

بتوانند توجه مثبت دریافت کنند که چه بهتر اما اگر نتوانند توجه مثبت دریافت کنند، به دنبال کسب توجه منفی (مثل دعوا شدن) هستند، چون توجه منفی هم بهتر از بی توجهی است.

سبک‌های فرزندپروری چه هستند؟

اگر یک جمله طلایی برای فرزندپروری وجود داشته باشد آن ناکامی بهینه برای هر دوره است. ناکامی بهینه یعنی بچه‌ها تلاش کنند به آن چیزی که متناسب با دوره‌ی رشدی‌شان هست، برسند. باید توجه کنید که چگونه این ناکامی را در کودک ایجاد کنیم. بگذارید اول درباره والدین صحبت کنیم. والدین سخت‌گیر والدینی هستند که رسیدن به آن چه کودک می‌خواهد را خیلی سخت‌گیرانه در نظر می‌گیرند یعنی بچه‌ها احساس موفقیت بهشان دست نمی‌دهند والدین سهل‌گیر والدینی هستند هر چیزی را در اختیار بچه قرار می‌دهند. بی‌توجه هستند چه کودک خوشحال است چه ناراحت از نظرشان اتفاق خاصی نیفتاده است. پیگیر نیستند بچه‌ها احساس می‌کنند بهشان توجه نشده است. والدین طردکننده هم والدین سخت‌گیری هستند که تا به استانداردهای خاص‌شان نرسند بچه را نمی‌پذیرند یا برای کودک شرط قرار می‌دهند. مثلا به شرطی که تکالیف را انجام دهی دوست دارم. مشروط کردن بچه‌ها کار درستی نیست. بچه‌ها باید محبت نامشروط دریافت کنند. قانون گذاشتن قطعا خیلی خوب است. خانواده باید قانون داشته باشند. باید ثابت داشته باشد اما نباید قانون را با شرط اشتباه گرفت. نباید محبت والدین مشروط به انجام کارهای کودک باشد. این خیلی آسیب‌زننده است. بهترین والدین، والدین مقتدر هستند یعنی به اندازه کافی اقتدار دارند، به اندازه کافی محبت دارند و در چارچوب نظم تربیت را پیش می‌برند. ناکامی‌هایی که در دوره برای بچه‌ها لازم است برای آنها در نظر می‌گیرند.

در نهایت فکر می‌کنم بچه‌ها شبیه پدر و مادرهایشان می‌شوند؟

پایگاه قدرت بچه‌ها پدر و پایگاه امنیت‌شان مادر است. بچه‌ها در آینده خیلی شبیه پدر و مادرشان می‌شوند. ممکن است مادر در زمینه مذهب افراطی باشد و بچه هم افراطی می‌شود. برای تربیت کودک بهتر است از خودمان شروع کنیم. رفتارهای اشتباه را در خودمان تصحیح کنیم و حداقل سلامت روان را داشته باشیم. من چقدر انعطاف‌پذیرم؟ چقدر می‌توانم با شرایط وفق پیدا کنم؟ چقدر می‌توانم ناکامی‌هایم را بپذیرم؟ چقدر وقتی شکست می‌خورم می‌توانم شکست‌هایم را جبران کنم و آنها را بپذیرم؟ همه‌ی این‌ها یعنی سلامت روان و سلامت روان مستقیما روی این مسئله تاثیر می‌گذارد که ما چقدر می‌توانیم رفتارمان را کنترل کنیم و در ادامه چگونه رفتار فرزندمان را کنترل می‌کنیم. اشتباهاتش را تصحیح می‌کنیم و مهم‌تر از همه اینکه الگوی مناسبی برای فرزندمان می‌شویم.

بر اینکه از رفتارهای اشتباه والدین الگو برداری می‌کنند مشکلات روانی والدین نظیر افسردگی، اضطراب، پرخاشگری تاثیر عمیقی بر روان کودک باقی می‌گذارد. اگر والدین از نظر روانی سالم باشند، بچه‌هایی سالم‌تر تربیت می‌کنند. اگر والدین تلاش کنند به آن چیزی که متناسب با دوره‌ی رشدی‌شان هست، برسند. باید توجه کنید که چگونه این ناکامی را در کودک ایجاد کنیم. بگذارید اول درباره والدین صحبت کنیم. والدین سخت‌گیر والدینی هستند که رسیدن به آن چه کودک می‌خواهد را خیلی سخت‌گیرانه در نظر می‌گیرند یعنی بچه‌ها احساس موفقیت بهشان دست نمی‌دهند والدین سهل‌گیر والدینی هستند هر چیزی را در اختیار بچه قرار می‌دهند. بی‌توجه هستند چه کودک خوشحال است چه ناراحت از نظرشان اتفاق خاصی نیفتاده است. پیگیر نیستند بچه‌ها احساس می‌کنند بهشان توجه نشده است. والدین طردکننده هم والدین سخت‌گیری هستند که تا به استانداردهای خاص‌شان نرسند بچه را نمی‌پذیرند یا برای کودک شرط قرار می‌دهند. مثلا به شرطی که تکالیف را انجام دهی دوست دارم. مشروط کردن بچه‌ها کار درستی نیست. بچه‌ها باید محبت نامشروط دریافت کنند. قانون گذاشتن قطعا خیلی خوب است. خانواده باید قانون داشته باشند. باید ثابت داشته باشد اما نباید قانون را با شرط اشتباه گرفت. نباید محبت والدین مشروط به انجام کارهای کودک باشد. این خیلی آسیب‌زننده است. بهترین والدین، والدین مقتدر هستند یعنی به اندازه کافی اقتدار دارند، به اندازه کافی محبت دارند و در چارچوب نظم تربیت را پیش می‌برند. ناکامی‌هایی که در دوره برای بچه‌ها لازم است برای آنها در نظر می‌گیرند.

ما در محیطی زندگی می‌کنیم که فحش‌های زیادی در اطرافمان شنیده می‌شود. بچه هم می‌خواهد یا ناخواه این فحش‌ها را می‌شنود. بچه باید بداند چه چیزهایی فحش است و معنی آن چیست. وقتی وارد محیط‌هایی مثل مدرسه، دانشگاه و محیط کار می‌شود اگر این فحش را بداند او نفهمد چیز خوبی نیست پس فهمیدن معنی فحش اساسا مسئله بدی نیست. بچه‌ها باید دفاع کردن از خود را بیاموزند. اینکه ما بخواهیم بچه‌ها را توی چارچوب بگذاریم و پاس‌توریزه بزرگ کنیم که چیزی یاد نگیرند درست نیست.

بچه‌ها قرار است کجا زندگی کنند؟ نوبی جامعه‌ای که همه فحش می‌دهند پس یاد گرفتن مسئله‌ای نیست. باید ببینیم چگونه باید بچه‌ها را کنترل کنند و بدانند کجا باید از استفاده کنند. مثلا وقتی کودک ۴ ساله فحش می‌کند والدین بخندند یا نه اصلا دعواش کنند. یعنی به این رفتار توجه نشان دادند و آن رفتار را تقویت کردند و احتمال تکرارش در آینده بیشتر می‌شود. پس باید وقتی کودک حرف نامناسبی مثل فحش می‌دهد او را نادیده بگیریم. چون در سنی هم نیست که بهش توضیح دهیم که داری حرف زشتی می‌زنی و حرفت چه مفهومی دارد. بچه‌های زیر شش سال خیلی متوجه اخلاقیات نمی‌شوند. بیشتر کارهای‌شان تقلید است. بعد از شش سالگی باید ببینیم انگیزه کودک از این رفتار چیست؟ باید ببینیم آیا کودک دنبال جلب توجه است؟ آیا کودک ذاتا پرخاشگر است؟ آیا کودک تحت استرس قرار گرفته است؟ علت واکنش بروی بزرگ شده (چه فیزیکی و چه کلامی) را پیدا کنیم. بچه‌ها به توجه خیلی نیاز دارند. اگر



عکس: امین ارجمند | پاسارگاد

گفت‌وگو با لاله شریف کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی:

والدین مقتدر، بهترین والدین هستند

داشتن آگاهی در مورد نیازهای بچه‌ها حتی در مورد بچه‌ای که هنوز به دنیا نیامده است به تربیت کودک‌مان کمک می‌کند

اگر والدین از نظر روانی سالم باشند، بچه‌هایی سالم‌تر تربیت می‌کنند

کردن دوباره نترسد و در نهایت آدم چالش‌پذیری شود. سه سالگی تا شش سالگی زمانی است که بچه‌ها خیلی انرژی دارند. سنی است که باید به مهدکودک بروند. باید از محیط خانه جدا شوند و باید با آدم‌های مختلف در ارتباط باشند. تجربیات‌شان باید خیلی زیاد شود. مهم‌ترین موضوع در این سن استفاده از حواس پنج‌گانه است. سعی کنیم در این سن بچه‌ها رنگ‌های زیادی ببینند. از نظر حس لامسه چیزهایی زیادی لمس کنند. صناهای مختلفی را بشنوند. بوهای مختلفی را استشمام کنند. از ارتفاع‌های مختلف به زمین نگاه کنند. همه اینها کمک می‌کند که تجربیات مختلفی برای بچه‌ها بسازیم. بازی کردن خیلی مهم است. به‌ویژه بازی‌هایی که با دست انجام می‌شود. بازی‌هایی که دست‌ورزی را قوی کند تاثیر زیادی روی نورون‌های مغزی دارد و هر چه تعداد اتصالات مغزی بیشتر شود، روی هوش کودک تاثیر می‌گذارد. یعنی تنهاسنی که می‌توانیم روی بالا بردن هوش بچه‌ها تاثیر بگذاریم، سه سالگی تا شش سالگی

به استقلال داریم، نیاز به امنیت، نیاز به دیده شدن و توجه. ولی اینها در بچه‌های حساس‌تر حساس‌تر می‌شود. اگر در زمان مناسب این نیازها را والدین نتوانند برآورده کنند آسیب‌هایی که به بچه‌ها وارد می‌شود، خیلی شدید است. مهم این است که والدین دوره‌های حساس سنی بچه‌ها را بشناسند و این نیازها را برآورده کنند.

تقسیم‌بندی این دوره‌هاز نظر سنی به چه شکلی است؟
تولد تا یک و نیم سالگی مهم‌ترین دوره احساس امنیت است. یعنی بچه‌ای که در این سن امنیت را احساس کند از این مسئله در آینده می‌تواند استفاده کند. احساس ناامنی نسبت به محیط و ترسش کمتر می‌شود. این دوره دوره حساسی است و همیشه بچه‌ها نیاز به امنیت دارند. باید توجه کنید که این سن خیلی بحرانی است. از یک و نیم تا سه سالگی دوره‌ای است که بچه‌ها نیاز به استقلال دارند. این نیاز را بچه‌ها با سیگنال‌هایی نشان می‌دهند. مثلا خیلی از کلمه من استفاده می‌کنند. من اینومی‌خواهم و یا اینکه اگر شما از من چیزی بخواهید جواب منفی می‌دهند. این نشان می‌دهد که می‌خواهند مستقل شوند. می‌خواهند بگویند ما با شما فرق می‌کنیم و موافق شما نیستیم. می‌خواهند این استقلال طلبی را نشان دهند. یا اینکه دوست دارند کارهای شخصی‌شان را خودشان انجام دهند. خودشان غذا بخورند. خودشان لباس بپوشند. والدینی که دوره‌های حساسی رشدی را بدانند انجام این کارها برای بچه‌ها تسهیل می‌کنند. مثلا وقتی کودک می‌خواهد خودش لباس بپوشد لباسی را در اختیار کودک می‌گذارند که پوشیدنش برای کودک آسان باشد. اجازه می‌دهند به بچه‌ها که اشتباه کنند به چالش کشیده شوند و تمرین و تمرین کنند تا بتوانند تجربه و تسلط پیدا کنند. وقتی در یک حوزه تجربه تسلط پیدا کنند می‌دانند که توانایی انجام کارها را در حوزه‌های دیگر هم دارند. این سن برای احساس استقلال پیدا کردن خیلی مهم است. احساس اعتماد به نفس پیدا می‌کنند. به دست آوردن این احساس در این سن سبب می‌شود که فرد در بزرگسالی ریسک‌پذیر شود. از شکست خوردن نترسد. این توانایی را دارد که شکست‌هایش را بپذیرد و از شروع

نجمه محمودآبادی

والدین با مشکلی به نام تربیت صحیح کودک‌مان مواجه هستند و نمی‌دانند در مقابل رفتارهای اشتباه کودک‌شان باید چه برخوردی داشته باشند. این هفته به سراغ لاله شریف کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی رفتیم و درباره تربیت صحیح کودک‌مان با او به گفت‌وگو نشستیم.

والدین برای تربیت صحیح بچه‌های‌شان چه کاری باید انجام دهند؟

فکر می‌کنم الان زمانی رسیده که باید درباره تربیت کودک‌مان علمی‌تر صحبت کنیم. اول باید ببینیم هر بچه‌ای چه نیازهایی دارد. این نیازها را بشناسیم و در موردش آگاهی کسب کنیم. داشتن آگاهی در مورد نیازهای بچه‌ها در هر سنی حتی در مورد بچه‌ای که هنوز به دنیا نیامده است به تربیت کودک‌مان کمک می‌کند. تربیت قبل از به دنیا آمدن بچه شروع می‌شود. از دوهفتگی تشکیل تشکله‌ی لگال صورت گرفته این یعنی تربیت دارد شکل می‌گیرد. چون مادر هر چه را که احساس می‌کند به بچه منتقل می‌کند. اگر احساس شادی می‌کند یک هورمون در بدنش ترشح می‌شود، پس بچه آن هورمون را می‌گیرد و شادی را تجربه می‌کند. اگر مادر احساس نگرانی و استرس دارد باز بچه نگرانی و استرس را تجربه می‌کند. چون مادر از طریق خون بچه را تغذیه می‌کند و بچه آن هورمون‌ها را بیشتر احساس می‌کند. قبل از تولد ما داریم به بچه تجربه می‌دهیم. حالا چقدر تجربیات مثبت باشند و چقدر منفی، چقدر چالش‌برانگیز باشند همه تاثیر گذار است. پس اول باید این را مشخص کنیم منظورمان از تربیت چیست؟

بچه‌هایی که دروغ می‌گویند باید چگونه رفتار کنیم؟

اول باید ببینیم کودک دروغ‌گو در چه سنی قرار دارد. این را باید ببینیم که بچه ۴ ساله دروغ می‌گوید و منظوری ندارد. بچه ۴ ساله چون تخلیخ خیلی قوی است اصلا متوجه دروغ گفتنش نیست و باید اتفاق جلوی دروغ گفتنش را نگریسد و بگذارید قوهی تخلیخ پرورش پیدا کند. پرورش قوه تخلیخ کودک به او کمک می‌کند بهتر فکر کند و ذهنش باز شود. اصلا این تفکر تخلیخ در این سن نیاز است. اگر بچه ۹ ساله دروغ بگوید این یک سیگنال خطرناک است. باید ببینیم چرا بچه دروغ می‌گوید. دلیلش را پیدا کنیم و به رفع مشکل کمک کنیم. در کل باید بدانیم در هر سنی بچه‌ها چه ویژگی‌هایی دارند و چه ویژگی‌هایی باید از آنها بخواهیم و چه چیزهایی باید در آنها تقویت کنیم و چه ویژگی‌هایی باید بی‌خیال شویم که در بچه‌ها تقویت نشود.

دوره‌های حساس رشد چه دوره‌هایی هستند؟

دوره‌های حساس رشدی خیلی مهم هستند. کودک‌مان همیشه یکسری نیازها را نظر روانی دارند. نیازهای‌شان هم خیلی گسترده است اما یکسری دوره‌ها هستند که دوره‌های حساس رشدی هستند. اگر این دوره‌ها را از دست بدهیم یک اتفاق بزرگی در زندگی کودک می‌افتد. ما همیشه نیاز

آگهی شرکت در مناقصه

شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر در نظر دارد «اجرای زیرسازي انشعاب ریلی، جاده‌های دسترسی و سکوی بارگیری آهن اسفنجی سایت شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر» را از طریق برگزاری مناقصه به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.

متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از طریق:

– سایت اینترنتی شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر به آدرس www.gisdco.ir

– دفتر تهران: میدان آرژانتین، خیابان الوند، کوچه ۳۱ غربی، پلاک ۲۲

– کارخانه: استان کرمان، شهر سیرجان، کیلومتر ۵۰ جاده سیرجان- شیراز، کیلومتر ۵ جاده اختصاصی معدن گل‌گهر اقدام نمایند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره‌های:

۰۹۱۳۱۹۸۲۲۴۳ - ۰۹۱۳۱۹۷۶۷۴ - ۸۸۱ - ۰۲۱ - ۰۵۸۵۸۴۲۴۴۱ - ۴۰۳۴ تماس حاصل فرمایید.

مدیریت بازرگانی شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر

آگهی شرکت در مناقصه

شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر در نظر دارد «تامین متریال و اجرای خط گازرسانی از ایستگاه تقلیل فشار گاز داخل سایت تا ساختمان مهمانسرای شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر» را از طریق برگزاری مناقصه به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.

متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از طریق:

– سایت اینترنتی شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر به آدرس www.gisdco.ir

– دفتر تهران: میدان آرژانتین، خیابان الوند، کوچه ۳۱ غربی، پلاک ۲۲

– کارخانه: استان کرمان، شهر سیرجان، کیلومتر ۵۰ جاده سیرجان- شیراز، کیلومتر ۵ جاده اختصاصی معدن گل‌گهر اقدام نمایند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره‌های:

۰۹۱۳۱۹۸۲۲۴۳ - ۰۹۱۳۱۹۷۶۷۴ - ۸۸۱ - ۰۲۱ - ۰۵۸۵۸۴۲۴۴۱ - ۴۰۳۴ تماس حاصل فرمایید.

مدیریت بازرگانی شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر

هوالباقی

ضمن تشکر از حضور همه سروران گرامی که در مراسم تشییع، تدفین و ترجم عزیز از دست رفته‌مان مرحومه

حاجه مری الیناریسی زاده

شرکت و ابراز همدردی نموده‌اند به استحضار می‌رساند

مراسم خاکبندان آن مرحومه روز جمعه ۱۵/۰۹/۹۸ از ساعت ۲ الی ۳/۵ بعدازظهر برگزار می‌گردد.

آدرس: بلوار مالک اشتر - کوی امام - خیابان منتظری

منزل حاج‌ناصر رئیس‌زاده

ساعت حرکت ۲/۵ بعدازظهر به سمت آرامستان

آگهی شرکت در مناقصه

شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر در نظر دارد «طراحی، تامین تجهیزات و اجرای سامانه نظارت تصویری سایت شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر» را از طریق برگزاری مناقصه به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.

متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از طریق:

– سایت اینترنتی شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر به آدرس www.gisdco.ir

– دفتر تهران: میدان آرژانتین، خیابان الوند، کوچه ۳۱ غربی، پلاک ۲۲

– کارخانه: استان کرمان، شهر سیرجان، کیلومتر ۵۰ جاده سیرجان- شیراز، کیلومتر ۵ جاده اختصاصی معدن گل‌گهر اقدام نمایند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره‌های:

۰۹۱۳۱۹۸۲۲۴۳ - ۰۹۱۳۱۹۷۶۷۴ - ۸۸۱ - ۰۲۱ - ۰۵۸۵۸۴۲۴۴۱ - ۴۰۳۴ تماس حاصل فرمایید.

مدیریت بازرگانی شرکت توسعه آهن و فولاد گل‌گهر