

سخت بانو سلام کتاب

همیشه به این فکر بودم که چرا درصد آمار مطالعه در کشورمان تا این حد پایین است و چطور می توان مردم را با کتاب آشتی داد تا ما هم مانند کشورهای توسعه یافته آمار بالایی از مطالعه را به خود اختصاص دهیم ابتدا از خود شروع کردم و هم زمان سعی خود را می کردم تا دیگران را تشویق به این کار کنم اما بی فایده بود تا اینکه با دوستان شورای کتاب کودک- تهران آشنا شدم و دریافتم که از کودکی باید عشق به مطالعه را ایجاد کرد این کار برای من که یک سالی بود کار با کودکان پیش دبستان را آغاز کرده بودم بهترین موقعیت را فراهم کرد و هم زمان با پیشنهاد یکی از دوستان فعال در امور فرهنگی و اجتماعی تهران جهت راه اندازی یک کتابخانه تخصصی زنان در شهر اوز تصمیم گرفتیم که به پیشنهاد دوستان کتابخانه تخصصی زنان را که اولین کتابخانه در استان فارس بود را راه اندازی کنیم که به لطف خدا موفق شدیم.

خیرین و نیکوکاران شهرمان نیز مثل همیشه کمک های بی شائبه خود را از ما دریغ نکردند. کتابخانه بانوی عصر اوز در تیر ماه ۱۳۸۴ راه اندازی شد. جهت آموزش کتابداران از کارشناسان شورای کتاب کودک برای برگزاری کارگاههای آموزشی دعوت به عمل آمد. حدود ۳۰ نفر از بانوان عضو کمیته بانو در کارگاه های آموزشی شرکت نموده و پس از یک هفته آموزش کتابها را با سیستم دهندهی دیوپی در قفسه ها چیدیم. خوشبختانه قدم اول تاسیس کتابخانه و در کنار آن تشکیل کتابداران سیار محلی و روستایی و همچنین برگزاری هفته های مطالعاتی در محل کتابخانه بانو با موفقیت برداشته شد و کتابخانه بانو با ۳۰۰۰ جلد کتاب و ۴۰۰ عضو هم اکنون فعال می باشد.

در هفته های مطالعاتی بود که با مشاهده مادرانی که همراه با کودکانشان به کتابخانه می آمدند ضرورت تاسیس کتابخانه کودک و نوجوان در کنار کتابخانه بانو احساس کردیم؛ بنابراین طی مشورت با دوستان کمیته و کتابخانه و باز هم با حمایت های خیرین و مخصوصا رابزنی و حمایت های مادی معنوی یار همیشگیمان فوزیه خضری این مهم تحقق یافت و کتابخانه کودک و نوجوان نیز با ۵۰۰ کتاب و ۷۶۰ عضو کودک هم اکنون فعال می باشد. کتابخانه به منظور تشویق خانواده ها به مطالعه تصمیم گرفت طرح پروژه سلام کتاب را به اجرا در آورد بدین منظور با کمک الهام خضری (کارشناس دیزاینر) طرح ساک ریخته شد و هزینه تهیه آن نیز یکی از خیرین خوب شهرمان آقای ایوب حسینی تقبل کرد. ساک تهیه شد و داخل هر ساک ۲کتاب یکی جهت مادر و برای کودک همراه با یک بسته مداد رنگی و یک کلاه لبه دار قرار داده شد. این پروژه از ۲۴ آبان ماه ۱۳۸۸ به مدت یک هفته به اجرا در آمد.

کتابخانه بانو در هفته کتابخوانی با برگزاری راهپیمایی برای بانوان شهر، برگزاری جشن کتاب در دانشگاه آزاد اسلامی مرکز اوز و اجرای پروژه سلام کتاب۱ این هفته را گرمی داشته و ۷۰۰ خانواده را در بخش اوز بدون گرفتن حق عضویت عضو کتابخانه کودک و نوجوان کرد. میزان استقبال از پروژه ای سلام کتاب و کتابخوانی بسیار عالی و چشم گیر بود و علاوه بر کتابداران، اعضای کمیته بانو که حدودا ۳۰ نفر می باشند و تعدادی از اعضای فعال کتابخانه مشارکت داشتند و همچنین مدیران و نوجوانان مهدهای کودک و آمادگی همراه با کودکان به کتابخانه کودک و نوجوان آمده و کتابداران بدون گرفتن حق عضویت آنان از عضو کتابخانه نمودند. سپس به همه آنها یک ساک با محتویات داخلش هدیه شد هر چند که محل اجرای پروژه در کتابخانه بانو و کودک و نوجوان عصر اوز بود ولی کتابداران سیار روستایی جهت عضو نمودن کودکان ۳تا۳ سال به روستاهای کهنه، گلار، هود، فیوشور، اسلام آباد، کوره، لاغران و آزد رفته تا کودکان آنها نیز در این طرح بزرگ سلام کتاب ۱سهیم باشند.

کتابخانه بانوی عصر اوز با کتابخانه عمومی شهر که در سال ۱۳۴۶ تاسیس و تا کنون یکی از مراکز فعال فرهنگی شهر می باشد نیز از ترننگ تنگانتگ داشته و مسئولین ۲ مرکز به تبادل اطلاعات و رایزنی در خصوص انتخاب کتاب ها و کتاب های موجود در ۲ مرکز می پردازند. پروژه سلام کتاب ۱ به کتابخانه عمومی شهر و همچنین به یکی از کودکانستان های محروم بندرعباس نیز برده شد. کتابخانه بانو و کودک و نوجوان عصر اوز در نظر دارد به مناسبت روز جهانی کتاب کودک پروژه سلام کتاب ۲ که مختص کودکان سنین ۱۱ تا ۱۱ سال می باشد نیز در فروردین ماه ۱۳۸۹ به همت دوستان و همکاران کتابخانه و کمیته بانو و خیرین و نیکوکاران شهرمان به اجرا در آرد. همان طور که در پروژه سلام کتاب ۱ سعی کردیم کتاب هایی انتخاب کنیم که پیام های تربیتی، آموزشی و راهکارهای تربیتی داشته باشند مطمئنا در پروژه سلام کتاب ۲ نیز به این موارد توجه خواهد شد.

در پایان از همه ی کسانی که چه در داخل و چه در خارج کشور ما را در اجرای این پروژه حمایت کردند تشکر و قدر دانی ویژه به عمل می آوریم از حامیان همیشگی کتابخانه بانو و کودک ونوجوان عصر اوز، آقایان: ناصر اسفندیار، محمذ قبیعی، احمد خضریان و عبدالرحمن خضری و خانم ها: فوزیه خضری، خدیجه طاهر پیرزاد، پوران نجم الدینی، فریده خضریان و عایشه قبیعی پور سیاستگزاریم و تشکر ویژه از حاج عبدالعزیز خضری که همیشه مشوق و حامی ما در کارهای فرهنگی و اجتماعی شهر بوده اند. *دبیر کمیته و اعضای کتابخانه بانوی عصر اوز

کتابخانه بانو

مشق شب را شیرین کنیم

کتاب «مشق شب را شیرین کنیم» نوشته: کارولا انگلر، ترجمه: سیدیه خلیلی، با جلد سلفون رنگی و دارای ۱۷۶ صفحه انتشار از سوی نشر پیدایش تهران، کتابی است که به رشته تحریر در آمده است.

پدر و مادر وقتی کودکان مشق شب را بی دقت انجام می دهد یا نمره های بد می گیرد، احساس مسئولیت و گناه می کنند. در چنین مواقعی، ما پدر و مادرها گمان می

کنیم که خودمان کوتاهی کرده ایم، وقت کمی گذاشته ایم و مشکلات زیادی داریم و با وجود این صحنه بعد از با درک و فهم با کودکان رفتار نکرده ایم، بنابراین؛ در همه جای دنیا سعی می کنند با کلام خوش با کودکان صحبت کنند و به جایزه و جریمه، معلم خصوصی یا حتی مشورت با روانشناس متوسل می شوند که از یک «پسرک بی خیال تنبل» یا « دخترک سلخته» بالاخره بیکنند دانش آموز تا حدی موفق سازند، با وجود این صحنه بعد از ظهرها، هنگام انجام تکالیف خانه و یادگیری، بیشتر وقت ها به جیغ، داد، عصبانیت و ریختن اشک تبدیل می شود.

این کتاب به شما کمک می کند که مشق شب را برای کودک و آموزش شوق های سریع یادگیری و آن چه کودکان را باهوش تر می کند راهنمایی کند.

این کتاب در کتابخانه بانوی عصاروز برای علاقمندان موجود می باشد.

سایه و روشن های زندگی

فاطمه رضایی

کاش می شد فقط از خوشی های انسان ها نوشت. آنجایی که لیخند کودکی تو را به آرامش می رساند یا آنجایی که زمزمه های عاشقانه دو دل‌داده لیخند را بر روی لب هایت می آورد یا آنجایی که انسان تشنه به آب پر محبت چشمان منتظر مانده‌ی تولد کودکی همچون جویباری پشت درهای بسته تو را به هیجان می آورد.

و کاش می شد غم انسان های درد کشیده را در پستوی خانه ها زندانی کرد تا هیچ گاه نبینیم چشمان به اشک نشسته‌ی هیچ انسانی را؛ اما آنجایی که خداوند سرشت انسان را می آفرید، غم و شادی را با هم آفرید و اشک را مرمهی قرار داد تا با فرو ریختن آن آتش دل دردمندی را خاموش کند.

سرگذشت این شماره ما قصه‌ی دل دردمند زنی است که قربانی تقدیر شده و اکنون محکوم به اجرای حکم آن از سوی همسرش می باشد. حکمی که چه بی رحمانه در حشش به اجرا گذاشته شده است.

و او می گوید:

در خانواده ای با صفا چشم به جهان گشودم؛ خانواده ای که سرشار از مهر و عطفوت پدر و مادر بود. پدرم با کارگری و مادر مهربانم با قناعت و توکل به خدا فرزندان خود را بزرگ می کردند. در چنان خانواده ای رشد کردم و کم کم بزرگ شدم تازه از مرز نوجوانی گذشته بودم که عشق پسر همسایه مرا اسیر خود کرد. عشق با تمام تب و تاب و هیجانات خود چنان مرا درگیر کرده بود که مخالفت های خانواده ام را نمی دیدم. آنها وقتی از راز عشق ما باخبر شدند بنای مخالفت را گذاشتند. چنان شیفته او شده بودم که به حرف آنها اهمیتی نمی دادم. با تمام مخالفت های آنها اما من دیوانه در سودای عشق او می سوختم. کشکش ها، سختگیری ها و رو در روی هم قرار گرفتن ها و حرمت ها را شگفتن هیچ نتوانست کمی از علاقه ام به او کم کند. مادر عاصی و پدر نگران؛ اما حرف من یکی بود، یا او یا هیچکس. پس زمانی که قصه عشق ما داشت از برده برون می افتاد پدر و مادرم رضایت دادند. اما نگرانی را می توانستی در چشم های نگرانشان ببینی.

مراسم خواستگاری و عقدکنان را در یک حالت خواب و بیداری که از شوق رسیدن به یار به من دست داده بود را پشت سر گذاشتم. یک سال گذشت، عروسی کردیم و برای زندگی به خانه مادر شوهر رفتیم. آنجا سختی های خود را داشت. حرف ها، کنایه ها، قهر و آشتی ها و هر چه بود گذشت. تا این که به خاطر آمدن عروس جدید باید از آنجا می رفتیم. پس خانه ای را اجاره و به آنجا نقل مکان کردیم. خانه ای که هر چند کوچک بود اما دل های ما که از گرمای عشق لبریز بود باعث می شد آنجا را همچون قصری رؤیایی ببینم. سختی های خانه مادرشوهر مرا به آن باور رسانده بود که آزادی نعمتی است که واقعا انسان قدر آن را نمی داند و من که احساس می کردم از یک زندان خلاص شده ام آن خانه را بهشتی برای خود می دیدم. عشق و محبت و مفای باطن همسرم زندگی را برام شیرین کرده بود. دوستان تنگ اما دل‌هایمان به هم نزدیک بود، چنان همدل بودیم که یک نوع تله پاتی را با هم برقرار کرده بودیم. یعنی اگر من در خانه هوس خوراکی یا چیزی می کردم یک ساعت نشده آن را در دستان همسر می‌دیدم که برایم خریده بود.

قناعت را از مادر و صبوری را از پدر به ارث برده بودم. پس در کنار خرجی خانه سعی می کردم پس انداز می داشته باشم. اولین فرزندم که به دنیا آمد زندگیام کامل، او شادی و نشاط را با خود به همراه آورده بود. اکنون همسرم تلاش خود را برای رفاه ما بیشتر کرده بود. چند بار از خانه ای به خانه ای دیگر اسباب کشی کردیم تا این که به لطف خدا و تلاش همسرم زمینی خریدم و کار ساختمانی را شروع کردم. خانه کم کم و با فاصله زمانی زیادی ساخته می شد. پولی که در طی این سال ها پس انداز کرده بودیم ته کشید و نتوانستیم خانه را تمام کنیم. اما می شد در آن زندگی کرد، پس به آنجا اسباب کشی کردیم.

لیخند شادی را که بر لب های همسر و فرزندان می دیدم دلم را خنکای محبتی فرا می گرفت. اکنون کانون عشق و محبتم پر رونق و گرمای وجود فرزندان و همسرم آن را تکمیل می کرد. فرزندانمی که در طی چند سال گذشته صاحب آن شده بودیم. فرزندان سالم و پرخرجتی که به دانشنتش خدا را شکر می کردیم. آخرین فرزندم را حامله بودم که ورق برگشت.

بعضی گره خورده ادامه صحبت را از او می‌گیرد. شاید غم انگیزترین لحظات لحظه ای است که باید شنونده غم های یک زن باشی. آنجایی که دیگر زبان باری نمی‌کند تا غم سنگینی که بر دل مانده را بیان کند. آنجاست که اشک از دل می جوشد و آه از سینه برمی‌خیزد. قطره اشکی که راه خود را گم کرده بود را با سر انگشتانش پاک کرده و ادامه می‌دهی.

تا این که سرنوشت آن روی خود را نشان داد. روزی نزدیکی های ظهر تلفن به صدا در آمد. دلم گواهی بدی می داد. یک تریس، یک شک، یک نگرانی بود که به قلبم سرازیر شد. آنجایی که علم در آن می ماند. شاید آن حس ششم زائنه باشد که خبر از فاجعه ای می دهد. گوشی را برداشتم. صدای زنی مرا به خود آورد. سلام و احوالپرسی کرد و گفت: فلانی می خواهم حرفی به تو بزنم امیدوارم ناراحت نشوی. گفتم: بفرمایید. گفت: بیشتر مواظب شوهرت باش. گفتم چرا مگه چی شده؟ گفت: می دانی تو هم مثل دختر خودم هستی، اگر هم برای زن است و هم برای مرد. نمی‌خواهم خدای نکرده زندگی ات از هم بپاشد و چون تو را می‌شناختم گفتم بهتره تو را در جریان بگذارم. مدتی می شه همسرت را در این محل می بینم که به خانه زنی رفت و آمد می‌کند که خوشنام نیست. گفتم: ولی من از دو تا چشمانم هم بیشتر به شوهرم اعتماد دارم. گفت: بله. اگر تو به همسرت اعتماد داری به آن زن اعتمادی نیستی. او همسرت را از تو می‌گیرد. پس بیشتر مواظبش باش. بعضی گره خورده در گلویم نمی‌گذاشت حرف بزنم. از زن ادامه داد. اگر حرفم را باور نداری می توانی همین الان بایی اینجا و با چشمان خودت ببینی. او هنوز هم در خانه آن زن است. بعد آدرس داد و خداحافظی کرد و گوشی را گذاشت. اما من با چنان حال و روزی درمانده شده بودم که حال خودم را نمی‌فهمیدم. یعنی مرد زندگیم داشت به من خیانت می‌کرد؟! یعنی این بود عشقی که از آن دم می‌زد؟! خدایا چکار کنم. در یک حالت سردرگمی و اضطراب دست و پا می‌زدم. فکر از کار افتاده بود؛ ولی در یک لحظه جرقه ای در مغزم روشن شد باید خودم می‌رتم و با چشمان خودم می‌دیدم تا باور کنم.

سرع چادری به سر کرده و حرکت کردم. آنجایی که شک و تردید راه خود را باز می‌کند و به قلب هجوم می‌آورد، اعتماد از دست دیگر خارج می‌شود. در طول راه خدا خدا می‌کردم که این یک شوخی زائنه باشد یا یک سرکاری باشد یا شاید کسی از روی دشمنی این بازی را با من شروع کرده بود. نمی‌دانم راه آمده را چگونه پشت سر گذاشته بودم. در یک بحران روحی دست و پا می‌زدم. آنجا که رسیدم آه از نهادم برخاست. مومنونش را در آن گویچه و جلوی خانه آن زن دیدم؛ اما باز هم به خودم امید می‌دادم که این دلیل نمی‌شود که حتما او هم اینجا باشد. باید منتظر می‌ماندم تا با چشمان خود به یقین برسم. پس در یک دیوار خنثی ای خود را پنهان کردم.

مدتی گذشت. نایبه‌هایی که با سختی می‌گذشت. از یک طرف دین همسرم و از طرف دیگر دیده شدن خود توسط اشخاصی آن کوچک و زیر سوال رفتن خودم بود که مرا از پا می‌انداخت. تا این که درب آن خانه باز و همسرم از آنجا خارج شد.

چشمانم سیاه رفت و دست و پاهایم می لرزید. در یک شوک

بانو

سایه شوم



عصبی به سر می‌پردم. به دیوار تکیه دادم تا از افتادمم جلوگیری کنم. خدایا! کاش عمرم به سر آمده بود و این روز را نمی‌دیدم. در یک حالت مالیولیایی دست و پا می‌زدم. او از آنجا رفت و من ماندم و یک دنیا غصه به سنگینی کوه. به هر سختی که بود خود را به خانه رساندم. شک و بدبینی بدجوری جای اعتماد را در قلبم گرفته بود. ظهر شد، همسرم مثل هر روز به خانه آمد. نهار خورد و به استراحت پرداخت؛ اما من از درون می‌سوختم و خون خونم را می‌خورد. یعنی او سچوگنه می‌توانست این قدر خوشترسد و بی تفاوت نقش خود را بازی کند؟!

به پنهانه سردرد خودم را در اتاق دیگری حبس کردم و به فکر و خیالم میدان دادم؛ یعنی آنها تا کجایش رفته اند که وسط روز کار خود را ول کرده بود و به آنجا می‌رفتند. باید کاری می‌کردم؛ اما فکرم کار نمی‌کرد. چند روزی با دلپره و اضطراب گذشت. لحظه‌هایی که برایم یک قرن گذشته بود تا این که یک روز تصمیم خودم را گرفتم. به نظر خودم بهترین راه را انتخاب کرده بودم. گوشی را برداشتم و شماره آن زن را گرفتم. خودش گوشی را برداشت. خودم را معرفی کردم. بعد از سلام و احوالپرسی با کمی مقدمه چینی گفتم: فلانی، می‌خواهم موضوعی را به تو بگویم. امیدوارم از من ناراحت نشوی و از این موضوع به کسی چیزی نگویی. گفت: بفرمایید. گفتم: مدتی که همسرم به خانه شما رفت و آمد می‌کند که این موضوع دارد فکرهای غلطی را برای شما ایجاد می‌کند که باید از آن جلوگیری کنید. مدتی که همسرم به خانه شما رفت و آمد می‌کند که این موضوع قطع کنید.

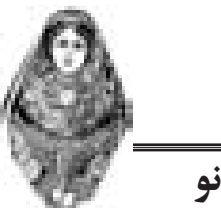
زن اما چنان با سردی با من رفتار کرد که وا رفتم. گفتم: من که از او نخواستم به اینجا بیاید؛ اگر راست می‌گویی چرا خودت به او نمی‌گویی. در ضمن او با برادر من دوست است، پس به خاطر من به این جا نمی‌آید و گوشی را قطع کرد. یک لحظه به حرف های خودم شک کردم. نکته خدای نکرده از روی بی‌فکری قضاوت نادرست کردم و تنهایی به قاضی رفته‌ام. تا چند روز آینده عذاب وجدان همراه با یک نگرانی و دلشوره مرا از پای می‌انداخت. هر آن نظرم وقوع حادثه ای بودم که کم کم آثار دلشوره ام نمایان می‌شد. رفتار شوهرم به کلی تغییر کرده بود. جنگ و دعواها، کشمکش ها، جر و بحث ها، توهین‌ها همه و همه داشت مرا بیچاره می‌کرد و چنان عرصه را بر من تنگ کرده بود که نمی‌توانستم نفس بکشم. بعد از مدتی فهمیدم که از کجا رو دست خورده‌ام. تمام حرف هایی که به آن زن زده بودم او همه را به شوهرم گفته بود. و همسرم در پس دندان های کلید شده همراه با فریاد خشمناکش حرف هایی که به آن زن زده بودم به من برمی‌گرداند.

آه خدایا! چه روزهای سختی را سپاست سر گذاشتم. نایبه تائیه های آن زجر کشیدم و سوختم اما رسیده شوم آن زن همچون بختک بر روی زندگی افتاده بود هر چه دست و پا می‌زدم به بن بست می‌خوردم. از در خواش، التماس، محبت و عذر درآدمد؛ اما در دل سنگ همسرم اثری نداشت، دلی که برای رسیدن به من خود را به آب و آتش زده بود. دلی که دیوانه‌وار ما را دوست داشت و برای ما می‌تپید، اما او دیگر مرا نمی‌خواست و این سخت ترین لحظات برای یک زن عاشق بود. زنی که به خاطر عشقتن از خانواده اش گذشت تا ثابت کند که بی‌عشق نمی‌تواند زندگی کند؛ اما خدایا من اکنون بی‌عشق او دارم زندگی می‌کنم. زندگی که چه با سردی همچون زمستان بی‌انتهای می‌گذرد. زمستانی که قلب یخ زده ام گرمای محبت همسرم در آن رو به خاموشی و شیرینی زندگی ام رو به تلخی نهاده. جنگ و دعواهای ما تا مرز طلاق پیش رفت؛ اما بزرگان فامیل او را منصرف کردند ولی دیوار سکوتی ما بین ما کشیده شد. او همچون سایه ای می‌آید و بی‌اصلا چند روز به خانه نمی‌آید.

جینی که در بطن خود داشتم شاهد بی‌قراری‌هایم در دل سیاهی شب بود. آنجایی که مرد خانواده از کار روزانه برای رسیدن به همسرش با عجله خود را به خانه می‌رساند تا با دیدن هم به آرامش بنشیند؛ اما دیگر برای من خبری از مرد زندگی ام نبود. ماه‌های آخر بارداری ام چه با سختی پشت سر گذاشتم. لحظه تولد فرزندم، پدر را بر پایین خود ندید تا با دست های پر مهرش ورودش را به این دنیای خاکی خوش آمد بگوید و قربان صدقه اش برود. فرزندی که هم اکنون بزرگ بوده که حال خودم را نمی‌فهمیدم. پدر دست به دامان من و خواهرانش می‌شود. ماما! چرا بابا به خانه نمی‌آید؟! چرا نهار و شام را با ما نمی‌خورد؟! چرا مثل بچه های دیگه مرا به پارک نمی‌برد. مگه بابا با من قهر کرده؟ من که بچه خوبی بودم!! چه می‌توانستم بگویم. آه که در دل باید خون گریه کنم. نفرین بر تو ای زن. ببین چگونه فرزندی را در آرزوی دیدن پدر گریان کرده ای.

او پدرش را درست نمی‌بیند، یعنی همسرم شب‌هایی که به خانه می‌آید زمانی است که همه خوابیده‌اند و صبح‌ها قبل از این که از خواب بلند شوند از خانه خوش می‌شود. خرجی خانه را در حد نیاز خورد و خوراک به ما می‌دهد که این خرجی جوابگوی نیازهای فرزندانم نیست. آنها همه بزرگ شده‌اند و محصل. پس خودم دست به کار شده‌ام تا بتوانم با خیاطی کمکی به تحصیل بچه‌هایم کرده باشم.

سکوت و بی‌تفاوتی های همسرم بدجوری مرا از پای انداخته. دیگر هیچ تضمینی بر این زندگی نیست. اگر یک وقت مرا طلاق بدهد دیگر هیچ امیدی ندارم. نه خانه ای، نه فرزندی و نه خانواده ای و این یعنی مرگ یک زن. زنی که عاشقانه همسر و فرزندانش را می‌پرستید. اکنون محبت و روزهای خوش گذشته یادآور شب‌های تلخ بی‌هم‌زمانی و بی‌همدلی و تنهایی زنی است که به خاطر نجات زندگی اش دارد تاوان سنگینی می‌پردازد. تاوانی که یک محکوم به ادامه زندگی به خاطر فرزندانش باید در خانه مردی باشد که با سکوت و بی‌اعتنایی خودش بدترین شکنجه‌های روحی را در حق او می‌کند.



روانشناسی ماه

قصد داریم از این شماره به بعد نکاتی درباره ارتباط موفق ارائه دهیم که امیدواریم مورد توجه و استقبال شما قرار گیرد.

نکته ۱: **از فن راستگویی استفاده کنید:**

خیلی ساده است. در میان حرف هایتان به طرف مقابل چیزی را به عنوان راز بگویید تا بین خودتان باشد. می‌دانیم که انسان‌ها رازهای خود را تنها به کسانی می‌گویند که با آنها راحت و نزدیک باشند. پس شما با این فن حس نزدیکی را در طرف مقابل القا می‌کنید.

سوال: اینطور که ما باید همه رازهایمان را به همه بگوییم آیا عاقلانه است؟

قرار نیست شما رازهای درجه اولتان را به او بگویید. شما می‌توانید یک موضوع کم اهمیت را با جملات زیر همراه کنید:

بین خودمون بمونه...

اینو فقط به شما می‌گم... مثلا: بین خودمون باشه من قراره هفته دیگه برم مسافرت. من به بار به درسی رو افتادم ولی به کسی نگي. بین خودمون بمونه من قصد ازدواج دارم.

با این کلک ساده شما نشان می‌دهید که چقدر به طرف مقابلتان اعتماد دارید.

نکته ۲: **نام افراد را به خاطر بسپارید:**

چرا این موضوع خیلی مهم است؟

۱ - افراد به نامشان علاقه دارند و خوب است نام آنها را به خاطر بسپارید و به کار ببرید. مثلا، به جای اینکه بگویید میای بریم بیرون بهتر است بگوییم: امین! میای بریم بیرون؟

۲ - ما معمولا در دو صورت نام یک شخص را به خاطر می‌سپاریم: یکی مواقعی که مدت زیادی از آشناییمان بگذرد و زیاد نام او به گوش ما خورده باشد. و دیگر موقعی که آن فرد برای ما دارای اهمیت است. پس وقتی ما در برخورد دوم نام شخصی را به خاطر داریم نشان می‌دهیم که او برایمان مهم بوده است و علاقه او را به سمت خود جلی می‌کنیم.

راه حل: ممکن است با اشخاص زیادی سر و کار داشته باشیم و یا حافظه خیلی قوی ای نداشته باشیم. برای این که بتوانیم نام افراد را به‌خاطر داشته باشیم می‌توانیم در گوشی مان یا در یک دفترچه نام‌ها و مشخصات افراد مختلف را یادداشت کنیم و پس از مدتی به آن مراجعه کنیم.

۳ - نام یک ابزار ضروری در ارتباط است، اگر نام کسی را بدانیم او را حتی از راه دور صدا بزنیم، در یک جمع بندی چند نفره او را خطاب قرار دهیم و...

مثلا اگر بغواهم برای احترام اول به او سلام کنیم می‌توانیم صدا بزنیم: سلام آقای امان! هر چقدر که نام‌های بیشتری را بلد باشیم در جریان ارتباط با او و امتیاز بیشتری در اختیار داریم.

هدی بهرام پور و امین بهرامزئ- انیمن (روانشناس) فصل نو

دروغگویی

علت دروغگویی کودکان چیست و شیوه حل این مشکل از سوی والدین کدام است؟

در میان کودکان کم سن و سال تر دروغگویی معنایی مشابه آنچه بزرگ ترها می‌شناسند ندارد بلکه بیشتر جنبه خیالیابی دارد. بنابراین قصد آنها هرگز فریب دادن دیگران نیست اما عمده ترین دلیل دروغ گفتن از سوی کودکان در سنین بالاتر، فشار بزرگ ترها به آنان برای گفتن جزئیات دقیق یک ماجراست. این تحت فشار قرار دادن، کودکان را وادار به گفتن دروغ می‌کند و از اینجا کودکان دروغگویی را یاد می‌گیرند. پس او برای گریز از تنبیه شدن و مجازات دروغ تحویل می‌دهد.

در حقیقت ریشه اغلب دروغها به دلیل احساس نا امنی و وحشت از مجازات و تنبیه است. اغلب والدین به خوبی درباره عمل ناشایست کودک توضیح می‌خواهند که باعث دروغگویی او می‌شود. کودکی در آشنیزخانه در حالیکه شیشه مربا را شکسته و روی زمین در اطراف او پخش شده، ایستاده است. مادر او به آشنیزخانه می‌دود و می‌پرسد مینا آیا تو از کمد بالا رفتی و شیشه مربا رو انداختی زمین. مینا می‌گوید که «نه» سوال نکنید به جای سوال کردن به صورت جمله خبری به کودک بگویید که چه کاری انجام داده است. بهتر بود مادر مینا می‌گفت: واقعا از دست عصبانی ام چون از کمد بالا رفتی و شیشه مربا را شکستی.

راستگویی را در کودک تقویت کنید برای مثال: شما با کودک ۳ یا ۴ ساله ای وروبر می‌شوید که شیشه مربا را شکسته است کودک مکت کوتاهی می‌کند و به جای این که بگوید من نکردم می‌گوید ببخشید، فورا به او بگویید از راستگویی او بسیار خوشحالیده رفتارش عالی ست. دفتتری برای راستگویی تهیه کنید و اعمال و رفتار خوب کودک از جمله راستگویی او را در آن بنویسید در حضور کودک، بخش‌هایی از یادداشت‌ها را برای افراد دیگر بخوانید.

منیره فرشوزئ- انیمن (روانشناس) فصل نو

راهنمایی و رانندگی

نقش والدین

در الگو سازی فرزندان در عرصه ترافیک

نظر به این که پلیس به تنهایی قادر نخواهد بود فرهنگ ترافیکی

جامعه را تغییر دهد و در جهت نیل به این هدف تمام نهادها و سازمان های دولتی و غیر دولتی دخیل در امر آموزش و ترویج فرهنگ صحیح در جامعه می‌بایست به صورت هدفمند و مداوم نسبت به این امر اهتمام

ورزند و خانواده به عنوان مهمترین و اولین نهاد تربیتی تاثیر بسزایی در الگو سازی و رفتار اجتماعی کودک خواهد داشت.

نقش والدین در آموزش کودکان بسیار اساسی است زیرا هر انسانی با صفات و ویژگی های خاص و بالقوه به دنیا آمده و به مرور تحت تاثیر محیط اجتماعی به جذب و پذیرش صفات دیگر می‌پردازد. خصوصا کودکان تمام رفتارهای کلامی بزرگسالان(والدین) خود را مد نظر قرار داده و مبادرت به آگو سازی می‌نمایند.

پدران و مادران قانونمند با رعایت قوانین و مقررات در عمل به آداب اجتماعی موجود الگوی مناسبی خصوصا در عرصه ترافیک برای فرزندان خود خواهند بود آنها باید کاری کنندکه قبح تخلف از مقررات راهنمایی و رانندگی و مزایای رعایت آنها در ذهن فرزندانشان نقش بسسته و ملکه رفتار آنها گردد در اینجا باید متذکر شد کودکان تا سن ۸ سالگی تمام نمونه رفتارهای ثابت و اصلی بزرگسالان خود را کسب و نسخه ای از آن را محفوظ و یاد داشته و واکنش‌های مختلف اجتماعی از خود به نمایش خواهند گذاشت.

پلیس (راهنمایی و رانندگی شهرستان لارستان