

# کیمیا

بی‌احترامی به یکدیگر بزرگ ترین خطری است که یک جامعه را تهدید می‌کند.جامعه‌ای که در افراد به راحتی حقوق شهروندی یکدیگر را زیر پا بگذراند روز به روز عقب افتاده‌تر و مردم آن به هم بی‌اعتمادتر می‌شوند.

در حالی که بی‌احترامی به عنوان رفتاری ناشایست علیه دیگران محسوب می‌شود از سوی دیگر موجب ایجاد فضایی استرس‌سزا و درگیری‌هایی بزرگ‌تر در اجتماع می‌گردد. سیاست رفتار نیک به سادگی بیانی می‌کند که افراد باید با رفتاری خوشایند یا یکدیگر مهربانند تا سلامت روانی جامعه هم به خطر نیفتند. مهم‌ترین آنها این است که باید نخست نگاهی به رفتار خود داشته و مراقب حرکاتمان باشیم. پس از آن از همگان می‌خواهیم تا رفتار خوبی با یکدیگر داشته باشند. رفتار نیک تنها اصلی است که می‌توانیم آن را روی یک مشارکت همراه با اعتماد اعمال کنیم و همچنین تنها راه منطقی است که می‌توانیم از طریق آن یک مشارکت خوب را از شدت نااموخته‌ها،افشاندن بذ محبت و حفظ سلامت روانی و ما نمی‌توانیم در مردم بخواهیم تا همیشه یکدیگر را دوست داشته باشند، به یکدیگر ابر خیز گذارند، از هم اطاعت کنند یا حتی به یکدیگر احترام بگذارند. اما کلاما حق داریم که از آنها بخواهیم با یکدیگر خوش‌رفتار باشند.

همین انتظار را بی‌حاشی، از او دارند. البته ممکن است برترینهای شخصیت در فردی شخصیت وجودی فردی دیگر را تحت‌الشعاع قرار دهد، اما این به معنای سلب شخصیت از او نیست.

**شخصیت خیالی در رفتار و برخورد با دیگران**

بزرگ ترین عامل بارزنده برای ادای احترام و ادب نسبت به همنوعان، وجود پندارهایی است که به تدریج در فضای ذهن رسوخ می‌کند و انسان خود را از دیگران برتر و بالاتر می‌بیند. چنین شخصی از نظر روحی و فکری در حالتی به سر می‌برد که همواره منتظر است شخصیت تصویری و خیالی خودرا در رفتار و برخورد با دیگران، جلوه‌گر ببیند. گاه این حالت، چنان پنهان است که تا شخص مبتلا درون ذهنش را نکود می‌تواند این حالت را در خود بیابد و به درمان آن بپردازد. وقتی شخصی، در تفکر و فضای ذهن بر این عقیده باشد که از کسی یا کسان دیگری به مرتبه و مقام، به شخصیت و منش، به فهم و دانش، به کار و کاردانی و مهارت، به معرفت و شایستگی، به وجاهت و نفوذ و… برتر است، این افکار به طور ناخواسته در رفتارش تأثیر می‌گذارد و او را به بروز کنش‌ها و واکنش‌های منفی و ناپسند وامی‌دارد.

# نگاهی دقیق به رفتارمان بیندازیم

علبرضا سزوار

تا هنگامی هم که به این آسیب ذهنی مبتلا باشد، گریز از کمند تکبر و تافخر، در رفتار و کردار، ناممکن خواهد بود و در نتیجه توان برخورد سالم و اخلاقی با مردمان را نخواهد داشت.

بنابراین، باید دانست که آشکار شدن احترام و ادب در رفتار، بر پایه باورها و داوربیهایی که بن نسبت به شخصیت مردمان و شخصیت خود و برتر نپهاندن احترام به دیگران و احترام به خودمان، استوار است. شخصی که به شخصیت مردمان ایمان یابورد، آن را بنبیزد و برتر نهد، خوش خلق و مهربان خواهد بود و بر دانش و موقعیت و شهرت خود، فخر نمی‌کند و همیشه به مسئولیت و رسالت خویش می‌اندیشد و در پی راه‌حل است که چگونه با احترام به مردم حتی دیگران را هم با خوش‌اخلاقی به این کار ترغیب کند.

بنابراین، بهره‌درست از این سرمایه بزرگ و آماده، باید در سرحله کار همه ما باشد. مخصوصا افرادی که تحصیلات بیشتری دارند، معاشرت و برخورد خوب و آراسته با مردم و نگهداشت آداب و اخلاق برای گرایش دادن آنان به اصلتهای دینی را هرگز نباید نادیده بگیریم.

**نقش مهم برخورد با جوانان**

برخورد و معاشرت با نسل نوجوانان و جوانان امروزی، همچون برخورد و معاشرت با دیگر افراد جامعه، باید آمیخته به احترام و ادب باشد، بی‌هیچ کاستی. بلکه باید در برخورد با اینان، ادب و احترام بیشتری از خود آشکار کرد و چهره زیبا و پویای اخلاقی را به زیبایی و آراستگی، در برابر ذات پرشور و پزذوق آنان، به نمایش گذارد.

برخی از افراد، به هنگام برخورد با آنها، بیش از آن که به فکر احترام گذاردن به جوان یا نوجوانی باشند و در گرایش او، به خوش اخلاقی بیندیشند، منتظر می‌مانند تا او ادب و احترام ندهد. غافل از این که اگر یک جوان یا نوجوان، ادب ببیند، زودتر از میانسال و کهنسال دگرگون می‌شود و گرایش به تکرار آن پیدا می‌کند. بدون شک، برخورد محبت‌آمیز با جوان و ابراز علاقه‌مندی به او و سرنوشت او، در روح پذیرایی او، در صفحه باطن و ضمیر پاک او، همواره نقشی پایدار بر جایی می‌گذارد و زمینه خوبی برای دآوری و واکنش درست وی، در برخورد با دیگر افراد در جامعه به وجود می‌آورد.

برخورد صحیح با جوان، در طوفان شک و تردیدهای فکری دوران جوانی، نقش تمیین‌کننده‌ای در گرایش و پذیرش فرهنگ دوستی دارد. یک برخورد سالم، گاه، انگیزه‌ها، گرایشها و باورهای را در روح و تفکر و تعهد بالنده اخلاقی او ایجاد می‌کند. نباید به خاطر ناپختگی و ناآمودگی‌اش در معاشرت و ابراز ادب و احترام، او را راند یا با او همراه و همنشین نشد، بلکه باید به بالندگی و اقتدار روحی و شخصیت پنهانش او را پذیرفت.

یکی از انگیزنده‌های اصلی جوانان در نوع برخورد، سازگاری و انطباق با حالتهای روحی است. باید بگوئیم پوششی از هنر را بر تمام نصیحت‌های خود داشته باشیم. خیلی سریع با سخن نگوییم و نصیحت نکریم و با قلبهایی هنری و

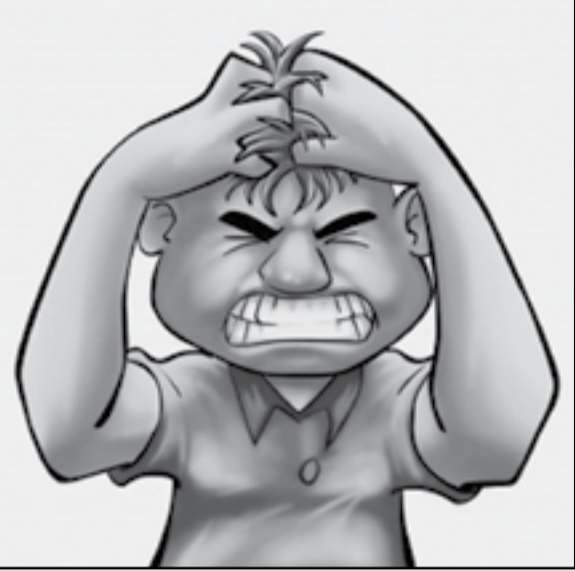
## اجتماعی Ejtemae @kayhannews.ir

ادبی داشته باشیم. در چارچوب‌های ادبی امروزی، او را به سوی احترام بیشتر با دیگران یکشکنیم.

**همه حق و اجازه دارند عصبانی شوند**

در بسیاری از جوامع، بی‌احترامی و عصبانیت بعنوان یک نقطه‌ای ضعف شدید دیده می‌شود. در نتیجه شخص عصبانی کسی است که باید از دوری جسد و یا مورد سرزنش قرار داد. مهمترین اصلی که درمورد خشم و عصبانیت باید بدانیم این است که احساس خودمان طبیعی و ذاتی است و مانند هر احساس دیگری مثل غم، ناامیدی، شادی و یا ترس در همه انسانها وجود دارد. حس احساس عصبانیت به خودی خود بد و نادرست نیست، بلکه نحوه ابراز آن است که می‌تواند مشکل‌ساز باشد.

در واقع، خشم و عصبانیت یکی از مکانیزم‌های دفاعی انسان است. پس نکته مهمی را که باید پذیرفت و این پیام باید به خود و به اطرافیان نیز داده شود، این است که همه حق و اجازه دارند عصبانی شوند. حتی انسان باید بتواند احساس خشم و عصبانیت خود را ابراز کند. ابراز عصبانیت نباید همیشه به عنوان یک احساس بد تلقی شود. زیرا نتیجه این خواهد بود که بسیاری، احساس خشم خود



را در درون پنهان کرده و خشمی که بدرون ریخته شود، به اشکال بیمارگونه به تدریج بیرون خواهدآمد.آماجایی که خشم و عصبانیت یک احساس قوی، طبیعی و لازم برای بقای انسان است انرژی زیادی به همراه خود دارد. این انرژی می‌تواند نابودکننده و یا سازنده باشد.

به طور مثال اگر از کودکی عصبانی شدن و ابراز احساس خشم در خانواده منع شود و یا حتی کودک به خاطر ابراز این احساس طبیعی مثلا تنبیه شود، پاسخی که به او داده می‌شود این است که احساس عصبانیت و ابراز آن خطرناک است. نتیجه، به درون ریختن احساسات و ترس از ابراز هر نوع احساس است. در برخی این به درون ریختن، به تدریج تبدیل به افسردگی‌های مزمن و یا دلشوره و نگرانی دائمی می‌شود.

بسیاری از بیماری‌های جسمی، به دلیل افسردگی و یا نگرانی‌های مزمن است. ترس از ابراز عصبانیت همچنین موجب می‌شود که درمقابل افراد عصبانی، فرد بتواند ابراز وجود کرد و در روابط خانوادگی و یا شغلی با مشکلات گوناگون روبه‌روشود. برای مثال کسانی که علی‌رغم قابلیت‌های بسیار، دائم احساس کمبود می‌کنند و یا در مقابل کسی که حرف زور می‌زند نمی‌توانند ایستادگی کنند، در واقع از هر نوع ابراز عصبانیت ترس دارند، چه ابراز عصبانیت شخصی دیگر.

در نتیجه، انرژی پنهان و عصبانیت در این افراد به درون ریخته و موجب آزار درونی خودش و دیگران می‌شود.بسیاری از اوقات احساس خشم و عصبانیت می‌تواند به دلخوری، احساس نفرت و یا کینه تبدیل شود. روزها، ماه‌ها و یا حتی سال‌ها این احساسات در درون جمع شده و روح و جسم انسان را آزار می‌دهد. عصبانیت یک احساس طبیعی و درونی است.به این معنی که احساس عصبانیت درست و خوب است، ولی نحوه ابراز آن باید همراه با گفت‌وگو و حتی بدون حمله لفظی به افراد دیگر باشد.

منشا پرخاشگری در درون افراد است. بنابراین، صرف نظر از آنچه در اطراف ما می‌گذرد، مسئولیت عصبانی شدن با شخص عصبانی است. یکی از مشکلات برخورد با عصبانیت این است که شخص عصبانی به طور معمول دیگران و با شرایط خارج از خود را مسئول این احساس می‌داند و با سرزنش کردن اطرافیان، دانش‌آموزان،
\* این شیوه مخصوص دانش‌آموزانی است که بیش از ۸۰ درصد کل جلسات در کلاس حضور داشته باشند و غیبت‌های موجهه یا غیرموجهه آنان کمتر از ۲۰درصد کل جلسات باشد. برای دانش‌آموزان بی‌نظم و غایب که همه آنرا بی‌موردانند، در کلاس می‌توان به همان شیوه قبل مثلا ۱۵ نمره را به بیست نمره تعمیم دهیم.
**اصول ارزشیابی مستمر**
در اینجا نیز از ابتدا همه دانش‌آموزان در بالاترین حد (یعنی ۲۰) قرار دارند. در فعالیت‌ها و آزمون‌هایی

دانش‌آموزان.

۱- این شیوه مخصوص دانش‌آموزانی است که بیش از ۸۰ درصد کل جلسات در کلاس حضور داشته باشند و غیبت‌های موجهه یا غیرموجهه آنان کمتر از ۲۰درصد کل جلسات باشد. برای دانش‌آموزان بی‌نظم و غایب که همه آنرا بی‌موردانند، در کلاس می‌توان به همان شیوه قبل مثلا ۱۵ نمره را به بیست نمره تعمیم دهیم.

در اینجا نیز از ابتدا همه دانش‌آموزان در بالاترین حد (یعنی ۲۰) قرار دارند. در فعالیت‌ها و آزمون‌هایی دانش‌آموزان،
\* این شیوه مخصوص دانش‌آموزانی است که بیش از ۸۰ درصد کل جلسات در کلاس حضور داشته باشند و غیبت‌های موجهه یا غیرموجهه آنان کمتر از ۲۰درصد کل جلسات باشد. برای دانش‌آموزان بی‌نظم و غایب که همه آنرا بی‌موردانند، در کلاس می‌توان به همان شیوه قبل مثلا ۱۵ نمره را به بیست نمره تعمیم دهیم.
**اصول ارزشیابی مستمر**
در اینجا نیز از ابتدا همه دانش‌آموزان در بالاترین حد (یعنی ۲۰) قرار دارند. در فعالیت‌ها و آزمون‌هایی

# ارزشیابی مثبت‌نگر در نمرات کلاسی

ارزشیابی نصفه نیمه، نمره‌ای صوری برای دانش‌آموز درج می‌کند و در صورت تکرار همین امر، این نمره سلاک نتیجه ارزشیابی مستمر دانش‌آموز می‌شود.
با توجه به تعداد دانش‌آموز، کمبود وقت و حجم زیاد مطالب کتب درسی فرصتی برای ارزشیابی واقعی نمی‌ماند که در صورت طرح سؤال در بین معلومات خود را عرضه نموده و جبران نماید. این دانش‌آموز تا آخر سال تحصیلی یا ترم ممکن است شکای و معترض و یا فاسد شده و به تدریج از کلاس جدا شود و بگریز و نظم کلاس را به هم زند. هدف این طرح ایجاد فضا و شرایط مناسب‌تری برای امر آموزش و ارزشیابی است.

بین افراد در آموزشگاه، اداره و خانه و درنهایت حصول نتیجه بهتر با خوشبینی و مثبت‌نگری می‌باشد.
**طرح پیشنهادی د، ارزشیابی مثبت‌نگر:**
این نوع ارزشیابی در دو شاخه جداگانه برای می‌شود:
۱- ارزشیابی پایانی (امتحانات کتبی، شفاهی و عملی)
۲- ارزشیابی فعالیت‌های مستمر در طول نیم سال
اصول ارزشیابی امتحانات پایانی

۱- نمره از ابتدا بالاترین حد یعنی ۲۰ در نظر گرفته می‌شود. ارزشیابی نصفه نیمه، نمره‌ای صوری برای دانش‌آموز درج می‌کند و در صورت تکرار همین امر، این نمره سلاک نتیجه ارزشیابی مستمر دانش‌آموز می‌شود.
با توجه به تعداد دانش‌آموز، کمبود وقت و حجم زیاد مطالب کتب درسی فرصتی برای ارزشیابی واقعی نمی‌ماند که در صورت طرح سؤال در بین معلومات خود را عرضه نموده و جبران نماید. این دانش‌آموز تا آخر سال تحصیلی یا ترم ممکن است شکای و معترض و یا فاسد شده و به تدریج از کلاس جدا شود و بگریز و نظم کلاس را به هم زند. هدف این طرح ایجاد فضا و شرایط مناسب‌تری برای امر آموزش و ارزشیابی است.

موجب ناراحتی بیشتر می‌شود. بنابراین، اولین راه مقابله با عصبانیت، معاهده گرفتن مسئولیت این احساس است. در بحرحه عصبانیت نمی‌شود با بحث و گفت‌وگو مشکلی را حل کرد. دومین راه مقابله این است که بحث وگفت‌وگو را متوقف کرد و با نفس عمیق کشیدن، از محل خارج شدن و با ایجاد سکوت و آرامش، آتش خشم را از دیگران دور کرد. برای جلوگیری از تنش و بی‌احترامی خودمان و یا دیگران عصبانی هستیم، بلافاصله باید به خودمان یادآوری کنیم احساس طبیعی و ذاتی است و مانند هر احساس که خود را آرام کنیم و یا به شخص عصبانی بگوئیم به نظر می‌رسد الان وقت خوبی برای ادامه این بحث نیست، بگذار کمی دور آرام شویم و بعد به گفت‌وگو ادامه خواهیم داد.

واقیعت این است که شخص عصبانی در عین حال از چیزی رنج می‌برد، ولی با آگاه به این احساس درونی نیست و یا توانایی بازگ کردن آن را ندارد. گاه نیز به دلایلی می‌ترسد از احساسات درون سخنی گوید. علت و ریشه احترام نگذاشتن مردم به یکدیگر را می‌توان ازبدهای مختلفی برشمرد اما یکی از کلیدی‌ترین و ریشه‌ای‌ترین این علت‌ها در تربیت غلط نوجوانان در اغلب خانواده‌هاست.

بررسی‌ها نشان می‌دهد که بحران بی‌احترامی از خانواده‌ها شروع می‌شود. کاهش احترام بین زن و شوهر و فرزندان نسبت به والدین کاهش احترام با دیگران در جامعه را در بردارد. بنابراین والدین باید در خانواده احترام یکدیگر را حفظ و این رفتار را به فرزندان خود منتقل کنند.

در واقع نوجوانان و جوانان رعایت قوانین و احترام گذاشتن به یکدیگر و حقوق متقابل را از خانه فرامی‌گیرند و متأسفانه آموزه‌های که احترام به والدین، رعایت حقوق یکدیگر و رعایت مقررات و قوانین را توصیه می‌کرد و مورد تأکید قرار می‌داد، در برخی از خانواده‌ها مورد غفلت قرار گرفته و مرز احترام بین اعضای خانواده از بین رفته است که در این وضعیت زن و شوهر به یکدیگر احترام نمی‌گذراند و فرزندان نیز حرمت والدین خود را نگه نمی‌دارند.

این بی‌احترامی در ابعاد گسترده‌تر از خانواده به جامعه راه یافته و فردی که در خانواده رعایت احترام به حقوق افراد را چه در کلام و چه در رفتار نیاموخته و الگوی مناسبی در خانواده در این زمینه نداشته است وقتی وارد جامعه می‌شود نیز مرتکب بی‌احترامی به قوانین و حقوق افراد می‌شود.

تحقیقات انجام شده نشان می‌دهد کودکانی که از احترام و محبت والدین برخوردار بوده‌اند، کودکانی که با انصاف، صمیمی و دارای حسن معاشرت و اعتماد به نفس بالا هستند و هنگام ورود به جامعه نیز رعایت احترام را در تمامی ابعاد می‌کنند.

اما کودکانی که از احترام و محبت والدین خود برخوردار نبوده‌اند کودکانی با روحیه پرخاشگر و اعتمادبه‌نفس پایین هستند که همان طور که احترام آن‌ها در خانواده رعایت نشده است آن‌ها نیز به قوانین و حقوق متقابل پای‌بند نیستند.

**بی‌احترامی به قانون آسیب‌های اجتماعی را به دنبال دارد**

علاوه بر این افرادی که در خانواده مورد محبت و احترم قرار نگرفته‌اند دچار احساس حقارت می‌شوند و در ورود به جامعه با دیدن کوچک‌ترین محبت و احترام کاندی از سوی گروه‌های بزرگ‌کار جذب می‌شوند که آثار آن می‌تواند بزهکاری و آسیب‌های اجتماعی باشد.

وقتی فردی از چراغ قرمز عبور می‌کند یعنی به قوانین راهنمایی و راهنمایی بی‌حرمتی کرده است، وقتی در زمان عمومی سیگار می‌کشد یعنی به سلامت و حقوق افراد جامعه احترام نگذاشته است، یعنی به ارزش‌های جامعه بی‌احترامی کرده است و ما متأسفانه در حال حاضر با بحران بی‌حرمتی و بی‌احترامی در جامعه در ابعاد مختلف روبه‌رو هستیم.

متأسفانه ضعف کارکردهای اخلاقی در خانواده‌ها و تربیت غلط فرزندان و شیوع فرهنگ ناسلامتی از یک سو و نداشتن برنامه‌ریزی درست باعث شده است که بحران بی‌احترامی در جامعه بیشتر شود.

بی‌احترامی به دیگران و قانون، عوالب بسیار نگران‌کننده‌ای دارد و همان طور که بررسی‌ها نشان می‌دهد رنگ شدن محبت و بی‌احترامی به قانون و ارزش‌ها، منجر به رفتارهای ضدقانون، آسیب‌های اجتماعی و بزهکاری در جامعه شده است. همچنین احساس ناامنی و بی‌اعتمادی یکی از پیامدهای بحران بی‌احترامی است و وقتی فردی به قانون، ارزش‌ها و اخلاق بی‌توجه باشد در جزئی‌ترین مسائل زندگی اطیمان به او سلب می‌شود، و کمتر کسی به او اعتماد می‌کند.

والدین باید در خانواده احترام یکدیگر را حفظ کرده و این رفتار را به فرزندان خود منتقل کنند. بخش کوچکی از شخصیت افراد ارثی و بسیاری از رفتارهای انسانی کنسانی است که با آموزش خانواده و الگوگیری از والدین به دست می‌آید، خانواده‌ها باید متوجه باشند که رفتار والدین تأثیر مستقیم در تربیت فرزندان دارد.

**\* بارها دیده شده است که به توصیه مدیر آموزشگاه برای درج نمرات مستمر، دبیر با یک ارزشیابی نصفه نیمه، نمره‌ای صوری برای دانش‌آموز درج می‌کند و در صورت تکرار نمره همین امر، این نمره ملاک نتیجه ارزشیابی مستمر دانش‌آموزان می‌شود. با توجه به تعداد دانش‌آموز، کمبود وقت و حجم زیاد مطالب کتب درسی فرصتی برای دانش‌آموز باقی نمی‌ماند که در صورت طرح سؤال در بین معلومات خود را عرضه نموده و جبران نماید.**

و یا C منظور نماید. برای جلوگیری از هرگونه مشکل و دخیل کردن دانش‌آموزان در تصمیم‌گیری‌ها از ابتدا بر سر پارامترهای موثر برای نمره مستمر توافق بین معلم و دانش‌آموزان صورت پذیرد که همه آنرا بی‌موردانند، در کلاس می‌توان به همان شیوه قبل مثلا ۱۵ نمره را به بیست نمره تعمیم دهیم.
**اصول ارزشیابی مستمر**
در اینجا نیز از ابتدا همه دانش‌آموزان در بالاترین حد (یعنی ۲۰) قرار دارند. در فعالیت‌ها و آزمون‌هایی

دانش‌آموزان،
\* این شیوه مخصوص دانش‌آموزانی است که بیش از ۸۰ درصد کل جلسات در کلاس حضور داشته باشند و غیبت‌های موجهه یا غیرموجهه آنان کمتر از ۲۰درصد کل جلسات باشد. برای دانش‌آموزان بی‌نظم و غایب که همه آنرا بی‌موردانند، در کلاس می‌توان به همان شیوه قبل مثلا ۱۵ نمره را به بیست نمره تعمیم دهیم.

در اینجا نیز از ابتدا همه دانش‌آموزان در بالاترین حد (یعنی ۲۰) قرار دارند. در فعالیت‌ها و آزمون‌هایی دانش‌آموزان،
\* این شیوه مخصوص دانش‌آموزانی است که بیش از ۸۰ درصد کل جلسات در کلاس حضور داشته باشند و غیبت‌های موجهه یا غیرموجهه آنان کمتر از ۲۰درصد کل جلسات باشد. برای دانش‌آموزان بی‌نظم و غایب که همه آنرا بی‌موردانند، در کلاس می‌توان به همان شیوه قبل مثلا ۱۵ نمره را به بیست نمره تعمیم دهیم.
**اصول ارزشیابی مستمر**
در اینجا نیز از ابتدا همه دانش‌آموزان در بالاترین حد (یعنی ۲۰) قرار دارند. در فعالیت‌ها و آزمون‌هایی

اعتماد متقابل بیشتر شده رابطه معلم و دانش‌آموز صمیمانه‌تر کرد. و نزدیک تر می‌شود. در این فضا هر دو آنها به دوزار تنش و نگرانی کار خود را انجام می‌دهند فضای کلاس دیگر خسته‌کننده و غذاب‌آور نخواهد بود. معلم حتی کلیه مشکلات بیرون از کلاس را فراموش کرده و از حضور در کلاس لذت می‌برد. دانش‌آموزان نیز این تغییر را احساس کرده و با معلم همراهی می‌کنند و در این فضا خیلی بهتر و بیشتر می‌توان کار کرد. از طرفی با افزایش رسانه‌ها و وسایل ارتباط جمعی و… سطح اطلاعات دانش‌آموز بالا رفته و حسنی در مواردی از

نام محدوده	نمره (الف)	نمره (ب) یا (ب)	نمره (ج) یا (ج)	نمره (د) یا (د)	نمره (ه) یا (ه)	نمره (و) یا (و)
نمره کسب شده	نمره ۲۰ تا ۱۹	نمره کمتر از ۱۹ تا ۱۶	نمره کمتر از ۱۶ تا ۱۳	نمره کمتر از ۱۳ تا ۱۰	نمره کمتر از ۱۰ تا ۷	نمره کمتر از ۷
میزان تغییرات	نمره اولیه بدون تغییر می‌ماند	نمره ۴ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۳ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۲ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۱ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۰ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود

**بهرام خواجوی**

موجب ناراحتی بیشتر می‌شود.

بنابراین، اولین راه مقابله با عصبانیت، معاهده گرفتن مسئولیت این احساس است. در بحرحه عصبانیت نمی‌شود با بحث و گفت‌وگو مشکلی را حل کرد. دومین راه مقابله این است که بحث وگفت‌وگو را متوقف کرد و با نفس عمیق کشیدن، از محل خارج شدن و با ایجاد سکوت و آرامش، آتش خشم را از دیگران دور کرد. برای جلوگیری از تنش و بی‌احترامی خودمان و یا دیگران عصبانی هستیم، بلافاصله باید به خودمان یادآوری کنیم احساس طبیعی و ذاتی است و مانند هر احساس که خود را آرام کنیم و یا به شخص عصبانی بگوئیم به نظر می‌رسد الان وقت خوبی برای ادامه این بحث نیست، بگذار کمی دور آرام شویم و بعد به گفت‌وگو ادامه خواهیم داد.

واقیعت این است که شخص عصبانی در عین حال از چیزی رنج می‌برد، ولی با آگاه به این احساس درونی نیست و یا توانایی بازگ کردن آن را ندارد. گاه نیز به دلایلی می‌ترسد از احساسات درون سخنی گوید. علت و ریشه احترام نگذاشتن مردم به یکدیگر را می‌توان ازبدهای مختلفی برشمرد اما یکی از کلیدی‌ترین و ریشه‌ای‌ترین این علت‌ها در تربیت غلط نوجوانان در اغلب خانواده‌هاست.

بررسی‌ها نشان می‌دهد که بحران بی‌احترامی از خانواده‌ها شروع می‌شود. کاهش احترام بین زن و شوهر و فرزندان نسبت به والدین کاهش احترام با دیگران در جامعه را در بردارد. بنابراین والدین باید در خانواده احترام یکدیگر را حفظ و این رفتار را به فرزندان خود منتقل کنند.

در واقع نوجوانان و جوانان رعایت قوانین و احترام گذاشتن به یکدیگر و حقوق متقابل را از خانه فرامی‌گیرند و متأسفانه آموزه‌های که احترام به والدین، رعایت حقوق یکدیگر و رعایت مقررات و قوانین را توصیه می‌کرد و مورد تأکید قرار می‌داد، در برخی از خانواده‌ها مورد غفلت قرار گرفته و مرز احترام بین اعضای خانواده از بین رفته است که در این وضعیت زن و شوهر به یکدیگر احترام نمی‌گذراند و فرزندان نیز حرمت والدین خود را نگه نمی‌دارند.

این بی‌احترامی در ابعاد گسترده‌تر از خانواده به جامعه راه یافته و فردی که در خانواده رعایت احترام به حقوق افراد را چه در کلام و چه در رفتار نیاموخته و الگوی مناسبی در خانواده در این زمینه نداشته است وقتی وارد جامعه می‌شود نیز مرتکب بی‌احترامی به قوانین و حقوق افراد می‌شود.

تحقیقات انجام شده نشان می‌دهد کودکانی که از احترام و محبت والدین برخوردار بوده‌اند، کودکانی که با انصاف، صمیمی و دارای حسن معاشرت و اعتماد به نفس بالا هستند و هنگام ورود به جامعه نیز رعایت احترام را در تمامی ابعاد می‌کنند.

اما کودکانی که از احترام و محبت والدین خود برخوردار نبوده‌اند کودکانی با روحیه پرخاشگر و اعتمادبه‌نفس پایین هستند که همان طور که احترام آن‌ها در خانواده رعایت نشده است آن‌ها نیز به قوانین و حقوق متقابل پای‌بند نیستند.

**بی‌احترامی به قانون آسیب‌های اجتماعی را به دنبال دارد**

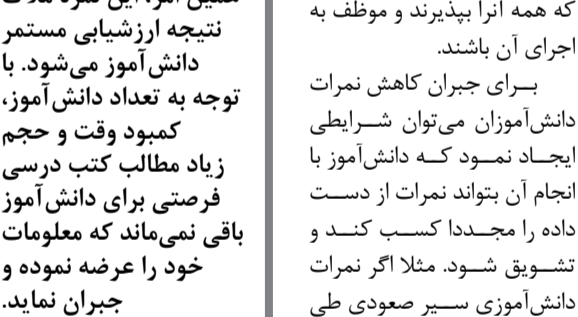
علاوه بر این افرادی که در خانواده مورد محبت و احترم قرار نگرفته‌اند دچار احساس حقارت می‌شوند و در ورود به جامعه با دیدن کوچک‌ترین محبت و احترام کاندی از سوی گروه‌های بزرگ‌کار جذب می‌شوند که آثار آن می‌تواند بزهکاری و آسیب‌های اجتماعی باشد.

وقتی فردی از چراغ قرمز عبور می‌کند یعنی به قوانین راهنمایی و راهنمایی بی‌حرمتی کرده است، وقتی در زمان عمومی سیگار می‌کشد یعنی به سلامت و حقوق افراد جامعه احترام نگذاشته است، یعنی به ارزش‌های جامعه بی‌احترامی کرده است و ما متأسفانه در حال حاضر با بحران بی‌حرمتی و بی‌احترامی در جامعه در ابعاد مختلف روبه‌رو هستیم.

متأسفانه ضعف کارکردهای اخلاقی در خانواده‌ها و تربیت غلط فرزندان و شیوع فرهنگ ناسلامتی از یک سو و نداشتن برنامه‌ریزی درست باعث شده است که بحران بی‌احترامی در جامعه بیشتر شود.

بی‌احترامی به دیگران و قانون، عوالب بسیار نگران‌کننده‌ای دارد و همان طور که بررسی‌ها نشان می‌دهد رنگ شدن محبت و بی‌احترامی به قانون و ارزش‌ها، منجر به رفتارهای ضدقانون، آسیب‌های اجتماعی و بزهکاری در جامعه شده است. همچنین احساس ناامنی و بی‌اعتمادی یکی از پیامدهای بحران بی‌احترامی است و وقتی فردی به قانون، ارزش‌ها و اخلاق بی‌توجه باشد در جزئی‌ترین مسائل زندگی اطیمان به او سلب می‌شود، و کمتر کسی به او اعتماد می‌کند.

والدین باید در خانواده احترام یکدیگر را حفظ کرده و این رفتار را به فرزندان خود منتقل کنند. بخش کوچکی از شخصیت افراد ارثی و بسیاری از رفتارهای انسانی کنسانی است که با آموزش خانواده و الگوگیری از والدین به دست می‌آید، خانواده‌ها باید متوجه باشند که رفتار والدین تأثیر مستقیم در تربیت فرزندان دارد.



و من می‌مانم و مداد توی دستم و کاغذ سفید پیش رویم و چهره مشتاق و منتظر تو که به دست من است و سفیدی کاغذ... و تو صبرت تمام می‌شود و تقاضیات را تکرار می‌کنی.
برایت گل می‌کشم، پروانه می‌کشم، درخت، پرند، خورشید، ماه، هر چه زیباست می‌کشم و می‌گویم: اینها آفریده‌های خدا هستند. خدا همه این چیزهای زیبا رو آفریده
- تو س می‌گویی: نه! پروانه نه! گل نه! درخت نه! پرند نه! خدا رو بکش...
و من تو را می‌کشم که می‌خندی و برایت قلب می‌کشم و رنگش می‌کنم و می‌گویم: خدای مهربون، توی قلب ماست، و تو باز می‌گویی... نه! نه! و بعد بغض می‌کنی... و گریه... و گریه...
این بغض غمبار و چین‌هایی که بر چانه‌ات می‌نشاند، به یکپارچگی جانم چنگ می‌اندازد.
تنها جمله دلگرم‌کننده‌ای که همان لحظه به ذهنم می‌آید این است: عزیزم من بلد نیستم خدا رو بکشم. صبر کن رنگ بزنم به معلم، از اون ببرسم، چشم؟

با یکی از دوستان که فارغ‌التحصیل مکتب الزهر(حوزه علمیه) است تماس می‌گیرم و او می‌گوید: برایش بامداد زرد روی کاغذ خط خطی کن و بگو خدا نور است... اما من این کار را نمی‌کنم. می‌دانم هرچه را به جای خدا بکشم، شرک است.

چه هر دری می‌زنم تا پاسخی صحیح، اعتقادی، خلاق و قانع‌کننده برای خواسته‌ات بیابم، و می‌یابم.

با یکی از استادهایم در دوره مربی‌گری قرآن اشاره‌ای در موسسه حافظان و مهدی (فران کوثر) تماس می‌گیرم و ایشان شماره یک روانشناس مذهبی را به من می‌دهد.
فعلی دانش‌آموز با پاسخش ۵۰ درصد سؤالات نمره قبولی گرفته
در حالی که در این شیوه با پاسخ ۴۴درصد سؤالات نمره قبولی می‌گیرد یعنی تفاوت ۱۶درصد بیشتر نیست (برای بارم منفی ۱۵) که آن هم به دانش‌آموزانی می‌نظم و آنانی که حضور حداقلی در کلاس ندارند تعلق نمی‌گیرد.
نایسا دانش‌آموزانی که در آینده وارد مقطع راهنمایی یا متوسطه می‌شوند عیرا ۹ سال دوران تحصیل خود را با ارزشیابی توصیفی گذرانده‌اند و با سیستم نمره‌دهی آن هم سخت‌گیرانه بیگانه‌اند و در این دو مقطع دیگر نمی‌توان سخت‌گیری در پیش‌بینی بهتر و بیشتر می‌توان کار کرد. از طرفی با افزایش رسانه‌ها و وسایل ارتباط جمعی و… سطح اطلاعات دانش‌آموز بالا رفته و حسنی در مواردی از

نام محدوده	نمره (الف)	نمره (ب) یا (ب)	نمره (ج) یا (ج)	نمره (د) یا (د)	نمره (ه) یا (ه)	نمره (و) یا (و)
نمره کسب شده	نمره ۲۰ تا ۱۹	نمره کمتر از ۱۹ تا ۱۶	نمره کمتر از ۱۶ تا ۱۳	نمره کمتر از ۱۳ تا ۱۰	نمره کمتر از ۱۰ تا ۷	نمره کمتر از ۷
میزان تغییرات	نمره اولیه بدون تغییر می‌ماند	نمره ۴ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۳ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۲ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۱ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود	نمره ۰ از نمره ۱۶ تا ۱۹ اولیه کاسته می‌شود

## ۶ صفحه شنبه اول اسفند ۱۳۹۱ ۸ ربیع الثانی ۱۴۳۴ - شماره ۲۰۴۴

## بر خورد محبت آمیز رهبر معظم انقلاب با دو جوان

یکی از محافظان مقام معظم رهبری در خاطره ای گفت: یک روز که مقام معظم رهبری به کوه‌های اطراف تهران برای کوه یبمالی رفته بودند، با دختر و پسر دیگری دانشجو برخورد می‌کنند که به لحاظ ظاهری وضع نامناسبی داشتند. آنها به یک بسازه در مقابل گروه مسافر قرار گرفتند و فرست جمع و جور کردن و رسیدگی به وضع ظاهری خودشان نداشتند از رفتار آنها مشخص بود که خیلی ترسیده بودند و اینگونه به نظر می‌رسید که آنها تصور می‌کردند که الان آقا دستور دستگیری آنها را افراد صادر خواهند کرد. ولی برخلاف تصور آنها آقا با آنها سلام و علیک گرمی کردند و پرسیدند که شما زن و شوهر هستید؟ البته آقاهای دانستند: آن پسر وقتی با خلق زیبای آقا مواجه شد، واقیعت را گفت: جواب داد خیر منی و این دختر دوست هستم. آقا ابتدا درباره ورزش و مزایای آن با آنها صحبت کردند و بعد فرمودند: اینها صیغه محرمیتی هم در میان شما برقرار شود و شما باهم ازدواج کنید. آقاهه آنها پیشنهاد دادند که اگی مایل بودید در فلان تاریخ بیایند، و من هم آمادگی دارم که شخصاً خطبه شمه نماز ابراهیم آن دو خداحافظی کردند و طبق قرار همراه خانواده خود در همان تاریخ به محضر ایشان رسیدند. آقا هم خطبه عقد آن دو را جاری کردند. بابر خورد کریمانه ایشان این دو جوان مسیر زندگی خود را تغییر دادند آن دختر غیر محجبه به یک دختر مجتهد و معنوی و آن پسر دانشجو هم به یک جوان مذهبی مبدل شدند.

# خدا را برایم نقاشی کن!

به نام خدای همیشه مهربان

به نام خدایی که در این دو سال و چهار ماه، هیچ روزی را بی‌دانش با تو به شب نرساندم و هیچ لقمه‌ای را می‌شکرش به هدایت نگذاشتم و هیچ جرعه آبی را بی‌نام مبارکتش بر لبهای تشنه‌ات نیفشاندم.

و بهانه این دوباره نوشتن، خود اوست. خود آن نقاش ماهر آفرینش که سرپای وجودت را به زیبایی هر چه تمام‌تر نقش زد و از هر چه در این دنیا، زیباترینش را به تو هدیه داد.

حالا آن چه دهنم را به بهت عظمت آفرینشش گشوده نگاه می‌دارد، نه نگاه نافذ توست که لحظه‌ای گره انداختن در آن، به ساعتها گیرتسن به بیکرانگی هفت دریا می‌آزد، نه لبهای سرخ کوچکت که ششهد شیرین گلوازه‌هایش از شیرینی همصحتی با فرشته‌های ملکوت، شکرین‌تر است، و نه هیچ یک از اعضای نمکین چهره‌ات، با دستها و پاها کوچکت که کارهای بزرگ می‌کنند.

این بار می‌خواهم از افکار تنبوسم. از سؤالیهایت، از چراها؟ از چگونه‌ها؟ از «گر این طور نباشد، چه می‌شود؟»، ها، از ابهاماتی که گاه و بیگاه به سراغتم می‌آید و تکرار مکرشان مرا دستپاچه می‌کند.

- خدا غذا می‌خورد قوی میشه؟

- نه عزیزم، خدا خیلی قوی و بزرگه. نیازی به غذا خوردن نداره.

افتخار چیه؟ نریزنگ یعنی چی؟