

شنبه ۳۱ تیر ۱۳۹۹ / شماره ۵۴۴۱ / سال بیست و ششم ***نورخوزستان*** ۷

معاون مشارکت های اجتماعی سازمان امور اجتماعی خبر داد؛

تعمید اعتبار پروانه فعالیت

تشکل ها و سازمان های مردم نهاد تا پایان مهرماه

عابدینی گفت: تشکل ها و سازمان های مردم نهاد سراسر کشور می‌توانند تا پایان مهرماه سال جاری با حفظ وضعیت موجود خود به فعالیت‌های خود ادامه دهند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، زهرا عابدینی معاون مشارکت‌های اجتماعی وزارت کشور در مکاتبه با معاونین سیاسی و اجتماعی استانداری‌های سراسر کشور بر لزوم تمدید پروانه انجمن‌ها و تشکل‌هایی که مدت اعتبار پروانه شان تمام شده است تا پایان مهر ماه سال جاری شد.

معاون مشارکت‌های اجتماعی سازمان امور اجتماعی با تأکید بر اینکه این تصمیم با هدف کمک به قطع زنجیره انتقال کرونا ویروس اتخاذ شده است، گفت: حسب تصمیم و مصوبه شورای ملی توسعه و حمایت از تشکل‌های مردم نهاد و با عنایت به وضعیت موجود ناشی از بیماری کرونا در کشور و لزوم رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی و مراقبتی، هر گونه تغییر در خصوص وضعیت تمدید پروانه تشکل‌های مردم نهاد و تغییرات ثبتی که مستلزم برگزاری جلسات گروهی نظیر مجامع عمومی و جلسات هیأت مدیره است، تا پایان مهر ماه سال جاری ضروری نیست.

وی در این خصوص افزود: تشکل‌ها موسسات و سازمان‌های مردم نهاد سراسر کشور می‌توانند تا پایان مهرماه سال جاری با حفظ وضعیت موجود خود به فعالیت‌های خود ادامه دهند.

عابدینی تصریح کرد: هر گونه مشکلات و مسائل حقوقی تشکل‌ها از طریق مکاتبه حل و فصل می‌شود و نیاز و حضور فیزیکی و برگزاری نشست نیست.

معاون مشارکت‌های اجتماعی سازمان امور اجتماعی گفت: شایسته است تمام مدیران سازمان‌ها، موسسات، بانک‌ها و سایر ارگان‌های مرتبط با سازمان‌های مردم نهاد به منظور مساعدت در تمدید پروانه تشکل‌های مردم نهاد، دستورات مقتضی را صادر کنند.

معاینات پزشکی نوآموزان بدو ورود به مدرسه لغو شد

رئیس اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس وزارت بهداشت، از لغو معاینات عمومی پزشکی نوآموزان بدو ورود به مدرسه به دلیل شیوع کرونا خبر داد.

دکتر گلایل اردلان در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه فعالیت مراکز بهداشتی درمانی در خصوص معاینات غربالگری نوآموزان در بدو ورود به مدرسه فعلا لغو شده است، گفت: این محدودیت به علت پیشگیری از ازدحام والدین در مراکز بهداشتی درمانی در نظر گرفته شده است.

وی افزود: بر اساس نامه‌نگاری‌های انجام شده و پس از برگزاری وبیناری در روز گذشته آخرین ابلاغیه‌ها اعلام شد. این محدودیت‌ها تنها برای تهران نیست و در سراسر کشور اجرایی می‌شود.

اردلان ادامه داد: بر اساس آخرین نامه‌نگاری‌ها قید شده است که در شرایط پاندمی کووید۱۹ انجام ارزیابی‌های دوره‌ای و معاینات پزشکی نوآموزان بهتر است در طول سال انجام شود و فعلا در طرح سنجش متوقف شود.

وی با تأکید بر اینکه شرایط در بحران کرونا می‌تواند به صورت لحظه‌ای متفاوت باشد تصریح کرد: با توجه به شرایط و تصمیم‌گیری‌های ستاد کرونای شهرستان‌ها هر تصمیمی قابل تغییر است. اکنون با توجه به اینکه ممکن است در مراکز با ازدحام والدین روبرو شویم، اعلام کرده‌ایم معاینات عمومی پزشکی نوآموزان بدو ورود به مدرسه در طرح سنجش در مراکز جامع خدمات سلامت وزارت بهداشت فعلا لغو است.

ممنوعیت فعالیت پایگاه‌های تابستانی به صورت حضوری در تابستان ۹۹

معاونت آموزش متوسطه بخشنامه ممنوعیت فعالیت‌های پایگاه‌های تابستانی به صورت حضوری را به ادارات آموزش وپرورش ابلاغ کرد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، طبق مصوبه کمیته آموزش و پرورش ستاد مقابله با کرونا در خصوص ممنوعیت برگزاری کلاس‌های حضوری در تابستان ۹۹ به علت شیوع بیماری کرونا از سوی معاونت آموزش متوسطه بخشنامه ممنوعیت فعالیت‌های پایگاه‌های تابستانی به صورت حضوری به ادارات آموزش وپرورش استان‌ها، مناطق، نواحی تابعه و تمام واحدهای آموزشی دوره دوم آموزش متوسطه روزانه و بزرگسالان ابلاغ شد. بر اساس این بخشنامه، فعالیت‌های مربوط به حضوری به خصوص در شهرهای قرمز و کلان شهر تهران ممنوع و در صورت ضرورت به برگزاری کلاس‌ها به روش غیرحضوری (الکترونیکی) انجام شود. مسئولیت نظارت بر اجرای این بخشنامه برعهده مدیر کل آموزش وپرورش استان است.

جامعه



در هفته ازدواج چه برنامه‌هایی در خوزستان اجرا می‌شود؟

معاون امور جوانان اداره ورزش و جوانان خوزستان برنامه‌های هفته ازدواج در استان را تشریح کرد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سهام حردانی امور جوانان اداره ورزش و جوانان خوزستان با تشریح برنامه‌های هفته ازدواج در استان گفت: سازماندهی پویش ازدواج جوانان با همراهی خیران از جمله برنامه‌های هفته ازدواج محسوب می‌شود.

او به نقش موثر خیران در زمینه ازدواج جوانان اشاره کرد و بیان داشت: با توجه به نقش تاثیرگذار خیرین در جامعه سعی کردیم تا برنامه‌های هفته ازدواج با مشارکت آن‌ها در استان اجرایی گردد.

حردانی تشکیل دبیرخانه هفته ازدواج، برگزاری کمپین رسانه‌ای با موضوع ازدواج جوانان با کمک خیران و هماهنگی با

معاون امور جوانان اداره ورزش و جوانان خوزستان برنامه‌های هفته ازدواج در استان را تشریح کرد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سهام حردانی معاون امور جوانان اداره ورزش و جوانان خوزستان با تشریح برنامه‌های هفته ازدواج در استان گفت: سازماندهی پویش ازدواج جوانان با همراهی خیران از جمله برنامه‌های هفته ازدواج محسوب می‌شود.

او به نقش موثر خیران در زمینه ازدواج جوانان اشاره کرد و بیان داشت: با توجه به نقش تاثیرگذار خیرین در جامعه سعی کردیم تا برنامه‌های هفته ازدواج با مشارکت آن‌ها در استان اجرایی گردد.

حردانی تشکیل دبیرخانه هفته ازدواج، برگزاری کمپین رسانه‌ای با موضوع ازدواج جوانان با کمک خیران و هماهنگی با

بازآموزی حروف الفبا و دروس مقطع ابتدایی تا پیش از ۱۵ شهریور



تحصیلی در سه نقطه جغرافیایی درس بخواند و معلم با دانش آموز در حرکت است.

مدیرکل دفتر توسعه عدالت آموزشی و آموزش عشایر کشور اظهار کرد: اینکه می‌گویند مدارس کبری داریم یا مدارس چادری و این خوب نیست، باید به اقلیم برخی دانش آموزان هم نگاه کنیم. برخی از این مدارس بهتر از مدارس سازه‌ای به کار می‌آیند. مهم این است که مدرسه تجهیز شده و معلم داشته باشد.

وی ادامه داد: اتفاقی که در آموزش‌های تلویزیونی صورت گرفت این بود که

آموزش‌ها باعث شد سطح توقع والدین بالا برود. چون تا پیش از آن دانش آموز در منطقه صعب‌العبور با یک سرایز معلم در چند مقطع تحصیل می‌کرد اما تلویزیون سطح دیگری از آموزش را ارائه داد.

سیفی گفت: ما برای کسانی که به هیچ صورت به اینترنت یا حتی تلویزیون دسترسی نداشتند نیز شیوه‌نامه‌ای تهیه کردیم و بر اساس آن مقرر شد تداوم آموزش در مناطقی که دسترسی به اینترنت و گوشی و حتی برق ندارند، ادامه یابد. امکان‌سنجی کردیم و مشخص شد مثلاً در پرد ۲۴۶ دانش آموز ما به اینترنت دسترسی ندارند و یا در خراسان شمالی ۱۲۴ نقطه پوشش تلویزیونی ندارد. ما اول از ظرفیت استان استفاده کردیم و صدا و سیما استانی برنامه‌های آموزشی تلویزیونی را بازپخش می‌کرد. بعد اگر این امکان نبود از رادیو استفاده کردیم و در نهایت هم معلمان به درب منزل یا چادر دانش آموزان می‌رفتند یا از طریق تلفن رفع اشکال می‌کردند که هزینه را آموزش و پرورش پرداخت می‌کرد. حتی در پروتکل نوشتیم راهبران آموزشی بسته‌های خودآموزی به دانش آموزان بدهند و اگر برادر و خواهر

اهمیت دایره شایستگی در زندگی زناشویی



مهارت‌های زیادی دارند گفته می‌شود. بدین معنا که اگر افراد سه دایره ترسیم کنند و توانایی‌های خود را درون‌رو هر سه آن‌ها بگذارند به طوری که هر سه دایره، یکدیگر را پوشش دهند مرکز آن‌ها دایره شایستگی افراد است.

این روانشناس تصریح کرد: قسمت بیرونی دایره شایستگی مسئولیت هستند که در واقع، با بخشی از آن‌ها را متوجه می‌شوید یا به طور کلی هیچ گونه اطلاعاتی از آن‌ها دریافت نمی‌کنید.

ثابت با اشاره به تاثیر "دایره شایستگی "روی زندگی زناشویی گفت: تمرکز بر دایره شایستگی، احساس ارزشمندی یا عزت نفس را در زوجین تقویت می‌کند و موجب افزایش کارایی خانواده می‌شود که به تبع آن، افزایش درآمد و منفعت مالی خانواده را نیز پدیدال دارد که در این میان، اگر زوجین روی دایره شایستگی تمرکز کنند باعث تسهیل در تصمیم‌گیری‌های خود می‌شوند و براحتمی می‌توانند در خصوص پذیرفتن یا نپذیرفتن یک مسئولیت جدید تصمیم‌گیری کنند.

وی با بیان اینکه شناخت دایره شایستگی می‌تواند تاثیراتی بر انتظارات زوجین از یکدیگر داشته باشد، ادامه داد: هنگامی که زوجین، دایره شایستگی‌های خود را بشناسند و به آن پایبند و متعهد بمانند، دچار اشتباه و توهم کمتری می‌شوند و علاوه بر این، انتظارات خود را در این دایره محدود خواهند کرد.

این روانشناس افزود: این موضوع که عددای از زوجین احساس

دایره شایستگی یکی از موضوعات مهمی است که تمرکز روی آن می‌تواند مزایای مادی و احساسی خوبی را به همراه داشته باشد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، شاید تا به حال عبارت جالب "دایره شایستگی" را شنیده باشید و یا این اولین بار است که چنین عبارتی را می‌شنوید. وارن بافت، کارآفرین و نیکوکار آمریکایی، این عبارت را استفاده می‌کند چرا که شعار هیشتگی‌لش در زندگی این است که "دایره شایستگی‌تان" را بشناسید و به آن پایبند بمانید. اندازه این دایره اهمیت زیادی ندارد. اما شناختن مرزهای آن بسیار حیاتی است.

دایره شایستگی یکی از موضوعات مهمی است که تمرکز روی آن می‌تواند مزایای مادی و احساسی خوبی را به همراه داشته باشد به طوری که وقتی احساس می‌کنید در زمینه‌ای مهارت و توانایی دارید همان احساس خوبی که از آن دریافت می‌کنید باعث افزایش کارایی شما می‌شود و این تردید که مسئولیتی را بپذیرید یا نپذیرید را به طور کامل از بین خواهد برد و در نتیجه به فردی ریسک‌پذیر تبدیل می‌شوید چرا که به دلیل داشتن اطلاعات لازم در خصوص شرایط می‌توانید اتفاقاتی که قرار است رخ دهد را پیش‌بینی کنید.

سرمایه‌گذاری زمانی، روی توانایی‌ها و مهارت‌هایتان می‌تواند بسیار نتیجه‌بخش باشد. از اینرو، شایستگی‌های خود را در حیطه این دایره و در اولویت قرار دهید تا بتوانید نتیجه مطلوب را کسب کنید.

مهرداد ثابت روانشناس در گفت‌وگو با خبرنگار حوزه ازدواج و خانواده گروه اجتماعی باشگاه خبرنگاران جوان، در خصوص اهمیت موضوع "دایره شایستگی "در زندگی زناشویی اظهار کرد: زوجین برای این که بتوانند یک زندگی زناشویی موفق داشته باشند صرفاً نیازمند شناخت دنیای مطلوب و هدف گذاری برای آن نیستند و در مقابل، آن‌ها باید به دایره شایستگی خود توجه داشته باشند.

وی بیان کرد: عبارت "دایره شایستگی "توسط وارن بافت خلق شده است که در حقیقت به توانایی‌های افراد که در آن‌ها

چگونه فردی که از زندگی ما رفته را فراموش کنیم؟

یک روانشناس گفت: ما با از دست دادن فرد مورد علاقه مان، احساسات عمیق ناامیدی و گاهی انتقام و درماندگی را تجربه خواهیم کرد.

نرگس مومنی جو روانشناس بالینی و زوج درمانگر در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان، درباره فراموش کردن فردی که از زندگی ما رفته است، اظهار کرد: متأسفانه این روزها افراد به دلایل مختلف روانی و اجتماعی، دچار غدغه های عینی و ذهنی زیادی می‌شوند که گاهی همین فشارها و تنش‌ها باعث به هم ریختن روابط بین فردی و حتی از بین رفتن روابط صمیمی بین آنها می‌شود.

این روانشناس با اشاره به اینکه روابط صمیمی و بعضاً عاشقانه که عمدتاً بلند مدت هستند، تمام ابعاد زندگی فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد، بیان کرد: معمولاً ما با از دست دادن چنین رابطه‌ای و فرد مورد علاقه ما احساسات عمیق ناامیدی و گاهی انتقام و درماندگی را تجربه خواهیم کرد و در صورت فرو ماندن در این هیجانات منفی، بی‌شک سلامت روان و آینده‌ی روشن خود را به مخاطره خواهیم انداخت؛ پس لازم است برای گریز از این بحران و گذشتن از گذشته و فراموش کردن فرد رفته از رابطه و نجات خود را از تله‌های افسردگی و اضطراب، با طی کردن این مسیر به خودمان کمک کنیم.

وی ادامه داد: با وجود تفاوت در ویژگی‌های افراد و ماهیت رابطه‌ها مسیر مشترکی برای فراموش کردن فرد و رابطه‌ی قبلی وجود دارد و معمولاً زمان لازم برای طی این مسیر تا بازگشت به حال روانی مطلوب ،حدافل حدود یکسال یا بیشتر درنظر گرفته می‌شود (البته با توجه به ویژگی‌های رابطه و تفاوت‌های افراد و امکان عود مر احول قبلی، این حدود متغیر است).

مومنی‌جو تصریح کرد: ممکن است شما نیز تجربه کرده باشید که ما انسانها در اولین مواجهه با رفتن یا از دست دادن یا فقدان شریک عاطفی و زندگی‌مان، دچار افکار می‌شویم. لاکار یعنی "این شکست دردناک در رابطه باورمان نمی‌شود.

وی افزود: پذیرفتن این واقعیت که جدایی اتفاق افتاده گاهی اقتدر ترسناک است که گویا بدون سربانه در طوفان شدیدی از حوادث و جریان‌های غیر قابل پیش‌بینی گرفتار شد‌ایم و حتی ممکن است در این مرحله برای رهایی از این اضطراب‌ها و حس تنهایی شدیدی که تجربه می‌کنیم به راه‌های ناسالم سازگاری مثل دادن انواع باج‌های عاطفی به شریک قبلی و حتی جایگزین کردن رابطه‌ی جدید و ناخن، صرفا برای فرار از هیجانات منفی به جای قبلی پناه ببریم.

وی افزود: بعد از اتخاذ این روش‌های ناکارآمد برای سازگارشدن با رفتن شریک عاطفی و تحمل شکست‌های پی‌در پی، و در کنار آن، راه‌شدن توسط طر‌اقیانی که اکنون به سادگی ما و رابطه‌ی از دست رفته ما را قضاوت می‌کنند، دچار حس تنهایی عمیق می‌شویم تا جایی که دلشن یک رابطه‌ی عاشقانه و سالم در نظ‌رمان محال به نظر میرسد. اینجاست که نیاز به یافتن دوستان هم‌دل که هن‌ر شنیدن و ارائه‌ی (رهاکار‌های درست دارند)مثل روانشناسان و مشاوران) بسیار محسوب است.

این روانشناس اضافه کرد: به هر حال چون طلاق و جدایی باری باخت باخت محسوب می‌شود و هر دوطرف رابطه، چه کسی که متقاضی این جدایی بوده و چه کسی که موفق پایان رابطه نیست، به دلیل تجربه‌ی احساسات تلخی مثل حس گناه و حس طردشدن و نادیده گرفته شدن، بعد از تصمیم به جدایی، حالات ناخوب و نامتعادلی را از بعد هیجانی تحمل خواهند کرد. این روانشناس بیان کرد: پس از ایجاد این فاصله‌ی روانی و فیزیکی با کمک حس خشم درونیمان و تمرکز بر ویژگی‌های منفی فردی که در طول رابطه، با وجود صرف هزینه‌های جانی و روانی و سرمایه‌گذاری عاطفی برای او درنهایت محکوم به تنهایی و تحمل ریخ هستیم به نوعی از رهاشدن و و‌رها کردن دست خواهیم یافت.

مومنی‌جو اظهار کرد: این رها کردن آرام آرام باعث بازایی عزت نفس از دست رفته‌ی ما و احساس نازرشمندی که در اثر جدایی ایجاد شده بود، می‌شود، با اینکه سخت و زمان‌بر به نظر میرسد اما بعد از مدتی که روی این جدایی و رشد‌های حاصل از آن تمرکز و تاکید میکنیم، بیشتر به خودمان در گذاردن مشکلات بعدی اعتماد خواهیم کرد.

وی تصریح کرد: در مراحل بعدی، بعد از یافتن خود ارزشمندمان از پس این حس شکست و جدایی که به مرور درد و رنجش فقدان آن محور و پذیرش آن ساده‌تر می‌شود و به تحلیل و ارزیابی دلایل اهمیت افراطی به فردی که از رابطه رفته، برای خودمان و علت‌های افشاری‌مان به ادامه‌ی رابطه‌ی که تا تاریخ لقضای آن گذشته است می‌پردازیم تا بعد بر توانیم گره‌هایی که به غلط مارا به آن فرد پیوند داده و باعث آسیب به خود ارزشمندمان می‌شود را یکی یکی بازنیم؛ با یافتن این گره‌ها و درک کردن دردناک بودن رابطه‌ی که ارزشمندی ما را به خطر می‌اندازد، اکنون مسلح به سلاح تجربه‌ایم که همچون واکسیناسیون ما را در مقابل ابتلا به اشتباهات مشابه با افراد دیگر و در رابطه‌های بعد حفظ خواهد کرد. این روانشناس اضافه کرد: در ادامه همزمان با طی کردن این مراحل عمیق و درمانی رهاکار‌های رفتاری ساده‌تر و عملی‌تری هم برای هموارتر شدن مسیر فراموشی فرد رفته از زندگی پیشنهاد می‌کنیم، اجازه دهید غم سوگ از دست دادن و شکست عشقی در شما با گریه کردن و گوش دادن موسیقی‌های غمگین، که باعث ابر ز غم شما می‌شوند و حس تنهایی را از شما می‌گیرند(موسیقی درمانی) تجربه شود و این غم تخلیه شود.

مومنی‌جو افزود: معمولاً بعد از تخلیه‌ی حس غم و گریه دچار کسالت و بی‌حوصلگی خواهید شد برای بازگردندن انرژی روانی مثبت به‌استحمام خرید و خوردن خوراکی‌های دلخواه و دیدن فیلم‌هایی که جنبه‌ی سرگرمی دارند اقدام کنید. از تماس گرفتن و ارسال پیام غیر ضروری با فرد رفته اجتناب کنید و دنبال خبر گرفتن از وی به طریق دوستان مشترک نباشید، از چک کردن صفحات مجازی او خودداری کنید، عکس‌ها و یادگاری‌های احتمالی موجود را بازگردانده و یا از بین ببرید و تا جایی ممکن فعالیت‌های مشترک فعلی و درسی و غیره را با وی محدود کنید. وی گفت: با ارتباط با دوستان دلسوز و افراد نزدیک در خانواده و روانشناسان، که حرف‌های شما را به گوش جان می‌شنوند، در پی خلق ارزشش باشید و با در میان گذاشتن افکار دشمنگینی که احتمال آسیب‌رسانی به خودتان و یا دیگران دارند، با این افراد امن از خودتان مراقبت کنید. در کنار اینکه سیستم تغذیه‌ی شما شامل غذا و ویتمنوش‌های آ‌ر‌بیم‌جی در حال فعلی شما موثر است هرچه زمان فعالیت فیزیکی شما(مخصوصاً ورزش‌های آبی و مدیتیشن و مطالعه‌ی کتاب‌های مورد علاقه) بیشتر باشد احتمال بازگشت به افکار گذشته کمتر خواهد بود.