



کارآمدی را جایگزین کارآیی کنیم

«کار درست»هایی که درستکار نیستند!

■ **ملیکا گل محمدی**

خیلی مواقع ما در توصیف و تعریف از یک آدم حرفه‌ای می‌گوییم: «طرف خیلی کار درست» و منظورمان این است که کارش را خیلی خوب بلد است، اما این به معنی درستکار بودن شخص نیست، یعنی ممکن است طرف در کار زد ی خفت گیری آدمی حرفه‌ای و تمیز کار (!) و به قول عامیانه کار درست (!) باشد، اما نفس او را و در ستکاری مغایرت دارد. گاهی نه در این حد که مثال زدیم اما در موارد متعدد و معمول کار و زندگی جای درستکار بودن را با کار درست بسودن اشتباه می‌گیریم. در ادامه به نگاهی به بخش‌هایی از محتوای کتاب صد قانون طلایی کار نوشته ریچارد تمپلار و ترجمه شهلا پروین این موضوع را بررسی می‌کنیم.

■ **همه ما به کار کردن نیاز داریم**

کار کردن بخش مهمی از زندگی است که به نوعی موجب احراز هویت ما می‌شود. بدون کار، احساس بیپودگی به سراغ ما می‌آید. البته همه ما در انتخاب نوع کار خود مختار هستیم و ثمره این اختیار نیز عشق به کار و اشتیاق به درست انجام دادن آن است. بی‌شک آنچه ما را از دیگران متمایز می‌سازد میزان پشتکار و انگیزه در کارمان است. سخت کار کردن و عرق ریختن اگر توأم با عشق و انگیزه نباشد حاصلی جز خستگی، گلابه و شکایت نخواهد داشت. لذا باید تدبیری بیندیشیم که هم خوب کار کنیم و هم‌زمان از کارمان نیز لذت ببرید.

همه ما دوست داریم کارمان را خوب انجام دهیم، کاری مهم انجام دهیم، حقوق بیشتری بگیریم، امنیت بیشتر و موفقیت شغلی خوب و آینده روشن‌تری داشته باشیم بنابراین سعی می‌کنیم کارمان را چنان خوب انجام دهیم که شایسته پاداش، احترام و ارتقا باشیم و در دست همین جاست که اشتباه می‌کنیم!

سبک آموزش

دانش آموزان نیازهای متنوعی دارند که نظام‌های آموزشی یکپارچه جوابگوی آن نیست، «کیتی رایلی» گزارشگر تایم در مقاله‌ای که در وب‌سایت تایم منتشر کرده به نارا حتی برخی دانش آموزان از ناکارآمدی مدارس پرداخته است. وب‌سایت ترجمان مقاله او را با عنوان «شاید بهترین راه آموزش ترک تحصیل باشد» و ترجمه سارا زامانی منتشر کرده است. این مقاله را با کمی تلخیص در ادامه می‌خوانید.

■ ■ ■

«سِر کرابینسون» از آن دسته افرادی بوده که همیشه در درس و مدرسه عالی هستند؛ رابینسون پس از پایان دوره دکتری، بیش از ۱۰ سال به‌عنوان استاد دانشگاه در حوزه آموزش و پرورش تدریس کرده، هدایت کمیسیون ملی خلاقیت، آموزش و اقتصاد را در انگلستان بر عهده داشته، با این همه، اکنون یکی از فعال‌ترین مدافعان روش‌های غیر سنتی در آموزش است، روش‌های پرورش خلاقیت و حمایت از دانش‌آموزانی که بر هسه‌های گزارش عملکرد و آزمون‌های استاندارد جوابگوی نیازهایشان نیست. او به دختر خودش اجازه داد در ۱۶ سالگی دبیرستان را رها کرده و برنامه تحصیلی مخصوص خودش را در پیش بگیرد. و به والدین دیگر هم توصیه می‌کند که آموزش غیر سنتی یا حتی ترک مدرسه را مدنظر قرار دهند، چه‌سأ شاید بهترین راه برای فرزندان‌شان همین باشد. البته باید توجه داشت که از نظر رابینسون، که خودش از مدافعان آموزش عمومی است، چنین راه‌حلی مناسب همه نیست. او در مصاحبه‌ای با تایم می‌گوید «من خودم در مقطع دکتری تحصیل کرده‌ام. کتاب این سیستم استفاده‌بش‌م و به آن انتقاد کنم؟ ولی بعین نکته نیز اشاره می‌کند که نظام آموزشی فعلی پاسخگوی نیازهای بسیاری از مردم نیست. به اعتقاد او، «ها درکی بسیار محدود از هوش را میناق‌ر داده‌ام، و گرچه عملکرد دانشگاهی بمنوبه خودم مهم و برای علاقه‌مندان‌ش سودمند است، اما نباید به‌مثابه تنها معیار ذکاوت در نظر گرفته‌شود».

رابینسون والدین را تشویق می‌کند به آنچه تاکنون تحصیلات

■ **چرا اشتباه می‌کنیم؟**

جواب‌ساده‌ای برای این پرسش وجود دار‌د: اگر بخواهیم تفاوت میان کارآیی و کارآمدی را بیان کنیم، کارآیی یعنی کاری را درست انجام دادن و کارآمدی یعنی کار درست را انجام دادن. رئیس‌شما می‌گوید که چگونه کار را درست انجام دهید اما شما باید خودتان تشخیص دهید که چه کاری درست است. لازمه این کار این است که از بیرون به سازمان و نیازهایش نگاه کنید، علاوه بر شناسایی شیوه‌های بر آوردن نیازها، باید‌ها و نیاید‌های کاری را نیز برای بر آوردن اهداف سازمان شناسایی کنید. پس‌ری افراد همیشه مورد احترام و تأیید سازمان هستند. اینها همان افرادی‌اند که کار خود را درست انجام می‌دهند اما اینکه آیا کار درست را انجام می‌دهند یا نه، آینده و میزان پیشرفت سازمان در طول زمان تعیینش می‌کند. مهم‌ترین مسئله برای موفقیت دائمی تأکید بر کارآمدی اعضا در یک محیط سازمان یافته‌اعم از بخش خصوصی یا دولتی یا هر شغل دیگری می‌باشد نه تأکید بر کارآیی افراد. داشتن دیدگاه دوم یعنی مقدم شمردن درست کار کردن و در چهار چوب کار کردن به مرور زمان سبب پرداختن به جزئیات و مسائل پیش پا افتاده شده و قدرت تحلیل، تخیل و استدلال را از کارمندان در چارت سازمانی یا حتی کارگران یا هر کسبه دیگری در هر جایگاه شغلی را سلب می‌کند. در نتیجه به‌صورت ناخوداگاه فرصت رشد و پیشرفت سازمان و یا جذب مشتری بیشتر را از دست می‌دهیم.

■ **میدان دادن به ایده‌های نو**

البته میدان دادن به افراد برای اثبات کارآمدی‌شان مستلزم قبول ریسک در هر چار‌تی می‌باشد. پرورش هیچ ایده نو و تازه بدون قبول موانع و ضرر احتمالی امکان‌پذیر نیست، در نتیجه در هر جایگاهی باید انعطاف‌مان را افزایش دهیم تا هم برای پذیرش عملکردهای درست اما خارج از چهار چوب آماده شویم، هم برای ارائه ایده‌های نو پیشقدم شویم.

فرامش نکنیم رشد کاری بدون برداشتن قدم‌های بزرگ امکان‌پذیر نیست. برای اینکه در صد ریسک خود را برای

برداشتن اولین قدم در جهت کارآمدی بیشتر به حداقل برسانیم می‌توانیم از کدهای موفقیت شخصی در حیطه کارمان استفاده کنیم، کدهای رازآلودی که با رمزگشایی و عمل به آن می‌توانیم به قله‌های موفقیت برسیم. این کدها همان «قوانین کار» هستند.

■ **کار هم قوانین خود را دارد**

خارج از چهار چوب کار کردن نه تنها به منزله بدو قانون کار کردن نیست بلکه کار درست انجام دادن قوانین خاص خودش را دارد. قوانین کار توصیه‌هایی است برای بهتر کار کردن و بهتر استفاده کردن از فرصت‌های شغلی که در اختیار هر یک از ما قرار گرفته است.

اگر بخواهیم تیتروار چند مورد از قانون‌های پیشرفت کار را برشمریم می‌توانیم از جمله مهم‌ترین‌شان به‌مورد زیر زیر‌نازم: در خفا تمرین کنید و بعد از هر بار شکست ممارست بسیار داشته باشید، بگذارد تنها با نتیجه کار دیگران را شگفت‌زده کنید. تا می‌توانید کمتر وعده دهیدو بیشتر عمل کنید. اگر می‌توانید کاری را تا چهارشنبه انجام دهید همیشه بگویید بلکه جمعه، اگر انجام کاری برای شما یک هفته درگیری دارد بگویید دو هفته. این کار فریبکاری و دروغ نیست بلکه صرفاً نوعی دوراندیشی است. اگر در کارتان اشتباه کردید صادقانه به اشتباه خود اعتراف کنید و همیشه در محاسباتتان احتمال در صدی از خطا را بدهید. مطمئن باشید مدیران نمی‌توانند شما را به خاطر درصد خطای کم اخراج کنند. البته فراموش نکنید که شما برای بهتر بودن خلق شده‌اید و نباید با سهل‌انگاری نسبت به تعهدتان بی تفاوت باشید.

■ **بیشتر یاد بگیرید، ضرر نمی‌کنید**

عصر امروزه عصر مهارت و یادگیری است. فرقی ندارد شما یک کارگر ساده‌ای یا یک متخصص طراحی داخلی، داشتن هر مهارت اضافی که لزوماً در کارتان نیاز ندارد بد ولی امتیاز مثبتی برای شما نیست به س‌ایر رقیب‌ای شغلی‌تان محسوب می‌شود لازم و ضروری است، قطعاً یک صندوق دار که نوازندگی پیانو هم بلد است شانس بیشتری جهت استخدام

دانش آموزانی که از کلیشه‌های آموزش رسمی خسته شده‌اند

ترک تحصیل برای بهتر آموختن!

خوب می‌دانستند از نو بیندیشند و روش‌های متفاوت یادگیری را برای فرزندان‌شان به کار گیرند. همچنین از آنها می‌خواهد در تغییر نظام آموزشی فعلی بکوشند، نظامی که به اعتقاد او نتوانسته خود را با نیازهای قرن بیست و یکم تطبیق دهد. اینها همه موضوعات اصلی کتاب جدید اوست: «شما، فرزندان، و مدرسه». بهترین مسیر آموزشی را بیابید: رابینسون می‌گوید: «غلب پدر و مادرهایی که با آنها صحبت کرده‌ام گرفتار این تفکر اشتباه‌اند که برای رسیدن به عالی‌ترین نتایج، بهترین کار این است که مدام فرزندان‌را تشویق کنند که بالاترین معدل را بگیرد و به برترین دانشگاه راه پیدا کنند... بحث من این است که مسیرهای منتهی به موفقیت بسیار متنوع‌اند ولی این روزها دیگر به‌اندازه کافی امتحان نمی‌شوند.» رابینسون معتقد است تعداد بالای آزمون‌های استاندارد در مدارس، اولویت‌دهی به رشته‌های علوم، فناوری، مهندسی، و ریاضیات در برابر رشته‌های علوم انسانی، حد بالای استرس و نگرانی در میان دانش‌آموزان، و رویه‌ای که به سمت تکالیف بیشتر و ساعات استراحت کمتر پیش می‌رود، بسیار مشکل‌آفرینند. رابینسون معتقد است

والدین اغلب تصور می‌کنند فرزندان‌شان با پیروی از نظام‌های جاری بهترین نتیجه‌ها را خواهند گرفت. دقت کنید و ببینید چه چیزهایی علاقه‌فرزندتان را برمی‌انگیزند، اگر دائماً مجبورید آن‌ها را در مسیری که مشتاقش نیستند هل بدهید، لازم است تجدید نظر کنید



اگر بخواهیم تفاوت میان کارآیی و کارآمدی را بیان کنیم، کارآیی یعنی کاری را درست انجام دادن و کارآمدی رئیس‌شما می‌گوید که چگونه کار را درست انجام دهید اما شما باید خودتان تشخیص دهید که چه کاری درست است. لازمه این کار این است که از بیرون به سازمان و نیازهایش نگاه کنید، علاوه بر شناسایی شیوه‌های بر آوردن نیازها، باید‌ها و نیاید‌های کاری را نیز برای بر آوردن اهداف سازمان شناسایی کنید

در یک رستوران لوکس را دارد، شاید فردا صاحب رستوران برای مجموعه‌اش یک پیانو سفارش داد. شک نکنید که افراد آراسته خیلی زودتر و بهتر به نتیجه می‌رسند. آمار و ارقام و تجربه‌ای نیز این را تأیید می‌کند. شما هر قدر هم که درستکار و کار درست باشد اگر پوشش مناسبی نداشته باشید یا به بهداشتش دهان و دندان بی توجه و به عطر خوب و آراستگی توجه نکنید در همان برخورد اول سبب زدگی طرف مقابلتان می‌شوید پس وقتی می‌توانید با آراستگی بخشی از مسیر را طی کنید چر این کار را انجام ندهید؟!

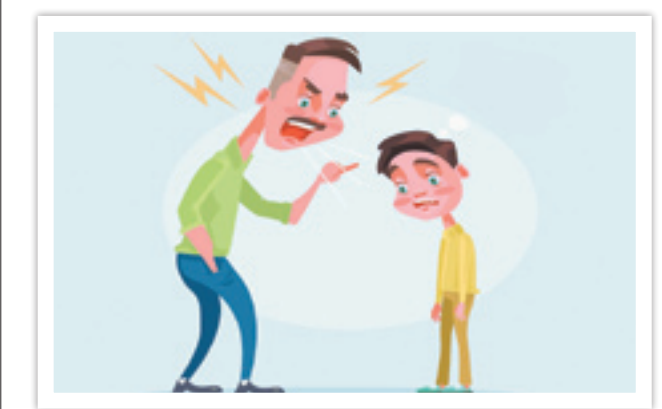
■ **هدفمند باشید**

با تعیین هدف محل اشتباه را پیدا می‌کنید، راه حل اشتباه را می‌یابید، نحوه مقابله با اشتباه را می‌فهمید و راه‌های جلوگیری از تکرار اشتباه را کشف می‌کنید. در کل با تعیین هدف در وقت، انرژی و پول خود صرفه‌جویی می‌کنید. افراد با تدبیر هیچ‌گاه شروع کننده یک نزاع و درگیری نیستند بلکه برعکس سعی می‌کنند جلوی هر گونه درگیری را بگیرند، هنگام دعوا خود را کنار نمی‌کشند و بی تفاوت نمی‌مانند بلکه طرفین دعوا را به آرامش دعوت می‌کنند. به این ترتیب الهام‌بخش دیگران می‌شوند و مردم به آنها به چشم یک مشاور دلسوز نگاه می‌کنند. این افراد هنگام دعوا از هیچ یک از طرفین دعوا حمایت نمی‌کنند بلکه با سؤال کردن از طرفین درخواشته‌ها را به جزئیات جلب می‌کنند و آنها را از موضوع اصلی منحرف می‌کنند.

■ **کار را به خانه نبرید**

کار شما فقط یک کار است نه چیز دیگر. کار شما سلامتی شما، خانواده شما و روح شما نیست. کار شما فقط یک کار است که با آن می‌توانید بهترین زندگی را برای خانواده‌تان فراهم سازید، اگر جز این باشد به بیراهه رفت‌اید. البته باید به کار خود علاقه نیز داشته باشید ولی کار خود را به محیط خانه و خانواده نگشانید. شما قرار است کار کنید که زندگی کنید پس به خاطر کار زندگی نکنید.

بی‌مقدمه بی‌تعارف



اندر احوال تربیت فرزندان

پسر آقا تیمور دوست ندارد شبیه پدرش باشد

■ **مجید محمد***

چون خانواده‌اولین و مهم‌ترین نهاد اجتماعی است، چون پدر و مادر تنها دارایی کودکان هستند، و هزاران چون و چرا ی دیگر... پس خانواده نقش بسزایی در تربیت فرزندان دارد. به گونه‌ای که مثلاً فرزندان ی حرف‌گوش کن‌یار بیاروند و معیار شان نیز این باشد که هر چه گفتیم بگویند چشم! یا... بخوانید حکایت جالب تربیت‌ها و رفتار با فرزندان را.

■ ■ ■

۱- معمولاً پدرها پسر تربیت می‌کنند عسای درشتان نشود! حالا این عسا در دوران مختلف روزگار متغیر است. این روزها شاهد هستیم بعضی بچه‌ها آن قدر کار می‌کنند که نام آنها به ابدیت پیوسته و کودکان کار نشانه آنها می‌شود. ۲- بعضی پدر و مادر ها هر چه خود کمبود داشته‌اند را می‌خواهند برای فرزندشان جبران کنند. پدر دوست داشته همچون رستم دست‌ان «گرز» داشته باشد، اکنون که عصر دیجیتال است در کیف مهد کودک پسرش گرز می‌گذار، پسر هم آن را می‌گوید بر سر دوستانش! ۳- چرا فکر می‌کنید بچه‌ها باید زود بزرگ شوند و حتماً هم شبیه شما؟ چه‌اش هنوز بلد نیست بگوید پدر، به زور او را می‌نشانند و به‌رو ی تلویزیون فیلم‌های آموزش زبان خارجی ببیند هنوز بزرگ نشده برای بچه از آلن تصمیم می‌گیرد که ال‌الابه بچ‌ام باید دکتر شود.

۴- دختر بچ‌اش را با خود به پارک برده تا بازی کند. او را مدام به زور از بچه‌های دیگر دور می‌کند، بچه بدوبود در حال فرار، بابا بدوبدل بچه که «تو نباید بری با اون بازی کنی» بعد او را صد‌ها دور‌تر برده تا دختر بچه با پدر توب‌پازی کند!

۵- و اما هنوز هستند پدرانی که تربیت درست را



اگر قرار بود من یکی مثل تو بشم چرا به دنیا اومدم؟ خب تو بودی دیگه! «آدم‌ها دنیا نمی‌آیند تا تکرار یکدیگر باشند»... امضاء حسن، پسر آقا تیمور... روزی روزگاری از پسر ی رسیدند: چی شد که این جوری شد؟ گفت: راستش بخوای بابام هی می‌گفت: پسر جون تو خیلی بخوای واسه خودت کسی بشی تازه میشی عین من! منم چون نخواستم شکل اون بشم از زور گویی‌هاش فرار کردم و این شد که می‌بینی

زمانی متوجه می‌شوند، که پسری جلوی پدرش پایش را دراز نکند! خب این معیار خوبی نیست، اکنون کمتر کسی روی زمین می‌نشیند، همه یا روی میل هستند یا روی تخت. با در آن می‌بینند که پسر جلوتر از پدرش راه نرود! خب این هم در دوره زمانه حالا صق نمی‌کند چون بچه‌ها وقتی بزرگ می‌شوند اصلاً نمی‌شود پدایشان کرد، با‌در ب‌بازیری از زور گویی‌هاش فرار کردند، اما پدرش از این‌رت هستند یا در اتاق درسته و یا در بیرون از خانه تا آخر شب.

۶- شما را به خدا بچه‌هایتان را دچار بلوغ زودرس، یا بزگسالی زودرس نکنید، مادر هنگام بافتن موهای دخترش های‌های گریه می‌کند، او را کشته شدن بزرگ می‌شوند اصلاً نمی‌شود پدایشان کرد، با‌در ب‌بازیری از زور گویی‌هاش فرار کردند، اما پدرش از این‌رت هستند یا در اتاق درسته و یا در بیرون از خانه تا آخر شب.

۷- اولاً چرا به بچه می‌گویید تلقن را جواب بده! ثانیاً چرا می‌گوی: «کیه؟ بگو من نیستم...» فکر نمی‌کنی دروغ اول را که از تو یاد بگیرد باقی دروغ‌ها همه برایش حجت و خالی از اشکال است؟

۸- این قدر بر سر بچه‌هایتان در تربیت کردن، تحکم نکنید. پدر یا مادر رسالاری یعنی چه؟ باور کنید همین‌ها را می‌برد خانه خودش. مورد داشته‌ایم پسر بزرگ شده و سر هیچی همسرش را کتک زده، داد و بیداد که: نه من مگه این جوری بود؟ پدر من روزی صد بار داد می‌زدرش با کم‌ریند منو می‌زد برونون بخربرا خونه! حالا چی شد؟ به کلام گفتیم یالا چایی بریز بهت بر بخورد!

۹- دهه ۴۰ پدرش او را به که آب‌بالو کتک می‌زد

که درس بخوان برای خودت کسی بشی، اینکه حالا دلال شده است به کنار، اما اینکه هنوز چوب آب‌بالو نمداد و سمبل تربیتی بر دیوار خانه است، قابل درک نیست.

۱۰- برخی رفتارها هم جالب و در تمام دوران‌ها تکرارشدنی است و بر اساس همین رفتارهای جالب الگوپذیری فرزندان نیز دچار شکل‌گیری نادرست می‌شود، مثلاً این جمله که «کم بخور همیشه بخور!» پدرجان خوب نوشابه خریدی برای خوردن! آخه چقدر کم بخوریم تا همیشه بماند؟! یا اینکه در طول تاریخ کلاً کنتلر تلویزیون دست پدر خانواده بوده و هنوز هم همچنان بچه‌هایی از آرزوهایشان پدر شدن و دست گرفتن کنتلر تلویزیون است! یا دمدادی ظهر تابستان بی‌خود و بی‌جهت پدرها کو‌لر را خاموش می‌کنند تا برق مصرف نشود و می‌گویند بچه‌ها بول برق زیاد بید باید از جیگر

شما بزنم بدم ا‌داره برق! ۱۱- برخی هم اصلاً به معنای واقعی، با فر دیت مشکل دارند. می‌بینی بچه خود را بدون در نظر گرفتن آنچه در تربیت کردن، یک باید محسوب می‌شود، به «زورخانه» فرستاده تا برای خودش مردی شود یا رفتارهای بدی دارند که مرد شدن را جور دگری می‌بینند. بچه را دنبال کارهایی می‌فرستند که نباید، بعد می‌گویند در تربیت من دخالت نکن! بابایان این تربیت نیست این خشونت علیه کودکان است.

۱۲- با پسران درزن خود مشکل دارد، هنگامی که مشغول شانه کردن موهای بچ‌اش هست و دارد او را آماده می‌کند می‌گوید: «فتم خونه دایی اینا بغل دایی نرو! چون اصل باباتو دوست نداره! باشه بابا جان؟» نمی‌داند با این کار پدر کینه ا‌دل فرزند خود کاشته است.

۱۳- آنی‌کے بداندند تربیت از یک اصل تبعیت شده، مدام در نوع تربیت کردن شخصی‌گری می‌کنند حتی مشاهده شده به اصطلاح سیاست‌به خرج داده و حرف‌های خود را در دهن دیگران به بچه خود زده‌اند. می‌گوید: همین‌جا به خانه عمات برو و با مهر داد بازی کن شب به دنبال‌ت می‌آیم.» سال‌ها بعد می‌بینیم میثم همه استعداد‌های خود را رها کرده و بنا به خواسته مهرداد (که در اصل خواسته پدرش بوده) در اداره به‌زیستی مشغول کار شده است! نه اینکه بد باشد، دور کردن انسان از اختیار خود فاجعه است.

۱۴- به مقتضیات دوران‌های مختلف فکر کنید. دوره‌ها بود که زمستان و تابستان زیر شلوا ری می‌پوشیدی و بعد شلوار پات می‌کردی و یک کمر بند پهن چرمی پهلوانی دور کمرت محکم می‌بستی، حالا شلوارها را سایز می‌فروشدن نیازی به این چیزها نیست. قدیم بود طرف ندانست، یک شلوار بزرگ می‌خرید و می‌گفت: بزرگ بخرم، تا بزرگ‌تر شدم با هم بپوشم.

۱۵- جای آنکه آنی‌کند بچه انرژی‌اش تخلیه شود، بازی کند، خسته شود و نیازمند استراحت شده تاب‌خوابد، با او بازی که نمی‌کند هیچ، او را در فضای مناسب قرار که نمی‌دهد هیچ، ساعتی که دلش بخواهد خاموشی اعلام می‌کند و مدام داد می‌زند: بخواب ببینم.

۱۶- بابا جان اگر قرار بود من یکی مثل تو بشم چرا به دنیا اومدم؟ خب تو بودی دیگه! «آدم‌ها دنیا نمی‌آیند تا تکرار یکدیگر باشند»... امضاء حسن، پسر آقا تیمور... دردل خوب و قابل تأملی بود. من جای آقا تیمور باشم او را تحسین می‌کنم.

۱۷- روزی روزگاری از پسر ی رسیدند: چی شد که این جوری شد؟ گفت: راستش بخوای بابام هی می‌گفت: پسر جون تو خیلی بخوای واسه خودت کسی بشی تازه میشی عین من! منم چون نخواستم شکل اون بشم از زور گویی‌هاش فرار کردم و این شد که می‌بینی... مراقب گفتارمان باشیم.

۱۸- درست‌ست ننگ‌های که نباید اتفاق بیفتد، پدر مادرها پدایشان می‌آیند: «حرف حرف پسرمان نباشد!» آخه آقای من، مادر من، شما تاکنون هر چه داشته‌اید برایش انجام داده‌اید، مدام گفتید: خودمان سختی کشیده‌ایم او دیگر سختی نکشد! حالا که این قدر بر سر بچه‌هایتان در تربیت کردن، تحکم می‌کنید که حرف حرف و نیا باشد؟!

۱۹- آینده هر کس با تفکرات عاقلانه و یا احساسی او و نیز تصمیماتی که می‌گیرد ترسیم می‌شود. تربیت شما و نوع آن می‌تواند سبک زندگی فرزندان را برسم کند، البته اگر اصول تربیتی را رعایت کنید.

■ **مددکار اجتماعی و خانواده**