می توانید وکیل خود باشید

اشهاد

موضوع دیگری که در ماده مورد بحث مطرح است، حضور دو نفر مرد عادل در هنگام اجرای صیغه طلاق می باشد. از این موضوع تحت عناوین "حضورعدلین" یا "اشهاد" بحث می شود. ماده ۱۱۳٤ ق.م می گوید: "طلاق باید... در حضور لااقل دو نفر مرد عادل که طلاق را بشنوند واقع گردد". اشهاد که به معنای شاهد گرفتن دو یا چند نفر مرد عادل بر وقوع طلاق می باشد، یکی از ارکان طلاق بشمار می آید.

ادله لزوم اشهاد

این ادله عبارتند از: الف) قرآن کریم می فرماید "... و اشهدوا ذوی عدل منکم و اقیمو الشهاده الله - در هنگام طلاق دو نفر شاهد عادل حاضر کنید".

ب) روایات زیادی در این خصوص وارد است که بر این امر تصریح دارند؛ از جمله: خبر محمد ابن مسلم که ی گوید: مردی وارد شهر کوفه شده و به حضور حضرت علی (ع) رسید و گفت: "زنم را طلاق داده ام" حضرت فرمودند: "آیا همانطور که خداوند امر کرده است دو شاهد عادل حاضر بودند" گفت: "خیر" حضرت فرمودند: "باز گرد زیرا طلاق تو بی ارزش است". روایات زیاد دیگری نیز به همین مضمون وارد شده که مورد استناد فقهاء قرار گرفته است.

ج) علاوه بر کتاب و سنت، بر این امر اجماع فقها نیز مستقر است.

کیفیت شهادت

استماع صیغه - برخلاف تصور عده ای، صرف حضور عدلین شاهدین برای صحت وقوع طلاق کفایت نمی کند، و استماع عبارت صیغه طلاق ضروری می باشد. چرا ه در نصوص زیادی بر این امر تکیه شده است.

از جمله روایت محمد ابن ابی نصور که نقل می کند: "حضرت رضا (ع) فرمودند: در هنگام طلاق باید فرادی حضور داشته باشند که کلام زوج را بشنوند".

شناخت اجمالی

لازم است شهود حاضر در مجلس طلاق نسبت به زوجه مطلقه شناخت اجمالی داشته باشند. البته لازم نیست که به تفصیل نسبت به تمامی جزئیات و مشخصات فردی او آگاه باشند،

همینکه در مجلس طلاق مطلقه به آنان معرفی و بر آنان معلوم شود کافیست. مثلا اگر مرد در مجلس مزبور نام زوجه را ببرد و یا به او اشاره کند، این مقدار کافی بوده و نیازی به شناخت تفصیلی هویت وی نمی باشد.

زهرا بیگلری -کارشناس حقوق

والدین و دانش آموزان در خانه

محبوبه عبداله زاده معاون دبستان ناحیه یک بندرعباس

آگاهی از وظایف و انجام درست آنها امری بسیار مهم و اساسی در تعلیم و تربیت است. بدیهی است هر یک از عوامل اصلی تعلیم وتربیت شامل والدین، دانش آموزان و مدرسه وظایف ویژه ای را برعهده دارند، و در این میان دانش آموزان در انجام وظایف نیازمند هدایت والدین و مدرسه هستند.

وظایف مربوط به مدرسه بر اساس آیین نامه ها و مقررات، مشخص شده و مسئولین مدارس در صدد تحقق آنها هستند، اما در خانه نیز والدین باید فرزندان را هدایت نمایند. انجام کار در خانه و واگذاری بعضی از امور به فرزندان، مسئولیت پذیری آنها را بالامی برد، اعتماد به نفس آنها را افزایش می بخشد.

تحرک و ارتباط اجتماعی آنان را ارتقاء می دهد و بر میزان

انجام کار در خانه و واگذاری بعضی از امور به فرزندان، مسئولیت پذیری آنها را بالا می برد و باعث اعتماد به نفس آنها می شود

استقلال پذیری آنها در انجام امور شخصی واجتماعی می افزاید. مطالعات نشان می دهد دانش آموزانی که در انجام امر خانه بیشتر مشارکت می جویند و در کارهای خانه نقش بارزتری برعهده دارند، درامورتحصیلی خویش نیز موفق تر عمل می کنند. لذا لازم است والدین نکات زیر را مدنظر قرار دهند:

به فرزندان اجازه دهند متناسب با سن، جنس و توانایی به بخشی از کارهای منزل بپردازند. فرصت تجربه را برای آنان ایجاد نمایند و با یک خطا در انجام کارها آنها را سرزنش ننمایند تا سرخورده نشوند، بلکه باخوش رویی آنها را راهنمایی کنند تا یاد بگیرند و تجربه بیندوزند.

توجه به اوقات فراغت دانش آموز و گذران بخشی از وقت آزاد با آنان فضایی صمیمی که توام با برنامه ریزی مناسب ودر راستای علایق فرزندان، باشد، امری بسیار مهم است که در پیشرفت تحصیلی وتربیتی فرزندان تاثیر بسیار زیادی دارد.

والدین لازم است نسبت به لزوم وجود قوانین و مقررات در جامعه توصیه لازم را به فرزندان داشته باشند تا آنان قانون پذیر بوده و به مقررات احترام بگذارند

توجه به بهداشت، تغذیه، خواب و امور آموزشی فرزندان در منزل موجب می شود سلامت آنان تامین شده و با توانمندی لازم به تحصیل بپردازند.

والدین در دوست یابی و برقراری روابط اجتماعی، تجربیات مناسب و مفید خود را در اختیار فرزندان قرار دهند. فرزندان نیازمند برقراری ارتباط هستند، اما درچارچوب روابط و نحوه تعاملات انسانی نیاز به هدایت، راهنمایی، کنترل ونظارت دارند.

والدین لازم است نسبت به لزوم وجود قوانین و مقررات در جامعه وبه خصوص مدرسه و منزل توصیه لازم را به فرزندان داشته باشند تا آنان قانون پذیر بوده و به مقررات احترام بگذارند.

مهمترین نکته آن که والدین به یاد داشته باشند آنان الگوی فرزندان هستنداگر فرزندانی سالم، بانشاط، و واجد ویژگی ها و رفتارهای پسندیده می خواهند باید از خود شروع کنند تا فرزندان از آنها یاد بگیرند.

مهربانی هم، به اندازه!

یکی از ویژگی های اصلی والدین برخورد با فرزندان با محبت است، اما توجه داشته باشید بهترین شیوه برای رفتار و کنترل فرزندان ایجاد محدودیت همراه با محبت است نه مهربانی یا سخت گیری بیش از حد، کارشناسان تربیتی معتقدند که فرزندان همان قدر که به مهر و محبت والدین نیاز دارند به محدودیت مناسب با سن و سال خود نیز احتیاج دارند.

چرا که بچه ها مدام درصدد آزمایش والدین از نظر قاطعیت صبوری و اعتماد به نفس هستند. درصورت امکان و در صورت متزلزل بودن حالت والدین از آن به نفع خود استفاده کنند.

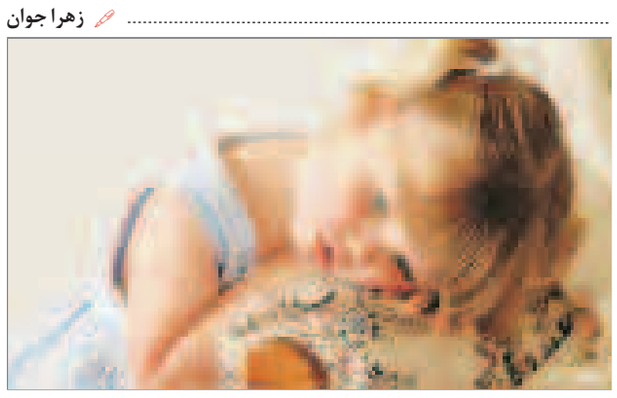
بنابراین والدینی که خواستار محبت و رابطه بیش از حد انعطاف پذیر با فرزندان هستند باید دیر یا زود تغییر روش دهند. فرزندانی که بسیار آزادانه عمل کرده و هیچ قانونی را جدی نمی گیرند نسبت به مرز خاصی نیز متعهد نخواهند بود. در نتیجه مسئولیت پذیری در چنین افرادی هرگز به درستی شکل نمی گیرد. از طرف دیگر والدین سخت گیر که دائما در صدد بازخواستفرزندانشان هستند نیز آنها را از خود رنجانده واصولا فرزندانی کینه توز و دروغ گو دارند.

به طوری که چنین فرزندانی رفتار می کنند که خشونت والدین را به سمت خواهر یا برادر خود متمایل نمایند. در نتیجه فرزندانی طوری که در محیط دیکتاتوری بزرگ می شوند والدین را در حکم ناظم دانسته و با غیبت آنها بسیار گستاخ می شوند زیرا هیچ مجرای مناسبی برای بروز عقاید و احساسات خود نداشته اند. افراد دو رو و کینه توز حاصل رشددرچنین خانواده هایی هستند.

بنابراین بهترین شیوه از نظر کارشناسان محبت و حمایت از فرزندان در کنار تعیین حد و مرز و محدودیت های مناسب است که در مورد رعایت این حدود تعیین شده نیز باید قاطعیت داشت. در چنین شرایطی فرزندان والدین را از خود دانسته و می دانند که رعایت حدود به نفع خود آنهاست. در نتیجه رابطه حاصل نیز بسیار دوستانه خواهد بود.

با کودکان صحبت کنید تا حرف زدن یاد بگیرند

زهرا جوان



از افتادن دیگران دل خود را شاد مکن زیرا نمی دانی زمانه برای تو چه پیش می آورد. حضرت علی (ع)

با کودکان صحبت کنید تا حرف زدن یاد بگیرند

یکی از مهمترین موارد در ارتباط با کودکان در حال یادگیری سخن گفتن، صحبت مداوم و مهربانانه با آن هاست. این گفتگو نباید طولانی باشد و یا درباره موضوعات مورد علاقه و مهم بزرگ ترها باشد هدف از این گفتگو این است که کودک با شما در ارتباط باشد حتی با کلماتی که او بر آن تسلط دارد. درباره هر کاری که کودک انجام می دهد یا به آن علاقه دارد، صحبت کنید هر چند که برای شما بی اهمیت باشد از کلمات قابل فهم او استفاده کنید تا جایی گفت و گو را ادامه دهید که هر دو از آن لذت ببرید. همان طور که کودکتان برای یادگیریی هر کاری نیاز به تمرین دارد. این گفت گوها را نوعی تمرین سخن گفتن برای او قلمداد کنید. اغلب فکر می کنی و صحبت درباره تصورات کودکان نوعی اتلاف وقت است و فکر می کنیم که آنها باید خیلی چیزها از ما یاد بگیرند.

اما وقتی عادت کنید که با او ارتباط ساده کلامی ایجاد کنید می بینید که کودکتان وقت بیشتری را با شما می گذراند و توجه اش به شما بیشتر می شود و بیشتر مطابق میل شما عمل می کند. کودکی که در این گفت و گوها شرکت داده می شود بیشتر می آموزد و فرصت می یابد که دانسته های خود را ابراز و ارتباط محکم تری با سایرین برقرار کند.

به خاطر داشته باشید که کودکتان از شما بیشتر می آموزد، اگر برای او یک هم بازی یا هم صحبت باشید تا یک پرستار یا رئیس.

راهکارهای زیر به والدین کمک می کند تا گفت و گوهایی موفق و لذت بخش با کودکان خود داشته باشند.

-به هر بهانه ای با او ارتباط کلامی برقرار کنید.

- درباره هر چیزی صحبت کنید اما فقط شما گوینده نباشید.

-گفت و گو را به سرعت و با گفتن جمله ای حق به جانب به پایان نبرید فرصت دهید تا او هم بتواند پاسخ دهد.

-به ابراز عقیده او پاسخ دهید

- در گفت و گو توازن را حفظ کنید.

در عین حال به کودک بیاموزیدچه کارهایی در گفت و گو کردن ناپسند است. توی حرف دیگران نپر، حرف دیگران را نشنیده نگیر، از این شاخه به آن شاخه نپر، گوینده صرف نباش، درباره چیزی که نمی دانی صحبت نکن.

چگونگی رفتار با نوجوانان

درک تغییرات نوجوان و همگام با این تغییرات، رمز موفقیت در ارتباط با اوست. شما هرگز نمی توانید فرزندتان را در محیطی کاملا سالم و بی خطر، پرورش دهید، شما هرگز نمی توانید در تمام دعواها با او برنده شوید. شما هرگز نمی توانید او را از تجربه کردن تمام کارهایی که مطلقا نمی خواهید انجامشان بدهید، منع کنید.

اکثر نوجوانان، بدون توجه به گفته ها و اقدامات والدینشان، دست به تجارت و امتحاناتی می زنند، این تجارت می تواند فرار از مدرسه، معاشرت با دوستان ناباب، سیگار کشیدن، داشتن رابطه ی خطرناک با دیگران یا ترک تحصیل باشد.

اگر والدین تنبیه کننده و کنترل کننده ترسناک نباشد و توشه ی کافی برای چنین روزهایی را در اختیار نوجوان قرار داده باشند، ندای درون وی، او را حفظ خواهد کرد.

-چگونگی کسب اطلاعات برای حمایت از فرزندان در برابر خطر ها این امر نیاز به زیرکی، صبوری و هنر والدین دارد.

-کمک به تصمیم گیری نوجوانان، بسیاری از والدین باید به این نکته توجه کنند که، قدرت آن ها در نفوذ بر تصمیم گیری فرزندانشان است، نه نفوذ بر کنترل کارهایشان. فیصله دادن موضوع، گاهی در مجادلات با فرزندانمان باید بدانیم که دقیقا کجا جای قطع کردن وخاتمه دادن بحث است و گرنه کار به جاهای باریک می کشد.

طیبه حسینی

دو نکته تربیتی:

تشویق

مادری فرزندش را تشویق می کرد صدایش را بالا می برد که همه بشنوند، ولی وقتی توبیخ می کرد آهسته فرزندش را کنار می کشید و در گوش فرزند آهسته خطایش را گو زد می کرد. مادر دیگری وقتی فرزندش را توبیخ می کرد صدایش را آن قدر بالامی برد که همه بدانند چقدر فرزند او آدم بی تربیتی است و تقریبا، همه فامیل یادگرفته بودند هر خطایی را به فرزند او نسبت دهند.

کودکان شتاب زده

کودکان امروز به کودکان شتاب زده "معروف هستند. کودکانی که بایستی سریع مطالب را حفظ کنند، زود بزرگ شوند، زود به دانشگاه بروند و ...

"از کودکان شتاب زده" به خاطر ترس ازشکست و انتظارات غیر معقول اطرافیان چنان سرگرم اجرای فرامین اطرافیان است که یادشان می رود قرار است زندگی کنند و از زندگی خود لذت ببرند.

آرمیتا پاژنگ -دبیر ناحیه یک

اعتماد به نفس

اعتماد به نفس در تمام موقعیت های زندگی ما چه کودک یا دانش آموز باشیم و چه بزرگسال نقش موثری دارد و برای انجام موفقیت آمیز فعالیتهای زندگی و مواجهه با شرایط گوناگون به آن نیاز داریم.

چند توصیه برای افزایش اعتماد به نفس در دانش آموزان

۱ -با انجام کارهایی که از آن هراس دارند می توانند برترسشان غلبه کنند.

۲ - هدفشان را به اهداف کوچکتر و قابل دسترس تر تقسیم کنند و گام به گام با برنامه پیش بروند.

۳ -حالت افراد موفق، مصمم و پرتلاش را به خود بگیرند.

٤ - بر خودشان مسلط باشند و قدرت اراده شان را تقویت کنند.

٥ - به دیگران کمک کنند و توانایی و قدرت نمایی شان را در نیکوکاری جست و جو کنند.

٦ - وقتی با مخالفت دیگران مواجه می شوند ناامید نشوند.

۷ - تمرکز بر توانمندیها و قابلیت ها

۸ -مطرح کردن پیشرفتهای دانش آموز توسط اولیاء نزد دیگران

راضیه چشم براه

مدیر مدرسه ناحیه آموزش و پرورش

اوتیت سروز چیست؟

یکی از مشکلات شایع بویژه در سنین کودکی اوتیت سروز می باشد. که عبارتست از ترشح مایع غیرمیکروبی در فضای گوش میانی و بدنبال آن ایجاد کم شنوایی خفیف تا ملایم برای کودک.

با توجه به اینکه سلامت حس شنوایی بویژه در سنین قبل از دبستان از اهمیت بالایی برخوردار است و کوچکترین مشکل در این رابطه می توان عوارض زیادی به دنبال داشته باشد. شناخت این مشکل و درمان به موقع می تواند از بروز این عوارض جلوگیری نماید. لذا جهت فهم بهتر مطلب ابتداء شرح مختصری از ساختمان گوش میانی ارائه می شود. ساختمان گوش به سه قسمت گوش خارجی میانی و داخلی تشکیل شده است.

ساختار گوش میانی

گوش میانی حفره ای است که دیواره خارجی آن را پرده تمپان (پرده گوش) تشکیل می دهد. در دیواره قدامی گوش میانی ساختاری تحت عنوان شیپور استاش قرار دارد که گوش میانی را به ناحیه حلق (نازو فارنکس) ارتباط می دهد که عملکرد اصلی آن حفظ فشار مساوی در دو طرف پرده گوش و تهویه هوای گوش میانی می باشد. در نزدیکی دهانه شیپور استاش و در ناحیه حلق بافت لنفاوی تحت عنوان آدنوئید (لوزه سوم) قرار دارد که اندازه آن در دوران کودکی بزرگتر است و با افزایش سن کوچکتر می شود.

علل انسداد دهانه شیپور استاش

عوامل مختلفی می تواند باعث ایجاد انسداد دهانه شیپور استاش و در نهایت اختلال عملکرد آن که همان تهویه هوای گوش میانی است شود که عبارتند از عفونتهای دستگاه تنفس فوقانی، آلرژی، سینوزیت، شکاف کام والتهاب لوزه سوم.

التهاب و بزرگی لوزه سوم یکی از شایعترین علل انسداد دهانه شیپور استاش می باشد چرا که در عده ای از کودکان این بافت لنفاوی با گذشت زمان کوچک نمی شود و همچنان بزرگ باقی می ماند که با کوچکترین عفونت و التهاب می تواند باعث انسداد دهانه شیپور استاش و روند ایجاد اوتیت سروز و التهاب گوش میانی شود. این کودکان علایمی از قبیل خر خر شبانه، تنفس از راه دهان، سرماخودرگی مکرر دارند. (علائم بزرگی لوزه سوم)

روند ایجاد اوتیت سروز

انسداد دهانه شیپور استاش باعث عدم تهویه هوای گوش میانی می شود و باعث می شود که هوا در گوش میانی راکد بماند. این هوای راکد توسط سلولهای گوش میانی جذب می شود و باعث ایجاد خلاء و فشار منفی در گوش میانی می شود.

در نتیجه پرده گوش به سمت داخل کشیده می شود که این، مرحله ابتدای ابتلا به اوتیت سروز می باشد که درد در ناحیه گوش همراه است. باقی ماندن این فشار منفی در صورت عدم درمان دارویی به موقع باعث می شود که از عروق خونی موجود در این قسمت مایع شفافی ترشح شود (مایع سروز) و فضای پشت پرده گوش را پر کند که به این وضعیت اوتیت سروز گفته می شود در این حالت کم شنوایی خفیف تا ملایمی برای افراد ایجاد می شود.

چگونگی تشخیص و درمان

تشخیص به موقع این وضعیت توسط شنوایی شناس و درمان دارویی توسط متخصص گوش و حلق وبینی می تواند انسداد و التهاب موجود در ناحیه حلق را از بین ببرد و در نتیجه مایع ترشح شده جذب شود در غیر این صورت با ادامه این وضعیت مایع سروز توسط موکوس موجود در گوش میانی جذب می شود و ترشحات غلیظ تر و چسبناکتر می شوند که در نهایت باعث ایجاد اوتیت چسبنده و کم شنوایی خفیف تا ملایم دایمی می شود که در این حالت درمان دارویی دیگر تاثیری نخواهد داشت.

بنابراین توجه والدین نسبت به وضعیت شنوایی کودکان و حساسیت آنها نسبت به علایم بزرگی لوزه سوم باعث می شود که مشکل در همان مراحل ابتدایی کشف شود و با اقدام درمانی سریع از بروز عوارض بعدی جلوگیری به عمل آید.

زرین تاج منظری -کارشناس شنوایی سنجی

منابع: Essential of Audiology

بیماریهای گوش دکتر مروستی

طالع بینی

◆ فروردین

با اطرافیان و محیط اطرافتان هماهنگی زیادی دارید. کمی هم هیجان زده هستید زیرا اکنون می توانید ایده های جدید خلق کنید.

حتی مشاجره ها و اختلافات اخیر به خاطر مادیات هم نمی تواند شما را از خلق این ایده ها باز دارد.

◆ اردیبهشت

امروز به کارهای روزمره سرگرم هستید اما امشب سرگرمی خوبی دارید. احتمالاً می خواهید آرامش داشته باشید اما تلقن مرتباً زنگ می زند زیرا دیگران می خواهند در مشایعت شما باشند، ترجیح می دهید با افرادی که دورتر از شما هستند در ارتباط باشید.

◆ خرداد

اگر دیروز به ستارگان گوش کرده بودید درسی می گرفتید که امروز به دردتان می خورد.

اگر به غرغرها و بدخلقی های تان ادامه دهید هیچ کس خبر خوبی به شما نمی دهد. پس بستگی به خودتان دارد.

◆ تیر

گرچه که غرور خاص خود را دارید، می دانید چه موقع کوتاه آمده و عذرخواهی کنید.

پس اگر فکر می کنید دیروز زیاده روی کرده اید و یا بیش از آن چه لازم بوده سخن گفته اید، از گفتن ببخشید احساس رضایت خواهید کرد. دوستانتان همراهان خوبی برای شما خواهند بود.

اگر همگی برای هدفی مشترک با هم کار کنید، بسیار لذت خواهید برد.

◆ مرداد

شخصی حرف های خوبی برای گفتن دارد البته اگر شما به آنها توجه کنید. البته شاید با تمام حرف های آن موافق نباشید اما در هر صورت حرف های پخته و بسیار منطقی می زنند که شما از صمیم قلب به آن علاقه دارید. شاید با تجربه تر و مسن تر از شما باشند.

◆ شهریور

امروز شما مانند یک ساعت کار می کنید. امروز احساس آرامش و کنترل در خود می کنید و نتایج کارهایی که می کنید بهتر از آن است که تصورش را داشته باشید.

در برخی از موارد، افکاری راجع به اهداف طولانی مدت تان برای آینده خواهید داشت واین که چگونه باید از پس این موارد مالی بربیایید.

سعی کنید راجع به کسانی که فکر می کنید در آینده به شما کمک خواهند کرد با عقیده ای خوب کاری عالی انجام دهید وسعی کنید طوری رفتار کنید که آنها احساس کنند در زندگی شما شریک هستند.

◆ مهر

هر چیزی را که می خواهید می توانید به دست آورید. اگرهم چیزی هست که نمی توانید آن را به دست آورید با تلاش بیشتر حتماً میسر می شود.

سعی کنید تعطیلات سرگرم باشید زیرا این کار دوباره شما را جوان می کند.

◆ آبان

گرچه از همیشه روشنفکرتر هستید ولی زمان هایی پیش خواهد آمد که با خود کلنجار می روید که افکار کلیشه ای خود را به کنار بگذارید.

امروز قبل از این که قضاوت عجولانه ای در مورد موقعیت خاصی بکنید، سعی کنید که از یک نقطه نظر جدید به آن موقعیت نگاه کنید. اگر موفق به این کار شوید به درک بهتری در ارتباط، با دیگران دست می یابید. پس دلیل خاصی نباید باشد که چرا اینکار را نکنید.

◆ آذر

هیچ وقت تملق وچاپلوسی نظر شما را به خود جلب نمی کند اما امروز یک نفر سعی دارد با دلربایی و تملق این کار را انجام دهد. در آخر متوجه خواهید شد که بر خلاف تصور شما این رابطه، عشق واقعی نیست و تنها شهوت است.

از آنجایی که این موضوع کاملاً اتفاقی پیش می آید مراقب کارهایتان باشید.

◆ دی

امروز واقعاً از زندگی اجتماعی خودتان لذت می برید. به خصوص با دوستانی که برایتان آرامش زیادی ایجاد می کنند. اگر مجرد هستید با یک نفر که تاکنون دوست بوده اید جفت می شوید.

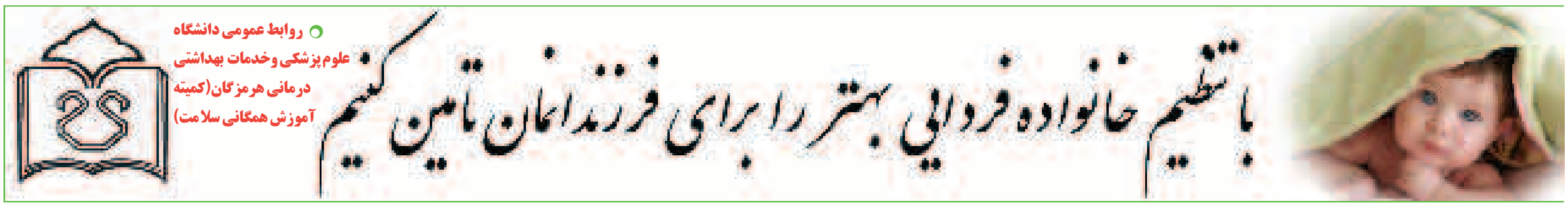
اگر امروز بیرون می روید سعی کنید امروز را به یک واقعه خاص اجتماعی تبدیل کنید چون امروز از نظر ذهنی بسیار هیجان زده هستید.

◆ بهمن

عجله خیلی زیاد می تواند فشار خون شما را بالا ببرد.

می دانم هزار و یک چیز در مغزتان دارید و سلولهای خاکستری مغزتان سعی می کنند عقب نیافتند.

اما از آن استفاده زیادی نخواهد شد اگر بخواهید بخاطر یک حادثه احمقانه برنامه هایتان را با هم تعطیل کنید.

◆ اسفند

اگر می خواهید به سرعت به هدفی دست یابید، راه های زیادی برای انتخاب دارید. البته تعداد انتخابات نیز باعث سردرگمی شما می شود. سعی کنید یکی را انتخاب کنید و می بینید که از همه جهات موفق هستید.