

آموزش معنویت در کودک و نوجوان

علی اکبر ناسخیان

بدنبال این مطلب این سؤال مطرح می شود که چگونه و در چه سنی می توان کودک را با روح ایمان و تقوا و فضیلت پرورش داد؟ و به مفاهیم فوق تحقق بخشید .

کودک از آغاز تولد تا مدتی تنها از راه حواس و تجربه با محیط خارج و دنیای خویش در ارتباط است و جهان را تنها از همین راه درک می کند و به محرکها پاسخ می دهد . صدائی می شنود ، نوری به چشمش می خورد ، منظره ای می بیند ، با حرکت چشم ، دست پا و گریه اش به این محرکها پاسخ می گوید . اصطلاحاً به این مرحله ، مرحله حسی و حرکتی می گویند ، سپس مرحله شهودی است که کودک آنچه را می بیند و مشاهده می کند ، همانگونه درک می کند و مسائل را آنطور که جریان دارد می پذیرد ، نه به قبل کاری دارد و نه به بعد ، قادر نیست گذشته را به آینده پیوند دهد و ارتباط ایجاد کند ، .

این مرحله تا حدود ۶ سالگی طول

اولیاء و مربیان خواه و ناخواه با این مسئله مواجه می شوند که از چه سنی و چگونه می توان به کودکان و نوجوانان مفاهیمی از قبیل : خدا ، روح ، عدالت ، معنویت ، مذهب و . . . را آموزش داد و در ذهن آنان جایگزین نمود .

گاهی اوقات بعضی از مربیان ، به غلط با اصرار عجیبی می خواهند اینگونه مفاهیم ذهنی را به کودک آموزش دهند و از این عمل نه تنها نتیجه مثبت نمی گیرند بلکه مصیبتی نیز بار می آورند .

کودک گاهی می پرسد خدا چیست ؟ کجاست ؟ چه شکلی است ؟ . . . عدالت یعنی چه ؟ روح چه جوری است و از این قبیل . . . مادران که خصوصاً ، گاهی از اینگونه سئوالات بی درپی و دردسر آور عاجز می شوند با جوابهایی پرت و بی ربط و احیاناً غلط پاسخ داده سعی میکنند گفتارهای خود را اثبات نمایند .

حدود ۱۱ سالگی بتدریج واکنش از حالت مکانیکی به فکری - مکانیکی تبدیل می شود یعنی بین فراگیریهایش ارتباط برقرار می کند و خود تجزیه و تحلیل می کند اما باز هم قادر نیست همه مفاهیم ذهنی و مجرد را درک کند حتی قادر نیست بخوبی مسائل را تجزیه و تحلیل کند مثلا در این سنین نمی توان از کودک انتظار داشت قضایای هندسی را بفهمد

می کشد و تا این زمان نمی توان یک نوع تفکر منطقی خاصی برای کودک در نظر گرفت ، اگر چه کلیه تجربیات حسی و مشاهدات عینی کودک و برخوردها و تماس هایش با محیط، در زمینه ذهنی او تاثیر می گذارد و این دردوران نوجوانی و جوانی بنوبه خود سرمایه ای است جالب که در شکوفائی استعدادها و توانائی - هایش تاثیر بسزا می گذارد . از این به بعد تا



و حل نماید . بارها اتفاق افتاده که کودکی در این سنین (بخصوص تا حدود ۱۱ سالگی) فیلمی آموزنده می بیند که در این فیلم بعضی از صحنه های انحرافی و فساد انگیز بمنظور عبرت گرفتن و پند آموختن نشان داده می- شود و در نهایت سازنده فیلم نتیجه مثبت و آموزنده اش را ارائه می دهد ولی می بینیم کودک تنها به صحنه های انحرافیش توجه خاص نموده و چون قادر به پیوند مطالب و تجزیه و تحلیل آنها نیست ، نقاط منفی فیلم را می گیرد و الگو سازی می کند و چون قدرت تحلیل ندارد ، از فیلم جز انحراف دستگیرش نمی شود و تاثیر ذهنی نامطلوبی باقی می- گذارد با شناختی اینچنین وقتی معلم در دبستان می خواهد خدا را اثبات نماید ، بجای اینکه اساس و بنیاد کار بر استدلالهای منطقی و عقلی باشد ، اساس کار بر عاطفه و انفعال می شود ، گاهی دیده می شود مربی سعی و تلاش می کند استدلالهای عقلی و فلسفی را بزبان ساده تر به خورد کودک و نوجوان دهد در حالیکه تقویت عاطفه خدا- شناسی و رشد عاطفی معنویت خیلی بیشتر موثرتر می شود . محبت و عشق بخدا را می- توان با جریانات عینی و شهودی ، در رابطه با محیط زندگی آموزش داد .

ریموند بیچ می گوید : نخستین تصویری که کودک از خدا در ذهن خود ترسیم می کند از روابطش با پدر و مادرش سرچشمه

می گیرد و همچنین نخستین آگاهی اودرباره اطاعت و بخشندگی و راستی با طرز عمل خانواده بستگی دارد . (۱)

بدین ترتیب استدلالهای علمی ضرورت ندارد بلکه باید صفات خوب را در کودک و نوجوان عادت و ملکه نمود .

محیط زندگی ، جامعه و طبیعت خود بهترین استدلال است . حتی قرآن که کتاب تربیتی توده هاست برای شناسائی خدا از طبیعت سخن می گوید و از روابط موجود در جامعه مثال می آورد . خورشید - ماه - زمین آسمان - کوه ، شب - روز - شتر ، پسرانده ، خلقت انسان و . . . آنچه را که عینیت دارد و همگان می بینند و می فهمند و با آن برخورد دارند .

پدر و مادری که دم از محبت و صفا و عدالت و ایمان می زنند و به فرزند خویش پند می دهند برایش سخنرانی میکنند ولی در محیط خانواده چیزی که ندارند محبت و صفا و عدالت و ایمان است . بهیچوجه قادر نخواهند بود کودک را بدینگونه صفات پرورش دهند .

ازاینکه بگذریم (پرورش) ، اصلاً آموزش اینگونه مفاهیم نیز تا حدود سن بلوغ ، جواز طریق جریانات عینی و عادی زندگی کودک نتیجه خوبی نخواهد داشت ، اصلاً کودک در سنین پائین تا ۴ سال قادر نیست مفاهیم ذهنی همچون روح - عدالت و . . . را درک

کند، ممکن است کودک سئوالاتی در این زمینه بکند، و مصرا نه جواب بخواهد، کودک ۴ ساله می پرسد خدا چه جور است؟ خدا کجاست؟ مری گاهی بخیال خود می خواهد جواب واقعی و حقیقی این سئوال را دقیقاً بگوید ولی غافل از اینکه او قادر به درک این مطلب نیست، مثلاً خدا جسم نیست که مکان لازم داشته باشد، خدا شکل خاصی ندارد، یا جوابهایی از این قبیل که خدا، تسوی آسمانهاست، خدا یک چیز قشنگی است. و از این سری حرفها... نه پاسخ منطقی و صحیح اول ضرورت دارد (چون در خوردرک او نیست) و نه جواب غلط و منحرف دوم مناسبت دارد (که انحراف ایجاد می کند). شاید سئوال شود اگر کودک قادر به درک پاسخ صحیح سئوال نیست چرا سئوال می کند؟ حتما چیزی درک کرده که سئوال نموده، ولی مسئله اینجاست خیلی از سئوالات است که کودک صرفاً تقلیدی یاد گرفته و از دیگران آموخته، بعضی از پدر و مادرها به خود مغرور می شوند که فرزند ما حرفهای گنده گنده می زند و چیزهای خیلی خوب یاد گرفته در حالیکه کودک از بزرگترها تقلید نموده و این ناشی از درک ذهنی کودک نیست. فکر می کنم جواب باینگونه سئوالات را با ذکر مطلب فوق بسادگی می توان با بیان خود کودک داد، فرمول خاص ندارد که بگوئیم همیشه اینجور جواب دهیم ولی چون میدانیم اینگونه

سئوالات عمقی نیست بهتر است از کودک بخواهیم تو چگونه فکر میکنی و از الهام از جواب او با بیانی ساده او را از این بحث خارج کنیم و فکرش را در جهتی دیگر سوق دهیم و بجای بررسی در این مطلب داستانی شیرین و سازنده برایش تعریف کنیم.

وقتی اینگونه برداشتها برای مری و ولی کودک حاصل شد، بجای زحمت و تلاش پیرامون اثبات خدا مثلاً معلم در کلاس یک شاخه گل به کلاس می برد، روی تخته یک پرنده زیبا، جوجه ای که در حال خارج شدن از تخم است، مرغی که به جوجههایش دانه می دهد رسم می کند و خدا را و محبت خدائی را در کودک و نوجوان آموزش می دهد.

کودکان بخصوص از ۹ تا ۱۳ سالگی قهرمان پرست هستند، چه بجاست که معلمین قهرمانهای بزرگ تاریخ را به اینان معرفی نمایند و برای کودک الگوی تربیتی بسازند. بجای اینکه قهرمان کودک تنها قهرمان کشتی فوتبال و... باشد اگر چه تا حدی این نیاز و تشنگی طبیعی است ولی وظیفه مری است که قهرمانهای اخلاقی و سازنده ای نیز یاد کند. گوشهائی شیرین از زندگیشان معرفی کند.

حدیثی جالب و گویا از امام صادق (ع) داریم که نشان می دهد در اسلام نیز به این ایده تربیتی توجه خاص شده است:

بقیه در صفحه ۶۲

ساده خارج میشود و صورت پیچیده‌تری به خود می‌گیرد. از آن پس هر چه زمان بیشتر بگذرد به مهارتهای رفتاری او برای سازش بیشتر با محیط افزوده میشود.

در این دوره کودک از محیط هیچگونه شناختی ندارد و دریافت او منحصر به واقعیات و بر پایه دریافت حسی - جنبشی که به زحمت کمی پیچیده‌تر از غریزه حیوانی می‌باشد محدود است. در این دوره هر چیزی که خارج از حیطه حواس او قرار گیرد برای او مفهومی ندارد. بالعکس آن چه قابل دیدن، شنیدن، لمس کردن، چشیدن یا بوئیدن می‌باشد برای او موجودیت دارد. به این ترتیب رابطه کودک در این دوره با جهان خارج تنها به وسیله حواس است که به دنبال خود جنبشی در حد کمی بالاتر از بازتاب دارد.

برای کودک دنیای خارج هنگامی تحقق پیدا می‌کند که به نحوی یکی از حواس او آن را درک کند در غیر این صورت دنیای خارج برای او وجود نخواهد داشت. ولی این مرحله خود مقدمه دوره‌های دیگری است که بتدریج کودک وجود خود را در ارتباط با

حتما بعد از مرحله حسی - جنبشی - *Sensimotor-Schemas* روی میدهد.

مراحل رشد ذهنی

به عقیده پیازه رشد ذهنی کودک ابتدا با الگوئی که به زحمت چیزی فراتر و پیچیده‌تر از بازتاب است شروع میشود و بعدها هر چه زمان می‌گذرد کودک بر اثر برخورد با محیط و جریان جذب و تطابق با الگوهای پیچیده‌تری آشنا میشود و این جریان بتدریج تا مرحله شناخت کامل و تفکر ادامه می‌یابد.

اگر چه مراحل مختلف پرورش در وجود کودک بصورت رشته‌ای بهم پیوسته است که نمیتوان بین آنها مرز و حدی قائل شد و هر کدام از آنها مقدمه‌ای برای دیگری است با وجود این پیازه در این باره به نوعی تقسیم بندی قائل است.

۱ - دوره حسی - جنبشی (از ابتدای تولد تا دو سالگی) یعنی دوره شیرخوارگی. در این دوره کودک ابتدا بعضی مهارت‌ها را بصورت بازتاب ساده که منشاء غریزی دارد از خود نشان میدهد. این حالت بتدریج از صورت بازتاب

جهان احساس می‌کند .

مطالب ساده را به حافظه بسپارد . آهنگ و تصنیفی را فراگیرد و ولی در این حال مطالب مبهم یا مشکل برای کودک فراوان است از جمله مفهوم رابطه بین دو عامل مختلف برای او روشن نیست کودک همه چیز را مجرد احساس می‌کند یعنی فقط به عینیت خالص توجه دارد و بس .

۲ - دوره پیش از تفکر عملی

Pre-Operational Stage در دوره حسی جنبشی کودک خود مدار است *Egocentric* و هر چه خارج از وجود او قرار گیرد برای او بی‌معنی و نامفهوم خواهد بود اما این حالت برای مدت طولانی باقی نمی‌ماند و به زودی هنگامی فرامی‌رسد که کودک نوعی امتیاز بین خود و دنیای خارج احساس می‌کند و این همان مرحله‌ای است که در رفتار کودک علائم تفکر منطقی در صورت بسیار ساده و ابتدائی آن مشاهده می‌شود . معمولاً این مرحله در پایان دوره شیرخوارگی در کودک ظاهر می‌شود .

۴ - دوره تفکر صوری

Formal Operation در این دوره کودک می‌تواند مفهوم رابطه علت و معلولی را درک کند . ذهن کودک در این دوره تا حدی با تفکر منطقی که بر پایه مشاهده و تجربه نهاده شده باشد آشنائی پیدا می‌کند کودک قادر است بعضی پدیده‌ها را پیش‌بینی کند . مثلاً اگر از او کار خلافی سربزند حدس می‌زند که بدنبال آن مجازاتی هم خواهد بود و بالعکس . زیرا کودک این تجربه‌ها را قبلاً آموخته است .

۳ - دوره تفکر عملی

Concrete Operation در این دوره کودک شناختی از دنیای خارج دارد ولی شناختی که خیلی روشن نیست . کودک مفهوم مقایسه بین دو یا چند چیز را تا حدی درک می‌کند . میتواند سری اسباب‌بازیهای خود را برحسب اندازه و نوع آن مرتب کند و هر یک را در جای خاص خودش بگذارد . بعضی

این برداشت ساده که صورت بسیار ابتدائی از تفکر منطقی است در حقیقت نمودار آن است که کودک با اصول زیر بنائی تفکر انتزاعی تا حدی آشنا شده است .

است احیانا چنین وجهی داشته باشد .

در این صورت وقوف خانواده‌ها بر مسائل علمی می‌تواند بسه رفتار مطلوب و عادلانه آنها کمک کند . خانواده‌ها با آگاهی از قوانین رشد فیزیکی و ذهنی کودکان و فراهم آوردن محیط سالم برای پرورش آنها قادر خواهند بود که از بروز بسیاری نابسامانیها که موجبات عصیان‌گری کودکان را فراهم می‌آورد به موقع جلوگیری کنند به عنوان مثال نباید از کودکی که رشد ذهنی او به مرحله تفکر عملی نرسیده انتظاری بیش از آن حد داشت . ما هر روز در کوچه و خیابان شاهد و ناظر مادران نادانی هستیم که فی‌المثل از کودک سه ساله خود انتظار دارند تفکری منطقی در حد آدمهای بزرگ داشته باشد . اینان با کودکان خردسال خود همچون آدمهای بزرگ رفتار می‌کنند و توقع دارند که کودکان به حرف آنها گوش بدهند و منطق آنها را بی‌چون و چرا بپذیرند .

منشاء پاره‌ای از لج‌بازیهای کودکان بدون شک عدم آگاهی خانواده‌هاست هنگامی که به نیازهای اصلی کودک که تنها به فراهم

در ارتباط با بحث فوق‌الذکر در مورد وظایف خانواده‌ها در قبال پرورش کودکان آنها بجا خواهد بود گفته شود که خانواده‌ها نبایستی خود را تنها به برطرف کردن نیازهای مادی کودکان که عبارت از تهیه خوراک پوشاک و مسکن می‌باشد موظف بدانند بلکه باید این حقیقت را بپذیرند که وظایف دیگری هم دارند و این وظایف از نظر مقایسه با آنچه گفته شد نباید کم اهمیت‌تر تلقی شود بلکه از پاره‌ای جهات از ارجحیت بیشتری نیز برخوردار است و آن تامین نیازهای روانی و پرورشی کودکان می‌باشد که خود غرض اصلی از نوشتن این مقاله را تشکیل می‌دهد .

درست است که والدین کودکان از نظر عواطف پدری و مادری خود را موظف میدانند که بر حسب شرایط و امکانات زندگی خود در رفع نیازهای فرزندان خویش بکوشند ولی متأسفانه بسیاری از خانواده‌هایی که بر اثر عدم اطلاع از مسائل پرورشی از فرزندان خود انتظاراتی خارج از حد توانائی آنها دارند . مبناء بسیاری از سخت‌گیریهای غیر منطقی خانواده‌ها در مورد کودکانشان و تنبیهات و سرزنشهای بی‌جای آنها ممکن

انتظار بی جایی خواهد بود اگر ما ا
 کودک یک ساله خود مصرانه بخواهیم ک
 اصول نظافت را بمتابه بزرگترها رعایت کن
 و یا از کودکی که هنوز با مفهوم عدد و شمارش
 آشنا نشده توقع داشته باشیم که جم
 تفریقهایی چند رقمی را به آسانی انجام دهد
 و بسیاری مثالهای دیگر از این قبیل

این مطالب تنها به وظایف خانواده ه
 در برابر فرزندان آنها محدود نمی شود
 مدرسه نیز در ارتباط با مسائل پرورشی
 وظایف بیشتری بعهده دارد از آن جمله د
 مورد برنامه های آموزشی و ستون کتابهای
 درسی برپایه نیازهای جامعه و تربیت معلمانی
 آگاه و متعهد به وظایف انسانی خود .

چا دارد که از این دیدگاه مروری دوبار
 در همه برنامه ها داشته باشیم . این بار با
 روشی علمی و برداشتی منطقی بخاطر پرورش
 موجودی که اگر چه نامش کودک است ولی
 انسانی است که واجد همه خصوصیات بشری
 می باشد .



آوردن غذا و پوشاک و مسکن و محدود نمیگردد
 چنانکه باید ترتیب اثر داده نشود کودک به
 ناچار سرناسازگاری پیش میگیرد و در این
 مورد است که والدین نادان به تنها وسیله
 یعنی تنبیه منوسل می شوند ، همان عاملی که
 بیآمدهای وخیم بدنبال دارد .

مراحل زندگی کودک

مراحل زندگی کودک از تولد تا جوانی به چند مرحله تقسیم می شود. شناسائی هر یک از این مراحل و پی بردن به خصوصیات کودک در هر مقطع سنی انتظارات والدین را از کودکان مشخص می نماید. در نتیجه والدین پس از شناسائی هر مرحله می توانند بطور مناسب تری با کودکان رفتار نمایند.

۱- مرحله تولد تا پنج سالگی- در این مرحله چون کودک به خوبی قادر به اداره و کنترل خود نیست به حمایت و مواظبت از طرف والدین نیازمند است. از این رو، این دوره برای پدر و مادر مرحله پرکاری است. در این مرحله کودک تکلم و راه رفتن را می آموزد و با طرح سئوالات پی دیری و به این طرف و آن طرف دودننها توجه و دقت اطرافیان را بخود مشغول می دارد. پدر برای تأمین مخارج زندگی با تولد هر کودک مجبور است اوقات بیشتری را کار کند تا به درآمد خانواده بیافزاید. مادر نیز علاوه بر انجام کارهای خانه و وظایفی که قبلاً برعهده داشته است باید مسئولیت نگهداری و مراقبت از فرزند جدید را نیز برعهده بگیرد. بدین جهت

این مرحله از زندگی کودک برای والدین تا حدودی خسته کننده می باشد.

۲- مرحله آموزشگاهی - در این مرحله که از سنین شش و یا هفت سالگی آغاز می شود کودک ساعاتی از روز را در آموزشگاه می گذراند و در نتیجه مقداری از وظایف و مسئولیت های مادر برعهده مدرسه واگذار می گردد. تلاش های مادر تا حدودی نسبت به مرحله قبل کاهش می یابد. در این مرحله گر چه کار مادر کمتر است ولی در عوض جدائی از فرزند برای ساعاتی از روز او را نگران می سازد. در این مرحله کودک مشکلات مدرسه اش نظیر مشکل برخورد با معلم، دوست یابی، و مزاحمت سایر کودکان را معمولاً با والدین خود در میان می گذارد. گاهی اولین جدائی کودک از مادر و رفتن به مدرسه برای کودک بقدری دردناک است که کودک مدرسه را ترک و از آن فرار می کند. به والدین توصیه می شود که در این سنین به تدریج فعالیت هایی از قبیل پوشیدن لباس و مرتب کردن اطاق کودک را به خودش واگذار کنند و از طریق بحث مسائل مختلفی نظیر تحصیل، رعایت بهداشت، و توجه به مقررات را برای کودک توضیح دهند.

۳- مرحله نوجوانی - در این مرحله پدر دوست دارد که پسرش مانند او رفتار کند و مادر انتظار دارد که دخترش مثل او عمل

والدین با فنون تربیت کودک آشنا گردند و نیازهای کودکانشان را بشناسند اولاً انتظارشان از کودکان در حد معقول خواهد بود. ثانیاً نقش خود را بعنوان پدر یا مادر بهتر درک و ایفاء خواهند نمود. ثالثاً در ایجاد رابطه با فرزندان موفق‌تر خواهند بود.

روشهای تربیت کودک

روش خط‌مشی را مشخص می‌کنند و فعالیت‌ها را فرم می‌بخشد. برای انجام هر کار می‌توان روشهای متعددی را مشخص نمود. در زمینه تربیت کودکان نیز روشهای گوناگونی موجود است که هر خانواده با توجه به امکانات خود می‌تواند از بین روشهای ارائه شده روشی را که مناسب‌تر تشخیص می‌دهد انتخاب و آن را اجرا نماید. بهتر است والدین در انتخاب روش به محاسن و محدودیت‌های آن توجه کنند. در فصول آینده چندین روش برای تربیت کودکان در خانواده مورد بحث و بررسی قرار خواهند گرفت. والدین می‌توانند با توجه به نظام ارزشی خانواده و امکانات خود روشی را که مناسب‌تر تشخیص می‌دهند انتخاب و آن را در مورد فرزندان بکار بندند.



نماید. این موضوع تعارضات و کشمکش‌هایی بین دو همجنس یعنی پدر با پسر و مادر با دختر را موجب می‌شود که زائیده تضاد ارزش‌های دو نسل است. پدران و مادران بجای مذمت و سرزنش فرزندان‌شان باید رفتاری گرم و صمیمی با آنها داشته و آنها را راهنمایی نمایند. والدین همچنین باید در پذیرش ارزش‌های نوجوانان انعطاف بیشتری از خود نشان دهند.

از بررسی مراحل زندگی کودک نتیجه می‌شود که کودک در هر مرحله نیازهای متفاوتی دارد. در مرحله اول نیازهای کودک بیشتر به جنبه‌های جسمانی و رشدی او مربوط می‌گردد. در مرحله دوم علاوه بر نیازهای جسمانی نیازهای عقلانی و کوشش برای فهمیدن نیز ظاهر می‌گردد. در مرحله سوم که نوجوان قادر است تا حدودی خودش نیازهای جسمانی خود را برآورده سازد مسائل عاطفی و روانی برایش اهمیت بیشتری پیدا می‌کنند.

برای آگاهانیدن والدین از نیازهای کودکان خود در هر مرحله و کمک آنها جهت ارضای نیازها بطور مقبول و مناسب آموزش فنون تربیت کودک بخصوص دردنیای پیچیده امروزی ضرورت کامل پیدا می‌نماید. اگر

تربیت نوجوان در مکتب اسلام

۸- هرگاه با تهدید و ارعاب از انجام کاری که خواست او است بازش دارند .

۹- هرگاه احساس کند که خواست‌ها و آرزوهایش با میزان امکانات و قدرت و توانائیش هم سنگ و متناسب نیست .

۱۰- هرگاه احساس کند که میان آنچه دارد و آنچه باید داشته باشد تفاوت بسیار است .

۱۱- هرگاه ببیند که دیگران بدون استحقاق و شایستگی بدریافت جوایز نائل می‌گردند .

انسان معمولاً می‌کوشد که بحران روانی خود را ناچیز انگارد از راه صحیح و واقعی یا از راه نامعقول و غیرعادی مانند تجاوز ، سرخوردگی ، جمود ، سر تسلیم فرود آوردن و رویاهای شیرین و نظائر آنها و چون نتواند از راه توسل به یکی از این وسائل بر بحران روانی خود پیروز شود در این صورت شخص به بیماری‌های روانی و انحرافات جنسی و دیگر آشفتگی‌ها و اضطرابات خطیر و شدید روانی مبتلا می‌گردد .

علامت‌اشخاص ناسازگار :

الف - شخصی که نمی‌تواند از روح سازش و توافق برخوردار باشد برای زندگی لذتی قائل نیست و باید گفت چنین فردی زندگی نمی‌کند بلکه با زندگی سر جنگ و ستیز دارد . این حالت زائیده عوامل متعددی است از آن جمله شدت ناملایمات و تحمل رنج و مشقت در برابر مشکلات و بحران‌های روانی سرکوب شده اضطراب و

بقیه از صفحه ۱۵

احساس نگرانی و عدم آرامش و احساس گناه و کمبودی و احساس خشم و ماتم‌زدگی و سلالیت و افسردگی لذا نذندگی را به تلخی مبدل می‌سازد .

ب - انسان بدرفتار از جهت انفعالات روانی متعادل نیست چنین فردی معمولاً از خود راضی و خشمگین و سنگ‌دل است مثل یک کودک که دوستیش یک جانه است یعنی می‌گیرد و نمی‌دهد ، یا به عبارت دیگر همه چیز را در سود خود می‌بیند و به نفع خود می‌جوید .

ج - اینگونه افراد معمولاً با آشنائی و برداشت از صفات دوران کودکی خود در برابر مسائل خاصی از خود احساسات شدید نشان می‌دهد گاه به صورت انتقاد و رقابت و گاه به صورت تحقیر کردن و ابراز انزجار نمودن و گاه در مقام فرد گناهکار و گاه به صورت خصمی و دشمنی ستیزه‌گر عکس‌العمل نشان می‌دهد و یکباره مشاهده می‌شود که از این شخص در برابر این حالات گوناگون عکس‌العمل‌های مختلف و غیر-عادی بروز می‌کند و برای اندک چیزی می‌شورد و کنترل خود را از دست می‌دهد و وسوسه و وهم و خیال بر او مستولی می‌شود و به قول معروف حالت اندک‌بینی به او دست می‌دهد و اینجا است که خراش سوزنی را نیش خنجر می‌پندارد و از گاهی کوهی درست می‌کند و یک صدای زیر گوش را فریادی به حساب می‌آورد . احساسات روانی بیش از حد اعتدال شبیه احساسات جسمی



پورتال جامع علوم انسانی

پورتال جامع علوم انسانی

رابطه بین آنان و جهات و تمایلات نفسانی او وجود ندارد و به قول معروف «گنه کرد در بلخ آهنگری به شوستر زدند گردن مسگری» مثلا دانشجوی عصبی که از پدرش منزجر شده است تلافی آن را سرآموزگارش درمی آورد و همچنین است وضع یک کارگر نسبت به کارفرمایش و یا شوهری عصبی نسبت به همسرش.

شدید است مانند احساسی که به یک شخص سیگاری افراطی دست می دهد در آن هنگام که تحمل استنشاق دود سیگار برای وی امری دشوار گردد.

د - و از علائم شخص ناسازگار آن است که بطور ناخودآگاه انفجالات روانی خود را درباره حب و بغض اشخاص ابراز دارد که هیچگونه

هـ - شخص نامتعادل و ناسازگار نمی‌تواند خود را از بحبوحه مشکلات و گرفتاری‌های مورد ابتلا بیرون برد و غالباً چاره‌جوئی‌هایش در حل این مشکلات با واقعیت منطبق نمی‌باشد یا گروهی که با وی کار می‌کنند به پیشنهاداتش تن در نمی‌دهند و ابراز عدم رضایت می‌نمایند .

و - مردم غالباً با چنین شخصی تفاهم و رابطه ندارند و در ایجاد این رابطه احساس دشواری می‌نمایند زیرا هر گونه رفتار و کرداری که از آنان سرزند و هر گونه سخنی بگویند و حرکتی از خود نشان دهند مورد شک و تردید آن شخص قرار می‌گیرد و در نتیجه معاشرت و مصاحبت با وی سوهان روح است و موجب آزردهی خاطر دیگران می‌گردد ، و حتی این‌گونه افراد آمادگی همکاری صمیمانه با مافوق خود ندارد و برای مافوق و رئیس و سرپرست نیز تحمل این‌گونه افراد بسیار دشوار است چه در محیط کار قبل از هر چیز صمیمیت و درک مسئولیت ضرورت مطلق دارد و به همین جهت شخص ناسازگار نمی‌تواند در کارهای گروهی شرکت کند و همیشه به تک - روی و کار انفرادی ابراز تمایل دارد و بدین - ترتیب از جامعه گریزان است و سلامتی و عافیت خود را در دوری از مردم می‌پندارد چه شرائط اجتماعی با روح وی سازگار نیست و اعصاب او را بیش از پیش متشنج می‌سازد لذا تمایل نشان دادن به کارهای دسته‌جمعی خود یکی از علائم

بهداشت روانی و سلامت نفس افراد آن گروه می‌باشد .

ز - شخص ناسازگار در کارش و تولیدش موفق نیست و هرگاه برای تسریع در کار به ضرورت برآوردن نیازهای زندگی و دیگر جنبه‌های فریبنده آن تحت فشار قرار گیرد در یک حالت توأم با حرص و وحشت به کار خود ادامه می‌دهد ولی دیری نمی‌یابد که قوا و نیروی فعال خود را از دست می‌دهد و به بیکاری و تن‌آسایی می‌گراید .
ح - شخص ناسازگار پس از مختصر کوشش و تلاش اظهار خستگی می‌کند و در حقیقت دچار یک خستگی مفرط گردیده است و این خستگی زودرس معلول مبارزه با ناراحتی‌های درونی است که منجر به از دست دادن نشاط و فعالیت می‌گردد .

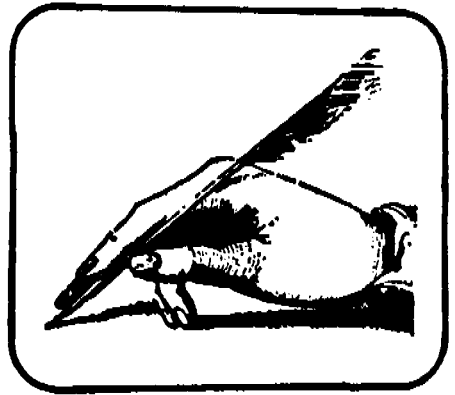
ط - بدون شک این ناراحتی‌های روانی و تشنجات عصبی سلامتی بدن شخص ناسازگار را نیز تهدید می‌کند مثلاً مشاهده می‌کنیم که وی از بی‌خوابی رنج و از اشتها بازمی‌ماند و دچار سوء‌هاضمه می‌گردد و به تنگ‌نفس و خفقان و نبش قلب مبتلا خواهد شد و بدن در نتیجه این عوارض در معرض بیماری‌های گوناگون قرار خواهد گرفت که رفته‌رفته شخص سلامتی خود را بطور کلی از دست خواهد داد و فردی علیل و ناتندرست و ناتوان خواهد شد .



وضع نوجوانان

آقای محمود . ذ مقیم اراک نوشته‌است
من بعنوان یک پدر که حداقل مربی چهار
فرزند خود هستم و سالهای جوانی را با
تجربه آموختن پشت سر گذاشته‌ام و اکنون
خود را در مرز کهنسالی احساس میکنم متاسفانه
باید بگویم که تا کنون نه تشکیلات تربیتی
ما و نه پدران و مادران هیچیک بوظایف
اساسی خود خوب و صحیح عمل نکرده‌اند در
مدارس هم نه فقط تفریحات سالم و آموزنده
برای نوجوانان مفهوم نداشته بلکه حتی
ساعت ورزش محصلین را هم بعدر نداشتن
وسيله و جا تعطیل میکردند اکنون چه فکری
برای بهبود بخشیدن و سروسامان دادن به
این وضع نابسامان نوجوانان شده است .

آقای محمود . ذ مردم مملکت ما تازه
پس از سالها خاموشی و زندگی در محیط ترس
و وحشت و خفقان چشم و زبان باز کرده‌اند
و در یک جو آزاد مشغول دیدن و گفتن و فریاد
کشیدن هستند ، اکنون آنها چون مرغان از
قفس پریده مشغول شکوه از آنچه بر آنها
گذشته است میباشند و هر کدام با لحنی و
بیانی عیوب گذشته را بازگو مینمایند و در
آغاز راه سازندگی میباشند شما باید در این
برهه حساس از زمان صبور و شکیبا باشید و
مجال دهید تا مدیران ، دست‌اندرکار بایینش
کافی برنامه‌های سازندگی را تنظیم و به‌موقع
اجرا گذارند مطمئن باشید که وضع تربیتی و



آموزشی فرزندان این مرزوبوم که فرزندان ما و شما هم یکی از آنها هستید به مراتب از گذشته بهتر شده و نیز بهتر خواهد شد، به هر حال فراموش نکنید که ما یک انقلاب عظیم را پشت سر گذاشته ایم و سازندگی عظیم تر از آن را در پیش داریم که باید همه با هم در راه آن همگام و همصدا شویم.

گفتگوی مادر با پسران

خانم فاطمه . ب ساکن شیراز نوشته است دو پسر و یک دختر دارم که دخترم به خانه بخت رفته است اما پسرهایم مدرسه میروند و با من زندگی می کنند من تمام اوقات روزانه ام صرف فراهم آوردن وسایل زندگی و راحتی آنها میشود و روزها همدم و مونسى که با او درد دل و صحبت کنم ندارم، شب که آنها به خانه می آیند بعضی آن که با من صحبت کنند به بحث و گفتگو با یکدیگر می پردازند و اگر من اظهار نظری کنم میگویند تو قدیمی هستی و از دوران حضرت آدم حرف میزنی، میتوانی در گفتگوی ما دخالت نکنی . . . اگر کوتاه نیایم و کلامی دیگر بگویم مسخره ام می کنند شما بگویید من با آنها به چه طریق رفتار کنم که اینطور مورد بی احترامی آنها نباشم .

خانم عزیز این اختلاف بین مادر و فرزند و پدرو فرزند تازگی ندارد، این اختلاف اختلافی است که همیشه در تمام ادوار و در تمام جهان بین دو نسل وجود داشته و دارد

و خواهد داشت و گریزی از آن نیست اما پدر و مادر که سالمندتر، جهان دیده تر و پرتجربه تر هستند باید با آنها کنار بیایند چه عیبی دارد که من مادر که دارای طرز تفکری قدیمی تر هستم در بحث و گفتگوی بین دو فرزندم که لااقل بیست سال از من جوان تر هستند دخالت نکنم و اگر هم اوضاع و احوال طوری پیش آمد که ناچار به مداخله شدم روی افکار قدیمی خودم تعصب به خرج ندهم و با آنها همفکری کنم بنظر ما بهتر است که پدر و مادرها که نمیتوانند خود را عوض کنند تا حدودی که امکان دارد خود را با اوضاع روز منطبق کنند و واقعیتها را قبول کنند نه این که بگویند باید چنین یا چنان باشد زیرا واقعیت با باید فرق بسیار دارد، و اما نوجوانان هم باید پدر و مادر را احترام بگذارند و اگر در مواردی با آنها همفکری ندارند خشونت و بی احترامی و مسخره نکنند با بیانی لطیف و دلنشین نظرات خود را بر پدر و مادر تحمیل کنند که لطف بیان سنگینی تحمیل را از بین ببرد.

دعوی خانگی

آقای مرتضی شهابی نژاد ساکن بندر پهلوی نوشته است مشکل بزرگ من با مادرم این است که او سواد ندارد و چون سواد ندارد طبعاً قوه تشخیص و تجزیه و تحلیل مسائل گوناگون و حتی مسائل مربوط به روابط خودش با من و خواهرم را هم ندارد و دائم

در خانه مسئله آفرینی می‌کند با من و خواهرم دعوا می‌کند، بهانه‌جویی می‌کند و وقتی می‌بیند که ما با پدرمان که مردی باسواد و تحصیل‌کرده است بحث می‌کنیم و حرف‌های او را قبول داریم بیشتر ناراحت می‌شود و می‌گوید چون پدرتان را بیشتر از من دوست دارید گفته‌های او را قبول دارید و با این حرف‌هایش دائم مثل سوهان روح‌مارا می‌آزارد در صورتی که ما واقعا او را دوست داریم او برای ما محترم است اگر بیش از پدرمان دوستش نداشته باشیم کمتر از او دوستش نداریم اما دوست داشتن نباید مانع از تجزیه و تحلیل امور و بیان واقعیت‌ها باشد شما ارائه طریق کنید که ما با او به چه نحو رفتار کنیم تا بگویم‌گوا پیش نیاید و او رنجیده - خاطر نگردد .

فرزند عزیز متن نامه حکایت از آن دارد که پسر فهمیده‌ای هستید مطالعه نامه همراه طرح مشکل مرا متعجب کرد که شما که شخصی فرزانه و عاقل هستید و مسائل گوناگون را به راحتی تجزیه و تحلیل می‌کنید باید توجه داشته باشید که عیب هر کس را به او بگوئید خوشش نمی‌آید حتی واقعیت‌ها را در همه موارد نباید بی‌پرده و عریان گفت همه کس تاب شنیدن عیوب خود را ندارد و به ندرت اشخاصی یافت میشوند که از شنیدن عیوب خود خوشحال میشوند و درصدد رفع آن برمی‌آیند همانطور که هر طفلی دوا را

نمی‌خورد بعضی بچه‌ها خوش‌دوا هستند و دوا هر قدر تلخ و بدطعم باشد می‌خورند اما به آن گروه از بچه‌هایی که دوا نمی‌خورند در موقع لزوم نمیتوان از خوردن دوا به آنها خودداری کرد و طفل بیمار را به خیال خودش گذاشت برای مواجهه با چنین طفلی است که قرصهای تلخ را با روکشی از شیرینی میپوشانند که تلخی آن را احساس نکنند شما هم کلامی را که حاکی از انتقاد و عیب‌جویی مادران است و لازم میدانید که به او بگوئید آن را در لفافی از حرمت و احترام و با بیانی شیرین همراه کنید تا موجبات رنجش او را فراهم نسازد و بطور کلی با او از مسایلی صحبت کنید که مورد پسند و دلخواه او باشد و از بحث‌هایی که دور از قدرت و توان درک وی است خودداری کنید و یا لاقبل بخاطر رضای خاطر او گهگاه سخن‌های ناوارد او را ناشنیده بگیرید، در بحث کوتاه بیائید و گفته‌های او را تائید مصلحتی کنید تا موجبات آزرده‌گی خاطر او فراهم نشود زیرا او هم مادر است توقع دارد همانگونه که با پدرتان در صفا و سلامت بحث می‌کنید با او هم همین کار را بکنید .

دختر خودخواه و عصبانی

خانم پوران - س مقیم تهران نوشته است فقط یک فرزند دختر دارم او هم بقدری خودخواه و عصبانی است که نمی‌توانم با او از هیچ دری صحبت کرد خانه برای او مثل

اول بنا را کج نهاده‌اید، مرقوم نداشته‌اید که فرزند شما در چه سن و سالی است اما بطوری که یادآور شده‌اید که صبح می‌رود شب برای شام به منزل بازمی‌گردد قاعدتا باید سن و سالی از او گذشته باشد اگر کار می‌کند شاید کارش زیاد است و به او مجالی برای دخالت در امور منزل را نمی‌دهد به هر حال نامه شما گنگ است مشخصات کامل ایشان را مرقوم دارید تا بتوان با داشتن معلومات کافی راه حل مجهول را پیدا کرد.

یک مهمانخانه می‌ماند صبحانه‌اش را می‌خورد می‌رود و شب برای شام خوردن برمی‌گردد نسبت به همه چیز منزل بی‌تفاوت است آیا میتوان به طریقی او را به راه آورد؟

خانم محترم این فرزندى که از او ناله دارید دست پرورده خود شماست با این که هر موجودی از بدو خلقت دارای خصوصیات منحصر به خود است اما دارای عواطف، احساسات و امیالی هم هست شما شاید از روز



پس جهاد را از خودمان

شروع کنیم

بقیه از صفحه ۳۳

نیرومند و زوال ناپذیر شود چه اگر این نوزاد رنجور و ضعیف بماند هر لحظه در معرض نابودی خواهد بود. اما برای آزادی حد و مرزی قائل شوید که آزادی مبدل به هرج و مرج، زیاده خواهی و از بین رفتن آزادی دیگران نشود.

آزادی این نیست که مادر را از تربیت کودک نهي کنید... انسانها همه آزاد هستند و همه حق زندگی کردن و خوب زندگی کردن دارند اما حق ندارند که به آزادی دیگران تجاوز کنند... آزادی آنست که مقررات حاکم بر یک ملت را محترم بشمارند و از اجرای آن عدول نکنند تا به آزادی آن دیگری لطمه نخورد.

آزادی که سالها در زندان ستمگران بوده دست یابی بآن فقط با از خود گذشتگی توده مردم و ریختن خون آزادیخواهان امکان پذیر گشته است این آزادی را که چنین گران بدست آمده باز چیه نگیرید بدانید و آگاه باشید که نگهداری آن بیش از بدست آوردنش از خود گذشتگی میخواهد این پرنده نایاب اگر از دست

فخر فروشی میکنید و خود را عالمتر، داناتر و تواناترین موجودات میدانید؟ بیائید نفس اماره را بکشید و در جهاد با آن غالب شوید که جهاد با نفس بزرگ جهادی است که در قدرت همه کس نیست.....

خود سازی، انسان سازی است. هر کس خود را ساخت از جهاد سازندگی سهمی نصیب او شد و هر کس در این جهاد پیروز شد سعادت کسب ثمره جهاد یافت.

بیائید قباای زمخت و خشن خود بزرگ بینی، خود خواهی، خود فریبی، خود گامگی را با قباای نرم و لطیف جهان بینی مردم داری و حق بینی، معاوضه کنید تا طعم لذت زندگی کردن را بچشید.

بیائید دنیایی بسازید که ظلم و ستم و زور را در آن رخنه نباشد بیائید دنیایی بسازید که فرزندان مان در دنیایی به از ما زندگی کنید. بیائید دنیایی بسازید که آزادی و آزادگی فدای خود کامگیها نشود. بیائید این نوزاد آزادی را آنچنان پرورش دهید که

آموزش معنویت ۰۰۰

بقیه از صفحه ۴۷

لازم است که بحث از پرورش و زمینه‌سازی نیست، صحبت از تعالیم است، به‌دلیل قرینه یتعلم الكتاب که به همان دلیل که خواندن و نوشتن، صرفاً آموزش است جمله بعد نیز بهمان معنی است و گرنه پرورش حلال و حرام (درس زندگی) از تولد بلکه قبل از تولد است.

۱ - ما و فرزندان کودک فلسفی

۲ - کتاب ارزشمند کافی ج ۶ - صفحه ۴۷

الغلام یلعب سبع سنین و یتعلم الكتاب سبع سنین و یتعلم الحلال والحرام سبع سنین . (۲)

کودک هفت سال باید بازی کند و از هفت سالگی آموزش خواندن و نوشتن شروع شود و در هفت سال بعد (۱۴ سالگی) به آموزش حلال و حرام (احکام الهی) بپردازد.

این روایت مشعر براین مطلب است که آموزش مذهب، معتقدات مذهبی، اصول اعتقادات، احکام، اخلاقیات از حدود سن بلوغ شروع می‌شود. در اینجاست که این مطلب

تا کودک دبستانی در لوای آزادی با معلم نستیزد، و معلم احترام به حقوق دانش‌آموز را محفوظ دارد عابر رهگذر مادری را توهین ننماید... مسافر اتوبوس ناروا بر مسافری دیگر نتازد که جاییت را چرا بمن ندادی... باید تفهیم گردد که معنای آزادی ستم‌پذیری و سلب حق از او نیست بلکه استفاده مشروع هر کس از حق قانونی و مشروع او است.

★ ★ ★

شما بپرد و بدام و تله دشمنانش گرفتار آید مشکل توانید که از دامش برهانید لاجرم این گوهر گرانبها را بدست کودکان و جاهلان و نا بخردان نسپارید که ارزشش از دست بدهند و ناآگاهانه همه را تسلیم ستمگران و دشمنان آزادی کنند. اکنون که واژه آزادی در فرهنگ ما جای خودش را باز یافته طرز بهره‌وری از آنرا همگان بیاموزند و تفهیم شوند که از آن چگونه بهره‌گیری و چگونه حراست باید کرد