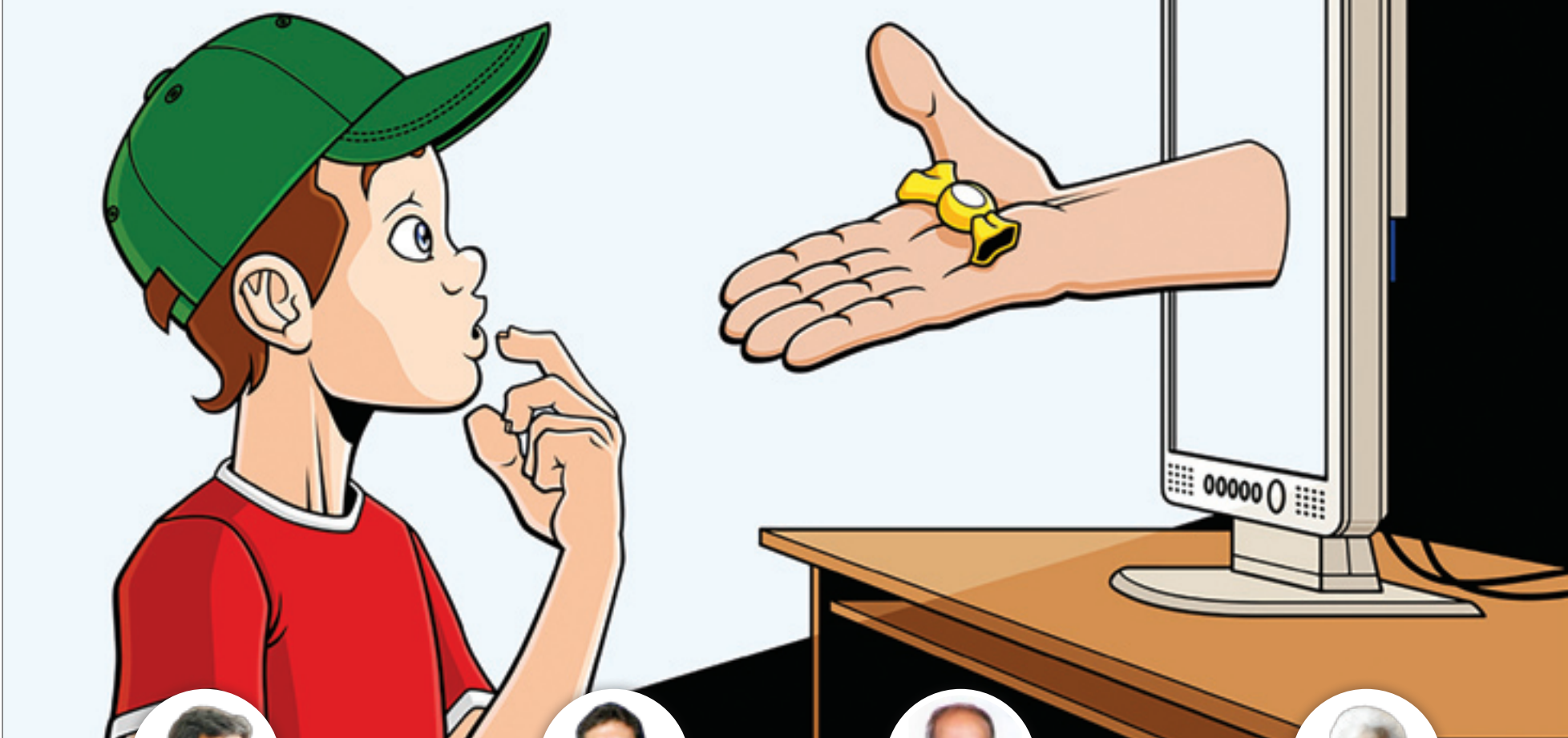


انتخاب الگوهای تک بعدی برای نوجوانان خطر آفرین است

«جوانی هم بهاری بود و بگذشت»، «جوانی کجایی که یاد بخیر» این جملات راز زبان خیلی از آنهایی که با سن گذشته‌اند شنیده‌ایم. حسرت از دست رفتن روزهای را می‌خورند که آرزوی برگشتن بر آن دارند، چرا که جوانی همانند فصل بهار، زمان رویش بسیاری از خواص و شادایی‌هاست، اما به شرط بهره‌وری از هر صحت‌همراه شدن با خوب‌ها و خوبی‌ها، در را‌کاوی آسیب‌های نوزاد نوجوانی و جوانی لایل متنوعی مطرح می‌شود که یکی از آنها اگزیدری است. موضوعی که کمال و زوال، پیدایش و رشد می‌زند و این پیش‌بینی و پیشگیری را، برده‌نشان والدین در این زمینه بسیار ششیده‌ای‌ما این کارزار گاهی نیاز به افراد آلموسر دیگری دارد | **صفحه ۱۰**

وقتی سلبریتی‌های ساحره فرزندان مان را جادو می‌کنند!



دکتر محمد صادق دهنادی، معاون بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای:

فرهاد دوانقی، کارشناس رسانه:

حسین علیزاده کوزه کنان، روانشناس:

احمد رضا مہاجر، فعال فرهنگی و آسیب شناس اجتماعی:

**۷۰ درصد بازار کتاب نوجوانان
ترجمه‌های غیر مجاز
و داستان‌های گره‌ای است**

**سازندگان جهانی انیمیشن
نوجوانان را
نشانه گرفته‌اند**

**غرق شدن در «من‌نمایشی»
نوجوانان را از خود واقعی
دور می‌کند**

نتیجه‌الگوپذیری نوجوانان از شاخ‌های اینستاگرامی حز افسردگی و سرخوردگی نیست

چرا فرزند ما اینچنین بار آمد؟



کجای زندگی کودک خود از نامداران
و اسطوره‌های ایرانی صحبت کردید؟^۱ اتفاقاً
می‌گردید که به جای داستان‌های اصلی ایرانی
داستان‌های خارجی بخوانید، چرا که فکر می‌کنید
اثر بهتری دارد.

یکی از نکات مهم بحث اعتقادات دینی است
که این روزها بسیاری از خانواده‌ها در این زمینه
گلاجه‌ها هستند؛ موضوعی که به شدت متأثر از
رفتار والدین است. خوش خفلی، رفتار درست،
عمل به واجبات بدون آنکه نمادی از تظاهر باشد
می‌تواند اثر مثبت داشته باشد. وقتی فرزند شما از
نماز خواندن والدینش اثر گذاری در حسن رفتاری
ارامش و نشاط خانوادگی نمی‌بیند قاعدتاً چنین
اعتقادی برای او زیر سؤال می‌رود، در حالی که
رفتار درست می‌تواند اثر گذاری مثبت اعتقادات
را نشان دهد و فرزند شما را خواستگار محراب به
همین اصول کند.

رعایت کوتاهی‌ها در عمل کافی است تا بعدها
فرزندان ما آنچه ما می‌خواهیم نباشند و پدر
و مادر هم نباید تعجب کنند که چرا فرزند ما
اینچنین شده است! چرا که به قول معروف، از
ماست که بر ماست.

گفتم و نوشتیم که فرزندان ما دقیقاً همانی
می شوند که والدین آنها هستند.

تلفن زنگ می خورد، پدر یا مادر شماره را چک
می کنند و می بینند «قاتلی» است، به هر دلیلی
تمایل به حرف زد ندارد، حالان این عمر تمایل
می خواهد مثبت یا منفی باشد. گوشی را به بچه
می دهمد و می گویند: «بگو باها خون نیست...»
مامان سر نمازه و همین اثر و تربیت غلط
کودک کافی است!

خودتان را به آب و آتش می زنید و فرزندان را
به بهترین فروشگاهی می برید تا تفکیش، فیک و
لباس به قول امروزه ها «برند» داشته باشد. آیا
تور شست و لباس خارج می آور و او را اشاره ای
به سعدی، حافظ، رستم و سهراب شده است یا
اینکه دوستی و بسختی به باوهای دینی به میان
آید؟!؟

جواب واضح است، شما از همان کودکی فرزند
خود را با نمادهایی آشنا می کنید که هیچ ربطی
به خاک و فرهنگ ایران و ایرانی ندارد. بعداً
توجه دارید رفتاری شبیه به الگوهای ایرانی
داشتن باشد؟! حافظ و سعدی بخواند و مولانا را
بشناسد!

به نظر می‌رسید،
 گفتم لطف کنید و فرزندانتان را تربیت نکنید!
 بچه‌های شما با گفتار شما تربیت نمی‌شوند، بلکه
 از عمل شما الگو می‌گیرند!
 شما ره‌آورد اصلاح جهان درونتان
 موفق شوید، در جذب و اثرگذاری و تربیت
 فرزندانان موفق تر خواهید بود.

کودکان به شدت کنجکاو هستند و رفتارهای
 ما را ز نظر دارند. همچنین دادن پیام‌های
 دوگانه با رفتار و گفتار مغایرت می‌تواند تأثیر به
 شدت مخربی روی شکل‌گیری شخصیت فرزند
 شما بگذارد.

یکی از مهم‌ترین نکات درباره فرزندپروری این
 است که فرزند شما بیشتر از اینکه به گفتار شما
 توجه کند، به رفتار شما توجه می‌کند. کودک در
 سنین ابتدایی رشد، با الگو کار دادن والدین و به
 خصوص والد هجمنس خودش با رفتارهای آن
 همانندسازی می‌کند. وسعت این الگوگیری و
 الگوبرداری به حدی است که حتی شما هر طور با
 همداد رفتار کنید همان برخورد را در آینده
 شاهد خواهید بود.

باها و بارها در همین خودمونی‌های هتگی

نیره ساری

«کجای راه را اشتباه رفتم که این بچه این مدلی شد»، «نه من و نادرش اینطوری نبودیم، نمیدونم این کی رفته»، «هر چی بایست از این است که سر پدر ما درها میاد»، «چه تو به تئیل بیل با اومدی»، «این بچه با این چه می آبرو براشون نذاشته»، «این چه می مبتذلی هست که می پوشی»، «این چه می گوش میدی»، «و این مثالها در بیان ما درین بزرگواران ادامه داره»

جایی، استند اخلاق در کانال شخصی همراهی جالب را نقل می کند و اینگونه «لطف کنیید فرزندان را تربیت شده ادر ادامه بخوانید:

شته شده را در ادامه بخوانید:
دو تا دوقلوی تقریباً دو ساله با دو تا
ده سوره‌ای وارد اتاق شدند!
و دیگری دختر!
شان هم پدر و مادری تقریباً ۳۰ ساله
د.

نکه از والدین شان حرفی بشنوم، با بچه‌ها
سجبت کردم. از هر کدامشان چند سؤال
ما ساده که برای من شاه کلید ورود به
درونشان بود، پرسیدم.
کمی خودمانی تر بود و پسرک کمی
تر! اما هر دو دقیق به سؤالاتم جواب

های این دو دسته گل هم ناشی از
ات تربیتی والدین شان بود، مثل اغلب
های دیگر...

از لجبازی بچه‌ها گلایه داشتند.
ان گفتم بچه‌ها خوبند و مشکل
ندارند، اما به نظر من علت لجبازی‌شان
اس. شما در حفظ نظم و نظافت خانه

شما، خانه بسیار تمیز و منظمی نیست؟
پدر کمی خسته از این نظم
رسید.

طمنن باشیید در خانه‌ای که دوقلوی
ارد و مثل قبلا تمیز و مرتب است، حتماً
آسیب‌های مختلفی دچار می‌شوند!
دوم هم آموزش‌های مکرر کلامی آداب
و میهمانی‌هاست که به نظر مبابی خانه
چه‌ها تذکر می‌داد!

وہ راہم تائید کر دند و مادر کمی شاکی

هر شرایطی، نشانه اقتدار است، غافل از اینکه قدرت تخریب «نه»
 گفتن بسیار گاهی از هر عامل دیگری بیشتر است.
 «نه» اولین همة، «نه» گفتن قواید آشکاری دارد. «نه» گفتن می تواند
 به معرابت از خود و ایجاد عزم و اعتماد به نفس بینجامد و
 به تعیین حد و مرز، ثبات عاطفی بیشتری را برای انسان به ارمغان
 آورد. «نه» گفتن می تواند دلپره را وارد باشد، اما راهایی وجود دارند
 که این روند را کمی آسان تر کنند.
 یکی از اولین گفتارهای انسان است که «نه» گفتن طبیعی و اختیاری
 است؛ گفتار اجباری نه به نفع گوینده است، نه به نفع
 شنونده. به قولی خوب است که در اینگونه موارد از «روش
 ساندوویچ» استفاده کنید، یعنی ابتدا حرف خود را ب یک
 ساندویچ مثبت (شروع و در واقع نفع) و در پایان موضوع
 مدنظرتان (نه) بگویید و حرفتان را با نکته حمایتی یا موضع
 پایانی دهید. مثلاً بگویید: «از اینکه مرا دعوت کردی بسیارمگرم
 و واقعاً از شما قدر دانی می کنم، اما نمی توانم قبول کنم. به
 برنامه های خود نگاه می کنم، شاید در فرصت مناسب تری بتوانم
 خدمتتان باشم.»

به این ترتیب هم به دعوت طرف پاسخ منفی داده‌ید و هم آثار این «نه» گفتن را با ذکر نکات مثبت از بین برده یا دست کم کاهش داده‌اید. شناخت الگوهای رفتاری می‌تواند به شما کمک کند که در «نه» گفتن اعتماد به نفس بیشتری داشته باشید. چرا می‌خواهید به کسی «نه» بگویید؟ آیا

از معاشرت با افراد خاصی خوششان نمی‌آید؟ آیا خسته هستید و نیاز به استراحت دارید؟ آیا از شرکت در رویداد خاصی معذب هستید؟ دهها دلیل برای «نه» گفتن وجود دارد. درک صحیح علت می‌تواند اعتماد به نفس شما را تقویت کند و به شما در برخوردهایتان شجاعت بیشتری بدهد.

امروزه به کشته
ارتباطات از طریق
رسانه‌های اجتماعی
صورت می‌گیرد، بلکه بهانه
گفتن تبدیل به یک ضرورت
سلامت بخش شده است، از
اینکه به خیلی‌ها «نه» بگویند
نترسید. فضای مجازی فرصت مانور برای
یادآوری به اطراف می‌دهد و بنابراین کسب مهارت «نه»
گفتن بیش از هر زمان دیگری لازم است. گاهی اوقات گام‌های
کوچک برای تعیین مرزها می‌تواند سلامت روانی شما را به طرز
چشمگیری بهبود ببخشد و شر در درس‌های متعدد و گاه بزرگ را
از سر شما کوتاه کند.

سبک رفتار

یک «نه» بگویید و خلاص!

همه مادر کار، تربیت فرزند، تعهدات اجتماعی و خانواده نقش‌هایی داریم.

همه ما در کار، تربیت فرزند، تعهدات اجتماعی و خانواده‌نشینی‌های داریم. گاهی این نقش‌ها در تضاد با یکدیگر قرار می‌گیرند و ما برای تأمین حدود مرزها دچار چالش می‌کنند. یادگیری تعیین حدود برای بازبینی نیروی درونی انسان امری ضروری و حیاتی است. این‌که چه می‌تواند از گرفتار شدن انسان در تله‌های جبر و تعهدات، «نه» گفتن و چون‌مهارت‌های دیگر مستلزم یادگیری و تواند زندگی او را اثر و بی‌اثر کند.

سبب، اعتماد به نفس را در انسان تقویت
رزه‌های روشن و ثابتی را در روابط خود
نه» گفتن آثار ارزشمندتری پیدا کند،
مثبت قرار داد.

نیرومند و رهایی بخش و برای عده‌ای
است، زیرا گاهی جامعه به ما می‌آموزد
نشانه بی‌ملاحظه بودن است. بماند که
می‌افتند و تصور می‌کنند «نه» گفتن در

