

تاکید می‌کنم مبلغ بالایی این بودجه به معنی دوست‌داشتن بیشتر فرزندان نیست. زمانی ما حق والدگری را به درستی ادا می‌کنیم که منطقی و معقول عمل کنیم. پس مبلغی را برای فرزندان در نظر بگیریم و مدیریت استفاده از آن را به او بسپاریم. البته می‌توانیم قوانین محدودی برای خرج کردن این مبلغ با هم فکری و رضایت خودش وضع کنیم. در سال‌های نوجوانی نیز باید استقلال اقتصادی بیشتری به او بدهیم. مثلا درصدی از بودجه‌ای که برای تأمین پوشاک در نظر گرفتید را در اختیارش قرار دهید و او را برای انتخاب‌های دلخواهش آزاد بگذارید و در واقع کم‌کم فرزندان را در مدیریت مالی مستقل کنیم و البته منتظر اشتباه او باشیم. در هر آموزشی خطا وجود دارد. رمز تسلط بر هر توانمندی تمرین، تمرین، تمرین است و با هر تمرین اشتباه است. از این اشتباهات تدریس و اجازه دهیم فرزندان معنی اشتباه کردن را بیابند. او را سرزنش نکنیم یا از دست دادن مبلغی را بی‌اهمیت جلوه ندهید، بلکه از او حمایت کنید و نشان دهید اشتباه کردن قسمتی از زندگی است. از دست دادن مبلغی پول حداقل اشتباه انسان است و البته باید مسئولیتش را بپذیرد و از دست دادن آن را حس کند. توانمندی‌ها و انتخاب‌های درست را تشویق کنید و اعتمادتان به قابلیت او را نشان دهید. پس مبلغی با توجه سن و توانمندی فرزندان در اختیارش قرار دهید که از دست دادن آن منجر به مشکل مالی برای شما و از دست دادن اعتماد به نفس فرزندان نشود. ما با نیاپد مبلغی در اختیار فرزندان قرار دهیم که با اگر قرار دادیم، حق سرزنش و انتقاد نداریم. قرار است الان با هزینه کمتری مدیریت مالی را به فرزندان بیاموزیم.

**چطور متوجه پس انداز و ارزشمندی مادی را بیاموزیم؟**

برای این که این مفاهیم را به بچه‌ها بیاموزیم باید خودشان را به چالش بکشیم. قرار نیست همه آنچه یک کودک یا نوجوان می‌خواهد در اختیارش قرار بگیرد. البته روشن است منظور من خواسته‌های مالی و فراتر از نیازهای اساسی و حقوق فرزندان است. برای به دست آوردن مادیاتی که متناسب با سن کودک یا نوجوان است و والدین با توجه به فرهنگ خانواده تهیه آن را با منابع می‌بینند، می‌توانند به فرزندان پیشنهاد کنند که آن را با پس‌انداز خود می‌توانی تهیه کنی. یا درصدی از آن را با پس‌انداز خود بپردازد کنی و اجازه دهند فرزندان معنای صبر کردن، منتظر ماندن و مدیریت هزینه‌هایش را بیاموزد. قطعاً در این شرایط بچه‌ها متوجه ارزشمندی داشته‌هایشان می‌شوند و بالذات بیشتری به خواسته‌هایش می‌رسند.

به فرزندآوری گرفته‌اند، سطح قابل قبولی از نظر تأمین این نیازهای اساسی را داشته باشند. اما گاهی شرایط جوری پیش می‌رود که قابل پیش‌بینی نیست. والدین در نظر داشته باشند قرآن نیست که بچه‌ها را در یک محیط آسوده بزرگ کنیم و مشکلات قسمتی از ماهیت زندگی هستند. در این شرایط باید با مهارت حل‌مسئله جایگزینی برای تفریحات فرزندان پیدا کنیم و فراموش نکنید قرار نیست بچه‌ها درگیر جزئیات مشکلات اقتصادی ما شوند. آن‌ها آن چیزی را باور می‌کنند که شما باور دارید. اگر در بهترین شرایط اقتصادی هم زندگی را سخت و اسفناک توصیف کنید، فرزند شما باور پیدا می‌کند زندگی دشوار است و اگر در بدترین شرایط اوضاع را گذرا ببینید و به عنوان یک مشکل دنبال راه‌حل باشید فرزند شما هم به خوبی با این شرایط کنار می‌آید. مسئله‌ای که من در برخورد با مراجعان مراکز روان‌شناسی زیاد می‌بینم این است که والدین تمام خواسته‌های کودکان را به شکل مادی می‌بینند. در صورتی که بسیاری از نیازهای کودکان مادیات نیستند. آن‌ها نیاز دارند مورد توجه قرار بگیرند، دوست داشته شوند، وقت مشترک با والدین بگذرانند. امکانات مالی گاهی نه تنها کمک نمی‌کند بلکه سدی در برابر صمیمیت و ارتباط اعضای خانواده می‌شود و لذت بازی و همکاری اعضا خانواده را محدود می‌کند. موضوع قابل توجه بعدی که همه خانواده‌ها، چه در شرایط معمول چه در شرایط بحران نباید از آن غافل شوند، فرزندپروری موثر است. قسمتی از اصول فرزندپروری موثر در مورد حقوق، امتیازات و جوازهای فرزندان است که هدف انتظارات معقول فرزندان و شرایط رفاهی متناسب با وضعیت اقتصادی خانواده است. پس ما حتی قبل از قرار گرفتن در بحران در تأمین خواسته‌های مادی فرزندان باید تعادل را در نظر داشته باشیم.

**آشنا کردن بچه‌ها با مفهومی پول، اقتصاد، پس‌انداز و استفاده صحیح از منابع مالی اهمیت دارد. چگونه این کار را انجام دهیم؟**

ما می‌توانیم با شروع سن آموزش (۶ سالگی) مبلغی که به عنوان پول توجیبی معروف است را برای فرزندان در نظر بگیریم که باز هم



لاله شریف، روان‌شناس کودک / عکس: امین ارجمند | پاسارگاد

این شرایط بسیار کم به همیشه تحت پوشش دیگران باشیم. ۲. از مشکل اجتناب می‌کنیم تا دیگر با آن روبرو نشویم. ۳. جبران افراطی می‌کنیم یا به زبانی دیگر به مشکل حمله می‌کنیم. کسی که سبک مقابله او جبران افراطی باشد این باور را دارد: «من باید به سختی بجنگم و می‌توانم خلاف آنچه این مشکل به من می‌گوید فکر و عمل کنم و ثابت کنم که آنچه می‌گویند درست نیست.» برای چنین فردی قطعاً ثروت به یک ارزش تبدیل می‌شود و برای کسب آن تلاش افراطی می‌کند و در واقع کسب ثروت و نه استفاده از آن برایش ارزشمند است.

**والدین در هنگام مواجهه با مشکلات مالی چگونه برخورد کنند؟**

قبل از هر چیزی به یاد داشته باشیم؛ زندگی سراسر چالش است و هیچ شرایطی ماندگار نیست. وقتی دچار بحران می‌شویم، خلاقیت و توانمندی‌های خودمان را از دست می‌دهیم معمولاً راه‌حل‌های محدود همیشگی به ذهن ما می‌آید و به خاطر تغییر شرایط این راه‌حل‌ها جواب نمی‌دهد و ما ناامید می‌شویم. ما به توانمندی پیدا کردن بهترین راه‌حل؛ «مهارت حل مسئله» می‌گوییم و دقیقاً زمانی که ما کمک می‌کنند که با مشکلی

والدین برای آشنا کردن کودکان با مسائل مالی درست است؟ البته که هیچ والدی قصد آسیب زدن به فرزندش را ندارد ولی راهکارهای ما برای مدیریت شرایط درست نیست. فکر می‌کنم با توضیحات سؤال اول متوجه شده باشید که این راهکار غیرملموس تغییر پدیدامی‌کنند و واکنش‌های هیجانی و جسمی آن‌ها نیز تغییر می‌یابد. برای روشن‌تر شدن مطلب مثالی می‌زنم؛ کودکان یک ساله از قرار گرفتن در کنار غریبه‌ها می‌ترسند و واکنش گریه کردن را از خودشان نشان می‌دهند آیا والدین حاضر است این گریه و بی‌قراری را نادیده بگیرد و ساعت‌ها فرزندش را به فرد غریبه‌ای بسپرد؟ بچه ۹ ساله هم از مشکلات اقتصادی خانواده می‌ترسد اما واکنش یک نوجوان به اضطراب، مثل گریه کردن نوزاد قابل دیدن نیست و شاید برای همین است که توجه والدین به این مسئله جلب نمی‌شود که نگرانی‌های مالی خانواده آسیب روانی به ویژه برای نوجوانان ایجاد می‌کند.

**بیان مشکلات اقتصادی توسط والدین گاهی با هدف این است که کودک توقع و انتظار خرید چیزی از آن‌ها نداشته باشند. آیا این تصور**

توضیح داده است. چرا حرف زدن درباره مشکلات اقتصادی در حضور بچه‌ها سبب ایجاد اضطراب در آن‌ها می‌شود؟ محرک‌هایی که در انسان ترس و اضطراب ایجاد می‌کنند در جریان رشد عوض می‌شوند. این تغییر با افزایش توانایی‌های شناختی (ذهنی) و جسمی متعددی پیدا می‌کنند و کودکی که یک دوره اختلال اضطرابی دارد، مشکلات کودکی که یک دوره اختلال اضطرابی پیدا می‌کند و کودکی که یک دوره اختلال اضطرابی دارد، به احتمال زیاد چند دوره دیگر هم خواهد داشت و معمولاً با اختلالات اضطرابی افسردگی هم رخ می‌دهد. وجود هیجان اضطراب از تولد همراه انسان است و طی روند رشد از ترس‌های

بلند... در کودکی به ترس از موجودات خیالی، تنهایی، حیوانات... و در اوایل نوجوانی به ترس از شکست خوردن، بیمار شدن، مشکلات اقتصادی تغییر می‌کند. در روند رشد ترس‌ها از مسایل عینی و قابل دیدن و شنیدن به ترس‌های انتزاعی و غیرملموس تغییر پیدا می‌کند و واکنش‌های هیجانی و جسمی آن‌ها نیز تغییر می‌یابد. برای روشن‌تر شدن مطلب مثالی می‌زنم؛ کودکان یک ساله از قرار گرفتن در کنار غریبه‌ها می‌ترسند و واکنش گریه کردن را از خودشان نشان می‌دهند آیا والدین حاضر است این گریه و بی‌قراری را نادیده بگیرد و ساعت‌ها فرزندش را به فرد غریبه‌ای بسپرد؟ بچه ۹ ساله هم از مشکلات اقتصادی خانواده می‌ترسد اما واکنش یک نوجوان به اضطراب، مثل گریه کردن نوزاد قابل دیدن نیست و شاید برای همین است که توجه والدین به این مسئله جلب نمی‌شود که نگرانی‌های مالی خانواده آسیب روانی به ویژه برای نوجوانان ایجاد می‌کند.

**بیان مشکلات اقتصادی توسط والدین گاهی با هدف این است که کودک توقع و انتظار خرید چیزی از آن‌ها نداشته باشند. آیا این تصور**

همه با هم کرونا را شکست می‌دهیم

کلینیک دندانپزشکی مهرگان Mehregan Dental Clinic

رعایت اصول پیشگیری از انتقال ویروس کرونا مطابق با استانداردهای جهانی

مجاز به اتاق استریل مرکزی

استفاده از پک‌های یک‌بار مصرف برای بیمارانی که صورت مجزا

مجاز به رادیولوژی دیجیتال دندان

عمومی

شبه‌روز

تخصصی

نشانی: سیرجان - خیابان شریعتی - کوچه اعلاء (حاج رشید) کوچه جنب بیهوشی

تلفن: ۰۳۱۷۱-۴۲۲۰۳۱۷۲ - ۴۲۲۰۳۱۷۲

mehrgan\_dental\_clinic

**به دو نیروی ساده جهت شیفت روز در کبابی و بریانی نیاز مندیم**  
۰۹۱۳۵۰۱۶۰۳۰  
۰۹۱۳۶۳۷۰۸۲۰

**خریدار ضایعات آهن و غیره هستیم**  
۰۹۱۳۲۴۷۶۱۴۴  
۰۹۱۳۳۴۷۰۵۲۰

**رومالین نقاشی ساختمان**  
۰۹۱۳۹۶۷۷۳۳۴

**نقاشی ساختمان**  
۰۹۲۲۳۱۹۴۸۴۶

**ضایعات و آهن دست دوم و غیره شما را با بهترین قیمت خریداریم**  
۰۹۱۳۲۷۹۷۲۹۵

**ضایعات و آهن آلات**  
۰۹۱۳۲۴۵۶۴۰۳  
۰۹۱۳۲۴۵۶۶۸۴

**فروشی تعدادی زمین در نصرت آباد، جلال آباد، فخرآباد با ۱۵۰ متر پروانه به فروش می‌رسد.**  
۰۹۱۳۵۰۲۹۲۰۹

**امتیاز آموزشگاه آرایش زنانه (با ۳۰ سال سابقه کاری) به فروش می‌رسد**  
۰۹۳۷۴۴۲۸۸۷۳

**اتوبار ولایت ۲۰٪ تخفیف**  
محبوب‌ترین اتوبار  
ممل اثاثیه منزل و مبلمان و کلاهی تجماری و غیره درون‌شهری و تمامی نقاط کشور با کادری مجرب  
شانه روزی بدون تعطیلی  
سیرجان، شهرک اندیشه، خیابان اندیشه  
۰۳۴۴۲۲۳۸۹۱۸ - ۰۹۱۳۲۴۵۲۹۸۳ - ۰۹۹۰۷۳۵۴۸۸۰ محمود سلطانی

**املاک امیرکبیر**  
خانه باغچه ۶۴ قصب دارای ۲۰ دقیقه آب فئات درختان بزرگ دارای حصار، پروانه، ساختمان نیمه‌ساز، موقعیت عالی روستای دوسراج توافقی  
آپارتمان ۱۰۰ متری طبقه دوم دارای آسانسور پارکینگ انباری خیلی شیک خیابان فردوسی ۱ میلیارد  
زمین ۱۰ قصب درب ساختمان ۱۵۰ متر پروانه شهرک محمودآباد ۳۰۰ میلیون  
زمین ۳۰ هکتار سر چاده تهران سند تک برگ ۱۰۰ متر بر چاده دو کله دارای کاربری موقعیت بسیار عالی با تخفیف ویژه  
منزل ۱۲ قصب ۳ واحدی خیلی تمیز بر خیابان شهید دستجردی مشعل گاز معاوضه یا نقدی  
۱۵ قصب دونش ۲۵۰ متر زیربنا سر خیابان اصناف توافقی  
منزل ۸ قصب دو کله ۱۵۰ متر زیربنا خیلی تمیز خیابان بدر شمالی ۱۷۷۰ م  
منزل ۸ قصب درب ساختمان دو طبقه اراضی غرضی CBG ۲ میلیارد  
زمین ۱۰ قصب درب ساختمان با حصار پروانه موقعیت عالی نزدیک به شهرک نارالله فاز ۳ فخرآباد  
منزل ۸/۵ قصب تمیز فاز ۲ فخرآباد ۶۰۰ میلیون  
آدرس: ابتدای خیابان امیر کبیر، جنب تاکسی تلفنی توسن  
۰۹۹۲۳۹۶۳۶۱۹ - ۰۹۱۳۷۹۹۶۶۶۷ - ۰۹۲۱۷۵۹۳۸۸۹ - ۴۲۲۰۵۳۶۰

**قالی محلی سیرجان دست دوم شما را خریداریم**  
۰۹۹۱۷۶۶۵۹۶۹

**اتوبار سلطان سلطانی**  
حمل اثاثیه منزل، مبلمان، کالای تجاری صنعتی و غیره  
شانه‌روزی، بدون تعطیلی  
با مجوز رسمی و بیمه معتبر  
آدرس: انتهای بلوار فاطمیه جنب شرکت لنگر بار  
۰۹۱۳۶۴۷۳۸۸۰  
۴۲۲۵۲۳۳۰  
۰۹۱۳۶۳۴۲۰۰۷  
سلطانی (قدیم)  
با یک بار امتحان مشترک دانش ما خواهد شد