





كيفية ضبط سلوك الطفل؟

الطفل ومرحلة نموه، قم بشرح ما تريده من الطفل باستخدام لغة بسيطة يفهمها..).

٤. ماذا أفعل إذا أصيب الطفل بنوبة غضب؟

نوبات الغضب هي جزء طبيعي من نمو الطفل، وهي تظهر في كثير من الأحيان على شكل البكاء الهستيري بدون توقف، أو الصراخ، أو عدم الرغبة في الحديث، وفي الغالب تحدث بسبب العقاب الشديد أو عدم السماح له باللعب أو استخدام الحاسب الشخصي أو حتى عدم الذهاب إلى مكان ما، وهي مشاعر سلبية قوية لا يستطيع طفلك التحكم بها أو التعبير عنها بطرق أخرى.

ويمكنك منع بعض نوبات الغضب من خلال: (عدم الإفراط في إثارة الطفل واستفرازه أو الحديث عن الأمر. تشتيت انتباه الطفل وإعادة توجيه انتباهه إلى أنشطة أخرى، اطلب من طفلك أن يعبر عن نفسه بطريقة أخرى، عليك أن تبدأ الحديث إلى الطفل بهدوء قبل أن يفقد طفلك السيطرة على انفعالاته. تحدث بصوت هادئ واعترف بأنك قمت باحباطه. ساعد طفلك على حل المشكلة..).

عندما تنتهي نوبة غضب الطفل عليك التعامل معه بهدوء وتقديم الماء أو العصائر وغسل الوجه.

هناك بعض الإرشادات والنصائح التي تساعد الآباء على ضبط سلوكيات أطفالهم.. ومن تلك الطرق:

١. غرس القيم في الطفل:

كوالد؛ فأنت لديك رابطة فريدة مع طفلك، وهي العلاقة التي تساعدك على تنشئته من خلال غرس القيم فيه، بشرط أن تكون هذه القيم تتسق مع سلوكك نفسه.

٢. لا تستخدم العقاب البدني:

يُعد العقاب البدني أو الجسمي أحد أسوأ أساليب التعامل مع الأطفال، خاصة وأنها قد تسبب لهم الإيذاء النفسي والبدني! في الوقت نفسه يمكنك استخدام طرق الثواب والعقاب في ضبط سلوك الطفل، وزيادة مستوى العقاب كلما قام الطفل بتكرار السلوك الخاطئ، مثلاً زيادة الوقت الذي سيحرم منه من اللعب.

٣. طرق تعليم الطفل السلوك الجيد:

هناك أكثر من طريقة، منها: (تقديم الثناء والمدح عند القيام بالسلوك الجيد، عليك بإيضاح السلوك السيئ أولاً للطفل. تحدث مع طفلك حتى يعرف ما هو متوقع، اعرض على الطفل الخيارات التي عليه القيام بها، اقبل الأخطاء من الطفل وتحدث معه عنها. كن أنت نموذجاً للطفل يحتذي حذوه، عليك بتذكير الطفل بانتظام حول القواعد التي اتفقتم عليها، مناسبة السلوك لعمر

المشاكل الزوجية!

إثبات شخصيته، وإزاحة الشخص الآخر عن موقع التأثير نهائياً، وإثبات الكيان وإثبات الموقف هو من الأسباب الرئيسية للمشكلات الزوجية.

- **الحساسية المفرطة عند المرأة:** إن الحساسية المفرطة عند المرأة من أكبر أسباب المشكلات الزوجية كذلك.

- **التصورات الخاطئة أو الخيالية عن الحياة والمستقبل:** إذا كان البعض يعيش في عالم من الأحلام الوردية ويتصور بأن المستقبل سيكون جنةً وارفة الظلال.. ولكن! وبعد أن يدخل دنياه الجديدة إذا به يبحث عن تلك الجنة الموعودة فلا يعثر عليها، فيلقي باللوم على الطرف الآخر محملاً إياه مسؤولية ذلك، ويبدأ بذلك فصل النزاع المرير يفقد الحياة طعمها ومعناها.

- **الطموحات اللامعقولة:** في غفلة عن الحسابات الواقعية للزواج وتأثير الظروف أحياناً تنطلق في نفس الرجل أو المرأة طموحات لا حد لها، هناك بعض الطموحات المعقولة والمحسوبة، وهذه مسألة منطقية لا يعترض عليها أحد، لكن هناك من الطموحات ما لا يمكن أبداً تحقيقه على أرض الواقع وإذن فينبغي الكف عنها. (انظر: كتاب الأسرة وقضايا الزواج).

إن عدم اطلاع الكثير من الأزواج على الأحكام الأسرية وجهلهم بأداب العشرة الزوجية بلغ حداً يكاد لا يصدق!! فالزوجان -قبيل زواجهما- يعينان بكل شيء، ويدققان في كل صغيرة وكبيرة من مستلزمات ومتطلبات الزواج، ناسين أو متجاهلين أمراً أهم من كل ذلك! وهو التفقه في أحكام الزواج، وأداب العشرة الزوجية..

وإذا كان الناس لا يرتضون لأحد قيادة سيارته دون علم بأصول القيادة ودراية بأداب السير حفاظاً على سلامة الأرواح والممتلكات، فإنك تعجب أشد العجب من سماحهم لكثير من الأزواج قيادة أسرهم دون علم بأحكام الأسرة الشرعية وأدائها المرعية، ولذلك كثرت المشاكل وتعمقت الخلافات وراجت سوق الشيطان في التفريق بين المرء وزوجه وأصبح الطلاق شائعاً بين الكثير لجهلهم كيفية إيقاع الطلاق بالصورة الشرعية، هذا فضلاً عن وقوعه لأسباب تافهة وحجج ساذجة.

ومن الأسباب الرئيسية لوقوع المشاكل:

- **العناد:** من الأسباب التي تحصل بسببها المشاكل الزوجية قضية العناد الذي يكون مترسباً في نفس الزوج والزوجة عند التعامل، بل إن عدم تحكيم العقل، وأحياناً التصرف من دون معرفة ما تؤول إليه التصرفات هو سبب مباشر لأخطاء التعاملات الزوجية.

- **إثبات الشخصية:** مسألة أن كل واحد منهما يريد



كوب شاي وسكر!!

هل أحسست بالحلاوة؟

- أعتقد لا.

ألا تلاحظ أن الشاي بدأ يبرد وأنت لم تذوق حلاوته

بعد!!

إذن محاولة أخيرة، ضع يدك على رأسك ودر حول

كأس الشاي، وادعُ ربك بأن يصبح الشاي حلواً..

طبعاً لن يتغير الأمر أبداً!

إذن كل ذلك قد يكون من السخف، فلن يصبح الشاي

حلواً، بل سيكون قد برد ولن تشربه حلواً أبداً.

- وكذلك هي الحياة.. فهي كوب شاي مرّ، والقدرات

التي وهبك الله تبارك وتعالى إياها، والخير الكامن

داخل نفسك هو السكر؛ الذي إن لم تحركه بنفسك

فلن تذوق طعم حلاوته، وإن دعوت الله مكتوف

الأيدي أن يجعل حياتك أفضل، فلن تكون أفضل..

إلا إن عملت جاهداً بنفسك، وحركت إبداعاتك

بنفسك.

لذلك اعمل.. لتصل، لتنجح، وتذوق حلاوة إنتاجك

وعملك وإبداعك، فتصبح حياتك أفضل.

بيننا الكثير من الموتى يتحركون، يتحدثون، يأكلون

ويشربون، يضحكون.. لكنهم موتى!! يمارسون

الحياة بلا حياة، فمفاهيم الموت لدى الناس تختلف..

فهناك من يشعر بالموت حين يحاصره الفشل من

كل الجهات ويكبّله إحساسه بالإحباط عن التقدم،

فيتخيل.. أن صلاحيته في الحياة قد انتهت، وأنه لم

يعد فوق الأرض ما يستحق البقاء من أجله.

والبعض تتوقف الحياة في عينيهِ في لحظات الحزن،

ويظن أن لا نهاية لهذا الحزن، وأنه ليس فوق

الأرض من هو أتعس منه، فيقسو على نفسه حين

يحكم عليها وينفذ بها حكم الموت بلا تردد، وينزع

الحياة من قلبه ويعيش بين الآخرين كالميت تماماً.

تخيل أن لديك كأس شاي مرّاً، وأضفت إليه السكر،

ولكن لم تحرك السكر، فهل ستجد طعم حلاوة

السكر في الشاي؟

- بالتأكيد لا!

أمعن النظر في الكأس لمدة دقيقة، وتذوق الشاي، هل

تغير شي؟

فقدان الشهية النفسي

تظهر على الأشخاص المصابين بفقدان الشهية النفسي، مثل: (القيء، آلام في البطن، تغير لون البشرة، التعب، الإمساك، تساقط الشعر، هبوط ضغط الدم).

على الرغم من أن العلاج الموحد لفقدان الشهية النفسي يكون عن طريق العلاج النفسي والتدخل الغذائي، حيث ينصح الطبيب بتناول الأطعمة الغنية بالمغنيسيوم والزنك وتجنب المشروبات التي تحتوي على الكافيين، إلا أن هناك أيضاً سبباً أخرى ومنها العلاجات النفسية الدوائية التي من شأنها تسريع عملية زيادة الوزن وتخفيف الأعراض والسلوكيات النفسية غير الطبيعية. إن العديد من مضاعفات فقدان الشهية العصبي سببه فقدان الوزن وسوء التغذية، وتشمل الأنواع الأكثر شيوعاً من هذه المضاعفات اضطرابات الدورة الدموية المرتبطة بفقدان الشهية وانخفاض حرارة الجسم.

ومن المضاعفات التي تصاحب عدم علاج أو التأخر في علاج فقدان الشهية النفسي ما يأتي: (فقر الدم، اختلال توازن أملاح الجسم، مثل: الصوديوم، والبوتاسيوم. مشكلات في الكلى، ضعف وهشاشة العظام وبالتالي زيادة خطر التعرض للكسور، الموت فجأة في حال إهمال هذه الأعراض، إذ تشير الدراسات إلى أن معدل الوفيات بين المرضى أعلى بست مرات من معدل وفيات عامة السكان).

هو أحد أنواع اضطراب النظام الغذائي الذي يتميز بانخفاض في وزن الجسم وسلوكيات تقييد الطعام غير الطبيعية عند الأشخاص المصابين به.

يصيب هذا النوع من اضطراب الأكل لدى النساء بشكل أكبر من الرجال، ولكن الرجال أيضاً قد يعانون من هذا الاضطراب الذي يكون على شكلين أساسيين: الأول تقييد العادات الغذائية وممارسة التمارين الرياضية بشكل مبالغ، والشكل الثاني يكون من خلال الشرهية في الأكل والتخلص منه.

إن السبب الرئيس لفقدان الشهية النفسي غير محدد وغير معروف لآن، ولكن هناك العديد من عوامل الخطورة التي قد تؤدي للإصابة بفقدان الشهية النفسي، نذكر منها ما يأتي: (اختلال في بعض هرمونات الجسم، اختلال جيني، العوائق الاجتماعية التي تفضل النحافة كسمة مرغوب فيها. العوامل البيئية الخارجية، مثل: بداية فترة البلوغ، والعلاقات الاجتماعية، وأحداث أخرى، العوامل النفسية، وتشمل الطموح للوصول إلى الجسم الكامل الذي يصاحبه القلق والاكتئاب).

يكون الشخص الذي يعاني من فقدان الشهية النفسي غير راضٍ عن خياراته الغذائية ومظهره الجسدي وهذا عادة ما يؤدي إلى فقدان الوزن الشديد، كما يعد نقصان الحاد والسريع في الوزن والخوف من زيادة الوزن من أهم الأعراض الظاهرة على هذه الفئة، وهناك أعراض أخرى





الخطوات العملية تجاه الثقافات الأخرى

السليم.

٤- تكاتف الجهود تحقيقاً للتعاون على البر والتقوى؛ لأن كثيراً من المسؤوليات لن تتحقق بالجهد الفردي، وهو يقتضي الاهتمام بمبدأ الإدارة والكفاءة وغياب نزعات التصدر والمصالح الشخصية.

٥- إيجاد بيئات ملائمة يمكن للمرء أن يعيش فيها ويتأثر بأجوائها ويمنع من احتضان بيئات مغايرة له؛ لأن البيئة التي يعيش فيها الإنسان لها دور كبير في صيانة أفكاره ومعتقداته وأخلاقه.

٦- الاهتمام ببناء الإنسان لنفسه -خاصة من يكون في موقع مؤثر من جهة التآسي به والنظر إليه-، فوجود نماذج صالحة حقاً وليست مرآية في كل وسط بأداء صامت له أبلغ الأثر على الآخرين الذين يشهدونه، وإلى ذلك أشير في قوله تعالى عن دعاء المؤمنين: ﴿وَجَعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾، فكل إنسان صالح في الأسرة والمجتمع والمدرسة والجامعة يكون له تأثير إيجابي في اتجاه الصلاح على الآخرين.

* وبعد فإن الإنسان المؤمن يجد في مبادئ الإيمان وقواعده والممارسات الإيمانية والبيئة المؤمنة عوناً على إنجاز أيسر لهذه المهمة، وقد قال الله سبحانه: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾.

ما هو تكليفنا اليوم تجاه الثقافات الأخرى والحركات الفكرية والشبهات المطروحة مع كثرة أدوات التأثير لها؟

الخطوات العملية في هذا الشأن هي:

١- ملء الإنسان أوقاته بأعمال هادفة وسامية وناظرة إلى تأمين مستقبله الدنيوي والأخروي -فإن الانتباه إلى المستقبل والتفكير في عناصر النجاح والسلامة والسعادة فيه والاهتمام بالإعداد له بعيداً عن الاستغراق في اللهو أو اللامبالاة بالوقت أو مشاعر اليأس والإحباط- مؤثر في صيانة الإنسان عن خطر المزالق وصدوده عن جموح الرغبات، وتشتت همومه بين أمور غير نافعة، فلا بد من التفكير لمستقبل ملائم يعطي معنى للحياة ويرسم له أفقاً مأمولاً ينير الإنسان فيما يراوده من أفكار وهواجس ويوجه سلوكياته وأعماله في ضمن رؤية للاستقرار والنجاح والارتقاء والتكامل.

٢- الحضور المؤثر والملائم في مسرح الأحداث كل حسب استطاعته وفق قاعدة: ﴿ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ﴾، فالغياب عن المشهد هو غياب مطلق عن التأثير.

٣- دراسة الأدوات الملائمة وفق المبادئ الدينية والتربوية الاجتماعية والنفسية -من المتخصصين-، ووضع مناهج مناسبة للتأثير على المجتمع في الاتجاه

حراس القطيع



أصابها بجروح إذا امتنعت وأبت.

فقال لها: إنما مثلنا ومثلكم كذلك، فالله تعالى هو الراعي.. وأنتم مثل أولئك الحراس، فلما شردنا عن أوامر خالقنا ونواهيه وكثرت معاصينا وابتعدنا عن طاعته سلّطهم الله تعالى علينا ليردونا إليه مرة أخرى.

✽ قد تكون هذه القصة ليس لها واقع تاريخي، والأمثال تُضرب ولا تُقاس، ولكن لما ابتعد الكثير من هذه الأمة عن طاعة الله تعالى.. سلّط عليها شرار خلقه ليثبوا إلى رشدهم، فعن الإمام الباقر (عليه السلام) أنه قال:

«وَجَدْنَا فِي كِتَابِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ: إِذَا ظَهَرَ الزَّنَا مِنْ بَعْدِي كَثُرَ مَوْتُ الضَّجَاةِ، وَإِذَا طُفِّفَ الْمِكْيَالُ وَالْمِيزَانُ أَخَذَهُمُ اللَّهُ بِالسِّنِينَ وَالنَّقْصِ، وَإِذَا مَنَعُوا الزَّكَاةَ مَنَعَتِ الْأَرْضُ بَرَكَتَهَا مِنَ الزَّرْعِ وَالثَّمَرِ وَالْمَعَادِنِ كُلِّهَا، وَإِذَا جَارُوا فِي الْأَحْكَامِ تَعَاوَنُوا عَلَى الظُّلْمِ وَالْعُدْوَانِ، وَإِذَا نَقَضُوا الْعَهْدَ سَلَّطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ عَدُوَّهُمْ، وَإِذَا قَطَعُوا الْأَرْحَامَ جُعِلَتْ الْأَمْوَالُ فِي أَيْدِي الْأَشْرَارِ، وَإِذَا لَمْ يَأْمُرُوا بِالْمَعْرُوفِ وَلَمْ يَنْهَوْا عَنِ الْمُنْكَرِ وَلَمْ يَتَّبِعُوا الْأَخْيَارَ مِنْ أَهْلِ بَيْتِي سَلَّطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ شَرَارَهُمْ، فَيَدْعُو خِيَارَهُمْ فَلَا يُسْتَجَابُ لَهُمْ» (الكلية: ج ٢/ ص ٣٧٤/ ح ٢/ باب في عقوبات المعاصي

(العاجلة).

إعداد / علي عبد الجواد

نُشرت هذه القصة في الكثير من مواقع التواصل، (ولم أعر لها على سند تاريخي)، ولكن ثبوت القصة من عدمه لا يمنع من وجود حكمة منها ومجال للتفكير والتدبر وأنها قد تمس واقعنا الحالي، وملخصها: بينما كانت ابنة قائد التتار (هولاكو) تتجول في شوارع بغداد رأت جمعاً غفيراً من الناس يجتمعون بمجلس أحد الحكماء، فسألت متعجبة: ما هذا؟ فأخبروها أنه رجل من المسلمين وهو جريء وذو شأن عند الناس..

فأمرت أن يأتيها به مربوط الرجلين واليدين وحالٍ القدمين.. ففعلوا وأتوا به أمامها. سألته: أنت رجل حكيم؟ فقال: نعم قالت: إن الله يحبنا ولا يحبك؛ فقد نصرنا عليكم ولم ينصركم علينا، وقد علمت أنكم تقولون أن الله (تعالى) قال: "والله يؤيد بنصره من يشاء" فقال لها: سأجيبك، ولكن بشرط أن تفكوا قيدي وأن أجلس على كرسي.. فوافقت.

فقال لها: أتعرفين راعي الغنم؟ قالت: كلنا نعرفه. قال: ألا يوجد بين رعيته إضافة إلى الأغنام بعض من الحراس؟ قالت: بلى.

قال: وما عمل أولئك الحراس؟

قالت: تحرس له غنمه وتعيد الشاردة منها حتى ولو

مقياس الأجر

ومضات

إن من المقاييس المهمة لتمييز درجات العبودية هو العقل والمعرفة، (فبالعقل) يُعرف الله ويُعبد، وبه يترسم مجمل مسار العبد إلى ربه.. كما أن (بمعرفة) الحق المتعال -مع لوازم تلك المعرفة- يتعرّف على جزئيات ذلك المسار.. وأما الذي لا يعيش هذه المعرفة المحركة للكمال، فإنه لا يكاد يصل إلى تلك الدرجات العالية، وإن أتعّب جوارحه بالعبادة؛ لأن (تعب) الجوارح بالعبادة مستلزم للأجر، وللمعرفة عالم متمايز عن عالم الأجور.. وقد روي عن الإمام الكاظم (عليه السلام) أنه قال: «يا هشام! ما بعث الله أمناه ورسله إلى عباده، إلا ليعقلوا عن الله، فأحسنهم أحسنهم معرفة بالله، وأعلمهم بأمر الله أحسنهم عقلاً، وأعتقلهم أرفعهم درجة في الدنيا والآخرة» (البحار: ج ١/ص ١٣٧).

الشيخ حبيب الكاظمي

كلمة

ومعنى

﴿عَلَى الْأَرَاكِ يَنْظُرُونَ﴾ (المطففين: ٢٣)

الأراك جمع أريكة، والأريكة السرير في الجملة، وهي البيت المزين للعروس، وإطلاق قوله: "يَنْظُرُونَ" من غير تقييد يؤيد أن يكون المراد نظرهم إلى مناظر الجنة البهيجة وما فيها من النعيم المقيم. (تفسير الميزان: ١٣١/٢٠)

تنفيس كربة المؤمن

كلمات

مضيئة

قال الإمام الصادق (عليه السلام):

«من نفس عن مؤمن كربة نفس الله عنه كُرب الآخرة، وخرج من قبره وهو ثلج الفؤاد»

(الكافي: ١٩٩/٢)



مركز الدراسات
والمراجعة العلمية

الإشراف العام: السيد عقيل الياسري / رئيس التحرير: الشيخ حسن الجوادي / مدير التحرير: الشيخ علي الأسدي

سكرتير التحرير: منير الحزامي / التدقيق اللغوي: عمار السلامي / المراجعة العلمية: الشيخ حسين مناحي

التصميم والإخراج الطباعي: السيد حيدر خير الدين / المراجعة الفنية: علاء الأسدي / الأرشفة والتوثيق: منير الحزامي

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد: (١٣١٩) لسنة ٢٠٠٩م.

إصدارات الكفيل نشرتا الكفيل والخميس نشرتا الكفيل والخميس

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعصومين (عليهم السلام)، فالرجاء عدم وضعها على الأرض.

كما ننوه بأنه لا يجوز شرعاً لمس تلك الكلمات المقدسة إلا بعد الوضوء والكون على الطهارة.