

سپهرغرب به بهانه بازگشایی مدارس مطرح کرد:

هدف گذاری برای آینده، نخستین گام والدین و دانش آموزان

مدرس دانشگاه سوره تهران: جذابیت مدارس بسیار ضعیف است، مدارس بی روح و خشک هستند

و ترس بسیار کمتری نسبت به دیگر همسالان خود دارند بدین سان ۹۰ درصد افرادی که تجربه پیش دبستانی و مهدکودک دارند، ورودشان به مدرسه همراه با آرامش بوده، پس والدین بایستی شرایط را به سمتی پیش ببرند که این تجربه مثبت برای فرزندانشان ایجاد شود.

این استاد دانشگاه با تأکید بر اینکه دانش آموزان پیش از ورود به مدرسه بایستی نظم و انضباط را بیاموزند، خاطرنشان کرد: والدین بایستی در محیط خانه نیز نظم و انضباط را به فرزندان بیاموزند، ارتباط و تعامل با دیگران در فضای خانه آموزش داده شود تا کودکان بتوانند در فضای مدرسه نیز فردی سازگار، اهل مشارکت و تعامل باشند.

میرطالبی خطاب به والدینی که فرزندان آن‌ها در پایه‌های تحصیلی به‌جز اول ابتدایی است، گفت: این دانش آموزان طی چهار ماه تعطیلات، آزاد بوده‌اند و ساعت خواب و استراحتشان بسیار زیاد بوده، پس لازم است تا والدین قبل از آغاز سال تحصیلی طی هفته‌های منتهی به مهرماه آن‌ها را برای بیدار شدن‌های صبحگاهی آماده کنند و برنامه خود را طبق این ساعت تنظیم کنند تا دانش آموز به بیدار شدن در ساعت ۶ و نیم، هفت صبح عادت کند تا در این زمینه مشکلی نداشته و دلهره‌ای از خواب ماندن در روزهای نخست مدرسه نداشته باشد.

این کارشناس فرهنگی در این راستا یادآوری کرد: صحبت‌های مثبت از مدرسه و علم آموزی به لحاظ روانی دانش آموزان را آماده می‌کند و همین احساس خوشایند باعث می‌شود که به تحصیل

علاقه‌مند شوند، به‌عنوان مثال والدین می‌توانند به یک کلاس که خدا را شکر که مدارس باز شد و خود را می‌بینی و دوستان جدید پیدا می‌کنی، همین فضا می‌تواند احساس دلهره را در دانش آموز کاهش دهد و اطمینان خاطری در وی ایجاد کند؛ همچنین والدین در صورتی که فرزندان از سال گذشته خاطرات بدی دارد نباید آن را برای فرزندان یادآوری کنند بلکه بایستی به او این اطمینان را بدهند که نسبت به سال گذشته بزرگ‌تر شده و می‌تواند بهتر در خصوص مشکلات تصمیم‌گیری و اقدام کند.

وی خاطرنشان کرد: بایستی والدین بتوانند به فرزند خود بیاموزند که با ورود به مقطع تحصیلی بالتر، او مستقل شده و می‌تواند کارهایی را انجام دهد که در گذشته نمی‌توانسته‌است. به‌عنوان مثال، کلیدی برای وی بسازند و بگویند حال که به کلاس چهارم می‌روی، می‌توانی کلید خانه را داشته باشی؛ این رفتار موجب دادن اعتمادبه‌نفس به فرزند می‌شود و حس خوشایندی از ورود به مقطع تحصیلی بالتر خواهد داشت.

جذابیت مدارسمان خیلی ضعیف است/ مدارسمان بی‌روح و خشک‌اند

مدرس دانشگاه سوره تهران داشتن دلهره برای ورود به مدرسه را امری طبیعی دانست و افزود: مدارس ما از جذابیت‌های لازم برخوردار نیستند بدین‌سان لازم است تا مدارس فضای شادی داشته باشند، اما متأسفانه جذابیت مدارس بسیار ضعیف و در نتیجه بی‌روح و خشک هستند!

میرطالبی با بیان اینکه دانش آموزان در کره جنوبی بین ۹ تا ۱۱ ساعت در مدرسه حضور دارند اما بدون دلهره، احساس خستگی و بی‌انگیزگی این ساعات را می‌گذرانند چراکه در کنار دروس تئوری، مهارت می‌آموزند، بیان کرد: اما محیط مدارس ما این چندوجهی بودن، شساد بودن و البته جذابیت

جدید لازم است تا والدین برای فرزندان خود در رابطه با تحصیل و هدفی که در آینده از این طریق می‌خواهند به آن دست یابند صحبت کنند، گفت: بایستی آینده برای فرزندان ترسیم شود و دانش آموز بداند که به‌واسطه تحصیل چه چیزی را کسب خواهد کرد.

وی با تأکید بر اینکه آینده تحصیلی و شغلی بایستی برای دانش آموزان مشخص و راه رسیدن به آن ترسیم شود، عنوان کرد: دانش آموز باید بداند که تحصیل و علم‌آموزی در مدارس وی را در چه زمینه‌هایی می‌تواند در مسیر رسیدن به آینده یاری دهد، این مدرسه است که می‌تواند وی را به دانشگاه مناسب و درنهایت آینده تحصیلی و شغلی خوب برساند و درنتیجه انسانی تحصیل کرده، موفق و مفید باشد.

این روان‌شناس با بیان اینکه لازم است تا والدین علاوه بر این وظیفه، عوامل رفاهی را تا حد امکان برای فرزندانشان مهیا کنند و در صورت عدم توانایی از مؤسسات خیریه کمک بگیرند، ادامه داد: مؤسسات خیریه بایستی دانش آموزان هدفمند کم‌بضاعت را یاری کرده تا آن‌ها نیز بتوانند استعدادهای خود را شکوفا کنند.

غفار تبریزی تأکید کرد: هدف از رفتن به مدرسه، تنها یک وجه ندارد و این موضوع بایستی به دانش آموزان آموخته شود که هدف علاوه بر علم‌آموزی، اجتماعی شدن، آموختن راه برقراری ارتباط با دیگران است و بایستی نه‌تنها این موارد برای دانش آموزان ترسیم شود بلکه مدارس نیز هدف خود را چندوجهی کنند.

وی در تشریح این موضوع عنوان کرد: مدارس بایستی حرفه و هنر را نیز وارد وادی علم کرده و تنها به جنبه تئوری دروس اکتفا نکنند. عضو هیئت‌علمی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید بهشتی تهران در پایان گفت‌وگو با بیان این موضوع، گفت: مدارس بایستی برنامه‌ریزی‌شده، هدفمند و قاعده‌مند باشند و مهارت‌های اجتماعی را نیز به دانش آموزان بیاموزند؛ برنامه‌ریزی مدارس باید با هدف‌هایی که برای فرزندان ترسیم می‌خواهد، منطبق باشد و در این مسیر، والدین نیز باید با ایجاد انگیزه و داشتن برنامه‌ریزی و البته نظم قدم بردارند چراکه در این صورت دانش آموزی باانگیزه، علاقه‌مند به تحصیل و مفید برای جامعه خواهیم داشت.

دانش آموزان بایستی پیش از ورود به مدرسه نظم و انضباط را بیاموزند

کارشناس فرهنگی و مدرس دانشگاه سوره تهران نیز در گفت‌وگو با سپهرغرب با تأکید بر لزوم توجه والدین و مدارس به ایجاد انگیزه و تقویت روحیه تحصیل در دانش آموزان، بیان کرد: مسئله ورود به مدرسه و جریان آغاز سال تحصیلی همیشه همراه با هیجان بوده که گاه این هیجانات شیرین و گاهی همراه با ترس و دلهره است.

سید محسن میرطالبی با بیان اینکه لازم است که والدین نکاتی را رعایت کنند تا فرزند آن‌ها بتواند بدون این ترس‌های غیرمنطقی، دلهره‌ها و درنهایت ناراحتی از ورود به مدرسه، قدم پیش بگذارد، گفت: بررسی‌ها نشان می‌دهد کودکانی که دوران پیش‌دبستانی و مهدکودک را تجربه کرده‌اند، ورودشان به مدرسه راحت‌تر از دیگران است چراکه این افراد، انضباط شبه مدرسه و فضای مدرسه را تجربه کرده‌اند و این تجربه مثبت و آشنا شدن آن‌ها با آن محیط در دوران سال تحصیلی تأثیرگذار است.

وی اضافه کرد: چنین دانش آموزانی دلهره

سپهرغرب، گروه اجتماعی – شکبیا کولیونس: ماه مهر فرارسید و بازم ه رنگ مدارس و صف گرفتن‌های دانش آموزان آغاز شد، اما به‌راستی در این مسیر چندین ماهه و در این فضای چندین ساعته لازم است که والدین و دانش آموزان، هدف گذاری آینده را در برنامه‌های خود قرار دهند؛ برنامه‌ریزی‌های تحصیلی و شغلی و البته برنامه‌ریزی کلان با نگاه به آینده (انتظارات از خودمان در آینده) تا بتوان با هدفمندسی و نظم خاصی قدم در مسیر تعلیم و تربیت گذاشت تا دستاوردهای مناسبی از آن عایدمان شود.

زننگ مدارس امروز به صدا درآمد و بار دیگر عده‌ای از دانش آموزان علاقه‌مند به یادگیری که از چند روز قبل، شروع به چیدن وسایل در داخل کیف کوله‌ای خود کرده‌اند به سمت مدرسه راهی شدند، البته عده‌ای هم خواب‌آلو و ناراحت درحالی که کیفشان را نصفه و نیمه برداشته‌اند، مدرسه را غولی بزرگ می‌پندارند، معلم را فردی نامهربان و ایام مدرسه را اتلاف وقت می‌دانند.

اما به‌راستی چرا دانش آموزان به دودسته تقسیم می‌شوند؟ البته افراد بی‌انگیزه به تحصیل همواره تعدادشان بیشتر است و می‌توانند عده‌ای از همان دانش آموزان پرانگیزه را تسخیر و شاید شست‌وشوی مغزی دهند و وارد وادی دیگری کنند!

دراین بین والدین چه تأثیری دارند؟ آیا این احساس‌ها از تصمیمات و صحبت‌های والدین نشأت نمی‌گیرد؟

یقیناً والدین، گروه همسالان، دوستان و آشنایان در این نوع تفکر و برخورد دانش آموزان بسیار مؤثر هستند کما اینکه مشاهده‌شده دانش آموزی ۷ ساله مدام از سوی والدین، پدر و بزرگ و مادر بزرگش مورد تمسخر قرار گرفته که قرار است یک سال تحصیلی را با یک روپوش بگذراند و با مدام برایش نالیده‌اند که مدرسه ال است و بل است...

از سویی والدینی هستند که با برنامه‌ریزی هدفمند و هدف گذاری‌های دقیق، آینده را مثبت بکار فرزندانشان ترسیم می‌کنند و همین موضوع شور و شوق را برای فرزندان به ارمغان می‌آورد و عاشقانه و هدفمند قدم در مسیر مدرسه می‌گذارند، همین دانش آموزان در سال‌های تحصیل در مدرسه، افتان‌وخیزان نادر و نمرات وی در تمامی مقاطع قابل تحسین است و سپس می‌تواند وارد دانشگاه‌های تراز برتر شود نه آنکه به‌زور سبیه و پول و البته تحمیل، وارد دانشگاه‌های زیر پونز نقشه شود!

با توجه به فرارسیدن ماه مهر و ورق خوردن برگ دیگری از دفتر تعلیم و تربیت با آغاز سال تحصیلی جدید بر آن شددیم که به این بهانه گفت‌وویی با ربابه غفار تبریزی، روان‌شناس و عضو هیئت‌علمی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید بهشتی تهران و هم‌چنین سید محسن میرطالبی، کارشناس فرهنگی و مدرس دانشگاه سوره تهران ترتیب دهیم تا از نظر کارشناسی آن‌ها در این خصوص جویا شویم.

مدارس چندوجهی و والدینی با برنامه‌ریزی، عوامل ایجاد انگیزه در دانش آموزان

ربابه غفار تبریزی، روان‌شناس و عضو هیئت‌علمی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید بهشتی تهران در گفت‌وگو با خبرنگار سرویس اجتماعی سپهرغرب با بیان اینکه با توجه به بازگشایی مدارس و آغاز سال تحصیلی

خبر

کودکی که نمی‌خواهد بشنود

رفتار با بچه‌ای که حرف گوش نمی‌کند

سپهرغرب، گروه اجتماعی: اگر مطمئن هستید که بچه درخواست شما را شنیده اما هنوز می‌خواهد آن را نادیده بگیرد، لازم است در چنین مواقعی پیامد کارش را برایش توضیح دهید؛ مثلاً می‌توانید درخواست خود را با نتیجه و پیامدش همراه کنید.

دختری پیش دبستانی دارم که اصلاً به حرف من گوش نمی‌کند و شب‌ها هم دیروقت می‌خوابد، چگونه با او رفتار کنم تا کمی حرف‌گوش‌تر شود؟

اینکه به کودکان یاد دهید به حرف‌هایتان گوش کند کار دشواری به نظر می‌آید، مثل یک مبارزه سخت و پایان‌ناپذیر! شما باید الگوی خوبی در زمینه گوش کردن باشید، به او نشان دهید که شنونده خوبی هستید، مهم نیست او در چه سنی قرار دارد، باید ببیند که شما در گفت‌وگو با دیگران چگونه رفتار می‌کنید و چگونه به دیگران گوش می‌دهید.

– زمانی که با شما صحبت می‌کند مستقیم به او نگاه کنید، وقتی حرف می‌زند به صفحه تلویزیون یا کامپیوتر خیره نشوی. به او نشان دهید که به حرف‌هایش توجه می‌کنید و اهمیت می‌دهید. توجه داشته باشید که بچه‌ها تقلیدکننده‌های خوبی هستند؛ هر جور که با آن‌ها رفتار شود رفتار می‌کنند.

– رفتار خود را با سه کلمه، اگر تو و چرا آغاز نکنید تا کودکان از شما گریزان نباشد. گاهی بچه به شما گوش نمی‌کند یا به حرف‌های شما توجهی نشان نمی‌دهد، زیرا توجهش جلب نشده یا تمرکز ندارد.

– زمانی که می‌خواهید با او صحبت کنید ابتدا مطمئن شوید که توجه او را جلب کرده‌اید، به‌خصوص اگر کودکان به‌راحتی تمرکز خود را از دست می‌دهد یا او آرام‌تر و مهربانانه‌تر صحبت کنید. اگر مطمئن هستید نایده بگیرد لازم است در چنین مواقعی پیامد کارش را برایش توضیح دهید؛ مثلاً می‌توانید درخواست خود را با نتیجه و پیامدش همراه کنید. اگر مشکلات گوش کردن بچه تکرار می‌شود بهتر و علاقه‌ان این است که با پزشک متخصص صحبت کنید شاید مشکل بچه در شنوایی باشد یا مشکلات دیگر.

بچه‌ها تقلیدکننده‌های خوبی هستند هر جور که با آن‌ها رفتار شود رفتار می‌کنند

نکاتی درباره دیر خوابیدن کودک – صداها یا تصاویر ذهنی که به‌صورت یکنواخت در ذهن مرور می‌شوند تأثیر خواب‌آور دارند. شما می‌توانید برای کودکان از روش معروف شمردن گوسفندان استفاده کنید. لازم نیست که فرزند شما حتماً گوسفندانی را تصور کند که در ذهن خود به آن‌ها اجازه عبور می‌دهد. از طرفی نباید آن‌ها را بشمارد چون این به معنی تلاش و زحمتی است که کودک شما را مجبور به بیسار ماندن می‌کند. به فرزندان بگویید بره‌های تاز، بچه‌گره‌ها یا پروانه‌های رنگارنگ را تجسم کند که در سفی طولانی سلاسه‌سلانه از مقابل چشمان او عبور می‌کنند.

– برخوردی کمی قبل از خواب می‌تواند منجر به مشکلات فراوانی در خوابیدن به‌خصوص در نیمه‌شب شود. بهتر است که کودک حدود دو ساعت قبل از خواب به همراه دیگر اعضای خانواده شامش را و قبل از خواب نیز به‌اندازه کافی آب بخورد، همچنین به دستشویی برود تا نیمه‌شب مجبور نباشد به این دلیل دوباره از خواب برخیزد.

– انتخاب رنگ ملحفه و روبالشی کودک را حتماً در نظر داشته باشید. اصولاً در این مورد نباید از رنگ‌های محرق و تند استفاده کرد. رنگ‌های بسیار تیره، قهوه‌ای، مشکی، آبی تیره بیشتر تأثیر ترسناک و وحشت‌انگیز دارند و در کودک ایجاد خوف می‌کنند. بچه‌های پیش‌دبستانی نسبت به رنگ‌های قهوه‌ای روشن، قرمز سیر، سبز ملایم و آبی روشن احساس خوبی دارند؛ بنابراین تا می‌توانید فضای اطراف محل خواب کودک را از وجود اشیای با رنگ‌های تند و براق و درخشان خلوت کنید. یک محیط ساده و عاری از تنوع زیاد، همراه با آرامش، می‌تواند بهترین موقعیت برای خواب کودک باشد.

– سعی نکنید در هنگام خواب تذتند به بچه سر بزنید. این کار سبب مزاحمت برای کودک می‌شود و او فکر می‌کند که شما از دستش ناراحت یا عصبانی هستید و درنتیجه مرتب از خواب بیدار می‌شود. – در زمستان‌ها اتاق خواب بچه‌ها را بیش‌ازحد گرم و هوای آن را خیلی خشک نکنید. چند ساعت قبل از خواب، شوفای یا بخاری را خاموش و هوای اتاق را تهویه کنید. در طول شب نیز به‌اندازه کافی به فکر تهویه هوای اتاق باشید. گوشه پنجره یا در اتاق را باز بگذارید که همیشه هوای تازه در داخل جریان داشته باشد؛ همچنین در مواقع فوری قرار دادن دستمال مرطوبی روی شوفای یا کنری آب روی بخاری نیز به از بین بردن سریع خشکی هوا کمک می‌کند.

– کودک را حتماً در رختخواب خودش بخوابانید. در مواردی که بچه مریض می‌شود یا به دلیل یک کابوس ترسناک نیمه‌شب از خواب می‌پرد و دیگر خوابش نمی‌رد، می‌توانید او را استثناً پیش خودتان بخوابانید. – کمبود آهن در بدن می‌تواند در بدخوابی کودک مؤثر باشد. از آنجایی‌که کودک در سنین رشد قرار دارد برنامه غذایی فرزندان را باید طوری تنظیم کنید که ویتامین‌ها و مواد معدنی به میزان کافی در آن موجود باشد. برای این منظور می‌توان گوشت، سبزی، میوه یا حبوباتی چون نخود و لوبیا که سرشار از آهن هستند استفاده کنید؛ اما گوشت و ماهی بهتر است، زیرا آهن موجود در آن سریع‌تر و آسان‌تر جذب بدن می‌شود. – هنگام نزدیک شدن وقت خواب، به‌آرامی به کودک بگویید باری دیگر بس است و باید زودتر به رختخوابش برود؛ سپس دستش را بگیرد و او را در مسواک بزد، پوشیدن لباس خواب، شب‌به‌خیر گفتن به اعضای خانواده و عروسکش همراهی کنید و درنهایت، قبل از خواب برایش قصه بگویید.

– کودکتان را در جریان برنامه‌ها و تفریحاتی که قرار است فردا با همدیگر انجام دهید، بگذارید. این تفریحات می‌تواند شامل پارک رفتن یا دیدار دوستان و آشنایان باشد. ضمناً از دادن وعده‌های پوچی که در او تأثیر منفی می‌گذارد پرهیز کنید.

این موضوع به‌شدت روی یادگیری دانش آموزان مؤثر است.

جای خالی آموزش و پرورش قوی، غنی و موفق همراه با مدرسه‌ای شاد و باجذابیت

مدرس دانشگاه سوره تهران در پایان گفت‌وگو با خبرنگار سرویس اجتماعی سپهرغرب، آموزش و پرورش و تعلیم و تربیت را یک سیستم دانست و گفت: این سیستم از دانش آموزان، والدین و معلمان تشکیل‌شده و اگر این سه ضلع با برنامه‌ریزی و هدفمند به وظیفه خود عمل نکنند، آموزش و پرورش موفق نخواهیم داشت. پس امید است با این همکاری‌ها شاهد آموزش و پرورش قوی، غنی و موفق همراه با مدرسه‌ای شاد و باجذابیت باشیم تا دانش آموزان در آن احساس آرامش داشته باشند و از تحصیل لذت ببرند؛ چراکه این روزها در سیستم آموزشی ما جای این مدرسه خالی است.

اما آغاز سال تحصیلی و ورود به مدرسه...

فصل تازگی پاییز از راه می‌رسد و با خود خاطرات مدرسه را به همراه دارد، اما به‌راستی نقش والدین و معلمان تا چه حد در ایجاد یک خاطرت خوب یا بد برای دانش آموزان مؤثر است؟ آیا سال تحصیلی جدید را با برنامه‌ریزی آغاز کرده‌ایم؟ آیا هدف گذاری آینده را سرلوحه کار خود قرار داده‌ایم تا دانش آموزان از محیط مدرسه لذت ببرند و مدام منتظر رنگ تفریح یا آخر برای رفتن به خانه نباشند؟

امید است حال که والدین نیز نیازمند آموزش هستند تا فرزندانشان را نسبت به تحصیل و علم‌آموزی دلسرد نکنند، آموزش و پرورش با کمک انجمن اولیا و مربیان بتواند آموزش‌هایی را برای والدین داشته باشد تا شاهد دور شدن و از بین رفتن انگیزه دانش آموزان برای موفق بودن، تحصیل کردن و داشتن آینده‌ای روشن باشیم، به امید آن روز

این کارشناس خانواده در ادامه خواستار توجه والدین و مدیران مدرسه نسبت به وضعیت جسمانی دانش آموزان شد و تبیین کرد: لازم است که والدین پیش از ورود فرزندان به مقطع تحصیلی بالتر، به لحاظ شنوایی، بینایی، دهان و دندان و موارد دیگر او را تحت معاینه پزشک قرار دهند تا در طول سال تحصیلی با مشکلاتی مواجه نشود، چراکه بروز ناراحتی در این مواردی می‌تواند در دیرواز بودن دانش آموز مؤثر باشد.

میرطالبی اجرای طرح سنجش در مدارس را امری مناسب برشمرد و افزود: در خرید وسایل تحصیلی به سلیقه فرزندان می‌توانیم وی را به تحصیل و ورود به مدرسه باانگیزه کنیم، نباید روزهای نخست مدرسه را با عجله شروع کنیم تا دلهره‌ای در فرزندان ایجاد شود، از سویی برای بازگشت او از مدرسه به خانه نیز لازم است تا برنامه‌ریزی داشته باشیم.

وی با تأکید بر لزوم توجه به میان‌وعده دانش آموزان، تأکید کرد: در این خصوص نه‌تنها والدین بلکه مسؤولان مدارس نیز بایستی در بوفه‌ها به فکر میان‌وعده‌های سالم باشند چراکه

عاشقانه یکدیگر را صدا بزنند، زیبا صدا کردن زن و مرد، بهترین شیوه برای ابراز محبت است؛ اما شاید زوجین بعد از گذشت چند سال از زندگی مشترک خود فراموش کنند درحالی‌که این نحوه صدا کردن را بهتر است تمرین کنند تا این رابطه همیشه برای هر دو تازگی داشته باشد. افراد خوشبخت سعی می‌کنند تا آخر عمر با یکدیگر عاشقانه رفتار کنند و اس‌هم‌های هم را به بهترین شکل صدا می‌زنند. پیامبر اکرم (ص) فرمودند: سه چیز است که محبت شخص را درباره دیگری خالص می‌کند: یکی از آن‌ها این است که طرف مقابل را به اسی صدا بزند که وی می‌پسندد.

صحبت‌های یکدیگر را گوش کنید و درک داشته باشید

گلایه‌هایی که بیشتر خانم‌ها دارند این است که شوهرمان به حرف‌های ما اهمیت نمی‌دهد و موقع صحبت کردن معلوم نیست خواستش کجاست، خانم‌ها عاشق صحبت کردن هستند و شما به‌عنوان شوهر وظیفه‌دارید به حرف‌های او گوش دهید و حواستان کاملاً به او باشد. اگر به حرف‌های او گوش دهید و توجه کامل داشته باشید به او آرامش می‌دهید و او هم آرامش را به زندگی شما هدیه می‌دهد.

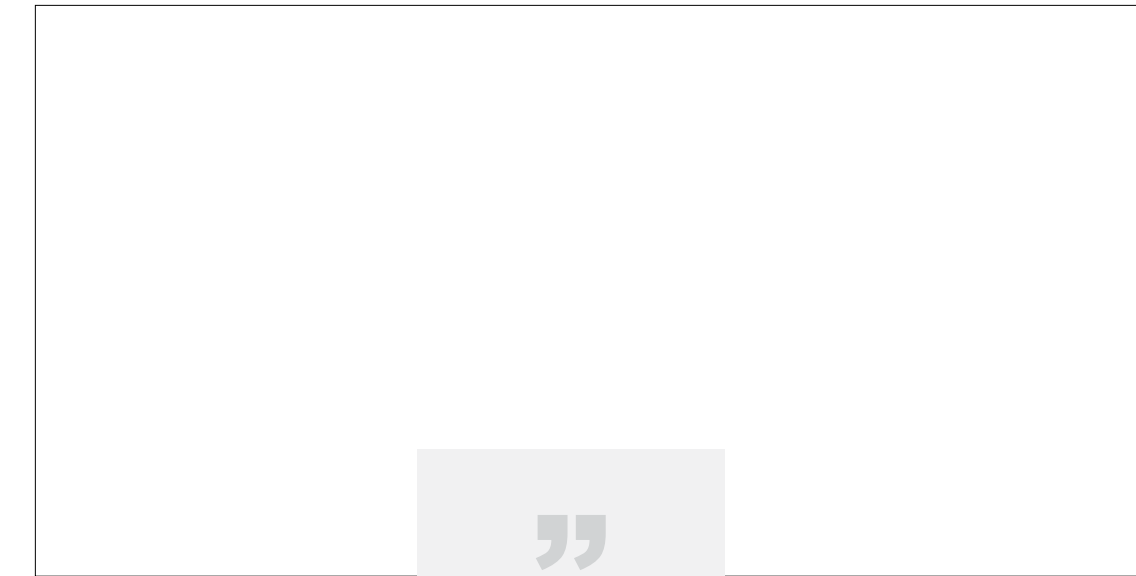
نکته: هنر گوش دادن را باید زن و شوهرها بیاموزند و بدانند که چه اثرات خوبی در پشت سر این گوش دادن‌ها است.

گوش دادن به حرف‌های یکدیگر سبب می‌شود که نیاز یکدیگر را بشناسید و برآورده کنید. زمانی که همسران به حرف‌های یکدیگر گوش بدهند، به هم می‌فهمند که برای هم مهم هستند، بسیار صمیمی خواهند شد و تبدیل به یک زوج خوشبخت می‌شوند.

نکته پایانی

سعی کنید با تمام وجود خود به دنبال خوشبختی باشید و زمینه را برای خوشبخت شدن فراهم کنید. برای خوشبخت شدن نیاز است تا هرودی شما تلاش کرده و اصول کاربردی را در زندگی خود پیاده کنید، تنهایی نمی‌شود خوشبختی را به ارمان آورد، باهم برای خوشبختی تلاش کنید.

چه کارهایی انجام دهیم تا خوشبخت شویم؟



می‌رسیم به آن دو در زندگی مشترک مشورت کردن را بلد نبوده و فقط به دنبال این بودند که نظر خود را به کرسی بنشانند، درحالی‌که برای داشتن یک زندگی آرام و خوشبخت، نیاز است به رأی یکدیگر احترام بگذارید و در امور مختلف زندگی از یکدیگر مشورت بخواهید. هر تصمیمی در زندگی مشترک باید با تبادل نظر گرفته شود حتی اگر این اشتراک در حد یک مشورت کوچک یا پرسیدن نظر همسران باشد. امام صادق (علیه‌السلام) فرمودند: کسی که مشورت کند هلاک نمی‌شود. یک تفاوتی که در زندگی آدم‌های خوشبخت و خوشبختی است. برای رسیدن به این مقصود باید گذشت داشته باشید و از لغزش‌های هم بگذرید.

نکته دوم: به وجود آمدن یک رابطه صمیمی در میان زن و شوهر، مهم‌ترین عامل سازگاری و پایداری یک زندگی زناشویی است. یکی از راهکارها و مهارت‌هایی که موجب به وجود آمدن یک رابطه صمیمی میان زن و شوهر می‌شود، گذشت کردن از اشتباهات یکدیگر است.

– خودرأی نباشید

زمانی به یک زندگی پر تنش را بررسی و مشکلات آن‌ها را ریشه‌یابی می‌کنیم به اینجا

از اشتباهات یکدیگر است.