



## دیکتاتور اعظم تاریخ ایران کیست؟

اشاراتی در بازشناسی حکومت رضاخانی

۱۴

یکشنبه ۲۰ آذر ۱۴۰۱ | ۱۶ جمادی‌الاول ۱۴۴۴ | سال سی‌ام | شماره ۸۶۱

# همیشه پدر زندگی



طرح: پناه خوری

# راه نشانم بده

خانواده، اساسی‌ترین نقش را در الگوسازی برای کودکان دارد

**گزارش**  
**مهدیه تقوی‌راد**  
روزنامهنگار

بهترین الگو برای فرزندان، پدر و مادر هستند و کودکان هر رفتاری را از آنها بیبینند عینا الگوبرداری کرده و تکرار می‌کنند. والدین خوب، الگوهای مثبت و سازنده‌ای برای فرزندانشان هستند. اگر چه هیچ انسانی مصون از خطا و اشتباه نیست و بهترین پدر و مادرها هم جایی از زندگی شان اشتباه می‌کنند یا وجود این باز هم این والدین هستند که نقش مؤثری در رشد و تربیت فرزندانیشان دارند و می‌توانند الگو و سرمشقی امن برای فرزندانشان باشند.



حجت‌الاسلام احمدرضا علایی، کارشناس مباحث تربیتی درحوزه کودک و نوجوان و مدرس دوره‌های تربیت‌مربی، با اشاره به اینکه در دین مبین اسلام به مباحث تربیتی از جمله لزوم داشتن الگو در زندگی تأکید فراوان شده است، می‌گوید: در حدیث ثقلین از پیامبر عظیم‌الشان اسلام (ص) نقل شده است که «... من دو چیز گرانبه‌را نزد شما به امانت می‌گذارم، یکی کتاب خدا و دیگری اهل‌بیت (ع)» که اهل‌بیت (ع) در این مسئله به‌عنوان الگو و رهبر برای جامعه مسلمین معرفی شده‌اند. بنابراین غیر از کتاب خدا، مسلمانان به الگو و رهبر نیز نیاز دارند تا با الگوبرداری از آنها بتوانند زندگی کنند. در مسئله تربیت نیز مسئله الگوداشتن موضوع مهمی است که نباید از آن غافل شد.

به‌گفته او، همه انسان‌ها از بدو تولد نیاز به فردی دارند که به او وابسته باشند، از او تغذیه کنند و از لحاظ جسمی و روحی و در موضوعات مختلف از جمله غذا خوردن، صحبت کردن، خندیدن و... از او الگوبرداری کنند. همه پدر و مادرها هم تمایل دارند که فرزندان موفق‌ی داشته باشند. البته هر فردی موفقیت را برای فرزندان‌ش یک‌جور تفسیر می‌کند، یکی تحصیلات عالی، یکی مدارج علمی بالا، یکی رسیدن به پول و ثروت و... و را از ر رمز موفقیت فرزندان‌ش می‌داند و برای رسیدن او به این مقصد تلاش می‌کند. اما واقعیت این است که بچه‌ها در ۷سال اول زندگی، پدر و مادر را الگوی خودشان قرار می‌دهند و بعد از آن، معلم و همشاگردی‌ها و در دوره جوانی و حتی میانسالی هم همه انسان‌ها به‌دنبال داشتن الگو و قهرمان در زندگی هستند. پس الگوبرداری مسئله‌ای است که می‌توان گفت در بیشتر سال‌های عمر با انسان همراه است.

**خانواده، اصل مهم در الگوبرداری است**

حجت‌الاسلام علایی در پاسخ به این سؤال که



## اینجا برای ما هتل ۵ستاره است

ساعتی در یک مددسرای اضطراری معتادان در جنوب پایتخت

۱۵

### خلاصه گزارش

### واقعیت این

**است که بچه‌ها در ۷سال اول**

**زندگی، پدر و مادر**

**را الگوی خودشان**

**قرار می‌دهند و**

**بعد از آن، معلم**

**و همشاگردی‌ها**

**و در دوره جوانی**

**و حتی میانسانی**

**هم همه انسان‌ها**

**به‌دنبال داشتن**

**الگو و قهرمان در**

**زندگی هستند.**

**پس الگوبرداری**

**مسئله‌ای است که**

**می‌توان گفت در**

**بیشتر سال‌های**

**عمر با انسان همراه**

**است.**

روشنا

## وفای به عهد از کودکی

یکی از صفات پسندیده‌ای که در ساختمان آدمی ریشه فطری دارد، وفای به عهد است. طفل از موقعی که معنی عهد و پیمان را درک می‌کند لزوم وفای به آن را نیز فطرتاً می‌فهمد.مربی لایق باید از این الهام طبیعی استفاده کند و طفل را با سنجیه وفای به عهد تربیت نماید.در اسلام وفای به عهد از علائم ایمان است و اساس آن باید از دوران کودکی بی‌ریزی شود.

برای اینکه وفای به عهد در جامعه احیا شود و تمام طبقات خود را در انجام این وظیفه انسانی مسئول بدانند لازم است از دوران کودکی از زمانی که اطفال معنی وعده و عهد را درک می‌کنند، با این سنجیه انسانی تربیت شوند و این درس را کلامی و عملی فراگیرند تا در روان آنان به‌صورت ملکه ثابتی مستقر شود. باید کودکان را طوری پرورش داد که از اوایل زندگی، وفسای به‌عهد را از وظایف قطعی و غیرقابل اجتناب خود بدانند. نه تنها عملاً عهدشکنی نکنند بلکه این فکر شوم هرگز در خاطر آنها خطور ننماید.

این قسم تربیت تنها در محیط پاک و بی‌آلایش زندگی برای کودک تأمین می‌شود.محیطی که از ناپاکی و پلیدی، از فریب و عهدشکنی مبرا باشد. طفل هر سخن خوب یا بدی را که می‌شنود، هر عمل درست یا نادرستی را که می‌بیند، سرمشق خود قرار می‌دهد و عملاً از آن پیروی می‌کند. کودک در محیط خانوادده بیشترین اثر چیز و هر کس تحت تأثیر گفتار و رفتار پدر و مادر است.

در خانواده‌ای که پدر و مادر به وعده‌های خود وفا دارند، عهدشکنی نمی‌کنند، کودک را فریب نمی‌دهند، طبعاً کودک در آن خانواده با سنجیه وفای به‌عهد تربیت می‌شوند و به پیمان‌های خود پایبند خواهند بود. بر عکس در محیطی که مشهورات کودک آلوده و پلید باشد، پدر و مادر مرتکب اعمال نادرست و برخلاف فضیلت شوند، قهراً کودک به نادرستی خو گرفته و با همان وضع ناپسند تربیت می‌شود.

در کشوری که مردم به تعهدات خود وفادار ند، امور اقتصادی و اجتماعی و خانوادگی، جریان صحیح و طبیعی دارد. در آن جزا زندگی برپایه اطمینان و اعتماد استوار است و تماس مردم با یکدیگر بر اساس فضیلت و انسانیت است. بر عکس در اجتماعی که افراد به وعده‌های خویش بی‌اعتنا یا کم اعتنا هستند و احساس مسئولیت شدید در انجام تعهدات نمی‌کنند، امور از مسیر طبیعی خود خارج می‌شود. و مشکلات به صور مختلف، دامن‌گیر مردم می‌شود.

گفتار فلسفی، کودک از نظر وراثت و تربیت؛ مجموعه سخنرانی‌های استاد فقیدمحمدتقی فلسفی)

### تندرست

## خوراکی‌های گرمابخش

در روزهای سردسال، گاهی هرچه لباس می‌پوشیم و دمای وسایل گرمایشی را بالای می‌بریم باز هم سردمان است؛ گویی از درون سرما به بدن مان نفوذ کرده است. گاهی نوشیدن و خوردن بعضی خوراکی‌های تواند به حل این مشکل کمک کند. شاید عجیب به‌نظر برسد اما واقعا خوراکی‌هایی هستند که می‌توانند باعث بالا رفتن سوخت‌وساز بدن تان شود و شما را گرم نگه‌دار.

■ می‌توانید برای مسخانه بلغور گندم یا جو دوسر بخورید. کافی‌است کمی بلغور گندم یا جو دوسر را در یک لیوان شیر بجوشانید و کمی عسل هم به آن بیفزایید.نوش جان!

■ منوش‌هایی مثل آویشن، زنجبیل یا دارچین فوق‌العاده‌ست می‌توانید این گیاهان را در چای بریزید و از عطرشان مست شوید.

■ از سیر و پیاز و فلفل و زیره و افزودن آنها به غذاهای تان غافل نشوید. هم غذاهای تان خوش طعم و طعم می‌شوند و هم وجودتان گرم.

■ میوه‌های خشک مثل انجیر و کشمش و خرما بسیار گرم‌کننده هستند. می‌توانید قندان تان را به‌جای قند مضر، با این خوراکی‌های خوشمزه و مفید پر کنید و با مشکل اضافه‌وزن هم روبرو نشوید.

■ اما عسل و شیره انگور که دیگر احتیاجی به توصیف ندارند. انسان‌هم هم گرمایش است. در چای، شیر و حتی بدون هیچ افزودنی حال مان خوش‌رنگ می‌کنند. مغزهای مقسوی مثل گردو، بادام‌زمینی و بادام درختی نه‌تنها ندارند بلکه گرمابخش وچودت‌ان هستند و می‌توانند بهترین انتخاب برای میان‌وعده باشند.

■ کدو حلوایی هم که دیگر جای خود دارد، سوپ کدو حلوایی، کیک کدو حلوایی، دسر کدو حلوایی، پنکیک کدو حلوایی...باز هم بگوییم؟!

■ زمستان است و شلغم و لوبیوش، هم خوشمزه و خوش‌رنگ هستند و هم منبعی از آنتی‌اکسیدان برای بالا بردن سطح ایمنی بدن.

■ منابع پروتئین گیاهی و حیوانی مثل انواع حبوبات و تخم‌مرغ و گوشت‌ها هم جایگاه ویژه خود را دارند که باید در رژیم غذایی مان به اندازه تعادل و درصورت دسترس بگنجانیم.



و والدین بهترین‌ و مهم‌ترین پهل ارتباطی برای انسس پیدا کردن بچه‌ها با سیره ائمه و الگوبرداری از این انسان‌های گرانقدر هستند. البته این مسئله را نباید از نظر دور داشت که کودکان زیر ۷سال را نمی‌توان به جهت معرفتی درگیر سیره زندگی ائمه و مفهوم امامت کنیم اما می‌توان با بردن بچه‌ها به هیئت و اماکن زیارتی و یادکر ائمه در خانه (مداحی و مولودی‌خوانی و...) ذهن آنها را با مفاهیم دینی آشنا کرد. با این کارها، در ایامی مثل محرم و صفر و ایام مذهبی و راهاندازی هیئت‌ها انسی که برای بچه‌ها از قبل با این مسئله ایجاد شده باعث می‌شود تا آنها ناخودآگاه جذب سیره زندگی ائمه شوند و به مرور از آنها الگوبرداری کنند. البته این مسئله زمانی به نتیجه مطلوب می‌رسد که والدین هم در رفتار با خودشان، فرزندان و دیگران سیره ائمه را در پیش بگیرند.

علایی با ابراز تأسف از اینکه متأسفانه در زمینه قهرمان‌سازی و الگوسازی برای کودکان، بسیار ضعیف عمل شده است، می‌گوید: والدین خودشان باید برای قهرمان‌سازی تدابیری را داشته باشند و معطل عملکرد مسئولان نباشند. مثلا پدر خانواده اگر برخی افت‌های اخلاقی مثل بددهانی را دارد که فرزندش از این کارهای او الگوبرداری می‌کند می‌تواند این نقیصه را در مان کند. در دوران قبل از دبستان و حتی دوران اول دبستان باید والدین به‌عنوان فرد انتخاب‌گر عمل کرده و اجازه ندهند تا فرزندشان هر فیلم و انیمیشنی را تماشا کند حتی اگر امنیت بدهند، به صحبت‌های او با دقت گوش دهند. رفتارهای نامناسب او را مورد انتقاد قرار دهند نه شخصیت او را و وقت کافی برای فرزندشان بگذارند تا بتوانند الگوی خوبی برای او باشند و در عین حال هم توقع نداشته باشند که فرزندشان بی عیب و نقص باشد و همانطور که خودشان دارای عیب و نقص در اخلاق و رفتار هستند عیب و نقص فرزندشان را نیز ببذیرند. همچنین در جای مناسب عذرخواهی کرده و عذرخواهی او را هم ببذیرند.

### قانون الگوبرداری، ساختنی است

فاطمه قاسم‌زاده، روانشناس کودک نیز با بیان اینکه خانواده، نقش اساسی در تربیت و الگوبرداری کودکان دارد، گفت: بچه‌ها در دوران کودکی تحت تأثیر خانواده بسوده و از آنها الگوبرداری می‌کنند همین‌طور در سنین مختلف الگوها از پدر و مادر به معلم و مدیر مدرسه، دوستان، همکلاسی‌ها و با شخصیت‌های کار تونی و بازیگران فیلم‌ها و... تغییر پیدا می‌کند. به‌گفته او در شرایط فعلی و با توجه به گسترش فضای مجازی -صرف‌نظر از خوب یا بدبودن این فضا- یکی از مهم‌ترین الگوهای بچه‌ها همین فضای مجازی شده و نقش خانواده در الگوبرداری بچه‌ها کمتر نگ شده و تأثیر این فضای مجازی در بچه‌ها بیشتر از بزرگسالان است. قاسم‌زاده با تأکید بر اینکه پدر و مادر خوب‌بودن آموختنی است، گفت: به صرف اینکه مادری فرزندی را به دنیا می‌آورد نمی‌تواند مدعی شود که می‌تواند مربی خوبی برای او باشد. لزوم آموزش در فرزند پروری، مسئله‌ای است که متأسفانه در جامعه ما مغفول مانده و به این دلیل بچه‌ها بیش از آنکه از والدین خود الگوبرداری کنند به‌دنبال الگوهای خارج از محیط خانه هستند. این مسئله به این دلیل است که والدین بعضاً رفتارهایی را در خانه از خود نشان می‌دهند که نه تنها به کودکان آسیب می‌زند بلکه روابط بین فرزندان و خانواده را نیز مختل می‌کند.

به‌گفته او برای اینکه کودک خوبی داشته باشیم هیچ قانون مدونی وجود ندارد اما با ابراز عشق و علاقه می‌توان کودک شاد و سالمی را تربیت کرد. نشان‌دادن عشق و علاقه به کودک، نخستین راه در تربیت اخلاقی اوست. در عین حال والدین باید به کودک حس امنیت بدهند، به صحبت‌های او با دقت گوش دهند. رفتارهای نامناسب او را مورد انتقاد قرار دهند نه شخصیت او را و وقت کافی برای فرزندشان بگذارند تا بتوانند الگوی خوبی برای او باشند و در عین حال هم توقع نداشته باشند که فرزندشان بی عیب و نقص باشد و همانطور که خودشان دارای عیب و نقص در اخلاق و رفتار هستند عیب و نقص فرزندشان را نیز ببذیرند. همچنین در جای مناسب عذرخواهی کرده و عذرخواهی او را هم ببذیرند.

### تقویت ذهن فرزندان

به‌گفته این کارشناس، در الگوبرداری باید ذهن خودآگاه فرزندان را تقویت و روند انتخاب الگوها را برایش مشخص کنیم تا در انتخاب خود هوشمندانه‌تر عمل کنند. مثلا اگر کودک‌ی تا حالا کارتون‌هایی را تماشا کند کرده که متناسب با فرهنگ جامعه ما نیست و مثلا به برخی شخصیت‌های کارتون‌ی علاقه دارد که با ارزش‌های خانواده همخوانی ندارد، می‌توان بدون اینکه او را به‌طور مستقیم از دیدن کارتون منع کنیم، از او بپرسیم از چه چیز این شخصیت‌ها خوشست می‌آید و بعد از شنیدن پاسخ، به او بگوییم که تو می‌توانی در فلان کار قهرمان شوی و حتی قوی‌تر و مهم‌تر از او باشی؛ با تکرار این اقدامات می‌توان به مرور ذهن بچه‌ها را نسبت به الگوبرداری از قهرمانان پوشالی آگاه کرد و آنها را به سمت و سوی سوق داد که بتوانند هوشمندانه‌تر الگوبرداری کنند.



طرح: سعید صالحی