

مهم ترین اشتباهات جوانان ۲۰ تا ۳۰ ساله

✿ سرویس زندگی

برخی اشتباهات جوانان در دهه ۲۰ زندگی ممکن است قابل جبران باشند اما مواردی هم وجود دارد که ممکن است جبران ناپذیر باشد. بنابراین باید به انتخاب راه درست در ۲۰ تا ۳۰ سالگی بسیار دقت کرد. بسیاری از جوانان در سن ۲۰ تا ۳۰ سالگی به دلیل شور و هیجان جوانی و تاثیر دیگران بر رفتارشان اشتباهاتی می‌کنند. برخی از این اشتباهات اثر نا مطلوبی بر زندگی آنان می‌گذارد و آینده آنان را تباه می‌سازد تا جایی که با بالا رفتن سنشان از کارهای خود پشیمان می‌شوند. در ادامه این بخش شما را با اشتباهات جوانان آشنا خواهیم کرد

تنها به فکر پول هستید

برای موفقیت تنها داشتن پول کافی نیست. اگر شما همه آرزوهای خود را نادیده بگیرید و به دنبال پول باشید، در آینده پشیمان خواهید شد.

تخصص‌های لازم کار خود را کسب نمی کنید

برای دستیابی به موفقیت تنها داشتن تحصیلات و توانایی کافی نیست و این موارد آینده شغلی شما را تضمین نمی‌کند، بلکه آنچه سبب موفقیت در شغل می‌شود، پشتکار، ثبات قدم، تلاش و انرژی است. پس ابتدا علاقه خود را بیابید و سپس با توجه به علاقه خود جلو بروید و تخصص‌های لازم را کسب کنید.

از شکست‌ها فرار می کنید

برای اینکه رشد و پیشرفت در زندگی نمایید از شکست‌های گذشته خود درس بگیرید و از این شکست‌ها فرار نکنید شاید تحمل شکست‌هایی مانند تمام کردن یک رابطه عاطفی یا اخراج شدن از کار برایتان سخت باشد اما از آنها فرار نکنید.

نسبت به سلامتیتان بی اهمیت هستید

شما در دوره نوجوانی و جوانی علاقه زیادی به گشت و گذار و گذراندن وقت با دوستانتان دارید اما رفته رفته با گذر سن دیگر انرژی سابق را نخواهید داشت و دیگر تفریحاتی مانند بیرون ماندن از خانه تا نیمه شب، خوشگذرانی با دوستان، سیگار کشیدن یا

مصرف فست فود دیگر برایتان لذت بخش نیست و با بالا رفتن سن در می‌یابید که این عادات چقدر به سلامتی بدنتان آسیب می‌رساند. بنابراین بهتر است در دوران جوانی به سلامت فیزیکی و روحی خود توجه کنید.

به فکر آینده نیستید

افراد جوانی که ۱۸ تا ۲۹ سال سن دارند، به فکر دوران دیگر زندگیشان نیستند و اغلب همه درآمد خود را خرج می‌کنند و هیچ پس‌اندازی برای دوران بازنشستگی خود ندارند. اگر شما هم این چنین هستید و پس اندازی برای آینده ندارید، ضررهای زیادی خواهید کرد بنابراین آینده نگر باشید و پول برای آینده پس انداز کنید.

اطرافتان را پر از دوست می کنید

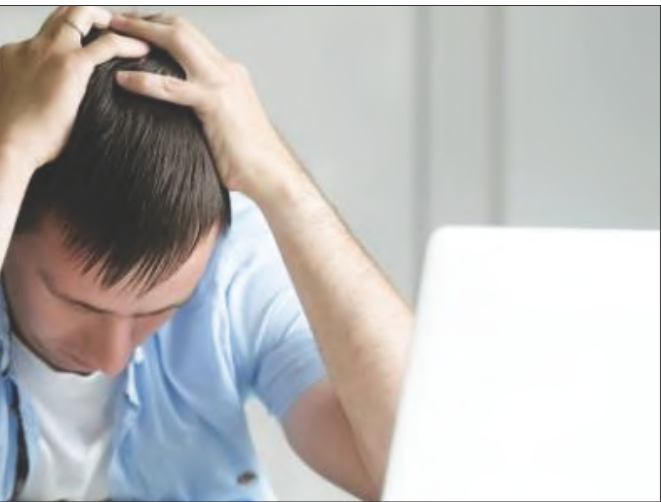
اگر اطراف خود را پر از دوست کرده‌اید و در انتخاب آنها دقت کافی نداشته‌اید، در اشتباه هستید و به زودی پشیمان می‌شوید پس در انتخاب دوست دقت کنید زیرا دوستان شما تاثیر زیادی بر شکست و موفقیت‌تان خواهند داشت.

موقعیت خود را تغییر نمی‌دهید

اگر قادر نیستید در موقعیت کنونی خود به موقعیت دست یابید، نقل مکان کنید و موقعیت خود را تغییر دهید تا بتوانید بهتر در مسیر موفقیت گام بردارید.

دیدتان به همه چیز منفی است

اگر همیشه در روابط خود فکر می‌کنید آنچه به سود دیگران است موجب ضرر به



شما می‌شود، بهتر است دید خود را تغییر دهید.

آینده را پیش بینی می کنید

نگران آینده نباشید زیرا شما نمی‌توانید آینده را پیش بینی کنید، بنابراین روی اهداف کوتاه مدت خود تمرکز کنید و نگران ۵ سال دیگر

برای دستیابی به موفقیت تنها داشتن تحصیلات و توانایی کافی نیست، بلکه آنچه سبب موفقیت در شغل می‌شود، پشتکار، ثبات قدم، تلاش و انرژی است

خود نباشید.

به فکر ازدواج هستید

اگر در همان اوایل جوانی به فکر ازدواج و یافتن شریک زندگی هستید و خیلی عجولانه دوست دارید کسی را برای ازدواج انتخاب نمایید در اشتباهید، شما باید برای ازدواج عجولانه عمل نکنید و از فرد مقابل خود شناخت کافی به دست آورید تا پشیمان نشوید زیرا رابطه‌های بلند مدت مانند ازدواج به تلاش، پذیرفتن کمبودها، گذشت، انعطاف‌پذیری و... نیاز دارد.



اجازه می‌دهید دیگران برای شما تصمیم بگیرند

شما بیش از هر شخص دیگری صلاح زندگی خود را می‌دانید پس خودتان برای زندگیتان تصمیم بگیرید و به دیگران اجازه ندهید تا راه شما را انتخاب کنند. با دیگران مشورت کنید و از تجربه دیگران استفاده کنید اما در آخر خودتان تصمیم بگیرید.

عجله نکنید

به جای اینکه همیشه به آینده فکر کنید، تمرکز خود را بر حال بگذارید. برخی از جوانان ۲۰ ساله فکر می‌کنند باید در جوانی به تمام اهداف زندگی‌شان برسند پس عجله نکنید و با آرامش قدم‌هایتان را بردارید.

نظرات خودتان را نادیده می گیرید

در سالهای جوانی اگر همیشه برای به دست آوردن دل دیگران تلاش می‌کنید تا آنها از شما خشنود باشند.

مثلا در محل کارتان سعی می‌کنید همه افراد را از خود راضی نگهدارید، به زودی پشیمانی به سراغتان می‌آید پس هیچگاه سعی نکنید برای خشنودی دیگران، نظرات خودتان را نادیده بگیرید.

روابط خود را با همه دوستان ادامه می دهید

اگر فکر می‌کنید باید روابطتان را با همه دوستان خود ادامه دهید، در اشتباه هستید. شما باید فقط روابط خود را با دوستانی ادامه دهید که به شما اهمیت بدهند و بیشترین تاثیر را در زندگی شما داشته‌اند.

سه گروه که از مجردها ارث می‌برند

✿ سرویس زندگی

امروزی مشکلات اقتصادی و فرهنگی باعث شده برخی از جوانان کمتر به سراغ تشکیل خانواده و زندگی مشترک رفته و به صورت مجردی زندگی کنند. در کنار این افراد که خود زندگی مجردی را انتخاب کرده‌اند، افرادی هستند که به واسطه طلاق یا فوت همسر و شرایط محیطی و اجتماعی مجبور به زندگی مجردی هستند. حال باید دید تکلیف اموال این افراد پس از فوت چه می‌شود؟

وراث افراد مجرد چه کسانی هستند؟

قانون قوانین و مقرراتی را برای تقسیم ارث افراد مجردی که تکلیف مایمک خود را تعیین نکرده‌اند، مشخص کرده است. ماده ۸۶۲ قانون مدنی ورثه افراد مجرد را براساس درجه نزدیکی به متوفی تعیین کرده و آن‌ها را در ۳



سهم الارث طبقه اول؛ پدر و مادر از فرزند متوفی مجرد

قانون مدنی سهم پدر از ارث فرزند متوفی را دو سوم و سهم مادر را یک سوم تعیین کرده است. اما چنانچه متوفی ۲ برادر یا یک برادر و دو خواهر یا ۴ خواهر تنی از پدر یا پدری و

طبقه تقسیم بندی کرده است. طبقه اول: پدر و مادر فرد مجرد متوفی طبقه دوم: جد؛ یعنی پدر بزرگ و مادر بزرگ و خواهر و برادر طبقه سوم: خواهرزاده و برادرزاده‌ها طبق قانون انحصار وراثت، چنانچه فردی از هر طبقه در قید حیات باشد، طبقات دیگر از ارث محروم می‌شوند، اما اگر هیچ یکی از افراد موجود در هر یک از طبقات در قید حیات نباشند، ارث به وراث طبقه بعدی می‌رسد. یعنی اگر پدر و مادر زنده باشند ارث به آنها می‌رسد، اگر زنده نباشند به پدر بزرگ و مادر بزرگ و خواهر و برادرها و چنانچه آنها هم زنده نباشند به خواهرزاده و برادرزاده‌ها ارث تعلق می‌گیرد. این نوع تقسیم برای ارث پسر مجرد و دختر مجرد به یک صورت است و با هم هیچ تفاوتی در کیفیت افراد یا میزان سهمیه ندارد. فرق انحصار وراثت فرد مجرد با سایر افراد این است که افراد متاهل طبقه اول در درجه اول شامل اولاد و همسر و سپس پدر و مادر می‌شود. میزان سهم الارث هر طبقه با توجه به نسبت آن‌ها تعیین می‌شود که در زیر به توضیح آن می‌پردازیم.

سهم الارث طبقه اول؛ پدر و مادر از فرزند متوفی مجرد

قانون مدنی سهم پدر از ارث فرزند متوفی را دو سوم و سهم مادر را یک سوم تعیین کرده است. اما چنانچه متوفی ۲ برادر یا یک برادر و دو خواهر یا ۴ خواهر تنی از پدر یا پدری و

✿ دانستنی

چطور با بچه‌ها درباره جنگ صحبت کنیم؟

✿ سرویس زندگی

وقتی درگیری یا جنگ سرفصل خبرها می‌شود، احساساتی مانند ترس، غم، خشم و اضطراب را در هر جای وجودتان ممکن است حس کنید. از طرفی کودکان همیشه برای دریافت احساس امنیت به والدین خود نگاه می‌کنند؛ در مواقع بحران حتی بیشتر. در اینجا چند نکته گفته می‌شود که نحوه ساخت یک گفت‌وگوی مؤثر با کودک و ارائه حمایت و آرامش به او را در این زمینه توضیح می‌دهد.

ببینید چقدر می‌داند و چه احساسی دارد

زمان و مکانی را انتخاب کنید که بتوانید موضوع را به‌طور طبیعی مطرح کنید و فرزندتان به‌راحتی و آزادانه صحبت کند؛ مثلاً در طول یک وعده غذایی خانوادگی. سعی کنید قبل از خواب درباره این موضوع صحبت نکنید. از او بپرسید که چه می‌داند و چه احساسی دارد. این نقطه شروع خوبی برای گفت‌وگوست. برخی از کودکان ممکن است درباره آنچه اتفاق می‌افتد، اطلاعات کمی داشته باشند و علاقه‌ای به صحبت نداشته باشند؛ اما برخی دیگر شاید در سکوت خودشان نگران باشند. با بچه‌های کوچک‌تر، نقاشی، داستان و سایر فعالیت‌ها به بازکردن بحث کمک می‌کند. بچه‌ها می‌توانند اخبار را از راه‌های مختلف کشف کنند. بنابراین مهم است آنچه می‌بینند و می‌شنوند بررسی کنند. این فرصتی برای اطمینان‌دادن به آن‌هاست و کمک می‌کند تا هرگونه اطلاعات نادرستی که احیاناً به‌صورت آنلاین، در تلویزیون، در مدرسه یا دوستان به آن‌ها رسیده است، اصلاح شود. جریان مداومی از تصاویر و عناوین ناراحت‌کننده این احساس را ایجاد می‌کند که بحران در اطراف ما وجود دارد. کودکان کوچک‌تر ممکن است بین تصاویر تلویزیونی و واقعیت شخصی خود تمایز قائل نشوند و باور کنند که در معرض خطر فوری قرار دارند؛ حتی اگر دیگری در فاصله جغرافیایی دورتر اتفاق افتاده باشد. بچه‌های بزرگ‌تر ممکن است چیزهای نگران‌کننده‌ای را در رسانه‌های اجتماعی دیده باشند و از شدت‌گرفتن رویدادها بترسند. مهم است که نگرانی‌های آن‌ها را به حداقل نرسانید یا نادیده بگیرید. اگر سؤالی می‌پرسند که ممکن است به نظرتان شدید باشد، مانند «همه ما قرار است بمیریم؟»، به آن‌ها اطمینان دهید که این اتفاق نمی‌افتد؛ اما سعی کنید آنچه شنیده‌اند و دلیل نگرانی آن‌ها را از چیزی که قرار است اتفاق بیفتد، بپرسید. اگر بفهمید نگرانی از کجا می‌آید، به احتمال زیاد می‌توانید به آن‌ها اطمینان دهید.

حتماً احساساتشان را تصدیق کنید و به آن‌ها اطمینان دهید هرچه احساس می‌کنند طبیعی است. با توجه کامل به آن‌ها نشان دهید که شنونده‌اید و یادآوری کنید هر زمان بخواهند می‌توانند با شما یا بزرگ‌سال مطمئن دیگری صحبت کنند.

اخبار را آرام و متناسب با سن آن‌ها منتقل کنید

کودکان حق دارند بدانند در دنیا چه می‌گذرد؛ اما بزرگ‌سالان نیز مسئولیت دارند که آن‌ها را از ناراحتی در امان نگه دارند. شما فرزندتان را بهتر می‌شناسید. از زبان مناسب سن او استفاده کنید، واکنش‌هایش را نظاره کنید و درباره سطح اضطراب آن‌ها حساس باشید. اگر درباره اتفاقی که در حال رخ‌دادن است، غمگین یا نگران باشید، طبیعی است. اما یادتان باشد بچه‌ها نشانه‌های عاطفی خود را از بزرگ‌سالان می‌گیرند. بنابراین سعی کنید هیچ ترسی را بیش ازحد با کودک خود در میان نگذارید. آرام صحبت کنید و مراقب زبان بدنتان مانند حالات چهره باشید. تا جایی که می‌توانید به فرزندان خود اطمینان دهید که از هر خطری در امان هستند. به یاد داشته باشید اشکالی ندارد که پاسخ همه سؤالات را ندانید. می‌توانید بگویید باید آن را جست‌وجو کنید یا آن را فرصتی ببینید تا با بچه‌های بزرگ‌تر با هم پاسخ‌ها را پیدا کنید. از منابع معتبر خبری اطلاعات لازم را پیدا کنید و توضیح دهید که چرا نباید به همه منابع اطلاعاتی اعتماد کرد.

همدلی را گسترش دهید

درگیری اغلب تعصب و تبعیض را به‌همراه دارد؛ چه علیه مردم یا یک کشور. وقتی با فرزندان خود صحبت می‌کنید، آن را فرصتی برای تشویق ترحم بدانید، مانند همدلی با خانواده‌هایی که مجبور به ترک خانه‌های خود هستند.

بررسی کنید که فرزندانتان قلدری را تجربه نکرده یا در آن مشارکت نداشته باشند. اگر در مدرسه مورد آزار و اذیت قرار گرفته‌اند، آن‌ها را تشویق کنید تا به شما یا بزرگ‌سالی که به آن‌ها اعتماد دارند، بگویند.

به فرزندان خود یادآوری کنید که همه شایسته امنیت در مدرسه و جامعه هستند و همگی باید سهم خود را در گسترش مهربانی و حمایت از یکدیگر انجام دهیم.

روی کمک‌کنندگان تمرکز کنید

برای کودکان مهم است بدانند مردم با اعمال شجاعانه و مهربانی به یکدیگر کمک می‌کنند. داستان‌های مثبت را پیدا کنید، مانند اولین گروه‌هایی که به جنگ‌زدگان کمک می‌کنند یا جوانانی که به صلح دعوت می‌کنند. ببینید آیا فرزندتان مایل است اقدام مثبتی انجام دهد یا خیر. شاید طراحی یک پوستر یا روزنامه‌دیواری باشد یا شعری برای تمام‌شدن جنگ یا شاید همراهی در جمع‌آوری کمک مالی محلی یا امضای یک طومار. احساس انجام کاری، هر چقدر هم کوچک باشد، اغلب آرامش زیادی به ارمغان می‌آورد.

مکالمات را با دقت به پایان برسانید

همان‌طور که گفت‌وگوی خود را پایان می‌دهید، مهم است مطمئن شوید که فرزندتان را در حال پریشانی رها نمی‌کنید. سعی کنید سطح اضطراب او را با تماشای زبان بدنش ارزیابی کنید. در نظر بگیرید که آیا دیگر از لحن معمول خود استفاده می‌کند؟ آیا تنفس عادی دارد؟ به او یادآوری کنید که برایش اهمیت قائل هستید و هر زمان که احساس نگرانی کند حاضرید گوش دهید و حمایت کنید.

سیل اخبار را محدود کنید

مراقب باشید فرزندانتان تا چه اندازه در معرض اخبار قرار دارند؛ درحالی‌که این اخبار مملو از عناوین هشداردهنده و تصاویر ناراحت‌کننده است. در نظر بگیرید کودکان کوچک‌تر در معرض اخبار قرار نمی‌گیرند. با بچه‌های بزرگ‌تر، می‌توانید اخبار را موضوعی برای گفت‌وگوی سواد رسانه‌ای بدانید؛ اینکه به چه منابع خبری اعتماد می‌شود کرد. همچنین در نظر بگیرید که اگر فرزندانتان در فاصله‌ای هستند که صدای شما را می‌شنوند، درباره درگیری با بزرگ‌سالان دیگر چگونه صحبت می‌کنید. /ایرنا