

بی‌توته: شادکامی پایدار یک حالت روحی و روانی پایدار است که نتایج مثبتی همچون: لذت بردن از زندگی،آرامش و نگاه مثبت به زندگی را به دنبال دارد. شادکامی، افکار، رفتار، تصمیم‌گیری‌ها و روابط انسان را عمیقاً تحت تأثیر قرار می‌دهد.

راز بسیاری از ناکامی‌ها در زندگی

میان «مشکل داشتن در زندگی» با «مشکل داشتن با زندگی» تفاوت وجود دارد. همه انسان ها در زندگی مشکل دارند، ولی انسان موفق کسی است که با زندگی اش مشکل نداشته باشد و این کار مهارت خاص خود را می طلبد. زندگی را نباید ساده انگاشت. زندگی پرستی پذیرفته نیست، ولی بی خیالی و بی برنامه بودن در زندگی نیز نتیجه خوبی نخواهد داشت. زندگی، پیچیده و پر رمز و راز است، ولی برای موفقیت در زندگی باید «مهارت زندگی کردن» را آموخت. راز بسیاری از ناکامی ها، ناکامی در مهارت های زندگی است. کسانی که مهارت زندگی کردن را ندارند، از زندگی خود نالان و ناراضی اند.

تعریف شادی

علمای علم روانشناسی برای این موضوع، واژه شادکامی را درنظر می‌گیرند. گاهی بعضی افراد شاد بودن را مرادف با خندان بودن درنظر می‌گیرند. خندان بودن، یکی از حالت‌های شادی محسوب می‌شود.

البته واژه شادی هم به طور تمام و کمال نمی‌تواند مفهوم درست این موضوع را برساند. ولی واژه شادکامی یک واژه عمیق‌تر و کامل‌تر است و طیف مدایی آن از کنارهم قرار گرفتن مؤلفه‌هایی رقم می‌خورد و دارای چند جنبه است.

در واقع می‌توانیم بگوییم که شادکامی یک حالت روحی– روانی پایدار است که نتیجه‌های مثبتی مانند لذت بردن از زندگی، آرامش و نگاه مثبت داشتن به زندگی را به دنبال دارد و مسلماً این حالت و این نتایج، همگی بر اعمال و افکار و تصمیم‌گیری‌های انسان تأثیر می‌گذارد.

تعریف لذت

شادکامی یا لذت تفاوت دارد. لذت، حالتی گذراست که تحت شرایطی به وجود می‌آید و بعضاً موقتی است. اما شادکامی حالتی پایدار و تأثیرگذار است که خود منشأ حرکاتی در فرد می‌شود و از جهت همین تأثیرگذاری‌است که روانشناسان به این موضوع به عنوان یکی از موضوعات مهم می‌پردازند.

کسی نیست که از شادی بدش بیاید یا آن را نخواهد، اما در عرصه عمل گاهی افراد فرقه‌هایی را برمی‌دارند که به خیال خودشان، در مسیر شاد بودن و شاد کردن خود برداشته‌اند، ولی درواقع بیشتر و بیشتر از آن دور شده‌اند. شادکامی پایدار از عوامل مهم در موفقیت انسان است.

شادکامی زمانی به دست می‌آید که زندگی انسان در مجموع، همراه با نشاط و خرسندی پایدار و بدون پی آمد منفی باشد. از این رو، شادی با شادکامی متفاوت است. در شادکامی، شادی و لذت آنی هم وجود دارد، ولی هر شادی را نمی‌توان تأمین کننده شادکامی دانست.

"ازگایل" که از صاحب نظران روان شناسی مثبت گراست، در بحث شادکامی

بی‌توته: امروزه شاغل بودن زنان، یکی از مسائلی است که در اجتماع مطرح است. زنان به علل گوناگون که کار روی می آورند و حتی بعضا مجبورند با وجود مسئولیت‌های خود در خانه و

تربیت فرزندان مسئولیت‌های اجتماعی را نیز پذیرا باشند. اشتغال زنان به عنوان یک پدیده اجتماعی پیامدهای متعددی در زمینه های خانوادگی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی دارد.

در این میان از یکسو نقش آموزش و تربیتی مادران در خانه و از سوی دیگر تغییر و تحولات سریع جامعه، پیشرفت های تکنولوژی و نیاز به پرورش فرزندان متفکر که قادر به رویارویی با دنیای غیرقابل پیش بینی باشند، اهمیت اشتغال زنان را در مسائل مربوط به پرورش و تربیت فرزندان دوچندان می سازد. در مورد اشتغال زنان، تاثیر آنها بر خانواده و تربیت فرزندان نظرات مختلف و حتی متناقضی وجود دارد و حتی سوگیری‌ها و دیدگاه‌های منفی نیز شکل گرفته اند. نا منی رابطه

محدودیت‌هایی که اشتغال برای ایفای

نقش مادری برایتان ایجاد می‌کند

زنان باید بعنوان همسر، مادر و گرداننده خانواده نقش های متعددی به عهده گیرند. کی از مهم

شادکامی پایدار



تصریح می‌کند که شادکامی، تنها در سایه شادی ها و لذت های آنی به دست نمی آید و نیازمند داشتن احساس رضامندی و فقدان عواطف منفی است. "داینر" نیز در بحث بهزیستی روانی بر همین مطلب تأکید می‌کند.

شادکامی به شادی ها و لذت های آنی نیاز فوری دارد، به شرطی که پی آمد منفی نداشته باشد. آنی بودن این گونه لذت ها سبب منفی شدن آنها نیست، بلکه منفی بودن آنها به سبب پی آمدهای منفی آنان است. از این رو، در شادکامی از آن دسته شادی هایی که پی آمد منفی ندارند، استفاده می‌شود، هرچند لحظه ای باشند.»

بر اساس دیدگاه برخی صاحب نظران، شادکامی عبارت است از:

(شادی + رضایتمندی = تیندگی)

جنبه‌های مختلف شادکامی

دو جنبه می‌توان برای شادکامی درنظر گرفت. یکی جنبه‌ای که عینی‌تاریک است که بیرونی است و جنبه دیگر جنبه درونی دارد که ذهنی است. جنبه عینی و بیرونی، چیزی است که در واقعیت وجود دارد و و همه انسان‌ها با آن درگیرند.

اما جنبه ذهنی و درونی، همان نگرش فرد نسبت به مسائل زندگی است و در واقع همان چیزی است که او احساس می‌کند. معمولاً در واقعیت مسائلی جریان دارد و انسان‌ها دریافت‌های متفاوتی از آنها دارند. حتی گاهی واقعیتی در دنیای بیرون وجود دارد که چند انسان از همان واقعیت، دریافت‌های حسی و بینشی متفاوتی با هم دارند. از این جهت است که به جنبه دوم جنبه ذهنی و درونی می‌گویند.

چون تا وقتی در دنیای بیرون هست، یکی است ولی وقتی از مرز فهم و درک انسان عبور می‌کند و وارد درون او می‌شود، بسته به نوع نگرش و میزان درک

اثرات مثبت و منفی اشتغال مادر بر فرزندان

اهمیت داشتن برنامه‌ای منظم برای

مادران شاغل

مادران شاغلی کارهای خانه را مورد توجه محدودیت زمانی خود قرار داده‌اند و نه صرف زمان فرزندان‌شان را، در تربیت فرزندان موفق عمل کرده و مادران خانه دار در تربیت فرزندان برتری نسبت به مادران شاغل نداشته‌اند، چه بسا اشتغال مادر تأثیرات مثبتی بر تربیت و عملکرد فرزند داشته‌اند. این مادران شاغل با برنامه‌ای منظم، مناسب و فشرده، کارهای ضروری خانه را در برنامه هفتگی خود می‌گنجانند.

تأثیرات مثبت اشتغال مادر بر فرزند

یکی از تأثیرات مثبت اشتغال مادران بر فرزندان به وضعیت روانی مادر برمی‌گردد. یک اشتغال زن، احساس هویت و روانی مثبت در او به وجود می‌آورد

جامعه محسوب می‌شود که کمبود آن در زندگی فردی و اجتماعی اثراتی منفی را در روابط اجتماعی، خانوادگی، اشتغال و طول عمر افراد ایفا می‌کند و از آنجایی که شکل گیری شخصیت افراد در دوران

کودکی و نوجوانی پایه گذاری می‌شود توجه به این موضوع در نوجوانان از اهمیت برخوردار است.

مادران شاغل نوجوانانی مسئولیت پذیر و مستقل تربیت می‌کنند.

در پژوهشی دریافتند که نوجوانان دارای مادران شاغل درمقایسه با نوجوانی که مادران آنها خانه‌دار هستند، از احساس خود ارزشمندی، سازگاری، تعلق خاطر به خانواده و حمایت اجتماعی بیشتری برخوردار هستند. همچنین طی تحقیقاتی این نتیجه حاصل شد که اشتغال مادر تأثیر مثبتی روی سازگاری فرزند دارد.

اشتغال مادر و تربیت دختری مستقل و خودکفا

طی مطالعات و تحقیقاتی که انجام دادند دریافتند که دختران بیشتر از پسران از داشتن یک مادر شاغل بهره می‌برند. دختران مادران شاغل نسبت به دختران مادران خانه دار از خود بستندی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی بهتری برخوردارند

نظریه شادکامی پایدار

این نظریه توسط خانم سونیا لوبومیرسکی (**Sonja Lyubomirsky**) مطرح شد. براساس این فرمول میزان شادکامی ما در واقع خروجی از مجموع عوامل زیر است که بخشی از آن قابل کنترل و بخش دیگر غیرقابل کنترل می‌باشد:

– سطح پایه شادی: که جزء عوامل وضعی، ژنتیکی و ارثی محسوب می‌شود و غیرقابل تغییر است. همه ما با سطح مشخصی از شادی متولد شده ایم و نمی‌توانیم آنرا تغییر دهیم. پس افرادی هستند که ژن های شادتری دارند و بالکمکس.

– عوامل محیطی: شامل وضعیت تحصیلی، تأهل، جنسیت، مسکن، فرهنگ و … است. این عوامل قابل تغییر هستند اما معمولاً ایجاد تغییر در آنها دشوار، زمان بر و هزینه بر است.

– عوامل ارادی و اختیاری: بخشی از شادی است که کاملاً در کنترل ماست. صرف وقت و انرژی و به نوعی سرمایه گذاری برای توسعه آن، نتایج ارزشمندی را در بر دارد.

تأثیر عددی هر یک از این عوامل بر روی شادی به ترتیب ۵۰ ٪، ۱۰ ٪ و ۴۰ ٪ است که در نمودار زیر قابل مشاهده می‌باشد:

– عوامل ارثی و تثبیتی (وضعی) ۵۰ درصد شادکامی را تبیین می‌کنند. این عوامل را نمی‌توان تغییر داد.

– عوامل محیطی و شرایطی حداکثر ۱۰ درصد شادکامی پایدار را تبیین می‌کنند. با توجه به سهم اندک این عوامل هر گونه سرمایه گذاری روی آنها جهت دستیابی به شادکامی پایدار چندان مقرون به صرفه نیست.

– عوامل ارادی یا اختیاری ۴۰ درصد سهم شادکامی پایدار را تبیین می‌کنند. و با توجه به شرایط مورد اشاره برای افزایش شادکامی و نشاط پایدار تنها می‌توان روی این عوامل برنامه ریزی کرد.

توصیه‌ای برای رسیدن به شادکامی پایدار

انسان ها می‌توانند تغییرات طولانی مدتی در سطح شادکامی خود فراهم آورند. با به کارگیری فعالیت های ارادی خاص مانند تشکر کردن، تجسم کردن بهترین خود ممکن در آینده و انجام اعمال نیک، شادکامی انسان ها برای هفته‌ها و حتی ماه های متعددی افزایش می‌یابد.

زمانی که این فعالیت ها به طور کامل و مداوم انجام می‌پذیرند (منظور این است که فعالیت در زمان مقرر، متنوع و متناسب با فعالیت فرد باشد)، باعث تغییر در نحوه اندیشیدن و عمل کردن انسان ها در زندگی روزانه‌شان می‌شود.

شاید شگفت آور به نظر برسد، اما پیشنهاد ما این است که حفظ شادکامی ماندگار، نیازمند تجدیدنظری همه جانبه در شرایط زندگی نیست، بلکه نیازمند بازسازی همیشگی و پرزحمت رفتارها و اندیشه های روزانه است. در مجموع پژوهش های جدید نشان داده اند که مسیر دست یافتن به شادکامی از آنچه انسان ها بدان باور دارند، بسیار نزدیک‌تر است.

و تمایل بیشتری به کار کردن دارند. همچنین فرزندان مادرانی که در رده های شغلی فرهنگی– مدیریتی هستند بهترین عملکرد تحصیلی را دارند.

مشاغلی با جایگاه اجتماعی بالا

زنانی که درمشاغل رده بالا فعالیت می‌کنند بیش‌ترین رضایت شغلی را دارند که این بر عملکرد آموزشی و رفتاری فرزندان شان تأثیر مثبتی گذاشته است. در مقابل تنش شغلی مادران اثر نامطلوبی بر فرزندان دارد و هرچه مادر درحیطه کارش تنش کمتری داشته باشد، بهتری می‌تواند وظایفش را در خانه انجام دهد.

اشتغال زنان به عنوان یک پدیده اجتماعی بر تربیت کودکان آن ها تاثیر می‌گذارد. در صورتی که شغل مادر از جایگاه اجتماعی، موقعیت فرهنگی و احساس روانی خوب برخوردار باشد می‌تواند منجر به افزایش احساس ارزشمندی و عزت نفس در کودکان شود.

• توصیه می‌شود مادران در درجه اول به فکر وضعیت عاطفی، مسائل اخلاقی و سلامت روانی خود و خانواده باشند و در صورت محقق شدن این امر به مولدزی از قبیل اشتغال در خارج از خانه اهتمام بورزند.

برگ سند و برگ سبز و کارت شناسایی موتورسیکلت پهنار موتور ۱۵۰ به شماره پلاک ۳۲۲۳۳۹ ایران ۶۹۶ به شماره بدنه ۹۴۵۵۸۱۷ و شماره موتور ۹۴۵۵۸۱۷ به نام محمدامین ملک پناهی مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

کتابخانه شخصی شما را خریداریم معاوضه کتاب کهنه با نو، قدیمی – جدید پارامونت، ابتدای قصردشت، سمت چپ، جنب دانش گستر کتاب‌فروشی دوستلار

مرادی ۰۲۹-۰۹۱۷۱۲۳۶-۰۹۱۷۱۲۳۶-۳۳۳۸۱۷۱

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی برابر رأی شماره ۹۱۳-۳۵۰۶۹۱۳ مورخ ۱۳۹۷۶-۰۳/۱۱/۲۸ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه سه تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی علی اصغر رسنگار فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۵۰۱۰۰۰۰۰ صادره از بیضاء کد ملی ۵۴۶۹۷۶۰۶۸۵ نسبت به ششدانگ یکباب خانه به مساحت ۲۴۰ مترمربع به پلاک ۸/۳۹۲۶۸ مورخ ۱۳۹۷۶-۰۳/۱۱/۲۸ مفروضه از پلاک ۸/۴۶۶ باقیمانده اصلی واقع در شیراز گویم شهرک زمینس ۱۴ متری چهارم سمت چپ درب اول کدپستی ۷۱۹۴۱۶۸۷۵۸ خریداری از مالک رسمی در ازای حصه مشاعی متقاضی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت نقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۸/۱/۲۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۹۸/۲/۹

م/۵۵۵ الف

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز شاپور زارع شیپانی

آگهی نیازمندیهای عصرمردم آگهی می‌پذیرد

۳۳۳۰۹۲۹۰

۳۳۳۴۱۰۰۱

۳۳۳۴۱۰۰۰

۳۳۳۰۳۳۷-۳۳۳۰۳۸۳۰

آگهی پیرو پرونده اجرائی کلاسه ۹۶۰۷۰۲ مورخ ۱۳۹۶/۵/۲۱ بدینوسیله به احمد مقامی ابلاغ و اخطار می‌گردد حداکثر ظرف مهلت ۱۰ روز از تاریخ انتشار این آگهی جهت انتقال رسمی پک دستگاه خودرو سواری ماکسیمیا مدل ۱۳۸۲ به شماره انتظامی ۴۴ی۴۴ ایران ۶۳ تعویض پلاک شده است به نام محکوم له خانم رشک نجومی کرمانشاهان در دفترخانه ۴۱۷ شیرباز به نشانی شیرباز خیابان ملاصدرا نبش کوچه ۴ طبقه ۴ مجتمع پزشکی ملاصدرا حاضر در غیر این صورت نماینده اجرای احکام به قائم مقامی شما نسبت به امضاء اقدام خواهد کرد و هرگونه خسارت و مسئولیت به عهده خودتان می‌باشد.

۵/۵۵۸ الف

سردفتر اسناد رسمی شماره ۴۱۷ شیرباز ایمان حقیقی

آگهی ابلاغ (وقت) اجرای قرار تحریر ترکه

بدینوسیله اعلام می‌نماید به موجب درخواست آقای صمد کریمی پور هارونی به طریقت بیعت، طوبی، گوهر، غلامعلی، سکنینه شهرت همگی کریمی پور هارونی به خواسته تحریر ترکه مرحوم محمد کریمی پور هارونی فرزند غلام رضا طی شماره ۱۲۰۷ مورخ ۹۷/۱۲/۱۴ در ششورای حل اختلاف شعبه ۳۳ مجتمع شـمـاره دو شیراز صادر و وقت اجرای قرار ساعت ۱۰ صبح مورخ ۹۸/۳/۲۱ تعیین گردیده است لذا از ورثه یا نماینده قانونی آنها، ببستگانکاران و مدیونین به متوفی و کسان دیگری که حق بر ترکه متوفی دارند دعوت می‌شود در موعد مذکور در محل این شـورـا واقع در بلوار رحمت خیابان بنی‌هاشمی مجتمع شماره دو شیراز حاضر شوند عدم حضور مدعوین مانع اجرای قرار نخواهد بود.

م/۵۵۷ الف

مسئول دفتر شعبه ۳۳ شورای حل اختلاف مجتمع شماره دو شیرباز رئیس

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز شاپور زارع شیپانی