

خشونت چیست ؟

- نوجوانان خشونت گرا معمولاً قدرت کنترل رفتار خود را نداشته ،رسوم و اخلاقیات جامعه ای را که در آن زندگی می کنند ، زیر پا می گذارند .**

تحقیقات نشان می دهد که پسران بیش از دختران در رفتار های خشونت آمیز و پرخاشگرانه خود از نیروی بدنی استفاده می کنند . اما دختران بیش تر متوسل بر جدال های لفظی می شوند .
این گونه افراد معمولاً به عنوان اقرا دی گستاخ ، بی تربیت و بی رحم نسبت به اطرافیان و همسالان ، در میان گروه ، شناخته می شود .

علل خشونت

۱- خشونت در قالب پرخاشگری فیزیکی یا لفظی ممکن است ناشی از ناکامی های اساسی باشد یا به دلیل وجود مدل های پرخاشگرانه در محیط زندگی (خانه یا مدرسه) نوجوان ایجاد شود .

۲-نوجوان خشن معمولاً والدینی پرخاشگر دارند که روش های تربیتی آنها بیش تر مبتنی بر سخت گیری، خشونت و تنبیه بدنی است.

۳-عامل وراثت هم می تواند در رفتارخشن یک نوجوان که بیش تر رفتاری اکتسابی و آموخته شده است ،

مقالات



اغماض ، گذشت و نادیده گرفتن رفتار های او همراه با آرامش ، در اغلب مواقع از استمرار و پیش روی خشونت درقالب پرخاشگری های فیزیکی

تنظیم خانواده راهی

برای نجات جان مادر و کودک

سهیلا مراد کارشناس سلامت خانواده

- همه ساله پیش از ۸۵هزار نفر (در هر دقیقه حداقل یکنفر) زن جوان بر اثر عوارض ناشی از حاملگی وایمانی می میرد احتمال مرگ مادر در کشورهای در حال توسعه ۳۸ برابر بیشتر از مرگ مادر در کشورهای توسعه یافته است .**

سالیانه بیش از ۱۱ میلیون کودک کمتر از ۵ سال در کشورهای در حال توسعه می میرد وخطر مرگ ومیرکودکانی که کمتر از دو سال پس از تولد بچه قبلی بدنیا می آیند دوبرابر می شوند در حالیکه با فاصله گذاری بین فرزندان وبا افزایش فاصله به ۲ سال یابیشتر میزان مرگ ومیر اطفال به اندازه ای ۲۵ درصدکاهش میابد.
همچنین کودکان مادرانی که کمتر از ۲۰ سال سن دارند ۱/۵ برابر بیش از کودکان مادران ۲۰-۲۹ ساله در معرض خطر مرگ ومیر دوران طفولیت قرار دارند .
سالانه در جهان ۲۰۰ میلیون بارداری رخ می دهد که تقریباً یک سوم یا ۷۵ میلیون از این بارداریها ناخواسته است که هر سال تقریباً ۵۰ میلیون بارداری ناخواسته منجر به سقط می شود و سالانه ۱۶۰ هزار زن به علت سقط جنین جان

- خود را از دست می دهند . درایران نیز سالانه حدود یک میلیون ودویست هزار بارداری در کشور اتفاق می افتد که ۴/۲۷درصد آن ها یعنی حدود ۳۲۰هزارمورد ناخواسته است به عبارت دیگر روزانه ۹۰۰ فرزند ودر هرساعت ۳۸ فرزند ناخواسته در کشور متولد می شوند.

مشاوره با خانواده ی دانش آموز درباره ی کاهش رفتار هایی که منجر به خشونت نوجوان می شود ، بسیارموثر خواهد بود .

۳- ایجاد زمینه فعالیت های موثر در خانه و مدرسه برای اشتغال بیش تر نوجوان و تخلیه انرژی های جسمی و روانی او که در کاهش خشونت و رفتار های

۱

نوجوانی که پر توقع و ناز پر ورده بار آمده است و انتظار دارد که همگان بر خواست های او احترام بگذارند ، هنگام برآورده نشدن انتظارش ، عصبانی شده ، به خشونت و پرخاشگری متوسل می شود

پرخاشگرانه بسیار تاثیر گذار است.

خود داری مدرسه از به کار بردن روش های انضباطی غلط و ایجاد فضای صمیمی تر میان معلمان و دانش آموزان نوجوان خشونت گرا ، به کاهش رفتارهای خشونت آمیز و پرخاشگرانه می انجامد .

۲-راهنمایی و مشاوره با دانش آموز در خصوص عواقب خشونت و آثار اجتماعی آن و هم چنین

خود را از دست می دهند . درایران نیز سالانه حدود یک میلیون ودویست هزار بارداری در کشور اتفاق می افتد که ۴/۲۷درصد آن ها یعنی حدود ۳۲۰هزارمورد ناخواسته است به عبارت دیگر روزانه ۹۰۰ فرزند ودر هرساعت ۳۸ فرزند ناخواسته در کشور متولد می شوند.
با تاخیر در بارداریها وجلوگیری از بارداریهای ناخواسته وسقط جنین غیر ایمن میتوان مرگ ومیرمادران رابه اندازه ۲۵ درصدکاهش دارد . بررسی وتحقیقات نشان داده ، کودکان حاصل از بارداری ناخواسته با احتمال بیشتری دارای زندگی خانوادگی نا امن وپر آشوب می شوند.همچنین کاهش موقعیت های آموزشی وتحصیلی در آنان زیاد است.تنظیم میزان برآقدماتی است که زوجین ربابری میدهد تا از داشتن فرزند ناخواسته جلوگیری کنند ، فاصله بین فرزندان خود راتنظیم کنند . زمان تولد فرزندان رابسن وشرايط دیگر خود تطبیق دهند و آگاهانه در باره تعداد فرندان خود تصمیم گیرند.
هدف از اجرای برنامه های تنظیم خانواده:

جلوگیری از بارداریهای ناخواسته

کاستن از میزان بارداریهای پر خطر، بارداری در سنین کمتر از ۱۸ سال وبالای ۳۵ سال، بارداری با فاصله کمتر از سه سال وبارداریهای پس از فرزند سوم)

کاهش میزان بیماریهای ژنتیک (کاستن از بارداریهای در سنین بالای ۳۵ سال)
کاستن از میزان سقط جنین وعوارض ناشی از آنجلوگیری از ابتلاء مادر وكودک به سوء تغذیه (از طریق فاصله گذاری بین فرزندان) فراهم آوردن امکان پرورش تغذیه وآموزش مناسب تر فرزندان (از طریق فاصله گذاری مطلوب بین فرزندان)

راهکارها

تنوع روشهای پیشگیری از بارداری برای بالا بردن قدرت انتخاب خانواده ها فراهم نمودن خدمات تنظیم خانواده قابل دسترسی بطور گسترده در مناطق روستایی وصعب العبور

آموزش عمومی در مورد پیامدهای مذهبی واخلاقی مرتبط بااستفاده از روشهای پیشگیری از بارداری توسط رهبران مذهبی وآموزش زوجین به منظور افزایش آگاهی درمورد بارداریهای پرخطر وخطرات سقط غیر ایمن و....

مفاهیم دینی و ارزشهای مذهبی باید متناسب با مراحل رشد ذهنی دانش آموز و از طریق کاربردهای عملی و ارائه الگو در موقعیتهای طبیعی زندگی در خانه و مدرسه به آنها تعلیم داده شود و آنان با مقررات و ارزشهای دینی آشنا شوند .

به همین منظور شناخت شخصیت و آگاهی نسبت به سطح درک، وضعیت روحی دانش آموز باید مورد توجه قرار گیرد .معمولاً دانش آموزان میل به کما ل از مجرای توجه به خدا ،



حقیقت جویی ، زیبایی خواهی ، عبادت و... منظر نظر و وجهه عمل خود قرار می دهند، بنابراین شایسته است مدیران در تحقق این میل ، دانش آموزان را برانگیزانند تا به تواناییهای ذخیره و پنهان خود توجه نموده و برای رسیدن به اهدافشان اهل توکل ، تلاش ،نظم و انضباط باشند و رضای خدا را در اجرای همه موارد درنظر گیرند .
راهبردی های ذیل می تواند مدیران را در رسیدن به این همه یاری کند

■ ایجاد و پرورش باورهای عمیق اخلاقی در دانش آموزان

■ گسترش حس مسئولیت پذیری در دانش آموزان با دادن مسئولیت به آنها

■ نظارت مستمر بر فرایند آموزشی مدرسه و استفاده از تکنولوژی نوین در مدارس از طریق فیلم ، ویدئو ، رایانه ، وسایل صوتی، تصویری و نمایشی

■ ترتیب دادن گردشهای سیاحتی ، زیارتی و آموزشی با توجه به علایق دانش آموزان دیدار از اماکن مقدسه ، موزه ها ونمایشگاه های فرهنگی و هنری باشرکت معلمان و سایر کارکنان

-معرفی آثار بی دینی در نشریات دیواری و

■ گوش دادن به صحبتها و نظرات دانش آموزان وتوجه به خواستها و احساسات آنان ، در زمینه

مسایل مذهبی

■ به کار بردن تشویق برای رشد مذهبی

■ کودکان و دانش آموزانی که به شعایر مذهبی عمل می کنند مورد تشویق قرار گیرند تا گرایش

دیگران به مسائل مذهبی زیاد شود.

■ ایجاد شرایط مناسب برای انس با قرآن ، مثلاً

در برنامه مسجگاهی

■ گوش دادن به صحبتها و نظرات دانش آموزان وتوجه به خواستها و احساسات آنان ، در زمینه

مسایل مذهبی

- خود را از دست می دهند . درایران نیز سالانه حدود یک میلیون ودویست هزار بارداری در کشور اتفاق می افتد که ۴/۲۷درصد آن ها یعنی حدود ۳۲۰هزارمورد ناخواسته است به عبارت دیگر روزانه ۹۰۰ فرزند ودر هرساعت ۳۸ فرزند ناخواسته در کشور متولد می شوند.

طالع بینی

- فروردین**

اگر هر کاری انجام داده اید تا به هدفتان برسید بنابراین اکنون باید منتظر بمانید . باید صبر کنید تا دیگران هم مانند شما شرایط را درک کنند .

- اردیبهشت**

مشکلاتی در اطرافتان وجود دارد. از دیگران انتظار نداشته باشید که خواسته های شما را بدون چون و چرا بپذیرند . اگر طرحی دارید کمی در موردش فکر کنید و زود آنرا عملی نکنید.

- خرداد**

در رابطه با مسائل مالی، حتماً اشتباهی می کنید. ایده های خود را به دیگران اجبار نکنید. زیرا آنها کاملاً از نظر فکری با شما متفاوت هستند و با این کار شرایط را به هم می زنید. امشب از عقایدتان دفاع می کنید.

- تیر**

تنش ها و استرس ها را کتا بگذارید وگر نه تا آخر روز بی حوصله و کسلی می شوید . در این زمان از سال همه بی حوصله و خسته هستند اما شما می توانید این احساس را در خودتان از بین ببرید . می توانید به حمام بروید و در زیر دوش به ذهن و بدن تان استراحت بدهید .

- مرداد**

از امروز که روحیه ای بسیار بالا دارید، لذت ببرید و با تقسیم کردن آن با دیگران بیشترین بهره را از آن ببرید.

این راهی عالی برای گسترش حلقه روابط اجتماعی تان است . پس شهامت این را داشته باشید که با افرادی که خیلی خوب نمی شناسید، وارد بحث شوید چرا که به زودی آنها جزء دوستان شما خواهند شد .

عالیست ، چگونه آنها می توانند از دست فردی خوش مشرب و گرم و صمیمی مانند شما قرار کنند ؟

- شهریور**

از تجربیات یک نفر سود می برید. از این کار آنها تشکرمی کنید زیرا آنها این کار را بخاطر خوبی انجام می دهند.

اگر به خرید می روید مراقب باشید زیرا وسیله قیمتی و لوکس را انتخاب می کنید که شاید نتوانید از عهده آن برآیید .

- مهر**

شما بسیار شوخ طبع و خوشرو شده اید و در نتیجه توسط طرفداران زیادی احاطه خواهید شد. سعی کنید نیرو و شادی خود را با آنهاایی که مشتاق آن هستند ، شریک شوید و در نتیجه از احساس خوبی که از این امر پدیدتان می شود، لذت ببرید .

اگر خوش شانس باشید ممکن است دعوتی برای سفر به جایی دور را دریافت کنید یا احتمالاً دعوت برای دیدار از شخصی که در خارج از کشورتان زندگی می کند .

آبان

همه چیز به روابط دوستانه شما مربوط می شود.اگر حرف های تان را به خوبی بیان نکنید حتماً سوءتفاهم به وجود می آید.به دیگران نشان دهید که چه هدفی دارید تا موقعیت تان تثبیت شود .

آذر

ستاره ها که جهش در هر قدم شما و یک لبخند روی صورت شما می گذارند . خوشگذرانی و بی قید و خیال بودن در برنامه شما گنجانده شده ، تنها مشکل اینجاست که شما چقدر پول دارید در این راه خرج می کنید .

شاید انتظار یک پاداش برای عید هستید و یا فقط روحیه خرج کردن دارید . هرچه که هست شما قصد دارید بی خیال باشید و فقط بطور محض لذت ببرید .

دی

شاید بخواهید تنها باشید، تا نیرویتان را که به خاطر شکست یا ناامیدی از دست داده اید دوباره به دست آورید اما مثبت بین باشید .

هرگز هیچ کس نمی تواند شما را فردی کسل و خسته کننده بداند . شما همه را خوشحال و هیجان زده می کنید به غیر از خودتان ! !

بهمن

امروز از حضور افرادی با تجربه و کاردارن بهره مند می شوید بنابراین به دقت به صحبتهای آنها گوش دهید . شاید آنها تمام پاسخهای سوالات شما را نداشته باشند و شاید با تمام صحبت های آنان موافق نباشید اما بعضی از صحبت هایشان مانند در می باشد که به موقع به ارزش آن پی می برید .

- اسفند**

شاخه زیتون را پیشنهاد کنید اما اجازه ندهید کسی احساساتتان را تهدید کند تا نظراتان عوض شود . شما واقعاً بر لبه موقعیت هستید و اگر کسی نخواهد با صمیمیت شما را پشتیبانی کند شما جداً نیاز دارید درباره این ریمه فکر کنید .

رهن و اجاره

یک باب آرتمان مسکونی دو خوابه،

موکت ،پرده ، کابینت ، آشپزخانه اوبین ،

پارکینگ آدرس: گلشهر، جنب پمپ بنزین

بلال روبروی درمانگاه دکتر "خانعلی"

شماره تماس : ۰۳۱۵۶۳۳۸۷۵۵

- روابط عمومی دانشگاه**

علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی هم‌زمان گان (کمیته آموزش

همگانی سلامت)

مواد غذایی فاسد شدنی پس از تهیه باید هر چه زودتر مصرف گردند

از نگهداری آنها به مدت طولانی و خارج از یخچال خودداری نماییم