

مبهم متعددی از شخصیت و روان نوجوان مواجه دیده‌اند و آن را دورانی آشفته و تحمل آن را از دید مربیان مشکل معرفی کرده‌اند.

تغییرات جسمی، و به همراه آن دگرگونی‌های روانی در نوجوان سریع و همراه با احساساتی است<sup>۲</sup> که اغلب بُعد شخصی و سلیقه‌ای دارند، و طبیعی است که مربی را در برابر نوجوانان متعدد، مخصوصاً با فرهنگهای متفاوت به نوعی تردید و ناآگاهی در تصمیم‌گیری بکشانند و او در برخورد با نوجوان خود را با مسائل و مشکلاتی مواجه ببیند که همه‌گاه قادر به حل و رفع آنها نیست.

دامنه آن تحولات وسیع و جنبه‌های قابل مشاهده و دریافت آن عبارت است از: دگرگونی در خلق و خوی، رفتار نامتعادل، گریز از تکالیف رسمی، امتناع از پذیرش مسؤلیت، زمانی فرار از مدرسه، سرکشی و عصیان، مخالفت با بزرگتران و حتی ترک وظایف تحصیلی، مذهبی و خانوادگی، سرعت در تصمیم‌گیری‌ها، یا سرعت در راندن و...<sup>۳</sup>

### دوران بیداریها

دوران نوجوانی مصادف است با بروز بیداریهای متعددی که هر کدام آنها می‌تواند منشأ و زمینه‌ای برای رشد و سعادت، و در صورت عدم هدایت آنها موجب بدبختی‌ها و سقوطهایی باشد. مهمترین آنها عبارت است از:

#### ۱- بیداری فطرت:

شاید در هیچ مرحله‌ای از عمر (جز سه سال اول زندگی) فطرت به این اندازه بیدار و هشیار

# نوجوانی،

## دوره

# بیداریها

### دکتر علی قائمی

از مهمترین فصول حیات انسان، دوران نوجوانی (۱۸ - ۱۲ سالگی) اوست؛ مرحله‌ای که آغاز آن، پایان دوران کودکی و نهایت و خاتمت آن آغاز جوانی و وصول به مرحله کامل مردی یا کامل زنی است.

این مرحله را از مبهم‌ترین مراحل حیات در جنبه شناخت ابعاد جسمی، روانی و عاطفی، و دشوارترین مراحل از نظر سازگاری انسان ذکر کرده‌اند.<sup>۱</sup> ضمن اینکه این دوره از رشد و زندگی متضمن بحرانی هیجانی، تحولی اخلاقی و دگرگونی و تغییراتی عظیم در شخصیت است.

روان‌شناسان رشد، حتی آنان که در زمینه بلوغ و نوجوانی کار کرده‌اند خود را با نقاط

بر سروروی فطرت او ریخته و بیدارش ساخته است که باید از این بیداری استفاده کرد.

## ۲- بیداری مذهب:

بر طبق دعای صاحب‌نظران و هم بر اساس آزمایشهای به عمل آمده ایمان به مذهب از ۱۲ سالگی آغاز می‌شود و البته در اشخاص سالم و طبیعی، ایمان به حقایق یعنی احتیاج به پرستش، با افزایش سنین عمر تشدید می‌شود.<sup>۴</sup> دانشمندی چون "گزل" که متخصص مسائل نوجوانان است اوج و شکوفایی آن را در سنین ۱۶-۱۴ می‌داند. و عالمی چون "موریس دبس"، شروع جهش مذهبی (حس مذهبی) را آغاز بلوغ می‌شناسد.<sup>۵</sup> دیگران حتی دانشمندان ماتریالیست هم چنین اعتقادی را در مورد نوجوانان دارند و از حس ماوراء طبیعی در آنان حرف می‌زنند.<sup>۶</sup> این بیداری در نوجوان عاملی برای رشد

نباشد. در آغاز زندگی، فطرت همانند منبعی زلال چنان در روان و سراسر وجود کودک بیدار است که گویی همچون پیامبری معصوم است و با جهان وحی مستقیماً در ارتباط. جز سخن راست از او نخواهی شنید و جز امانت و عدالت از او سر نمی‌زند. فطرت پاک خدایی او را در خود شناور و سیراب می‌کند.

در مراحل بعد، به علت تربیت غلط، محیط معاشرتی نامناسب، شیوه‌های رفتاری ناصواب الگوها، توقعات نامتناسب با ظرفیت روانی طفل و ... فطرت در زیر توده‌هایی از غبارهای گوناگون مخفی شده، خورشید آن از پرتوافکنی باز می‌ماند. وضع چنان است که گویی فطرت او به خوابی سنگین فرورفته است.

در دوران نوجوانی، شرایط و امکاناتی پدید می‌آید که گرد و خاک روی فطرت به کناری می‌رود و آن خورشید از نو پرتوافکن می‌شود. نوجوان چنان می‌شود که گویی سطلی آب سرد



عمیق‌تر و روی آوردن به علم و فرهنگ است و هم وسیله‌ای برای سوق دادن او به سوی خالق اشیا و آفریدگار علی‌الاطلاق و در نتیجه احساس نیاز به پرستش و نیایش او.

#### ۴ - بیداری وجدان :

وجدان عبارت از نوعی خودآگاهی درونی و یا نیروی درک مهمات رذائل و فضائل است. در برابر اعمال پسندیده آدمی خرسندی و رضا و در برابر اعمال ناروای انسان نوعی خودداری و خود سرزنشی دارد. و بدینسان برای آن نقشی چون قاضی محکمه قائلند.

در سنین نوجوانی وجدان بیدار می‌شود و در درون نوجوان محکمه‌ای تشکیل می‌گردد. به بیان دیگر برای خویشتن قاضی و داور است. اگر گناه و خطایی مرتکب شود خود را سرزنش می‌کند و حتی ممکن است برای خود کیفری و عقوبتی، مثل ترک لذت، تحمل رنجها و... قائل شود. و می‌بینیم که این بیداری خود از عنایات

معنوی و اخلاقی و موجبی برای پیشگیریهاست. به گفته عالمی وضع چنان است که گویی خداوند حکیم به صورت پیشگیری از بروز طوفان و طغیان غرایز، وسیله مهارکردن آن را در انسان آماده کرده است.<sup>۷</sup>

#### ۳ - بیداری جهان بینی :

در این مرحله از عمر دید و بینشی خاص نسبت به جهان در نوجوان پدید می‌آید. ممکن است او به مدرسه نرفته باشد و حتی علم و تجربه‌ای از کتاب به دست نیاورده باشد، ولی وضع او چنان است که گویی با دیدی دیگر پدیده‌ها را می‌بیند، و یا پدیده‌های دور و بر با او از رمز و راز پدیدآیی و فرجام خود سخن می‌گویند.

جهان بینی او عوض می‌شود و زندگی برای او زیبایی و عظمتی مخصوص پیدا می‌کند. دید او به اشیا با آنچه که در دیروز بود کاملاً متفاوت است. این بیداری هم سببی برای جهان‌شناسی



لطیف الهی و عاملی برای خود کنترلی است.

#### ۵ - بیداری رغبت به تعالی :

شاید در هیچ مرحله‌ای از رشد، آدمی بدین میزان که در دوران نوجوانی است خواستار پیشرفت و تعالی نباشد. او می‌خواهد شرایط و امکاناتی پدید آید که حتی کار نکرده و زحمت نکشیده به مرحله‌آقایی رسد و در این راه تا سرحد بی‌نهایت به پیش رود. هیچ عظمت و علوی نیست که او ببیند و خواستار آن نشود.

ایده‌آل جویی و کمال‌طلبی در او به صورتی است که تدریجاً مطلق‌گرا می‌شود و هر چیز را در حد کمال خود خواستار می‌گردد. و یکی از علل عمده مخالفت نوجوانان با والدین و مربیان، تحطه کردن عمل و رفتار ایشان و یادآوری این نکته که آنان عادل نیستند، همین مسأله است. آنها در این سنین رفتار بزرگتران را زیر ذره‌بین قرار می‌دهند و اگر آن را موافق معیارهای خود نیابند از آنان روی بر می‌گردانند.

#### ۶ - بیداری استدلال :

نوجوانی سن مباحث بی‌پایان فلسفی، دینی، سیاسی و ادبی است. نوجوان با الفاظ بازی می‌کند و اغلب استدلال منطقی و قیاس‌صوری را مورد سوء استفاده قرار می‌دهد و امری را به عنوان حقیقت اثبات می‌کند و نتیجه می‌گیرد.<sup>۸</sup>

او سعی دارد مسائل خود را از روی دلیل و برهان حل کند و این برخلاف روش گذشته است که اصرار داشت از راه زور و لجاجتی به پیش رود. البته ترقی قدرت استدلال و برهان بستگی به اکتشاف افکار عمومی دارد که در

سالهای نوجوانی بروز می‌کند. آنگاه در نتیجه اکتشاف روابط منطقی بین این افکار، از قبیل امکان رسیدن از اصول ساده به براهین ریاضی و رجوع از علم حساب به محاسبات جبری، قدرت تجریدی فکری حاصل می‌شود.<sup>۹</sup> او آمرانه استدلال و اثبات می‌کند، آرای او همه نو هستند و به آن آراء چنان بستگی دارد که کاشفی به اولین کشف خود.<sup>۱۰</sup> ولی این نکته را ناگفته نگذاریم که آرای نوجوان در عین جدید بودن نپخته و خامند، از استحکام خوبی برخوردار نیستند و با این حال، این بیداری آغازی برای سازندگی و رشد است.

#### ۷ - بیداری غدد

در این مرحله از رشد، غده‌ها بیدار می‌شوند و مواد ساخته شده و یا هورمون خود را به درون خون می‌ریزند و در نتیجه موجب تحولاتی عظیم و دگرگونی‌هایی شدید در حالات و رفتار می‌شوند.

از غدد مهمی که در نوجوان بیدار می‌شوند غدد جنسی است که موجب صفات ثانویه در بدن و دگرگونی‌های مربوط به تغییرات جسمی است و در نوجوان نوعی خودآگاهی و هشیاری پدید می‌آورد که اگر درست هدایت و رهبری شود راه او به سوی کمال جنسی هموار می‌شود.

او نوجوان است و در آینده‌ای نزدیک پدر یا مادر خواهد شد. بیداری غدد جنسی و آثار ناشی از آن به صورت احتلام یا قاعدگی یک اعلام است. در واقع به او آگاهی می‌دهند که تو بزرگ شده‌ای و می‌توانی همسر، پدر یا مادر شوی. این اعلام و اخبار هم عامل رشد است و هم می‌تواند موجبی برای فساد و انحراف باشد



و طبیعی است که نقش مربی در آن فوق العاده مهم باشد.

### دوران پایه گذاریها

- پایه گذاری سلامت و رشد بدن و کمال یا نقص جسمی مخصوصاً در ستون فقرات، ساق پا، کف پا و...

- پایه گذاری سلامت روانی و مراقبت در این امر که رفتارها، متعادل و مناسب باشند.

- پایه گذاری رشد و جهت داری عاطفه که متوجه چه کسانی و یا چه جنبه هایی باشند.

- پایه گذاری اخلاق، به عنوان مجموعه ضوابط حاکم بر روابط که در او تثبیت و عینی شود.

- پایه گذاری خوی اجتماعی و روابط معاشرتی از نظر ادب، حیا و باز و بسته بودن روابط.

- پایه گذاری استدلال و منطق و اعمال ضابطه فکری و جهان بینی در طرز تلقی ها از امور.

- پایه گذاری دینی و عقیدتی، اعتدال مذهبی و عادات و رفتارهای مذهبی و توان

دوران نوجوانی و اصولاً دوران دهه دوم حیات را دوران پایه گذاریها می دانند و مرحله ای است که در آن نوجوان به مرحله باروری می رسد. فراگرفته ها و یافته های این مرحله نقشی مهم و سرنوشت ساز در آدمی دارند. اگر اهمیت شش سال اول زندگی را که آن همه مورد تأکید روان شناسان تربیتی است نادیده انگاریم، باید اعتراف کنیم که مرحله ای مهمتر از نوجوانی برای پایه گذاری و آماده سازی وجود ندارد. جنبه ها و امور بسیاری در این دوره شکل می گیرد و پایه گذاریهای متعددی در این مرحله صورت می گیرد که اهم آنها عبارت است از:

دفاعی از آن.

- و همچنین است پایه‌گذارهای دیگر در بیداری فطرت و وجدان و...

در آنچه که به مذهب مربوط می‌شود، یک بخش آن مربوط به جنبه‌های تکمیلی دیانت و آماده شدن برای انجام دادن همه دستورها و تعالیم دین است، مخصوصاً از آن بابت که نوجوان در اواسط یا اواخر این دوره وارد عرصه تکلیف می‌شود<sup>۱۱</sup> و حاصل آن ورود به حیات تکلیفی به صورت یک مرد یا یک زن کامل است.

آنچه که نوجوان در دوران کودکی به صورت تقلید، بازی و یا تمرین مذهبی انجام می‌داد اینک باید سروسامان یافته، صورت رسمی و الزامی به خود بگیرد و یا مسأله تشکّل اخلاق و از جمله اخلاق مذهبی در این مرحله باید صورت کمال به خود گیرد و او متعهدانه وارد حیات اجتماعی شود. البته زمینه آن در همه نوجوانان و در همه مناطق جهان وجود دارد که به آن اشاره خواهیم کرد.

### مشکل مریبان در ارتباط با نوجوان

گفتیم که دوران نوجوانی از نظر علمی دارای نقاط ابهام بسیار است و بسیاری از جوانب آن هنوز نیکو شناخته نشده است، به ویژه که اینان نه کودکان و نه بزرگ. نوجوانان در مرحله انتقال قرار دارند و شرایط حیاتشان با دوره‌های قبل و بعد کاملاً متفاوت است.

مشکل ما مریبان در ارتباط با آنان مشکل تضادهاست. مرحله‌ای است که در آن تضادها و برخوردهای بی‌شماری وجود دارد، چنان است که گویی در آنان انقلاب و طوفانی به وجود

آمده باشد.<sup>۱۲</sup> کشمکش پرتحرکی بین غریزه‌های زیستی و نیازهای اخلاقی به وجود می‌آید.<sup>۱۳</sup> عواطف تهییج شده، احساسات آتشین است، خلق و خوی تغییر یافته و روح نوجوان منقلب است. این شور و هیجان با شکفتگی فکری مساعد و موافق نیست. به گفته "مورس دبس" سیری قهقرایی<sup>۱۴</sup> دوران بحران تکلیف از این بابت وجود دارد.<sup>۱۵</sup>

در این مرحله از زندگی به تدریج تمایلات سوزان در ضمیر پدید می‌آید و حرکات و رفتار را تغییر می‌دهد که بیشتر بدبختی‌ها و هم خوشبختی‌های زندگی مربوط به همین شورها و جنبه‌های عاطفی است، بسته به اینکه چگونه جهت یافته و تربیت شده باشند و این خود یک مشکل برای مربی است.

همچنین در این دوره واکنش‌هایی در نوجوان وجود دارد که حاصل آن رفتارهای ضداجتماعی، توأم با بزهکاریها، مقاومت منفی، احساس اضطراب، مشکل درسی و مدرسه‌ای، افسردگی، و روان‌پریشی‌هایی از قبیل بی‌قراری، تیرگی شعور، ژست خودکشی<sup>۱۵</sup> و... است.

### دو وضعیت عمده

از دید صاحب‌نظران در این مرحله از عمر دو وضعیت عمده برای نوجوان پدید می‌آید که هر کدام می‌تواند زمینه خطر روانی یا رفتاری برای نوجوان باشد، در عین اینکه عامل مناسبی برای رشد و پیشرفت و صیانت وجود از خطر نیز به حساب می‌آیند. آن دو وضعیت عبارتند از:

بقیه در صفحه ۱۲۰

# آشنایی با قوانین و مقررات

بِإِذْنِ اللَّهِ جِهَانِغَرْد

## خانواده

مقدمه:

اهمیت خانواده و پایگاه بلند آن از روزگار نخستین به حدی بوده است که هیچ یک از مکاتب سیاسی، اجتماعی، فلسفی و دینی خود را از پرداختن به آن بی‌نیاز ندانسته است. خانواده و حقوق مربوط به آن همیشه بخش قابل توجهی از اشتغالات فکری بشر را به خود اختصاص داده است.

تاریخ بشر حکایت دارد که خانواده در تمام ادوار و حتی در دوره بربریت مورد توجه بوده و از قداست خاصی برخوردار بوده است. در تمام انقلابات اجتماعی - اعم از اینکه به دست قدرتمندان، متفکران و یا پیامبران انجام گرفته باشد - خانواده جایگاه رفیع خود را حفظ کرده و به عنوان اولین هسته و نهاد اجتماعی شناخته شده است.

در دین مقدس اسلام حقوق خانواده بخش

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا  
إِيَّاهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً

از نشانه‌های خداوند این است که همسران شما را از جنس خودتان آفرید تا موجب آرامش شما باشند و (در جوانی) بین شما دوستی و (در پیری) مهربانی به وجود آورد.

قرآن کریم، سوره ۳۰، آیه ۲۰

است انتخاب شده تا با مختصر شرح و توضیحی تقدیم شود. شیوه کار چنین است که ابتدا متن قانونی عرضه می‌گردد، سپس توضیحات لازم درباره آن داده می‌شود و در حاشیه نیز مقرراتی که به نحوی از انحاء به موضوع مربوط می‌شود برگزیده و ارائه می‌گردد.

در این مقاله شما را با تعریف نکاح، خواستگاری و نامزدی آشنا می‌کنیم.

### نکاح:

نکاح در لغت به معنی تقابل<sup>۱</sup> و در اصطلاح به معنی زن گرفتن و یا شوهر کردن است. به تعبیری دیگر نکاح رابطه‌ای است بین زن و شوهر که برای تشکیل خانواده ایجاد می‌شود. بنابراین نکاح رابطه‌ای است حقوقی - عاطفی که به وسیله عقد بین زن و مرد برای تشکیل خانواده به وجود می‌آید. نکاح تقریباً دارای سه مرحله است که عبارتند از: خواستگاری، عقد و ازدواج.

### خواستگاری:

وقتی که مردی میل داشته باشد با دختر یا زنی ازدواج کند قبل از هر چیز این تمایل خود را به او اطلاع می‌دهد. این اطلاع و آگاهی ممکن است به طور مستقیم، غیر مستقیم، صریح و یا به صورت ضمنی و اشاره باشد. در قانون مدنی چنین آمده است:

ماده ۱۰۳۴ قانون مدنی - "هرزنی را که خالی از موانع نکاح باشد می‌توان خواستگاری کرد."

از این ماده قانونی دو مطلب استنباط می‌شود: نخست آنکه خواستگاری از طرف مرد انجام می‌شود. ثانیاً خواستگاری از زنان و

مهمی از احکام و اخلاق اسلامی را به خود اختصاص داده است. اهمیت تاریخی و فداست خانواده در اسلام به حدی است که تمام نهضت‌های لجام گسیخته الحادی، تجدّد خواهی و ... نتوانسته خدشه‌ای به حریم خانواده وارد کند و احکام و موازین اسلامی مربوط به خانواده از گزند حوادث دوران شیفتگی و خودباختگی فرهنگی در مقابل مکاتب الحادی غرب و شرق مصون و محفوظ مانده است. از طرف دیگر امروز شاهد قبول و پذیرش احکام مترقی اسلام در کشورهای غربی هستیم که به عنوان نمونه تحول عظیم قانون مالکیت زنان فرانسه را در قرن حاضر می‌توان نام برد.

باش تا صبح دولتت بدمد

کاین هنوز از تسایح سحر است

\*\*\*

بنابر تجربه یکی از مسائلی که زمینه ساز تزلزل خانواده‌ها می‌تواند باشد، عدم آگاهی و اطلاع اعضای خانواده از حقوق و مقررات مربوط به خانواده است. عدم آشنایی با وظایف و مقررات موجب می‌شود که افراد به حقوق یکدیگر تجاوز کنند و یا وظایف خود را به خوبی انجام ندهند. برای رفع این مشکل و آشنا کردن اعضای خانواده به وظایف خطیر خود، مروری بر بعضی از وظایف، حقوق و مقررات مربوط به خانواده از قبیل نکاح، حقوق متقابل والدین و فرزندان، روابط زوجین، طلاق، حضانت فرزندان و... با بیانی ساده ضروری می‌نماید.

در این سلسله مقالات ابتدا حقوق فردی اشخاص و سپس حقوق مربوط به خانواده و قوانین و مقرراتی که بیشتر مورد نیاز عموم



یا دختران باید بدون مانع باشد.

در کشور ما به علت حجب و حیای که برای دختران قائلند معمولاً خواستگاری از طرف مرد صورت می‌گیرد، ولی اگر به جهاتی خواستگاری از طرف زن انجام شود کار خلاف قانونی نیست. در هر حال عرف جامعه و آداب و رسوم ما ایرانیان این است که خواستگاری‌ها از طرف مردان صورت گیرد.

در خواستگاری شرط اصلی بدون مانع بودن زن است. موانع قانونی و شرعی ممکن است قرابت نسبی یا سببی و امثال آن باشد که ان‌شاء الله موانع نکاح را در جای خود بیان خواهیم کرد.

#### نامزدی :

اگر خواستگاری منع قانونی نداشت و مورد قبول واقع شد، طرفین را اصطلاحاً نامزد یکدیگر می‌گویند. نامزدی معمولاً با تشریفاتى مثل تقدیم هدیه و امثال آن برگزار و آغاز می‌شود و گاهی اوقات هم بدون تشریفات است. در هر صورت زمان بین خواستگاری و عقد را دوران نامزدی می‌گویند.

در دوران نامزدی زن و مرد برای آشنایی بیشتر با خلق و خو، موقعیت اجتماعی، شناخت خانواده طرفین و ... با هم رفت و آمد می‌کنند و احياناً قول و قرارهایی با یکدیگر می‌گذارند و هدایایی رد و بسدل می‌کنند. در بعضی از خانواده‌ها برای مدتی محدود مثلاً دو ماه صیغه محرمیت می‌خوانند تا طرفین به راحتی بتوانند قیافه و اندامهای یکدیگر را ببینند و به سادگی با یکدیگر معاشرت کنند. همان طور که از نام «صیغه محرمیت» پیداست در ایام این صیغه زن و مرد اجازه نزدیکی و یا زناشویی ندارند. نکته

قابل توجه این است که همیشه نامزدها به ازدواج منتهی نمی‌شود، زیرا در دوران نامزدی ممکن است به علتی طرفین از هم جدا شوند و نامزدی به هم بخورد. در این صورت هیچ عاملی نمی‌تواند طرفین را مجبور به ازدواج کند و قانون مدنی هم به این مسأله عنایت دارد.

ماده ۱۰۳۵ قانون مدنی - «هرگونه تمهیدی قبل از وقوع عقدالزام آور نیست - اگرچه قسمتی از مهریه و یا تمام آن از طرف مرد پرداخت شده باشد».

با توجه به مدلول ماده بالا اگر طرفین قول وقراری گذاشته و یا در مورد ازدواج تمهیدی به یکدیگر سپرده‌اند، قبل از عقد حق تجدید نظر در مورد تعهدات خود را دارند. لازم است یادآوری شود که وفای به عهد در هرکجا و نسبت به هرکس در اسلام توصیه شده، ولی در دوران نامزدی چون طرفین تحت تأثیر احساسات و عواطف هستند ممکن است قول وقراری - بدون توجه به عقل و منطق و عواقب کار - با یکدیگر بگذارند که بعداً پشیمان شوند. بنابراین قانونگذار قبل از عقد هرگونه تجدید نظر را برای طرفین جایز شمرده است. و به قسمی که در آینده اشاره خواهیم کرد هرگونه تعهد و شرطی که مخالف مقتضای عقد نباشد و به هنگام عقد تعهد شود، انجامش الزامی است.

#### وضعیت مخارج نامزدی :

ممکن است برای خواننده عزیز این سؤال پیش آید که اگر به هرعلتی نامزدی به هم بخورد تکلیف هزینه‌های دوران نامزدی و یا هدایای رد و بسدل شده چه می‌شود؟

در ماده ۱۰۳۷ قانون مدنی آمده است : «هر یک از نامزدها می‌توانند در صورت به هم خوردن

وصلت منظور، هدایایی را که به طرف دیگر یا ایوبین<sup>۱</sup> او برای وصلت منظور داده است مطالبه کند. اگر عین هدایا موجود نباشد مستحق قیمت هدایایی خواهد بود که عادتاً نگاهداشته می‌شود، مگر اینکه آن هدایا بدون تقصیر طرف دیگر تلف شده باشد.»

ماده ۱۰۳۸ قانون مدنی - «مفاد ماده قبل از حیث رجوع به قیمت در موردی که وصلت منظور در اثر فوت یکی از نامزدها به هم بخورد سُجری نخواهد بود.»

مواد بالا دقیقاً وضعیت مخارج دوران نامزدی را مشخص کرده است. بدین معنی که هر یک از نامزدها می‌توانند هدایایی را که موجود است پس بگیرند، ولی اگر هدایا موجود نیست فقط می‌توانند قیمت هدایایی را که معمولاً نگهداری می‌شوند مطالبه و دریافت کنند. مثل بهای زیورآلات، لباس و امثال آن و در مورد هدایایی که مصرف می‌شوند مثل خوراکیها و امثال آن حق مطالبه ندارند. در صورتی که هدیه بدون تقصیر طرف دیگر تلف شده باشد - مثل انگشتر و ساعتی که به سرقت رفته - حق مطالبه قیمت را ندارند.

لازم به توضیح است که به هنگام رد و بدل کردن هدایا شایسته است طرفین با کرامت و بزرگواری برخورد کنند و توقع پس گرفتن هدایا را از یکدیگر نداشته باشند. اما اگر به جهاتی نامزدی به هم خورد طرفین باید هزینه‌های یکدیگر را از روی عدالت بپردازند که خداوند تبارک و تعالی فرمود: «إِعْدِلُوا هُوَ اقْرَبُ لِلتَّقْوَى»<sup>۲</sup> و عدالت همان رعایت قانون است که ذکر شد. همچنین به خاطر داشته باشیم که اجرای قانون احتیاج به قاضی و دادگاه ندارد، بلکه افراد در موارد اختلاف خود می‌توانند به قانون

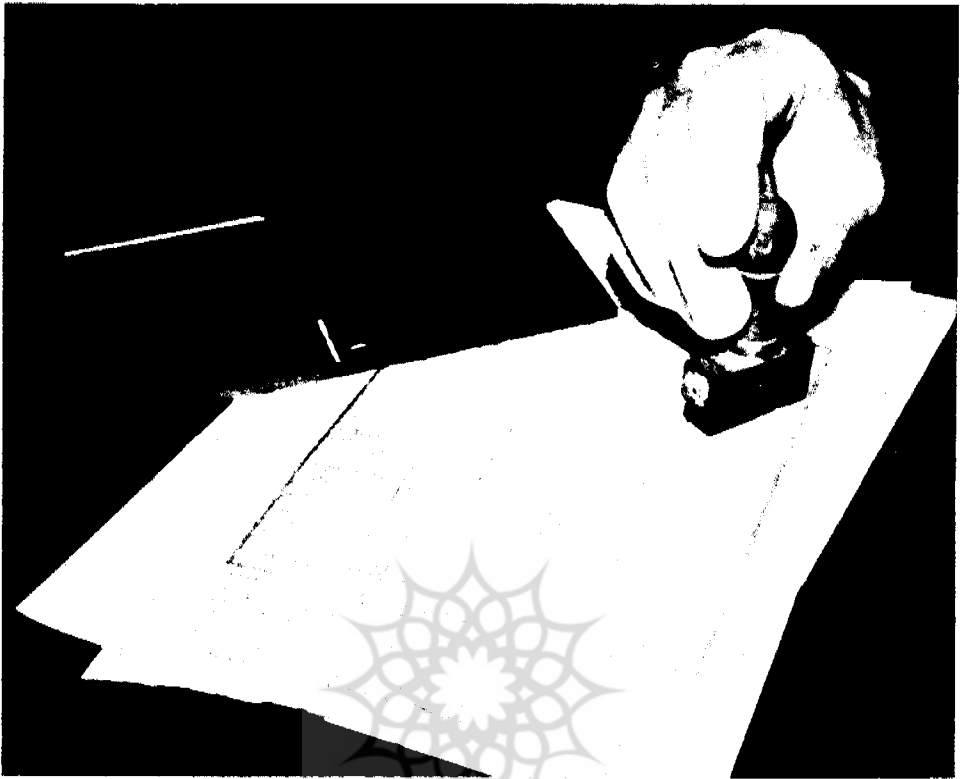
مراجعه کنند و در حدود مقررات وضع شده به اختلافات خاتمه دهند. ذکر موارد قانونی در این سلسله مقالات هم به همین منظور است که بدانیم و بتوانیم در قلمرو قانون عمل کنیم. اگر اعمال ما با قانون کمی متفاوت باشد، اشکالی ندارد که آن مقدار ناچیز را بر یکدیگر ببخشیم و یا به اصطلاح صلح کنیم.

آخرین توصیه ما به نامزدها این است که در دوران نامزدی به جای تقدیم هدیه‌های رنگارنگ - که بیشتر سطح توقع افراد را بالا می‌برد - در کمال صداقت و خلوص با یکدیگر رفتار کنند و از تظاهر و هرگونه رفتارهای خدعه آمیز و عوام‌فریبانه جداً اجتناب نمایند و سعی کنند آن طوری که هستند یکدیگر را بنمایانند و کاری نکنند که نمودشان بیش از بودشان باشد.

#### پاورقیها:

- ۱ - قوانین و مقررات خانواده، تألیف مصطفی محقق داماد
- ۲ - پدر و مادر
- ۳ - عدالت بورزید که به تقوا نزدیکتر است. سوره مائده، آیه ۸





# کارنامه من یا کارنامه...

جمشید احمدی

است؛ چراکه نتیجه و دستاورد یک سال تلاش با انجام امتحانات آخر سال رقم می خورد. حساسیت کار هم از اینجا ناشی می شود که بعضی از خانواده ها تمامی تلاش خود را به کار می گیرند تا فرزندانشان شبهای امتحان را دریابند و آن قدر درس بخوانند که در امتحان موفق شوند. در غیر این صورت تجدید شدن همان و بی آبرویی آنان در میان بستگان و

آخرین روزهای سال تحصیلی را با آخرین امتحان پشت سر می گذاشتیم. از یک طرف خوشحال بودم که تعطیلات تابستانی از راه می رسد و از طرف دیگر نگرانی از نتایج امتحانات یک لحظه رهایم نمی کرد. به راستی که روزهای پایانی سال تحصیلی روزهای حساس و سرنوشت سازی برای اولیای مدرسه، خانواده ها و از همه مهمتر برای دانش آموزان

آشنایان و به هم خوردن برنامه‌های تابستانی همان.

به هر حال من بیش از آنکه نگران نتایج امتحانات خود باشم، از عکس‌العمل والدینم می‌ترسیدم و زمانی این نگرانی و ترس به پریشانی و اضطراب مبدل شد که آقای مدیر در آخرین روز امتحانات تأکید کردند که کارنامه‌ها را فقط به اولیاء خواهند داد.

می‌دانستم که اگر موضوع را برای پدر و مادرم مطرح کنم چه خواهد شد. مطابق معمول من و مدرسه را به باد ناسزا گرفته و می‌گویند: "چرا این قدر بی‌عرضه هستی که ما باید برای دریافت کارنامه‌ات به مدرسه برویم و از کار و زندگی بی‌کار شویم؟! شاید هم به خاطر تبیلی و بازیگوشی کارنامه‌ات سیاه است و خجالت می‌کشی که خودت آن را بگیری؟"

البته تصور والدینم از درس خواندن ما هرگز جدی نبوده است، زیرا متأسفانه به اهمیت تحصیل واقف نیستند و بدان اعتقادی ندارند. از سوی دیگر نوع کار پدرم هم طوری است که صرفاً به درآمد بیشتر توجه دارد تا اینکه به فکر رشد و تربیت و تحصیل ما باشد. کثرت جمعیت خانواده ما نیز مزید بر علت شده است، تا حدی که مادرم با اینکه شاغل نیست حوصله و تحمل بچه‌ها را ندارد و راضی نیست بچه‌ها در منزل باشند، حالا به مدرسه بروند یا در کوچه و جای دیگر باشند، چندان فرقی نمی‌کند!! با این وصف طبیعی است که محیط خانه ما به جای آرامش و نشاط پر از دغدغه، اضطراب و تشنج باشد.

\*\*\*

انتظار برای فرارسیدن زمان دریافت کارنامه بسیار سخت بود. گویی لحظات به کندی

می‌گذشت و من حال و حوصله هیچ کاری، حتی بازی را هم نداشتم و دائماً به این فکر بودم که با توجه به سخنان آقای مدیر چه باید بکنم؟ ناتوانی در تصمیم‌گیری و نداشتن کسی که در این گونه موارد به کمکم بشتابد، مرا دچار اضطراب و پریشانی مضاعف می‌کرد که هرگز فراموش شدنی نیست.

سرانجام به این نتیجه رسیدم که خود برای دریافت کارنامه به مدرسه بروم. بنابراین با حالتی نگران و مضطرب خدمت آقای مدیر رسیدم. وقتی وارد دفتر شدم عده‌ای از اولیاء نیز در آنجا حضور داشتند. آقای مدیر تا مرا دیدند با تعجب پرسیدند: "پسر چرا خودت آمده‌ای؟ پدر و مادرت کجا هستند؟ مگر نگفته بودیم که کارنامه را فقط به اولیاء می‌دهیم تا بهانه‌ای برای دیدن آنها باشد؟! من در جواب گفتم: "اجازه آقای مدیر! پدرم سرکار هستند و مادرم هم نتوانستند بیایند." آقای مدیر گفتند: "مگر مسائل مربوط به تحصیل شما کم ارزشتر از کار است؟ و آیا..."

من که در درونم التهاب عجیبی بود و گفتمنی‌های دردناک بسیاری در این مورد داشتم، ترجیح دادم که در این باره سکوت کنم و سپس با لحنی ملتسانانه گفتم: "اجازه آقای مدیر، لطفاً کارنامه را به من بدهید، قول می‌دهم که آن را به پدر و مادرم نشان دهم." ایشان وقتی که اصرار توأم با التماس مرا دیدند، پس از اندکی تأمل کسارنامه‌ام را درآوردند و پس از نگاهی تمسخرآمیز به آن گفتند: "بیا این هم نتیجه یک سال درس خواندن شما که حاکی از تلاش و پشتکار شماست!! آیا با این کارنامه از خانواده و دوستان خجالت نمی‌کشی؟"

من با دستانی لرزان و چشمانی پر از اشک،

سند افتخار خود می‌دانند و بدان می‌بالند، ولی در مواردی این چنین کارنامه تنها به دانش‌آموز تعلق دارد و مدرک بی‌لیاقتی و محکومیت اوست!!؟

آیا مدارس به راستی وظایف و مسؤلیتهای خود را به طور کامل انجام می‌دهند؟ آیا خانواده‌ها فضای خانه را سالم و با نشاط ساخته‌اند، آیا والدین قابلیت‌ها و استعداد‌های فرزندان‌شان را بخوبی شناخته و درک کرده‌اند؟ و آیا ... تا انتظار کارنامه‌ای درخشان و رفتاری طبیعی از فرزندان‌شان داشته باشند؟

---

والدین گرامی، اولیای محترم مدرسه  
کارنامه فقط متعلق به دانش‌آموز نیست

---

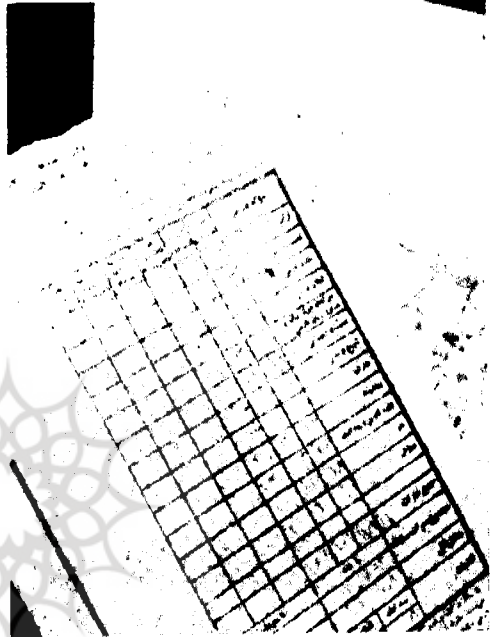
نامه فوق در واقع زبان حال بسیاری از دانش‌آموزان و ترسیم‌کننده نحوه رفتار بعضی از اولیای مدرسه و خانواده‌هاست.

دانش‌آموزی که در خانه احساس امنیت نکند و فضای تربیتی و رفتار پدر و مادر با او و با یکدیگر بر اساس احترام و تکریم، درک متقابل و همکاری نباشد، قطعاً احساس عزت نفس و اطمینان خاطر نخواهد داشت و نیز قوای روحی و جسمی و استعداد‌های درونی وی کشف و به کار گرفته نشده، دچار اضطراب و تشویش خاطر خواهد گردید. در این صورت از چنین دانش‌آموزی نباید انتظار درس خواندن و موفقیت تحصیلی و شکوفایی استعداد‌هایش را داشت.

اولیای محترم مدرسه نیز باید به این نکته مهم توجه داشته باشند که مشکلات تحصیلی و تربیتی دانش‌آموزان ریشه در عوامل مختلفی

در حالی که حاضران در دفتر به من چشم دوخته بودند، کارنامه را تا کرده، لای کتابم گذاشتم و از مدرسه خارج شدم.

بغض‌هایم که تا آن زمان در گلویم حبس شده بود ناگهان ترکید و در میان راه با صدای



بلند شروع به گریستن کردم. با خود گفتم: گریم که خانواده من تحصیلات عالی ندارند و پدرم تمام هم و غم خویش را صرف درآمد بیشتر می‌کند و توجه او به مدل ماشین بیشتر از توجهش به تعلیم و تربیت ماست، اما آقای مدیر چرا این گونه بدون بررسی حکم می‌کنند و در حضور دیگران با دانش‌آموز چنین رفتاری دارند؟! به راستی آیا این فقط کارنامه من است؟ آیا مدرسه در آن نقشی ندارد؟ نقش خانواده در این میان چیست؟

پس چگونه است که وقتی کارنامه دانش‌آموزی خوب و درخشان است هم اولیای مدرسه و هم خانواده‌ها آن را نشانه تلاش و



هم والدین سهیمند و هم مدرسه در آن نقش دارد!

به هر حال اگر در طول سال تحصیلی با برنامه‌ریزی منظم برای پیگیری امور تحصیلی و تربیتی فرزندان به مدرسه مراجعه کنید و در خانه نیز محیط امنی را برای درس خواندن او فراهم نمایید و ... نتایج کار تا حدود زیادی روشن خواهد بود و روز دریافت کارنامه نیز عاری از دغدغه و دلواپسی سپری خواهد شد.

چون: وضعیت نابسامان خانواده، دوستان ناباب، اختلال در مراحل رشد، بحران بلوغ، تضاد میان روشهای تربیتی خانه و مدرسه، روش تدریس معلم و ... دارد، که باید با بررسی و شناخت آگاهانه آن عوامل به ریشه‌یابی و حل مشکلات پرداخت و نهایتاً دانش‌آموزان را به مرحله تعادل در تحصیل و رشد و شکوفایی استعدادهایشان رساند.

سخن آخر هم خطاب به شما والدین گرامی است که وقتی منتظرانه و یا مضطربانه برای دریافت کارنامه فرزندان به مدرسه مراجعه می‌کنید یا آن را از دست فرزند دل‌بندتان دریافت می‌کنید به خاطر داشته باشید که در این کارنامه



# از محبت خارها گل مسوید

دکتر حسین کریمی



## تأثیر محبت در برانگیختن مغز (در ضایعات مغزی)

می‌گیرد. به عنوان مثال قرار است که من به فاصله ۲ متری شما بیایم، در این صورت مغزم تصمیم می‌گیرد که من با برنامه‌ریزی قبلی درست همین فاصله را طی کنم. برای انجام این برنامه‌ها باید واسطه‌های شیمیایی تحریکی و متوقف‌کننده بموقع ترشح شود. حال در صورتی که در ترشح این واسطه‌ها بی‌نظمی به وجود بیاید، یا فرد بیش از حد لازم حرکت می‌کند و یا به هدف نرسیده، متوقف می‌گردد. در این صورت ملاحظه می‌شود که فرد در حالی که نباید کاری را انجام دهد شروع به انجام دادن آن می‌کند و آن عمل را به علت عدم ترشح بجای مواد شیمیایی متوقف‌کننده بیش از حد متعارف انجام می‌دهد و در نتیجه غیر طبیعی جلوه می‌کند.

### مشکل ارتباط درکودکان دچار ضایعه مغزی

حال با در نظر گرفتن مطالبی که گفته شد، در کودکانی که دچار یکی از انواع ضایعه مغزی هستند به علت احتمال ضایعه مغزی از راههای حسی و حرکتی به طور ناهماهنگ استفاده می‌شود. یعنی در اصل راههای رفت و آمد موج از اندام به مغز و از مغز به اندام نامتعادل‌تر از کودکان معمولی است. وقتی به کودک دچار ضایعه مغزی دستور انجام کاری داده می‌شود، آن کار را دیرتر انجام می‌دهد، که به اصطلاح این کودک را لجوج می‌گویند.

طبیعی است که کودک به حرف کسی توجه می‌کند که بیشتر به او علاقه دارد، یعنی توانسته است که او را جذب کند. ایجاد علاقه در کودکان استثنایی شاید به مراتب مشکلتر باشد، چون رساندن موج عصبی به مغز این‌گونه کودکان

در حدود ۶ سال قبل در پی بیماری فرزندم (که دچار یکی از انواع بیماریهای فلج مغزی بود)، با کمک همکاران نورولوژیست خود مطلع شدم که موفق‌ترین روش درمان برای این کودکان در کشور مجارستان صورت می‌گیرد. وقتی که در آن کشور استقبال مردم بسیاری از ممالک صاحب نام از لحاظ علمی مثل کانادا، استرالیا، ایرلند و انگلیس را مشاهده کردم و بامصاحبه خصوصی با آنان به اهمیت موضوع هرچه بیشتر واقف شدم، تصمیم گرفتم هرطور که شده از این روشهای درمانی سر در بیاورم تا بتوانم آنها را مورد استفاده مردم کشورم قرار دهم. نتیجه تفحص و جست‌وجوی من در مورد دوروش متفاوت عبارت بود از تأثیر محبت در برانگیختن مغز.

ابتدا برای بهتر فهمیدن مطلب لازم می‌بینم راجع به اختلالاتی که باعث ترشح ناموزون واسطه‌های شیمیایی می‌شوند، به طور مختصر شرح دهم.

ما وقتی می‌خواهیم کاری را انجام دهیم، ابتدا لازم است بر طبق تصمیم مغزی، موج عصبی از مغز به اندامهای مربوط بیاید و آن اندامها را به عمل وادار کند. ولی زمانی که لازم است کار بجا و بموقع متوقف شود، در آن حال احتیاج به واسطه‌های شیمیایی متوقف‌کننده داریم. پس اگر واسطه شیمیایی متوقف‌کننده بی‌موقع ترشح شود، کار متوقف نمی‌گردد و اگر کنار متوقف نشود بیش از حد لازم انجام



فوقانی مغز می فرستند و در نتیجه عملی که باید بر طبق روال طبیعی در یک زمان مشخص انجام گیرد، خیلی دیرتر انجام می شود (البته این حالت بیمار، باکری و کوری تفاوت فاحشی

مهارت خاصی می خواهد و لازم است طرف مربوط بشدت بتواند با کودک رابطه برقرار کند تا او را تحت تأثیر خود قرار دهد. به طور خلاصه، محبت و استفادهٔ بجا از آن نظم خاصی در ترشح واسطه‌های شیمیایی ذکر شده ایجاد می‌کند و با ایجاد روابط حسنه و جلب اعتماد کودک، می‌توان او را وادار به نظم و ترتیب خاص خود کرد، که البته این کار در مورد کودکان cp (فلج مغزی) شدیداً مشکل و طاقت فرساست. بنابراین می‌توانیم نتیجه بگیریم که به علت استفادهٔ کمتر از راههای عصبی در اثر وجود ضایعهٔ عصبی، گیرنده‌های مختلف بخصوص گیرنده‌های شنوایی و بینایی دیرتر از حد معمول موج عصبی را به مراکز



(دارد).

استفاده در معالجهٔ بیماران فلج مغزی را بیان کنم.

روشی که برای اختلالات حرکتی (cp) در بچه‌های کوچک از نوزادی تا سن سه سالگی (حداکثر ۴ سالگی) به کار برده می‌شود، روش ابداعی پروفیسور KATONA FERENC از کشور مجارستان است. در این روش باید پزشک ضایعهٔ مغزی و علت ایجاد ضایعه را دقیقاً تشخیص دهد، چون یکی از پایه‌های این روش بر این فرضیهٔ پرفیسور بنا گذاشته شده است که در مورد بچه‌های مبتلا به فلج مغزی که ممکن است عقب ماندگی ذهنی و یا حرکتی داشته باشند سن خاصی مطرح نیست (برای مثال یک کودک cp ۵ ساله، مثل کودک ۲ ماهه نمی‌تواند گردن خود را نگه دارد، ممکن است مانند کودک ۱ ساله از دستهای خود استفاده نکند و از لحاظ حرکات اندام‌های تحتانی نیز سنین دیگری را نشان می‌دهد)، بنابراین ایشان موافق به کار بردن اصطلاح Mental Devation (انحراف مغزی) است تا Mental Retardation (عقب ماندگی مغزی).

برای عدم ایجاد این انحراف (Devation) است که بساید عملیات Neurohabilitation (بازتوانی عصبی) را هرچه زودتر شروع کنیم. برای روشن شدن هرچه بیشتر مطالب، در این مورد مثال عینی زده می‌شود: جنگلی انبوه را مجسم کنید که درخت کوچکی می‌خواهد از لابلای درختان سر به فلک کشیده خود را به نور برساند. این درخت برای رسیدن به نور وادار به طی مسیرهای انحرافی می‌شود، به طوری که وقتی یک بینندهٔ غیر فنی به رشد این درخت نظاره می‌کند از بیهوده پیسودن این همه مسیر اضافی و انحرافی تعجب می‌کند، در صورتی که

بنابر آنچه که بیان شد نباید انتظار داشته باشیم که این گونه کودکان تمام خواسته‌های ما را انجام دهند و در صورت انجام هم مسلماً دیرتر از حد معمول خواهد بود و این دیرانجام دادن نباید باعث عصبانیت ما شود. پس رفتار و ارتباط با این گونه کودکان، حوصله‌ای بیشتر از حد معمول احتیاج دارد.

مربی با اثر خوبی که می‌تواند روی گیرنده‌های مختلف خصوصاً شنوایی، بینایی و حتی لامسه بگذارد، باعث سرعت عمل در کودک می‌شود و در نتیجه او کار خواسته شده را زودتر انجام می‌دهد. احتمالاً در اکثر کودکان دارای ضایعهٔ مغزی، مواد متوقف‌کنندهٔ شیمیایی به طور عادی زیادتر از حد ترشح می‌شود، و از سوی دیگر رفتارهای نامناسب والدین و یا احياناً مریبان ممکن است ترشح این مواد شیمیایی متوقف‌کننده را بیش از حد تشدید کند و بر پیچیدگی کار بیفزاید. در این صورت است که ما مشاهده می‌کنیم کودک دستور ما را انجام نمی‌دهد و ما این نوع رفتار کودک را حمل بر لجوجی او می‌نماییم. اما با توجه به این مکانیسم متوجه می‌شویم که دستور ما به مغز نمی‌رسد، نه اینکه کودک نخواسته است دستور داده شده را انجام دهد. به عبارت دیگر محبت راه مؤثری برای جبران نشیای فیزیولوژیک محیطی و مرکزی و اشکالات عضلانی ناشی از آنهاست، به نحوی که محبت به عنوان یک تحریک عاطفی از طریق قشر مغز سبب ارسال موجهای عصبی به مراکز تحت فرماندهی می‌گردد.

در این جا لازم می‌دانم برای روشن شدن مطالب فوق خلاصه‌ای کوتاه از دو روش مورد

نتیجه علمی این روش استفاده از قدرتهای بالقوه نهفته در مغز است. یعنی سعی کنیم تا حد فهم فیزیولوژیک فعلی از سیستم عصبی، از امکانات باقیمانده در مغز به بهترین نحو ممکن برای ادامه رشد استفاده نماییم.

اگر قبول داشته باشیم که اعمال مغز به صورت یادگیری و واکنش مداوم است، پس آنچه نوزاد سالم در دوران رشد و تکامل خود یاد می‌گیرد چیزی نیست جز آنچه که والدین و

فرد فنی متوجه است که این درخت برای بقای خود محکوم به این گونه رشد شده است.

اکنون در اثر علت‌های زیر همین فضای بیمارگونه برای رشد انحرافی مسیرهای حسی و حرکتی در بیمار به وجود می‌آید. شایعترین عواملی که باعث ایجاد این حالت می‌شوند عبارتند از: کمبود اکسیژن مغزی، خونریزی مغزی و سرانجام افزایش بیلی روبین در خون که اصطلاحاً آن را کرنیکتروس می‌نامند.



محیط به صورت باخورد مثبت و منفی به نوزاد القا می‌کنند و به همین دلیل در این روش تکیه بر این است که بازخوردهای تعیین شده به وسیله پزشک با در نظر گرفتن ضایعه مرکزی و آثار سوء آن روی اندامهای محیطی، در سراسر روز به طور مداوم به کودک داده شود. برای اینکه این اعمال بازخوردی به بهترین

در حالت عادی در صورتی که کودک را به جرم ضایعه مغزی به حال خود واگذاریم، این امر باعث رشد انحرافی ذکر شده در مغز می‌شود. ولی با کمک گرفتن از روشی که به طور خیلی خلاصه در زیر مطرح می‌گردد، سعی می‌شود که این رشد انحرافی تا حد امکان به حداقل برسد.

می شود که به نظر می رسد تا به حال قادر به انجام آن نبوده است و به مرور به توانایی های بیمار افزوده می شود.

در خاتمه بی مناسبت نمی بینم که اهمیت این سروده فیزیولوژیک مولانا را متذکر شوم که در آن می فرماید :

از محبت تلخها شیرین شود  
از محبت مسها زرین شود

از محبت خارها گل می شود  
وز محبت سرکه ها مل می شود

از محبت دار تاختی می شود  
وز محبت بار بختی می شود

از محبت سجن گلشن می شود  
بی محبت روضه گلخن می شود

از محبت نار نوری می شود  
وز محبت دیو حوری می شود

از محبت سنگ روغن می شود  
بی محبت موم آهن می شود

از محبت حزن شادی می شود  
وز محبت غول هادی می شود

از محبت نیش نوشی می شود  
وز محبت شیر موشی می شود

از محبت سقم صحت می شود  
وز محبت قهر رحمت می شود

از محبت مرده زنده می شود  
وز محبت شاه بنده می شود

این محبت هم نتیجه دانش است  
کی گزافه بر چنین تختی نشست

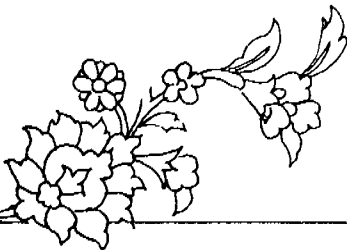
نحو در کودک مؤثر واقع شود، باید از والدین بخصوص مادر در این مورد استفاده کرد، زیرا کودک از بدو تولد از مادر شناخت دارد و حتی بوی مادر را می فهمد (یعنی در این مورد به طور ژنتیکی عملکرد مغزی در فوقانی ترین قسمت خود یعنی قشر مغز است، در صورتی که از لحاظ حرکتی نوزاد در سطح نخاعی عمل می کند).

پروفسور کاتونا فرنس در روش خود از وابستگی شدید نوزاد به مادر و وابستگی مادر به نوزاد و آثار محبت این دو به همدیگر، نهایت استفاده را می کند. و به دلیل این محبت دوطرفه است که کارفرستادن بازخوردها باید به عهده مادر باشد و لاغیر.

در همین جا لازم است متذکر شوم که چنانچه فرد تمرین دهنده ای با یادگیری ناقص خود این حرکات را به طور دل خواه و با روش نامناسب و بدون در نظر گرفتن تشخیص صحیح ضایعه مرکزی و آثار محیطی آن به کودک تمرین بدهد، علاوه بر بار سنگینی که به مغز او تحمیل می گردد، در ایجاد مسیرهای انحرافی دیگری هم قدم برداشته می شود. پس مجدداً باید تأکید کنم که شرط دادن تمرینها، آگاهی و به کارگیری کامل و دقیق فیزیوپاتولوژی بیماری است.

روش دومی که برای بچه های بزرگتر در کشور مجارستان به کار برده می شود و شهرت جهانی یافته است، روشی است که به نام Dr. peto' Andras به ثبت رسیده است.

در این روش با اتکا به فهم بیمار، اساس کار محبتی است که بین فرد معالج (که ممکن است غیر پزشک باشد) و بیمار برقرار می گردد و با استفاده از این حسن رابطه و محبت به همدیگر، از کودک معلول کارهایی خواسته



## عزیزالله تاجیک اسماعیلی

### ۱- مفهوم تعادل و استحکام

الف - خانواده به عنوان یک گروه

وقتی در محیط (زندگی) خانوادگی از "استحکام و تعادل" صحبت می‌کنیم، باید این نکته را در نظر داشته باشیم که زندگی خانوادگی یک زندگی گروهی می‌باشد و اصولاً خانواده یک گروه اجتماعی است، مانند بسیاری گروههای دیگر. هر یک از ما در زندگی خود در گروههای زیادی عضویت داریم، مثلاً فرزند خانواده هستیم، دانشجوی سال دوم دانشکده‌ایم، کارمند اداره هستیم، یکی از مجموعه دوستان و آشنایان خود هستیم و ... این گروهها در عین حال که از نظر شکل و نوع با یکدیگر متفاوتند دارای ویژگیها و اصول مشترکی هستند:

۱- در هر یک از موارد مذکور منظور از "گروه"، تنها جمع عده‌ای از اشخاص نیست، بلکه یک "گروه" دارای خصوصیات است که بیش از مجموع ویژگیهای فردی اعضای آن است. یک "گروه" مرکب از عده‌ای افراد است. این ترکیب چون نتیجه روحیات، نیازها و شناخت‌های مختلف افراد تشکیل دهنده آن است، باعث می‌شود که هر یک از آنان بر دیگری تأثیرات متفاوتی بگذارد و یا تحت تأثیر او قرار گیرد.

اگر این ویژگی گروه را در زندگی خانواده در نظر بگیریم، باید گفت یک زن یا شوهر جوان با وجود تمام تلاشها و مراقبت‌هایی که کرده است تا همسر او از نظر خصوصیات روحی، شخصیتی، اجتماعی و اعتقادی با وی تشابه و تناسب داشته باشد، مع هذا دو انسان متفاوت هستند و تأثیرات و انتظاراتشان نسبت به یکدیگر متفاوت است. بعد از تشکیل خانواده، هنگامی که فرزند یا فرزندان به دنیا می‌آیند، آنان نیز با توجه به همین اصل، یعنی تفاوت‌های فردی و خصوصیات شخصیتی، در



## تعادل و استحکام خانواده

در بحث تعادل و استحکام خانواده به سه موضوع اساسی می‌پردازیم. این سه موضوع عبارت است از:

- ۱- مفهوم تعادل و استحکام
  - ۲- نقش و جایگاه زن و شوهر در یک خانواده متعادل
  - ۳- الگوهای تعامل یا ارتباط متقابل در یک خانواده متعادل و سالم
- در مجموعه این مباحث سعی می‌کنیم به این سؤال پاسخ دهیم که مفهوم و معنای یک خانواده متعادل چیست و چگونه می‌توانیم یک محیط زندگی خانوادگی توأم با استحکام و بالندگی به وجود آوریم.

حلقه‌های روابط متقابل خانوادگی وارد می‌شوند و به همین نسبت زندگی خانواده به عنوان یک "گروه" پیچیدگی بیشتری می‌یابد.

۲ - خصوصیات دیگر خانواده به عنوان گروه این است که در اثر برقراری روابط متقابل شکلی از زندگی به وجود می‌آید که از جهت روانی نسبتاً مستقل از هر یک از اعضا است. این حالت را می‌توانیم به عنوان نوعی "فضای روانی - اجتماعی" تلقی کنیم که در هر عضو حکم نوعی نیروی روانی را دارد که بر افکار، احساسات و اندیشه‌های او اثر می‌گذارد. بعد از تشکیل خانواده زن و شوهر به تدریج نوعی احساس و برداشت کلی، دائم و مستمر نسبت به فضای خانواده خود پیدا می‌کنند که قسمت اعظم آن حاصل روابط متقابل آنان و زندگی مشترکی است که با یکدیگر شروع کرده‌اند. اولین اثر "خانواده" بر دو همسر همین است که هر کدام دیگری را شدیداً تحت تأثیر قرار می‌دهد. این تأثیر به عنوان یک تأثیر گروهی، جهت دادن احساسات، افکار و رفتارهای هر دو عضو است.

۳ - "وحدت و انسجام" از خصوصیات دیگر زندگی گروهی است. اعضای یک گروه در اعمال و رفتارهای خود، معمولاً جهات مشابهی را در نظر دارند که از وضعیت و هدفهای زندگی گروهی ناشی می‌شود. هر چند ممکن است ما در وضعیت گروهی مثل خانواده یا جمع دوستان بعضی کارها را انجام دهیم که در ظاهر یا در بعضی جنبه‌ها، فردی و مستقل به نظر برسد، لیکن ما اغلب در رفتارهایمان "دیگران" را در نظر داریم و با توجه به وجوه اشتراک خود با آنان یا خواسته‌ها و انتظاراتی که از ما دارند عمل می‌کنیم. رفتار بر اساس چنین وضعی باعث می‌شود که در یک زندگی مشترک گروهی، اعضا بطور غالب نوعی انسجام و وحدت رویه پیدا کنند و در نتیجه آن زندگی جمعی نیز دارای وحدت و یکپارچگی شود.

بدیهی است برای هدایت زندگی خانوادگی به سمت وضعی متعادل و سالم، شناخت این ویژگیها ضروری است.

## ب - تعادل و تزلزل

تعادل خانواده مستلزم آن است که اعضای تشکیل دهنده آن نقشها، وظایف و کارکردهای خود را بطور صحیح و کامل انجام دهند. این وظایف و کارکردها بطور اجمال عبارت است از:

- ارضای نیازهای اعضا (زن، شوهر و فرزندان)  
- روشن بودن نقشها و انتظارات (زن و شوهر)  
- درک روح گروهی حاکم بر خانواده

تعادل در خانواده عبارت از حالتی است که این کارکردها بخوبی انجام شود. در مقابل حالت تعادل وضعیت "تزلزل" قرار دارد، یعنی حالتی که خانواده دچار از هم گسیختگی، ناتوانی در انجام کارکردها و روابط نابسامان در بین اعضای آن است. ممکن است خانواده‌ای در بدو تشکیل میزانی از تعادل رداشته باشد، لیکن سیر و تحول آن به سمتی باشد که دچار تزلزل گردد. یا برعکس، خانواده‌ای در تحول و رشد خود حالت تعادل و استحکام روز افزونی پیدا کند. برای درک بیشتر مفهوم تعادل در زندگی خانوادگی بهتر است ویژگیهای حالت متضاد آن یعنی تزلزل را بشناسیم. اگر در خانواده‌ای این خصوصیات وجود داشته باشد، می‌توانیم بگوییم درجاتی از تزلزل را داراست:

۱ - احساس جدایی روانی بین زن و شوهر - شما می‌توانید از خودتان بپرسید وقتی با همسران هستید چه احساسی دارید؟ احساس تنهایی دارید یا اینکه واقعاً حس می‌کنید با "دیگری" هستید که با شما هم رأی، همدل و همراه است؟ به هر میزان که در چنین مواقعی احساس ما حاکی از "جدایی" و "تنهایی" باشد، فضای خانواده دچار تزلزل و سستی است.

۲ - تعارض در احساسات و عواطف - حالاتی از قبیل محبت در مقابل نفرت، امیدواری در برابر ناامیدی، جذب در مقابل دفع نسبت به زندگی خانوادگی، حکایت از وجود تعارض در درون ما دارد. ما در موقعیت‌های مختلف زندگی باید تصمیم‌گیری و عمل داشته باشیم و حال اگر در اتخاذ تصمیم یا اقدام برای عمل این احساس دوگانه

تعداد ظاهری و سطحی در مقابله با موقعیت‌های بحران‌زا و مولد فشار، مستعد از هم پاشیدگی هستند و در مقابل حوادث روانی و اجتماعی، بسیار آسیب پذیرند.

در مقابل حالت تزلزل، نشانه‌های تعادل و استحکام در خانواده را می‌توان به قرار زیر ذکر کرد:

- ۱ - وجود انگیزه‌های سالم و متعالی در زن و شوهر
- ۲ - هدفداری، اشتراک در اهداف
- ۳ - تناسب بین اهداف و نیازهای فردی و جمعی در زندگی خانوادگی
- ۴ - روابط مبتنی بر عواطف و احساسات سالم و استوار

۵ - وجود روحیه مبتنی بر درک طرف دیگر در روابط متقابل  
اگر در روابط زناشویی شما این خصوصیات وجود داشته باشد، می‌توانید امیدوار باشید که از شروط اولیه سلامت و استحکام خانواده برخوردار هستید و برای رشد و کمال زندگی مشترکتان بکوشید.

ذکر سه نکته درباره تعادل و تزلزل خانواده ضروری است:

اول اینکه وجود تعادل در زندگی خانوادگی مقدمه رشد و کمال است و نقطه شروع سلامت و رشد خانواده. وضعیتی که از آن بحث کردیم مقدمه‌ای است برای تشکیل یک خانواده مطلوب و بالنده.

دوم اینکه میزان مقاومت و پایداری خانواده در مواجهه با بحرانها و حوادثی که برای آن پیش می‌آید مشخص می‌شود. ممکن است خانواده‌ای در شرایط عادی خوب باشد، لیکن اگر حادثه یا بحرانی برای آن پیش آید حالت گسیختگی و تزلزل در کل آن یا در روحیات اعضا ایجاد شود. فشارهای خانواده گاهی ناشی از عوامل بیرونی است، مثل رفتار همسایگان، بستگان، اتفاقات اجتماعی، و گاه حاصل روحیات و رفتارهای اعضای خانواده است، مثل رفتارهای غلط، بهانه‌گیری‌ها و اشتباهات یکی

و ناسازگار در ما بطور متناوب و تقریباً مستمر ادامه داشته باشد، وحدت و انسجام در روابط خانوادگی ما را سست می‌کند و نشان از تزلزل دارد.

۳ - فقدان اهداف روشن در زندگی - اینکه زن یا شوهر ندانند از زندگی خود چه انتظاراتی دارند و تلاش‌هایشان باید در چه جهتی و رسیدن به چه اهدافی باشد، از شرایط یک خانواده نامتعادل است. البته هدف داشتن به تنهایی برای بنای یک زندگی مطلوب کافی نیست، چراکه اهداف زندگی باید حقیقی و مطابق با معیارهای رشد و کمال باشد و سازگار با روح زندگی خانوادگی، نه اهداف پست یا کاذب. لیکن بی‌هدف بودن عامل مضاعفی در ایجاد تزلزل و گسیختگی خانواده است.

۴ - عدم درک متقابل دو همسر - گاه ممکن است زن یا شوهر یا هر دو از نظر عاطفی و شخصیتی به رشد لازم نرسیده باشند و لذا در ارتباط با یکدیگر نتوانند انتظارات و شرایط روانی و روحی هم را درک کنند. گاه نیز ممکن است به علت پیچیدگی خصوصیات شخصیتی همسر، فرد نتواند او را درک کند و یا نتواند خواستها و انتظارات خود را به وی بفهماند. در چنین مواقعی نیز علائم تزلزل در زندگی خانوادگی آشکار می‌شود.

۵ - انگیزه‌ها و نیازهای کاذب - یکی از مشکلات بسیاری از خانواده‌های امروزی خواستها و نیازهایی است که در زندگی انسان ضروری نیست. نیازهایی از قبیل تجمل، استفاده از وسایل لوکس، تنوع بیش از حد در خوراک و پوشاک و ... در زندگی فردی بعضی اشخاص وجود دارد. لیکن ورود این قبیل نیازها در زندگی خانوادگی و اجتماعی باعث دور شدن افراد از اهداف متعالی خواهد شد و اثرش بر خانواده توقف رشد و کمال آن یا تشدید تعارض‌ها و کشمکش‌ها در درون آن است. گاه دیده می‌شود بعضی خانواده‌ها زندگی ظاهراً آرام و بدون مشکلی دارند، ولی به واسطه غلبه نیازهای پست و کساذب در درون آن و استمرار این حالت در تصمیم‌گیری‌ها و رفتارها، بالندگی و کمال در خانواده وجود ندارد. چنین خانواده‌هایی به رغم



از دو همسر در برابر نقشها و وظایفی که باید در زندگی خانوادگی داشته باشد.

سوم اینکه پس از تشکیل یک خانواده، تا مدت زمانی ممکن است عوامل فشارزا خانواده‌ها را دچار تزلزل کند. در مقابل، همسران در طول این مدت زمان می‌آموزند چگونه با این بحرانها روبرو شوند. لذا زن و شوهر به خاطر داشته باشند که هرگاه در سالهای اولیه ازدواج، با تهدیدها و فشارهایی روبرو شدند، باید در اندیشه راه‌حل باشند. تصور اینکه مشکلات پیش آمده غیر قابل حل است، باعث می‌شود که خانواده در معرض تلاشی و جدایی قرار گیرد. در حالی که اگر زوجهای جوان بتوانند این دوران بحرانی را به سلامت پشت سر بگذارند، آینده امید بخشی را در پیش رو خواهند داشت.

## ۲- نقش و جایگاه زن و شوهر در یک خانواده متعادل

### ۱- احساس ارزشمندی و احترام ۲- در نظر داشتن تفاوتها

ارزشمندی و احترام حالتی است که هم زن و شوهر بایستی در خویشتن احساس کنند و هم آن رادر وجود دیگری بپذیرند و رعایت نمایند. احساس ارزش و عزت نفس تا حدودی ناشی از نحوه تربیت گذشته و خصوصیات شخصیتی زوجهای جوان است و بستگی به این دارد که پدر و مادر و خانواده هر یک از آنها با وی چگونه رفتار کرده‌اند و آیا زمینه‌های ایجاد چنین احساسی را در وجود او فراهم کرده‌اند یا خیر. لیکن این احساس می‌تواند تا حدی در زندگی زناشویی به دست آید یا تقویت شود. زن و شوهر بایستی نسبت به یکدیگر احترام، صمیمیت و اعتماد داشته باشند و در مواردی که اختلاف نظری بین آنان پیش می‌آید، حفظ احترام و ارزش همسر سر لوحه رفتارها و برخوردهای آنان باشد.

تفاوتهای فیزیکی و روانی بین زن و شوهر نیز بایستی در روابط خانوادگی رعایت شود. هر چند این تفاوتها نباید مساوات و عدالت بین زن و شوهر را تحت الشعاع قرار دهد، لیکن باید باعث تفاوتهایی در مسؤولیتهای و انتظارات هر کدام نسبت

چگونه می‌توانیم برای استحکام خانواده خود شرایط و فضای مناسبی را به وجود آوریم؟

برای پاسخ به این سؤال باید به توضیح دو نکته اساسی بپردازیم: یکی شناخت نقش و جایگاه هر یک از دو همسر و دیگری الگوهای ارتباطی در میان اعضای خانواده.

منظور از نقش، وظایف و مسؤولیتهایی است که زن یا شوهر در زندگی خانوادگی بر عهده دارند. جایگاه عبارت است از مقام و شأنی که هر یک از دو همسر در زندگی مشترک دارند. نقش و جایگاه لازم و ملزوم یکدیگرند و هر یک در ارتباط با دیگری است. ما برای اینکه بتوانیم از موقعیت متناسب و مورد نیاز خود در خانواده برخوردار باشیم باید وظایف و مسؤولیتهایمان را بشناسیم و به آنها عمل کنیم و در مقابل وقتی با وظیفه شناسی زندگی خانوادگی را ادامه می‌دهیم، بایستی آن طور که شایسته ماست مورد احترام و تکریم قرار گیریم. دو ویژگی وجود دارد که برای برخورداری از جایگاه مناسب زن و شوهر اهمیت دارد.



انسجام عاطفی و معنوی بیشتر در خانواده است. عمده‌ترین این وظایف عبارت است از:

- ۱-۱ - مهرورزی دو همسر نسبت به یکدیگر - زن و شوهر باید نسبت به هم مهر و محبت داشته باشند و به ویژه این احساس را به یکدیگر ابراز کنند.
- ۱-۲ - احترام و تکریم یکدیگر - همسران بایستی خود را عادت دهند در هر شرایطی، چه خوشحالی، چه ناراحتی و نارضایتی، چه خشم و دلخوری نسبت به همسر، رفتارشان از چهارچوب احترام و حفظ حرمت طرف مقابل خود خارج نشود.

۱-۳ - بردباری و شکیبایی در برابر نامایمات - زندگی خانوادگی، به ویژه در اوایل آن همراه با مشکلات و مسائل بسیاری است. برای مقابله با این مشکلات، زوجین بایستی تدابیر لازم را بیندیشند و به کار ببرند. یکی از اقدامات اساسی که در برابر همه مشکلات لازم است، برخورداری از روحیه بردباری و صبر در مقابل محرومیت‌ها و سختی‌ها است. ظرفیت روحی زوجین باید در حدی باشد که حتی به رغم ناتوانی در حل بعضی از آنها، تعادل روحی و رفتاری خود را از دست ندهند. هر یک از دو همسر باید مراقبت داشته باشد در مواقعی که احساس می‌کند شریک وی در مقابل مسائلی دچار اضطراب و نگرانی است، او را به صبر و شکیبایی دعوت کند. چنین رویه‌ای برای جمع کردن قسوی روانی و فکری تاهنگام یافتن راه‌حل‌های مناسب برای مشکلات، ضروری است.

۱-۴ - احترام به وابستگان همسر - هر زن و شوهر جوانی قبل از ازدواج با آشنایان و نزدیکان زیادی ارتباط و وابستگی فامیلی و عاطفی دارند. این روابط بعد از ازدواج به صورتهای مختلف حفظ می‌شود و ادامه می‌یابد. بخشی از روابط خانوادگی زوجهای جوان در ارتباط با بستگان آنها تنظیم می‌شود و به صورت سنت‌ها و آداب و رسوم اجتماعی، احترامات متقابل، پذیرایی‌ها، دعوت‌ها و دید و بازدیدها نمود می‌یابد. از وظایف بسیار مهم همسران آن است که متعلقان شریک خود را احترام

به دیگری گردد. ازدواج امری است که برای زن و مرد به عنوان یک نیاز مشابه فطری است، لیکن در زندگی مشترک، هر کدام از این دو بایستی تفاوت‌های خود را با دیگری مدنظر داشته باشد. وضع مطلوب یک زندگی مشترک آن است که هم زن و هم شوهر احساس خوشایندی از این زندگی داشته باشند و در عین حال هر یک از آنان خود را در جایگاه کاملاً مساوی با همسرش حس نکنند و بر حسب نیازها و احساس‌های خاص خود (برحسب جنسیت) از طرف همسرش با او رفتار شود. برای آنکه در زندگی زناشویی هم شأن و احترام زن و شوهر حفظ شود



و هم بر حسب تفاوتها و تشابهات روابط معقول و متعادلی بین آنان به وجود آید، بایستی هر یک از آنها نقشها و وظایف خود را بشناسد و به آنها عمل کند. نقشهایی که در اینجا از آنها صحبت می‌کنیم به سه گروه عمده قابل دسته‌بندی است:

- ۱ - نقشهای مشترک زن و شوهر
- ۲ - نقشهایی که برای شوهر در اولویت است یا خاص اوست.
- ۳ - نقشهایی که برای زن دارای اولویت است یا خاص اوست.

#### ۱ - نقشهای مشترک:

این نقشها و یا وظایف، آنهایی هستند که اثرشان

کنند و آنها را در نظر داشته باشند. بعضی مواقع دیده می‌شود که مردی اظهار می‌کند زن خود را دوست دارد یا زن اظهار علاقه به شوهر می‌کند، ولی در مقابل بستگان وی واکنش منفی و حاکی از عدم استقبال و محبت نشان می‌دهد و توجه ندارد که همسرش به خاطر دارا بودن این روابط فامیلی ممکن است در مقابل هر نوع بی‌توجهی و یا توهمین احتمالی نسبت به آنان، حتی اگر از طرف همسرش باشد، آزرده دل و ناراحت شود.

## ۲- نقشهای شوهر

۱- ۲- محبت ابتدایی نسبت به همسر- محبت بین زن و مرد در صورتی مطلوب و کامل است که ابتدا به توسط شوهر اظهار شود. در مقابل این اظهار محبت، معمولاً عکس‌العمل زن یک ارتباط متقابل توأم با محبت فراوان و گسترده است. اگر شوهری انتظار داشته باشد که همسرش نسبت به او ابراز محبت و علاقه بکند، بدون آنکه خود او در این کار پیشقدم شود، در ایجاد یک زندگی مطلوب و توأم با صمیمیت عاطفی موفقیت نخواهد داشت. معمولاً گفته می‌شود محبت مرد نسبت به همسر یک امر اولیه است و در مقابل، واکنش محبت‌آمیز زن نسبت به شوهر یک محبت ثانویه و در عین حال عمیق می‌باشد.

۲- ۲- احترام به همسر - مرد بایستی به همسر خود، بخصوص در حضور دیگران احترام بگذارد. این احترام باید توأم با صمیمیت و مهریابی باشد. زن نیازمند دریافت محبت و احترام از شوهر است، به ویژه هنگامی که در حضور دوستان و آشنایان قرار داشته باشد. این امر باعث می‌شود که زن از داشتن شوهر احساس افتخار و سربلندی کند و این احساس، شوق او را به زندگی زناشویی و آسایشی وی را برای گذشت و بردباری در برابر محرومیت‌ها و سختی‌های احتمالی بیشتر کند.

۳- ۲- خوشرویی و خوش خلقی - مرد چون از قدرت جسمی و فیزیکی بیشتری نسبت به زن برخوردار است باید مراقبت کند در مواقع ناراحتی و

خشم، تندی‌ها و سخت‌گیری‌های بی‌جا نداشته باشد. برعکس او بایستی در ایجاد یک فضای آرام، صمیمی و اطمینان بخش در محیط خانواده خود بکوشد. بد خلقی و عدم سلوک شوهر در خانواده باعث دلزدگی همسر و دیگر اعضای خانواده خواهد شد. این امر کاهش نفوذ گفته‌ها و دستورهای مرد بر روی آنان رابه همراه دارد و در روند شکل‌گیری خصوصیات روانی و تربیتی که از نقشهای بسیار مهم خانواده است، ایجاد اختلال و مشکل می‌کند.

۴- ۲- ایجاد آسایش و توجه به نیازهای خانواده - از وظایف مهم شوهر آن است که نسبت به وسع و توان خود برای اعضای خانواده گشایش ایجاد کند. شوهر بایستی روحیه‌ی توجه به نیازهای زن و فرزندان را در محیط خانه داشته باشد و در بین کارهای خود برای رسیدگی به امور مختلف خانه برنامه‌ریزی کند. توجه به امور خانه از قبیل تهیه مایحتاج و برآوردن خواسته‌های احتمالی همسر یا فرزندان از خصوصیات است که هم حکایت از توجه شوهر به کانون خانواده دارد و هم در همسر اطمینانی نسبت به شوهر به وجود می‌آورد که حتی در مواقع تنگدستی و مشکلات مالی او وظیفه‌ی خود می‌داند مراعات حال شوهر را بکند، چون از این نکته آگاه است که اگر چیزی در دسترس شوهر باشد از خانه و خانواده دریغ نخواهد کرد.

۵- ۲- احساس غیرت نسبت به همسر - مرد باید همچون حصار زن را در حمایت و مراقبت قرار دهد. این حالت باید هم در مراقبت نسبت به عفاف و پاکدامنی زن باشد و هم در توجه به نیازهای عاطفی و جنسی او. توجه مرد به عفاف همسر خویش شرط اولیه‌ی حفظ حریم خانواده و حفظ سلامت اخلاقی آن است. حالت غیرت و حمیت مرد اثر دیگری نیز در روحیه و رفتار زن دارد، به این صورت که در او احساس امنیت و اعتماد در پناه شوهر به وجود می‌آورد که یک احساس لذتبخش و مطلوب برای اوست و در افزایش عشق و محبت وی به شوهر مؤثر است.

## ۳- نقشهای زن :

زندگی خانوادگی داشته باشد، گاه به صورت عیب و ایراد گرفتن از شوهر عکس العمل نشان می‌دهد. چنین روشی باعث ایجاد تنش و کشمکش مستمر در زندگی خانواده و تزلزل در بنیان آن خواهد شد.

۵- ۳- عفت و چشم پوشی از غیر - یکی از وظایف اساسی زن که هم از نظر حساسیت و نیاز روحی شوهر حائز اهمیت است و هم با توجه به موازین شرعی و اجتماعی بایستی آن را رعایت کرد، عفت زن، حفظ خویش در مقابل افراد نامحرم و وفاداری کامل نسبت به شوهر است. در زندگی خانوادگی، کمال روحی شوهر، غیرت و کمال روحی زن عفت است و این دو صفت درکنار یکدیگر خانواده را در درون به سوی وحدت روحی، صمیمیت و عشق بین زن و شوهر سوق می‌دهد و از آلودگی‌های اخلاقی خانواده و جامعه جلوگیری می‌کند. وظیفه اساسی خویشتنداری و عفت به عهده زن است و بایستی در زندگی مشترک، حتی در روابط معمول با آشنایان و افراد فامیل که نامحرم هستند، مورد توجه باشد.

۶- ۳- مدیریت و تدبیر امورخانه - مدیریت و اداره خانواده بیشتر به عهده زن است. این مدیریت هم در جنبه عاطفی و روانی است و هم در اداره امور جاری منزل. هرچند شوهر نیز در هر دو جنبه باید شریک و سهیم باشد، لیکن ابتکار عمل و تدبیر اساسی را باید زن به عهده گیرد. لذا بایستی برای ایجاد فضای مناسب عاطفی و روانی و نیز محیط زیبا و نشاط بخش درخانه، زن برنامه‌ریزی کند و حتی در صورت نیاز آموزشهای لازم را ببیند تا بهتر بتواند در خانه یک "مدیر" خوب و موفق باشد.

### ۳- الگوهای تعامل (ارتباط متقابل) در خانواده متعادل

دوگروه الگوهای ارتباطی را در خانواده می‌توانیم نام ببریم:  
الف - الگوهای غلط  
ب - الگوهای صحیح

نقشهایی نیز از طرف زن بایستی مورد توجه خاص قرار گیرد. در صورتی که زن نسبت به این نقشها توجه داشته باشد و آنها را انجام دهد، می‌تواند در ایجاد استحکام خانواده مؤثر باشد. این نقشها عبارت است از:

۱- ۳- احترام و تکریم شوهر - با توجه به اینکه در زندگی زن‌شویی نقش محبت و اظهار عواطف بیشتر مناسب ساختار روانی و جسمی زن است و احساس دلگرمی و اطمینان خاطر را شوهر باید در فضای خانواده ایجاد کند، زن بایستی دقت داشته باشد که احترام او نسبت به شوهر هم یک نیاز روانی و عامل علاقه و محبت بیشتر شوهر نسبت به اوست.

۲- ۳- همدلی و همراهی با شوهر - زن بایستی در مسائل و مشکلاتی که شوهر در اداره زندگی در پیش روی خود دارد یا او همدلی کند و این همدلی را به صورتهای مختلف ابراز نماید. احساس همدلی که شوهر در همسر خود مشاهده می‌کند، جرأت و شهامت برای مقابله با سختی‌ها و نیروی روانی او را افزایش می‌دهد.

۳- ۳- شاکر بودن و قناعت پیشگی - معمولاً تأمین زندگی به عهده مرد است و گاه اتفاق می‌افتد که کمبودها و نارسایی‌هایی از این نظر در زندگی وجود دارد. اینکه زن در ضمن همراهی با شوهر برای بهبود وضع زندگی، روحیه شکر، قناعت و سپاسگزاری از آنچه در زندگی حاصل شده، داشته باشد، در بنای خانواده‌ای صمیمی و مستحکم بسیار مؤثر خواهد بود.

۴- ۳- پرهیز از عیب‌جویی از شوهر - زن و شوهر در عین حال که بایستی عیوب و نارسایی‌های یکدیگر را شناسایی کرده، به یکدیگر تذکر دهند و برای رفع آنها تلاش مشترک داشته باشند، بایستی مراقب باشند روحیه عیب‌جویی نسبت به یکدیگر را پیدا نکنند. این حالت به‌ویژه برای زن در مقابل شوهر بایستی مد نظر باشد. چه زن به واسطه محدودیت‌هایی که ممکن است در

## الف - الگوهای غلط :

اگر در روابط بین زن و شوهر رفتارهایی را که ذیلاً ذکر می‌شود مشاهده کنیم، می‌توانیم از روابط متقابل غلط و نامناسب سخن به میان آوریم.

۱ - حالت سازش و تسلیم پذیری - گاه دیده می‌شود مرد یا زن دائماً در صدد هستند خود را با رفتارها و انتظارات همسر، چه غلط و چه صحیح، سازش و تطبیق دهند. این حالت با وضعیت سازگاری مثبت و صبر و بردباری که لازمه هر زندگی جمعی و گروهی است تفاوت دارد. منظور از حالت تسلیم پذیری آن است که مرد یا زن به هر نحو ممکن بکوشد خود را سازش دهد، مثلاً در مقابل بد خلقی‌های مکرر همسرش تسلیم نظریات او شود و آنها را اجرا کند. این رفتار هرچند موقتاً تنش‌های بین همسران را کاهش می‌دهد، لیکن راه‌حل صحیح مشکلات نیست و آنان را در پشت یک مرز قراردادی در باره مسائل نگه می‌دارد.

۲ - حالت تحقیر و سرزنش - گاه دیده می‌شود در خانواده‌ای روابط بین اعضاء نسبت به یکدیگر توأم با تحقیر و سرزنش و رفتارهای تند و خشن و اهانت آمیز است. بعضی اوقات در خانواده اشتباهات و خطاهایی از اعضاء سر می‌زند و یا ما تصور می‌کنیم همسر یا فرزند ما آن گونه که مورد انتظاران بوده یا به نظرمان صحیح می‌رسد، رفتار نکرده است. در چنین مواقعی سرزنش کردن فرد خاطی یا به زعم ما خطاکار باعث می‌شود که در اعضای خانواده احساس حقارت و ناخوشایند به وجود آید. عکس‌العمل آنان نیز یا سکوت و تسلیم است که همان روش غلط حالت اول است و یا مقاومت و مقابله که در این صورت روند ایجاد شده باعث وجود جو تنش و جنجال در خانواده می‌گردد.

۳ - تحکم و حساب کشی کردن - گاه در زندگی خانوادگی، زن یا شوهر دائماً درصدد بازجویی و حساب کشی از شریک خود است. هر چند خانواده سالم نیازمند آن است که اعضاء کارها و برنامه‌هایشان را به دیگری اطلاع دهند، لیکن این وضع باید با هدف اتخاذ بهترین تصمیم و عمل

صورت گیرد نه به قصد تسلط بر همسر. اگر زن و شوهر بخواهند بطور مستمر یکدیگر را مورد تحکم و حساب کشی قرار دهند، زندگی خانوادگی در معرض خطر جدایی و اضمحلال قرار می‌گیرد. یا اگر یکی از دو طرف در مقابل دیگری تسلیم شود، به دنبال آن وضعیت روانی و عاطفی توأم با فقدان احساس مشترک و همدلی به وجود می‌آید که نتیجه‌اش آن است که زن یا شوهر نتواند همسر خود را محرم و نقطه اتکای امن خویش بداند و چه بسا گوشه‌ها و خلوت‌های خاص برای خود ایجاد کند که مغایر با همدلی و وحدت روحیه مورد نیاز خانواده است.



۴ - اغتشاش و سردرگمی - یک نوع از روابط متقابل غلط خانوادگی که پیچیدگی و ابهام زیادی برای همسران به وجود می‌آورد، حالتی است که از آن به اغتشاش و سردرگمی تعبیر می‌کنیم. در این نوع روابط زن یا شوهر در قالب کنایات و اشاراتی غیر مستقیم و کلی گله‌ها و شکایت‌ها، انتظارات و توقعات، تعریف و تمجیدهای خود را بیان می‌کند. این عبارات خطاب مستقیم به همسر ندارد، اما در عین حال اگر همسر بخواهد خود را مخاطب آن جمله یا عبارت بداند می‌شود منکر آن شد. مثلاً زنی به شوهرش می‌گوید: "خانه فلاتی پرده‌ای بود چنین و چنان و ارزان هم بود." شوهر که تصور می‌کند

نارسایی‌های هم را نشان دهند و برای بهتر زیستن خود تلاش مشترک داشته باشند.

زندگی مشترک بدون وجود ارزشها و اهداف متعالی قابل استمرار نیست. لذا همسران جوان بایستی اساس تشکیل خانواده را رسیدن به چنین اهدافی قرار دهند. حتی اگر بدون توجه به چنین اهدافی زندگی خانوادگی را آغاز کردند، باز هم تلاش کنند در برنامه‌ها و رفتارهای خود آنها را حاکمیت بدهند.

الگوهای ارتباط متقابل بین دو همسر تحت چنین شرایطی می‌تواند زمینه‌ساز زندگی شیرین در خانواده باشد.



۱- احساس بزرگ منشی و عزت نفس - دو همسر در زندگی باید از عزت نفس و احترام برخوردار باشند. هیچ پسر و دختر جوانی نمی‌تواند با انگیزه توجه به خود و احساس برتری نسبت به همسر به زندگی مشترک وارد شود و انتظار شیرین کامی و موفقیت داشته باشد. ممکن است در ابتدای زندگی مشترک این نحوه رفتار بین دو همسر وجود نداشته باشد که هر کدام سعی کند با احترام به دیگری حرمت نفس او را حفظ کند، لیکن چنین رویه‌ای باید به مرور در روابط متقابل آنان به وجود آید. مرد و زن جوان در صورتی می‌توانند چنین رویه‌ای را در رابطه با یکدیگر در پیش گیرند که خود

همسرش می‌خواهد برای خرید آن نوع پرده زمینه‌سازی کند در جواب می‌گوید: "باز تو چشمت به چیزی افتاد و طالب شدی؟" و زن بلافاصله جواب می‌دهد: "مگر من گفتم که ما هم بخیریم؟ من فقط تعریف آن را کردم." یا همسر وقتی به خانه وارد می‌شود به محض دیدن مقداری به هم ریختگی خانه با خود می‌گوید: "امان از دست این شلختگی و بی‌نظمی" و زن بلافاصله در جواب می‌گوید: "خوب کار داشتیم و نرسیدم." و آقا هم بلافاصله در مقام دفاع می‌گوید: "حالا مگر من تو را گفتم؟" در تمام این موقعیت‌ها خصوصیات مشترک آن است که زوجین نمی‌توانند خواستها و انتظارات خود را با اطمینان و خیال آسوده بیان کنند و ترس از عکس‌العمل تند و یا مقاومت یکدیگر دارند. لذا در قالب کنایات و اشاره‌ها، خواستها و توقعات سرکوب شده را مطرح می‌کنند و نتیجه چنین وضعی نیز سردرگمی و اغتشاش در فضای روانی و عاطفی خانواده است.

## ب- الگوهای صحیح

پایه ارتباط صحیح در خانواده دو چیز است:  
۱- ارزیابی و سنجش رفتارهای زوجین به توسط یکدیگر و تلاش برای رشد و کمال زندگی خانوادگی.

۲- وجود معیارها و اهداف صحیح و متعالی اگر چنین شکلی از ارتباط بین دو همسر به وجود آید، هدف هیچ یک از آنها جست و جو و تلاش تنها برای رسیدن به خواستهای خود نیست. و در عین حال نقطه مقابل آن، یعنی دست کشیدن از این خواستها و نیازها نیز مطرح نمی‌باشد. بلکه تلاش مشترک برای ارضای نیازهای یکدیگر و همچنین کمال بخشیدن به زندگی مشترک است. همسران جوان برای ایجاد همدلی و هم‌حسی با یکدیگر نیاز به فرصت‌هایی در ابتدای زندگی زناشویی دارند، لیکن به موازات ایجاد این همدلی و حتی برای به وجود آوردن آن باید برای یکدیگر در حکم آینه‌ای باشند که هم خوبیها و هم

تنش‌ها و سختی‌های پیش آمده در فضای خانواده را کاهش دهد. مثلاً هنگامی که همسر شما غمگین و عصبانی است، خون‌سردی شما می‌تواند در فروکش کردن این عصبانیت مؤثر باشد و در وقتی دیگر اتخاذ چنین رویه‌ای به توسط او نیز می‌تواند خشم احتمالی را فرو نشاند.

۴ - سپریلا بودن برای همسر - زن و شوهر در هنگامی که یکی از آنها در فشار و سختی قرار می‌گیرد باید بتوانند نقش کمک و یار او را داشته باشند. این روحیه هم برای مرد لازم است و هم برای زن؛ تفاوت در موقعیت‌هایی است که هر کدام می‌تواند در هنگام سختی‌ها سپر بلای دیگری باشد. برای زن، شوهرداری به معنای مصطلح، گاهی از اوقات همدلی و همراهی با شوهر در سختی‌ها و مشکلات است که در حسن رفتار و مدیریت خانواده تجلی می‌یابد و یک مرد نیز می‌تواند با مشارکت جدی در کارهای همسر خود، هنگامی که امور خانه او را دچار خستگی می‌کند، چنین نقشی را ایفا نماید.

۵ - میل به آگاهی و اندیشه‌های نو - محیط خانواده باید به فضایی برای افکار و اندیشه‌های نو برای زندگی بهتر، روابط شیرین‌تر و آینده درخشان‌تر و سازنده‌تر تبدیل شود. زن و شوهر باید این روحیه را در خود تقویت کنند که بطور دائم و با شور و نشاط در جست و جوی راههای بهتر برای ایجاد یک زندگی متعالی و بالنده باشند. چنین روحیه‌ای می‌تواند حتی از مسائل ساده و اولیه زندگی نظیر باورهای عادی نسبت به مسائل، نظریات و قضاوت‌ها شروع شود و بطور روزمره و هفتگی، زوجین دیدگاههای خود را مطرح، ارزیابی و اصلاح کنند و به دیدگاههای نو و مفید دست یابند. خانواده‌هایی که برای قبول افکار و اندیشه‌های تازه آمادگی ندارند، به مرور از رشد و کمال باز می‌مانند و ضمن آنکه در درون گرفتار ارتباط‌های قالبی، خشک و تغییرناپذیر می‌شوند، در مناسبات اجتماعی نیز به تدریج دچار نوعی رکود و عقب افتادگی خواهند شد.

بزرگ منش و دارای عزت نفس باشند و یا همزمان، آن را در خود تقویت نمایند.

از آنجاکه زوجهای جوان قبل از ازدواج هر کدام در خانواده پدری روابط خانوادگی و اجتماعی متعددی داشته‌اند، این روابط تا مدت‌ها بر رابطه مشترک آنان اثر می‌گذارد و لذا هر کدام از آنان باید مراقب باشند تا همراه با احترام به دیگری، فامیل و اطرافیان او را نیز مورد احترام قرار دهد.

۲ - خوش بینی و رضایت خاطر - هر یک از ما باید بتوانیم بین گذشته، حال و آینده رابطه معقول و متعادلی ایجاد کنیم. پسر و دختر جوان ممکن است قبل از ازدواج خاطرات، تجربیات و آرزوهایی داشته باشند که متفاوت از شرایط فعلی آنان باشد. این احتمال وجود دارد که آثار وقایع گذشته در زندگی زناشویی احساس شود و چه بسا باعث مشکلاتی گردد. مثلاً ممکن است زمینه‌های ازدواج با شخص دیگری برای شوهر یا زن پیش آمده و بدون نتیجه مانده باشد، یا شرایط زندگی در خانواده پدری با آسایش و رفاهی توأم بوده که در وضع فعلی بهره‌ای از آن نیست. در چنین مواردی اگر زن یا مرد مسائل گذشته را وسیله اعتراض یا تحقیر دیگری قرار دهد و یا در حسرت گذشته باشد، نمی‌تواند امید به زندگی خانوادگی شیرین و سالمی داشته باشد. زندگی مشترک محتاج روحیه رضایت نسبت به حال، فراموش کردن مشکلات و تلخی‌های گذشته و طرح و برنامه برای ایجاد شرایط خوش و موفقیت‌آمیز در آینده است.

۳ - پویایی، انعطاف و انطباق پذیری - در یک خانواده نباید اندیشه‌ها و احساس‌های زوجین حالت راکد و منجمد داشته باشد. خشکی، سرسختی و تغییر ناپذیری در روحیات با ایجاد حالت تعادل و استحکام در خانواده سازگار نیست، چون راه را بر هر گونه بازنگری نسبت به افکار و اعمال نادرست می‌بندد. زن و مرد در عین حال که دارای اصول و اهداف ثابت و معینی هستند باید در روابط با یکدیگر انعطاف و بردباری داشته باشند. دارا بودن روحیه انعطاف در بسیاری مواقع می‌تواند



# بی‌اشتهایی عصبی در کودکان و راههای درمان آن

علی اکبر رهنما

عمل از شیر گرفتن کودک یا افزوده شدن غذاهای سفت به رژیم غذایی وی باشد.<sup>۳</sup> تاریخچه خانوادگی این کودکان نشان می‌دهد که غالباً والدین آنان به علت پرخوری یا داشتن

مقدمه

بی‌اشتهایی عصبی<sup>۱</sup> اختلالی است که در آن کودک از خوردن غذا امتناع می‌ورزد و کاهش بیش از اندازه وزن بدن بدون علل جسمانی از نشانه‌های این بیماری است.<sup>۲</sup> ملاک تشخیص بی‌اشتهایی عصبی در کودکان کاهش وزن آنان به میزان ۱۵ تا ۲۰ درصد وزن اصلی است. البته در کودکان و نوجوانان میزان افزایش وزن حاصل از فرایند رشد را باید در نظر داشت. نکته مهم دیگری که در ارتباط با اختلالات تغذیه‌ای به طور کلی و بی‌اشتهایی عصبی به صورت خاص در دوران کودکی باید مد نظر باشد، نقش والدین و اعضای خانواده در ایجاد این اختلال است.

اصولاً دو نوع بی‌اشتهایی در کودکان دیده می‌شود: یکی بی‌اشتهایی زودرس اصلی که از بدو تولد ظاهر می‌گردد و نوع دیگر آن غالباً بین سنین ۵ تا ۸ ماهگی در کودکان دیده می‌شود. نوع دوم بی‌اشتهایی بیشتر ممکن است ناشی از

لاغری می‌دهد، از راه ایجاد ترس از چاقی نیز می‌تواند از عوامل بروز این اختلال در بین کودکان و نوجوانان باشد.

### عوامل بی‌اشتهایی عصبی

نظریه‌های شناختی-رفتاری، ادراکات غلط فرد از خودش، اعتماد به نفس ضعیف و تعبیر و تفسیر غلط پدیده‌های مربوط به افزایش وزن و چاقی را در ایجاد بی‌اشتهایی عصبی در کودکان مؤثر می‌دانند (گارنر و دیگران، ۱۹۸۶).

در نظریه‌های زیستی این اختلال در اثر نقص در کار هیپوتالاموس مغز ایجاد می‌شود (لانبرگ و دیگران، ۱۹۷۰)، ولی باید گفته شود که بی‌اشتهایی عصبی به صورت کاملاً ارثی منتقل نمی‌گردد. توجهات روان‌کاوی نیز دربارهٔ

رژیم غذایی خاصی، غذا در نظرشان مهم است و در امر تغذیهٔ فرزندان خود نیز دخالت‌های زیادی انجام می‌دهند. بسیاری از این کودکان قبل از مراجعه به درمانگاه، بارها وادار به پرخوری شده‌اند. این اختلال به رغم دیگر اختلالات روانی و رفتاری کودکان، در میان دختران ۹ برابر پسران گزارش می‌شود.

تصور بر این است که این اختلال ممکن است ناشی از تمایل به لاغری و در نتیجه ترس از چاقی و افزایش وزن باشد. این بیماری در بیست سال گذشته افزایش قابل ملاحظه‌ای پیدا کرده است. هر چند که  $\frac{۲}{۳}$  این بیماران بهبود پیدا می‌کنند، لیکن  $\frac{۱}{۳}$  بقیه در اثر پیشرفت بیماری از بین می‌روند (بمیس و برانچ، ۱۹۶۰).

### علل و عوامل ایجاد بی‌اشتهایی عصبی

علت بی‌اشتهایی عصبی هنوز کاملاً مشخص نیست، ولی در عین حال در توجه آن نظریات متعددی ارائه شده است (بمیس، ۱۹۷۸). مطالعات نشان می‌دهد که وسواس فکری در مورد غذا و رفتارهای مشابه در بین بیماران مبتلا به بی‌اشتهایی عصبی مشاهده می‌شود (کیز، بروزک، هنشل، میکلسن و تایلور، ۱۹۵۰).

استروبر و دیگران نیز عوامل ژنتیکی را در ایجاد این اختلال مؤثر می‌دانند. مطالعات مربوط به دوقلوها نشان می‌دهد که این اختلال در بین دوقلوهای یک تخمکی بیشتر مشاهده می‌شود (هولاند و دیگران، ۱۹۸۴). در بین این کودکان شیوع بیشتری از اختلالات عاطفی نیز گزارش شده است (گروشن و دیگران، ۱۹۸۳). از طرف دیگر اهمیت آن که اجتماع به پدیدهٔ







به طور کلی باید گفته شود طیف وسیعی از عوامل مربوط به محیط به خصوص محیط خانوادگی، عوامل ژنتیکی و ارثی و عوامل مربوط به الگوهای تربیت خانوادگی در ایجاد این اختلال دخیل هستند، ولیکن تحقیقات سهم خانواده را در ایجاد این اختلال خیلی مهم نشان داده است.

### شیوه‌های درمان

لایتنبرگ و همکاران (۱۹۶۸) از تحقیق خود بر روی درمان دو دختر بچه نتیجه گرفته‌اند که موفقیت درمان بی‌اشتهایی عصبی در آنان، در اثر ارائه تقویت مثبت در مقابل خوردن غذا و افزایش وزن صورت گرفته است. یعنی تا وقتی

علل بی‌اشتهایی عصبی قانع‌کننده نیست.

در دیدگاه‌های رفتاری، امتناع از غذا خوردن یک نوع روی گردانی و دلزدگی از غذا تلقی می‌شود که کودک آن را به صورت اکتسابی از محیط و به خصوص محیط خانواده یاد می‌گیرد و این دلزدگی از غذا به توسط رفتار والدین تقویت می‌شود (آیلون، هافتون و آزمووند، ۱۹۶۸).

خانواده درمانگرانی مانند مینوچین می‌گویند که بسیاری از عوارض جسمانی از جمله بی‌اشتهایی عصبی در خانواده ایجاد می‌شود و والدین در ایجاد و حفظ این اختلال نقش اساسی دارند. بر اساس دیدگاه خانواده درمانی وابستگی بیش از اندازه کودک به خانواده موجب می‌شود که کودک به استقلال فردی که اهمیت زیادی در این دوران دارد نرسد و در نتیجه وابسته به خانواده باقی بماند و این وابستگی سهم بزرگی در ایجاد بی‌اشتهایی عصبی در کودک دارد. خانواده‌های این کودکان غالباً نگرانی‌هایی در مورد خوردن، رژیم غذایی و عادات غذایی دارند. در این نوع خانواده‌ها، نوجوانان به ویژه با امتناع از خوردن، لجاجت و دشمنی خود را با والدین آشکار می‌کنند. در مقابل رفتارهای کودکان و نوجوانان، خانواده هر چه بیشتر می‌خواهد از آنان حمایت کند و این خود موجب تقویت رفتارهای غلط شده، به نوبه خود رفتارهای مربوط به بی‌اشتهایی عصبی را تقویت می‌کند. پس لازم است کل نظام خانواده کودک بی‌اشتها مورد اصلاح قرار گیرد. گزارشهای مینوچین و همکاران حاکی از آن است که ۸۶٪ کودکان بی‌اشتها که شمارشان ۵۳ نفر بود، با استفاده از روشهای خانواده درمانی، بهبود پیدا کرده‌اند.

خوردن را در متن خانواده از خود بروز می‌دهد (استانکاراد و ماهونی، ۱۹۷۶).

همه کودکان از سن یک تا سه سالگی یا بیشتر از آن در اوج مرحله لجبازی و منفی‌گرایی هستند و تلاش برای مجبور کردن آنان به کارهایی یا رفتارهایی مانند غذا خوردن اجباری، بجز جنجال و اضطراب حاصلی ندارد. در این سن کودک از نخوردن و رد کردن غذا لذت می‌برد و از طرفی شرایط نامطبوع غذا خوردن در منزل گاهی ممکن است کودک را از غذا خوردن باز دارد، یعنی او را علیه غذا

که این دو کودک به غذا خوردن مشغول نمی‌شدند و افزایش وزن آنان مشاهده نمی‌شد، هیچ گونه تقویتی دریافت نمی‌کردند. تقویت رفتارهای مربوط به غذا خوردن در این دو کودک عبارت بود از تماشای تلویزیون، گردش در خارج از بیمارستان و مرخص شدن از بیمارستان در اثر افزایش قابل ملاحظه وزن بدن. علاوه بر آن چون بیماران از میزان غذای مصرفی و میزان افزایش وزن خود آگاه می‌شدند، اطلاع از نتایج مربوط به پیشرفت در غذا خوردن و افزایش وزن در بهبودی بیشتر آنان مؤثر بود.

بنابراین، بر اساس اصول یادگیری از دیدگاه شرطی‌سازی عامل (شرطی سازی عامل یا فعال به این صورت است که ابتدا فرد (کودک) کاری را انجام می‌دهد و این کار پیامد مثبت مانند توجه والدین را بر می‌انگیزد و این به نوبه خود باعث می‌شود همان کار باز هم تکرار شود)، گفتن این عبارت از جانب والدین به کودک که: "اگر وزنت افزایش پیدا کند، اجازه خواهی یافت به تماشای تلویزیون بنشینی" در واقع خواستن انجام یک رفتار و عمل از کودک است که در صورت دست زدن کودک به آن عمل، تقویت (تماشای تلویزیون) نیز به دنبال خواهد آمد. یا اینکه والدین با استفاده از اصل شرطی سازی عامل با کودک خود قرارداد می‌بندند که در صورت خوردن مقدار معینی از غذا و یا افزایش میزان معینی از وزنش او را به پارک، سینما و یا مجالسی که دوستان کودک نیز هستند، خواهند برد. البته محققان رفتارگرا معتقدند که رفتاردرمانی همواره باید با خانواده درمانی ترکیب شود، به لحاظ اینکه کودک رفتارهای ناهنجار مربوط به امتناع از غذا

انسانی و مطالعات رفتاری  
علوم انسانی

شرطی کند (نوابی نژاد، ۱۳۶۷). بنابراین لازم است که از تحمیل غذا به کودک خودداری کرد

که دیگر فکر و تصور این موارد، ترس و دلهره‌ای را در کودک ایجاد نماید. نتایج مربوط به درمان دختران ۱۲ ساله مبتلا به بی‌اشتهایی عصبی با استفاده از روش حساسیت زدایی منظم امیدوارکننده بوده است. البته این نوع درمان در مورد نوجوانان نسبت به کودکان بیشتر نتیجه بخش خواهد بود.

همان‌گونه که اشاره شد، خانواده درمانی نیز یکی از شیوه‌های با اهمیت در درمان بی‌اشتهایی عصبی کودکان به حساب می‌آید و نتایج درمانی نشان می‌دهد که از شیوه‌های درمانی دیگر موفق‌تر بوده است.

روشهای خانواده درمانی همراه با دارو- درمانی در بیمارستان و با ترکیبی از روشهای رفتاری در منزل به کار می‌روند. خانواده درمانگران (مینوچین و همکاران، ۱۹۷۴ و ۱۹۷۸) اعتقاد دارند که الگوها و شیوه‌های نادرست روابط خانوادگی در ایجاد و نگهداری حالت بی‌اشتهایی عصبی در کودکان نقش مهمی دارند. بنابراین برای درمان تلاش می‌کنند

و به هنگام صرف غذا در منزل شرایط آرام و راحتی ایجاد نمود تا در کودک نسبت به غذا خوردن نگرش مثبت به وجود آید، و این عمل برای اولذت بخش شود.

حساسیت زدایی منظم<sup>۴</sup>، نوعی شیوه رفتاری است که در درمان و کاهش حالت بی‌اشتهایی عصبی در کودکان به کار می‌رود و منظور از آن این است که درمانگر سعی می‌کند به تدریج عواملی را که باعث اضطراب و ترس کودک از غذا خوردن می‌شود، از بین ببرد. مثلاً ممکن است کودک ترس از چاق شدن، ترس از مورد تمسخر و اذیت و آزار قرار گرفتن به توسط همسالان و ترس از پذیرفته نشدن در گروه همسالان را بهانه قرار دهد و از خوردن غذا امتناع ورزد. در این موارد یک درمانگر رفتاری سعی می‌کند بعد از ایجاد حالت آرامش عضلانی و روانی در بیمار از وی درخواست کند که به تدریج این فکرهای ترس‌آور را به ذهن آورد و در شرایط "آرامیدگی روانی" و به صورت تجسم ذهنی با آنها مقابله کند، تا جایی



تا والدین را از الگوهای نامطلوب روابط در درون نظام خانوادگی آگاه کنند و در اصلاح این الگوهای نادرست آنان را یاری نمایند. مثلاً ممکن است الگوی رفتاری حمایت بیش از حد کودک از طرف والدین اعمال شود و کودک در اعتراض به حالت وابستگی بیش از حد خود، دچار بی‌اشتهایی عصبی شود (با بی‌اشتهایی عصبی و امتناع از غذا خوردن در برابر والدین خود واکنش نشان دهد).

### توصیه‌های عملی به والدین برای پیشگیری و درمان بی‌اشتهایی عصبی کودکان

با عنایت به اهمیت بسیار زیاد نقش خانواده و والدین در ایجاد و حفظ حالات و عوارضی مانند بی‌اشتهایی عصبی که در این مقاله مورد بررسی قرار گرفت، و با توجه به اینکه کودکان اکثر اوقات خود را با خانواده می‌گذرانند و در تعامل دائمی با والدین و اطرافیان خود در خانواده هستند، در پایان این مقاله، با توجه به نکات مطرح شده در صفحات پیشین و با استناد به یافته‌ها و آزمایش‌های علمی، توصیه‌های عملی مفیدی در زمینه پیشگیری و درمان بی‌اشتهایی که می‌تواند مورد استفاده والدین قرار گیرد، عنوان می‌شود:

۱- والدین باید همواره سهم و نقشی را که خود در ایجاد حالاتی از قبیل بی‌اشتهایی عصبی و پرخوری در فرزندان خویش دارند، مدنظر داشته باشند.

۲- نقش الگویی والدین در صرف منظم غذا و پرهیز از الگوهای غلط صرف غذا مانند پرخوری و نامنظم خوردن غذا، نقش مهمی در



یادگیری الگوهای صحیح مصرف غذا از طرف کودک و در نتیجه عدم ابتلای وی به بی‌اشتهایی عصبی دارد.

۳- پدران و مادران، تقویت‌های مثبت مانند حق تماشای تلویزیون، رفتن به پارک، سینما و گردش و بازی با همسالان را در مقابل رفتارهای مربوط به غذا خوردن و افزایش وزن کودکان ارائه کنند.

۴- والدین در برخورد با کودکان دچار بی‌اشتهایی عصبی از تحمیل نظریات خود در باب غذا خوردن مانند واداشتن آنان به پرخوری لطفاً ورق بزنید

غذا به توسط کودک نمی‌تواند به دلیل بی‌اشتهایی عصبی باشد، بنابراین در برخورد با پدیده بی‌اشتهایی باید معیارها و میزانهای نوع عصبی و روانی آن را در نظر داشته باشند.

### پاورقیها:

- 1 - ANOREXIA
- ۲ - انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۱۹۸۷
- ۳ - دادستان، ۱۳۷۰
- 4 - SYSTEMATIC DESENSITIZATION

### منابع:

- 1 - KRACHWILL, THOMAS R. & MORRIS, RICHARD J. (1991), THE PRACTICE OF CHILD THERAPY, PERGOMON GENERAL PSYCHOLOGY SERIES.
- 2 - GRAHAM, PHILIP (1986) CHILD PSYCHIATRY, OXFORD UNIVERSITY PRESS.
- ۳ - نلسون، ریتاویکس، ایزرائل، آلن سی، ترجمه تقی منشی طوسی (۱۳۶۹)، اختلالهای رفتاری کودکان، انتشارات آستان قدس رضوی
- ۴ - دادستان، پریخ (۱۳۷۰)، روان‌شناسی مرضی تحولی، انتشارات رشد
- ۵ - راس، آلن، ترجمه مهریار، امیر هوشنگ (۱۳۷۰)، اختلالات روانی کودکان، انتشارات رشد
- ۶ - نوابی نژاد، شکوه (۱۳۶۷)، رفتارهای به‌هنجار، انتشارات ابتکار

به رغم میل ایشان خودداری کنند، چون هرچه بیشتر به این کار مبادرت ورزند، حالت عناد و پرخاشگری را در کودک افزایش می‌دهند.

۵ - والدین باید توجه داشته باشند که بی‌اشتهایی عصبی اختلالی است که در آن محرکهای محیطی که این رفتار را تقویت می‌کنند، بسیار مؤثر است. بنابراین باید سعی کرد که این محرکها را از محیط خانواده دور نمود.

۶ - گاهی ممکن است بی‌اشتهایی عصبی ناشی از بعضی اعمال والدین مانند از شیر گرفتن کودک، تحمیل بعضی از غذاها به رژیم غذایی کودک و محروم کردن کودکان از مصرف بعضی از غذاها بدون دلیل پزشکی باشد. در مواردی که بی‌اشتهایی عصبی ناشی از این عوامل باشد، والدین باید جداً از آنها خودداری کنند و یا در عمل به آنها دقت لازم را داشته باشند.

۷ - والدین و اطرافیان کودک نباید خیلی زیاد و مستقیماً دربارهٔ ارزشمندی لاغری صحبت کنند، به خاطر اینکه با این کار ممکن است ترس از چاقی و موارد مشابه دیگری را در کودکان ایجاد نمایند.

۸ - به علت اینکه موارد شدید بی‌اشتهایی عصبی ممکن است جان کودک را به خطر بیندازد، حتماً لازم است والدین در ارتباط مداوم با درمانگر متخصص قرار گیرند.

۹ - در بعضی موارد برای ترغیب و تشویق کودکان به غذا خوردن و نجات آنان از کاهش بیش از حد وزن لازم است که والدین مواد خوشبو و مطبوع به غذای کودکان اضافه نمایند.

۱۰ - والدین باید توجه داشته باشند که هر نوع امتناع از خوردن و یا کاهش میزان مصرف

فاطمه فلسفی

# آب، سلامت، بهداشت

علاوه بر نقش حیاتی آب در بدن، آدمی برای حفظ سلامت و بهداشت خود نیز به آب نیازمند است و با استفاده از آب تمیز می‌تواند بسیاری از بیماریهای عفونی و غیر عفونی را تحت کنترل درآورد. بیماریهایی که آب به نحوی در انتقال آنها دخالت دارد عبارت است از:

- ۱- بیماریهایی که آب وسیله انتقال میکروبیهای آنهاست، مانند: اسهال، حصبه و وبا
- ۲- بیماریهای انگلی که آب در انتقال آنها دخالت دارد.
- ۳- بیماریهایی که آب به طور غیر مستقیم در ایجاد آنها دخالت دارد مانند بیماریهایی که به وسیله بشه منتقل می‌شود و آب برای نمو بشه

آب سالم و بهداشتی یکی از نیازهای اساسی بشر است. انسان می‌تواند هفته‌ها بدون غذا زندگی کند، ولی بدون آب فقط چند روزی قادر به ادامه حیات است. حدود ۶۰٪ وزن بدن ما از آب تشکیل یافته است و انسان روزانه به ۱/۵ لیتر آب نیاز دارد.



ضروری است، مانند: مالاریا.

- شستن دستها پس از تماس با حیوانات و آماده کردن غذای خام اهمیت دارد.

- معمولاً کودکان دست خود را به دهان می‌برند، بنابراین شستن مرتب دستهای کودک مخصوصاً قبل از غذا خوردن ضروری است.

- اکثر بیماریها مخصوصاً اسهال از میکروبیهای موجود در مدفوع ایجاد می‌شود. این میکروبیها از طریق غذا، آب و دستهای آلوده وارد بدن انسان می‌شود. لذا مادری که از کودک مبتلا به اسهال مراقبت می‌کند باید حتماً قبل از اقدام به آماده کردن غذا برای خانواده دستهایش را با آب و صابون بشوید.

- توالت‌ها بایستی به طور مرتب تمیز شود و سرپوشیده باشد.

- با استفاده از آب آشامیدنی سالم می‌توان از وقوع بسیاری از بیماریها جلوگیری کرد. خانواده‌هایی که دارای آب لوله‌کشی سالم هستند کمتر دچار بیماری می‌شوند. حتی اگر آب صاف و زلال مانند آب چشمه یا آب نهرها در دسترس است باید توجه داشت که ممکن است میکروب داشته باشد. جوشاندن آب سبب کشته شدن میکروبیها می‌شود، لذا توصیه می‌شود اگر مجبور به استفاده از چنین آبهایی هستید اول آب را خوب بجوشانید و سپس سرد نمایید. جوشاندن و سرد کردن آب مخصوصاً برای استفاده نوزادان و کودکان خردسال از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، زیرا آنان مقاومت کمتری نسبت به بزرگسالان در مقابل میکروبیها دارند. با رعایت بهداشت و پاکیزگی قدم اساسی را برای دفاع بدن در مقابل بیماریها برداشته‌اید، لذا توصیه می‌شود برای سلامت بیشتر، خوب بخورید، به اندازه کافی استراحت کنید و خود را پاکیزه نگهدارید.

۴- بیماریهایی که از طریق کاهش یا افزایش املاح محلول در آب در انسان ایجاد می‌شود، مانند: گواتر که در اثر کمبود ید در آب و غذا عارض می‌شود. همچنین اگر میزان نیترات موجود در آب بیش از اندازه باشد موجب نوعی بیماری در کودکان کمتر از ۶-۳ ماهه می‌شود و در بزرگسالان نیز مشکلاتی را ایجاد می‌کند.

علت بیش از نیمی از تمام بیماریها و مرگ و میرهای کودکان خردسال، ورود میکروب به دهان از طریق غذا و آب است. در روده بزرگ انسان به طور طبیعی میکروبیهای زندگی می‌کنند. اگر شخصی مبتلا به بیماریهای روده‌ای باشد، غالباً میکروبیها در مدفوع او مشاهده می‌شود. بنابراین اگر آلودگی به طریقی از مدفوع منتقل گردد موجب بیماری در شخص می‌شود.

### طرق انتقال بیماری از مدفوع

اگر آب و خاک آلوده به مدفوع شود و این آلودگی به غذا منتقل گردد و یا آلودگی از طریق حشرات مانند مگس و دست آلوده وارد غذا شود، موجب بیماری در انسان می‌شود و بیماری نیز در نهایت موجب مرگ یا ناتوانی در فرد می‌گردد. لذا برای جلوگیری از آلودگی و انتقال میکروبیها رعایت نکات زیر توصیه می‌شود:

- شستن دستها با آب و صابون پس از توالت و پیش از خوردن غذا، میکروبیها را از دستها دور نگهداشته، سبب جلوگیری از انتقال میکروب به غذا و دهان می‌شود.

مهمتر از دادن دارو است، زیرا آبی که در اثر اسهال شدید از دست رفته باید به وسیله دادن مایعات کافی در بدن جبران شود. و یا شستن زخمها با آب و صابون موجب جلوگیری از عفونت زخم می شود. در زیر چند نمونه از موارد استفاده آب برای درمان بیماریها ذکر می شود.

در بسیاری از موارد اگر از آب درست استفاده شود دیگر نیازی به دارو برای درمان نیست. حتی گاهی نقش آب مهمتر از داروست و استفاده صحیح و بجای از آب از بسیاری بیماریها جلوگیری می کند. مثلاً در بیماری اسهال، دادن مقدار زیادی مایعات به بیمار

هدف	استفاده از آب
جلوگیری از اسهال، بیماریهای انگلی و عفونت های روده ای	جوشاندن آب آشامیدنی، شستن دستها
جلوگیری از عفونت پوست	مرتب حمام کردن
جلوگیری از عفونت زخم و کزاز	شستن زخمها با آب و صابون
درمان اسهال، از دست دادن آب بدن، عفونت ادراری جزئی و بیماری هایی که با تب همراه است.	نوشیدن زیاد مایعات
درمان تب های بالا	کمپرس بدن با آب سرد
بهبود سرفه و آسم	استفاده از بخور آب گرم
درمان زخمها، زرد زخم و بیماریهای قارچی	ضد عفونی کردن با آب و صابون
بهبود زخمهای عفونی	استفاده از کمپرس آب گرم
التیام سوختگی	نگهداری در آب سرد
بهبود گلو درد و لثه حساس	غرغره با آب گرم و کمی نمک
التیام خارش، سوختگی و تحریکات شدید پوستی	استفاده از کمپرس آب سرد

### منابع :

1 - COMMUNITIY PARTICIPATION IN NUTRITION EDUCATION , UNESCO , 1988.

۲ - دکتر اکبر عالمی، اصول و کلیات خدمات بهداشتی، ۱۳۵۷







# نوآوری در نحوه برگزاری کلاسهای آموزش خانواده

صداقت وفادار - کارشناس مسؤول آموزش دفتر مرکزی انجمن اولیاء و مربیان

باشد تا استحکام و قوام خانواده امکانپذیر شود و از این طریق بتواند نقش مؤثر و سازنده خویش را ایفا کند. در راه دستیابی به این هدف مهم آموزشهای خانواده چراغی فروزنده در سر راه خانوادههاست. به طوری که اکنون خانوادهها اطمینان حاصل کردهاند که استفاده مناسب از فرصتهای آموزشی و آموزشهای عمومی در برقراری عدالت اجتماعی، انسجام جامعه و ایجاد روابط سالم بین افراد سهم بسزایی دارد و باید آموزش بهتر و بیشتری را برای خود و فرزندانسان تدارک بینند تا بتوانند به سهم خود به ارتقای سطح فرهنگی جامعه کمک کنند.

## ضرورت آموزش خانواده

با آغاز زندگی مشترک یک زوج که معمولاً با مراسمی خاص و جشن و شادمانی همراه است خانوادهای واقعیت می‌یابد. زن و مردی با

## مقدمه:

خانواده به عنوان اولین نهاد اجتماعی و نخستین پرورشگاه شخصیت‌های انسانی از دیرباز مورد قبول پژوهشگران و محققان بوده است. چراکه آغوش خانواده جایگاه محبت و صمیمیت و رشد و شکوفایی فرزندان است. در حقیقت می‌توان گفت که از طریق خانواده روابط عاطفی و اجتماعی در جوامع بشری نضج یافته و شکل گرفته است. همچنین باید اذعان کرد که زندگی خانوادگی مقدمه‌ای برای ورود فرد به زندگی اجتماعی است و بهترین آموزشگاهی است که افراد در آن پرورش می‌یابند و محبت و خوش خلقی، بردباری و گذشت، تعادل، کمال و احساس مسؤولیت و ... را فرا می‌گیرند و دریک کلام برای زندگی آماده می‌شوند. بنابراین باید محیط خانواده همواره پاسنگوی نیازهای اصولی و مشروع اعضای تشکیل دهنده آن



حساسیت و مهارت خاصی را طلب می‌کند و خانواده لاجرم باید با این گونه مسائل آشنا باشد و اقدامات مناسبی را به منظور تربیت نسلهای آینده و نیز گذران یک زندگی سعادت‌مند به انجام برساند. بنابراین لازم است کلاسهای آموزش خانواده در قالب یک دوره آموزشی طرح‌ریزی و اجرا شود.

لازم به یادآوری است که نتایج بعضی تحقیقات به عمل آمده نشان می‌دهد که حتی والدین فرهنگی (پدر و مادر) از خصوصیات کودکان در دوران مختلف رشد اطلاعات اندکی داشته، نیاز به آموزش دارند. تحقیقی که بر روی ۵۸ نفر از مادران و ۳۲ نفر از پدران فرهنگی صورت گرفته است نشان می‌دهد که ۵۰ درصد از مادران و ۶۶ درصد از پدران اطلاعات ضعیفی درباره خصوصیات کودکان در دوران مختلف رشد دارند. بنابراین لازم است والدین به طور اعم در کلاسهای آموزش خانواده

خواستها و خصوصیات فردی و آمال و آرزوهای متفاوت تصمیم می‌گیرند تا اهداف مشترکی را دنبال کنند و به خواستهای مشترکی دست یابند. آنان می‌خواهند بر موانع و مشکلات زندگی فائق آیند و به سعادت و کمال برسند، اما تفاوت‌های فردی و نیز اختلافات موجود در سطوح فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و سواد خانواده‌ها انتظارات و عملکردهای متفاوتی را برای هر کدام از زوجهای جوان به همراه دارد. لذا انطباق و سازگاری آن دو با هم امری بس مهم و حیاتی است و نیاز به بررسی و آگاهی و شناخت کافی دارد. در واقع آشنایی با این موارد ضرورت برگزاری کلاسهای آموزش خانواده را ایجاب می‌کند.

از طرف دیگر با تولد فرزند مسؤلیت خانواده ابعاد تازه‌ای می‌یابد، چراکه نگهداری و تربیت نوزاد و رشد و شکوفایی استعدادهای او

حضور زنان رادر امور تولیدی و خدماتی به دنبال دارد. این امر وضعیت جدیدی را برای خانواده‌ها به وجود آورده و آنها را به سوی خانواده‌هسته‌ای<sup>۱</sup> سوق داده‌است. اگرچه این شرایط موجب تسریع در روند توسعه جامعه شده ولی تبعات سوئی نیز در روابط خانوادگی و تربیت فرزندان داشته است و آنان را حتی از آموزشهای سنتی خانواده هم محروم کرده است. این در شرایطی است که به علت تغییر شدید ارزشها و معیارهای رفتاری و تغییرات سریع فرهنگی، بین دو نسل اختلاف به وجود آمده و موجب شده است که فرزندان از خانواده بیشتر فاصله بگیرند و به همسالان خود گرایش پیدا کنند. و بدین ترتیب است که انسجام خانواده کاهش می‌یابد و در نهایت تربیت کودکان و سازندگی نسلهای آینده که در گرو رفتار اصولی اعضای خانواده با همدیگر و با فرزندان خود می‌باشد، به نحو مطلوب حاصل نمی‌شود.

بنابراین لازم است خانواده‌ها بیش از گذشته نسبت به تأثیر خود در سازندگی و شخصیت فرزندان حساس باشند و با شناخت موقعیت‌ها و شرایط جدید و با دوراندیشی خاصی تغییرات به وجود آمده را مد نظر قرار داده، با فراگیری آموزشهای لازم به ایفای نقش مؤثر خود در بالندگی فرزندان بپردازند. برای تحقق این امر مهم یقیناً آموزش خانواده‌ها از نقش بسزایی برخوردار است. در حقیقت اهمیت آموزش در ایجاد زمینه برای پذیرش تغییرات و تحولات، فراگیری شیوه‌های نو، افزایش توانایی یادگیری و مهارتهای فردی و نیز زمینه‌سازی برای مشارکت خانواده در ساختن سرنوشت خویش و ارتقای آگاهیهای سیاسی و

حضور یابند تا بتوانند با روحیات و تواناییهای فرزندان خود بهتر آشنا شوند.

آموزش خانواده می‌تواند پاسخ مناسبی برای نیازهای آموزشی، تربیتی و فرهنگی خانواده‌ها باشد و آگاهی و شناخت آنها را در مورد نحوه برخورد با مسائل و مشکلات زندگی افزایش دهد.

### ضرورت تغییر در نظام آموزش خانواده

آموزش خانواده در عمومی ترین شکل خود همواره و در همه جوامع وجود داشته است. هر جامعه‌ای به منظور آشنا کردن جوانان خود با آداب و رسوم و قوانین حاکم بر آن جامعه ساختارهای متعدد آموزشی را به کار می‌برد که دامنه آنها از یادگیری کاملاً غیر رسمی به عنوان بخشی از زندگی روزمره تا مراسم سازمان یافته‌تر، توأم با انتقال از یک گروه سنی جامعه به گروه دیگر در نوسان است. این شیوه آموزش سنتی در حال حاضر نیز جایگاه خود را به عنوان آموزشهای غیر رسمی در جوامع حفظ کرده‌است.

اما جامعه با تمام آداب و فرهنگ خود به سوی تعالی و رشد در حرکت است، چراکه ارتقای سطح علمی و صنعتی و تخصصی شدن امور بویژه در دهه‌های اخیر دگرگونی در ساختارهای اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و آموزشی خانواده‌ها را اجتناب ناپذیر کرده و تأثیرات عمیقی را بر روابط خانوادگی به جای گذاشته است.

از طرف دیگر ضرورت فراهم کردن شرایطی مساعد برای توسعه اقتصادی و رشد تولید ملی لزوم مشارکت آحاد مردم و حتی

تغییرات اجتماعی باشد. این آمادگی عمومی به دو صورت امکان پذیر است:

- ۱- تغییرات ناشی از خواست اجتماعی که آموزش خانواده‌ها را به منظور همسو کردن آنان با تحولات و پذیرش عمومی لازم می‌کند.
- ۲- شیوه‌های روان‌شناختی و یا شخص مدار که بر اساس آن تغییر و تحول بستگی به خصوصیات افراد درگیر دارد. این روش در آموزش خانواده یک شیوه مؤثر و مسلط است. شاید مهمترین دلیل این مدعا انجام پذیری و عملی بودن این روش باشد. در واقع با این شیوه انگیزش لازم در خانواده‌ها برای آموزش ایجاد شده و در نهایت نیز انسجام و هماهنگی عمومی حاصل می‌شود.

### اهداف آموزش خانواده

ماهیت متنوع و گسترده آموزشهای خانواده همواره این سؤال را مطرح کرده است که این

اجتماعی بر کسی پوشیده نیست. بنابراین توجه به گستردگی آموزش خانواده و ایجاد تغییر در آن ضروری به نظر می‌رسد. زیرا از یک سو موقعیتهای خاص هر سن در طول زندگی وظایف و مسؤولیتهای ویژه‌ای را به وجود می‌آورد که آشنایی با این موقعیتهای برای انجام هرچه مطلوبتر وظایف ایجاد می‌کند و از سوی دیگر با توجه به تغییراتی که در ساختارهای اجتماعی و اقتصادی هر جامعه صورت می‌گیرد، اطلاعات و آگاهیهای تازه‌ای باید به فراگیران داده شود.

بنابراین انتظار این است که آموزش خانواده از نظر محتوا و شیوه‌های ارائه مطالب دستخوش دگرگونی شود تا بتواند پاسخگویی نیازهای افراد باشد.

از دیدگاه دیگری نیز لازم است آموزش خانواده به طور مداوم مورد توجه و بررسی قرار گیرد، زیرا این نوع آموزش بالقوه می‌تواند منبع اصلی آمادگی عمومی و حتی فشار برای ایجاد





آموزشها باید چه اهدافی را تأمین کند و کدامیک از اهداف در اولویت قرار دارد؟

معمولاً در برنامه‌های آموزش خانواده ارتباطی بین اهداف وجود دارد. هر چند که ممکن است با توجه به موقعیت و زمانی معین، تأکید بر روی یک یا چند هدف خاص بیشتر باشد. مثلاً یکی از اهداف عمده آموزش خانواده، "آموزشهای پایه" است و بر این اساس بر مواردی همچون سواد آموزی، آموزش اصول بهداشتی، تغذیه، فعالیت‌های تنظیم خانواده و فعالیت‌های پایه اجتماعی تأکید بیشتری وجود دارد. این دسته از آموزشها معمولاً در مناطقی که کمتر توسعه یافته‌اند در اولویت قرار دارد. اگر در جامعه‌ای میزان بی‌سوادی بالا و آموزش رسمی صرفاً در دسترس عده محدودی از افراد باشد، ایجاب می‌کند که برنامه‌های آموزش خانواده با اهداف آموزش پایه برای جمع بیشتری از مردم طرح ریزی و اجرا شود.

در شرایطی که جامعه دچار بحرانهای اقتصادی و بی‌کاری است، آموزشهای خانواده فعالیت‌هایی به منظور یادگیری مهارتها و ایجاد انگیزش در افراد به منظور امرار معاش و نیز مشارکت در امر توسعه امور را ضروری دانسته، آن را از اهداف عمده خود به شمار می‌آورد. مانند آموزش قسالی بافی، آرایشگری، ماشین‌نویسی و... در مواردی نیز اهدافی مورد تأکید قرار می‌گیرد که مستقیماً در ایجاد آگاهی عمومی در افراد مؤثر است و از این طریق تلاش می‌شود که میزان مشارکت عمومی در اداره امور اجتماع افزایش یابد. از قبیل آموزش نحوه مشارکت در انتخابات، اداره شهر و... در حال حاضر اهداف آموزش خانواده

بسیار متنوع و گسترده و شامل موارد زیر است:<sup>۲</sup>

- ۱- سواد آموزی بزرگسالان
  - ۲- آموزش مهارتهای فنی و حرفه‌ای
  - ۳- آموزش بهداشت، تنظیم خانواده و نگهداری کودک
  - ۴- آموزش سیاسی، اجتماعی و مذهبی
  - ۵- آموزش ویژه برای پرکردن اوقات فراغت و ارضای نیازهای روحی
- نکته قابل توجه در این خصوص انتخاب مناسب اهداف آموزش خانواده با توجه به موقعیت و شرایط خاص هر جامعه است و در واقع انتخاب درست اهداف، موفقیت

برنامه‌های آموزش خانواده را تضمین می‌کند.

### مشکلات آموزش خانواده

اگر بخواهیم که تمام خانواده‌ها به آموزشهای مورد نیاز خود دست یابند، گستردگی وسیعی در امر آموزش لازم می‌آید. از سوی دیگر تنوع نیازها و خواستههای آموزشی خانواده‌ها موجب شده است که برگزاری دوره‌های آموزشی با مشکلاتی از نظر محتوای آموزشی و امور اجرایی مواجه گردد. همچنین اگر طیف گسترده خانواده‌ها را از نظر میزان علاقه و انگیزه‌های آموزشی و نیز سطح سواد و معلومات اولیه آنان را در نظر داشته باشیم، می‌توان تصور کرد که آموزشهای خانواده تا چه حد وسیع و متنوع خواهد بود.

از طرف دیگر تاکنون هیچ سازمانی در صدد برنامه‌ریزی و ارائه یک آموزش جامع به خانواده‌ها بر نیامده است و از این نظر تقریباً یک خلاء نسبی احساس می‌شود. لذا با توجه به ضرورت برگزاری دوره‌های آموزش خانواده، زمان آن فرا رسیده است که مشکلات زیر مورد بررسی قرار گیرد و نسبت به رفع آنها و در نتیجه بهبود وضعیت آموزشی خانواده‌ها اقدام شود.

۱ - سازمان و یا ارگانی خاص برای هدایت برنامه‌های آموزشی خانواده‌ها وجود ندارد و این امر موجب شده است که برنامه‌های مختلفی از سوی سازمانها و وزارتخانه‌های مختلف اجرا شود، ولی از انسجام و هماهنگی و در نتیجه از کارایی کافی برخوردار نباشد.

۲ - عدم وجود خط مشی کلی در آموزش خانواده سبب شده است که دوره‌های برگزار شده به توسط مجریان به صورت مقطعی و

سلیقه‌ای باشد.

۳ - شیوه‌های رایج در دوره‌های آموزش خانواده عمدتاً به صورت سخنرانی است و این دوره‌ها بیشتر به شکل مدرسه‌ای اداره می‌شود، در صورتی که این شیوه آموزش برای خانواده‌ها از کارایی لازم برخوردار نیست.

۴ - آموزشهای خانواده در حال حاضر چندان کاربردی نیست و از آنجا که هر خانواده‌ای به نحوی خاص با مسائل و مشکلات خانوادگی خود مواجه است، بنابراین دوره‌های آموزش خانواده باید بتواند به گونه‌ای مؤثر برگزار شود و تغییرات لازم را در رفتار خانواده‌ها پدید آورد.

### تغییرات آموزش خانواده در ایران (فعالتهای انجمن اولیاء و مربیان)

از بدو تأسیس انجمن اولیاء و مربیان (سال ۱۳۴۶ هجری شمسی) تلاش بی‌وقفه‌ای برای آموزش خانواده‌ها آغاز شد. در واقع این امر مهم یکی از وظایف و اهداف اصلی انجمن اولیاء و مربیان به شمار می‌آید. کلاسهای آموزش خانواده در ابتدا به صورت پراکنده و موردی و با توجه به سلیقه مدیران آموزشگاهها برگزار می‌شد و بیشتر به صورت جلسات سخنرانی بود. از سال ۱۳۶۸ با تعیین موضوعات مشخصی از سوی دفتر مرکزی انجمن اولیاء و مربیان آموزشهای خانواده به صورت جدی‌تری مطرح شد و سمت و سوی معینی یافت.

در این دوره‌های آموزشی سعی شد تا خانواده‌ها را با چگونگی رشد و تربیت صحیح کودکان و نیز روحیات و تواناییهای آنان آشنا

اصولی حاصل آید. این بررسیها همچنین حاکی از آن است که دودرس تعلیم و تربیت اسلامی با تأکید بر روشها و بهداشت خانواده و محیط در نگرش والدین تغییر ایجاد کرده است و درسهای روان‌شناسی تربیتی و خانواده متعادل همواره مورد توجه و دقت خانواده‌ها بوده است.

در تکمیل این دوره‌های آموزشی، انجمن اولیاء و مربیان هم اینک طرح آموزش خانواده ویژه جوانان در آستانه ازدواج را با ۸ عنوان درسی در دست اجرا دارد و امید می‌رود که با تدوین طرح جامع آموزش خانواده به اعتلای فرهنگی جامعه از طریق آموزش خانواده‌ها نائل آید.

از طرف دیگر با توجه به ضرورت انعطاف در آموزش خانواده، انجمن اولیاء و مربیان گامهایی را در جهت تغییر شکل ارائه محتوای آموزشی به خانواده‌ها برداشته است و با توجه به موقعیتهای جدید خانواده‌ها از وسایل مختلف آموزشی از جمله فیلم‌های آموزشی، پوستر و نوارهای مناسب سمعی و بصری و نشریات پیوند استفاده می‌کند. با این امید که بتواند کلیه خانواده‌ها را تحت پوشش آموزش قرار دهد.

### نتیجه‌گیری و پیشنهاد

دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم به شدت در حال تغییر است. این دگرگونی زمانی می‌تواند مفید باشد که در جهت رشد و تعالی جوامع قرار گیرد. بنابراین لازم است جنبه‌های مؤثر و مفید این تغییرات به خوبی شناخته شده، مورد توجه واقع شود و حتی در برخی از موارد با آمادگی و

کنند. همچنین نحوه رفتار والدین با فرزندان و نیز شیوه رفتار والدین با یکدیگر و آثاری که هر کدام از این رفتارها بر روحیه و توان فکری کودکان برجای می‌گذارد، از جمله موضوعات و مواردی بود که در مرکز ثقل آموزشهای خانواده انجمن اولیاء و مربیان قرار گرفت. از طرف دیگر چون آگاهیهای اولیه بهداشتی نیز برای هر خانواده‌ای لازم است، بنابراین آموزش خانواده در قالب یک دوره آموزشی طرح‌ریزی شد.

بر اساس ضرورت توجه به نیازهای آموزشی، تربیتی و فرهنگی خانواده‌ها، این دوره‌ها همواره مورد تجدید نظر اساسی در برنامه‌ها و محتوای دروس قرار می‌گیرد. این بررسیها باعث گردید تا دوره‌های آموزش خانواده از لحاظ کمیت و کیفیت بهبود یابد، به نحوی که در حال حاضر در سراسر کشور کلاسهای آموزش خانواده به صورت دوره‌های ۳۶ ساعته و با تدوین کتابهایی تحت عنوان زیر برگزار می‌شود.

- ۱- آشنایی با تعلیم و تربیت اسلامی با تأکید بر روشها
- ۲- بهداشت خانواده و محیط
- ۳- رفتار والدین با فرزندان
- ۴- روان‌شناسی تربیتی
- ۵- نحوه رفتار همسران با همدیگر (خانواده متعادل)

### ۶- آشنایی با مراحل رشد کودک

برگزاری این دوره‌های آموزشی تاکنون آثار مثبت و سازنده‌ای در طرز رفتار خانواده‌ها با فرزندان به جای نهاده است. تحقیقات به عمل آمده نشان می‌دهد که برگزاری دوره‌های آموزشی موجب شده که در نظریات والدین و طرز رفتار آنان با فرزندانشان تغییرات عمده و



آن، وظیفه مهم آموزش خانواده‌ها با قدرت و قوت بیشتری تحقق می‌یابد.

۲- با توجه به تنوع نیازهای آموزشی و نیز گوناگونی سطح استعدادها، خانواده‌ها لازم است در آموزشهای خانواده از شیوه‌های جدیدتری مانند آموزش مکاتبه‌ای، مشاوره خانوادگی و... استفاده شود.

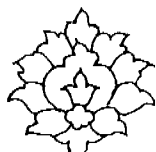
#### پاورقیها:

- ۱- خانواده هسته‌ای از پدر، مادر و فرزندان تشکیل می‌شود که جدا از دیگر اعضای فامیل زندگی می‌کنند.
- ۲- از کتاب سوادآموزی بزرگسالان تألیف خانم زهرا صباغیان

خواست خانواده‌ها این تغییرات به وقوع بپیوندد تا انسجام درونی جامعه امکان‌پذیر گردد. بدیهی است که اجرای چنین امر مهمی تنها در سایه یک آموزش عمومی میسر می‌شود.

بنابراین آموزش خانواده امر بسیار مهم و حساسی است که لازم است مسائل و مشکلات آن با دقت نظر ویژه‌ای مورد توجه و بررسی قرار گیرد تا با رفع موانع موجود بتوان به یک آموزش اصولی برای خانواده‌ها دست یافت. برای تحقق این مهم پیشنهادهای زیر عنوان می‌شود:

- ۱- اقدام گسترده و هماهنگ در سطح ملی که این کار با هماهنگی و انسجام کلیه نهادها و سازمانهایی که به نحوی در امر آموزش خانواده انجام وظیفه می‌کنند، امکان‌پذیر است. با این اقدام نه تنها اهداف و اصول آموزش خانواده انسجام می‌یابد، بلکه از انجام کارهای موازی نیز جلوگیری شده، با تقسیم کار و تعیین حدود







# تأثیر

## قصه

### بر

# کودکان

لعیا نجم عراقی

بدون پیچیدگی خاصی قابل توجیه و تبیین می‌باشد و می‌توان با ابزار و شیوه‌های موجود نحوه تکامل آنها را در آثار مختلف بپراختی مشخص کرد. اما آنچه که ضمن مهم بودن، بسیار پیچیده و اسرارآمیز است و در بستر تاریخ زندگی بشری جایگاه عمده‌ای را به خود اختصاص داده، بُعد معنوی و فرهنگی زندگی آدمی است که در تمام اعصار و قرون با دشواریهای تمام و به انحاء مختلف به عنوان میراثی گرانبقدر و ضامن بقا و دوام ارزشهای خاص انسانی به ابنای بشر انتقال می‌یابد و این

مقدمه:

آنچه که آدمی را همواره در طریق رشد و تکامل معنوی و مادی مددکار بوده است و از مهمترین و زیربنایی‌ترین عوامل ترقی بشریت قلمداد می‌شود، یافته‌ها و تجربه‌ها و دانش پیشینیان در تمام ابعادش است که از راههای مختلف به ما منتقل می‌شود.

در قلمرو امور مادی و پیشرفتهای صنعتی، موضوع کاملاً روشن است و انتقال دستاوردها و نحوه تکمیل و توسعه آنها در دوره‌های بعدی

مهم بخصوص در زمانهای بسیار دور میسر نمی‌شد، مگر با ساختن و پرداختن "قصه"، داستان و روایت، شعر، فولکلور و ضرب‌المثل؛ که در این میان قصه به عنوان وسیله‌ای بس گرانقدر و ماندگار برای انتقال دستاوردهای معنوی به نسلهای بعد مورد استفاده بوده است. و این چنین است که در بستر تاریخ همواره رشد و تعالی فرهنگی را نظاره‌گر هستیم و این مهم در صورتی بیشتر نمایانده می‌شود که به اهمیت و جایگاه آن بیشتر پرداخته شود و نقش قصه در تحکیم و استحکام فرهنگها، معیارها و ارزشهای اجتماعی بیش از پیش آشکار گردد. در این میان ادبیات نوشتاری و شفاهی در میان ملل از چنان اهمیتی برخوردار است که رشد فرهنگی و اجتماعی جوامع مرهون آن می‌باشد.

\*\*\*

آدمی از دوران کودکی دو ویژگی یا تمایل و خواست را تا آخر عمر به همراه دارد. این دو یادگار دوران کودکی، علاقه‌مندی به شنیدن داستان و قصه و بازی کردن است، که در اینجا به طور مختصر به تحلیل تأثیرات قصه بر کودکان خواهیم پرداخت.

### داستان و تأثیر روانی آن

کودکان و نوجوانان ضمن شنیدن داستانها و افسانه‌ها با حقایق و تجارب زندگی اعم از شادی و غم، کامیابی و ناکامی، امیدواری و نومیدی، محرومیت، ستم و ستمکار، عدالت و عادل، علم و عالم و... آشنا می‌شوند.

نقل حکایات، ذکر وقایع و حوادث و داستانسرایی از جمله هنرهای زیباست که از قدیمی‌ترین هنرها در جهان به شمار می‌رود و

بیش از سایر انواع هنر در پرورش کودک و انتقال تمدن و فرهنگ آباء و اجداد به فرزندان مؤثر بوده است. گذشتگان نیز تاریخ و آداب و رسوم خود را به وسیله داستان به کودکان تلقین می‌کردند و کارها و دلاوریهای پهلوانان را برایشان بازگو نموده؛ تخم مهر و محبت نسبت به قبیله و طایفه، و شجاعت و شهامت را در دل کودکان می‌افشاندند و آنان را بطور غیرمستقیم به بزرگواری و فداکاری در راه میهن تشویق می‌کردند. داستان وسیله‌ای بود که کودکان و بزرگسالان را به دور داستان‌گو جمع می‌کرد و بدین ترتیب، روابط میان ایشان تقویت می‌شد و بر اطلاعاتشان افزوده می‌گردید. علاوه بر شادی و لذتی که از شنیدن داستانهای گوناگون احساس می‌شد، داستان رشد و تکامل ذهنی شنوندگان را نیز سبب می‌گردید. (شعاری نژاد،

(۱۳۷۲)

به عقیده "بتلهایم"، قصه‌ها و قصه‌گویی‌ها در کانون گرم خانواده و در شب زنده‌داری‌ها و اعیاد سنتی که افراد به دور یکدیگر و پیرامون پدر و مادر جمع می‌شدند، نقش عمده‌ای را در رشد روانی کودکان به عهده داشته است که متأسفانه این رسم در بسیاری از خانواده‌های امروزی از میان رفته و در بسیاری هم تلویزیون جایگزین آن گردیده است. به نظر بتلهایم تلویزیون یعنی مرگ تخیل. تلویزیون ادعا دارد که کودک را در خیالپروری و خیالپردازی یاری می‌دهد، اما در حقیقت نیروی خیالپردازی و خلاقیت فکری او را سلب می‌کند؛ چراکه شخصیتها و چهره‌های داستانها و افسانه‌هایی که به صورت تلویزیونی ارائه می‌شوند آن قدر در نظر کودک واقعیت ملموس پیدا می‌کنند که نه تنها کودک به خیالپردازی درباره آنها تشویق

داستان به شرط اینکه درست و دقیق انتخاب شود، بیش از سایر وسایل تربیتی در رفتار کودک مؤثر است. (شعاری نژاد، ۷۲)

در طول بخش عمده‌ای از تاریخ بشر زندگی معنوی کودک پس از تجربه‌های نخستین در چهارچوب خانواده، متکی بر اسطوره‌ها و قصه‌های دینی و افسانه‌های جن و پری بوده است. این ادبیات باعث تقویت قوه تخیل کودک و تحریک خیالپردازی او می‌شده و به‌علاوه عامل مهمی در تربیت اجتماعی کودک به شمار می‌رفته است. دکتر بتلهایم در جای دیگر تأکید می‌کند: "باید در نظر داشت که گرچه افسانه‌های جن و پری، قصه‌ها و رعایت

نمی‌شود، بلکه از همانندسازی خویش با آنها نیز که پیامد اندیشه و تفکر و تداعی‌ها و بازاندیشی‌های بسیار است، باز می‌ماند. از سوی دیگر، هنگام تهیه فیلمهای تلویزیونی، قصه‌ها را دستکاری می‌کنند و از روی بی‌اطلاعی و یا به تصور زیباسازی و آرایش آنها معنی و مفهوم واقعی آنها را از میان می‌برند و از همه بدتر می‌کوشند تا برای مسائل پیچیده زندگی و هستی، پاسخهای ساده ارائه دهند، در حالی که در زندگی واقعی آدمی، راه‌حلهای ساده وجود ندارد و در نتیجه می‌بینیم که هم پسران و مادران و هم کودکان، نومید و سرخورده می‌شوند و با این همه هیچ کدام تقصیر ندارند، بلکه عصری که مادران زندگی می‌کنیم به ویژه مسائل و مشکلات بلوغ و نوجوانی را شدت و حدت بسیار بخشیده است. (بتلهایم)

داستان وسیله‌ای برای ارضای نیازهای روانی کودکان حتی بزرگسالان بوده است. داستان به کودک فرصت می‌دهد که امیال و محتویات "ناخود آگاه" خود را تغییر کند و محیط زندگی خود را بشناسد که این امر از مهمترین هدفهای آموزش و پرورش جدید است.

داستان سبب می‌شود که کودک، بدون اینکه دچار ترس و ناراحتی شود، از حیوانات و اشیای آزار رسان اجتناب ورزد و به‌علاوه بهترین وسیله برای دلخوشی و تغذیه خیال کودکان است. از آنجا که داستان عبارتهای خشک و جامد و غیر طبیعی کتابهای درسی را ندارد، بنابراین، بهتر و آسانتر از آنها اطلاعاتی را در اختیار کودکان قرار می‌دهد و آنان را به یادگیری واقعی مطالب برمی‌انگیزد. به طور کلی



می‌کند. داستان‌گویی یکی از وسایل و روشهای آموزش و پرورش گذشتگان بود، زیرا داستانها جزئی از زندگی انسانهای اولیه به شمار می‌رفتند و تنها راه پی بردن و درک ظواهر طبیعی محسوب می‌شدند.

نخستین دانشمند تربیتی که در قرون جدید ارزش و اهمیت تربیتی داستان را دریافت، فروبل (F. Froebel) آلمانی مؤسس کودکتان است. او اساس کار تربیت کودکان را در کودکتان بر داستانها نهاد. بعد از او بتدریج مریان دیگر به اهمیت داستان در آموزش و پرورش پی بردند، به طوری که امروز ارزش خاصی برای آن قایلند. (شعاری نژاد، ۷۲)

دانشمندان تعلیم و تربیت، افسانه‌سازی و داستانسرایی را پل می‌دانند که دنیای افسانه‌ای و تخیلی کودک را به دنیای واقعی بزرگسالان ارتباط می‌دهد و چه بسا که انسان را به ارزشهای اخلاقی راهنمایی می‌کند. داستان بزرگترین وسیله ظهور وجدان پاک و خوی و

"آیین‌های گذر" (آیین‌های تشریفاتی و جشن‌هایی که در جوامع سنتی برای ورود کودک و نوجوان به مرحله سنی بالاتر و یا برای ورود به شغل، صنف، گروه یا مسلک مورد نظر به دقت رعایت می‌شد)، نقش عمده‌ای را در پرورش روانی و ساختمان شخصیت همساز کودک بازی می‌کنند، اما آنچه که به ویژه برای حل مسائل و مشکلات روانی کودک و یاری او در راه اعتلای شخصیت خویش اهمیت بسیار دارد، وجود خنواده‌های متعادل و مادران و پدرانی است که خود به ساختمان هماهنگ و همساز شخصیت خویش دست یافته و بدین وسیله صلاحیت پرورش درست و شایسته کودکان خود را به دست آورده باشند. (بتلهایم)

### نقش تربیتی داستان

انسان در تمام دوران زندگی به داستان نیازمند است، منتها در هر سنی نوع آن تغییر





برانگیزد و به او کمک کند تا فهم و ادراک خود را بالا ببرد و عواطف خویش را منظم نماید. علاوه بر این قصه باید بانگ‌رانیها و آرزوهای کودک هماهنگ شود تا کودک بتواند به مسائل و مشکلات خود پی ببرد و در همان حال راه‌حلهایی برای مسائلی که او را پریشان می‌کند به او عرضه دارد. خلاصه آنکه قصه باید در یک زمان با همه جنبه‌های شخصیت کودک ارتباط حاصل کند، بی آنکه هرگز جدی بودن معماهای درونی او را از نظر دور دارد؛ بلکه به عکس، آنها را کاملاً باور کند و پا به پای آن اعتماد کودک را به خویش و به آینده‌اش افزایش دهد. (بتلهایم)

قصه، یک معلم جذاب و دوست داشتنی است که کودک را با فرهنگهای مختلف و انواع معرفتها آشنا می‌کند و تجارب ارزنده‌ای را در اختیار او قرار می‌دهد. داستان، کودک را به بیداری و دقت، تحمّل و تأمل، و کنترل فکر که همگی برای تحصیل مدرسه‌ای (رسمی) ضروری هستند، برمی‌انگیزد. قصه به تربیت نیروی تخیل و حافظه در کودکان کمک می‌کند و

خصیلت مطلوب و پسندیده در کودک است و ثبات این صفات در او به درجه نفوذ و تأثیر آنها بستگی دارد. (شعاری نژاد، ۷۲)

ما همه مایلیم که مزایای آینده هر فعالیتی را بر اساس همان چیزی که هم اکنون به ما عرضه می‌دارد بسنجیم. این حقیقت به خصوص دربارهٔ کودک صادق است، چراکه کودک به مراتب بیش از بزرگسال، در زمان حال زندگی می‌کند و با اینکه نگران آینده خود است دربارهٔ چگونگی این آینده و آنچه در آینده از او انتظار می‌رود، آگاهیهای بسیار مبهمی دارد. وقتی قصه‌هایی که برای کودک خوانده می‌شود یا کودک خودش آنها را می‌خواند، برای او مفهومی دربر نداشته باشند کودک نمی‌تواند باور کند که یادگیری خواندن ممکن است در آینده به او توان غنی‌سازی زندگی‌اش را بدهد. برای اینکه یک قصه بتواند واقعاً توجه کودک را جلب کند باید او را سرگرم نماید و کنجکاوی‌اش را برانگیزد. اما برای غنی کردن زندگی کودک، قصه باید علاوه بر سرگرم - کنندگی و تحریک کنجکاوی، تخیل او را نیز

ارزش دانایی و زیانهای نادانی را به طور غیر مستقیم برای کودک معلوم کرده، او را به افزایش معلومات و دوری از نادانی تشویق می‌کند.

۶ - تربیت ارزشهای اخلاقی : داستان، ارزشهای اخلاقی کودک را پرورش می‌دهد و او را به صفات نیک از قبیل : خودداری، عزت - نفس، شجاعت، شهامت و دیگر اوصاف پسندیده انسانی متصف می‌کند.

۷ - تربیت نیروی بیان و تکلم : چون کودک علاقه‌مند و مجبور خواهد شد خودش داستانی گفته یا داستان شنیده را بازگو کند، بنابراین از لحاظ قدرت و تعبیر و بیان افکار، قوی و آزموده خواهد شد.

۸ - تربیت ذوق هنری : علاوه بر فواید بالا، داستان ذوق هنری کودک را بر می‌انگیزد و پرورش می‌دهد، زیرا گاهی مجبور خواهد شد داستان را به صورت اشکال و نقاشیها بیان کند یا از تصویرهای داده شده داستانی بسازد.

۹ - ارزش آموزشی داستان : از جمله بهترین وسایل توضیح و شرح درس، داستان گفتن است که فواید آن در " تدریس " بطور خلاصه چنین است :

الف - به تثبیت و افزایش معلومات دانش‌آموزان کمک می‌کند.

ب - با طبیعت کودک همراهی کرده، ماده و موضوع درس را برای او جالب و مطلوب می‌کند و موجب تحریک امیال طبیعی و عواطف دانش‌آموزان می‌شود.

ج - در درس، روح زندگی می‌دمد و آن را شوق‌انگیز و جذاب می‌کند.

د - بستگی میان معلم و دانش‌آموزان را بیشتر و نیرومندتر می‌کند و آموزش را با روح مهر و محبت متقابل میان ایشان توأم می‌نماید (شعاری نژاد).

به علاوه داستان دارای آثار اخلاقی است و بطور غیر مستقیم، به تربیت اخلاقی آنان هم کمک می‌کند. به وسیله داستان می‌توان " حقایق " زیادی از تاریخ، جغرافیا، علوم، طبیعت و... و اکثر فضایل اخلاقی را به کودکان آموخت. هر داستانی دارای فکر، نتیجه، خیال، روش و زبان خاص است و هر یک از اینها در تکوین شخصیت کودک تأثیر می‌گذارد و همین خصایص است که استفاده از داستان را در آموزش و پرورش ضروری می‌نماید.

ارزشهای تربیتی داستان‌گویی را می‌توان چنین خلاصه کرد:

۱ - سرگرم‌کنندگی : می‌توان اوقات فراغت و بی‌کاری دانش‌آموزان را با گفتن داستانهای مفید و مناسب اشغال کرد و به تربیت غیر مستقیم ایشان پرداخت.

۲ - گسترش تجارب و اطلاعات : بعضی داستانها به مسائل و موضوعهای علمی مربوط می‌شوند و این نوع داستانها موجب افزایش و گسترش تجارب کودکان شده، نیاز و میل کنجکاوی ایشان را ارضاء می‌کند.

۳ - گسترش و تربیت توانایی تفکر و تخیل و تمرکز حواس : داستان سبب می‌شود که نیروی تخیل کودک و تفکر او به کار افتد و حواسش را درباره موضوع داستان متمرکز سازد و این نیز به پرورش استعداد تفکر و تخیل و دقت او کمک می‌کند.

۴ - آشنایی با مشکلات و مسائل زندگی : اگر موضوع داستان از محیط زندگی کودک گرفته شود او را با مسائل واقعی آن آشنا می‌کند و در ضمن راه‌حلهای مناسب را به زبان خود کودک برای او بیان می‌کند.

۵ - بیان ارزش دانایی و زیان نادانی : داستان،

رضا پورحسین

# ارتباط مادر با کودکی

ارتباط زوج مادر و کودک یکی از عوامل مهم و تعیین کننده بهنجاری و ناهنجاری در کودک محسوب می شود. کودک قبل از تولد به صورت زیستی با مادر خود همزیستی کامل دارد و در محفظه رحم از وضعیت جسمانی و روانی مادر تأثیر می پذیرد. پس از تولد همزیستی کامل مادر و کودک جای خود را به ارتباط جسمی - روانی مادر و کودک می دهد که طی آن بین آنان مناسباتی برقرار می شود که تأمین کننده رشد و تحول روانی کودک است.

هر چقدر به سن کودک افزوده می شود، ارتباط مادر و کودک در گستره وسیعتری به کار می افتد و شکل پیچیدهتری به خود می گیرد.





چنانکه ملاحظه می‌شود هر قدر سن افزایش می‌یابد نیازهای پیچیده‌تری در کودک نمایان می‌شود. اگر ارتباط مادر و کودک تأمین‌کننده آن نیازها باشد، پس پیچیده‌تر شدن نیازها، محتاج پیچیده‌تر شدن ارتباط مادر و کودک نیز هست. به عبارت دیگر هر چه سن جلوتر می‌رود، رابطه مادر و کودک شکل پیچیده‌تری به خود می‌گیرد تا بتواند نیازهای پیچیده روانی کودک را برآورده کند. در هر صورت و در هر مرحله‌ای که کودک به سر می‌برد، بین مادر و کودک بایستی فضایی عاطفی و پیوندی مستحکم برقرار باشد تا در سایه این مناسبات نیازهای کودک مرتفع و زمینه‌های روانی - ذهنی او متحول شوند.

### رشد یافتگی کودک

در نظریه‌های جدید، یکی از معیارهای بهنجاری<sup>۱</sup> در فرد، میزان رشد یافتگی اوست. هر چه قدر میزان رشد یافتگی که نتیجه ارضای متعادل نیازها در سطوح مختلف تحول است بیشتر باشد فرد بهنجارتر است. میزان بهنجاری زوج مادر - کودک تعیین‌کننده میزان رشد یافتگی کودک است. ارتباط بهنجار، میزان رشد یافتگی را افزایش می‌دهد و ارتباط نابهنجار و مرضی<sup>۵</sup>، رشد یافتگی را کاهش می‌بخشد.

### اختلالات ناشی از گسستگی ارتباط

در قسمت قبیل تناسب رشد یافتگی - بهنجاری و رشد نایافتگی - نابهنجاری را مطرح کردیم و اشاره شد که رشد یافتگی در نتیجه

ارتباط مادر و کودک در ماههای اول تولد بیشتر رنگ جسمانی دارد و با افزایش سن کودک، این ارتباط چهره عاطفی - روانی و اجتماعی می‌یابد. به عبارت دیگر نوع و کیفیت ارتباط مادر و کودک، وضعیت عاطفی - روانی و وضعیت اجتماعی کودک را در روند تحول دگرگون می‌کند و آن را می‌سازد.

### ارضای نیازها

نیازهای جسمانی، عاطفی و شناختی کودک در سایه این ارتباط برآورده می‌شود. اگر ارتباط مادر و کودک به گونه‌ای برقرار گردد که بین آنها پیوند عاطفی ایجاد شود و فضایی پرمهر و محبت به وجود آید، احساس امنیت و اعتماد در کودک رشد می‌کند و در پی آن، نیازهای کودک از جمله نیاز او به محبت، امنیت روانی و غیره ارضا و برآورده می‌شود.

در فهرست نیازهایی که به توسط "مزلو"<sup>۱</sup> ارائه شده است، سلسله مراتبی وجود دارد که ابتدا نیازهای بدنی و فیزیولوژیک و سپس نیازهای روانی ظاهر و به تدریج پیچیده‌تر می‌شوند، تا اینکه عالیترین سطح نیازها که به تعبیر "مزلو" نیاز به خودشکفتگی<sup>۲</sup> است، نمایان می‌شود. او سلسله نیازها را به ترتیب به شرح زیر مطرح می‌کند:

- ۱ - نیازهای بدنی یا فیزیولوژیک
- ۲ - نیازهای مربوط به امنیت روانی و ایمنی
- ۳ - نیازهای کودک به تعلق و وابستگی
- ۴ - نیازهای دلبستگی یا محبت ورزیدن به

دیگران

- ۵ - نیاز به ارزشگذاری نسبت به خویشان
- ۶ - نیاز به خودشکفتگی<sup>۳</sup>



انحصاری بازخورد مادر می‌داند و می‌گوید هنگامی که مادر تأیید می‌کند، کودک خرسند است و در غیر این صورت مضطرب می‌شود.<sup>۹</sup> در نظر "سالیوان" اضطراب به نوع برخورد مادر با کودک وابسته است، برخوردی که می‌تواند نوعی محرومیت در کودک ایجاد کند و او را مضطرب نماید.

"جان بالبی"<sup>۱۰</sup>، اضطراب را نتیجه جدایی و قطع رابطه دلبستگی بین مادر و کودک می‌داند.<sup>۱۱</sup> او می‌گوید اولین تجربیات کودک در خلال نخستین ماههای زندگی در نتیجه رابطه با مادر به دست می‌آید. در سایه این تجربیات کودک می‌تواند تواناییهای دیگر خود را برآن بنا کند و رشد یابد.

هرگاه تصویر مادرانه به دلیل جدایی و گسستگی ارتباط دچار اختلال شود، کودک نمی‌تواند در جهت رشدیافتگی حرکت کند، چراکه اضطراب ناشی از جدایی و قطع وابستگی به او اجازه بناکردن الگوهای رفتاری و تواناییهای بعدی را نمی‌دهد. به همین دلیل کودک در وهله‌های کودکی می‌ماند و به مراحل بعدی رشد گذر نمی‌کند.

در نظر بالبی، جدایی کودک از موضوع دلبستگی (مادر) علت در ماندگی و استیصال او به شمار می‌آید. در نتیجه هنگامی که فرد قریب الوقوع بودن یک جدایی را احساس می‌کند، اضطرابی شدید در وی ایجاد می‌شود (بالبی ۱۹۷۰)<sup>۱۲</sup>.

### ب - اختلالات وسواسی

بعضی از محققان بروز حالات وسواسی در کودکان را نتیجه کمال‌جویی مفرط والدین،

ارتباط بهنجار مادر و کودک به وجود می‌آید و در مقابل، ارتباط نابهنجار مادر و کودک، رشد نیافتگی شخصیتی و تحولی را در کودک ایجاد می‌کند. این رشد نیافتگی، کودک را مستعد ابتلا به اختلالات گوناگون عاطفی - روانی می‌نماید که در زمینه رفتار روانی، رفتار روانی - حرکتی و رفتار شناختی او بروز می‌کنند و آن را مختل می‌سازند. در این قسمت اشاره‌ای خواهیم داشت به بعضی اختلالاتی که در نتیجه گسستگی و یا گسختگی ارتباط مادر - کودک به وجود می‌آیند.<sup>۶</sup>

### الف - حالات اضطرابی<sup>۷</sup>

کودک ۳ تا ۶ ماهه‌ای که در شرایط خوب ارتباطی زندگی می‌کند و از ایمنی ناشی از ارتباط با مادر سود می‌جوید، واجد حالات اضطرابی نیست؛ اما هرگاه تنها می‌ماند احساس ناایمنی می‌کند و حالات اضطرابی از قبیل درآویختن و چسبیدن به دیگری را از خود نشان می‌دهد. واکنشهای اضطرابی حاد در کودک می‌تواند به دلیل ترس ناشی از ازدست دادن محبت والدین به وجود بیاید. این بحران هنگامی که کودک دست می‌دهد که احساس کند از برقراری ارتباط با والدین بی‌بهره مادر محروم است. این محرومیت باعث می‌شود کودک نتواند در سایه آن نیازهای خود را ارضا و برآورده کند. معمولاً حالات اضطرابی حاد به شکل وحشت‌های شبانگه‌ای و وحشت‌زدگی همراه با تعرق، لرزش و اختلالات تنفسی بروز می‌کند.

"سالیوان"<sup>۸</sup>، اضطراب را تابعی از رابطه مادر و کودک می‌داند. او اضطراب را نتیجه



ترس دارد و یا اینکه باور دارد دارای یک بیماری جدی است. این ترس یا اعتقاد به بیمار بودن ناتوان کننده بوده، به رغم اطمینان دادن مناسب (به کودک) دوام می‌یابد.<sup>۱۶</sup>

در علت شناسی این اختلال در کنار علت‌های دیگر می‌توان به ارتباط مادر و کودک اشاره داشت. همسان سازی با والدین بویژه مادری که بیمار است و یا همواره از بیماری می‌ترسد و یا خود را بیمار می‌داند؛ می‌تواند این حالات را در کودک ایجاد کند. بعضی محققان یافته‌اند که بعضی از مادران از مواظبت افراطی فرزندشان لذت می‌برند و همواره او را از بیماری می‌ترسانند. این روند اگر شدت یابد و دوام داشته باشد کودک را به این احساس می‌رساند که بیمار است و یا از بیماری واهمه دارد. جالب است وقتی کودکان اظهار می‌کنند که بیمارند، نوعی از بیماری را انتخاب می‌کنند که مادران آنها دچار آن هستند. پس در این اختلال، چارچوب رابطه خانوادگی بخصوص رابطه

بویژه مادر می‌دانند. در حالات وسواسی، کودک دچار حمله افکار وسواسی به ذهن و بروز رفتارهای آیینی و تکرار شونده می‌شود که با اضطراب همراه است و کودک برای مقابله با آن اراده‌ای از خود ندارد و همواره در رنج روانی به سر می‌برد.

"لبووسی"<sup>۱۳</sup> و "دیاتکین" تأکید کرده‌اند هرگاه کودک با مادری که کمال‌جو و مضطرب است رابطه برقرار کند، این رابطه اضطرابی منجر به حالات وسواسی در کودک می‌شود که نتیجه آن بروز رفتارهای "بی‌اختیاری" در کودک خواهد بود. هنگامی که والدین بتوانند ایمنی را در کودک ایجاد کنند، نشانه‌ها نیز از بین می‌رود.<sup>۱۴</sup>

#### ج - خودبیمار پنداری<sup>۱۵</sup>

این اختلال به نگرانی مفرط در مورد بیماری و اشتغال ذهنی نسبت به تندرستی خود اطلاق می‌شود. در این اختلال کودک از بیماری خود

مادر و کودک در بروز آن تعیین کننده است.

### افسردگی<sup>۱۷</sup>

در این اختلال، کودک دارای غمگینی، گرفتگی و بی‌حوصلگی است. خصوصیات اصلی حالات افسردگی کاهش عمیق میل به فعالیتهای لذت بخش روزمره مثل معاشرت، تفریح، ورزش و تغذیه است.<sup>۱۸</sup>

"اشپیتز" عنوان می‌کند که افسردگی اتکایی<sup>۱۹</sup> از جدایی ناگهانی کودک از مادر به وجود می‌آید. در این کودکان وقتی که از مادران خود جدا می‌شوند، نخست یک دوره ناله و زاری مشاهده می‌شود، سپس حالت در خود فرو رفتگی و بی‌تفاوتی ظاهر می‌گردد.<sup>۲۰</sup> دلیل این امر این است که کودک برای رشد یافتگی به مادرش متکی است و هرگاه این اتکا از دست برود و یا نتواند با مادر مناسبات ارتباطی داشته باشد، احساس بی‌اتکایی می‌کند و در حالت افسردگی وارد می‌شود.

"بالبی" نیز افسردگی را نتیجه جدایی کودک از مادر می‌داند. هرگاه کودک از مادر جدا شود (فقدان فیزیکی مادر، فقدان روابط عاطفی مادر و کودک، دور بودن چند هفته‌ای یا چند ماهه مادر)، ابتدا کودک به اعتراض دست می‌زند و در وهله بعدی در ناامیدی وارد می‌شود. در این مرحله، کودک از فعالیتهایی که برای او لذت بخش بوده‌اند اجتناب می‌کند و با کاهش تعامل با اطرافیان در یک غم سنگینی فرو می‌رود. این غم نتیجه گسستگی رابطه زوج مادر - کودک است که به شکل افسردگی و نشانه‌های بدنی خود را نشان می‌دهد.

علاوه بر اختلالاتی که مختصراً اشاره شد،

اختلالات دیگری از جمله بی‌اشتهایی روانی، اختلالات خواب و شب‌اداری نیز به دلیل وضعیت نابهنجار ارتباط کودک و مادر به وجود می‌آیند.

### دخالت در رابطه مادر و کودک

همان طور که ملاحظه شد در صورتی که ارتباط مادر و کودک گسسته شود و شکل مرضی و نابهنجار به خود بگیرد، اختلالاتی در شخصیت و رفتار کودک نمایان می‌شود که این اختلالات به سهم خود به گسسته‌تر شدن ارتباط کودک و مادر منجر می‌شود و در نتیجه



در مجموع، کودکی که در فضای عاطفی و در کانون پرمهر خانواده زندگی می‌کند و ارتباطی سرشار از امنیت و اعتماد با مادر خود برقرار می‌کند، احساس ایمنی می‌نماید و آرامش را بیرون از خانه و بیرون از رابطه خود و مادرش جست و جو نمی‌کند. بر عکس کودکی که در فضای متشنج خانواده زندگی می‌کند و ارتباطی گسسته با مادر خود دارد، دائماً احساس نایمنی می‌کند و به جست‌وجوی آرامش در بیرون از کانون خانواده می‌پردازد.

### پاورقیها

- 1 - MAZLOW, A.
- 2 - ACTUALIZATION
- ۳ - نظریه‌های شخصیت، دکتر علی اکبر سیاسی، صفحه ۲۴۴
- 4 - NORMALITY
- 5 - PATHALOGIC
- ۶ - البته گسستگی در رابطه مادر و کودک تنها علت ایجاد اختلالات عاطفی نیست، بلکه گسستگی در این ارتباط می‌تواند به عنوان یکی از علل ایجاد کننده اختلالات مطرح باشد.
- 7 - ANXIETY
- 8 - SULLIVAN, H.S.
- ۹ - روان‌شناسی مرضی تحولی، دکتر پریخ دادستان، صفحه ۸۳
- 10 - BOWLBI, J.
- ۱۱ - همان منبع، صفحه ۸۴
- ۱۲ - همان منبع، صفحه ۸۵
- 13 - LEBOVIC, S.
- ۱۴ - همان منبع، صفحه ۱۱۶
- 15 - HYPOCHONDRIASIS
- ۱۶ - فرهنگ جامع روان‌شناسی روان پزشکی، دکتر نصرت پورافکاری، صفحه ۷۰۴
- 17 - DEPRESSION
- ۱۸ - همان منبع، صفحه ۴۰۱
- 19 - ANACLTIC DEPRESSION
- ۲۰ - روان‌شناسی مرضی تحولی، صفحه ۱۴۴
- ۲۱ - همان منبع، صفحه ۶۳

میزان اختلالات را افزایش می‌دهند. اگر بخواهیم به وسیله درمانگری و اصلاح رفتار، میزان اختلالات موجود در زمینه شخصیتی و رفتاری کودک را کاهش دهیم، بایستی ابتدا در ارتباط این زوج دخالت کنیم. "مادر و کودک مجموعه‌ای را تشکیل می‌دهند که هرگونه ارزشیابی و تلاش در قلمرو درمانگری باید آن را در نظر بگیرد (وینی کات، ۱۹۷۰)" ۲۱.

اتخاذ روشهای مناسب روان درمانگری، رفتار درمانگری و اصلاح رفتار بستگی به میزان گسستگی این ارتباط و کیفیت آن دارد. تجربیات نشان داده‌اند که هر چقدر درمانگر بتواند ارتباط مادر و کودک را به شکل بهنجار آن نزدیک کند، شاهد کاهش اختلالات عاطفی خواهد بود. به عنوان مثال همان طور که اشاره شد یکی از علتهای حالات اضطرابی در کودک حالات مضطربانه مادر است که به سهم خود ارتباط خود را با کودک دچار نابهنجاری می‌کند. در درمانگری برای کاهش این اختلال، مسلم است که با دخالت در ارتباط مادر و کودک و ایجاد فضای عاطفی پرامنیت و پراعتقاد در خانواده، احساس نایمنی که نتیجه حالت اضطرابی است، کاهش می‌یابد و کودک لذت بیشتری را از این ارتباط کسب می‌کند. در این روش ابتدا بایستی مادران حالت اضطرابی را از خود دور کنند و حداقل این اضطراب را در ارتباط با کودک خود آشکار نمایند. پس از آرام شدن مادر، خود به خود رابطه بین او و کودک تسهیل می‌شود و میان آنها ایمنی، اعتماد، محبت، مهرورزی و الفت برقرار می‌شود. این همسان چیزی است که حالات اضطرابی را کاهش می‌دهد.

# نقش بازی

## در رشد

## جسمی

## روانی

## کودک



### گردآورنده: هماینگی

مقدمه:

می آورد تا احساسات و مشکلات خود را عرضه کند، و به عبارتی دیگر ابراز وجود نماید. متأسفانه امروزه بسیاری از والدین و حتی مربیان توجه کافی به امر رهبری بازی ندارند، به این ترتیب که یا کودک را به حال خود وامی گذارند و یا بازی او را با دلسوزیهای اضافی و اسباب بازیهای زیادی، محدود می کنند. پدران و مادران باید توجه داشته باشند که در مراحل مختلف بازی، روشهای گوناگونی اتخاذ شود و همچنین همیشه به یاد داشته باشند که باید به کودک امکاناتی بدهند که او آزادانه و مبتکرانه فعالیت کند تا استعدادهای نهفته اش به درستی شکوفا شود. تنها در این صورت است که بازی می تواند باعث انگیزش، نشاط، فعالیت، ابتکار و خلاقیت در کودکان شود.

بدون تردید می توان گفت که بازی بهترین شکل فعالیت طبیعی هر کودک محسوب می شود و در زندگانی کودک از اهمیت ویژه ای برخوردار است. هرگاه کلمه "کودک" به گوشمان می خورد ناخودآگاه واژه "بازی" در فکر و خیالمان نقش می بندد و به عکس.

در جریان بازی است که نیروهای روحی و جسمی کودک، یعنی: دقت، حافظه، تخیل، نظم و ترتیب، چالاکی و ... رشد می یابند و علاوه بر اینها بازی برای کودک، محرک و انگیزه ای می شود در جهت کسب تجارب اجتماعی.

بازی وسیله طبیعی کودک برای بیان "خود" است. کودک با بازی کردن، موقعیتی را به دست

## ارزشهای بازی

آن طور که دوست دارد در قالب شخصیت‌های دلخواهش بیان کند و کدورت درونی خویش را نیز از بین ببرد.

روحیات آنان روی می‌دهد که همه اینها گذر به مرحله‌ی عالیتر رشد است و پیشرفت را برای کودکان تسهیل می‌کند. اینجاست که امکانات تربیتی بازی آشکار و مسلم می‌شود.

### ۳- ارزش تربیتی

شخصیت واقعی کودکان ضمن بازی شکل می‌گیرد و دگرگونی‌های قابل توجهی در

هر بازی سالم و باروری که کودک به آن مشغول می‌شود دارای ارزشهای بس مهمی است که با کمی تأمل می‌توان به درستی به نقش و اهمیت آن در رشد روانی و شخصیتی کودک پی برد.

### ۱- ارزش جسمانی

بازیهای توأم با فعالیت در جهت تکامل رشد عضلانی کودک و ورزش دادن قسمتهای مختلف بدن، از اهمیت و ارزش زیادی برخوردار است. این نوع بازیها برای صرف انرژی اضافی کودک نیز می‌توانند مفید واقع شوند. انرژی اضافی اگر از طریق صحیح مصرف نشود و به حالت سرکوب در جسم کودک ذخیره گردد، او را ناسازگار، عصبی و بدخلق می‌کند.

### ۲- ارزش درمانی

بازی به کودک فرصت می‌دهد که احساسات خود را تخلیه کند. او می‌تواند از طریق بازی، انرژی تحت فشار خود را بیرون بریزد. کودک می‌تواند احساسات خود از قبیل: ترس، رنجش، نگرانی، شادی و ... را



هرگاه خسته شد، بازی را رها می‌کند.

ب) بازیهای نمایشی و هیجان انگیز  
این گونه بازیها به تواناییهای کودک می‌افزاید تا از تنگناها و محدودیتهایی که "دنیای واقعیتهای" به او تحمیل می‌کند، بگریزد. بازیهای مورد نظر، کودک را قادر می‌کند تا آرزوهای خود را جامه عمل بپوشاند و نیز به افرصت می‌دهد تا خود را از دام بدخلیها برهاند و بر موقعیتهایی که در زندگی واقعی، او را آزار می‌دهند فاتق آید. بازیهای نمایشی، به آینه‌ای می‌ماند که فرهنگ جامعه کودک را منعکس می‌کند.



چطور با فرد بیگانه و خارج از واحد خانواده، روابط اجتماعی برقرار نماید و چگونه مشکلات و مسائل ناشی از این نوع روابط را حل کند و تطابق اجتماعی را فراگیرد.

### ۵- ارزش آموزشی

کودک از طریق بازی با انواع مختلف اسباب - بازی، موفق به آموزش و شناخت رنگها، شکلهای اندازه‌ها، اجناس و اشیاء و اهمیت آنها می‌شود. بازی به کودک کمک می‌کند تا دنیایی را که در آن زندگی می‌کند بشناسد، بفهمد، لمس کند، احساس نماید و سرانجام آنها را کنترل کرده، میان واقعیت و خیال تفاوت قائل شود.

### ۶- ارزش اخلاقی (معنوی)

در جریان بازی کودک یاد می‌گیرد که چه چیز خوب و چه چیز بد است. کودک در می‌یابد که اگر بخواهد در بازی یک فرد قابل قبول به حساب آید، باید صادق، امین، عادل، منضبط، حقیقت طلب، درستکار، مسلط به خود و ... باشد.

### انواع بازیهای مورد علاقه کودکان

بازیهای مورد علاقه کودکان را می‌توان به شرح زیر تقسیم‌بندی کرد:

پ - بازیهای خیالی  
این نوع بازیها بیشتر با تخیل و تفکر کودکان ارتباط دارد. نقشی که کودک در حین بازیهای خیالی خود ایفا می‌کند، برای او بسیار هیجان - انگیزتر و جالب‌تر از زندگی واقعی می‌تواند

الف) بازیهای مورد دلخواه و بی‌قانون و قاعده  
در این نوع بازیها، قانون و مقررات و قواعد هیچ گونه نقشی ندارند و در اغلب موارد نیز انفرادی انجام می‌پذیرند. در این بازیها کودک آنچنان که رغبت می‌کند سرگرم می‌شود و

جلوه کند.

انجام می‌پذیرد. قوانین خاص این بازیها باید از سوی بازیکنان مورد احترام باشد و کاملاً رعایت شود.

### تنوع در بازیهای کودکان

در بازیهای کودکان خصیصه‌ای به نام تنوع، بسیار مشاهده می‌شود. این موضوع کاملاً بارز است که همه کودکان به یک روش و یک نوع بازی نمی‌کنند. تنوع در بازیهای کودکان می‌تواند ناشی از این علل باشد: تفاوت‌های فردی، درجه تندرستی و سلامت،

ت) بازیهای سازنده و خلاقانه  
 کودک به تخیلات خود شکلی واقعی می‌بخشد و قدرت خلاق خویش را به سوی رشد و تکامل رهنمون می‌شود. در این بازیها، کودک می‌تواند به وسیله خلاقتهای ذهنی خود، از حداقل امکانات موجود دنیای بیرونی، حداکثر استفاده را ببرد.

بازیهای خلاقانه می‌تواند شامل این موارد باشد:

- ۱- ابداع، ابتکار و اختراع
  - ۲- نقاشی با مداد رنگی، آبرنگ، گواش، رنگ و روغن و...
  - ۳- طراحی
  - ۴- نواختن قطعات موسیقی یا آواز خواندن
- هر کدام از بازیهای ذکر شده ممکن است انفرادی یا گروهی باشد.

ث) بازیهای انفرادی و اختصاصی

در این بازیها معمولاً کودک سعی دارد به صورت انفرادی و کاملاً اختصاصی خود را به نوعی سرگرم کند. مثلاً به جمع‌آوری اشیاء خاصی چون: صدف، سنگ، تمپر و... می‌پردازد و آنها را در یک مجموعه نگهداری می‌کند. او از این طریق می‌خواهد احساسات مالکیت جویانه و تعلق خاطر خود را نسبت به یک یا چند چیز، به صورت علنی جامه عمل بپوشاند.

ج) بازیهای گروهی و دسته جمعی

این گونه بازیها که از هدف خاصی برخوردار است، معمولاً بر اساس روش، قاعده و قانون





اقتصادی و ... را از طریق بازی تجربه می‌کند و یاد می‌گیرد.

۳- بازی برای کودک، به منزله کار محسوب می‌شود و کار برای او به منزله بازی.

۴- بازی در کودکان موجب رشد و تحول سالم می‌شود.

۵- کودکان از طریق بازی، خلاقیت‌های خویش را شکوفا می‌کنند.

۶- بازی در تربیت احساسات کودک تأثیر بسزایی دارد.

۷- بازی یک منبع غنی آموزشی برای کودک به حساب می‌آید.

۸- بازی بهترین راه برای پرورش روح همکاری و همیاری در میان کودکان است.

۹- بازیهای جالب و جذاب، کودک را به وجد و سرور وامی‌دارد و نیازهایش را با کوشش و فعالیتی افزون‌تر، برآورده می‌کند.

۱۰- باید دانست که با تکامل و پیچیده‌تر شدن طرح و نقشه بازی، احساسات کودک نیز ژرفتر و قابل فهم‌تر می‌گردد.

۱۱- در هنگام بازی فضایل اخلاقی سازنده‌ای در کودکان به وجود می‌آید، مانند: احساس مسئولیت در مقابل جمع یا در برابر وظیفه محوله، داشتن حس دوستی و رفاقت، ایجاد هماهنگی برای نایل شدن به اهداف مشترک و...

۱۲- باید توجه داشت که بازیهای ابتکاری کودکان، می‌تواند در رشد همه جانبه آنها نقش بسزایی ایفا کند.

۱۳- بازیها به کودکان امکان می‌دهند که نسبت به افراد، محیط، جهان و طبیعت پیرامون خود، شناخت کافی پیدا کنند.

۱۴- بازی خوب شبیه کار خوب است. کار

سطح رشد جسمی - حرکتی، میزان بهره هوشی، نوع جنسیت، نوع محیطی که در آن پرورش یافته‌اند، وضعیت اجتماعی و اقتصادی، عامل جغرافیایی، میزان اوقات فراغت و وضعیت وسایل و امکانات بازی.

### آثار بازی بر رشد کودکان

مهمترین آثار بازی در رشد کودکان عبارت است از:

۱- تجارب زندگی کودک از طریق بازی صورت می‌گیرد.

۲- کودک مهارتهای شخصی، اجتماعی،





به منزله شرکت انسان در تولیدات اجتماعی و ایجاد ارزشهای فرهنگی و مادی و به عبارت دیگر شرکت انسان در ایجاد ارزشهای اجتماعی است. اما بازی از چنین اصولی پیروی نمی‌کند و رابطه مستقیم با اهداف اجتماعی ندارد. از سوی دیگر باید گفت که بازی به طور غیر مستقیم با این اهداف در ارتباط است. به این معنی که انسان را با همان فعالیت جسمانی و روانی که لازمه کار است عادت می‌دهد.

۱۵- باید توجه داشت که بازیها به تدریج هدفدارتر، پر محتواتر و جالبتر می‌شوند.

### توصیه‌هایی در مورد بازیهای کودکان

برای هر پدر و مادر و به طور کلی برای هر فردی که به نوعی با کودکان سروکار دارد، رعایت نکاتی چند در مورد بازیهای کودکان که به توسط کارشناسان تربیتی تهیه و تنظیم شده است، لازم و حتی ضروری به نظر می‌آید. برخی از این نکات و توصیه‌ها عبارتند از:

۱- به بازی بچه‌ها اهمیت دهید، چرا که تمام زندگی کودک در بازی شکل واقعی به خود می‌پذیرد.

۲- باید همواره سعی شود که موضوع بازی کودکان برگرفته از زندگی خانوادگی، محیط کودکان، مسافرتها، جشنها، فرهنگ‌ها و ... باشد.

۳- باید به تفکرات پویا و خلاق کودکان در ضمن بازی اهمیت داد.

۴- در نظر داشته باشید که محتوای بازیهای کودکان می‌تواند گوناگون باشد. زندگی خانوادگی، کارافراد، حوادث اجتماعی و ... همه و همه می‌تواند برای یک کودک جالب و جاذب

به شمار آید.

۵- در بازی کودکان نباید دخالت کرد. ما تنها نقش راهنما و کمک کننده را ایفاء می‌کنیم، در این صورت نباید بر بازی کودکان مسلط شویم.

در پایان به این نکته نیز اشاره کنیم که برخی از اولیاء نسبت به بازی فرزندانشان هیچ گونه علاقه‌ای نشان نمی‌دهند. برخی دیگر تنها به خرید اسباب بازی زیاد اکتفا می‌کنند و بعضی نیز بیش از اندازه در بازیهای آنها دخالت می‌نمایند و اجازه نمی‌دهند که خودشان مسائل بازی را حل و فصل کنند. این گونه والدین، کودک را ناگزیر می‌کنند که تنها حرف شنوی بزرگترها و مقلد باشد. در واقع این اولیای کودک هستند که بازی می‌کنند و نه خود او.

# خاطرات دوران کودکی

ب - م

خاطرات دوران کودکی و نوجوانی از جمله خاطرات ماندگار است که بسیاری از ما به رغم گذشت زمان نه چندان کوتاه و نزدیک، آنها را به یاد می‌آوریم و شیرینی و تلخی خاطرات آن دوره را بعد از گذشت ایام همچنان در کام خود حس می‌کنیم. امروز وقتی به آن دوران مراجعه می‌کنیم، شاید بسیار اتفاق می‌افتد کلماتی همچون: ای کاش، اگر، چه می‌شد، و چرا را بر زبان می‌آوریم و می‌گوییم: "اگر آن روزها دوباره باز می‌گشت می‌دانستم چه کنم!" البته افسوس بر گذشته معمولاً در تمام روزهای زندگی برای انسانهای معمولی وجود دارد، ولی دوره کودکی و نوجوانی طالب و آرزومند فراوان دارد.

اگر خاطرات دوران کودکی و نوجوانی بخوبی تحلیل شوند و درست مورد دقت و توجه قرار گیرند، می‌توانند پندآموز و شوق انگیز برای نسل آینده و راهنما و راهگشا برای بزرگترها باشند. به همین منظور سعی می‌کنم در این ایام میان‌ساله نقبی به خاطرات دوره کودکی و نوجوانی بزنم و گنجینه‌های دست نخورده آن روز را در دسترس خوانندگان عزیز قرار دهم. امیدوارم روایت آن دوره بتواند ارتباط لازم را میان سه نسل گذشته، حال و آینده ایجاد کند. یادآور می‌شوم که این مجموعه خاطرات، همه متعلق به خود من نخواهد بود و آنچه را از دیگران نیز شنیده و خوانده‌ام و آن را برای بازگویی مفید می‌یابم، برای شما خواهم نوشت. همچنین آنچه از خاطرات خود می‌نویسم تمام خاطراتم نخواهد بود، بلکه گوشه یا بخشی از آنهاست که احتمال می‌رود فایده‌ای داشته باشد.

\*\*\*



فهمیدم معنی دوساله یعنی چه؟ دوباره تکرار کرد. سرم را تکان دادم و گفتم بله.

بعد از مدتی معلم وارد شد، مبصر برپا، برجها داد و رفت. اما معلم بعد از نشستن در پشت میز خود پرسید: چه کسی شاگرد دوساله است؟ بچه‌ها مرا نشان دادند. پرسید، سال گذشته کدام کلاس بودی؟! تا آمدم بگویم آقا من مدرسه نمی‌آمدم، ادامه داد: "امسال نباید تبدیلی کنی، اگر خوب درس بخوانی، تو را مبصر کلاس می‌کنم. حالا بیا و برو از دفتر گچ و پاک کن بیا!" مانند چه کنم؟ "من که دفتر را بلد نیستم. اصلاً من تبدیلی نیستم، گچ چه؟ اگر همان گچی است که دیوارهای خانه‌مان را با آن سفید کردیم، چطور آن را بیاورم؟" همه اینها شاید در عرض کمتر از یک دقیقه که تأمل کردم از ذهنم خطور کرد. ولی آقا معلم دوباره گفت: "چرا معطلی؟! برو گچ بیا."

پرسیدم: از کجا گچ بیاورم؟  
آقا معلم جواب داد:

- از دفتر!

گفتم:

- من دفتر را بلد نیستم.

آقا معلم گفت:

- پس شاگرد این مدرسه نبود؟! بچه‌ها! این مدرسه مثل مدرسه خودت نیست‌ها! اگر کسی درس نخونه گوشه‌اش را می‌گیرم و می‌اندازم بیرون.

آن روز و آن ساعت نمی‌دانم بر من چگونه گذشت، ولی همان لحظه آرزو کردم که ای کاش به مدرسه نمی‌آمدم...

بعد از دو سه روز تازه معنای "دوساله" را فهمیدم و چقدر خجالت کشیدم. البته معلم کلاسمان نیز عوض شد! مردی مهربان، موقر و

قبل از مدرسه رفتن، خواندن و نوشتن و شمارش اعداد رادر خانه آموخته بودم، البته از روی کتابهای اکابر (بزرگسالان) آن زمان. هنوز هم جمله "اسد داس دارد." جلو چشمم قرار دارد که پدرم می‌گفت: سین کوچک مثل "س" اسد، و سین بزرگ مثل "س" داس.

اول مهر ماه سال ۱۳۴۸ فرا رسید. همراه دیگر بچه‌های هم محلی به مدرسه رفتیم. البته پسر عمویم که بزرگتر از من بود، همراهم بود تا مرا به مدرسه برساند. قول و قرار ما این بود که او تا زمان تعطیل شدن دبستان منتظر باشد تا با هم برگردیم. ولی این کار را نکرده بود. نمی‌دانم چرا زودتر برگشته بود؟ شاید حوصله‌اش سر رفته بود.

بدون هیچ آشنایی قبلی ما را به کلاس بردند. البته در حیاط مدرسه، اسم بچه‌ها را می‌خواندند، کلاس‌بندی می‌کردند و با پارچه رنگینی که روی سینه بچه‌ها می‌چسبانند کلاس هر کدام را مشخص می‌کردند، که رنگ زرد هم نصیب من شد. چهل و چند نفر دانش‌آموز در یک کلاس. یکی از دانش‌آموزان کلاس پنجمی مبصر بود و شاگردهای کلاس اول را امر ونهی می‌کرد. به بعضی از بچه‌ها هم که شلوغی می‌کردند، می‌گفت اگر ساکت نشوند آنان را به انباری تاریک خواهد فرستاد. اسم بعضی از بچه‌ها را نیز روی تخته می‌نوشت. تا اینکه یکی از هم‌شاگردیهای مبصر وارد کلاس شد و با هم بگو و بخند کردند. دانش‌آموز تازه وارد روی تخته نوشت: "اسب" بعد پرسید:

- کی میتونه اینو بخونه؟

دستم را بلند کردم و گفتم: من می‌توانم.  
گفت: بخوان. گفتم: اسب. پرسید: دوساله‌ای؟!

آمادگی می‌رفتند و با محیط آموزشی و معلّم و کلاس به صورت تدریجی و توأم با بازی آشنا می‌شدند و روز اوّل مدرسه را بدون دلهره و اضطراب پشت سر می‌گذاشتند.

اگر روز اوّل بعد از کلاس بندی، آقا معلّم به موقع سرکلاس می‌آمد و اداره و نظم و انضباط کلاس را به دست دانش‌آموز کلاس پنجم نمی‌سپردند، چقدر بهتر می‌شد! اگر معلّم ما به جای اینکه بپرسد چه کسی در کلاس دوساله است؟ و یا چه کسی سال قبل رفوزه شده است، خودش را معرفی می‌کرد و از ما اسم و فامیلمان را می‌پرسید و برایمان به جای انباری تاریک مدرسه، گوش کشیدن و تنبیه کردن از فضای خوب مدرسه، دوستی با بچه‌های همکلاسی و... صحبت می‌کرد، چقدر خوب می‌شد!

اگر معلممان به من اجازه می‌داد که به ایشان بگویم من تا به حال مدرسه نیامده‌ام و متهم به تنبلی نمی‌شدم، چقدر روزهای اوّل مدرسه برایم شیرین می‌شد.

و دهها اگر و ای کاش دیگر. اما گذشته‌ها گذشته است و از آن موقع نیز حدود بیست و پنج سال می‌گذرد، ولی اکنون چه می‌شود کرد؟ توصیه‌ای که می‌توانم به پدران و مادران جوان مخصوصاً والدینی که اولین فرزندشان امسال به کلاس اوّل خواهد رفت، داشته باشم این است که بگویم:

روزهای اوّل ورود به دبستان از لحاظ روانی اهمیت فراوانی دارد. اگر برخورد اولیه کودک با مدرسه صحیح و خوب انجام گیرد موجب علاقه‌مندی او خواهد شد و اگر خدای ناکرده این برخورد بد انجام شود به تفرز از دبستان و تحصیل، اضطراب و نگرانی و مانند آن خواهد انجامید. محیط خانه و دبستان برای کودک

متین که قیافه‌اش شبیه آقا معلّمی بود که همسایه‌مان بود، به جای معلّم قبلی آمد. ایشان با مهربانی و حوصله درس می‌داد. وقتی درس لوحه‌ها تمام شد، درس آب را خواندیم. آقا معلّم از من پرسید: "پسرم تو خوب می‌نویسی و می‌خوانی کجا یاد گرفته‌ای؟"

یکباره بغض گره خورده در گلویم باز شد، زدم زیرگریه و گفتم: "آقا من دوساله نیستم. توی خانه یاد گرفته‌ام، بابام یادم داده..."

آن مرد مهربان، با محبت تمام گفت: "عزیزم این که گریه نداره! من که نگفتم تو مردود شده‌ای. تو خوب می‌نویسی، حتماً شاگرد اوّل می‌شوی. مگر کسی به تو گفته که دوساله‌ای؟! البته کلمات آن روز آقا معلّم خاطر من را آسوده کرد، ولی تا به امروز که این مطلب را می‌نویسم نتوانسته‌ام به کسی بگویم که گریه من به خاطر چه بود.

اما امروز که به یاد آن روزها می‌افتم با خود می‌گویم: اگر چند روز قبل از شروع سال تحصیلی به همراه پدر یا مادرم به مدرسه می‌رفتم و با محیط مدرسه آشنا می‌شدم چقدر بهتر می‌شد.

اگر روز اول مدرسه مادرم فرصت داشت و به جای پسر عموم همراه من به مدرسه می‌آمد و بعد از تعطیلی روز اوّل همراه او به خانه برمی‌گشتم، تا چه اندازه اضطراب و دلهره‌ای که بین راه داشتم، کم می‌شد و یا اینکه اصلاً با آرامش خاطر به خانه برمی‌گشتم و ای بسا در بین راه هر آنچه را که در مدرسه گذشته بود به مادرم می‌گفتم تا مشکل تکرار نشود.

آن روزها کودکان دبستان و آمادگی عمومیت نداشت، ولی چه خوب می‌شد اگر بچه‌ها قبل از رفتن به کلاس اوّل دبستان به کودکان دبستان و یا

گفته شد لازم است پدران و مادران قبل از سن دبستان کودکانشان را آماده کنند و مقدمات مدرسه رفتن آنها را فراهم نمایند. کودکان را با محیط مدرسه و مقررات آن آشنا کنند و اگر به والدین و خانه وابستگی بیشتر دارند، آنها را با خارج کردن از محیط خانه و گذاشتن در منزل اقوام (بدون حضور والدین به مدت چند ساعت)، در جهت قطع و کاهش وابستگی یاری دهند.

همچنین لازم است معلمان کلاس اول با والدین دانش آموزان جلسات متعددی داشته باشند و پدر و مادر بعضی از دانش آموزانی که بی قراری و بیتابی می کنند بتوانند به همراه کودکان خود در محیط مدرسه حضور پیدا کنند تا تفاهم لازم بین کودک و محیط دبستان و معلم و همکلاسیهایش به وجود آید.

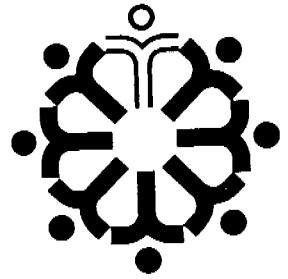
البته جای خوشبختی است که در این سالهای اخیر دانش آموزان کلاس اول چند روز قبل از شروع رسمی سال تحصیلی به مدرسه می روند و با محیط مدرسه و معلمان خودشان آشنا می شوند. مخصوصاً اینکه در آن روزها شاگردان دیگر پایه های تحصیلی حضور ندارند و مدرسه شاهد آرامش بیشتری است و دانش آموزان کلاس اول در نخستین روز ورود به مدرسه دچار ازدحام و شلوغی نمی شوند.

امیدوارم روز اول مدرسه برای تمام دانش آموزان ایرانی روزی شیرین و به یاد ماندنی باشد. من هم برای همه معلمان خوب خودم، مخصوصاً معلم کلاس اولم که با جمله "حتماً شاگرد اول می شوی" مرا آرامش و تسکین بخشید و من نیز همان سال شاگرد اول شدم، آرزوی بهروزی و پیروزی می کنم.



بسیار متفاوت می نماید، مخصوصاً کودکانی که قبلاً به کودکان دبستان و یا آمادگی نرفته اند دچار تشویش خاطر و نگرانی می شوند. کودک در محیط آرام و خلوت خانه می تواند با آزادی بازی کند، بخورد و بیاشامد و لباسی را که دلخواه اوست بپوشد، ولی در محیط پرهیجان و شلوغ مدرسه این آزادیها را ندارد، او خود را محدود می یابد. با پدر و مادر خودش بسیار مانوس بود و بدون رودربایستی و خجالت حرف خود را به آنان می زد، در حالی که در دبستان از معلم خود خجالت می کشد و گاهی نیز ممکن است بترسد. لذا با توجه به آنچه که

# طرحی برای استخراج گوهر مدیریت توانمند از معدن مدرسه



شهردار مدرسه

نصرت الله تابش - مجری طرح شهردار مدرسه



حجم عظیم فعالیتهای ناشی از توسعه کشور، حضور فعال و داوطلبانه نیروهای مردمی را می طلبد. چرا که اگر بنا باشد ذخایر عظیم انسانی و مادی کشور به بهره‌وری مناسب برسد، بدیهی است که دولت به تنهایی قادر به تحقق آن نبوده و نخواهد بود. بنابراین نیاز به مشارکت مردم در تمامی عرصه‌های مربوط به توسعه کشور هر روز وضوح بیشتری می‌یابد و این نیاز در کلانشهری مانند تهران که به سرعت در حال تغییر چهره است، بیشتر بارز شده است.

مردم ما در هر جایی که رنگ و بویی از اسلام داشته باشد، آنچه دارند در طبق اخلاص می‌گذارند. مثلاً در روزهای ماه محرم، وسیع‌ترین و عمیق‌ترین نوع مشارکت‌ها

که از جان و اعتقاد مایه می‌گیرند، به ظهور می‌رسند و این ایام زیباترین روزهای تجلی مشارکت و وحدت عمومی است. دهها هزار تکیه بر پای می‌شود و مردم بطور خودجوش متشکل شده، فعالیت‌های شگفت‌انگیزی تحقق پیدا می‌کند.

تجلی پیوند عمیق مردم ما با محرم به حضور گرم و پرشور آنان در جبهه‌های نبرد در هشت سال دفاع مقدس انجامید که قلم ما عاجز از توصیف آن است و راویان فتح به زیباترین زبان، خاطرات آن را زنده نگه‌داشته و با خون خویش مَهر جاودانگی بر آن زده‌اند، هر چند رازهای سربه‌مُهری را ناگشوده گذاشتند و رفتند.

در گذشته‌های نه چندان دور قبل از انقلاب هم هرگاه آسیبی از طریق زلزله و سیل بر پیکرهٔ این اُمَّت وارد می‌شد، حضور مؤمنان به سرعت شکل می‌گرفت و پیش از اقدام دستگاه‌های رسمی، مرحم زخمهای آسیب دیدگان می‌شد. اما همین روحیهٔ پرشور داوطلبانه هرچه به عرصه‌های رسمی‌تر مربوط به اجتماع نزدیکتر می‌گردید، کم‌رنگتر می‌شد و شاید علت آن این بود که در گذشته در عرصه‌های رسمی برای مردم بهایی قائل نمی‌شدند و حضور مردم را مزاحم تلقی می‌کردند.

اما ایران امروز بشدت نیازمند توسعهٔ فرهنگ مشارکت داوطلبانه در عرصه‌های رسمی است، لذا دستگاه‌های گوناگون برای تحقق این هدف به چاره‌اندیشی پرداخته‌اند. در این میان ادارهٔ شهرها نیاز بیشتری به مشارکت مردمی دارد، بخصوص در مرکز حکومت اسلامی که حتی وضع ظاهری آن پیشانی انقلاب محسوب می‌شود و هر تغییر و تحولی در آن منشاء توجهات جهانی در بین دوستان و دشمنان است. به همین جهت شهرداری تهران با درک درست از این ضرورت، پیشنهاد مطالعه بر روی شیوه‌های تحقق مشارکت داوطلبانهٔ مردم را به مراکز تحقیقاتی ارائه کرد که در نهایت، منجر به تصویب طرح "شهردار مدرسه" شد که به توسط گروه پژوهشگری دانشکدهٔ علوم اجتماعی دانشگاه علامهٔ طباطبایی به رهبری و سرپرستی آقای دکتر پرویز پیران تهیه شده بود. این طرح در سال تحصیلی ۷۳-۷۲ بطور آزمایشی در ۲۰ مدرسهٔ راهنمایی تهران که به شیوهٔ مطالعات علمی انتخاب شده بودند به اجرا درآمد که نتایج مثبت آن منجر به تممیم طرح در سطح ۴۰ مدرسه در سال تحصیلی ۷۴-۷۳ شد. این طرح پیگیر اهدافی پانزده‌گانه است که می‌توان آنها را حول سه محور خلاصه کرد.

- ۱- شخصیت بخشیدن به نوجوانان برای ایجاد تعادل رفتاری و عاطفی
- ۲- تقویت روحیهٔ مشارکت‌جویی داوطلبانه در سطح شهر، مدرسه و خانواده
- ۳- شناخت بهتر شهر و مدرسه و شیوه‌های ادارهٔ آنها به منظور ایجاد رابطهٔ عاطفی و مسؤولانه نسبت به محیط زندگی

براساس این طرح دانش‌آموزان مقطع راهنمایی ابتدا کاندیداتوری خود را برای پذیرش مسؤولیت‌های شورای شهر، شهرداری و معاونت‌ها اعلام می‌کنند و در فرصت تبلیغات انتخاباتی به معرفی توانایی‌ها و مطرح کردن برنامه‌های خود برای دانش‌آموزان



می‌پردازند و سرانجام با رأی دانش‌آموزان، شهردار و اعضای شورای شهر و ۶ نفر معاونان شهردار انتخاب می‌شوند. کارشناسان و رابطان طرح در مناطق بیست‌گانه شهرداری، مسؤولیت توجیه انتخاب‌شدگان را به عهده دارند و امکانات خود را برای حمایت از طرح‌های شهردار مدرسه اعلام می‌کنند. شهردار مدرسه در ۶ عرصه با هدایت و تصویب شورای شهر به فعالیت می‌پردازد.

فعالیت‌های مربوط به ایجاد و توسعه فضاهای سبز، امکانات بهداشتی، امکانات ورزشی، امور فرهنگی و اجتماعی، ترافیک و حمل و نقل و سرانجام همیاری درسی از مهمترین موارد مورد توجه این طرح است که ایجاد آلفی تئاتر، رنگ‌آمیزی ساختمانها، اصلاح سیستم‌های روشنایی مدارس و ایجاد فضای سبز مطلوب از ثمرات اجرای طرح می‌باشد. عمده‌ترین کارکرد این طرح، تحقق اهداف تربیتی است. نوجوانان ما وقتی فضایی را در مقابل خود گشوده می‌بینند که می‌توانند در آن ابراز وجود کنند و به تمرین نقش‌های اجتماعی بپردازند، با شور و شوق بسیاری در این طرح شرکت می‌کنند. تمام مراحل اجرایی طرح تاکنون برکاتی را در پی داشته است که مجریان طرح را مصمم به توسعه آن در سطح کل مدارس تهران کرده است و ان شاء الله در صورت توفیق، به این طرح به عنوان یک طرح تأثیرگذار در سطح ملی می‌اندیشند.

گفتنی است که در روزهای برگزاری انتخابات شهردار مدرسه نوجوانان ما رفتارهای بسیار زیبایی از خود نشان داده‌اند. پوستره‌های تبلیغاتی آنان اغلب نشانگر ذوق و سلیقه و تکیه بر توانایی‌های واقعی آنهاست. آنها به وسیله این طرح کاندیدا شدن، انتخاب کردن



و وعده درست و منطقی دادن را تجربه می‌کنند. در جلسات شورای شهر تحمل عقاید دیگران را به مرور می‌آموزند و با فعالیت‌های خود ثمره تلاش خویش را تحقق یافته می‌بینند و احساس خودارزشمندی آنها تقویت می‌شود. بسیاری از این امور از نظر روانی و رفتاری به تعادل آنها منجر شده، چه بسا از بروز بسیاری از رفتارهای ضداجتماعی جلوگیری می‌کند و زمینه‌ساز جامعه‌ای سالم و برخوردار از نیروهای مؤثر و مفید می‌شود.

علاوه بر آثار مثبت تربیتی این طرح، نوجوانان نشان داده‌اند که از توانایی بسیار خوبی در جهت تغییر مطلوب محیط زندگی خود برخوردارند. یکی از مریبان دلسوز امور تربیتی در یکی از مدارسی که این طرح در آن اجرایی شد، متأثر از اجرای این طرح در مدارس دیگر، در مدرسه خود اقدام به تشکیل گروه نظافت می‌کند و در مدت یک هفته مشاهده می‌کند که میزان فعالیت نظافتچی مدرسه به نصف تقلیل یافته است. برآوردهای تخمینی نشان می‌دهد که اگر امور مربوط به بهسازی و نگهداشت مدرسه به خود دانش‌آموزان واگذار شود علاوه بر آثار تربیتی آن، ثمرات مادی فراوانی نیز خواهد داشت که فقط در بخش بهداشت و نظافت در سطح ملی سربه‌میلیاردها تومان خواهد زد.

هر چند که ثمرات مادی طرح جزء اهداف طرح نبوده است و فقط از آثار تبعی آن محسوب می‌شود، اما بررسی‌های مجریان طرح نشان داده‌است که مدارس، معادن استخراج نشده‌ای از توانایی در امر مدیریت است. در جلسات پایانی سال و گردهمایی شهرداران مدارس برخی از این عزیزان آنچنان پرقدردان و دقیق از فعالیت‌های خود گزارش ارائه دادند که مجریان طرح تمامی سرمایه‌گذاری مادی و معنوی خود را در مقابل این دستاورد، کم و ناچیز تلقی می‌کنند. وسعت فعالیت‌ها، شور و شوق بی‌دریغ و بدون چشمداشت نوجوانان و دقت و سرعت عمل آنها موجب شگفتی اغلب شاهدان عینی از بزرگواران آموزش و پرورش و دست‌اندرکاران شهرداری شده و به ایجاد انگیزه‌ای قوی برای توسعه طرح منجر گردیده است. البته این ویژگی در همه مدارس مشمول طرح مشاهده نشده است، اما در موارد ناموفق هم، مشکل از جانب مجریان طرح بوده است و نه دانش‌آموزان.

با توجه به اینکه مدیران و مسئولان آموزش و پرورش عمدتاً نسبت به طرح نگرشی مثبت داشته و مدیران و مریبان مدارس با از خودگذشتگی به تحقق اهداف طرح کمک کرده‌اند، به نظر می‌رسد که توسعه طرح در آینده نه چندان دور در کل مدارس، دور از دسترس نیست و این طرح که به ابتکار شهرداری تهران به اجرا درآمده و در بعضی مجامع بین‌المللی مربوط به فعالیت‌های دانش‌آموزی به نام ملت ما ثبت شده است، افتخاری دیگر برای نظام مقدس جمهوری اسلامی خواهد بود. ان‌شاء‌الله

زینب، دکتر افروز



## مشاوران پیوند پاسخ می‌دهند

تذکر مهم:

برای این که مشاوران پیوند توفیق بیشتری داشته باشند تا به سؤالات شما در زمینه مشکلات تربیتی و آموزشی پاسخ دهند خواهشمند است مسائل مورد نظر خود را به صورت مختصر و در عین حال کاملاً روشن بنویسید. زمانی که در مورد فرزندتان مسأله‌ای را مطرح می‌کنید، حتماً مشخصات کامل وی را شرح دهید.

لازم به یادآوری است طرح مسائلی که عمومیت داشته، از اهمیت بیشتری برخوردار باشند، در اولویت خواهد بود. بدیهی است که پاسخهای ارائه شده هرگز نمی‌تواند کامل و جامع باشد، بنابراین در صورت لزوم باید در زمینه حل یک مشکل مطالعه و مشاوره بیشتر و همه جانبه‌تری انجام شود.

مادرش که هر دو معلم هستیم، هم دوست دارد معلم شود و هم تمایل دارد به دانشکده پزشکی راه پیدا کند.

با اینکه تاکنون چندین ساعت در این ارتباط بحث کرده‌ایم، اما واقع امر این است که هنوز نمی‌دانم در مقام توصیهٔ اکید به فرزندم که همیشه می‌خواهد با صراحت نظر را بیان کنم، چه بگیریم. راستی اگر شما خودتان جای ما بودید چه می‌کردید؟ خواهشمند است با توجه به محتوای سرمقالهٔ مورد اشاره که از نظر من بسیار وزین و ارزنده است، ما را از نظریات ارشادی خودتان بهره‌مند کنید.

برادر محترم آقای جلالی:

شما هم سلام گرم و درود فراوان ما را پذیرا باشید. از اینکه شما و همسر ارجمندتان معلم هستید، بسیار خرسند و خوشحالم و از لطف شما نسبت به پیوند هم تشکر می‌کنیم. اما در ارتباط با موضوعی که مطرح فرموده‌اید و به نظر ما مهمترین مسألهٔ نظام ماست، باید ابتدا عرض کنم که حسن توجه و فکر متعالی شما در خور تحسین است.

واقعیّت این است که اگر ما در اندیشهٔ تعالی کشور به معنای واقعی باشیم ناگزیر به پرورش مستعدترین و خلاق‌ترین نوجوانان هستیم و این امر مقدور نخواهد بود مگر اینکه معلمان نوباوگان و نوجوانان ما مستعدترین، باهوش‌ترین، مطلع‌ترین و قوی‌ترین افراد جامعه باشند.

معلمی صرفاً یک شغل و حرفهٔ محض نیست، معلمی یک تعهد، یک عشق و ایشار وجود-شکوفای مردان و زنان بزرگ جامعه است. معلم می‌تواند ادیب، فقیه، خطیب،

آقای محسن جلالی از مشهد:

ضمن عرض سلام فراوان خدمت دست‌اندرکاران مجلهٔ پیوند و تشکر از زحمات همهٔ کسانی که به این مهم می‌پردازند، خدای را شاکرم که چندین سال است بطور مرتب توفیق مطالعهٔ پیوند را به توسط همسرم که معلم دبستان هستند، پیدا کرده‌ام. همیشه از مطالب خوب و مفید پیوند، به ویژه بخش مشاوره استفاده می‌کنم و آنها را برای دوستانم و اهل فامیل نقل می‌کنم. اما آنچه که سبب شد این نامه را برای شما بنویسم مطالعهٔ سرمقالهٔ اردیبهشت ماه پیوند تحت عنوان "نقش اول در تأمین نیروی انسانی و توسعهٔ کشور" بود. محتوای همین مقاله چندین شب موضوع بحث خانهٔ ما بود. آخر من هم بعد از ۳۵ سال معلمی چند سال است که بازنشسته شده‌ام. در دوران خدمت به کارم عشق می‌ورزیدم و حاضر نبودم کارم را با هیچ کار دیگری و با بالاترین مزایای مادی عوض کنم، هرچند که هنوز هم در یک خانهٔ کوچک و محقر با همسر و چهار فرزندم زندگی می‌کنیم. من هم مثل شما فکر می‌کنم که باید افراد متعهد، تیزهوش و خلاق به حرفهٔ مقدس معلمی روی آورند، اما آیا من می‌توانم در فرزندانم که از نظر هوشی فوق‌العاده خوب هستند چنین انگیزه و تمایلی را ایجاد کنم؟ آیا ما می‌توانیم در سطح جامعه هم شاهد جامعهٔ عمل پوشیدن این افکار متعالی باشیم؟

خلاصه آن که فرزند بزرگم امسال در آخرین سال دبیرستان در رشتهٔ علوم تجربی مشغول تحصیل است. او در سالهای تحصیلی رتبهٔ اول را احراز کرده است و استعداد فوق‌العاده‌ای دارد. اینک با توجه به علاقهٔ ایشان به من و

از خداوند متعال سلامت و توان هرچه بیشتر شما را در انجام این خدمت مهم فرهنگی خواهانم. همه ماهه از خواندن بسیاری از مقالات خوب پیوند لذت برده و از بخش مشاوره بسیار بهره‌مند می‌شوم.

من معلم هستم و همسرم کار آزاد دارد. فرزندمان دانش‌آموز کلاس چهارم دبستان است. او پسری است تا حدودی خجالتی و کمرو و بعضاً کمی عصبی و بی‌قرار. از نظر درسی وضعیت نسبتاً خوبی دارد و از رابطه خوبی با من و پدرش برخوردار است. اما مسأله‌ای که سبب شد با نوشتن این نامه نظر مشورتی شما را بخواهیم این است که از طرف مدرسه برای ایام تابستان، یک هفته اردو برای دانش‌آموزان برنامه ریزی شده است و ضمن اینکه پسرمان دوست دارد که در این اردو شرکت کند، اما به خاطر کمرویی نمی‌تواند رغبت و تمایل درونی‌اش را بطور جدی نشان دهد، بخصوص این که پدرش نیز چندان تمایلی به شرکت وی در اردو ندارد و او را در این زمینه تشویق نمی‌کند و تصور می‌کند که در اردو به او خوش نمی‌گذرد و راحت نخواهد بود. اما من به دلایل عدیده مایلیم که او در اردوهای مدرسه شرکت کند. خواهشمند است ما را از راهنمایی خودتان بی‌تصیب نگذارید.

خواهر محترم خانم رفیعیان

شما هم سلام خاص خدمتگزاران پیوند را بپذیرید. ان‌شاء الله که شما و خانواده محترم نیز در نیل به اهداف مقدس خود موفق و مؤید باشید. از حسن ظن شما نسبت به مجله پیوند سپاسگزاریم و در انتظار دریافت مطالب و مقالات ارزنده شما نیز خواهیم بود.

فیلسوف، حکیم، نویسنده، هنرمند، ریاضی‌دادن، شیمیدان، فیزیکدان، مهندس، پزشک، روان‌شناس و هر فرد صاحب نظر و آشنا به مبانی روان‌شناسی تربیتی و روشهای انتقال پیام و ایده‌ها باشد. و معلمی می‌تواند از مقطع پیش‌دانشگاهی تا عالی‌ترین سطوح تحصیلات دانشگاهی مطرح باشد، به شرط این که کار اصلی فرد معلمی باشد. بنابراین ورود به رشته پزشکی که فی‌نفسه ارزشمند است، با اشتغال به کار معلمی منافات ندارد.

به دیگر سخن فرزند شما می‌تواند در کنار تحصیل در رشته پزشکی، بعضی از مواد درسی تخصصی را در مقاطع مختلف تدریس کند و با یاری خداوند متعال پس از فارغ‌التحصیلی و اخذ تخصص مورد علاقه خود در مراکز تحقیقاتی و آموزش عالی کشور مشغول تدریس و تحقیق شود. در واقع بهترین محققان کسانی هستند که یافته‌های خود را به دانش‌طلبان می‌آموزند و موفق‌ترین مدرسان نیز کسانی هستند که در کنار تدریس به کار پژوهش و تحقیق مشغولند. در هر حال اجازه دهید فرزندان در رشته‌ای که بدان علاقه مند است ادامه تحصیل دهد و چنانچه شخصاً راضی باشد در مراکز یا دانشگاه تربیت معلم و یا در رشته‌های دبیری دانشگاهها و هر رشته دیگر مشغول تدریس شود. او را تشویق کنید و سلام خاص ما را به ایشان ابلاغ فرمایید.

موفق باشید

خانم س. رفیعیان از تهران:

با سلام خدمت مسؤولان نشریه وزین پیوند.



در ارتباط با مسأله‌ای که مطرح فرموده‌اید، توجه خاص سرکار و همسر محترمتان را از باب ذکر به نکات ذیل جلب می‌نماید و بدیهی است که با مشورت همدیگر آنچه را که خیر و صلاح فرزندان است انتخاب خواهید فرمود.

اصولاً انسان در زندگی روزمره عادت به کنشها و واکنش‌هایی پیدا می‌کند که گاهی خود را در میان حلقه‌های زنجیره عادت‌ها محبوس می‌نماید و نتیجتاً از قدرت تفکر خلاق و نوآوری‌هایش کاسته می‌شود. لذا یکی از بهترین شرایط برای شکستن عادت‌ها، شرکت در اردوهاست. چراکه تربیت به معنای واقعی با شکستن عادت‌ها شروع می‌شود. به عبارت دیگر باید عادت کنیم که عادت نکنیم. حتی عادت‌های خوب هم چندان خوب نیست! مثلاً اگر نماز را هم از روی عادت، بدون توجه و نیت و اراده به صورت مکانیکی ادا کنیم، عمل چندان پسندیده‌ای نیست. لذا باید در هر کاری از نیت و اراده و آگاهی غافل نباشیم.

- اردو فرصت مناسبی است برای اصلاح بعضی از رفتارهای سازش نیاافته و اخلاقیات ناپسند.

- اردو برای نظم‌پذیری و انضاط فردی و اجتماعی بچه‌ها بسیار مؤثر و مفید می‌تواند باشد.

- اردو فرصت مناسبی است تا بچه‌ها در برنامه‌های گروهی مشارکت فعال داشته، قدرت خوداتکایی آنان افزایش یابد. بخصوص برای کودکانی که در خانواده فرصت هیچ‌گونه مسؤلیت‌پذیری را نداشته‌اند، اردو و زندگی اردویی بسیار مؤثر است.

- اردو موقعیت خوبی برای دوست‌یابی و تعاون و همکاری بچه‌هاست. اردوهای

شبانه روزی فرصت مناسبی است تا بچه‌ها از نزدیک رفتار یکدیگر را در شرایط گوناگون، صبح و شب، خواب و بیداری، سیری و گرسنگی، کار و استراحت، گفتن و شنیدن مشاهده کنند و چهره‌های مطلوب خود را انتخاب نمایند و با جرأت بیشتری با دیگران ارتباط برقرار کنند؛ و این فرصت برای بچه‌های کمرو بسیار مغتنم است.

- اما آنچه که بیشتر از هر چیز اهمیت دارد این است که اردو باید تجربه و خاطره‌ای خوشایند و فراموش نشدنی برای کودکان و نوجوانان باشد، لذا می‌بایست برای نگرش‌ها، عواطف و احساسات بچه‌ها بیشترین ارزش را قائل بود.

- و مهمتر از همه آن که در اردو باید خوش اخلاق‌ترین، مستعدترین، مهربانترین و منطقی‌ترین مربیان با چهره‌های متبسم و مصمم به عنوان الگوهای محبوب و مطلوب بچه‌ها حضور داشته باشند و همیشه با چهره‌های گشاده و با اعتماد به نفس در هر زمان و هر شرایط با کودکان و نوجوانان برخورد کنند، در یک کلام رفتارشان بهترین الگو برای زندگی آینده بچه‌ها باشد.

تحولاتی که در دوران نوجوانی و بلوغ پدید می‌آید، بروز صفات ثانویه جنسی در نوجوان، رشد قد و دستگاہهای درونی و بیرونی نوجوان را دچار نوعی بهت زدگی و تحیر، و زمانی نوعی اضطراب و تشویش می‌کند که خواب و قرار را از او می‌گیرد. این حقیقتی است که باید اذعان کنیم بسیاری از فرزندان ما در ضمن دوران کودکی و بلوغ دچار ناامنی و پریشانیهای هیجانی نسبتاً شدیدی می‌شوند.<sup>۱۸</sup> این حالت در آغاز دوران بلوغ دختران زیاد می‌شود و حتی علائم بیماری مالیخولیا نیز دیده می‌شود.<sup>۱۹</sup> خطر این تشویش‌ها در نوجوانان بسیار و یکی از آنها تجلی و بروز رفتارهای نامتعادل و غیرمعتاد، سرکشی‌ها، نافرمانی‌ها، انحرافات جنسی، تن دادن به خواب و امیدها، بی‌توجهی به درس و بحث مدرسه، بی‌قراری، زود به جوش آوردن، تصمیم‌گیریهای نیندیشیده و سریع است. از موارد خطر این تشویش‌ها و دل‌سردی‌ها گاهی بروز فکر خودکشی در آنهاست.<sup>۲۰</sup>

#### پاورقیها:

- ۱- تعلیم و تربیت و مراحل آن، صفحه ۱۷۸
- ۲- سبوری در بلوغ، صفحه ۵
- ۳- نوجوانی، دکتر جعفر کرمانی، صفحه ۲۹
- ۴- شادکامی، ص ۴۰ - ۵- بلوغ، ص ۱۱۸
- ۶- ماکارنکو ۷- جوان، جلد ۱، ص ۳۷۵
- ۸- روان‌شناسی کودکی، نوجوانی و جوانی، صفحه ۴۴
- ۹- بلوغ، مورس دبس، صفحه ۱۰۶
- ۱۰- مشکلات تربیتی، جلد ۲، صفحه ۲۱۸
- ۱۱ و ۱۲- نوجوانی، دکتر جعفر کرمانی، صفحه ۵
- ۱۳- نظریه‌های بنیادی درباره نوجوانی، صفحه ۳۱
- ۱۴- بلوغ، صفحه ۹۹ - ۱۵- نوجوانی، دکتر ایزدی
- ۱۶- روان‌شناسی نوجوانی، صفحه ۱۴۴
- ۱۷- نوجوانی، دکتر جعفر کرمانی، صفحه ۷۸
- ۱۸- سبوری در بلوغ ۱۹- روان‌کاوی دختران
- ۲۰- روان‌شناسی کودکی، نوجوانی و جوانی، صفحه ۵۸

- ۱- ترسها: ترسهای بسیاری در این مرحله از عمر برای نوجوانان پدید می‌آید که اهم آنها عبارت است از:
  - ترسهای بهداشتی و زیستی مثل ترس از اختلال بدن، نقص اعضا، مرگ و ...
  - ترسهای جنسی ناشی از پدید آمدن صفات اولیه و ثانویه جنسی، نقص در آن و ...
  - ترسهای مدرسه‌ای چون ترس از عدم موفقیت در امتحان، تکلیف درسی، مردودی و ...
  - ترسهای خانوادگی مثل ترس از بیماری یا مرگ والدین، نزاع و مشاجره، طلاق و ...
  - ترسهای اخلاقی مثل ترس از انحراف و ارتکاب خطا، عدم تطابق رفتار با اخلاق و ...
  - ترسهای اقتصادی مثل ترس از فقر، بیکاری، افت اقتصادی، عدم توان تهیه مایحتاج و ...
  - ترس از روابط اجتماعی مثل برخورد با افراد شلوغ، شوخی، درگیری و نزاع و ...<sup>۱۶</sup>
- این ترسها با همه عوارضی که دارند زمینه‌ساز بسیاری از بیداریها و هشیارها، مراقبت و صیانت، پیشگیری از واقعه‌ها و ... نیز می‌توانند باشند و وجودشان تا حدودی ضروری و لازمه رشد است.
- ۲- اضطراب: و آن احساس ترس از خطری است که هنوز به وجود نیامده است و یا حالت آزاد و نشر یافته ترس است که به هیچ شیئی یا عنصری بستگی ندارد.<sup>۱۷</sup> از دید کلی می‌توان گفت اضطراب شامل آن ترسی است که ریشه‌های آن در عمق جان و از نظر ظاهر ناپیدا است.