن قدر زیاده بود که بحرینی‌ها از اینکه یک غیرعرب تالین‌انداز عبدالباسط را حرفه‌ای تلاوت می‌کند، تعجب کردند و دلیلش هم فقط تأکید‌های زیاد استاد معینی‌روی آموخته‌هایش بود.

حافظ قرآن بودن برای یک قاری امتیاز بزرگی است که باعث تسلط بیشتر او بر آیات و مفاهیم و تدبر و قرائت می‌شود؛ ویژگی‌ای که استادان کمی آن‌را دارند و استاد عبدالرضا معینی آن‌را داشت. او حافظ کل قرآن کریم و از جوانی خادم‌دارالحفاظ حرم مطهر رضوی بود که برای من و خیلی‌های دیگر انگیزه‌ای است تا برای درک بهتر قرآن در کنار قرائت به دنبال حفظ آیات هم باشیم.

- روحش شاد و راهش پر مهر بویاد.

چه کسی تیب شخصیتی زرد دارد؟

کند. به‌طورمثال اگر میزان غرور و تکبر در شما افزایش یابد و از کنترل‌تان خارج شود، تبدیل به قدرت‌های سرکوبگری می‌شوید. به دلیل حسادت زیاد هم رقیب‌های سرسختی محسوب می‌شوید که این مسئله باعث می‌شود از هیچ‌جدل و دعوایی نهراسید؛ در حالی که اگر از این خصیصه یعنی حسادت فاصله بگیرید، مشکلات غلبه مزاجتان هم برطرف‌خواهد شد. انواع میوه‌ومرکبات، لبنیات، سرکه‌انگبین، انواع خوراکی‌های سرد و تر و آدویه‌جات(به میزان کم) را می‌توانید بخورید ولی مصرف‌غفلت، سرخ‌کردنی، چیپس و پفک، شکلات، نمک، آجیل و خشکبار، انواع فست‌فود و سبزیجات(به میزان زیاد) برای شما خوب نیست. بیماری‌های گوارشی مانند یبوست و ورم معده، میگرن‌های چالش‌دار (به دلیل کم‌خونی یا گازهای معده‌ای که به‌سمت سر می‌روند)، سنگ کیسه صفرا به علت صفرای زیادی که دارید، بیماری‌های روحی مانند پرخاشگری، زودرنجی و زود عصبی شدن و ریزش‌موی تاج‌سروریش‌و آگزمای پوستی (ویژه‌مردان) و چربی‌خون‌بالاو گرگرفتگی(ویژه‌زنان) از جمله بیماری‌های شایعی است که



امیر جاویدی
چهره‌شناس

شما تیب‌های شخصیتی زرد را تهدید می‌کنند.

شما با دو گروه نباید از دواج کنید؛ اول، تیب‌های خاکی که زیاد غرور می‌کنند. دوم، آبی‌ها به‌خاطر آرایش‌بیش از اندازه و کندی‌شان در انجام کارها ولی با زردها مشروط بر اینکه بر سر مدیریت زندگی به توافق برسید و قرمزها که بهترین انتخاب برای شما هستند، می‌توانید ازدواجی عالی را تجربه کنید. یک توصیه هم برای افرادی داریم که با شخصیت‌های زرد در ارتباط هستند؛ اگر با این افراد قرار کاری می‌گذارید یا مدیر جایی هستند که کار شما گیر آن‌هاست، حتماً شیک‌ترین لباس‌تان را بپوشید، عطر و ادکلن بزنید، وقت‌شناس باشید، گفته‌هایتان را از قبل آماده کنید، بلافاصله سر اصل مطلب بروید، به جای کمیت‌ها روی کیفیت‌ها تمرکز کنید و از زمانی که دارید فقط دوسوم آن را صرف توضیحات خودتان کنید و اجازه بدهید باقی‌مانده زمان را وی برای پرسشگری از شما برای رسیدن به نتیجه صرف کند. اگر هم کارتان به نتیجه نرسید نلسرد نشوید؛ چون در نوبت بعد دیدار‌تان احتمالاً روحیه دیگری از این فرد را خواهید دید.●

شخصیت‌شناسی

دکتر مهشید رابطیان روان‌پزشک کودک و نوجوان:
کودکانی که به اختلال رفتاری فوبیا یا همان ترس مفراط مبتلا هستند در صورت درمان نشدن، این مشکل را تا بزرگی سالی هم خواهند داشت.

