



دعوا، ابتدا به سمت کودک آسیب دیده برپید و مطمئن شوید که آسیب بدنی ندیده است. کودکان را از هم جدا و چند دقیقه صبر کنید تا آرام شوند. به هر دو کودک یا کودکان فرصت دهید درباره دعوی که بین آنها رخ داده به طور جداگانه توضیح دهند. فعالیت های هوای روزانه (مثل دویدن در پارک و توپ بازی) را نیز برای کودکان در نظر بگیرید تا میزان رفتارهای تکانشی و دعواکردن آنها کاسته شود.

کودکان می‌شود. اگر کودک شما دائم دعوا می‌کند، لازم است علل دعوا کردن او را شناسایی کنید اما برخی رفتارهای کودکان را که آسیب‌زا نیست، نادیده بگیرید و دائم بین بازی و گفت‌وگو آنها مداخله نکنید. گاهی کودکان دقایقی بحث می‌کنند و بعد به سادگی به بازی خود ادامه می‌دهند. همچنین زمانی که فرزندان شما رفتار خوب و مناسب دارند، به آنها توجه کنید، نه فقط زمانی که دعوا می‌کنند. هنگام

در فرایند رشد کودکان، بازی و روابط اجتماعی نقش مهمی دارد و هنگام بازی و روابط اجتماعی بین کودکان، دعوا و ناراحتی به چشم می‌خورد که بسیار طبیعی است. کودکان ابتدا با شوق و میل به سوی یکدیگر می‌روند اما پس از گذشت مدت زمانی با یکدیگر دعوا می‌کنند و والدین و مراقبین صدای گریه و جیغ آنها را می‌شنوند. واکنش خانواده در دعوی کودکان، باعث کاهش یا حتی افزایش دعوی

دعویٰ کودکان و واکنش بزرگ‌ترها

یادداشت

معصومه صبور | کارشناس مشاوره

تاثیر نقاشی در روان کودک

نقاشی کشیدن بدون استفاده از الگو و به صورت آزادانه در واقع به تصویر کشیدن رویاها، تخیلات، احساسات و حالات درونی کودک است که همراه با احساس لذت و امنیت، اعتماد به نفس کودک را بالا می برد. بسیاری از روان شناسان و مشاوران معتقدند با تحلیل نقاشی های کودکان می توان به شناخت و افزایش مهارت های شناختی، احساسی و فیزیکی کودک پرداخت. کودک به کمک نقاشی، دلخواه های درونی اش را برز و استرس خود را کاهش می دهد. به همین دلیل برای رفع بسیاری از مشکلات روحی و روانی دانش آموزان می توان از نقاشی استفاده کرد. هنگام نقاشی کشیدن، دست، چشم و مغز به طور همزمان فعالیت می کنند و حرکات چشم و دست با یکدیگر هماهنگ می شوند. علاوه بر این، آگاهی و خلاقیت کودکان تقویت و احساسات هنری آنها شکوفا می شود. همچنین، با افزایش مهارت های تمریکی، توانایی کودکان در تمرکز بر کارها نیز افزایش می یابد. هر قدر کودک در انجام فعالیت و انتخاب ابزار کار زادتر باشد اشتیاق بیشتری از خود نشان خواهد داد و در نتیجه مهارت های دست و روانه او تقویت می شود. کودکان با نقاشی کردن شکل ها، داستان ها و تخیلات منحصر به فردی می سازند که از ذهن خودشان نشأت گرفته است. بنابراین مداومت در نقاشی سبب بروز نگرش و رفتارهای خلاقانه در سایر جنبه های زندگی کودک و تقویت مهارت حل مسأله در او خواهد شد. وقتی کودک جهان پیرامون خود را در پیچه ذهن خلاصش مشاهده و تفسیر می کند، از دیگران متمایز و برای مواجهه با آینده دنیای پیش رو آماده تر می شود. نقاشی ای که از روح و ذهن کودک برمی خیزد، سازنده و درمانگر است، نه نقاشی های الگومحوری که با چهارچوب های خشک و سبکات آویشان موجب آزار جسم و روان کودکان می شوند و درهای خیال را بر ذهن شان می بندند و مانع رشد و خیر می شود. برای بالابردن انگیزه فرزند خود در نقاشی کشیدن از تشویق مثبت استفاده کنید.

در ایام بحث قوانین کنترل‌کننده فضای مجازی شاید برای بسیاری از ما این سؤال مطرح باشد که آیا در غرب هم فیلترینگ شبکه‌های اجتماعی وجود دارد یا فقط در کشور ما اجرا می‌شود؟ پرسشی مهم که ما امروز بنابر گزارش اتحادیه اروپا از وضعیت شبکه‌های اجتماعی در میان شهروندان قارص‌سبز به آن پاسخ خواهیم داد. در پایین‌تر سالی گذشته، مسیو برای و جنستی اتحادیه اروپا (FEMM) گزارش‌ش تحت عنوان «وضعیت شبکه‌های اجتماعی برای زنان و

«دختران» منتشر کرد. این گزارش به عدم کارایی قوانین فضای مجازی اشاره کرده و بررسی می‌کند که چرا زنان و دختران نسبت به پسران و مردان، بیشتر در معرض آسیب‌های اجتماعی قرار دارند. این پرسش با بررسی آزمایش‌ها و داده‌های مختلف نشان می‌دهد که تأثیرات منفی شبکه‌های اجتماعی بر این قشر تنها با وجود قوانین محدودکننده یا آموزش‌های سواد رسانه‌ای کافی نیست، بلکه لازم است بر تغییر نگرش افراد نسبت به معنای زندگی نیز کار شود. با این حال، این نکته در گزارش به طور کافی مورد

توجه قرار نگرفته بود، زیرا در میان انبوهی از آمارهای منفی درباره وضعیت زنان غربی در فضای مجازی گم شد. به دلیل نگرش تجربی، راه حل‌ها مجدداً بر آموزش و پیگیری میزان موفقیت قوانین کنترل متمرکز شده بودند. بنابراین، اروپا به قانون فیلترینگ و تأثیرات آن اعتقاد داشت، اما می‌خواست این قوانین بار روانی دختران و زنان اروپایی را کاهش دهند تا از بروز آفسدرگی و اضطراب جلوگیری شود. آنان به این نتیجه رسیده‌اند که سلامت جسمی و روحی زنان شرط ضروری برای ایجاد یک جامعه قوی است. نکته‌ای

برش

چرا قوانین کنترل کننده باید مورد توجه قرار گیرند؟

پس از انتشار گزارش‌هایی درباره افزایش مشکلات روانی در میان دختران، محققان اروپایی و آمریکایی به بررسی علل برخی از این مشکلات پرداختند. تا تحلیل ما را، پژوهشگران دریافته‌اند که زنان بیشتر به‌منظور تقویت روابط اجتماعی و برقراری ارتباط در شبکه‌های اجتماعی با محویت بصری فعال هستند، درحالی‌که مردان به‌دلیل تأمین نیروی اقتدار خود، بیشتر به‌رامور می‌سیستم متمرکزند. به‌همین دلیل، حضور زنان در شبکه‌های نظیر اینستاگرام، پینترست و فیس‌بوک بیشتر از مردان است، درحالی‌که مردان غالباً در توییتر فعال‌تر هستند.

این وضعیت به دلیل تغییرات هویتی و سبک زندگی برای زنان غربی چندان مثبت ارزیابی نمی شود و بار روانی آنها را افزایش می دهد؛ مسائلی مانند آزار و اذیت آنان، اعتماد به نفس پایین، تصویر منفی از بدن خود و ناخوابی را به همراه دارد. مشکل اساسی بر سر دیدن یا ارسال تصاویر است که می تواند به جرسته شدن یا پنهان ماندن جنبه های زنانه منجر شود. به طور خاص، در گزارشی از اتحادیه برای موضوع «نظارت نانویی» اشاره شده است که در آن گفته می شود استفاده از فناوری های ویرایش و دستکاری تصویر در شبکه های اجتماعی باعث احساس ناامنی در زنان می شود.

در واقع، زنان با ویرایش تصاویر خود تلاش می‌کنند در بهترین حالت خود را معرفی و به این ترتیب توجه و لایک بیشتری دریافت کنند. اما اگر این هدف محقق نشود، ممکن است به اضطراب و افسردگی منجر گردد. پژوهشگران بر این باورند که ظهور چنین روندی ناشی از افشارهای تبلیغاتی هدفمند در شبکه‌های اجتماعی است، مانند جراحی‌های

زیبایی، نوشیدنی‌ها، مراقبت از پوست، ناخن و مکمل‌های مو، این موضوع در ایران نیز رو به افزایش است و به ترویج سبک زندگی تجملاتی می‌انجامد. آسیب‌هایی ناشی از این وضعیت حتی از سبک زندگی نیز مهم‌تر است، زیرا زنان سلفی‌انداز هنگام بارگذاری عکس‌های خود در صفحات‌شان، خود را در مقایسه با تصاویر بارگراهی تناسب اندام می‌بینند. این احساس ناراضی‌اتی با جدایت به سرعت به آنها منتقل و نتیجه‌اش عصبانیت و خلق‌و‌خوی امانت‌سپاری می‌شود که بهبودی آنها به آنها به همراه ندارد. نکته‌ای که در مقالات سال‌های ۲۰۱۷ و ۲۰۱۸ در مجله تصویر بدن به آن اشاره شده، این است که این اقدامات به جنسی شدن زنان در جامعه منجر می‌شود. به عبارت دیگر، بدن و زیبایی زنان به معیارهایی برای سنجش ارزش آنها توسط دیگران تبدیل شده است و برای کسب بالاترین امتیاز، آنها باید نهایت تلاش خود را در جلوگیری به کار ببرند. این نگرش خطرناک امروزه به ویژه در میان جوانان، به ویژه دختران ۱۶ تا ۱۸ ساله ایرانی، بیشتر به چشم می‌خورد و در سال ۲۰۲۲ در مجله روان شناسی بالینی کودک و خانواده تحت عنوان «طوفان کامل» نامیده شد. برای براساس این نگرش، بدن نوجوانان به عنوان اولین نمایشگاه آنها تلقی شده و سوای در فضای مجازی کنترل شود.

به همین دلیل، قانون خدمات دیجیتال اروپا (DSA) به مسائلی نظیر مبارزه با محتوای غیرقانونی، تبلیغات شفاف و اطلاعات نادرست پرداخته است. این سند در ژوئیه ۲۰۲۲ به تصویب رسید و از اواخر آوریل ۲۰۲۳، به‌تدریج‌های بزرگی مانند لینکدین، اینستاگرام، فیس‌بوک و پینترست ملزم به اجرای آن شدند. اما راه حل تنهایی این قوانین محدود نمی‌شود؛ بلکه باید نگرش مثبت نوجوانان به بدن را تقویت کرد تا اولویت بدن‌گرایی تغییر یابد. زیرا قوانین فیلترینگ بدن نگرش تجربی غربی اجرا می‌شوند و مفاهیمی مانند معنویت و دین را در نظر نمی‌گیرند. به این جهت، خروجی گزارش «ضعیت استفاده از شبکه‌های اجتماعی توسط زنان و دختران» اتحادیه اروپا ناقص ارزیابی می‌شود.



حل جدول عادی ۶۸۹۵

[illegible]

حل جدول ویژه ۶۸۹۵

[illegible]

وقات ۶) بزرگوارتر- قصہ گو- پرمصرف ترین