

مهارت‌های خیرگزینی

بالا بردن توان دینترا و مراقبت در کودکان ۷ تا ۱۴ ساله

www.ketabpor.ir

عنوان و نام پدیدآور: مهارت‌های خبرگیزی: بالابردن توان کنترل و مراقبت در کودکان ۷ تا ۱۴ ساله /
نویسندگان احمد رضا اخوت، فاطمه فیاض، مریم ادیب؛ [برای] دانشگاه تهران، مجمع مدارس دانشجویی قرآن و عترت (ع)،
مشخصات نشر: تهران: نشر قرآن و اهل بیت نبوت (ع)، ۱۳۹۴.

فروست: ... مجموعه کتب مهارتی حوزه انسان.

وضعیت فهرست نویسی: فیفا

عنوان دیگر: بالابردن توان کنترل و مراقبت در کودکان ۷ تا ۱۴ ساله.

موضوع: کودکان -- جنبه های مذهبی -- اسلام

بعضی موضوع: خبر و شر (اسلام)

شناخته افزوده: ادیب، مریم، ۱۳۴۹ -

ردیف پستی کد ره: ۱۳۰۲۳۹ الف / ۱۸ / BP۲۳۰

شماره کتاب ملی: ۳۹۵

بالاترین میزان کنترل و مراقبت در کودکان ۷ تا ۱۴ ساله
از مجموع کتب و مارتی حوزه انسان

احمد رضا خوت، فاعلمه فياض مريم اديب

ريحانه فياض

محمد رضا اخوت

انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت علیہم السلام

چاپ اول، ۱۳۹۴، ۱۰۰۰ نسخه

978-6..-7218-73-.

۲۰۰,۰۰۰ ریال

■ انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت ﷺ

تهران، بلوار کشاورز، خیابان ۱۶ آذر پلاک ۲۵ | تلفن: ۰۲۱-۸۸۳۹۰۵۷۰

■ مجمع مدارس دانشجویی قرآن و عترت علیہ السلام دانشگاه تهران

تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر شمالی، بالاتر از کوچه رهنما، پلاک ۱۴۳۷، طبقه ۴

www.QuranEtratSchool.ir | تلفن: ۰۲۱-۸۸۵۳۶۷۹۵

■ انتشارات کتاب فردا

قم، بلوار بسیج، کوچه ۳۰، پلاک ۶ | تلفن: ۳۷۷۴۶۹۹۲-۰۲۵.



۱۳ پیش سخن

۱۷ مقدمه

۲۳ بخش نخست: نیاز و ذائقه‌شناسی

۲۵ گام نخست: شناخت موانع رشد و ریشه‌های نداشتن تقوا

۲۶ ۱. پیشگیری از بروز زمینه‌های تحریک‌کننده بی‌تقوایی

۲۶ بوجد به موانع طبیعی در انسان

۲۷ ۲-۱. عجله

۲۷ ۲-۲. اعتنایی به کارهای مهم

۲۸ ۲-۳. بخش بودن و انزوای اجتماعی

۲۹ ۳. سعی در کنترل قوای غریزی

۳۰ ۳-۱. تاثیر دوستی‌ها، انحراف قوای غریزی

۳۳ گام دوم: شناخت اقتضائات و سن فرزندان

۳۴ ۱. ضرورت شناخت اقتضائات و سن فرزندان

۳۴ ۲. ویژگی‌های دوره دوم رشد

۳۶ ۳. نقش القائات محیط در دوره دوم رشد

۳۷ گام سوم، انتخاب شیوه‌های مناسب با ذائقه فرزندان

۳۸ ۱. ضرورت در نظر گرفتن ذائقه فرزندان

۳۸ ۲. ذائقه فرزندان

۳۸ ۲-۱. تحرک

۳۸ ۲-۲. شادی و نشاط

۳۸ ۲-۳. فعالیت خیال

۳۹ ۲-۴. تنوع طلبی

۳۹ ۲-۵. برنامه‌های جمعی و نشان دادن توان‌ها به دیگران

۳۹ ۲-۶. روابط دوستی

۴۰ ۲-۷. استقلال

۴۰ ۲-۷. احساس بزرگ بودن

۳. قالب های آموزشی و تربیتی مناسب با ذائقه فرزندان
۴۰. چگونگی پیشگیری از آسیب های روابط دوستی
۴۱. برخی توصیه های اجرایی
- ۴۱
- گام چهارم، در نظر گرفتن ظرافت های دخترانه و پسرانه
- ۴۲
- تفاوت های پسران و دختران
- ۴۴
- توجه به توان های اختصاصی پسران و دختران
- ۴۵
- بخش دوم: مهارت افزایشی تقویت تقوا**
- ۴۷
- راهبرد اول: توجه دادن به معنای خیر
- ۵۱
- توضیحاتی در رابطه با معنای خیر
- ۵۳
- اجرای راهبرد توجه دادن به معنای خیر
- ۵۵
- فعالیت اول: اجرای نمایش
- ۵۵
- فعالیت سوم: خواندن داستان
- ۵۷
- راهبرد دوم: توجه دادن به معنای اختیار
- ۵۹
- توضیحاتی در مورد معنای اختیار
- ۶۱
- اجرای راهبرد توجه دادن به معنای اختیار
- ۶۲
- فعالیت اول: تقسیم وظایف و برعهده گرفتن مسئولیت
- ۶۲
- فعالیت دوم: ایجاد موقعیت های انتخاب آزاد
- ۶۳
- راهبرد سوم: تقویت قوه اختیار با فعال سازی تفکر و تعقل
- ۶۷
- توضیحاتی در رابطه با نقش تفکر و تعقل در اختیار
- ۶۹
- اجرای راهبرد تقویت اختیار با فعال کردن تفکر و تعقل
- ۷۱
- فعالیت اول: اجرای پروژه اعضای بدن
- ۷۱
- فعالیت دوم: القای هدفمندی در انجام هر کار
- ۷۳
- فعالیت سوم: تشکیل شورای دانش آموزی
- ۷۶
- راهبرد چهارم: ارتقای فهم نفع و ضرر به عنوان زمینه ساز انتخاب خیر
- ۷۷

- ۷۹ توضیحاتی در رابطه با نفع حقیقی
- ۸۰ هشدار جدی نسبت به اختلال در فهم نفع و ضرر
- ۸۲ اجرای راهبرد ارتقای فهم نفع و ضرر
- ۸۲ فعالیت اول: کشف نفع و ضررها در زندگی روزمره
- ۸۴ فعالیت دوم: شناخت منافع و حفظ اعضای بدن با هدف شناخت نفع و ضرر
- ۸۵ فعالیت سوم: کشف معیارها در رفتارهای درست و نادرست خود و دیگران
- ۸۷ اجرای راهبرد پنجم: مهارت برخورد با تزامم نفع و ضرر
- ۸۹ توضیحاتی در رابطه با برخورد با تزامم نفع و ضرر
- ۸۹ الف: بررسی اصل موضوع تزامم نفع و ضررها
- ۸۹ ب: بالابردن مهارت‌های زندگی
- ۹۰ اجرای راهبرد ششم: برخورد با تزامم نفع و ضرر
- ۹۰ فعالیت اول: تعیین معیارهای تعارض آمیز و فرصت انتخاب نفعی بالاتر
- ۹۳ راهبرد ششم: تشخیص اثر نفع و ضرر
- ۹۵ توضیحاتی در رابطه با تشخیص انواع نفع و ضرر
- ۹۵ ارتباط با عرف علما و عقلا
- ۹۶ شناخت نفع و ضررهای کلی زندگی
- ۹۶ تشخیص بهترین نفع و گزیدن آن
- ۹۶ اجرای راهبرد تشخیص نفع و ضرر
- ۹۶ فعالیت اول: پیشگیری از آسیب‌ها در زندگی
- ۹۹ فعالیت دوم: تقویت بینش و زیرساخت‌های شناختی
- ۱۰۳ راهبرد هفتم: ارتقای توان مقایسه درست، به عنوان زمینه برای انتخاب خیر
- ۱۰۵ توضیحاتی در رابطه با بهره‌مندی از مقایسه‌های مثبت
- ۱۰۶ هشدار نسبت به مقایسه‌های منفی
- ۱۰۶ راهکارهای افزایش مهارت در مقایسه‌های درست
- ۱۰۸ اجرای راهبرد توان مقایسه‌های درست
- ۱۰۸ فعالیت اول: طراحی جملات پرسشی مقایسه‌ای
- ۱۰۹ فعالیت دوم: تهیه سناریو با محتوای مقایسه مراتبی

- ۱۱۰ فعالیت سوم: چالش با کودک در مورد انتخاب‌های درست
- ۱۱۳ فعالیت چهارم: ارتقای مقایسه از طریق توجه به رفتارهای دیگران
- ۱۱۵ راهبرد هشتم: افزایش هدفمندی
- ۱۱۷ توضیحاتی در رابطه با تقویت هدفمندی
- ۱۱۷ اجرای راهبرد ارتقای هدفمندی
- ۱۱۸ فعالیت اول: تقویت مهارت‌های هدف‌گزینی
- ۱۱۹ فعالیت دوم: تقویت مهارت‌های برنامه‌ریزی
- ۱۲۱ راهبرد نهم: ارتقای توان ترجیح، به عنوان زمینه‌ساز انتخاب خیر
- ۱۲۳ توضیحاتی در رابطه با موضوع ترجیح
- ۱۲۳ آشناسازی با اولویت‌بندی در زندگی
- ۱۲۴ الف. اولویت‌بندی‌های ضروری
- ۱۲۵ ب. اولویت‌بندی‌های رفاهی
- ۱۲۵ ج. اولویت‌بندی‌های تفریحی
- ۱۲۶ اجرای راهبرد ارتقای توانایی ترجیح خیر
- ۱۲۶ فعالیت اول: اولویت‌های مراتبی
- ۱۲۷ فعالیت دوم: اولویت‌های طیفی
- ۱۲۹ فعالیت سوم: یافتن ملاک و معیارهای درست و نادرست در زندگی
- ۱۳۰ فعالیت چهارم: فهم تفاوت نیت‌ها و مراتب آن در اندام‌ها
- ۱۳۱ فعالیت پنجم: کشف مراتب در اعضای مختلف بدن
- ۱۳۲ فعالیت هفتم: فهم مراتب و ترجیح در ارگان‌های مختلف جامعه
- ۱۳۳ فعالیت هشتم: کشف مراتب و ترجیح در مخلوقات و آیات هستی
- ۱۳۷ راهبرد دهم: توانمندی در نظر داشتن مؤلفه‌های اختیار
- ۱۳۹ توضیحاتی در رابطه با مؤلفه‌های اختیار
- ۱۴۴ اجرای راهبرد توانمندسازی در تمامی مؤلفه‌های اختیار
- ۱۴۴ فعالیت اول: برخورد با پرسش‌های فراوان کودکان
- ۱۴۶ فعالیت دوم: برگزاری اردوهای متنوع و تدارک موقعیت‌های چالش‌زا
- ۱۴۸ فعالیت سوم: دعوت کودکان به مسئولیت‌پذیری

- ۱۵۱ راهبرد یازدهم: توانمندی در تفصیل خیر
 ۱۵۳ توضیحاتی در رابطه با چگونگی تفصیل خیر
 ۱۵۵ اجرای راهبرد توانمندی در تفصیل دهی
 ۱۵۵ فعالیت اول: مشاهده کلام و رفتار تفصیلی اولیا
- ۱۵۹ راهبرد دوازدهم: توانمندی در ترجیح خیر
 ۱۶۱ توضیحاتی در رابطه با معنای ترجیح
 ۱۶۱ انواع ترجیح
 ۱۶۲ اراده مهارت‌های ترجیح
 ۱۶۲ الف. ترجیح بر اساس نفع و ضرر
 ۱۶۲ ب. ترجیح بر اساس خیر
 ۱۶۲ ج. ترجیح بر اساس احسن
 ۱۶۳ د. ترجیح بر اساس افضل
 ۱۶۳ ه. ترجیح بر اساس سدید و حق
 ۱۶۳ اجرای راهبرد توانمندسازی در ترجیح خیر
 ۱۶۴ فعالیت اول: ارتقای توان ترجیح زطن گفتگو
- ۱۶۹ راهبرد سیزدهم: توجه به معیار اصلی ترجیح
 ۱۷۱ توضیحاتی در رابطه با معیار اصلی ترجیح
 ۱۷۲ اجرای راهبرد توجه به معیار اصلی ترجیح
 ۱۷۲ فعالیت اول: داستان، انشاء و نمایش نامه با محوریت معیار اصلی ترجیح
- ۱۷۵ راهبرد چهاردهم: ارتقای تعیین مصداق خیر
 ۱۷۷ توضیحاتی در رابطه با تعیین مصداق خیر
 ۱۷۸ اجرای راهبرد تقویت مهارت تعیین مصداق خیر
 ۱۷۸ فعالیت اول: تقویت مهارت در تفکر مشاهده‌ای و شنیداری
 ۱۷۹ فعالیت دوم: تقویت تجارب در زندگی همراه با غایت‌نگری
 ۱۷۹ فعالیت سوم: تعیین مصداق خیر و سرگذشت پیشینیان یا تجارب دیگران
 ۱۸۱ فعالیت چهارم: تقویت اطلاعات عمومی
 ۱۸۱ فعالیت پنجم: تقویت مهارت‌های عمومی و تخصصی

- ۱۸۲ فعالیت ششم: تقویت ضابطه مندی و دور کردن از هرج و مرج
- ۱۸۳ فعالیت هفتم: تقویت مهارت توجه به اولویت ها
- ۱۸۵ راهبرد پانزدهم: ارتقای توان گزینش خیر
- ۱۸۷ توضیحاتی در رابطه با گزینش خیر
- ۱۸۷ هشدار جدی در اهمال نسبت به گزینش خیر
- ۱۸۸ اجرای راهبرد تقویت مهارت گزینش خیر
- ۱۸۸ فعالیت اول: ایجاد آمادگی های پیش از عمل
- ۱۹۱ فعالیت دوم: حفظ یا اصلاح پس از عمل
- ۱۹۳ راهبرد شانزدهم: مقابله با عوامل اخلاق گر در گزینش خیر
- ۱۹۵ راه های مقابله با عوامل اخلاق گر در گزینش خیر
- ۱۹۵ راه اول: هوشیار کردن کودکان نسبت به وسوسه
- ۱۹۶ راه دوم: ارتقای مهارت کودکان در زدودن کندی در عمل
- ۱۹۶ راه سوم: شناساندن مضرات عجله
- ۱۹۶ راه چهارم: هوشیار کردن کودکان نسبت به عادات ناشایست و تلاش برای رفع آنها
- ۱۹۶ راه پنجم: آموزش مهارت های کنترل تمایلات انسانی
- ۱۹۷ راه ششم: توجه دادن کودکان به بروز حالت زائل کننده عقل مانند غضب
- ۱۹۷ اجرای راهبردهای مهارت در رفع موانع گزینش خیر
- ۱۹۷ برگزاری کارگاه های متعدد
- ۱۹۷ کارگاه اول: کنترل خشم
- ۱۹۸ کارگاه دوم: کنترل موانع بیرونی گزینش خیر: جو زندگی
- ۱۹۹ کارگاه سوم: کنترل موانع درونی گزینش خیر، حرص و بخل
- ۱۹۹ کارگاه چهارم: خودشناسی و کنترل عجله
- ۱۹۹ کارگاه پنجم: مهارت "نه" گفتن به وسوسه های درونی
- ۱۹۹ کارگاه ششم: آموزش مراقبه و محاسبه نفس
- ۲۰۱ راهبرد هفدهم: ارتقای توان تحقق خیر
- ۲۰۳ توضیحاتی در رابطه با توانمندی تحقق خیر
- ۲۰۴ اجرای راهبرد تقویت مهارت در تحقق خیر

۲۰۴	فعالیت اول: شناسایی و رفع محدودیت‌های عمل در کودکان
۲۰۴	فعالیت دوم: نقش محیط و روابط بین فردی
۲۰۷	راهبرد هجدهم: آموزش قرآن و انس و تدبیر در آن
۲۰۹	اهمیت آموزش قرآن
۲۰۹	برخی از نکات در رابطه با تعلیم قرآن
۲۱۱	بخش سوم: ایمن‌سازی فرزندان با محوریت نماز و مساجد
۲۱۳	۱. اهمیت یادگیری نماز در دوره دوم رشد
۲۱۳	۲. تأکید بر مساجد به عنوان کانون‌های سوق‌دهنده به هدایت و مصونیت
۲۱۷	۳. مؤلفه‌های رشدی پیشگیرانه از آسیب‌ها با محوریت مساجد
۲۱۸	الف. ارائه راهکارهای تحول برای انطباق معیارها با برنامه‌های زندگی
۲۱۸	ب. معرفی بایدها و نبایدهای زندگی
۲۱۹	ج. معرفی بستر و قرع خیانت و توانین حاکم بر آنها
۲۱۹	د. معرفی توانمندهای انسان: فعال درونی او
۲۱۹	هـ. مساعدت در عمل به خیرات و دوری از شرور
۲۱۹	۴. برخی از شیوه‌های معرفی خیر در مساجد
۲۲۱	۵. پیش‌نیازها و روش‌های کار در ارتباط با کودکان و نوجوانان
۲۲۵	نتیجه و جمع‌بندی: مسیر خیرگزینی مسیر اجتناب از بدعت
۲۳۳	منابع

هر انسانی از بد و توانا سرمد را فطرتی الهی است که به واسطه آن و متناسب با ظرفیت وجودی اش می تواند خوب و بد را تشخیص دهد.

پایبند بودن انسان بر دیر فطری تا بی ادامه می یابد که دیگر انسان ها به بهانه های مختلف نهاد توحیدی او را به شر تشدد سازند.

باید پذیرفت که در تربیت انسان از کودکی، مهتر، ترس، کار، تخریب نکردن فطرت و نابود نکردن نهاد خداجوی اوست.

برای این منظور متولیان امور کودکان قبل از بلوغ، به نقش پدر و مادر و چه در نقش هایی چون معلمی؛ لازم است به اصلاح نفس خویش و بهبود اخلاق خود بیش از تربیت کودکان اهتمام داشته باشند تا از سربد اخلاقی ها و ندانم کاری ها انسان به فطرت های پاک کودکان گزندگی وارد نشود.

با مروری گذرا در آیات قرآن و روایات می توان به این واقعیت دست یافت که در اساس ما هر یک ابتدا به صورت مستقل بر اصلاح خویش همت بگمارند هر کس در جای خود با الهامات فطری و هدایت غیبی - و حیانی به هدایت جامع دست می یابد و هر کس به عنوان معلم و متعلم در جای خود به فیض گیری و فیض رسانی توفیق می یابد.

اما با توجه به ویژگی طبیعی «عجله» در انسان، او تلاش می کند تا تربیت و اصلاح دیگران را بر تربیت و اصلاح خود مقدم دارد و این نگرش و عدم مدیریت عجله در انسان سبب بروز مشکلاتی در سیر طبیعی تعلیم و تربیت می گردد.

کتاب حاضر در صدد است تا با تبیین راهکارهای تقویت تقوا در هفت سال دوم زندگی به صورتی کاملاً عینی و کاربردی، مربیان و متولیان تربیتی را در این زمینه یاری دهد. افزایش مهارت‌های اختیار در کودکان و نوجوانان این دوره سنی، هدفی است که با اجرای این کتاب از ایشان انتظار می‌رود.

در این کتاب به جای عبارت «کودک و نوجوان» به صورت خلاصه از عبارت «کودک» استفاده شده است.

www.ketab.ir

مرحله دوم زندگی انسان می‌تواند از پنج، شش یا هفت سالگی آغاز شود، سن آمادگی برای بلوغ است.

مرحله ای که در آن لازم است فرد احتیاط، کودک به تدریج فعال شود و بتواند آگاهانه در زندگی خود تصمیم بگیرد و با اهداف مشخص و بنیادهای بلند برنامه‌ریزی کند. لذا این دوره، دوره فعال‌سازی تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی در زندگی است و لازم است مقدمات و لوازم این فعال‌سازی مهیا شود.

در روایات این دوره به نام دوره عبودیت معرفی شده و به عبارتی رسد که باشکوه‌ترین دوره زندگی انسان باشد که در آن می‌تواند بایدها و نبایدها را به صورت کامل رضامندانه بپذیرد. یکی از لازم‌ترین اموری که می‌بایست در تشخیص بایدها و نبایدها و عمل به آنها و نیز در تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی مورد توجه قرار گیرد، تقویت انواع تفکر است.

محورهای یاد شده فوق را می‌توان تحت عنوان جامع «خیرگزینی» بررسی کرد. نتیجه به مطالب فوق برخی از آنچه در خیرگزینی مورد توجه قرار می‌گیرد عبارتست از:

۱. شناخت تفصیلی و جزئی خوبی‌ها و بدی‌ها
۲. ترجیح دادن «بهتر» نسبت به «خوب» و «بد» نسبت به «بدتر»
۳. دستیابی به توانایی در اخذ تصمیمات زندگی بر مبنای ترجیح حکم خداوند
۴. تقویت اراده در اجرای خیر تشخیص داده شده و تحقق آن

برای طی مراحل خیرگزینی لازم است موارد زیر محقق شود:

- تفکر فرد فعال شود.
- قدرت تصمیم‌گیری در فرد تقویت شود.
- قدرت برنامه‌ریزی در فرد تقویت شود.
- عزم به انجام حکم الهی در فرد احیا شود.
- موانع عمل به خیر شناسایی و برطرف گردد.

وارد یاد شده، ابتدا با کمک والدین و مربیان به فرزندان القا می‌شود تا پس از تمرین‌های مکرر، در بهانه‌های مختلف و فعال شود.

بدین ترتیب تا آن‌که کودک در تفکر و تعقل در کودک فعال شده و از تقلیدهای کورکورانه و ناهشیارانه پرهیز می‌کند و آتش هیجانی و زینش خیر، به کنترل درونی یا تقوا دست می‌یابد و می‌تواند از بحران‌های مختلف درونی و حیدایی رهایی یابد. به همین دلیل **شکر نعمت اختیار**، در تقوا و خویش‌داری است.

با فعال نبودن تفکر و تعقل و یا اخلاص در آن، فرد به کنترل درونی خود نرسیده و دچار انواع طغیان می‌شود.

در این نوشتار مطالب کتاب‌های معنانشناسی، خیرشناسی، فرایندشناسی خیر و نظام‌سازی خیر به صورت کاربردی و تفصیلی طرح شده است.^۱

از سویی به نظر می‌رسد بهترین پایگاه‌های سامان‌دهی تربیتی خیر در خانه، مدرسه، رسانه و مساجد می‌باشد. لازم است مراحل خیرشناسی، در پناهگاه‌های مساجد و مدارس به والدین و نیز فرزندان سنین هفت تا چهارده ساله تعلیم داده شود.

بی‌شک ترویج چنین آموزش‌هایی، از وقوع بسیاری از سرکشی‌ها در افراد در سنین بالاتر جلوگیری خواهد شد.

۱. این سه کتاب از مجموعه کتاب‌های ۲۸ جلدی منظومه رشد از انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت علیه السلام است که می‌توان برای تفصیل بیشتر مهارت‌ها به سایر این کتب نیز مراجعه کرد.

کتاب حاضر در سه بخش زیر تنظیم شده است:

بخش اول: نیاز و ذائقه شناسی؛ ضرورت شناخت کودکان این دوره سنی، آسیب‌هایی که آنها را تهدید می‌کند و نیز در نظر داشتن ذائقه و مطالبات آنها.

بخش دوم: راهبردها و مهارت‌هایی که تقوا را در فرزندان نهادینه می‌کند و به آنها خیرگزینی آموزش می‌دهد.

بخش سوم: ایمن‌سازی با محوریت مساجد، ضرورت فعالیت داشتن فرزندان در مساجد و هدایت آن‌ها توسط نماز.

محورهای مهم این سه بخش در نمودار صفحه بعد آمده است.

