

بہوقت تامل

آپنڈے وکیلم؟

اگر گذرتان به دادگستری بیفتند با مردم نگران و اشتبهای مواجه می شوید که معمولاً به دلیل عدم آگاهی و ناشناختی با قانون، کارشناس به آنجا کشیده شده است اگر مردم بدانند که چه حق و حقوقی در زندگی دارند با مشکلات کمتری مواجه می شوند. هر هفته در این بخش با همراهی نسیم احمدی کارشناسان حقوقی، موضوعات حقوقی مربوط

به خانواده را بررسی می کنیم.

یکی از موضوعات که در دادگاه های خانواده با آن رو و به هستیم درخواست طلاق به خاطر مخالفت با فرزندآوری است. در این خصوص باید بگوییم در صورت مواجه شدن با این مشکل دادخواست طلاق بدیدهید و اگر ادعای تان ثابت شد، دادگاه بادرخواست طلاق شما موافقت می کند و مهرهی هم قابل مطالبه است. مهرهی از حقوق مالی زنان است که قبل از عقد با رضایت زوجین تعیین می شود و هر زمان زن مهرهی عند المطالبه را درخواست کند، زوج موظف است آن را پرداخت کند. حتی زن هنگام صلح و آرامش در زندگی هم می تواند مهرهی خود را تقاضا کند که البته این مشکل از گرفتن مهرهی در جامعه ما چندان رایج نیست و عموماً زنان بعد از بروز مشکل در زندگی به گرفتن مهرهی اقدام می کنند. برای مطالبه کردن مهرهی در قدم اول باید به دفتر ازدواجی که عقدتان در آن جاری شده، مردانه و در آن حاضر مطالبه مهرهی را تکمیل کنید. مردانه مراجعت و در آن حاضر مطالبه مهرهی را تکمیل کنید. مردانه به هیچ وجه نمی توانند از زیر بار پرداخت مهرهی شانه خالی کنند. البته شما باید این موضوع را در نظر داشته باشید.



بسیکت سمهیریه کن داری از  
مالی باشد (یعنی آنچه که فان  
رزش مالی باشد مهریه  
تلقی نمی شود)، میزان  
مهریه مشخص و معین  
باشد و در آخر این که  
مهریه تان مشروع و  
قابل تملک باشد.

این که در کنار فرزندتان بنشیتید و با تلفن همراه تان مشغول باشید، زمانی را به طور کامل به او اختصاص دهید. بازی های ساده، مطالعه یک کتاب با هم یا حتی قدم زدن در پارک می تواند در بیچه هایی برای شناخت بهتر علایق، دغدغه ها و شخصیت فرزندتان باشد.

## آسیب‌های مقایسه فرزندهان با یکدیگر

یکی از اشتباهات رایج در میان والدین این است که فرزندان خود را با دیگران مقایسه می‌کنند یا از آنها انتظار دارند که شبیه به خودشان باشند. غافل از این که هر کودک دنیای خاص خود را دارد و تلاش برای قالب‌گیری او به شکلی که شما می‌خواهید، می‌تواند باعث از دستدادن اعتماد به نفس او شود. به جای این کار، ویژگی‌های منحصر به فرد فرزندتان را شناسایی و تقویت کنید. اگر او به هنر علاقه دارد، اورا تشویق کنید؛ حتی اگر شما علاقه‌ای به این حوزه ندارید. این احترام به تفاوت‌ها، رابطه شما را عمیق ترمی‌کند. هر کودکی نقاط قوت و ضعفی دارد و شناخت این ویژگی‌ها نه فقط به شما کمک می‌کند که او را بهتر راهنمایی کنید، بلکه باعث می‌شود احساس ارزشمندی در کودک تقویت شود. برای مثال، اگر فرزند شما در درس ریاضی ضعیف است اما علاقه زیادی به ورزش دارد، به جای تمرکز بر ضعف‌های او، استعداد ورزشی اش را تقویت و تلاش کنید با حمایت مناسب، نقاط ضعف او را بخوبد بپوشید.

### **کلیدهای طلای برای ورود به دنیا فرزند**

شناخت فرزندان، یکی از کلیدهای طلازی در تربیت درست آنهاست. وقی والدین به دنبای درونی فرزندان نزدیک می‌شوند، بهتر می‌توانند نیازهای شان را درک و ارتباط عمیق تری با آنها برقرار کده و در مسیر رشد سالانه همراهی شان تگاهی علمی و روان شناختی، راهکارهایی را بررسی می‌کنیم فرزند خود آشنا شوید.

کنند. اما چگونه می‌توان به این شناخت رسید؟ در اینجا با تناهی علمی و روان‌شناسی، راهکارهایی را بررسی می‌کنیم که به شما کمک می‌کند بدانیابی پیچیده‌ای شگفت‌انگیز فرزند خود آشنا شوید.

روان‌شناس



مھارت گوش دادن

زبان بدن یکی از مهم‌ترین ابزارهای ارتباطی است که اغلب نادیده گرفته می‌شود. کودکان، به ویژه در سنین پایین، گاهی نمی‌توانند احساسات خود را با کلمات بیان کنند. برای مثال، اگر فرزند شما در حین صحبت شانه‌هایش را جمع می‌کند یا به زمین خیره می‌شود، ممکن است نشان‌های از اضطراب یا ناراحتی باشد. با مشاهده دقیق این نشانه‌ها و واکنش نشان دادن به آنها، می‌توانید احساس امنیت پیشتری به کودک بدھید تا او مشکلاتش را با شما در میان بگذارد.

بسیاری از والدین به صحبت‌های فرزندشان گوش می‌دهند، اما آیا واقعه‌ای او گوش می‌دهند؟ گوش دادن فعال به این معناست که نه فقط کلمات فرزند خود را بشنوید، بلکه احساسات، نگرانی‌ها و پیام‌های پنهان در پشت کلماتش را نیز درک کنید.

برای مثال، وقتی کودک شما می‌گوید: «من نمی‌خواهم به مدرسه بروم». نباید سریع اور اسریزش کنید یا تصمیم‌گیری سریع انجام دهید؛ بلکه باید از او پرسید: «چرا نمی‌خواهی؟ چه چیزی تو را ناراحت می‌کند؟». این نوع تعامل

**گذراندن وقت باکیفیت با فرزندان**



# جدول

## توضیح برای رمز جدول:

پس از حل کامل جدول از پشت سرهم قرار دادن حروف خانه هایی که با عدد مشخص شده اند رمز جدول به دست می آید.

تعداد حروف رمز جدول در هر شماره می‌تواند متغیر باشد.

طراح: بیژن گورانی