

## همدلی با دیگران



۱ همه‌ی ما انسان‌ها آفریده‌ی خداوندیم و خدا در وجود همه‌ی ما شباهت‌هایی قرار داده است.

۲ وقتی کسی غمگین یا ناامید است، ما می‌توانیم کاری کنیم که او احساس بهتری پیدا کند.

۳ وقتی کسی غمگین است، می‌توانیم:

الف) دوستانه کنار او بنشینیم.

ب) از او در مورد احساسی که دارد سؤال کنیم.

پ) به حرف‌های او خوب گوش دهیم و به او نشان دهیم که احساس او برای ما مهم است و ما آن را می‌فهمیم.

ت) از او بپرسیم آیا من می‌توانم کاری برای تو انجام دهم؟

۴ گاهی ممکن است برای اعضای خانواده یا اطرافیان ما مشکلی پیش بیاید که آن‌ها را اندوهگین کند.

۵ وقتی کسی غمگین است، ما می‌توانیم کاری کنیم که اندوه او کمتر شود.

۶ همدلی یعنی اینکه فرد بتواند احساسات، رفتار و شرایط دیگران را درک کند و

خودش را به جای او بگذارد.

۷ همه‌ی افراد ممکن است در زندگی با حوادث ناخوشایندی روبه‌رو شوند.

۸ وقتی شرایط و احساسات افراد را در موقعیت‌های مختلف درک می‌کنیم،

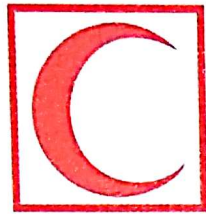
با آن‌ها همدلی کرده‌ایم.



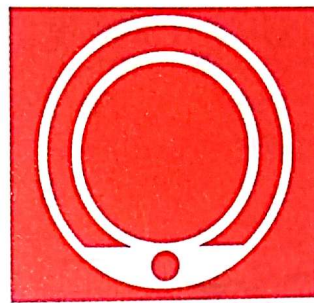
۹ در جامعه، مؤسسه‌هایی وجود دارند که به افراد نیازمند یا کسانی که با مشکلات و حوادثی روبه‌رو شده‌اند،

کمک می‌کنند تا از گرفتاری و رنج آن‌ها کمتر شود. «جمعیت هلال احمر» و «سازمان انتقال خون» دو

نمونه از این مؤسسه‌ها هستند.



جمعیت هلال احمر



سازمان انتقال خون ایران

۱۰ جمعیت هلال احمر، در حوادثی مانند سیل، زلزله و تصادف‌های رانندگی به مردمی که خانه و وسایل خود

را از دست داده‌اند یا مجروح شده‌اند، کمک می‌کند و به آن‌ها غذا، لباس و دارو می‌رساند.

۱۱ سازمان انتقال خون ایران وظیفه‌ی گرفتن خون از داوطلبان و انتقال آن به درمانگاه‌ها و بیمارستان‌ها را  
به‌عهده دارد.

۱۲ شما می‌توانید پس از رسیدن به سن ۱۸ سالگی با اهدای خون به کسانی که

به خون نیاز دارند، کمک کنید.

