

خطوط کلی نظام ربیستی اسلام

نظام درحکم قیطانی است که دانه‌های مروارید رابه آن کشیده باشند. کارنظام‌دار آنستکه نقطه آغازین ونقطه نهائی ومراحل و مدارج متوسط میان مبداء ومنتهی درآن مشخص باشد. هرکار نظامداری محصول فکر نظامداری است که عامل آن داشته است. عالم هستی درکلیت خودش یک منظومه است، یعنی نظام دارد. هرکدام ازپدیدارهای گیتی به پدیدارهای دیگر مربوط است، مثلا "آسمان وزمین خالق ومخلوق، دنیا و آخرت، انسان وطبیعت و خدا. . . . تمام عالم باوجود تکثیر و وجود اشیا و عناصر وامور بی حد وحصرش درنظر یک فرد ممکن است یک مجموعه واحد متشکل باشد ودریک مفهوم خلاصه شود و متجلی گردد که یکی هست وهیچ نیست جز او

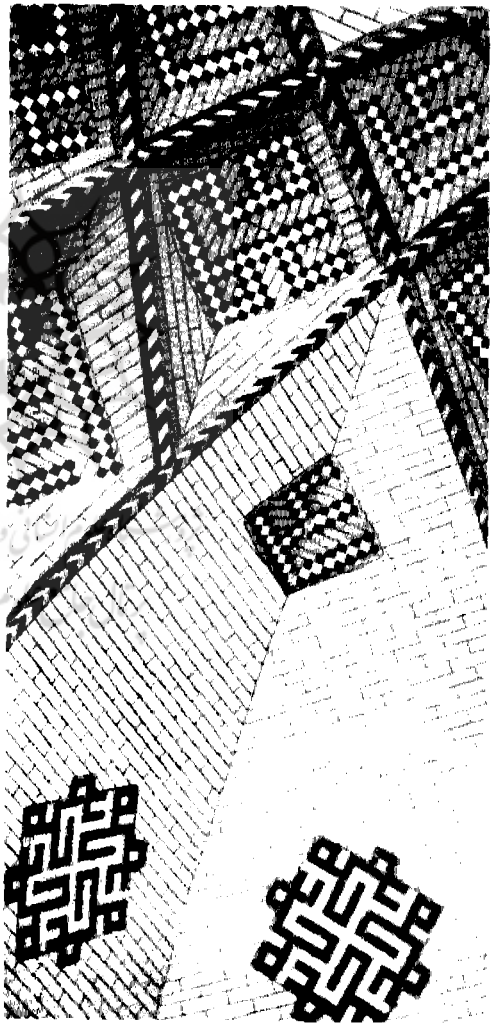
وحده لا اله الا هو

دربیانی قرآنی که همه چیز همسو وهم آهنگ ارائه شده وتحت یک ضابطه قرار گرفته آمده است: (اسراء ۱۷) — اِنْ مِنْ شَيْءٍ اِلَّا يَسْبِغُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ

هیچ چیزی (درعالم) نیست مگر اینکه تسبیح خداوند را می گوید وبه ستایش او مشغول است اما شما تسبیح ایشان را درک نمی کنید.

بیان قرآنی دیگری که همه اجزاء جهان هستی رابه یک نقطه تعلیق متصل می کنند چنین است (حجر ۱۵) — اِنْ مِنْ شَيْءٍ اِلَّا عِنْدَ نَاخِرَاتِهِ وَمَا نُنزِّلُ اِلَّا بِقَدَرٍ مَّعْلُومٍ هیچ چیزی وجود ندارد، مگر اینکه خزینه‌های آنها نزد ما است، ونازل نمی کنیم ازآن را مگر مقدار معین.

درعالم هستی قدر واندازه، احصاء ومحاسبه، نزول وصعود، گفتن وشنیدن، دادن و پس —



گرفتن، آزادی و حدود هست و همه تحت نظم اند و هیچ چیزی از نظارت خداوند متعال دور و مخفی نیست.

(انعام ۶) وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا تَسْقُطُ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا يَعْلَمُهَا وَلَا حَبَّةٌ فِي ظُلْمَاتِ الْأَرْضِ وَلَا رُطْبٍ وَلَا يَأْسُ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ
می داند آنچه را که در خشکی و دریا است. و هیچ برگی فرو نمی افتد مگر اینکه آنرا می داند و هیچ دانهای در تاریکیهای زمین، و هیچ ترو خشکی نیست مگر اینکه در کتاب مبین ثبت و ضبط است.

در جهان هستی خورشید بازمین و در روی زمین دریا با خشکی، کوه با صحرا، خاک با گیاه و گیاه با حیوان در ارتباط اند، و طبق نظم عمل می کنند.

هوائی که کره زمین را فرا گرفته و قشری از گاز ازن که بر هوا احاطه نموده هر کدام مطابق با حکمتی است. و خلاصه عالم تناسب دارد و منسجم و باهم جور است.

شاخص نظام تربیتی

وقتی سخن از نظام تربیتی می رود، در آغاز انسان حتی اگر خود اهل علم باشد و بیابگاهی از لحاظ قدرت فکری و موقعیت اجتماعی داشته باشد، دچار سکوت، بلکه دچار بهت می شود. بهت و حیرت از این جهت است که انسان بدواً "به حال و احوال بشر از بدو پیدایش تا به امروز بر اساس آنچه تاریخ نقل کرده و او شنیده است می نگرد و در این خط سیر می اندیشد که انسان چه بوده و چه شده، و انسان تربیت شده یا جامعه تربیت یافته از بدو تاریخ تا به امروز چه کسی یا چه قومی بوده است. و به لحاظ دیگر به

مردمی که اینک در دنیا زندگی می کنند و حضور دارند می نگرد، و از خود می پرسد کدام فرد یا کدام جمعیت یا ملت، تربیت شده اند؟ بدین صورت است که یافتن نظام اجتماعی متعالی که مطلوب طبع انسانست اگر غیر ممکن نیست، اما بسیار دشوار است.

چند صد کشور و ملت که اینک در دنیا هستند هر کدام نظامی تربیتی دارند، و هر کدام قابل بررسی و مشاهده هستند، در عین حال یافتن مشخصه هائی که لازمه تشکیل ساختار و اسکلت یک نظام تربیتی تعالی بخش و عالی است مشکل است.

عجالتاً اگر بخواهیم بصورت ایجاز و ارائه یک نمودار از یکی از نظامات تربیتی عالم که نظام اسلامی است مشخصه هائی بر شماریم بشرح زیر است:

الف - موجودی که باید تربیت شود انسان است و در منابع اسلامی راجع به اینکه انسان چه هویتی داراست، و طبیعت او چگونه است، و چه باید بشود، و چه می تواند بشود آگاهیهای ذیقیمتی داده شده.

ب - تربیت در میانه دو فرد که یکی شاگرد و دیگری معلم است مبادله می شود، و در نظام اسلامی اولین معلم خداوند است، و پیامبران و امامان و صالحان هر کدام در برابر مردم زمان خود نقش معلمی ایفا می کرده اند.

ج - فعالیت هائی که توسط شاگرد و معلم باید انجام گیرد هم اکنون بنام برنامه است و در اسلام برنامه عملی برای فرد و اجتماع قرآن کریم است. و قرآن خود شاهد بر زندگی خویش است.

د - روش تربیتی اسلام در کلیت خود سیره رسول خدا و سنت است که در رابطه با افراد

هرگز از او پذیرفته نیست، و او در آخرت از زیانکاران است.

با توجه به دوآیه کریمه فوق مشخص است که این دیانت از سوی واضع آن که حق تعالی است مورد تاکید قرار گرفته و قطعیت پیدا کرده.

خداوند، رسول خود حضرت ابراهیم رانیز بخاطر داشتن دیانت اسلام مورد تایید قرار داده است.

(آل عمران ۳) مَا كَانَ اِبْرَاهِيْمُ يَهُودِيًّا وَلَا نَصْرَانِيًّا وَلَكِنْ كَانَ حَنِيفًا مُّسْلِمًا

زمان خود بکار برده، و جامعه‌ای سازمان دارو با اقتدار بوجود آورده‌اند.

ه - مسیر و نهایت تربیت در مقطع اول تمام طول عمر یک انسانست که مسئولیت طی کردن آن بطور آگاهانه از زمان بلوغ و رشد تا پایان حیات برعهده خود شخص نهاده شده است اما برای بشرمقطع دیگری بطور پایان‌ناپذیر هست که از آن به حیات جاوید نام می‌بریم

کمال و تمامیت نظام تربیتی اسلام

اسلام دیانت حقه نام و کاملی است که خداوند آنرا خواسته است.

(مائده ۴) الْيَوْمَ اكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ لَكُمُ الْاِسْلَامَ دِينًا امروزی دین شما را برای شما کامل کردم و نعمت خود را بر شما تمام نمودم و راضی شدم که اسلام دین شما باشد.

اسلام همان دین آسمانی است که حضرت ابراهیم داشته‌اند و میسر آن بوده‌اند. آن حضرت برای دفاع از این دیانت بهت شکنی اقدام کرده‌اند و جان برکف برای حراست از این دین، ورود به خرمن آتش را برگزیده‌اند و این عمل بالاترین درسی است که آن فهردان توحید به مومنان به خداوند سبحان، آموخته‌اند تا بدانند چطور باید از دین حق دفاع کرد و چه آثاری را باید از صفحه زمین سترد. بدیهی است ادیان آسمانی متعددند اما آنکه شایسته بشرمتمدن است اسلام است.

(آل عمران ۸۵) وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْاِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْاٰخِرَةِ مِنَ الْخٰسِرِيْنَ

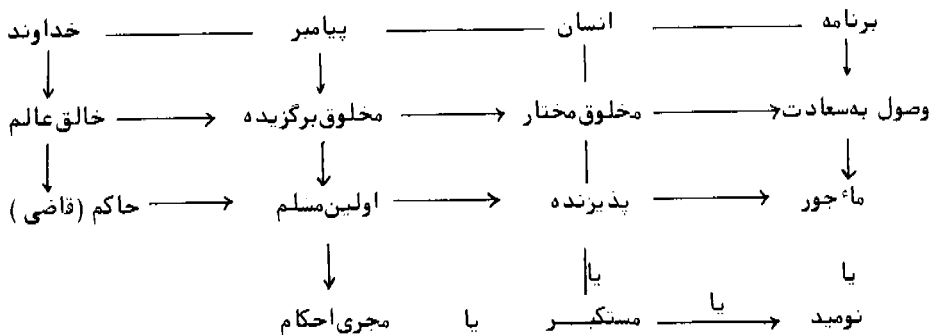
و هر که بجوید بجز اسلام دینی را، پس



و تسلیم به اسلام بوده‌اند. نتیجه می‌گیریم که یکی از اساسی‌ترین حکمت‌دین و کلی‌ترین و مهم‌ترین تکلیف‌انسان بر روی زمین تسلیم بودن است، یعنی هرآنچه را خداوند تعیین فرموده باید بپذیرد و مطابق احکام آسمانی عمل کند. البته انسان با اختیاری که از لحاظ تصمیم‌گیری دارا است می‌تواند که سرتسلیم فرود نیاورد. در صورت عدم اطاعت پی‌آمدهائی داراست که متحمل می‌شود.

شاید کسی فکر کند که اگر برنامه از پیش تعیین شده است، پس انسان در محدود برنامه محبوس است، در این صورت ترقی و تعالی و پیشرفت در طول زمان از لحاظ علمی و صنعتی چه می‌شود؟ پاسخ اینست که برنامه در کلیت خود به انسان مسئولیت و حیثیت خلیفه الهی داده است و انجام این مسئولیت خطیر مستلزم توسعه شناخت هرچه بیشتر است و شناخت صحیح جهان خود بخود به تعالی در بعد معنوی منجر می‌شود و اعتلای مقام معنوی به تلاشی پی‌گیر و خستگی‌ناپذیر در جهت تحقق تمدنی عالی‌تر می‌انجامد، و علم و صنعت بطور سود بخشی تکامل پیدامی‌کند.

نموداری از ارتباط انسان، پیامبر، خداوند



ابراهیم یهودی و یانصرانی نبود، بلکه مسلمانی حق گرابود.

حضرت نوح نیز صریحا "اعلام می‌دارد که من از مسلمانان هستم (مفاد آیه ۷۲ از سوره یونس)

کفار به رسول اکرم اسلام، پیشنهاد کردند که از تعرض به خدایان ایشان صرف‌نظر کند، وگرنه نفرین خدایان گریبانش را خواهد گرفت (۱) پیامبر در پاسخ به آن مشرکان مطابق آیه زیر عکس العمل نشان می‌دهند.

(زمر ۳۹) قُلْ إِنِّي أُمِرْتُ أَنْ أَعْبُدَ اللَّهَ مُخْلِصًا لِّهَ الذِّينِ وَ أُمِرْتُ لِأَنْ أَكُونَ أَوَّلَ الْمُسْلِمِينَ.

بگو بدرستی که من مأمور شدم که بپرستم خدا را، خالص دارنده برای او دین را، و امر شد بمن که اولین مسلمان باشم.

پیامبر چون اولین دریافت‌کننده وحی اند پس اولین کسی هستند که تسلیم امر خدای می‌شوند. بانوجه به آیات فوق که دین نام و کامل اسلام است، و دینی غیر از آن پذیرفته نیست و همه انبیاء حضرت ابراهیم و نوح و موسی و عیسی و نهایتا "خاتم الانبیاء"، همه مسلمان

نکاتی که رعایت آن مدیران را درکارشان موفق می سازد :

محور مدیریت در اسلام تقوی است و مبنای مدیریت حق گرائی . حقیقت تقوی ، همسایه کمالات معنوی و فضائل انسانی را در بردارد و تنها پرهیز در ظاهر یا تسلیم به آیین نیست . آن کسی که عملش خالصا " و مخلصا " لوجه الله است و در مسیر حق ، گام برمی دارد باید مطمئن باشد کاری که برای خدا صورت می گیرد خداوند تضمین ابدیت او را کرده است .

علم را ممکن است به آسانی آموخت ، اما عمل چی؟! بفرضی موفق شدن به عمل اگر با توحه به غیر خدا باشد پیشیزی ارزش ندارد . وقتی انسان هدف دیگری جز خدا انتخاب کند و مثلاً " فقط به حفظ مقام و موقعیت و تفوق و برتری خود بیندیشد تضادی در وجود خود میان تفکر و فطرت می باید ، گاهی به این سو و زمانی به آن سو کشیده می شود اما به مقصود نمی رسد . می گویند : محنون بر مرکب سوار و به قصد خانه لبلی حرکت کرد اما مرکبش به آرزوی رسیدن به فرزند خود میل به رفتن به منزل دارد . گاهی با اصرار محنون چند قدم جلو می رود و با غفلت محنون چند قدم به عقب برمی گردد . زمان می گذرد اما نه محنون و نه مرکب به هدف خود نزدیک نشده اند :

همچو محنون در تنازع با شتر

گه شتر چربید و گه محنون حر

میل محنون پیش آن لیلی روان

میل ناچه دریس طفلش دوان

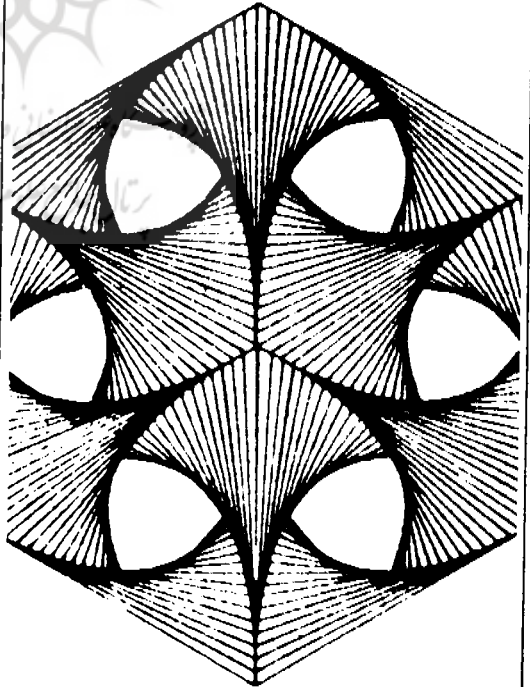
یکدم ارمجون ز خود غافل شدی

ناچه گردیدی و واپس آمدی

مدیریت عملی

مستنبر

رهنمودهای اسلام



اسلامی است که باید باهوشیاری این مشعل
فروزان را روشن نگاه داریم و همیشه گرد پرچم
اسلام جمع باشیم .

از انتقاد سازنده نرنجیم . حرف منطقی را
بپذیریم و درصدد اصلاح خویش برآئیم . مدیران
اگر صداقت داشته باشند عیوب خود را می -
فهمند و مسلمان که عیب خود را دانست درصدد
رفع آن برمی آید .

به اطرافیان تان توجه کنید . بعضی گرگند در
لباس میش و در بند منافع خویش . گروهی افراد
جابلوس ممکن است با تعریف و تمجید از شما و
کارهایتان امر راحتی بر خود شما مشتبه سازند
فرمایش حضرت علی (ع) است که :

" بدترین برادرانت کسانی هستند که با تو
در صفات نفسانیت مدارا می کنند .

نقائصت را حادی نمی گیرند و عیب اخلاقی
را از تو پنهان می دارند . "

به نزد من آنکس نکوخواه تو است

که گوید فلان جاه در راه تو است
مدیریتی که در آن کسی را حرات انتقاد
کردن نباشد با انسان نماهای قالبی سازگار
است نه با انسانیت .

می گویند : یکی از امیران اشعاری گفته بود
به اشعاری داد تا آنها را اصلاح نماید شاعر
خواند و دید مهمل است لذا به حای هربیت شعر
یک شعر خوب و غزائی نوشته و تمام را عوض کرد و
به امیر داد . امیر را این حرکت خوش نیامد و
گفت : این حیوان به طویله بفرید سر آخور
ببندید گاه بخورد و بعد او را بخشید . مدتی
گذشت بازیکروز امیر اشعاری گفته به همان
شاعر داد که بخوان و انتقاد کن . شاعر کاغذ را
گرفت بدون آنکه بخواند در جیب گذارد و راه
لطفاً " ورق بزیند

چون به خود باز آمدی دیدی زجا

کوسیس رفته است بس فرسنگها
درسه روز ، ره بدین احوالها

مانند مجنون در تردد سالها
گفت ای ناقه جو هر دو عاشقیم

ماد و ضد بس همسره نالا بقم
نیستت بر وفق من مهر و مهرار

کرد باید از تو عزلت اختیار
سرنگون خود را از اشتر در فکند

گفت سوزیدن زغم تساحند چند
عشق مولی کی کم از لیلی بود

گوی گشتن بهر او اولی بود
گوی شد می گرد بریلهوی صدق

غلط غلطان در خم جوگان عشق
کاین سفرزین بس بود جذب خدا

و آن سفر بر ناقه باشد سیرما
همه می دانید بستوانی مدیریت های مادی

یک سه فرو می ریزد و به یک گردش خرخ نیلوفری
نه نادر به حا خواهد ماند و نه نادری ! مقام

و منصبی که بستنیان معنوی ندارد جز شخصیت
کراهی برای اشخاص حیزی به ارمغان نمی آورد

و عاقبتی جز حسرت و ندامت ندارد .
طلب منصب فانی نکند صاحب عقل

عافل آن است که اندیشه کند با بان را
انتقاد و سلطه اصلاح انسان است اگر از روی

نخوی و سناخت و با توجه به امکانات و موقعیتها
صورت پذیرد نه خدای نکرده بر اساس بی تفاوتی

و خط و خطوط !!!
انتقاد حربیه محبت است و محبت وسیله

وحدت :
هر جا محبت رونهد خاصیت وحدت دهد

خون از رگ مجنون جهد لیلی اگر نشترزند
عظمت و شکوه " وحدت کلمه " یک اصل اصیل

نباشد، به مفید بودن آن پی ببرد. قانون اگر با حضور فرمانده اجرا شود دارای ارزش نیست. فراموش نکنیم وقتی که گربه‌ها رفتند موشها میرقصند!!

رسول خدا (ص) فرمود: "بدکارترین افراد امت من کسانی هستند که از بیم شرشان محترمند. بدانید کسیکه مردم محترمش دارند تا از شراو درامان باشند از امت من نیست."
 بامردم بودن از خصوصیات مدیریت است. بامردم بودن یعنی جسم و جان انسان در خدمت انسانیت باشد. در خدمت مردم بودن یعنی تفهیم و تفاهم. یعنی درک یکدیگر یعنی مشکل مردم را فهمیدن. حضور فیزیکی، حضور تشریفاتی است و در بسیاری از مواقع تاثیر آن منفی!

سوار بودن و بفکر پیاده افتادن حضور فیزیکی است. پیاده شدن و مزه آن را چشیدن درک مشکلات را آسان می‌کند. ممکن است در بین مردم باشی ولی درگود نباشی، براحتی بگوئی لنگش کن. این حضور فیزیکی است اما اگر درد را شناختی و به درمان پرداختی و اثرش معلوم شد حضور واقعی است که یک جو درمان به‌تر از هزار نسخه است.

☆ ایرج شگرف نخعی

✌ بقیه از صفحه قبل

افتاد. امیر پرسید کجا میروی؟ گفت: قربان به طویله. گفت برای چه؟ گفت: چون آخر باید به طویله‌ام ببرند پس از اول خودم بطویله می‌روم؛

گرسخن راست بود جمله در

تلخ بود تلخ که الحق مر
 ضمناً "اگر انتقاد از روی خلوص و صمیمیت نباشد و به داعیه مشهور شدن و مطرح بودن و سرشناس گشتن ایراد گردد لحاجت های بوجهلی صدر اسلام را تداعی می‌کند:

مسلمانی روی سینه ابو جهل نشست او گفت
 از این پائین گردنم را قطع کن گفت چرا؟

گفت: برای این که سرم را به سر نیزه‌کنند
 از همه بلند تر باشد و همه بفهمند این سرمایه ابو جهل است! این احساس کم یا زیاد در بسیاری از ما وجود دارد منتهی گاه به قدری ظریف و به اندازه‌ای لطیف است که با پرده‌هایی از تأویلها و تفسیرهای دیگر می‌آید که انسان خودش متوجه نمی‌شود.

تنه درخت با وجودی که در زمین کاشته شده و بدان اتکا دارد بواسطه شاخه‌ها بالا می‌رود
 کار مدیریت نتیجه دلهاست نه زبانها. سعی کنید کاری که کارمند انجام می‌دهد از ترس

ایرین
 ایرین
 ایرین



نمی دانست که اختر همان سیمین است که آرزو می کرد به پرواز درآمده با آسمان هاعروج کند . بجائی برود که در آنجا اذیت و آزاری نباشد . آنروز عصر در بنیاد غلغله ای برپا بود ، زیرا همه نهییده بودند که اختر فرشته مهر و محبت می خواهد از بنیاد به خانه برگردد . معلم راهنمای مدرسه پس از پی گیری های مستمر و مداوم دریافته بود که سیمین از خانه فرار کرده در راه توسط گشت کمیته دستگیر و به بنیاد تحویل داده شده است . پدرش چندین بار برای بازگرداندن سیمین به بنیاد آمده بود ولی هربار که با آیفون او را باطاق ملاقات دعوت می کردند از حضور ظفره رفته از دیدار پدر نیز سرباز می زد تا در فرصتی پدرش بکمک معلم راهنما بانفاق به بنیاد آمد . معلم راهنما خود را برای دیدار سیمین آماده کرده بود وقتی چشمان سیمین به معلم راهنما افتاد هر دو یکدیگر را در آغوش گرفتند ، بگریه پرداختند ، هیچکس نمی توانست آنان را از گریه کردن بازدارد ، بلکه خودش هم دچار رقت شده بگریه می پرداخت . در فرصتی معلم راهنما سیمین را راهنمایی کرده با او گوشزد کرد که خانه پدری تو با تمام دشواری هائی که در بردارد سالمترین و امن ترین مکانی است که می توانی در آن به رشد و تعالی خود بپردازی و تو حتماً باید به محیط سالم خانه برگردی و اگر قصد خدمت کردن داری می توانی پس از پایان تحصیلات به بنیاد آمده ، همه آنها را که از مهر و محبت محروم مانده اند را از سرچشمه زلال محبت سیرابان سازی . سیمین آنروز از تک تک مددجویان و مربیان خدا حافظی کرده صورت یکایک آنها را می بوسید و آنها نیز با

اشکهای خود چهره سیمین را مرطوب می ساختند . وقتی سیمین بانفاق معلم راهنما و پدرش عازم خانه بودند سیمین در دل از خداوند متعال تشکر کرد ، با خود چنین می گفت من امروز دریافتم که محیط خانه چه محیط گرم و بانشاطی است و اگر دختری از محیط گرم خانه بدور باشد چگونه امکان دارد در یک چشم بهم زدن همه هستی و موجودیت خود را از دست بدهد و اگر لطف خدا نبود که توسط گشت دستگیر و به بنیاد تحویل داده شوم معلوم نبود چه بلائی به سرم آمده و چگونه در آستانه لغزش و سقوط قرار می گرفتم . ضمناً در دل با پدران و مساداران نیز سخن گفته با آنها توصیه می کرد که محیط خانه را با همه دشواری ها گرم و بانشاط حفظ کنند تا فرزندان ایشان که در سنین جوانی و غرور و حساسیت قرار دارند دچار اشتباه و خطا نشده ، از محیط خانه فرار ننمایند . فردای آنروز معلم راهنما در دفتر ایستاده با غرور و شادمانی مشاهده می کرد که همین شاگرد ممتاز کلاس هم با متانت و آرامش به سمت کلاس روان است . معلم راهنما از شدت خوشحالی دچار تأثیر شده ، اشک شادمانی از چهره اش سرازیر گردید پس زیرا او خود می دانست که اگر خدا به او توفیق نداده و دلسوزی و علاقمندی های او نبود شاید سیمین هم در خارج از محیط خانه گرفتار گرگهای انسان نما شده همه هستی اش به بیغما می رفت .

مجید رشید پور



روان‌شناسی

در خدمت

معلم

است .
ادراک یعنی آگاهی از
چیزهایی که در معرض حواس قرار
می گیرند و درک کردن یا نکرده
بسته به توجهی است که مابه‌اشیاء
پیرامون خود داریم . هرچه بیشتر
به چیزی توجه کنیم بهتر آنرا
درک خواهیم کرد .

ادراک به توجه بستگی دارد
بنابراین باید شرایطی را که بر
توجه اثر دارد خاطر نشان
ساخت . توجه افراد به اشياء
محیط تابع این موارد است :

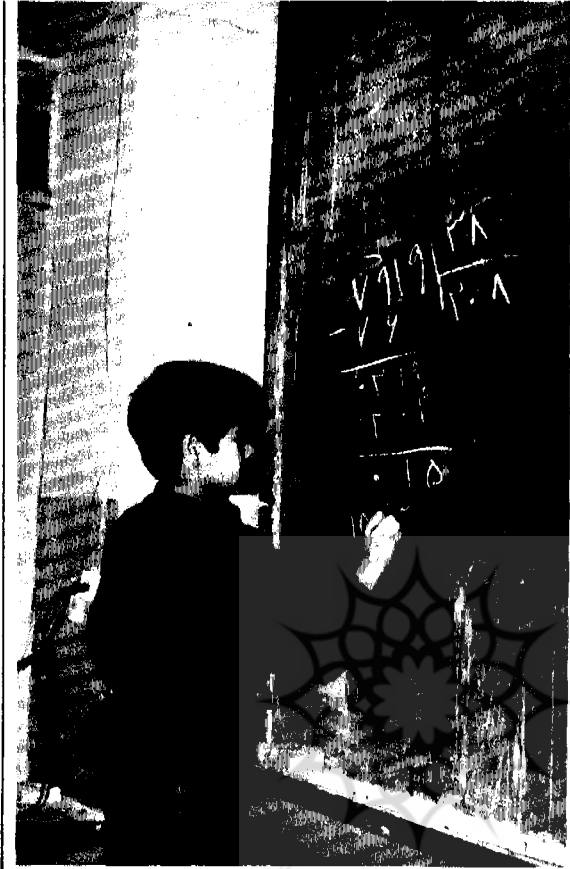
- الف - ماهیت مطلبی که ارائه
می شود .
- ب - اموری که در خـلال
آن مطلب ممکن است رخ دهد .
- ج - علت توجه فرد .
- اشياء و موقعیتها دارای

بینائی، شنوائی، چشائی، بساوائی
بوپائی وسایر حواس فرعی دیگر
نیز برخوردار باشند . مقدار
معلوماتی که دانش آموزان کسب
می کنند بستگی به چگونگی
استفاه از این حواس مختلف
دارد . دانش آموز اغلب بواسطه
ندیدن یا نشنیدن در کلاس درس
چیزهایی را از مطالب درسی از
دست می دهد . دلیل این امر
نبود درک کافی وعدم توجه

و ادراک کردن دانش آموزان
به ادراک و توجه بیشتر

امید به این است که دانش -
آموزان در کلاسهای درس از
نعمتهای خدادادی چون حس





ویژگیهای خاص خود هستند که می توانند موجب جلب توجه شوند. بعنوان مثال به این موارد می توان اشاره کرد:

- الف - طبیعت محرک ها
- ۱ - اندازه و شدت بزرگی و تابندگی و بلندى صدا باعث جلب توجه است.
 - ۲ - تحرک چیزهایی که در اطراف ما حرکت می کنند و تغییر مکان می دهند می توانند توجه ما را بخود جلب کنند.
 - ۳ - تکرار، تکرار تاحد معینی باعث جلب توجه است. تکرار بیش از اندازه باعث دلزدگی خواهد شد.
 - ۴ - تنایى، اگر شیئی در میان اشیاء موجود که به آنها شباهتی نداشته باشد فرار بگیرد توجه را بخود جلب خواهد کرد.

۵ - نوآوری، در محیط زندگی چیزهای غیرعادی و یا نوتوجه رابخود جلب می کنند.

ب - انگیزه بیننده

میزان توجهی که به اشیاء و یا موقعیتهای مختلف نشان داده می شود به انگیزه افراد بستگی مستقیم دارد. هرچه به چیزی بیشتر علاقمند باشیم بیشتر به آن توجه خواهیم کرد. وقتی ما به چیزی به سبب علاقه مستقیم به آن توجه داریم توجه ما از نوع غیر ارادی یا خود بخود است.

توجه دارد، از ساعتها مطالعه خسته نمی شود، به آنچه که در محیطش اتفاق می افتد بی توجه است. ولی دانش آموز دیگری درس مورد مطالعه علاقمند نیست به منظور گذراندن امتحانات مجبور به مطالعه است، توجه او ارادی است، همراه با تلاش و کوشش است، زود خسته می شود. هرسروصدای جزئی یا وضع تازه توجه او را بخود جلب می کند و درک مطلب را برای او مشکل می

برای داشتن این نوع توجه هیچ گونه کوششی لازم نیست. اما اگر برحسب ضرورت به چیزی توجه کنیم آنرا توجه ارادی می نامند این توجه همراه با تلاش و کوشش است. بعنوان مثال می توان به اختلاف این دو نوع توجه در مورد دودانش آموزی که هرکدام موضوع درسی خاص را مطالعه می کنند اشاره کرد.

دانش آموزی به درس خود علاقمند است، بی اراده به مطالب



سازد .

به نکته دیگری نیز باید توجه شود و آن اینکه لازمه ادراک تنها توجه به اموری نیست که در پیرامون ما می گذرد بلکه معنا بخشیدن به این محرکها که حواس ما را تحریک می کنند نقش اساسی به عهده دارد .

بعنوان نمونه وقتی می گوئیم صدای اتومبیل راشنیدم علت ادراک آنست که قبلا چنین صدایی شنیده شده ، اتومبیل دیده شده این دویاهم درذهن ارتباط برقرار کرده اند و حالا که صدای اتومبیل به گوش می رسد بی درنگ ذهن این تصور را ایجاد می کند که اتومبیل است . کسی که فاقد این تجربه است نمی تواند این صدارا به اتومبیل نسبت دهد .

نتیجه می گیریم که توانایی انسان برای ادراک طبیعت اشیاى که در محیط وجود دارند بستگی زیاد با تجربه گذشته دارد . در امر آموختن باید حتما " به این مساله توجه شود که برخی از چیزهایی که مادرک می کنیم برای دانش آموزان قابل درک نیست . توانایی درک تصاویر به رسد و یادگیری بستگی دارد .

گاهی از اوقات بصیرت و آگاهی بدان سبب است که ما می دانیم دیگران از ما چه می خواهند . هر چه در مورد چیزی بیشتر بی جوئی و آگاهی حاصل شود زودتر و آسانتر درک خواهد شد . هنگامی که بشنویم به زودی چیزی را خواهیم دید یا خواهیم شنید توجه ما بیشتر جلب شده آنرا

زودتر از زمانی که انتظار دیدن یا شنیدنش رانداشته باشیم درک خواهیم کرد .

درانتهای این بخش باید به این نکات اشاره شود تا دانش آموزان را قادر سازیم مواد مهم موضوعات آموزشی را درک کنند .

۱ - گاهی از اوقات باید لحن کلام خود را در کلاس تغییر داد .
۲ - از اهمیت تکرار مطالب غافل نباشیم . (از تکرار زیاد خودداری شود که باعث بی توجهی می شود) سعی کنیم همیشه مطالب تکراری یا روشهای نو و تازه کی همراه باشند .

۳ - برای جلب توجه بیشتر دانش آموزان می توانیم از آنان بخواهیم که درانتهای جلسه درس موضوعات مهم را بازگو کنند .

<p>برخی از این روشها آشنائی حاصل شود.</p>	<p>بگوئیم که به چه مسائل و موضوعاتی بیشتر توجه کنند.</p>	<p>۴- از ایجاد عوامل مخل توجه، هنگام تدریس باید خود - داری شود.</p>
<p>یکی از روشهای یادگیری روش آزمایش و خطاست. برای یادگیری باید آنقدر سعی و تلاش نمود و آن قدر وقت بدان اختصاص داد تا خطاها مرتب کاسته شود و بتوان کاری را بدون عیب به انجام رساند. در مقابل، یادگیری از طریق بینش یا بصیرت نوعی یادگیری است که ناگهان حل مسئله را به ذهن متبادری کند. این دریافت از راه بینش حاصل خواهد شد. و بینش عبارت است از نیروی ادراک برای ارتباط دادن اجزاء مختلف یک مساله به یکدیگر.</p>	<p>۹- در هنگام نمایش فیلم با تشریح صحنه‌ای که در آن امری به سرعت انجام خواهد شد به دانش آموزان اطلاع دهیم که در چه زمان چه چیزهایی را مشاهده خواهند کرد.</p>	<p>۵- خیرهای ناراحت کننده و هیجان آور همیشه در پایان ساعات کلاس به اطلاع دانش - آموزان برسانیم.</p>
<p>بامقایسه این دو روش می -</p>	<p>۱۰- اگر می‌خواهیم دانش - آموزان به جزئیات مسائل توجه داشته باشند و آنها را درک کنند از همان ابتدا توجهشان را جلب کنیم و وقت کافی به آنها بدهیم.</p>	<p>۶- برای شروع کار جدید اجازه دهیم تا دانش آموزان کار قبلی خود را به پایان برسانند، چون ممکن است توجه آنان به کار ناتمام معطوف باشد.</p>
<p>بقیه در صفحه ۹۴</p>	<p>چگونه می‌توان یاد گرفت؟ برای یادگیری می‌توان از روشهای مختلفی کمک گرفت. در این بخش سعی می‌شود که با</p>	<p>۷- سعی کنیم قبل از بیان مطالب درسی تا حد امکان معلومات قبلی دانش آموزان را درباره مطلب مورد نظر در ذهنشان روشن سازیم.</p> <p>۸- در هنگام گردش و تماشای جاهای دیدنی به دانش آموزان</p>





برای اینکه تنبیه در کودکان احساس حقارت تولید نکند و برای اینکه نه تنها موجب قطع رفتار ناشایست آنها شود بلکه میل شدید به بهتر کردن خود بکند، باید شرایط و قواعد بسیاری را مراعات نمود.

یکی از این قواعد، تنبیه کودک بعد از برخی تقصیرهای معین و معلوم است. یعنی رویهمرفته و کلی و باصطلاح "در مجموع" نباید تنبیه کرد.

چون اگر کودک بخاطر رفتار معینی مجازات شود می فهمد که چه چیزی از وی می خواهند و چه چیزی را باید در رفتار خود تغییر دهد، تا مطابق خواست بزرگترها باشد. مثلا، او می فهمد که قبل از اینکه به گردش برود، بایستد. فرضاً آطاقش را جمع و جور کند یا حیاط را تمیز کند یا تمام دروسش را حاضر کند و هنگام کوچک رفتن نباید دعوا کند، کتک کاری نماید، گولسه برف یا سنگ بیندازد، یاسگ و گریه را نزنند و غیره. علاوه بر آن کودک می داند که فقط عدم اجرای آن کار ارزش دارد و بخاطر همان عمل مجازات شده است، چنانکه تحسین یا حتی مباحثات پدر را هم شنود. همه چیز کاملا روشن است، وقتی روی میز ظروف کثیفی را بگذارد و یا وسط اطاق آشغال بریزد، صادر مجازاتش می کند، به او اجازه سینما رفتن نمی دهد. وقتی همه چیز را تمیز و منظم نمود، صادر تحسینش می کند. در این مورد مجازات، کودک را تربیت می کند، زیرا، تنبیه معنای حقیقی به خود می گیرد و فعالیت او را بیدار می سازد. مجبور می کند مطابق دستوراتی که به او داده اند عمل کند.

و در غیر این صورت، وقتی کودک را "در مجموع" مجازات می کنند، بخاطر اینکه او اصولا تنبیل است، بطور کلی خشن است، حرف

نشنود و عریضه جو و غیره است، او نمی داند که در واقع چه کار باید بکند تا اصلاح شود، تا همه از وی راضی باشند. او خود را "اصلاح ناپذیر"، "درست نشدنی"، "بدرندخور" احساس خواهد کرد. و این به نوبه خود، او را مجبور می کند، یا خیلی ساده با مجازات کنار بیاید یا برعکس آگاهانه و عمدی شروع به انجام عملی می کند که قبلا شاید بی اراده انجام می داد و یا اصلا نمی توانست انجام دهد.

اگر بدقت بنگریم و ببینیم که چگونه پدران و مادران کودکان خود را متفاوت تنبیه می کنند به آسانی درمی یابیم که برخی این مقررات را رعایت می کنند و برخی نه.

چنانکه مثلا، برخی از پدران و مادران به پسرشان می گویند که: "تو چرا به موقع سرناهار نیامدی، باینکه هیچگونه علتی برای آن وجود نداشت، اگر دفعه بعد باز دیر بیایی هیچ کس منتظر تو نخواهد ماند و تو باید بی ناهار ناشام صبر کنی". اگر در این مورد کودک حتی یکی دو بار هم بدون ناهار بماند هیچ دلیلی برای احساس حقارت یا ناراحتی نخواهد بود، بلکه تنها ادراک قانونی بودن مجازات مقرر حاصل خواهد شد.

ولی پدران و مادرانی هستند که در چنین مواردی طور دیگری رفتار می کنند. هر دیر کردنی موجب بسیاری سرزنش است - "تو نمی خواهی برایت ارزش قائل شوی... و" - "تو همیشه شل و ول و نامنظمی"، "ترا باید بدون ناهار گذاشت تا بفهمی"... و کودک مجازات را ناشایست تلقی می کند و دچار بن بست می شود، زیرا او خود نمی داند که چطور بایست منظم، محبوب و دلسوز و... باشد. پدر و مادر در مقابل کودک مسئله ای خیلی کلی و نامشخص

نمی تواند نتیجه کار خود را پیش بینی کند. باید این را به کودک آموخت. و تا آن موقع، تا موقعی که شما به کودکان رفتار صحیح را نیاموخته اید، نمی توانید آنها را بخاطر اینکه بی نظم و سهل انگار هستند، مسئول بدانید. مثلا " امروز کودک وقتی لباسهایش را درمی آورد اشیاء خود را پرت می کند و شمایجای وی آنها را جمع می کنید، فردا هم تکرار می شود، پس فردا هم همینطور، وبعد بعلت اینکه او مسامحه کار است، وسایلش را جمع آوری نمی کند و به علت اینکه برای زحمت و مواظبت شمارزش قایل نیست، شروع به سرزنش و مجازات می کنید. اما بهتر بود که از اول وسایل او را جمع نمی کردید، بلکه هر بار از وی می خواستید که

و بهمین جهت غیر قابل اجرائی را قرار داده اند.

برای اینکه تنبیه شایستگی کودک را پائین نیاورد و اعتماد او را به قدرت خود از بین نبرد مراعات قواعد بعدی مهم است: اگر این رفتار دیگر تکرار نشود، هرگز نباید، نه رفتار بد کودک را بیدادش انداخت و نه مجازاتی که بخاطر خطای سرزده از وی معمول داشته شده است. کودک باید بداند در قبال رفتاری مجازات سزاواری را دیده و باین مجازات همه چیز تمام شده است. نباید گناهان گذشته را روی دوش کودک بار کرد برعکس، پیوسته باید امکان اصلاح رفتار خودو بهتر شدن را احساس کند. این نوع مجازات تنبیه را وسیله فشار قرار نمی دهد، بلکه وسیله اصلاح و تربیت می سازد.

مراعات چند اصل را که در تنبیه نتیجه تربیتی مثبتی می دهد، تشریح می کنیم:

هرگز کودکان را بخاطر اینکه نمی توانند کاری انجام دهند تنبیه نکنید. مسلما " اگر سخن از مهارت های تجربی در میان باشد معمولا هیچکس این کار را انجام نمی دهد. هیچ مادری در صورتیکه بداند کودکش حسابش را بلد نیست زیرا مسئله را غلط داده اند و یا اینکه اطاق را خوب تمیز نکرده در صورتیکه اولین بارش باشد که این کار برعهده او محول شده، تنبیه نمی کند. اما بسیاری از پدران و مادران کودکان را بخاطر اینکه هنگام درس خواندن حواسش پرت می شود، به سبب اینکه سرش به بازی گرم شده و خریدن رافراموش کرده و یا اینکه زمین خورده و شلوارش پاره شده و گاهی حتی بعلت اینکه کودک نمی تواند فوراً بخوابد و در رختخواب غلت می زند تنبیهش می کنند.

اما کودک، مخصوصا " کودک کوچک، اغلب





نباید کودک را تنها در قبال نتیجه رفتارش تنبیه کرد، در حالیکه ندانید چه چیزی سبب این رفتار شده است، در این مورد انگیزه های کودک چه بوده است؟ مثلا مادری بسرای فرزندش اسباب بازی و عروسک خریده است اما هنوز یک روز از رویش نگذشته که عروسک می شکند. مادر عصبانی، بخاطر آن کودکش را تنبیه می کند. اما او عروسک را به علت میل طبیعی دانستن شکسته است، تا بداند که توی آن چه چیز است، و چرا عروسک حرف می زند یا چرا موش راه می رود.

در این مورد تنها چیزی که از تنبیه عاید می شود ضرر آنست. مجازات می تواند مدتی در وی حس کنجکاوی را خاموش سازد. این خصوصیت مهمی است که بدون آن نه می تواند خوب درس بخواند و نه کار کند. اما، این هم مهم ترین خصوصیت نیست. تجربه نشان می دهد که مخصوصا " اینگونه مجازات ها

☆ لطفا " ورق بزنید

خودش این کار را انجام دهد و بهتر بود قبلا" به او نشان می دادید که چگونه این کار را انجام دهد و بدین ترتیب وظیفه شناسی را به وی می آموختید.

یک مورد دیگر: مدتی مواظب بچه نیستید و نمی دانید چگونه درس می خواند، کی و چگونه درسهایش را حاضر می کند، چرا گاهی درس حاضر کردن را رها می کند. و بعد به علت نمرات بد فرزندتان، از طرف مدرسه احضارتان می کنند و موضوع را به اطلاعان می رسانند و شما شروع به تنبیه می کنید. اما پسر شما دیگر نمی تواند خود را وادار کند که با پشتکار باشد، او علاقه به درس خواندن را از دست داده است و تنبیه شما فقط نفرت از درس خواندن را در وی افزون تر می کند و مجبور می کند با احتیاط عدم موفقیت خود را در مدرسه از شما پنهان سازد. پس، در این صورت هم فوق العاده به صلاح است که کودک را تنبیه نکنند بلکه کار کردن را به وی بیاموزند.

* بقیه از صفحه قبل

مجازات هائی که انگیزه و محرک های عمل خلاف را در نظر نمی گیرند ، در کودکان موجب احساس رنجش و اعتراض درونی به بزرگترها می شود و کودک اعتمادش را نسبت به آنها از دست می دهد ، و مجازات اجرا شده درباره کودک ، ایمان به انصاف را در وی نابود می سازد . و اطمینان کودک به اینکه تنبیه منصفانه است ، سلب اولین اصل تاثیر مثبت آن است .

ضمناً " چه بسا که این اصول از طرف بزرگترها نقض می شود . مثلاً پدر و مادر با دیدن اینکه فنجان خوبی شکسته است ، از این ففندان عصبانی شده ، شروع به داد زدن سر فرزند می کنند که " به چیزی که نباید دست بزنی دست نزن " و نظایر اینها . ولی معلوم می شود که کودک فنجان را بدون قصد وقتی که می شنیده شکسته است . کودک اغلب به این علت تنبیه می شود که او چیزی را شکسته است ، هر چند که شاید سعی کرده آنرا تعمیر کند . بخاطر لباس خیس کتک می خورد با اینکه دریاک کردن جلو آپارتمان کمک می کرده است ، بخاطر دیر رسیدن به مدرسه ، هر چند که او به عیادت دوست مریضش رفته بود .

بدین ترتیب موضوع مشکل تر می شود که حتی در مجازات معمول منصفانه هم کودک نمی تواند رابطه میان تنبیه و خطا را ببیند و تنبیه را زورگوئی و " بهانه جوئی " بزرگترها تلقی می کند . پدران و مادران باید چنان روشی بکار ببرند که کودک این رابطه را بفهمد و با مجازاتی که استحقاقش را داشته است ارتباط دهد .

اما چگونه باید به این مقصود نایل شد ؟ در این جا رابطه میان خطائی که بخاطر آن کودک را تنبیه می کنند و کیفیت خود مجازات که



چه قدر عینی و روشن برای او خواهد بود ، نقش خیلی بزرگی را بازی می کند . موضوع دیگر : اگر شام عصر به کودک اجازه رفتن به پیش دوستش را ندادید زیرا وقتی از سرکار به خانه مراجعت کردید ، دیدید آنچه را که سفارش کرده بودید انجام نداده است ، (اطاق را تمیز نکرده ، خوار بار مورد لزوم را نخریده و غیره) . در این جا رابطه میان تقصیر و مجازات کاملاً روشن است ، او وظیفه خود را انجام نداده است و حالا مجبور است برای اینکه کارهای لازم را انجام دهد ، تفریحش را فدای

آن سازد .

مجازات است . بسیاری از پدران و مادران تصور می کنند که هر قدر نفوذ قویتری را انتخاب کنند ، بهمان میزان روی بچه تاثیر بیشتری خواهند گذاشت . آنها معتقدند که شلاق از سخن قویتر است . ولی چنین تصویری کاملاً نادرست است . قدرت ناهنجار مجازات فقط بسته به طرز رفتاری است که میان بزرگترها و کودکان در خانواده وجود دارد ، بسته به رفتارشان بسا یکدیگر ، اعتقاد ، عشق و دوستی متقابل است و بسته به مهارت بزرگترها در کاربرد مجازات است .

دربارگی از خانواده‌ها که اسلوب صحیح رابطه برقرار است ، حتی ناراضی کوچک پدران و مادران ، سرزنش انجام شده به وسیله آنها و اظهار دلنگی تاثیر شدیدتری نسبت به سایر انواع مخلف محرومیت حتی تنبیه بدنی بجای می گذارد .

بمراجعه به آنچه که پیش از این گفته شد می خواهم یکبار دیگر مصراغه تکرار کنم — تنبیه — مشکل ترین ، ظریف ترین و پیچیده ترین وسیله تربیت است و هر کس که این را نمی فهمد حق ندارد از این وسیله شدید التأثير استفاده کند .

وحنی استعمال صحیح مجازات نباید مبدل به عادت شود . تنها به ندرت و برای اینکه جلو رفتار غیر مجازی گرفته شود ، می توان به اجبار و سبیه متوسل شد ، و متعاقب آن باید تربیت واقعی آغاز شود ، یعنی به شکل تدریجی منظم و پیگیر ، به ایجاد شخصیت کودک بازسازی نظریات ، اعتقادات ، اسلوب رابطه او با اطرافیان و سرانجام به تربیت عادات و ملکات مثبت درونی اقدام شود .

★ ترجمه محمد تقی زاد

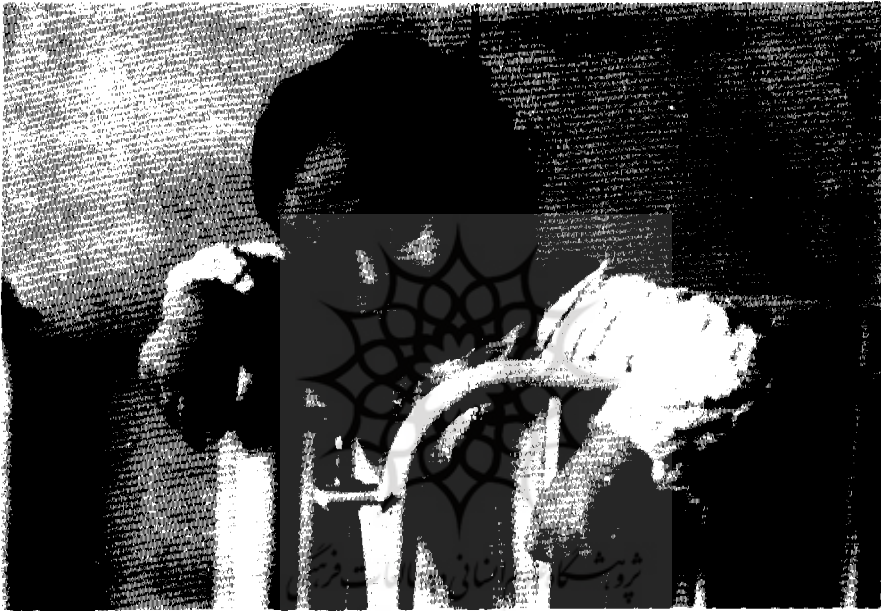
موضوع دیگر: اگر کودک را به علت همان گناه مثلا از خوردن شیرینی یا گرفتن اسباب بازی که قبلاً وعده داده شده بود ، محروم سازند ، در این جا رابطه طبیعی میان تقصیر و کیفیت تنبیه وجود ندارد و کودک به آسانی می تواند مجازات را زورگوئی پدر و مادر تلقی کند . مسلماً همیشه نمی توان مجازاتی را که فقط از همان گناه بصورت طبیعی صادر می شود ، بکار برد ، اما جایی که می توان مسورد استفاده قرار داد ، باید متوجه آن بود .

درک منصفانه بودن مجازات در عین حال "ادراک قلبی" آن ، وحدت خواست همه اطرافیان و اکر بتوان گفت وحدت و یکدلی در تعیین مجازات ، به کودک کمک می کند . درست نیست وقتی پدری فرزندش را به علت ارتکاب به گناهی تنبیه می کند ، مادر یا مادر بزرگش او را بخاطر همان گناه بی مجازات بگذارد و نیز هیچ درست نیست که امروز پدر و مادری بخاطر گناهی کودک را مجازات کنند ، ولی فردا در همان وضعیت اهمیت بی آن ندهند .

تداوم و نظم و ترتیب رابطه میان خطاهای معین و مجازات های معین (مثلاً ، دستش را نشست — نباید اجازه داد سرسره بنشیند سفارش را انجام نداد — اجازه بیرون رفتن ندهند ، اگر با لوازم مسامحه کار است باید بطور موقت یا برای همیشه آنها را پس گرفت و نظایر اینها) ، نیز به کودک کمک می کند تا در مجازات نیروی فانون و انصاف را ببیند نه اراده پلید بزرگترها را .

با پایان دادن به این گفتار ، آخرین مسئله را مورد بررسی قرار می دهیم و آن نیروی

چهی از فرزندان مراقبت خواهد کرد؟



بر همه چیز ارجحیت دارد. آیا شما نیز در این باره نگرانی داشته‌اید؟ من در مورد مراقبت روزانه به بهترین شکلش با افراد لایق و امکانات مناسب صحبت می‌کنم. دکتر جی بکسلی روانشناس دانشگاه ایالت پنسیلوانیا در مورد نتیجه اولیه‌اش درباره اینکه مراقبت روزانه به نحو احسن موجب بیماری کمتر می‌شود این نظریات را ارائه داد:

آن به سرکار بازگشتن زودتر از موعد مادران بعد از زایمان است؟ اجازه دهید روی این سؤال بیشتر نام و بحث نمائیم:

رهبران امور تجاری و تحصیل کردگان آمریکا شامل ویلیام بنت وزیر آموزش و پرورش نگراند که کودکان کشور از نظر تحصیلی در سالهای آینده هم‌پای رفیایشان مثلا در ژاپن پیش نخواهند رفت. در ژاپن تربیت و تحصیل کودکان

بدون امکانات مناسب و پرستاران لایق و با وجود ترس از انحراف کودک، تعجیبی ندارد که خیلی از مادران احساس گناه و ناامیدی کنند. ولی چرا با این مشکل سروکار داریم. آیا نکته‌ای را در اینجا فراموش کرده‌ایم؟ آیا مشکل مراقبت از کودک در ایالات متحده و دیگر کشورهای غربی تنها نبود امکانات کافی و افراد واجد شرایط است یا اینکه علت



را که فرامی گیرد، رشد و تکامل نمی دهد. بعدها از فراوانی تولید صداهایی که کودک از طریق آن خودش را بیان می دارد کاسته می شود و زبان کودک کند می گردد. اکثر متخصصان تصدیق می نمایند که نوزادان درموسساتی که بطور روزانه از آنها مراقبت می شود از نظر روانشناختی رشد و تکامل پیدا نمی کنند.

رشد و تکامل عشق

مطالعات نشان می دهد که توانایی کودک برای شکل دادن به یک تماس طولانی یا فرد دیگری توانایی برای دوست داشتن، قبل از سه سالگی کسب می شود. و این

قبل از اینکه بتوانند ارتباط برقرار کنند از طریق چشم و یادیدن اطلاعاتی را درباره یک موضوع یابی، درمعرض خود نگهداری می کنند و زمانیکه آنها بکار می برند از فرم و شکل آن متعجب نمی شوند. یک کودک طریقه شناسایی مادرش را سریعاً یاد می گیرد. قطعاً چهره و صورت او را بر دیگران ترجیح می دهد. مانند گذشته خیلی از محققان بر نقش مهم پدر در سالهای اول زندگی کودک، تاکید دارند. کودکی که برای مدت‌های طولانی تنها رها می شود نه تنها احساس تنهایی و بی کسی می کند بلکه ناامید نیز می گردد. او قدرت احرای حرکات بدنی را ندارد و بنابراین تمام مهارت‌های جدیدی

نتیجه تشخیص جدید پروفوسور بکسلی این است که کودکانی که در طول سال اول زندگی بیش از ۲۰ ساعت در هفته تحت مراقبت کسی به غیر از مادرشان هستند این امر تاثیر نامطلوبی بر آنها خواهد داشت. وی می گوید این کودکان از امنیت برخوردار نیستند و شدیداً "پرخاشگرند و در مدرسه حس همکاری و تعاون ندارند. مطالعات پیتز بارگلو روانپزشک بیمارستان شیکاگو یافته‌های پروفوسور بکسلی را تأیید می کند. نوزاد انسان قبل از پایان سال اول زندگی بیش از آنچه که ممکن است در سالهای بعد بیاموزد دانش و آگاهی کسب می کند بعضی محققین دریافته‌اند که کودکان

* بقیه از صفحه قبل



توانائی برای تشکیل یک تماس دوجانبه طولانی بشدت بسا قاعده سازی وجدان کودک پیوند می خورد .

سلفر بیرگ ، روانشناس کسودک بعد از مطالعاتی که بین ۲ تا ۳ سال بطول انجامید می گوید : ما متوجه شده ایم که کیفیات تحمل عشق و تعهد در برابر آن در طی دو سال اول زندگی بطور صوری شکل می گیرد . بر اساس این نکته طیف وسیعی از نظامها در میان دانشمندان از مقبولیت برخوردار است . تصور تاثیر نهائی عاطفی حاصل از ترک

فرزند انمان بر جامعه دلسرد کننده است . مدنهاست که از ارزش زنان بعنوان نخستین مخلوقات جهان و تربیت کنندگان فرزندانشان کاسته شده است . زنانی که تصمیم می گیرند در خانه و نزد بچه ها - پشان بمانند هرگز نباید احساس کنند که بخاطر شغلشان باید از اینکار عذر بخواهند . سؤال می از کسانی که مراتبتهای روزانه را برای فرزندشان در نظر می گیرند این است که آیا حتما باید هم اکنون مسئله بچه دار شدن را مد نظر قرار دهید ؟!

اگر کار شما بدان حد سنگین و وقت گیر است که نمی توانید

ولی پاداش بسیاری می گیرید . تربیت و پرورش یک فرد رابطه ای بین مادر و فرزند بوجود می آورد که با هیچ رابطه ای قابل مقایسه نیست . چنین نزدیکی عمیق و متقابل اجتماعی را بهیچ طریق دیگری نمی توانید تجربه کنید . آیا دلناتن می خواهید چنین چیزی را از دست بدهید ؟

خانواده از هم کسخته

خانه های از هم پاشیده یک نرازدی هستند . کودکان به علاقه و عشق پدر و مادرشان در سال های اولیه زندگی نیاز دارند تا

چند سال از زندگی تان را برای مراقبتی که هرفردی برای ثبات عاطفی بدان نیازمند است فدا کنید پس نباید در چنین زمانی بچه دار شوید . از بعضی جهات شغل و کار را می توان با تاثیر اندک یا بدون تاثیر بر زندگی رها کرد . ولی پرورش و مراقبت از بازرشترین محصول زندگی تان یعنی طفل نوزاد را نمی توان بحال خود گذاشت .

البته تربیت کودک احتیاج به ایثار و فداکاری دارد . در چند ماه اول این یک کار شبانه روزی است کار جسمانی است که کسی شما را بخاطر انجام آن ستایش نمی کند

دارید تا بهترین پرستار دردسترس را برای کودک برگزینید .

کودک شمالایق بهترین پرستار است

در آندسته از خانواده‌هاثیکه کودکانشان بزرگترندبا توجه به وضع خانواده وس کودکان ، کار کردن زن همیشه زیان آور نیست . ولی بعضی از شما که کودکانی در سن قبل از مدرسه ونیز کودک نو پا دارید ، برای تصمیم گیری در مورد موضوعی که ممکن است بعدا قسوس آرا بخورید ، احساس مسئولیت کنید . وجود شما در خانه ضروری است . هیچ جوابی برای مشکل مراقبت از کودک وجود ندارد . اگر مادری حتما باید کار کند پس فرزندش راه بهترین پرستار می سپارد . اگر حق انتخاب داشته باشد فکر می کنم وی خودش را برای این امر بهترین می داند و برای مهم ترین کاری یعنی پرورش یک زندگی نو ۳ ساله هر کاری بتواند انجام دهد . مانگران شما وفرزندانتان هستیم . علاقمندیم تا خودمان را پیشتان در جنبش برگردانی والدین به نزد بچه‌هایشان و بالعکس بدانیم . معتقدیم شما نیز به اندازه مادر مورد بحران مراقبت از کودک در جهان امروز نگرانید .

● ترجمه محمد شریف

ندارند و برای عمل و تفکر بزرگترهایشان توجهی فائسل نیستند . پس جای تعجب نیست که جوانان در سه دهه آخر زندگی‌شان سرگردانند . امروزه مسئولیت‌های والدین تنها در پرتو حمایت از خانواده است که از اهمیت بیشتر برخوردار شده است . پرورش و تربیت کودک مشکلی مضاعف است . کودکان بیش از هر موقع دیگر به پدر و مادر هردو نیاز دارند برای جلوگیری از ایجاد مشکلات عمیق عاطفی در آینده باید به این نکته توجه داشت که در طی سالهای اولیه زندگی کودک حائسینی برای مادر وجود ندارد . اما اکثر شما چاره دیگری نمی بینید . بخصوص شما والدین تنهاثیکه سنی دارید اعضاء خانواده از هم پاشیده راز نظر فیزیکی ، اقتصادی و نبر عاطفی در کنار هم نگهدارید . آندسته از شما که می بایستی کار کنید ، وظیفه

بدین وسیله آنها نیز رشد و تکامل یافته ، در آینده افراد بالغی باشند که از نسلی دیگر مراقبت به عمل آورده و آنها را دوست بدارند . بزرگسالانی که می توانند با خلافت بی نظیر خود زندگی دیگران را غنی سازند و از حق خدادادیشان استفاده کرده توسط همسری علاقه مند به استقلال فکری و عملی راهنمایی شده‌اند ، در رشد و تکامل چنین شخصینی در کودکانشان مسئولند . حفظ و نگهداری از هسته خانواده راه درمانیست برای نام ناراحتیهای اجتماعی که در جهان غرب بخصوص در جامعه آمریکا به سرعت رفته است در حالیکه پدر و مادرها ، مادر بزرگها و پدربزرگها از روابط خانوادگی گسسته لدت می برند . خیلی از مردم از گذشته چیز چندانی بخاطر



« امام صادق (ع) »

طُوبَى لِعَبْدٍ جَاهَدَ لِلَّهِ نَفْسَهُ هَوَاهُ

درود بر آنکس که بجای طردن با هوای نفس خود مبارزه کند.

احادیث و روایات

مَثُومَانِ لَا يَشْعَانِ، مَثُومٌ عِلْمٌ وَمَثُومٌ مَالٌ
دوگرسنه هستند که هرگز طعم سیری را نمی-
چشد: اول دانشجویی که دنبال علم می رود.
هرقدر دانش او فزونی یابد، علاوه بر اینکه
احساس سیری نمی کند بلکه عطش و شوقش
فزون تر می گردد. درحوزه های علمیه دانش-
طلبان با اینکه بمراحل بسیار عالی از علم می-
رسند معهدا دست از طلب برنداشته، دنبال
اسناد دیگری می گردند تا از او نسیز بهره
بگیرند. درقرآن مجید شاهد بسیار زیبایی در
این مرحله وجود دارد و آن التماس والتجاء
موسی پیامبر برای کسب علم عمیق ترو کاملتری
ازخضر پیامبراست.

هَلْ أَتَيْكَ عَلِيٌّ أَنْ تَعْلَمَنِي مِمَّا عَلِمْتُ رُشْدًا"
آیا اجازه می دهی که درخدمت تو باشم تا از
آنچه که بتو آموختند بمن هم بیاموزی؟

دوم: مال اندوزی که به جمع آوری مال و
ثروت پرداخته، هرگز بسیری نخواهد رسید.
در روایتی از رسول خدا نقل شده است که
فرمودند:

لَوْ كَانَ لِأَبْنِ آدَمَ وَأَدْيَانٍ مِنْ ذَهَبٍ لَأَبْتَعِي
وَرَأَيْتَهُمَا

اگر برای فرزند آدم دومنطقه بزرگ از طلا

خداوند درسوره معارج آیه (۱۰۵) میفرماید:
إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلُقٌ هَلُوعٌ "انسان آزمند آفریده
شده است. در لغت هلوع به معنای ناشکیبا
بی فرار و آزمند آمده است. در کتاب المنجد
چنین آمده است: هَلُوعٌ: الضَّحُّورُ لَا يَكْتُمُ عَلَيَّ
الْمُصَاطِبِ یعنی کسی که دلتنگ بوده، بر
دشواری ها شکیب نمی باشد. بمعنای گرسنه نیز
آمده است یعنی انسان همانند گرسنه ای است که
هرگز به سیری نرسیده همیشه گرسنه جسم است.
بدیهی است موجودی که احساس گرسنگی نماید
دائما " در تلاش و کوشش بوده، لحظه ای ازجوش و
خروش باز نخواهد ایستاد. بر همین اساس
انسانی که دیروز درغار زندگی می کرد پس از
پیاده کردن انسان در کره ماه راهی کره مریخ
شده، خود را برای دست یابی به سایرکرات
آماده می سازد. پس انسان از نظر طبیعی
موجود متحرکی بوده، از حرکت و پویایی دست
بر نمی دارد.

امام صادق علیه السلام درباره همین سیری
ناپذیری انسان میفرماید:

وجود داشته باشد برای بدست آوردن منطقه دیگری به تلاش و پویائی خواهد پرداخت. از این حدیث روحیه افزون طلبی در انسان بخوبی آشکار می گردد و همین افزون طلبی است که از نظر اخلاقی، اجتماعی و حقوقی مشکلات و دشواری های فراوانی را برای او بوجود آورده است، زیرا بسیاری از جوش ها و خروش ها همه معلول کثرت طلبی و تکاثر است و همین تکاثر طلبی است که انسان ها را سرانجام روانه قبرستان می سازد. در لغت انسان موحودی است که هرگز به سیری نخواهد رسید و انسان تا به مجاهده و تلاش اخلاقی نپردازد نمی تواند تمایلات طبیعی خود را نظام و شکل دهد. امام جعفر صادق علیه السلام میفرماید: **مَا أَقْبَحَ بِالْمُؤْمِنِ أَنْ تَكُونَ لَهُ رَغْبَةٌ تَذُلُّهُ جَفْدَرِ زَسْتٍ وَ نَا زَبِيَاً** است که مؤمن تمایلی انحرافی داشته باشد که در پرتو آن خویشتن را بذلت و خواری بکشد. بطور ضمنی از این روایت بدست می آید: تنها عاملی که می تواند تمایلات آدمی را نظام و تعادل بخشد ایمان راسخ و استواری است که او به پروردگار متعال داشته باشد. بدیهی است هر قدر ایمان قوی تر و استوارتر باشد نظام روحی انسان کاملتر خواهد بود. خداوند در سوره

مؤمنون میفرماید:

فَدَا فَلَاحُ الْمُؤْمِنُونَ. الَّذِينَ فِي صَلَواتِهِمْ خَائِعُونَ وَ الَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ کسانی که از لغو و بیهوده گوئی اجتناب می نمایند همانا جزئی مومنین واقعی هستند. برای اجتناب از روحیه آزمندی باید بایمان بخدا و قناعت روی آورد. چه، تنها راه وصول بآرامش و سکون ایمان بخدا و قناعت است. معنای قناعت این نیست که آدمی از تلاش و کوشش خویشتن را بازدارد و خود را به بی تفاوتی بزند، بلکه انسان قانع کسی است

که با همه وجود بتلاش و کوشش پرداخته از آنچه که بدست می آورد راضی و خوشنود باشد.

ناگفته نماند که قناعت یک واقعیت روحی است و ارتباط چندانی به کم داشتن و زیاد داشتن ندارد. ممکن است فردی از ثروت بیکرانی برخوردار باشد ولی انسانی قانع باشد. چنانچه ممکن است فردی در کمال تنگدستی و فقر قرار گرفته باشد ولی دارای روحیه آزمندی نیز باشد. پس قانع بودن و قناعت پیشه کردن معنایش این نیست که آدمی کمتر تلاش کرده از تحرك و پویائی برکنار باشد چنانچه عکس آن هم صادق است یعنی ممکن است فردی آزمند بوده و از تحرك و پویائی برکنار باشد و دائماً "بخواهد از دسترنج دیگران بهره مند گردد.

بایک بررسی دقیق می توان به این نتیجه رسید که انسان های قانع بجای اینکه چشم داشتی بمال و ثروت دیگران داشته باشند به ذخائر وجودی که خداوند در عمق جان آنان قرار داده است پناه برده، استعداد های خود را شکوفا می سازند و در پرتو همین کار خویشتن را غنی و بی نیاز می سازند. پس بابر خور داری از روحیه قناعت می توان به عالی ترین ذخائر وجود دست یافت.

امام جعفر صادق علیه السلام نقل می نماید که در زمان پیامبر اسلام مردی از مسلمانان گرفتار و مستمند شده بود. همسرش با او پیشنهاد کرد که نزد رسول خدا رفته از او کمک بگیرد. آن مرد مسلمان وارد مسجد شده، پیش از آنکه سؤال و حاجت خود را ابراز دارد رسول خدا فرمودند: **مَنْ سَأَلَنَا أَعْطَيْنَاهُ وَمَنْ اسْتَعْنَى أَعْنَاهُ اللَّهُ** هر که از ما حاجت خواهد به او خواهیم داد و هر که بی نیازی اظهار کند خداوند او را بی نیاز

☆ بقیه در صفحه ۴۴۳



انجیرس
پیشگیری و
درمان

عکس العمل شخص در برابر استرس‌الف : علائم حاد و فوری و زودرس :

- ۱- ایجاد علائم ترس
 - ۲- ایجاد فشار خون و بالا رفتن فشار خون
 - ۳- ایجاد خونریزی
 - ۴- سکنه مغزی
 - ۵- سکنه قلبی
 - ۶- شوک
- ب : عوارض دیررس :

- ۱- گوانر (غمباد)
- ۲- بیماری قند (دیابت)
- ۳- چاقی
- ۴- بیبوست
- ۵- کلیت زخم روده (دردهای شکمی)
- ۶- زخم معده و اثنی عشر
- ۷- تیبک
- ۸- لکنت زبان
- ۹- آسم
- ۱۰- لرزش
- ۱۱- سردرد مزمن و میگرن
- ۱۲- ضایعات پوستی
- ۱۳- عوارض روانی
- ۱۴- حمله های قلبی مکرر

بسیاری از پزشکان و محققین به خصوص پزشکان نظامی این مسئله را تأیید کرده‌اند که قسمت عمده تلفات زخمی های جنگی و مجروحین به علت ترس و حالت استرس صحنه نبرد بوده است و عده کسانی که بر اثر ترس از شکست دست به هیچ نوع فعالیتی نمی‌زنند آنقدر زیاد است که احتیاج به شاهد و مثال ندارد . بسیاری از بیماریهای ساده در نتیجه ترس بیمار سخت و پیچیده می‌شود .

موارد استرس

استرس یک کودک در هنگامی که دارو به حلق او ریخته می‌شود و او مقاومت می‌کند .

استرس یک دانش آموز در جلسه امتحان .

استرس یک سخنران برای حضور در جلسه سخنرانی و صحبت کردن در جمع

استرس یک شکارچی برای حمله به جانوران وحشی

استرس یک شناگر در هنگام غرق شدن در دریای طوفانی

استرس یک بیمار جهت یک عمل جراحی

استرس در برابر صدای مهیب و وحشتناک و شکستن دیوار صوتی و یا آژیر

استرس در برابر آژیر آمبولانس ، پلیس ...

استرس در برابر حوادث غیر مترقبه (زلزله طوفان ، آتش سوزی)

استرس و ترس از فقر و جنگ

استرس در هنگام انتظار (انتظار آمدن الموت)

استرس در برابر مسائل مناقض و قبول یکی از آنها

استرس در برابر شایعات و تبلیغات جنگ سرد

البته امیدواریم که استرس در برابر کلمه استرس

بوجود نیاید .

عوامل مهمی که در کودکان ایجاد استرس و فشار عصبی و روانی می‌نمایند :

- ۱- عوامل فردی از قبیل کمبود تغذیه ، کمبود استراحت ، کمبود محبت در خانواده ، چشم و هم چشمی با همسالان و فامیل ، ناملائیات حیواندگی ، تنبیه و تحقیر کودکان در برابر همسالان و بزرگتران ، خواستن کاری که خارج از عهده و قدرت کودکان است .



گرچه در علم است دریا مرد بی دین روزبحران
کستی نوح است اما طاقت طوفان ندارد

راه چاره

راه چاره را از امنیت خاطر و اطمینان قلبی
و توکل به خداوند شروع کنیم که بستگی به
قدرت و درجه ایمان افراد دارد و خداوند
متعال در سوره رعد آیه بیست و هشتم
(سوره ۱۳ - آیه ۲۸) با تاءکید تمام چنین

۲ - عوامل خانوادگی مانند: اختلاف نظر و
تضادهای فکری پدر و مادر، مشاجره و منازعه و
طلاق، خستگی پدر و مادر، کمبود روابط عاطفی
در خانواده، خودمداری پدر و مادر، تبعیض
بین فرزندان، جلوگیری پدر و مادر از فعالیت
کودک در منزل و مزارک شدن انرژی بچهها،
آشنا نبودن پدر و مادر به مسائل عاطفی کودکان
و همچنین آگاه نبودن از اصول تعلیم و تربیت
کودکان (فرزندان)

۳ - عوامل محیط مدرسه: مانند: رفتار معلم،
اختلاف بین روشهای معلمین، نامتعادل بودن
تکالیف، هماهنگ نبودن تکلیف با وقت و توان
دانش آموز، ترس از مردود شدن و تجدید
آوردن، بی توجهی بعضی از معلمین به عوامل
استرس زا و درک نمودن مسائل روانی و عاطفی
کودکان و نوجوانان، سنگینی برنامه و درس در
بعضی از موارد.

۴ - عوامل استرس در اجتماع: و مسائل ارتباط
جمعی از قبیل روزنامه و مجله، رادیو و تلویزیون
ویدئو برنامه های مهیج و فیلمهای سینمایی مهیج
و جنائی، وسترنها و مطالب داستانشها و رمانها
و کتابهای گوناگون، روابط اجتماعی ناسالم و
دوستی با افراد ناشناخته مخصوصاً افراد با
روحیه های متزلزل و ناسالم و تلقین پذیر.
زندگی در فضاهای محدود و فقس و ارحانه ها و
آپارتمانها، سکونت در شهرهای بزرگ و ترافیک
در این شهرها، ماشینی شدن، صنعتی شدن و
تمدن، سرعت کار در جامعه و عدم سازش فرد
با این سرعت. سرو صداهای زیاد و اخبار
ناگوار و هیجان انگیز، احساس ناامنی از هر جهت
از دزد و دزدی، از دزدی بچه ها و...
کاخ دانش گز از سنگ و از فولاد سازی
لرزد و ریزد گر از ایمان پی و بنیان ندارد

است زیرا انسان هر اندازه خدا را بهتر بشناسد و از قدرت و رحمت و حکمت او بیشتر آگاه گردد وابستگی او به آن ذات بی همنا زیادتر می شود تا جائیکه بمرحله :

أَوَّلُ الْعِلْمِ مَعْرِفَةُ الْجَبَّارِ وَ آخِرُهُ تَفْوِضُ الْأَمْرِ لِلَّهِ مِيرَسِد و هم نعمت و هم شکر نعمت را از ذات باری تعالی میدانند که به او ارزانی شده است (شکر ز تو و عنایت هم از توست) کسی که به این درجه از توکل میرسد هرگز یاس و نومیدی را به خود راه نمی دهد، در برابر مشکلات احساس ضعف و زبونی نمی کند و در برابر حوادث سخت مقاوم است و همین ایمان و توکل چنان قدرت روانی به انسان می دهد که می تواند به سخت ترین مشکلات پیروز گردد. البته انطباق نیروهای جسمی و فکری و تجربی و تخصصی فرد برای انجام کارهای مختلف و حتی انتخاب شغل موجب آرامش بوده و عدم انطباق آنها شفتگی را در پی خواهد داشت و به افراد مال اندوز باید گفت که مال از بهر آسایش عمر است نه عمر از بهر گرد آوردن مال لذا برای کسب مال بیشتر و افزونتر نباید به هر قیمت ولو از بین رفتن سلامت روح و روان و از دست دادن معیارهای اخلاقی تن در داد .

اساساً " یکی از راه های آرامش خاطر خدمت به دیگران ، دگر دوستی و کمک و یاری به مردم ضعیف و ناتوان است که زیر بنای فرهنگ اسلامی است .

صاحب دلی به مدرسه آمد زخانقاه

بشکست عهد صحبت اهل طریق را

گفتم میان عارف و عالم چه فرقی بود

تا اختیاری کردی از آن این طریق را

گفت آن گلیم خویش برون می برد زموچ

وین جهد می کند که بگیرد غریبق را

می فرماید :

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ . أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

اشخاصی که ایمان آورده اند تنها با یاد خداوند به قلب خودشان آرامش می بخشند شما هم با یاد خداوند به فلبتان آرامش بخشید (دل آرام گیرد به یاد خدای) و در این بیت دقت بفرمائید که چگونه با لطافت به الطاف پروردگار اشاره نموده است :

به جان دوست که غم پرده بر شما ندرد

گر اعتماد به الطاف کار ساز کنید

و این کلام گران بار را همیشه به گوش داشته باشید :

نَافَاَتٌ مَضَىٰ وَمَا سَيَا نَبِيكَ فَايُنْ

آنچه که گذشت ، گذشت و بازگشت ندارد و آنچه در آینده می آید معلوم نیست چگونه است و کجاست . پس مابین دو نامجهول و نامعلوم فرصت حال را غنیمت شمار و امروزت را از دست مده :

از دی که گذشت هیچ از او یاد مکن

فردا که نیامدست ، فریاد مکن

برنامه ده و گذشته بنیاد مکن

حالی خوش باش و عمر بر باد مکن

آدمی که فکر می کند و نگران است که فردا چه می شود ، ماه دیگر چه می شود جز نگرانی و اضطراب چیزی بدست نمی آورد در صورتیکه چنانچه برای وضع موجود خود برنامه ریزی صحیح کرده خوب کار کند و خوب خدمت نماید خود بخود آتیه او نیز به بهترین وجه که می خواهد تاءء میب خواهد شد .

موضوع دیگر توکل و اعتماد کامل به خداوند کار ساز است و این مقام از کمال معرفت انسانی

* بقیه از صفحه قبل

استراحت ساده در بستر به صورت دراز کشیده و حتی خواب کامل بهترین شفا دهنده است که بهر صورت در محیطی آرام و بدون سر و صدا اثر آن مطلوبتر خواهد بود. توصیه ما این است که در رختخواب دراز بکشید و هر چه ممکن است با شل کردن عضلات و اعضای بدن خود راز فشارهای درونی رها سازید و ذکر و یاد خداوند و یادآوری نعمت های بیکران او و توجه و توسل و خواندن ادعیه و آیات در بازگشت آرامش مفید خواهد بود .

استفاده از داروهای آرام بخش و خواب آور به مقداری که شخص خواب طبیعی خود را حفظ کند و ایجاد عادت ننماید یا تجویز پزشک نیز مفید است .

هر نوع مطالعه و تماشای مناظر طبیعی و تفریح و گردش، قدم زدن و ورزش و نرمش و کوه نوردی و هرگونه موضوع و مطلبی و اقامتی



پس از توجه به دو اصل فوق که یکی معنوی الهی و دیگری اخلاقی اجتماعی بود، اولین قدم در راه حذف و بهبود استرس بررسی ابعاد و جوانب عامل ایجادکننده آن می باشد و به معنی کامل کلمه خود آگاهی و پذیرش استرس بعنوان یک واقعیت که حتما " باید بوسیله خود فرد احساس شده و درک گردد و آنرا بپذیرد و بداند که بالاتر از سیاهی رنگی نیست و آن علائم که ناشی از استرس میباشد ظاهر شده است و بهمین جهت باید در فکر چاره و درمان بود .

در مرحله بعد ساختن روحیه ای مقاوم در برابر مشکلات و دوری از شکنندگی روانی و عقب نشینی در برابر موضوع استرس زا .

در مرحله سوم فرصت دادن به اینکه مرحله بحران استرس بگذرد و در حقیقت در این مرحله یک حالت بی تفاوتی و بی اعتنائی نسبت به آن ضروری است مخصوصاً " خودداری از خیال بافی و خیال پردازی و بزرگ کردن مسئله می باشد .

در هر حال ناهکید بر این نکته لازم است که عامل زمان و گذشت آن و سعی در فراموشی عامل استرس امری بسیار مهم است، بطوریکه هر قدر انسان از محیط و جوی که در آن استرس بوجود آمده دور شود و هر قدر از زمانی که حادثه برای او ایجاد شده فاصله پیدا کند آرامش سریعتر حاصل خواهد شد . در این مورد باید توجه داشت که حتی اشیاء و افراد و ساختمان و محیط فیزیکی کار میتوانند روش کننده شعله استرس و آتش زیر خاکستر باشند .

در مرحله چهارم باید اشاره کرد که گاهی برای فرار از اثر عوامل استرس زا یا تشدید آنها

که شخص را از دریائی از استرس که در آن غوطه ور است به ساحل آرامش و نجات برساند مفید میباشد .

از نظر غذا و تغذیه باید گفت که بعضی تصور می کنند با امتناع از خوردن غذا مسائلشان بهتر و زودتر حل می شود، اما بعکس باید سفارش کرد که به برنامه غذا و منظم کردن ساعات غذا برای رفع ناراحتی های ناشی از استرس اهمیت زیاد داده شود. استفاده از غذاها و نوشابه های مانند شیر، آب میوه و شربت های کوناگون و استفاده از جای و دوغ و حتی نوشیدن آب ساده بسیار مفید و مؤثر واقع میشود .

در مواقعی که شخص دچار ناراحتی های گوارشی مانند یبوست و یا کم خونی و یا ضعف عمومی در اثر رژیم های سخت غذایی باشد درمان و رفع آنها نیز به رفع عوارض استرس کمک می کند. ضمناً "رعایت مسائل بهداشتی و نظافت، سسنبوی سر و صورت و اسحمام منظم و دوش گرفتن با آب نیم گرم باید مورد توجه باشد .

در مورد فعالیت های شغلی و روزانه فرد که بعضی تصور می کنند باید آنها را کنار گذاشت لازم است توجه داده شود که بهیچوجه ضرورت ندارد شخص از کارهای روزمره و شغلی خود دست بکشد بلکه بعکس اشتغال به فعالیت های روزانه و سرگرمی های شغلی بشرط آنکه خسته - کننده و فشار آورنده و یا استرس زا نباشند می توان گفت ضروری هم هستند بعلت آنکه ضمن کار ذهن و فکر شخص توجه کامل به انجام آن دارد و از فکر و نگرانی درونی خود گسسته می شود .

در پایان تأکید می شود که دستورات فوق را سرسری نگیرید و با اجرای سطحی آنها از اثرشان نگاهید زیرا باین ترتیب کار بستن آنها بی فایده است و ضمناً "هیچوقت از دیر شدن نتیجه هم ناامید نشوید بلکه با امید بیشتر به استفاده از دستورات ادامه دهید .

● دکتر محمد رضا خسروی

☆ بقیه از صفحه ۴۷

وغنی خواهد ساخت .

عرضه کرد . پیامبر بزرگوار (ص) فرمودند که من گفته بودم که هرکه اظهار بی نیازی کند خداوند او را غنی و بی نیاز خواهد ساخت . در پایان به این نتیجه می رسیم که در برقراری قناعت می توان از زندگی اتکالی بیرون آمده به خود کفائی دست یافت . ضمناً "معلوم شد که انسان قانع به تنبلی و سستی روی نیاروده بلکه با استخدام نیروی فکری و روحی غالبترین استفاده ها را از ذخائر وجود خود می برد . و از همه مهمتر اینکه انسان قانع شرافت و عزت خود را حفظ کرده، از ذلت و خواری بزرگسار خواهد ماند .

آن مرد تنگدست سه بار به مسجد آمد تا مشکل خود را بیان دارد ولی در هر سه بار رسول خدا مجال گفتار را از او گرفت . سرانجام بخانه برگشت و از همسایگان خود تیشه و تبری را به امانت گرفته به خارکنی پرداخت . و از همین راه مخارج زندگی خود را فراهم می آورد و بتدریج پس اندازی کرده، ابزار خارکنی خرید . پس از گذشت زمانی از مستمندی درآمده توان و قدرت اداره زندگی خود را بدست آورد . در فرصتی بمسجد آمده، جریان کار خود را بر رسول اکرم ص

هرگز موجودی همانند تو نیافریده‌ام و تو از همه برتر هستی .

امام صادق علیه السلام میفرمود: دَعَا مَثُ الْإِنْسَانِ الْعَقْلُ وَالْعَقْلُ مَثُ الْفِطْنَةِ وَالْفِطْنَةُ مَثُ الْفَهْمِ وَالْحِفْظُ وَالْعِلْمُ: یعنی ستون وجودی انسان عقل است و هوشمندی و فهم و حافظه و دانش همه از سرچشمه عقل جوشیدن می‌گیرد .

بیامیر بزرگوار اسلام میفرمود: قِوَامُ الْمَرْءِ عَقْلُهُ پایه و اساس وجودی انسان وابسته به عقل و خرد اوست . از این حدیث بخوبی آشکار می‌گردد که وصول بکمالات علمی و اخلاقی تنها در پرتو رشد عقلی امکان پذیر است و هر مقدار عقل دچار رکود گردد، بهمان نسبت رشد علمی و اخلاقی انسان متوقف خواهد ماند .

از رسول خدا (ص) در فرافز دیگری آمده است که فرمودند: إِنَّمَا يُدْرِكُ الْخَيْرُ كُلَّهُ بِالْعَقْلِ همانا همه نیکی‌ها و کمالات در پرتو عقل عاید انسان می‌گردد .

مطالعه آیات قرآن این واقعیت را آشکار می‌سازد که تنها انسان‌های عاقل هستند که نشانه‌های پروردگار متعال را که در آسمان‌ها و زمین پراکنده است دیدار می‌نمایند .

خداوند در سوره بقره آیه ۴۶ میفرماید: إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ آيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ

بدرستی که در آفرینش آسمان‌ها و زمین و گردش شب و روز ، نشانه‌هایی برای صاحبان خرد وجود دارد .

در اینجا این سؤال مطرح می‌شود که چه فرقی بین عقل و لب وجود دارد؟ در پاسخ باید گفت که لب همان عقل است منتهی عقل ابتدائی را عقل گویند و عقل پرورده شده و به فعلیت رسیده رالب خوانند. در کتاب المنجد

رسالت‌اساسی

رسالت‌اساسی

رسالت‌اساسی

پدران و مادران

بسیاری از بدبختی‌های انسان معلول جهل و نادانی اوست . در موارد زیادی که بدبختی‌ها عاید فرزندان می‌گردد نه چنان است که پدران و مادران خواهان بدبختی فرزندان خود باشند بلکه بسیاری از آنان نمی‌دانند که چگونه باید فرزندان خود را تربیت نمایند . پس بسیاری از دشواری‌ها و بدبختی‌ها معلول ندانسی‌ها و آگاه نبودن‌ها است .

بعقیده ما بزرگترین رسالت پدران و مادران پرورش خرد و عقل فرزندان خود می‌باشد، و متأسفانه بسیاری از خانواده‌ها در پرورده ساختن عقل و خرد فرزندان خود مفسر یا قاصر هستند .

درازشمندی عقل همین بس که خداوند متعال فرموده است: مَا خَلَقْتُ خَلْقًا " أَفْضَلَ مِنْكَ

آموزند و باز می دانیم که این دست گرفتن ها موقت بوده پس از گذشت زمانی خود کودکان به راه رفتن می پردازند، درحالی که در بسیاری از خانواده ها پسران و دختران دبیرستانی ما فاقد قدرت تصمیم گیری بوده نمی توانستند در برخورد با دشواری ها و مشکلات با قاطعیت تکلیف خود را روشن نمایند . اینگونه افراد همیشه در شک و تردید و بلا تکلیفی بسر می برند



و همه گناهها بگردن پدران و مادران آنها است که خرد و عقل آنها را پرورده نساختند .

فراموش نکنیم که معلم ریاضی باحل یکی دو

* بقیه در صفحه ۴۹

جنین آمده است : لُبُّ - الْعَقْلُ الْخَالِصُ مِنَ الشَّوَابِ، یعنی لُب به عقلی گفته می شود که از ناخالصی ها درآمده و از اسارت ها نجات یافته باشد .

مرحوم ملا محسن فیض اعلی الله مقامه در کتاب محجة البیض چنین نقل می کند که روزی مردی از رسول خدا پرسید اگر دونفر بطور مساوی عبادات را بجای آورده و اعمال نیکو انجام داده باشد آیا در بهشت برین هردو در یک مقام قرار خواهند گرفت ؟ رسول خدا فرمودند : خیر، زیرا در روز رستاخیز به عقل و خرد این دونفر نگاه می کنند سپس به اعتبار و میزان عقل آندو با آنها پاداش داده می شود . پس برای وصول به عالی ترین درجات انسانی باید عقل و خرد را پرورش داد . همانطور که رسول خدا فرمودند همه خیرات و کمالات عاید کسی می گردد که عقل خود را رشد داده باشد . از این حدیث استفاده می شود اعمالی که انسان ها انجام می دهند در موقع ارزیابی و سنجش ارتباط مستقیمی با عقل و خرد انجام دهنده آن اعمال دارد .

باتوجه به این مقدمات معلوم می شود که رسالت سنگین و اساسی خانواده ها در ارتباط با فرزندانشان رشد و پرورده ساختن عقل و خرد آنان است .

مناسفانه بسیاری از خانواده ها با غفلت از این رسالت سنگین سعی می کنند مرتباً " راهنمای فرزندانشان خود بوده ، در هر جریان نظرات خود را به آنها تلقین نمایند و حال آنکه آنها می توانستند پس از راهنمایی و ارشاد دربرخی از موارد لازم و ضروری تصمیم گیری را بخود کودکان واگذار نمایند . همه ما می دانیم که راه رفتن را پدران و مادران بکودکان خردسال خود می-

آموزش محبت



دربارهٔ علاقهٔ پدران و مادران و آموزگاران به کودکان بسیار صحبت شده است. حال ببینیم چگونه می شود به بچه ها یاد داد که متقابلاً والدین و آموزگاران خود را دوست بدارند. اکنون این سؤال پیش می آید که چه کسی و چگونه این درس محبت را به کودک خواهد آموخت. جواب این است که والدین و مربیان بانسنان دادن دوستی و محبت خودشان به کودکان عشق و علاقه را به آنان می شناسانند.

هیچ مربی نمی تواند بدون آشنائی با دنیای وسیع عشق و محبت آن راه دیگری بیاموزد. پس احساس علاقه و توجه باید در ما باشد تا بتوانیم آن را به کودک یا شاگرد منتقل کنیم.

بچه ها بزرگترها را عمیقاً دوست دارند و نسبت به آنان فوق العاده حساسند، بنابراین ما باید نسبت به اعمال و کردار و گفتار خود دقیق و محتاط باشیم چه کودک بلافاصله عمل یا رفتار مخصوصی را یاد می گیرد و از آن تقلید می کند و در جاهای مختلف بکار می برد.

تقلید جزء سرشت کودک است و اگر ما بدانیم کودک با چه مهارتی می تواند از ما بیروی کند بیش از این در رفتار و کردار و سخنان خود با کودک احتیاط می کنیم. در



آموزش کودک می‌توانیم حداکثر استفاده را از خصوصیات ذاتی وی که حساسیت و تقلید است ببریم و آن از طریق محبت و توجه به خواسته‌ها و تمایلات کودک است. وقتی ما به کودک محبت می‌کنیم و به خواسته‌های او توجه داریم او می‌فهمد که مادوستش می‌داریم ولی هرگاه برای جزئی‌ترین کار وی را تنبیه کنیم بعوض شناساندن محبت بدر کینه و نفرت رادرنهاد اوبوجود می‌آوریم. آنان که بچه‌ها را برای اصلاح یا تربیت تنبیه می‌کنند بسیار در اشتباهند چه کودکان با تنبیه و سرزنش همان عمل تنبیه و سرزنش را یاد می‌گیرند.

برای روشن شدن مطلب مثالهایی از رفتار و خواسته‌های کودکان می‌آوریم.

بخواید. از جمله کارهای دیگری دفت کرده باشید هنگام غذا خوردن همین که همه افراد خانواده برای غذا بر سر میز می‌روند بچه شروع به گریه می‌کند و اگر او را به سر میز بیاوریم آرام می‌شود چون در حقیقت او می‌خواهد یکی از اعضاء خانواده باشد و یا ما غذا بخورد و یا ما بخوایم. ظولی نخواهد کشید که بچه‌ها بزرگ می‌شوند و پدر و مادر را ترک می‌کنند و در آن زمان بنا اندوه خواهید گفت که چرا کسی به لطفاً" ورق بزنید

کودک دوست دارد همراه پدر یا مادر به رختخواب برود اما اغلب پدر و مادران این را کار بیپوده‌ای می‌دانند که موجب عادت در کودک می‌شود و باید هر چه زودتر کودک را وادار به ترک آن کنند. مدتی که طفل می‌خواهد در کنار پدر و مادر بخوابد خیلی کوتاه است و پدر و مادر نباید در این مورد تعصب داشته باشند چه مطمئناً هیچ طفلی بعد از اینکه بزرگ شد تمایلی ندارد پهلوی پدر و مادرش



✧ بقیه از صفحه قبل

ملاقات شما نمی آید و این زمانی است که در تنهائی مشتاق دیدار شخصی هستید و آرزو می کنید کسی باشد باشما غذا بخورد و باشما هم صحبت بشود، ولی دیگر دیر شده است و بازگشت به گذشته ممکن نیست.

کودک برای این که پهلوی شما باشد گریه می کند و هرسب می - خواهد همراه شما به رختخواب برود ولی شما می گوئید که نمی - توانید همراه وی باشید زیرا خیلی کارهای دیگر دارید که انجام دهید و بودن پهلوی کودک را کاری احمقانه می پندارید که باید این هوس را از سر وی بیاندازید و گرنه همه را برده خودش می کند.

توجه داشته باشید هرگاه به کودک توجه لازم نکنید و تلاشی برای درک و فهم آنان بخرج ندهید و به عشق و محبت آنان اعتنائی نکنید به احساسات آنان لطمه می زنید و در نتیجه حساسیت لازم آنان از بین می رود و نسبت به اشیاء و اشخاص بدبین و بی - تفاوت می شوند. اغلب دیده شده است که بچه ها صبحها زودتر از والدینشان بیدار می شوند و آنان را بیدار می کنند. والدین از این کار شکایت دارند در حالیکه بچه از روی علاقه آنان را بیدار می کند و قصد مزاحمت ندارد و

نسبت به توانائی اش کار خطیری انجام می دهد زیرا تلوتلو - خوران خویش را به والدینش می رساند و آنان را لمس می کند تا از وجودشان مطمئن شود. اغلب والدین از این موضوع ناراضی اند و می گویند ما را بیدار نکن و بچه آنان را می بوسد. آیا این امر نشان دهنده عشق و علاقه طفل به والدین نیست؟ باز هم والدین به جای این که جواب احساسات کودک را بدهند واز این علاقه ای که ابراز شده قدر دانی کنند لب به شکایت می گشایند. این درست نیست که بگوئیم رفتار بچه غلط است و باید تصحیح شود. دورانی

که بچه ها این چنین عشق می ورزند بسیار کوتاه است. کودکان پدر و مادر را نه فقط صبح بیدار می - کنند بلکه چشم آنان را به جهان و زندگی روشن می کنند. با ورود کودک به عرصه زندگی پدر و مادر - هائی که نه تنها شبها بلکه روزها هم در خواب غفلت و بی خبری بسر می برند باید از خواب غفلت برخیزند و بانازه وارد رفتار متفاوتی داشته باشند، تازه واردی که هر روز به آنان می گوید:

نگاه کنید! زندگی دیگری وجود دارد!

☆ ترجمه فهیمة دانشور

کودکان موثر خواهد بود اشاره می‌نماییم :

۱ - پیش از آنکه کودکان را راهنمایی نمائید بکشید تا آنها بتفکر نشسته راه حل‌هایی که بنظرشان می‌رسد بزرگترها ابراز دارند .
۲ - جز در موارد ضروری و لازم برهنمائی و ارشاد آنان نپردازید .

۳ - برنامه‌هایی در اختیار فرزندان خود قرار دهید که آنها را بفکر کردن وادار سازد .

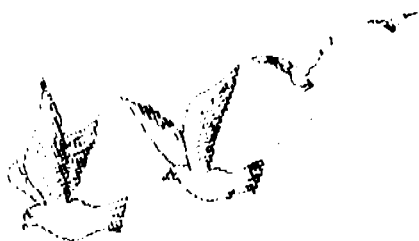
۴ - در برخی از مسائل زندگی و خانوادگی از کودکان خود نظر خواهی نمائید تا آنها بفکر و رای خود اعتماد پیدا کرده، باورشان گردد که می‌توانند از فکر و عقل خود استفاده نمایند .

۵ - وقتی کودکان شما نظریه خوبی را در برخی از موارد ارائه دادند بایسته وجود از آنها تشکر و امتنان نموده، همان نظریه را به مورد اجرا گذارید تا روحیه اعتماد به نفس در ایشان تقویت شود .

۶ - حل برخی از مشکلات را بعهده خود آنان واگذار نمائید تا ضرورت زندگی آنها را بفکر کردن وادار سازد .

۷ - در مواردی برای فرزندان خود سئوالاتی طرح نمائید تا آنها با الهام از فکر و اندیشه به پاسخگویی بپردازند .

● م - ر



مسائله سعی می‌کند توانایی حل مسائل ریاضی را بشاگردان انتقال دهد و اگر قرار باشد معلم ریاضی همه مسائل را برای شاگردان حل کند هرگز شاگردان او به تفکر ریاضی دست نمی‌یابند .

زیرا معلم با اینکار دیگر مجال فکر کردن برای شاگردان باقی نمی‌گذارد . پس پدران و مادران باید در حد معمول و متعارف برهنمائی و ارشاد فرزندان خود بپردازند ولی بتدریج بکشند این راهنمائی و ارشاد توسط فکر کردن خود کودکان انجام گیرد تا فکر و عقلشان رشد یابد . ممکن است برخی از پدران و مادران بگویند ما نمی‌توانیم شاهد زمین خسوردن فرزندان خود باشیم لذا اگر آنان در سنین جوانی نیز باشند از راهنمائی و ارشاد آنان مضایقه نخواهیم کرد . باید به این گروه از پدران و مادران تذکر داد که این گونه بحث‌ها و دلسوزی‌ها عاقلانه نمی‌باشد و این‌همانند لوس و نر بار آوردن کودکان خردسال است که بعدها بضرر و زیان خودشان تمام خواهد شد . پدران و مادران باید توجه داشته باشند که همیشه در خدمت فرزندان خود قرار ندارند و کودکان آنان در فرصتی باید به روی پای خود ایستاده، به زندگی کردن بپردازند . پس عقل و منطق ایجاب می‌کند که در حد ضروری و لازم از راهنمائی و ارشاد فرزندان خود مضایقه ننمائیم . در غیر آن بکشیم فکر و عقل کودکان را بیدار ساخته، آنها را تشویق کنیم تا با استمداد از فکر و خرد خود مشکل خود را حل کنند و بطور غیر - مستقیم خرد و عقل خود را پرورده سازند .

درخاتم به روشهای عملی که اگر در محیط خانواده بکار گرفته شود در پرورش و رشد فکری

نقش بازی

تعلیم و تربیت



رشد می یابند .

علاوه بر همه اینها ، بازی برای کودک وسیله ایست جهت کسب تجارب اجتماعی .

یکی از نویسندگان بزرگ و نام آور جهان می گوید : " برای کودکان بازی راهیست بسوی شناخت جهان ، جهانی که در آن بسر می برند و رسالت تغییر و دگرگون ساختن آنرا برعهده دارند . "

شخصیت کودک ضمن بازی شکل می گیرد دگرگونیهای قابل توجهی در روحیات وی روی می دهد و همه اینها گذار به مرحله عالیتر پیشرفت را برای کودک تدارک می بیند ، و از

دوران خردسالی بیش از دبستان دوران کوتاهیست ، اما در شکل دادن به شخصیت کودک نقش بسزائی دارد . کودک در این سالها نخستین دانستیها را در مورد محیط زندگی کسب می کند . رابطه اش با دیگران و مناسباتش با کار شکل می گیرد ، دارای رفتار و سلوک می گردد و خوی و سیرتش یدیدار می شود .

بازی بهترین شکل فعالیت کودک در سنین پیش از دبستان است . در جریان بازی نیروهای روحی و جسمانی کودک یعنی دقت ، حافظه ، تصور ، نظم و ترتیب ، جلالکی و مهارت و . . .

اینجا امکانات تربیتی بازی آشکار می‌گردد.

در میان اقسام بازی، بازیهای که آفریده خود کودکانست و ما آنها را بازیهای ابتکاری یا موضوعدار و نقشدار می‌نامیم اهمیت ویژه‌ای دارند. در این بازیها خردسالان آنچه را که در محیط کوچک زندگی خود از فعالیت بزرگسالان می‌بینند تقلید می‌کنند. بازیهای ابتکاری به شخصیت کودک شکل می‌بخشد و از این‌رو وسیله پرارزشی در تربیت او محسوب می‌شود. این بازیها بازتابی از زندگی اند. در آن همه چیز "دروغکی" و خیالی بنظر می‌رسد، ولی در همین محیط مشروط که تخیل کودک بوجود آورنده آن است واقعیات فراوان بچشم می‌خورد. رفتار و حرکات بازیکنان همیشه حقیقی است، احساسات و تاءثراتشان حقیقی و صادقانه است. کودک می‌داند که عروسک و خرسک بازیچه هستند، با وجود این مانند موجودی حائز ارادت و دوستشان دارد و می‌داند که خودش "راست راستی" هوانورد یا دریانورد نیست، ولی خود را خلبانی شجاع و دریانوردی جسور احساس می‌کند که از هیچ خطری نمی‌هراسد و حتی نسبت به پیروزیش فخر و مباهات می‌کند. هنگامیکه او در بازی نقش بزرگسالان را ایفا می‌کند، این تنها یک تقلید ساده نیست، ابتکار و خلاقیت نیز در آن دیده می‌شود. کودک از تجربیات شخصی خود نیز بهره می‌گیرد.

ابتکار و خلاقیت کودکان در آفرینش موضوع بازی و در تجسس وسایل جهت عملی ساختن آن ظاهر می‌گردد. کودک باید فکر کند که به کجا سفر می‌کند و با چه وسیله‌ای؛ هواپیما یا کشتی، و این هواپیما یا کشتی را با کدام بازیچه محسم سازد. کودکان در بازیهای

ابتکاری، در واقع امر، هم بازی نویس وهم صحنه پرداز، هم کارگردان وهم هنر پیشه هستند. اما قادر نیستند ایده خود را بیروانند و همانند هنرپیشگان واقعی مدتی را برای آماده ساختن خویش صرف کنند، تنها بازیگر خویشند و آرزوهای و احساسات خود را برای خود بیان می‌دارند.

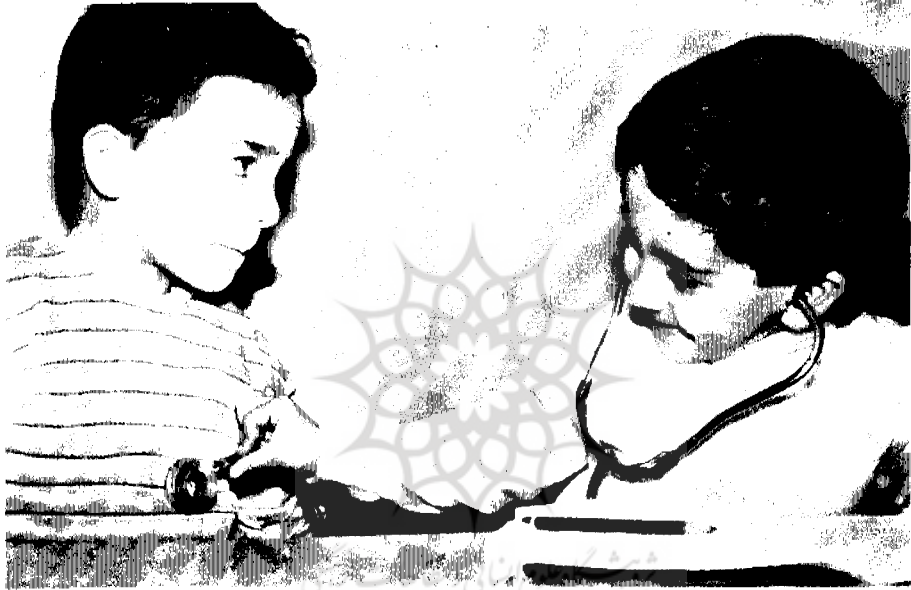
بازی راه را برای مراد و دوستی میان کودکان همسال می‌گشاید. وجود هدف واحد در بازی، گوشش جمعی برای دستیابی به این هدف و همبازیها را متحد می‌سازد. کودکان نوع بازی را خودشان انتخاب می‌کنند و خودشان آنرا سازمان می‌دهند. ضمناً "در هیچ امر دیگری چنین قوانین جدی و التزام آوری برای کودکان وجود ندارد. از این‌رو بازی به کودکان می‌آموزد که چگونه افکار خود را برای دستیابی به هدف مشترک متمرکز سازند و در آن سمت عمل کنند.

کودک ضمن بازی رفته رفته خود را عضوی از یک جمع احساس می‌کند و به ارزیابی منصفانه رفتار و کردار خویش و همبازیهایش می‌نشیند. در اینجا وظیفه مربی جلب دقت و توجه بازیکنان به اهدافی است که سبب اتحاد فکر و عمل و احساس مسئولیت مشترک و ایجاد روابط دوستانه میان آنان می‌گردد.

بازیهای ابتکاری دسته جمعی مکتب پرورش احساسات و عواطف کودکانست. خصایل اخلاقی که ضمن بازی شکل می‌گیرد بر رفتار کودک در زندگی روزانه‌اش تاءثیر می‌گذارد و در عین حال صفات و خصایلی که کودک در آمیزش روزانه‌اش با همسالان و بزرگسالان کسب می‌کند در بازی تکامل می‌یابد. در اینجا نقش مربی دارای اهمیت است. یک مربی ماهر می‌تواند

تصور همراه است : باید نقشی برای خودش انتخاب کند، مثلاً " پزشک ، سپس باید در ذهن خود رفتار و حرکات و گفتار او را تصور نماید . تصور کودک همچنین در تجسس ابزار و وسایلی برای اجرای نقش بکار می افتد و رشد می کند .

بازیهای جالب کودک را به وجد و سرور می آورد و نیازش را به کوشش و فعالیت بر آورده



بازیهای را سازمان دهد که پدید آورنده احساسات نیک و کردار پسندیده در کودکان باشد .

بازی عامل مهمی در پرورش عقلی کودک بشمار می رود . کودک آنچه را که در خانه یا کودکستان می آموزد ضمن بازی تکرار می کند و هنگام تکرار درباره آنها می اندیشد و معنای بسیاری از این پدیدهها برایش قابل فهم تر

می سازد . باید متذکر شد که کودک حتی در شرایط بسیار خوب و تغذیه درست ، بدون بازیهای دلچسب و جالب افسرده و پژمرده خواهد بود .

ضمن بازی همه جوانب شخصیت کودک در اتحاد و همکاری با همبازیها شکل می گیرد . بهترین راه برای پرورش روح دوستی و همکاری میان کودکان و رشد استعداد سازماندهی آنان کشاندن کودکان به بازیهای است که منعکس کننده کار بزرگسالان ، رفتار انسان دوستانه و همکاری میان انسانها باشد . ضمناً می توان

می گردد . با کمک بازیهای ابتکاری می توان مسائل مهم تربیتی را حل کرد . نقشی که کودک در بازی ابتکاری برای خود انتخاب می کند (معلم ، مربی ، خلبان ، دریانورد) انعکاسی است از خواستهها و آرزوهای کودک . کودک هنوز ساده اندیش است و چه بسا که عقیده اش هم تغییر کند ، ولی مهم آن است که او بشرکت در کار اجتماعی ابراز علاقه می کند و بتدریج تصورات کلی درباره اهمیت کار و نقش حرفه های گوناگون در وی بوجود می آید .

فعالیت فکری کودک ضمن بازی ، همواره با

ورفاقت ، هماهنگی برای رسیدن به هدف مشترک ، استعداد حل مناقشات بطور منصفانه ، بازی با ایجاد گروه‌های هنری کودکان مانند نقاشی ، طراحی ، مجسمه سازی و غیره پیوند نزدیک و وجوه مشترک دارد . می توان موضوع معینی را هم در بازی و هم نقاشی مشاهده کرد .



ضمن بازیهای ابتکاری و موضوع دار ، کودکان غالبا " آواز می خوانند ، می رقصند و اشعاریکه آموخته‌اند زمزمه می کنند .

بدین ترتیب بازیهای ابتکاری چون وسیله‌ای برای اهمیت در رشد همه‌جانبه کودکان با دیگر انواع فعالیتهای آنان مربوط است و این خود ارزش والای بازیهای ابتکاری را در روند تربیتی کودک نشان می دهد . هر بقیه در صفحه ۹۰۰

خلاقیت و فعالیت فردی کودک را در بازیهای جمعی که بطرز صحیحی تشکیل یافته باشد تکامل بخشید . آموزگار مشهور ما کارنکو معتقد است که بازی خوب شبیه کارخوبست . در هر دو ، کوشش فکری و فعالیت جسمانی و شور و شوق آفرینندگی و احساس مسئولیت وجود دارد . او می گوید : " . . . کار شرکت انسان در تولیدات اجتماعی و در ایجاد ارزشهای فرهنگی و مادی و عبارات دیگر شرکت انسان در ایجاد ارزشهای اجتماعی است . بازی از چنین اصولی پیروی نمی کند رابطه مستقیم با اهداف اجتماعی ندارد ، اما غیر مستقیم با آن مربوط است . به این معنی که انسان را با همان فعالیت جسمی و روانی که لازمه کار است عادت می دهد . "

اکثر بازیها بازنمایی است از کساکار بزرگسالان : کودکان کارهای خانگی مادر ، مادر بزرگ ، رفتار مربیان کودکان ، پزشکان ، آموزگاران ، رانندگان ، خلبانان ، کیهان نوردان و دیگران را منعکس می سازند . از این رو در بازیها روحیه احترام به کارهای مفید برای جامعه پرورش می یابد و تمایل به شرکت در آن ظاهر می گردد .

بازی و کار ، اکثرا " بطور طبیعی ، باهم پیوند می خورد . غالبا " مشاهده می شود که کودکان برای آغاز بازی بادوق و شوق به کارهای گوناگون می پردازند ، کودکان در نقش دریا-نوردان " کستی " و " حلیقه نجات " می سازند در نقش " پزشکان " و " پرسناران " ، " درمانگاه " را مهیج می کنند

در بازی خصایل اخلاقی سازندگان فردای جامعه شکل می گیرد : حس مسئولیت در مقابل جمع بخاطر انجام وظیفه محوله ، حس دوستی

تعلیم و تربیت در پیش ارائش

هرسئوالی که در پی مطالعه برای والدین پیش می‌آید و مراجعه به روانکاو و روانشناس در پی هوشمندی که برای آنها مطرح می‌شود، به پدر و مادر می‌باوراند که آنها قادر به پرورش فرزندشان نیستند.

ازسویی فرار از زیربار مسئولیتها، یکی از ویژگیهای زمان ماست که کاملاً "ازمسائل تربیتی فراتر می‌رود. می‌خواهند با پرداختن به سلامتی، تفریح و بازنشستگی هرکس، اورا از ناراحتیهایش برهانند و برایش اطمینان خاطر ایجاد کنند. به افراد پیشنهاد می‌شود که تمام کارهایشان را به سایرین واگذارند، و درگوشان زمزمه می‌شود: "دیگر فکر نکنید، من به جای شما فکر می‌کنم."

این راه حل خطرناک است، زیرا اگر کس دیگری به جای شما در فکر مشکلاتتان باشد، شما دیگر فکر نمی‌کنید و قدرت تحلیل و تصمیم‌گیری خود را از دست می‌دهید. درحالی که اندیشیدن و تصمیم گرفتن برای پروردن یک طفل لازم است. علاوه براین باید بچهارا درست بشناسیم، ولی چه کسی بهتر از شما و او را می‌شناسد؟ چه کسی بهتر می‌داند او به چه چیزی نیازمند است و چگونه باید آن را به او قبولاند؟ چه کسی بهتر از خودتان شرایط زندگی شما، شخصیت شما، شخصیت فرزندتان و وضع سلامتی هر دو را که مستوجب پاره‌ای رفتارها و موجد برخی موقعیتهاست، می‌شناسد؟ تعلیم و تربیت همیشه کار ظریفی بوده است و مستلزم عطف و ابتکار عمل و مهارت می‌باشد، اگر دقیق باشید این خصوصیات در مواقع احتیاج به تدریج در شما ایجاد خواهد شد.

مراجعه به متخصصین گاهی لازم است، ولی





کودکی بطور ناقص خواستار استقلال است و می-خواهد کارهایش را به تنهایی انجام دهد اغلب والدین با اومخالفت می کنند: "تو خیلی کوچکی". ولی نه، بگذارید کاری را که می خواهد انجام دهد، اعتماد شما محرک خوبی است.

اگر به خودتان اعتماد داشته باشید، اگر به فرزندتان اعتماد داشته باشید، خواهید دید که کار شما بسیار ساده خواهد شد.

این شما هستید که انگیزه های زیادی برای پرورش او دارید، و مشکلاتی را که پیش می آید با حوصله حل کنید. رته دیاتکین می گویند:

بجز در موارد جدی نباید به آن متوسل شوید. در عمل هم در زندگی یک طفل چنین موقعیتی مکرراً "پیش نمی آید".

بنابراین به خودتان اعتماد داشته باشید و راه حل مسائلی را که برایتان مطرح می شود پیدا کنید. با توجه به سن کودک مسائل متفاوتی پیش خواهد آمد. مهم این است که شما فرزندتان را خوب بشناسید، تا به هنگام لزوم بتوانید درست در برابر او عمل کنید.

از سوی دیگر شما نسبت به نسل پیشینی مزایای قابل ملاحظه ای دارید: از ۵ سال پیش محققین زیادی تمام جنبه های زندگی بچه را از هنگام تولد مورد مطالعه قرار داده اند و با بررسی طرز رفتار، هوش، واکنشهای عاطفی نیازهای او در تمام زمینه ها، رشد حسواس و بازیهایش توانسته اند تصویر او را در هر سنی رسم کنند.

اغلب رودر رویهای والدین و فرزندان نتیجه ناآشنایی با نیازها و استعداد های کودک و همچنین نتیجه برقرار کردن انضباط نامتناسب با سن بچه است. برای مثال، تحمیل آرامش به کودک چهار ساله ای که این همه رو بای دودن و نیاز به آن دارد، صحیح نیست.

بنابراین به استعداد خود به عنوان یک مربی و به فرزندتان اعتماد داشته باشید.

بچه با عقیده مخالفت با شما به دنیا نیامده است. وقتی که در ۹ ماهگی همه چیز را به زمین پرتاب می کند، وقتی در ۱۸ ماهگی حالت تهاجمی می یابد، وقتی در ۴ سالگی لگد می زند و بی نهایت عصبانی می شود، هدف او فقط شمانبستید، بلکه او در حال کسب شعور است. او را به بدجنسی متهم نکنید.

امکانات او را دست کم نگیرید. هنگامی که



وفاداری، شجاعت و شخصیت به هیچ وجه گنجانده نمی‌شود.

پاره‌ای از والدین واقعا "گمان می‌کنند خوب تربیت کردن طفل یعنی آموزش آداب معاشرت."

دختر کوچولویی که آرام روی صندلی اش می‌نشیند و وقتی بزرگتری از در وارد می‌شود جلوی پایش بلند شده، سلام می‌کند، سروصداراه نمی‌اندازد، و هرگز نمی‌گوید که شیرینی می‌خواهد، سبب تحسین مادرهای دیگر می‌شود حتی اگر در زیر سکوت او دورویی و دروغ‌گویی نهفته باشد. درحالی که پسر کوچولوی شادی که قبل از اینکه به او تعارف کنند تقاضای بستنی می‌کند، یا حرف بزرگترها را قطع می‌کند و سرمیز غذا آواز می‌خواند، حتی اگر صادق، باهوش و صمیمی باشد، "باتربیت" خوانده نمی‌شود.

البته آموزش آداب معاشرت نیز جزئی از

"کیفیت استمرار را که لازمه تربیت کودک است نمی‌توان بجز از والدین او انتظار داشت. برای پروردن یک کودک اول قانع شوید که او باید به بشريت خدمت‌کند. یک پدر یا یک مادر می‌تواند این اعتقاد را داشته باشد ولی شخص سوم چگونه؟"

تربیت چیست؟

آیا هرگز توجه کرده‌اید که اصطلاح "تربیت" اغلب در مورد اطفالی به کار می‌رود که موءدب هستند و طرز رفتار شان در سر میز غذا و در اجتماع صحیح است؟ و این درحقیقت تعاریفی است نسبت به والدین این کودکان؟

درمقابل، "کودک، بی تربیت" کسی است که سلام نمی‌کند، فحش می‌دهد و آرنج‌هاش را روی میز غذا می‌گذارد. همین. درکلمه "تربیت" آن طوری که رایج است مفاهیم اراده

کودکستان برود، مقابله بارشد اوست. مرتب به او نگویید: "تو هنوز خیلی کوچکی". اگر خوب دقت کنید، به نظر می رسد که در برابر تمایل کودک به بزرگ شدن، والدین علاقه ناخودآگاهی به کوچک ماندن او دارند. در این حالت رو، یا های کودک به نظر غیر عاقلانه می رسد. اگر پاهای در حال رشد را همیشه در یک اندازه کفش نگه دارید، پاها بازم رشد می کنند، اما با سختی و فشار. اگر آزادی لازم و متناسب با سن کودک از او دریغ شود، او بازم رشد می یابد، ولی در زندگی ناراحت و افسرده به نظر می رسد.

کمان نکنید بارها کردن دست فرزندتان او را از دست می دهید، برعکس او برای این کار از شما سپاسگزار خواهد بود. دریارک برای شما دسته گلی می چیند، و اگر تنها به تعطیلات

تربیت کودک است. ادب لازم بلکه ضروری است، و کودکی که آداب دان نباشد بعدها از این موضوع رنج خواهد برد. اما تربیت واقعا" معنای دیگری دارد. تربیت هنر راهبری کودک در تمام دوره" رشد اوست، اما رشد چه معنایی دارد؟ رشد یعنی جدا شدن او از گهواره اش تقلیل وابستگی اش به شما و تبدیل شدن او به یک فرد بزرگسال مستقل و خود مختار چون خودتان.

ولی انسان در سالروز ۱۸ سالگی اش "بزرگ" نمی شود، او باید مراحل مختلف نوزادی طفولیت، کودکی، و نوجوانی را پشت سر بگذارد تا به عنوان "بزرگسال" دست یابد. فراگیری سالها طول می کشد و به قیمت جداییهای تدریجی به دست می آید. از شیر گرفتن نوزاد و به مدرسه فرستادن کودک، دو مرحله ای است که جدا شدن از شما را به او می آموزد، به این ترتیب اومی فهمد که به عنوان یک بشر سرنوشتش این است که شما را ترک کند. تمایل شما به گرفتن دست طفل نوپا، او را می آزارد. هنوز درست سخن گفتن را نیاموخته است که می گوید: "من نی نی نه!" و مثل یک ترجیع بند تکرار می کند: "وقتی که من بزرگ شدم..." او برای تقلید از بابا، ماما و خواهر بزرگترش می خواهد تمام کارهایش را خودش انجام دهد. اگر مایل است لیوانش را به تنهایی به دست بگیرد، از سر بهانه جویی نیست. تمایل او به رها کردن دست شما در خیابان و یا تنها به مدرسه رفتن، کاملا طبیعی است، از ظرفی همین تمایل به بزرگ شدن است که هر روز باعث پیشرفت اومی شود. گرداندن کودک در کالسکه اش، هنگامی که می تواند راه برود، و نگاه داشتن او در خانه وقتی که سه ساله شده است و دلش می خواهد بد



برود، حتما" برایتان نامه خواهد نوشت.

از ماجرا تا رابطه: وقتی بچه‌ای از یک رویداد

حرف می‌زند ، یا سؤال می‌کند ، باید به آن کاملاً " توجه کرد . مه‌ری شش ساله ، از ایمن بابت گلّه مند بود که چرا اخیراً " برادرش هدایای بیشتری از او دریافت می‌کند ، مادر شکوه و گلایه او را بی مورد نمی‌دانست اما برای او توجیه هم نمی‌کرد که برادرش چون بزرگتر است ، به همین دلیل چیزهای بیشتری هم می‌گیرد . او حتی به مه‌ری قول هم نداد که مورد گلّه را از میان ببرد . مادر می‌دانست که بچه‌ها بیشتر از آنکه به قد و اندازه و دفعات هدیه توجه داشته باشند ، نگران روابط خود با والدینشان هستند . مادر گفت :

— پس توهم ، هدیه: بیشتری می‌خواهی؟

بی آنکه حرف دیگری بزند دخترش را در آغوش گرفت . لبخند رضایت بخشی بر لبان دختر نقش بست . این پایان مکالمه‌ای بود که می‌توانست منجر به یک جروبحث طولانی شود .
از رویداد تا احساسات: وقتی بچه‌ای از یک ماجرا حرف می‌زند ، نشان دادن واکنش در پاره‌ای موارد مفید است ، البته نه نسبت به خود ماجرا ، بلکه نسبت به احساساتی که در رابطه با آن ماجرا بوجود می‌آید .

زهره ، هفت ساله ، دلخور به خانه آمد برای مادرش تعریف کرد که چطور دوستش لیلا را به داخل یک جوی آب انداختند . مادر به جای پرس و جو از جزئیات ماجرا بلافاصله ، به احساسات دخترش پاسخ داد :

— باید خیلی ناراحت کرده باشی؟

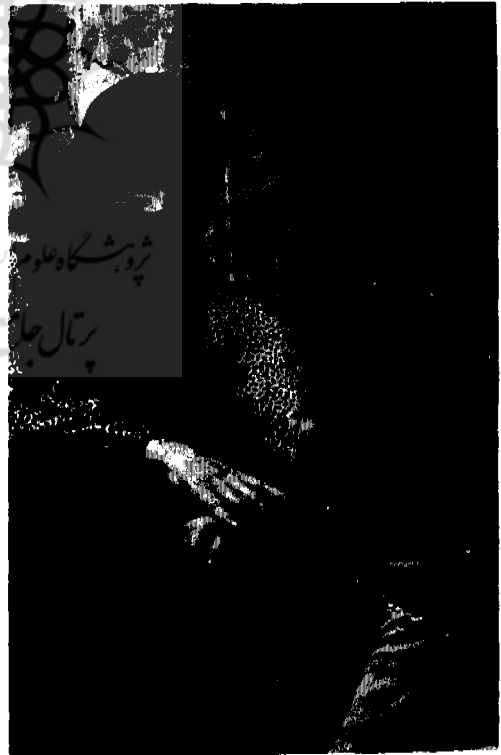
— از دست بچه‌هایی که این کار را کردند عصبانی شدی؟

— هنوز از دست آنها ناراحتی؟

زهره باتکان دادن سر به تمام این حرفها پاسخ مثبت داد ، اما وقتی مادر گفت :

— از این می‌ترسی که نکند بچه‌ها این کار را

گفت و گو با کودکان



— بله، متوجه شده‌ام که در حل مسائل اشکال داری!

حرفهایی از قبیل "اگر بیشتر می‌خواندی حالا وضعت این نبود..." "چندان کمکی به طرفین نمی‌کند. چنین پاسخهایی فقط کودک



را می‌آزارد و اعتماد به نفسش را کاهش می‌دهد.

وقتی بچه می‌گوید:

— من در حساب ضعیفم...

ما می‌توانیم جدی با گفته‌اش او برخورد کنیم.

مثلاً "بگوییم:

— حساب آنقدرها هم درس ساده‌ای

نیست...

— حل بعضی از مسائل خیلی مشکل است.

— معلم باید صورت مسئله را آنقدر توضیح

بدهد تا موضوع برای شما روشن شود...

— تسلط معلم به مسائل باعث می‌شود که تو

فکر کنی در حساب ضعیف هستی...

— شرط می‌بندم توتا آخر جلسه نمی‌

نشینی!...

— ساعت امتحان خیلی سخت می‌گذرد...

— باید خیلی مواظب باشی که نمره کم

نگیری:

باتوهم بکنند؟

زهرای باادای این کلمات شروع به خندیدن کرد و این پایان خوش مکالمه‌ای بود که امکان داشت بایند و اندرزهای قرار دادی در باره دفاع از خود به مجلس وعظ و موعظه تبدیل شود.

وقتی یک بچه با انبوهی شکوه و گلاب‌هاز یک دوست، معلم و یا زندگی به خانه می‌آید، به جای پرس وجو درباره جزئیات مطلب بهترین کار پاسخ دادن به احساسات اوست.

علی ده‌ساله عصبانی و شکوه‌کنان به خانه آمد:

— چه زندگی مزخرفی! معلم به من گفت "دروغو!" چرا؟ چون گفتم "یادم رفته تکلیفم را ببرم!" بعدش هم سرم داد کشید و گفت که برای شما نامه می‌نویسد.

مادر: چه روز سختی را پشت سر گذاشته‌ای!

— حرفی را که زدی می‌توانی باز هم بزنی؟

— خیلی بد است که توی کلاس به آدم بگویند

دروغو!

— آره، ماما!...

— شرط می‌بندم توی دلت باوید هم گفتی؟

— آوه، آره. اما شما از کجا فهمیدید؟

— ساده است، همه ما همین کار را می‌

کنیم!

— چه خوب شد، عالم جا آمد.

از غم به‌خاص: وقتی بچه چیزی درباره

خودش می‌گوید، غالباً "پاسخ دادن، عمل

بجایی است، البته مفهوم پاسخ دادن موافقت

با مخالفت با اون نیست، بلکه همین قدر که به

بچه‌القاء شود، شما او را درک می‌کنید کافی

است.

وقتی بچه‌ای می‌گوید:

— من در حساب ضعیفم...

کمترین کمک ما به او این است که بگوییم:

می خوانم ، اما چیزی یاد نمی گیرم ؟

— تو باهوشی ، من می دانم .

— من هم می دانم که کودن هستم !

پدر (با فریاد) : تو کودن نیستی !

وقتی بچه‌ای عنوان می کند که کودن ، زشت و با بداست ، ما نمی توانیم با حرف زدن و تحکم بلافاصله عقیده‌اش را عوض کنیم . وقتی چنین اندیشه‌ای برکودک مستولی شد ، مقابله ، محو کردن و تغییر آن کار ساده‌ای نیست .

بعنوان مثال در مورد بالا بچه در پاسخ فریاد پدرش می گوید :

— می دانم که منظور بدی نداری اما من هم آنقدر کودن نیستم که قبول کنم آدم زرنگی هستم .

وقتی یک بچه تصویری منفی از خودش ارائه



می دهد ، تکذیب و اعتراض ما اثر چندان مفیدی نخواهد داشت . این کار فقط باعث می شود که او در عقیده خود راسخ و ثابت قدم تر شود . بهترین کمکی که می توان کرد این است که با او نشان بدهیم نه فقط احساسات عمومی که مفهوم آنرا نیز درک می کنیم .

پسر : من کودنم !

پدر (با تعجب) : جدا " اینطور فکر می کنی ؟

— ... به فکر ماهم باش ! ...

— ... فکر کن برای ما چقدر سخت است که

از تو ناامید بشویم

— ما می دانیم که مسأله ها خیلی ساده نیستند

— ما اطمینان داریم که سعی خودت رامی کنی

یک پسر بچه دوازده ساله می گفت وقتی با کارنامه مردودی به خانه آمد مثل مرده‌ها بود . اما پدر با شیوه‌ای منطقی پذیرای او شد . عکس العمل پسر بچه این بود :

— پدر به من زندگی دوباره داد .

تقریباً " تمام پدر و مادرها از بچه‌های خود می شنوند که می گویند : " من بی استعدادم . " والدین که می دانند بچه‌شان به اندازه کافی استعداد دارد ، سعی در متقاعد کردن او و اثبات خلاف نظرش را دارند . آنها می کوشند به بچه ثابت کنند ، نه تنها بی استعداد نیست بلکه بسیار زرنگ هم هست .

پسر : من کودنم :

پدر : تو کودن نیستی !

— هستم !

— نیستی . یادت هست آنوقت که به اردو

رفته بودید چقدر باهوش بودی ؟ مسئول و آموزشی اردوگاه فکر می کرد تو یکی از بهترین و باهوش ترین بچه‌ها هستی ؟ ...

— از کجای دانی که او آنطور فکر می کرد ؟

— خودش به من گفت !

— راستی ! پس چرا مرتب به من می گفت

خنک ؟

— شوخی می کرد !

— من می دانم که کودن هستم . به این نمره

نگاه کن !

— توفیق باید کمی بیشتر درس بخوانی .

— به اندازه کافی و حتی بیشتر از دیگران



بنظر خودت ، باهوش نیستی؟

— نه!

— واین مساله عذابت می دهد؟

— بله!

— تو مدرسه هم همیشه نگرانی؟

— نگران رد شدن نمره کم

آوردن وقتی معلم صدايت می کند

دست پاچه می شوی ... حتی موقعی که جواب

درست را هم بلدی باز نمی توانی به سؤال

جواب بدهی می ترسی جواب مسخره ای

بدهی ومورد انتقاد معلم قرار بگیری ... و

بچه ها به تو بخندند . بهمین خاطر ، بیشتر

وقتها ترجیح می دهی حرفی نزنی . حندس

می زنی آن موقع رابه یاد می آوری که چیسزی

گفتی و آنها به تو خندیدند و به نظر خودت آدم

کودنی آمدی . راستی ، آن روز عصبانی وآزرده

شدی ، نیست؟

(شاید بچه از آن تجربه اش برایتان حرف

بزند .)

پدر: ببین پسر جان! به نظر من تو آدم

خوبی هستی . اما خودت طور دیگری فکری —

کنی .

این طرز حرف زدن شاید عقیده بچه را ، در

باره خودش عوض نکند اما حداقل این است که

درمورد عقایدش نسبت به خودش دچار شک و

تردید می شود . شاید پیش خودش فکر کند

"اگر پدری که مرادک می کند می گوید من آدم

خوبی هستم ، شاید درست بگوید!"

صمیمیتی که چنین مکالمه ای بوجود می آورد

شاید بچه رابه عوض کردن عقیده اش وادار کند .

وقتی یک بچه می گوید: " من آدم بدشاسی

هستم . " هیچ توجیه ودلیلی نمی تواند عقیده

اورا عوض کند . او در برابر گوشزد کردن هر

خوش شاسی دويدشاسی را جلو می کشد . تنها

کاری که می توانیم بکنیم این است که صمیمانه

به او نشان بدهیم احساساتش را درک می کنیم :

پسر: من آدم بدشاسی هستم!

مادر: جدا " اینطور فکر می کنی؟

— بله

— پس موقع بازی پیش خودت فکر می کنی

که " من برنده نمی شوم من شانس ندارم . "

— بله ، واقعا " اینطور فکر می کنم .

— توی مدرسه هم وقتی درسهایت را خوب

بلدی پیش خودت فکر می کنی " امروز که بلدم

معلم من راصدا نمی زند . "

— بله .

— اما اگر تکلیفهایت را انجام نداده باشی

* لطفا "ورق بزنی

● بقیه از صفحه قبل

باخودت می‌گویی " امروز مرا صدا می‌زند ."
— بله .

— فکر می‌کنم می‌توانی کلی مثال بیاوری !
— حتما " مثلا " (بچه‌چند مثال می‌زند .)

— من به چیزهایی که در مورد شانس می‌گویی
علاقه مندم . هروقت چیزی اتفاق افتاد ، خوب
یابد ، بیا به من بگو تا باهم در آن باره حرف
بزنیم .

این مکالمه شاید عقیده بچه را در باره
بدشانسی عوض نکند ، اما در صورتی که بما و الفاء
شود مادری دارد که درکش می‌کند ، شاید ، این
را به حساب خوش شانس بگذارد .

آوای دمدمی مزاجی

بچه‌ها در موافقی که دلسوزی می‌کنیم ، از ما
منتظر می‌شوند . آنها درباره والدین ، معلم‌ها
و تمام کسانی که زیر سلطه‌شان هستند دو نوع
احساس دارند . پدر و مادرها بسختی می‌توانند
قبول کنند که دمدمی مزاج بودن جزء واقعیات
زندگی است . آنها از دمدمی مزاجی خوششان
نمی‌آید و نمی‌توانند تحمل کنند که
بچه‌هایشان اینگونه باشند . بنظر آنها داشتن
دو نوع احساس درباره مردم مخصوصا " اعضای
خانواده کار خطایی است .

ما باید یاد بگیریم که بپذیریم احساسات
دمدمی در ما و بچه‌هایمان وجود دارد . برای
اجتناب از تضادهای غیر ضرور ، بچه‌ها باید
بدانند که داشتن چنین احساسی طبیعی و
معمولی است . ما با به رخ کشیدن احساس
دمدمی مزاج بودن بچه‌ها بیشتر آنها را نگران
می‌کنیم .

— بنظر می‌آید دوجور احساس نسبت به

معلمت داری : هم دوستش داری و هم نداری .
— بنظر می‌آید دوجور احساس نسبت به
برادریزرت داری : هم او را تحسین می‌کنی هم
از او متنفری .

— تو درباره یک موضوع دونظر داری : هم
دلت می‌خواهد با بچه‌ها به اردو بروی ، هم
دلت می‌خواهد توی خانه بمانی !

اگر با بچه درست صحبت کنیم آنوقت قبول
می‌کند که داشتن احساسات درهم مسأله
خاصی نیست . همانطور که یک بچه گفت :

— اگر احساسات درهم من درک شود ، آنوقت
آنقدرها هم درهم نیستند .

به عبارت دیگر ، حرف زدن بصورتی که در زیر
عنوان می‌شود ، چندان پسندیده نیست ؟
پسر جان ، تو قاطی هستی ! یک دقیقه



خود آزاد نیستیم، اما حق این انتخاب را داریم که چطور وجه وقت آنها را بروز دهیم، مشروط بر این که آنها را بشناسیم و نکته در همین جاست. خیلی از مردم شناخت صحیحی از احساسات ندارند. وقتی متنفر می شوند، به آنها گفته می شود که این فقط "بیزاری" است. وقتی می ترسند، به آنها گفته می شود که موردی برای ترس وجود ندارد. وقتی احساس دردمی کنند به آنها می گویند که شجاع باشند و لبخند بزنند. یک ترانه عامیانه رابه یاد می آورم که می گوید: "وقتی خوشحال نیستی وانمود کن که شادی..."

بجای این تظاهر چه پیشنهادی می کنید؟ حقیقت. آموزش احساسات می تواند به بچه ها کمک کند تا بدانند چه احساسی دارند. برای یک بچه دانستن اینکه چه احساسی دارد مهمتر از این است که چرا آنرا احساس می کند.

قراردادن شخصیت در برابر آینه

چطور می شود به یک بچه کمک کرد تا احساساتش را بشناسد؟ ما می توانیم در مقابل احساسات اوننش یک آینه را برعهده بگیریم. یک بچه یاد می گیرد که با قرار گرفتن در برابر آینه سیمای خود را در آن ببیند و با واکنش های ما در برابر احساساتش یاد می گیرد که تصویر احساساتش را در ما ببیند.

آینه تصویر راهمانطور که هست بی کم و زیاد نشان می دهد، ما آینه ای نمی خواهیم که به ما بگوید "چه بیفاده و حشتناکی داری. از چشم هایت خون می بارد و صورتت پف کرده است. در مجموع سرووضع آشفته داری. بهتراست فکری به حال خودت بکنی."

اگر چنین آئینه جادویی و سخنگویی وجود

بقیه در صفحه ۹۵

دوستت را دوست داری، همان وقت هم از او منزجری. تصمیم خودت را بگیر، یکی را انتخاب کن.

واقعیت فریبنده طبع بشری می گوید، آنجا که عشق یافت می شود، تنفر نیز وجود دارد. جایی که تحسین وجود دارد، رشک نیز یافت می شود، جایی که از خود گذشتگی را بتوان دید، عداوت هم خود نمایی می کند، آنجا که موفقیت هست، بیم از آینده نیز وجود دارد. تو باید بیش از حد منطقی باشی تا قبول کنی تمام احساسات مشروع و برحق هستند، مثبت منفی و همچنین دمدمی مزاج بودن.

از ته دل قبول کردن یک چنین مفاهیمی کار ساده ای نیست. تربیت دوران طفولیت و تحصیلات و آموزش بزرگسالی، تصویر متضادی به ما ارائه می دهند. به ما یاد داده اند که احساسات منفی "بد" هستند و نباید احساس بنوند و یا اینکه ما باید بخاطر وجود آنها شرمند باشیم.

روشهای علمی جدید می گویند که فقط اعمال واقعی می توانند مورد تضاد "بد" یا "خوب" قرار بگیرند و اعمال تصوری از این قاعده برکنارند. فقط رفتارها می توانند محکوم شوند یا مورد ستایش قرار گیرند. احساسات نمی توانند و نباید در این چارچوب قرار داده شوند.

احساسات پاره ای از میراث ژنتیکی ما است. ما می شناسیم که هستند، پرنده کان پرواز می کنند و انسانها احساس می نمایند. بعضی اوقات خوشحالیم، و برخی مواقع نه، اما مطمئناً "اوداتی در زندگی پیش می آید که احساس خشم، ترس، غم، خوشی، آز، گناه، خوشحالی و دلخوری داریم. ما اگر چه در انتخاب احساسات درونی

نسبت به آنچه در قیامت نصیب انسان می شود اندک و ناچیز است. (نساء ۴) قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَى

اصالت آخرت

(ارزش) کالای دنیا اندک است، و آخرت برای کسی که تقوا دارد، بهتر است، در این مورد می فرماید: (انفال ۸) تُرِبُّدُونَ عَرَصَ الدُّنْيَا وَاللَّهُ يُرِيدُ الْآخِرَةَ^{۶۷} شما متاع دنیارا می خواهید، و خداوند (برای شما) آخرت را می خواهد.

خواسته های انسان بسیار است و هیچ کدام از خواسته های او پایان پذیر نیستند و دنیا ظرفیت آنها ندارد که همه نیازهای انسان را مرتفع کند و به یک تعبیر شاید بتوان گفت که انسان برای این دنیا خلق نشده است. مشکل بزرگان دنیا این بوده است که مردم بسادگی قیامت را باور نمی کرده اند. میان دنیا و آخرت تضاد نیست، امامیان فزون خواهی انسان در دنیا و بهره مند بیهی او در آخرت تضاد هست. انسان برای اینکه در قیامت سعادت مند باشد، بایستی در دنیا از بعضی لذتها و تمتعات صرف نظر کند. در نمودار زیر توجه و علاقه انسان نسبت به دنیا و نتردید و دیرباوری او نسبت به آخرت و خصوصیات هر کدام از دنیا و آخرت ارائه شده است.

نظامهای تربیتی متداول دنیا عموماً "ناظر به رفاه و خوش زیستی انسان در دنیا هستند. هدف دانشگاههای بزرگ دنیا تامین امکانات برای رفع نیازهای مادی مردمان کشورشان است. تحقیقات و خدمات پزشکی، مهندسی، نظامی و هنری عموماً "بعدمادی دارند و مربوط به زندگی انسان در دنیا می شوند، پیشرفت در این علوم از نظر اسلام معقول^{۶۸} عنه نبوده و واجب کفائی است. در اسلام زندگی در دنیا هدف اصلی نیست، بلکه می فرماید:

(اعلی ۸۷) بَلْ تُوْتِرُونَ الْحَيٰوةَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأُنْفٰی^{۶۹}

بلکه اختیار می کنید زندگی دنیا را، در حالیکه آخرت بهتر و پاینده تر است. در اسلام زندگی دنیا در مقام مقایسه با آخرت بازبچه ای بیش نیست. در سوره البقره ضمن آیات اول سوره فرموده است این کتاب که هادی اهل تقوی است، آنگاه یکی از مشخصه های متقین را یقین به قیامت برمی شمارد.

آنچه از نعمتها و زیباییها در دنیا هستند

شهرت — احترام — ریاست — سلطه

جاذبه — دردسترس — لذت — رفاه — نملک — دنیا — طالب — طبعاً

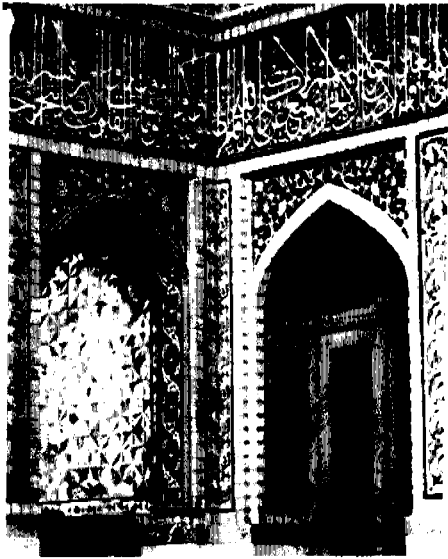
دارای قدرت تمیز — اختیار — فرصت — انسان

به لحاظ طبیعت خاکی

مستلزم

اطاعت — عبادت — دوزان تجربه

رعایت حدود و قیود — چشم پوشی از لذات — وعده — که — به آخرت — مردداست



در نظام تربیتی اسلام تاکید زیاد روی برهیز از دنیا دوستی، تعدی، دروغ، خود-خواهی و نظائر اینها است. انسان تکلیف به انجام عبادات، و رعایت دستورات و تکالیف دفاع از دین، اعانت به نیکی، و نظائر اینها است. پذیرش این دستورات چندان به مزاج انسان خوش نمی آید.

امیدهایی که به انسان داده شده است که در قیامت بهره‌مندهای فراوانی خواهد بود و زندگی جدید و پایان ناپذیری هست. اعتقاد به قیامت که از تجربه دوراست و بخاطر آن بایستی از پاره‌ای لذات چشم پوشی کرد کار سختی است، و تفاوت عمده نظامات تربیتی موجود در دنیا بانظام تربیتی اسلام در همین است.

گیرد، در اینصورت است که به فهم صحیح می رسد.

(آل عمران ۳) قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الْآيَاتِ
 ۱۱۸
 إِنَّ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ

بتحقیق آشکار کردیم برای شما آیات را اگر عقل خود را بکار گیرید.

گرایشانی در انسانها بوده و هست که بعد عقلانی نداشته، خداوند اینگونه مشغولیتها را مذمت فرموده (انبیاء ۲۱) أَفَلَا لَكُمْ
 وَلِيًّا تُعْبَدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ.

لعنت باد بر شما و بر آنچه غیر از خداوند می پرستید. آیا عقل خود را بکار نمی گیرید؟

بانوجه به اینکه اعتلای حقیقی مقام انسانی در گرو حس بکارگیری عقل است، نتیجه می-گیریم که دستگاههای تربیتی یعنی مدارس و دانشکده ها بایستی موجباتی فراهم کنند که دانش آموزان و دانشجویان بطور شایسته‌ای عقل خودشان را بکار گیرند.

_____ لطفاً "ورق بزیند"

مهمترین عامل محرکه‌ای که بر فعالیتهای انسان اثر می گذارد اعتقادات اوست. اعتقاد و ایمان نایدانجا موثر است که عقل و تدبیر و عواطف انسان را فرامی گیرد و برجستگی ترین اعمال حیاتی نظیر خوردن، آشامیدن و نگاه کردن و گوش دادن و راه رفتن اثر می نهد، در نظام تربیتی اسلام نقطه آغازین تربیت ایجاد و یا اصلاح اعتقاد است.

عقل و فکر

عقل و فکر بالاترین اعتبار را در وجود انسان دارا است. بکارگیری عقل می تواند حق را از باطل و خطا را از صواب تشخیص بدهد. از جمله شرایط تکلیف عقل سالم داشتن است، می توان گفت به انسان چون عقل اعطاء شده است مکلف گردیده. از انسان خواسته شده است که عقل خود را نیکو بکار



است .

(زمر ۳۹) قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ
يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

بگو آیا برابرند کسانی که می دانند ، بسا
کسانی که نمی دانند .

طبق تصریح قرآن کریم دسته‌ای از مردم
مکلف اند که برای اخذ علم مسافرت کنند .
(توبه ۹) فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ
طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ
إِذَا رَجَعُوا

پس چرا نرفتند از هر گروهی از ایشان جمعی
تا دانش آموزند در دین و پس از بازگشت
قومشان را انداز کنند . مساله تربیت براساس
معمول و متداول شامل هدف ، برنامه ، روش
ارزشیابی و کاربرد است ، این عناصر در مدارس
و در دانشکده ها مطرح می شوند و برای آماده
کردن کودکان و نوجوانان جهت ورود به زندگی
بزرگسالی و ایفای نقش عضویت اجتماعی
سازمان و تشکیلاتی دارند .

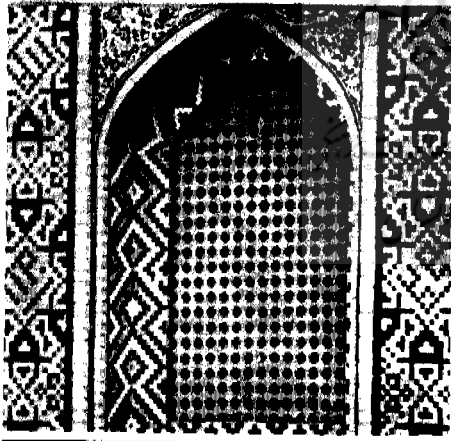
تحصیل علم

دینداری صحیح مستلزم تحصیل علم است
شخص برای اینکه اعتقاد صحیحی بدست آورد
و از قوه عقل بطریق سود بخشی بهره گیرد
بایستی علم و معرفت را از منابع موثق آن اخذ
کند . پیشوایان ما مردم را به سه طبقه تقسیم
کرده‌اند ، الف : عالم ربانی ب : دانش‌آموز بر راه
نجات . دسته سوم مردمی که مثل پشه‌ها
پراکنده‌اند .

با اینکه تعقل راه دست یابی به حقائق
است ، مع الوصف عقل راهنما می‌خواهد و عقل
دو تا است یکی عقل طبیعی که همان سس‌وای
مجانین دارا هستند ، دوم عقل اکتسابی
اولی مثل چشم است و دومی مانند نور ، در نور
است که چشم کار می کند . علم را از اهلش
باید آموخت و اهل کسی است که خود از آایشها
مصون باشد . از علما در کلام مجید توصیف شده

تعالی اسماء را به آدم آموخت و در اولین سوره نازله بر پیامبر آمده است که بنام پروردگارت بخوان و حق تعالی فرموده است اما نام به امر ماهدایت می کنند. از جمله خصوصیات الهی تربیت اسلامی، کامل بودن، مناسبت با فطرت آدمی جاودانگی، منتهی شدن به سعادت ابدی است.

ب - جنبه هدایتی : در این مورد نوشته اند خداوند اولین هادی بشر است هدایت شامل هدایت تکوینی و تشریحی است. ممول هدایت تکوینی همه چیز را فرا می گیرد. هدایت تشریحی به توسط انبیاء انجام شده است، عامل درونی هدایت انسان عقل اوست، پذیرش یا عدم قبول دین از طریق تشریحی به عهده خود انسانست و اگر اهی در قبولان دین نیست. هدایت در ابعاد عقلانی، اجتماعی، عاطفی و بدنی انجام می پذیرد.



۱ - تفسیر المیزان جلد ۳۴ صفحه ۴۹

۲ - آقای دکتر علی شریعتمداری

هرگاه تعلیم و تربیت را منحصر به فعالیت مدارس و سازمان و برنامه و معلم و شاگرد و تدارکات مربوط به آنها بدانیم، اینگونه فعالیتها از دیر باز و از صدر اسلام در مساجد و مدارس معمول بوده است. مجالس درس حضرت امام صادق در قرن دوم هجری شاهد آنست.

اگر به تربیت بعد گسترده ای بدهیم و مشتمل بر تربیت فنی، تربیت شهروند، تربیت سیاسی، تربیت اربابان حرف و مشاغل تربیت کادر اداری و نظامی و تربیت زمامدار بدانیم در اینصورت چیزی از شؤون انسان باقی نمی ماند، که خارج از حوزه تربیت باشد. نظام تربیتی اسلام رامی توان جامع همه این ابعاد دانست، زیرا در احکام و فقه و تعلیم اسلامی هیچ امری از خرد و کلان نیست که مطرح نشده باشد. قرآن کریم تبیینی جامع از تمام امور تربیتی به هر وسعتی که در نظر گیریم داراست. افضل همه تربیت شدگان مکتب قرآنی ذات اقدس رسول خداست که جامع تمام فضائل و کمالات و مایه فخر بشر است. قرآن کریم هیچ امری از امور دنیا و آخرت انسان را فروگذار ننموده است، اختصاصاً " هر چیزی را که وسیله سعادت مندی انسان است بیان داشته.

نحل (۱۶) وَزَلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ بُرْهَانًا لِكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَى لِلْمُسْلِمِينَ و فرموده فرستادیم بر تو این کتاب را که بیانی کامل برای همه چیز، و هدایت و رحمت و بشارت برای مسلمانان است.

در کتاب تعلیم و تربیت اسلامی (۲) نالیف آقای دکتر شریعتمداری ویژگیهای نظام بشرح زیر بر شمرده شده است الف - جنبه الهی : در شرح آن آورده اند پیامبر فرمود پروردگارم مرا ادب کرد و نیکو گردانید تربیت مرا و خداوند