



ایران

# بهبود ای برای یادآوری آموزش نیکوکاری و مهربانی کودکان مهربانی را یاد می گیرند

مریم طالبی  
گزارش نویس



عقاید و تمایلاتی که فرد در ایام کودکی کسب می کند اساس شخصیت اجتماعی و باورهایش را در دوره های بعدی زندگی اش تشکیل می دهد. هیچ فکر کرده اید که چرا در گذشته بچه ها مهربان تر بودند؟ چون از کودکی با اشعار سعدی و حافظ آشنا می شدند. بیاناتی از مفاخر فرهنگی کشورمان چیزی جز مهرورزی به همراه ندارد مثل «درخت دوستی بنشان که کام دل به بار آرد/ نهال دشمنی برکن که رنج بی شمار آرد» از حافظ یا کلام سعدی که: «بنی آدم اعضای یکدیگرند، که در آفرینش ز یک گوهرند، چو عضوی به درد آورد روزگار، دگر عضوها را نماند قرار»

در روانشناسی جمله معروفی هست که اگر بچه ای از کودکی تا ۱۸ سالگی روزی ۵۰ بار بشنود که «تو خوبی» غیرممکن است ظلم و ستم کند اما متأسفانه این روزها والدین مشغله های بسیار زیادی دارند. لذا کمتر به این مهم پرداخته می شود. کودکان امروز آموزش های مختلفی دیده اند ولی در بین این آموزه ها کمتر به آموزش مهرورزی پرداخته می شود در حالی که مهرورزی آموختنی است و ادبیات ما هم سرشار از مهربانی است. به نظر من این مهم یکی از اساسی ترین حقوق کودکان است بخصوص در دنیای پرشتون امروز.»

مهری سردمدی، مادر دو دختر بچه ۸ و ۱۰ ساله معتقد است که کودکانش علاقه زیادی به کمک به دیگران دارند و حتی حاضرند وسایل نوی خود را که خیلی دوستشان دارند به همسالان خود هدیه کنند. او می گوید: «من بعضی بچه های فامیل و آشنا را می بینم که اصلاً حاضر نیستند هیچ وسیله خودشان را حتی به دوستشان قرض دهند اما دختران من چون از کودکی شاهد بودند که من و پدرشان به نیازمندان کمک می کنیم، مهربانی و کمک به دیگران را فراموش نکرده اند»


پسریچه هفت هشت ساله با صورت نقاشی شده روی صندلی پلاستیکی رنگی نشسته و با دقت مشغول چیدن بطری های روغن کنار همدیگر است. قرار است بطری های روغن همراه با دیگر محصولات غذایی مثل ماکارونی و حبوبات بسته بندی شوند و به دست خانواده های نیازمند برسند. آن طرف تر چند بچه دیگر دارند تعدادی لوازم التحریر را بسته بندی می کنند. بچه ها با ذوق و شوق این کار را می کنند و از اینکه قرار است هدیه هایشان به دست دوستان نیازمندان برسد، خیلی خوشحال هستند. بچه ها در این برنامه محصولات غذایی و لوازم التحریر را به مناسبت هفته کودک که هم اکنون در آن قرار داریم بسته بندی می کنند تا به دست خانواده های نیازمند برسند.

بچه ها معمولاً در برنامه هایی از این دست شرکت می کنند و آن طور که اعظم حاج یوسفی مدیر این برنامه می گوید، خیلی ها از برنامه های اینچنینی استقبال می کنند و هر بار که برنامه تمام می شود، تماس می گیرند و می پرسند برنامه بعدی چه موقع برگزار می شود. حاج یوسفی، فعال اجتماعی در زمینه آموزش کودکان که سال هاست در زمینه پرورش کودکان نیکوکار فعالیت دارد، می گوید: «در دنیای امروزی چون بچه ها شاهد انواع خشونت ها هستند حق شان است که مهربانی در درونشان پرورش داده شود. هفته کودک فرصتی است برای یادآوری حقوق کودکان به جامعه و والدین. مهم ترین و حساس ترین دوران زندگی هر فرد کودکی اوست. در همین دوران است که کودک بتدریج با صفات نیک و بد آشنا می شود و شخصیت اجتماعی اش شکل می گیرد و راه و روش آینده اش مشخص می شود. تحقیقات و تجارب نشان داده که عادت ها، طرز فکر،

مدارانه تر عمل می کنند. ما با کودکان ما گروه هایی را تشکیل می دهیم. نام گروه ما «کودکان نیکوکار» است. برنامه های شاد و متنوعی با مفاهیم نیکوکاری و مهربانی برای گروه پیش بینی می کنیم و جلساتی تشکیل می شود که البته اولین جلسه بسیار حائز اهمیت است، چرا که اگر به کودک خوش نگذرد، به ادامه فعالیت ها علاقه ای نشان نخواهد داد. در هر جلسه با بچه ها در مورد یکی از آسیب های اجتماعی به محور یا نمایشی است اما مراقب هستیم که کودکان را وارد بازی بزرگ ترها نکنیم. هر جلسه را به موضوع و هدفی خاص تخصیص می دهیم و از کودکان می خواهیم در زمینه موضوع مطرح شده تحقیق کنند. با این کار ما آنها را به مشاهده تشویق می کنیم. وقتی کودکان نتایج و مشاهدات خود را بیان می کنند، بر اساس همان موضوع سؤالاتی از آنها پرسیده می شود؛ به عنوان مثال چرا کسانی که سیگار می کشند دندان هایشان زرد است.

راننده اتوبوس و تاکسی و دیگر کارهایی از این دست.» او ادامه می دهد: «من به عنوان یک نویسنده و فعال اجتماعی کودکان سعی دارم فضایی فراهم کنم تا کودکان بتوانند به فعالیت های اجتماعی بپردازند و در ضمن انجام فعالیت ها با آسیب های اجتماعی آشنا شوند و راه مبارزه با آنها را بیاموزند. به همین دلیل از مناسبت های مختلف استفاده و در قالب بازی و داستان سعی می کنیم کودکان را با مفاهیم نیکوکاری و راه های مهربانی کردن آشنا کنیم و بعد از انجام این گونه رفتار تماماً با کودکان در مورد احساس خوبی که به آنها دست می دهد گفت و گو کنیم. ما بر این باوریم که با این کار مهربانی به آنها تلقین و با تکرار این گونه رفتارها این مهم برای کودک تبدیل به عادت خواهد شد؛ عادتی که تأثیر مثبتی روی میزان رضایت کودک خواهد داشت. تجربه به ما نشان داده وقتی کودکان به مهربانی با دیگران می پردازند، چون احساس می کنند انسان بهتری هستند اخلاق

بهبود ببخشند. مهربانی حتی می تواند بر سلامت جسمی تأثیرگذار باشد. پژوهش ها نشان داده مهربانان پرا انرژی تر، شادتر و دارای احساس آرامش بیشتر هستند و کمتر دچار افسردگی می شوند. علاوه بر این مهربانان شبکه حمایتی گسترده تری هم دارند در حالی که افراد نامهربان قادر به درک و کمک به دیگران نیستند. آنها حتی در به کارگیری کلمات محبت آمیز ناتوان هستند و پیوسته به فکر خود و منافع شان هستند. متأسفانه رفتارهای نامهربانانه کودکان در آینده می تواند به مشکلات جدی در زندگی شان منجر شود؛ موضوعاتی از قبیل پرخشگری، بزهکاری، اعتیاد و دیگر انحرافات. بنابراین بهتر است والدین و مسئولان آموزشی از روز و هفته کودک به سادگی نگذرند و تمهیداتی بنیادین تا کودکان بتوانند مهارت های مختلف مهربانی کردن را البته بدون چشمداشت فراگیرند. مهربانی کار سخت و پیچیده ای نیست. فشردن ساده یک دست، یک احوالپرسی گرم، تشکر از





Mehrsayeh

Mehr Chain Hotels


سفر به شهر جهانی یزد

هتل های زنجیره ای مهر





MehrchainHotels  
shahabolghasem\_hotel



جهت آشنایی با هتل های زنجیره ای مهر، از تور مجازی ما بازدید کرده و آنلاین رزرو نمایید.

تلفن: ۰۳۶۳۴۰۰۰  
شماره: ۰۳۶۳۷۷۸۵

جدول سودوکو

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون ها و مربع های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

۴۰۵۷

متوسط

			۲	۷	۹		
۱		۲	۵				۶
	۵		۹				۸
۷				۵	۳		
۶	۱				۴	۷	
	۸		۷				۲
۴				۹	۶		
۲				۴	۳	۹	
		۱	۶	۵			

آسان

	۷	۱	۲	۴			۳	۶
	۹			۵	۸			۲
			۷			۱	۸	۹
۱	۹	۳						
								۷
						۶	۱	۸
۶	۵	۲		۱				
۹			۸	۲				۶
۷	۱			۳	۶	۲	۹	

خیلی سخت

۶		۴	۵					
	۲							
			۴	۱		۵		
۴	۳				۷			۵
۸								۳
۱			۹				۴	۶
		۷		۵	۸			
							۲	
					۶	۹	۴	

سخت

	۸	۱		۲				۷
۹	۵	۲						
				۹	۱			
					۱	۸		۲
			۵	۲		۶	۴	
	۱			۵	۹			
			۴	۱				
								۱
۱					۳			۷

۴۰۵۷

۸ ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹