

مادرانه

کودکان رنگ داشتہ باشید

ماماں صبح از خواب بیدار شد. اکبر کوچولو هنوز خواب بود .
ماماں خیلی زود کارهایش را کرد و اکبر را همان طور خواب آلود لباس پوشاند و در آغوش گرفت و رفت که او را به مهد کودک بپسارد .
اکبر در مهد ماند تا ماماں بیاید دنبالش.
ماماں ساعت ۴ آمد و او را بغل کرد و برد خانه ماماں بزرگ تا برود خرید کند.

ساعت از ۷ گذشته بود که ماماں آمد اکبر کوچولو داشت گریه می کرد .
ماماں او را بغل کرد و با خود به خانه برد .
اکبر کوچولو را توی تخت حصاردارش گذاشت و به او غذا داد و برایش نوار قصه روشن کرد بعد رفت که شام را آماده کند .
بابای اکبر کوچولو از سر کار که آمد ، جای خورد و اکبر کوچولورا بغل کرد و بوسید ، بعد هم تلویزیون را روشن کرد.
وقتی شام خوردند، اکبر کوچولو خواب بود و فردا صبح دوباره ماماں هول هولکی او را بغل کرد و برد به مهد کودک.
چند سال بعد وقتی اکبر که حالا بزرگ شده بود در درس خواندن زیاد زیر و زبگ نبود .
ماماں و بابااورا منم می کردند و می گفتند از بچه های مردم یاد بگیر، ببین فلائی



چقدر خوب درس می خواند.
آنهاهیج وقت نمی دانستند اکبر زیاد هم در این مورد مقصر نیست .
آنها هم در مشکل یادگیری او مقصر هستند .

تحقیقات نشان داده است ؛ از تباط کم والدین با کودکان باعث کم توانی ذهنی کودکان می شود.

مشغله زیاد پدر و مادر باعث شده والدین، زمان کمتری در کنار کودکان باشند که همین عامل در بروز کم توانی ذهنی کودکان موثر است .

ارتباط کم والدین باکودکان باعث می شود کودکان بیشترین زمان خودراصرف تماشای تلویزیون یا بازی های کامپیوتری کنند که همین امر در بروز اختلالات ارتباطی کودکان بسیار

تاثیر گذار است .

یکی از کارهای موثری که ارتباط پدر و مادر با کودک را تقویت می کند، بازی والدین با کودک و مهمتر از آن ، قصه گفتن برای کودک است که امروزه بسیار کم رنگ شده است.

وجود علامت هایی همچون کاهش ارتباط چشمی کودک، حرف شنوی پایین ، بی توجهی به اسباب بازی ، حساسیت بالای بدن و در مواردی هم احساس درد از جمله عوامل وجود کم توانی ذهنی کودک به شمار می رود .

ارتباط کودک با افراد ، محیط و با اشیای پیرامون ، زمینه ای برای تقویت توجه و تمرکز و متعاقبا یادگیری کودک است.

ماندانا ملاعلی



خیلی وقت ها ما با رفتارهای تند و عصبی خود مشکلاتی را به وجود می آوریم که بعد ما را پشیمان می کند . اما اگر کسی به ما بگوید که شما هیچ کنترلرلی بر رفتارن ندار و خیلی زود از کوره در می روی می گویم : من همینم که هستم .
اخلاقم تند است و زود عصبی می شوم . به پدرم رفته ام او هم آدم جوشی و دعواایی بود .

دعاهای زنآشویی که به قهر و جدایی می انجامد، مشکلاتی که در ترافیک به وجود می آید و خیلی زود صدای بد و بیراه به آسمان می رود ، دعواه و درگیریهایی که در صف های مختلف به وجود می آید ، دعواهای راه مدرسه تا خانه همه و همه ناشی از همین مساله است.

خیلی ها معتقدند که روحیه بد آنها ناشی از عوامل خارج از کنترل آنهاست. بعضی روحیه بد خود را به مسائل هورمونی یا خواص ژنتیکی نسبت می دهند، گروهی نیز اتفاقات به ظاهر فراموش شده دوران کودکی در ضمیر ناخود آگاه را مقصر دانسته و عده ای هم این مسائل را به اوضاع بد جهان ، وضعیت بد اقتصادی ، شلوغی و ترافیک و... نسبت می دهند.

بدون شک حوادث محیطی ، موقعیت شیمیایی و تضادهای مربوط به گذشته روی ما تأثیر می گذارد، اما واقعیت این است که می توانیم احساسمان را تغییر بدهیم و کنترل کنیم.

اگر می خواهیم احساس بهتری داشته باشیم ، باید بدانیم که به جای حوادث بیرونی ، افکار و طرز تلقی های شما هستند که احساسات شما را به وجود می آورند .این موضوع در برخورد با رفتار هایی که در مقابل شما قرار می گیرند نیز صدق می کند. فرض کنیم شخصی در مقام انتقاد از شما حرف بزند؟ چه احساسی پیدا می کنید؟ اگر فکر کنید که

۵ - افت تحصیلی و ضعف تحصیلی

دارند
۶-از مدرسه واولیای مدرسه هیچ گونه ابائی ندارند

۷- در کلاس و مدرسه رفتاری ناآرام وگاه پرخاشگرانه دارند وبدون عوارض جسمانی از رفتن به مدرسه خود داری می کنند ووجود ناسازگاریهای رفتاری دانش آموز برای مدرسه قابل قبول نیست در نتیجه دانش آموز بخاطر عدم سازگاری و انطباق با قوانین مدرسه مبادرت به فرار می کند.

فرار از مدرسه عملی است که کودک سالم بدون عذر موجه از حضور در مدرسه خودداری کند و غیبت او غیر قانونی یا غیر موجه شناخته شود صاحب نظران این عمل را غفلت در انجام وظیفه ویک رفتار اجتماعی و حتی ضد اجتماعی تلقی می کنند در کشورهایی که آموزش همگانی در سنین ۶ - ۱۴ سال اجباری است چنانچه والدین مسبب فرار کودک از مدرسه باشند به دادگاه دعوت می شوند و جرائم سنگینی برایشان تعیین می گردد.
آمار واطلاعات نشان داده است که پسرها پنج برابر بیشتر از دخترها از مدرسه فرار می کنند و این آمار معمولاً در خانواده های که دارای جمعیت بیشتری هستند شیوع بیشتری دارد .
فرار از مدرسه خواه ناخواه با دروغ گویی همراه خواهد بود . بعضی از دانش آموزان ماهرانه دروغ می گویند وطوری وانمود می کنند که از مدرسه غیبت نداشته اند این افراد در جریان پرسه زدن در خیابانها به علت گرسنگی از مغازه ها واغذیه فروشیها دزدی می کنند دزدیهای دسته جمعی وفحشا نیزدراین افراد مشاهده شده است.
آکرسون معتقد است که بین فرار از مدرسه وخانه با دزدی وشرکت در دزدیهای دسته جمعی، کشیدن سیگار وقمار بازی واستعمال مواد مخدر در پسران رابطه مستقیمی وجود دارد . در مورد دختران ماندن در خیابانها برای مدت طولانی تمایل به جنس مخالف ،کشیدن سیگار واستعمال مواد مخدر با فرار از مدرسه ارتباط دارد.

دانش آموزانی را که به قصد مدرسه از منزل خارج می شوند ولی بدون اطلاع والدین ومدرسه به جای دیگری روند، مدرسه گریز می گویند .
در مورد علل فرار از مدرسه می توان به موارد ذیل اشاره نمود:
۱ - بطور متناوب غیبت می کنند
۲ - بدون اطلاع والدین از خانه خارج می شوند و به مدرسه نمی روند
۳- با بالاترین سن فرار از مدرسه شدت می یابد
۴-عذر قابل قبولی برای غیبت خود ذکر نمی کنند.

روانشناسی



فرار از مدرسه



کودکانی که ترس از مدرسه دارند در زمان کودکی بخود از مدرستان جدا شده اند ومدارن آنها بیش از اندازه آنها را مورد حمایت خود قرار داده اند

احساساتنا تن تاثیر دارد . در حالت افسردگی یا نگرانی به خود و زندگی تان بدبین می شویدو وقتی مثبت تر و واقع بینانه تر می اندیشید ، احساس شادمانی کرده و از عزت نفس و کار آیی بیشتری برخوردار می شوید .

هر احساس منفی شما از اندیشه منفی خود شما بر می خیزد . می بینید که شما همیشه یک رفتار را ندارید. بنابراین همینکه که هستید ، نیستید. شما در مقابل یک نفر محترمانه و در مقابل دیگری ، خشمگین برخورد می کنید . حرف یکی را براحقی می پذیرید و حرف دیگری را حتی گوش نمی دهید. شلوغی و سر صدای یکجا برایتان قابل تحمل است ؛ولی میزان کمتری از سر صدا در منزل براحقی منجر به عصبانیت وتنبيه فرزندان می شود . بنابراین شما در شرایطی می توانید طور دیگری باشید ؛ زیرا در آن شرایط به شکل دیگری می نگرید و می اندیشید. پس اگر از دعوای خانوادگی و پرخاشگریهای خیابانی خود خسته شده اید ، بیاید یکی یکی افرادی که شما را خشمگین می کنند را در هفتتان با کسانی که حرفهایشان رامی پذیرید، همانند سازی کنید. در فهرست زیر ، ارتباط میان افکار و احساسات را می بینید . این فهرست به شما کمک می کند که از دلیل روحیه خود آگاه شده و در نتیجه طرز احساس شما تغییر کند.

احساس اندوه و افسردگی : به از دست دادن و باختن مربوط است.

گناه یا خجالت: به دلیل خودمحکم سازی است و ترس از چشم دیگران افتادن ایجاد می شود.
خشم ورنجش وداخوری: احساس می کنید کسی با شما رفتار غیر منصفانه کرده یا می خواهد از شما سوء استفاده کند.

یاس وانامیدی : زندگی را در حد انتظار نمی بینیدو می خواهید امور طور دیگری پیش برود. اضطراب، ترس و نگرانی : احساس خطر می کنید. احساس حقارت و ناشایسته بودن : خود را با دیگران مقایسه می کنید و نتیجه می گیرید که بخوبی آنها نیستید و به اندازه آنها، باذوق وبا استعداد نیستید.
احساس تنهایی: به قدر کافی مورد توجه قرار نمی گیرید و ناخوشنودید.

اغلب افکار منفی که احساس ناخوشایند مارا پدید می آورند ، غیر واقع بینانه ، مخدوش و ناشی از خطای شناختی هستند .
بالین حال باید توجه داشت که در بسیاری از مواقع افکار منفی ، سالم و بجا هستند.

تشخیص افکار سالم از ناسالم و این که چگونه با موقعیت های برآستی منفی برخورد واقع بینانه داشته باشیم ، به همان اندازه رهایی از افکار و احساسات مخدوش اهمیت دارد . باید یاد بگیرید احساسات منطقی منفی را کشف کنید و با آنها به روش صحیح مقابله کنید.

دانش آموز
۶ - اختلال لجبازی . این اختلال در کودکان ونوجوانان به صورت مستمر با اطرافیان چه در مدرسه وچه در منزل دیده می شود ومرتبا با بزرگترها ویا کوچکترها جر وبحث می کنند . در صورت روبروشدن با مخالفتی در مقابل خواسته های شان از کوره در رفته وشروع به ناسزاگویی می کنند که این افراد از نظر روانشناسی دارای اختلال خلقی ،افسردگی مضطرب می باشد وفرد برای خودش ارزشی قائل نیست.
عواملی که در اثر بی توجهی والدین منجر به فرار دانش آموزان از خانه به مدرسه می شود.از عواملی که در اثر غفلت و بی توجهی والدین منجر به فرار دانش آموزان از خانه ومدرسه می شود می توان به موارد ذیل اشاره نمود :
۱ - وجود شرایط تنبیه وآزار واذیت والدین یا افرادی که مسئولیت نگهداری آنها را بر عهده دارند . که در این وضعیت فرد قادر به تحمل شرایط مذکور نبوده ودر نتیجه تنها راه نجات خود را در فرار جست و جو می کند.
۲ - فرار ممکن است به خاطر انتقام گرفتن از یک فرد یا خانواده صورت گیرد.
۳ - تحقیقات روان شناسان وکسانی که در امر تعلیم وترتیب نقش دارند نشان می دهد که بسیاری از کودکان ونوجوانانی که اقدام به فرار می کنند کسانی هستند که خانواده های آنها از هم سبخته بعلاوه وجود خواهران یا برادران بزهکار نیز موجب فرار کودکان کوچکتر می شود.

۴ - بی توجهی والدین نسبت به کودکان یا نوجوانان منجر به این می شود که بالیاسهای کهنه یا کفشهای پاره به مدرسه بروند گاه به علت نیازهای خانواده نوجوان مجبور است کار کند چون وقت درس خواندن ندارد به ناچار غیبت از مدرسه را ترجیح می دهد.

راهکارهای مربوط به درمان فرار از مدرسه

۱- روش روان درمانی به مدت طولانی که اساس درمان را تشکیل می دهد.
۲ - گروه درمانی۳- از بین بردن عیب و نقص تدریس.
۷ - علاقه مند کردن دانش آموزان برای پذیرفتن مسئولیت کارهای مدرسه۸- تنظیم برنامه های درسی مطابق با نیاز واستعداد کودک
۹- دخالت دادن شاگردان ودبیران تماما در تنظیم وت تهیه برنامه های درسی از مسائل واقدامات لازم وضروری است.
۱۰- بررسی دقیق علل فرار وترس از مدرسه.

■ آمار واطلاعات نشان داده است که پسرها پنج برابر بیشتر از دخترها از مدرسه فراری می کنند واین آمار معمولا در خانواده هایی که دارای جمعیت بیشتری هستند شیوع بیشتری دارد .
فرار از مدرسه خواه ناخواه با دروغ گویی همراه خواهد بود.

مشاوره

یادگیری "جراتمند بودن"

حسن علی شاهدای-کارشناس مشاوره

جراتمندی قوی

این نوع جراتمندی ، انتقال حساسیتها به شخص دیگر است.

این نوع جراتمندی معمولا شامل دو بخش می شود . بازشناسی موقعیت یا احساسات شخص دیگر که بدنبال آن اظهار نظری صورت می گیرد که در آن شما از حقوق خاص خود حمایت می کنید .

(من می دانم که شما واقعا سرتان شلوغ بوده است ولی می خواهم احساس کنم که رابطه ها برای شما مهم است . می خواهم شما به من

وما زمانی را اختصاص دهید.)

جراتمندی فراینده

این نوع جراتمندی زمانی به وقوع می پیوندد که شخص دیگری در واکنش به جراتمندی اساسی شما شکست می خورد وبه تجاوز علیه حقوق شما ادامه می دهد .

در نتیجه شما شکست می خورید . جراتمندی را گسترش می دهید وبه نحو فراینده ای بر رای خود محکم تر تاکید می ورزید. در این گونه جراتمندی حتی ممکن است شما به پاره ای از اعمال اشاره کنید که در صورت ادامه رفتار طرف مقابل، از شما به عنوان نتیجه بروز کند ولی اشاره به اعمال تنها پس از چند عبارت جراتمندانه اساسی و پایه ارائه می شود.(برای مثال ، اگر شما تا پنج بعد از ظهر فردا کارتان را روی ماشین من تمام نکنید من مجبور می شوم به فلان یا بهمان دفتر تجاری زنگ بزنم) .

جراتمندی از طریق گفتار با من آغاز شوند

این نوع جراتمندی خصوصا برای بیان احساسات منفی مفید است . این نوع جراتمندی یک اظهار نظر سه بخشی را شامل می شود :

وقتی شما چنین وچنان کردید... (رفتار را توصیف کنید)
اثرات عبارت هستند از (این موضوع را که چگونه رفتار به نحو عینی وملوس بر شما اثر می گذارد ، توصیف کنید)
من احساس می کنم که ... (عبارت اول شخص مفرد را به کار ببرید : (من احساس می کنم که) بجای (شما فلان یا بهمان هستید،)تمرکز اصلی در اظهار نظرها ی (من) آغاز شوند ، روی بخش (من احساس می کنم) ، (من می خواهم) می باشد.
به هنگام ابراز خشم ، تمایل غالبا برسرزنش شخص دیگر، از کوره در رفتن واختیار هیجان را از کف دادن است.
جراتمندی از طریق گفتار با (من) آغاز شونده می تواند به شما کمک کند به نحو سازنده بر خشم متمرکز شوید ودر ارتباط با احساسات خودتان موضوع روشنی بگیرید.

یادگیری جراتمند بودن به شیوه ای مثبت

چگونه شروع کنیم؟یک نظام اعتقادی وارزشی را قبول کنید که به شما رخصت ابراز وجود بدهد . این گام ، دشوار ترین گام است.

بدین معنی که چنین نظامی است که به شما اجازه می دهد خشمگین شوید ، (نه) بگویند ،در خواست کمک کنید وخطا کردن را قبول کنید .



نمایشگاه های از غدیر تا عاشورا

عرضه : انواع وسایل عزاداری و تعزیه خوانی

پلاکارد – پرچم – نوار کاست –Cd-vcd-mp۳ عزاداری و مداحی و تعزیه خوانی – طبل – سنج – شبپور– وسایل تعزیه خوانی شمشیر– علم – لباس – خنجر – کلاه خود و ...

نسخه های تعزیه خوانی

انواع نوار و cd عزاداری و تعزیه خوانی استان هرمزگان

ویژه هیئت‌ها ؛ حسینیه ها و دستجات عزاداری

آدرس : بندرعباس - پارک شهیددباغیان جنب مسجد پیامبر اعظم(ص)

تلفن تماس: ۰۹۱۷۷۶۰۴۰۳۲-۰۱۳۰۲۲۴۰۴۱-۳۳۵۳۰۴۱

مجموعه فرهنگی مذهبی خامس آل عبا



روابط عمومی اداره کل شیلات هرمزگان