کودکانی با عقده توجه و گدایی لایک

ویدئوی پربازدید خوردن لوازم‌آرایشی توسط یک دختربچه برای راه‌انداختن یک چالش، به‌خوبی نشان می‌دهد چرا کودکان نباید در تیک‌تاک، لایکی و... عضو شوند

نرگس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره

محوری

شاید شما هم ویدئوی تکان‌دهنده خوردن لوازم آرایشی توسط دختر بچه در سنین دبستان را در شبکه‌های اجتماعی دیده باشید، ویدئویی که با این توضیح دست‌به‌دست می‌شود: «فاجعه‌ای به نام تیک‌تاک و لایکی. کودکان دلبندتون دارن کودکی می‌کنن یا شدن گدای لایک؟ شما دقیقا با چه مدل سبک زندگی دارید بچه‌هاتون رو تربیت می‌کنید؟» برخی ممکن است با دیدن چنین ویدئوهایی موضوع نبود آموزش به کودکان برای استفاده از این شبکه‌ها را پیش بکشند اما واقعیت این است که برای برخی گروه‌های سنی از جمله گروه سنی که همین دختر خانم در آن قرار دارد، مشکل با آموزش کودک به صورت کامل حل نخواهد شد. برای همین هم هست که همه شبکه‌های اجتماعی شرط سنی برای استفاده دارند و دست کم ۱۳ سالگی را حداقل سن برای ورود به شبکه‌های اجتماعی در نظر می‌گیرند اما چرا کودکان نباید در تیک‌تاک، لایکی و... عضو شوند؟

۳ ویژگی شیرین که می‌تواند در دسر ایجاد کند

کودکان در سنین پایانی دبستان ویژگی‌های شخصیتی خاصی دارند که در صورت استفاده از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند آن‌ها را در معرض خطرات بیشتری نسبت به نوجوانان قرار دهد. این ویژگی‌ها به خودی خود نه تنها بد نیستند که به کودک کمک می‌کنند تا در زمینه هیجانی و روانی رشد کند اما همین ویژگی‌های شیرین می‌تواند آن‌ها را در شبکه‌های اجتماعی در معرض خطراتی قرار دهد.

۱ تمایل برای بامزه بودن

در این سن کودکان به این نتیجه می‌رسند که با انجام کارهای بامزه می‌توانند توجه دیگران را به خود جلب و آن‌ها را به تعریف کردن از خود وادار کنند. از طرفی توانایی‌های شناختی آن‌ها هم آن‌قدر رشد کرده که بتوانند برای رسیدن به این هدف، برنامه‌ریزی کنند. نشانه این موضوع هم علاقه کودکان در این سن به جوک شنیدن و تعریف کردن است. از طرفی آن‌ها تمایل زیادی هم به تکرار حرکات بامزه دیگران دارند.

۲ تمرکز شدید بر خود

کودکان در این سن توجه زیادی به بدن خود دارند. در نیمه دوم دبستان تغییرات بدن پیش از بلوغ آغاز می‌شود و همین باعث می‌شود، کودک توجه بیشتری به بدن خود پیدا کند. درگیری ذهنی با بدن باعث می‌شود کودک زمان زیادی را هم صرف موضوعات مربوط به ظاهر و لباس خود کند و البته نظر دیگران درباره ظاهر خود را هم بیشتر بپرسد.

۳ عشق به کسب تجربه

کم کم از این سنین کودکان درگیر سوال مهم «من که هستم؟» می‌شوند. سوالی که البته پاسخ به آن تا دوره نوجوانی و حتی جوانی ادامه خواهد یافت و فرد با پاسخ به آن هویت خود را تعریف می‌کند. نکته‌ای که وجود دارد این است که در سنین پایانی دبستان، کودک در راستای پاسخ به این سوال، تمایل شدیدی به کسب تجربه و امتحان کردن پیدا می‌کند و ممکن است بدون توجه به پیامدهای رفتارش، کارهایی را انجام دهد.

ترکیب ویژگی‌های کودکان و شبکه‌های اجتماعی مساوی با خطر

باتوجه به سه ویژگی که اشاره شد، حالا بهتر می‌شود درباره خطرات استفاده کودکان از شبکه‌های اجتماعی صحبت کرد. برای این کودکان، فارغ از میزان توجهی که از خانواده دریافت می‌کنند، گرفتن لایک، تایید شدن و تعریف از بامزه و جالب بودن کارهایشان، بسیار جذاب است. برخی افراد شاید تصور کنند تنها کودکانی که توجه کافی از والدین دریافت نمی‌کنند، ممکن است دست به کارهایی چون خوردن لوازم آرایش برای جلب توجه بزنند. در حالی که هر چند دریافت نکردن توجه مثبت و سازنده از خانواده، کودکان را در معرض خطرات بیشتری قرار می‌دهد اما به صورت کلی تلاش برای جلب توجه، بدون توجه به پیامدهای رفتار، یکی از ویژگی‌های کودکان در این سنین است. از طرفی کودکان این گروه سنی در قبال نظرات و درخواست‌های دنبال کنندگان در این فضا به شدت آسیب‌پذیر هستند. نظراتی که آن‌ها را زشت، زیبا، چاق یا لاغر و... توصیف می‌کند، می‌تواند تا سال‌های سال روی برداشت آن‌ها از خودشان اثر بگذارد و مشکلات متعددی ایجاد کند. نکته آخر در این بخش این که بیان درخواست‌های عجیب و غریب از افراد از هر گروه سنی در شبکه‌های اجتماعی، اتفاق نادری نیست اما در شرایطی که به صورت معمول بزرگسالان به شکلی کارآمد می‌توانند درخواست‌های مخرب را شناسایی کنند، کودکان از نظر شناختی معمولا نمی‌توانند نیت پشت سر درخواست‌ها را شناسایی کنند و در نتیجه ممکن است کارهایی انجام دهند که به خودشان یا نزدیکان آسیب‌هایی جدی وارد کنند.

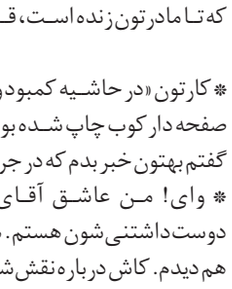
با درخواست کودکان برای عضویت چه کنیم؟

باتوجه به نکاتی که گفته شد، اگر کودکان سنین دبستان دارید، حالا بهتر می‌دانید که پاسخ مثبت دادن به درخواست فرزندتان برای عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند او را در معرض چه خطرات مضاعفی قرار دهد. دقت کنید که باتوجه به ویژگی‌های شناختی این گروه سنی، این تصور که با آموزش برخی موارد می‌توان از پیش آمدن خطرات پیشگیری کرد، چندان دقیق نیست و هر چقدر هم شما به فرزند دبستانی خود آموزش داده باشید، اما باز هم شبکه‌های اجتماعی می‌تواند فضای بسیار خطرناک و مخربی برای این گروه سنی باشد. در نهایت دقت داشته باشید که به صرف ورود فرزندتان به دوره دبیرستان یا رسیدن به حداقل سنی که شبکه‌های اجتماعی برای عضویت تعیین کرده‌اند، فرزند شما برای عضویت در این شبکه‌ها آماده نیست. در دوره نوجوانی فرزند شما پیش از عضویت باید آموزش‌هایی را دریافت کند. از طرفی نظارت والدین بر نحوه حضور فرزندان در شبکه‌های اجتماعی موضوعی است که باید جدی گرفته شود. در صورت ادامه آموزش و نظارت می‌توانید امیدوار باشید که فرزندتان بیش از این که آسیب ببیند می‌تواند از حضور در این فضا لذت ببرد.

قرار و مدار

روز هدر ندادن زمان

امروز بعد از برنامه‌ریزی برای انجام کارهای روزانه‌تون، یک بار دیگه فهرست‌شون رو ببینین و اگر به نظرتون بعضی‌هاشون مهم نیست یا فقط زمان‌تون رو هدر میده، حتما حذف‌شون کنین تا استفاده مفیدتری از روزتون داشته باشین.



ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*من که از توضیحات آقای تهامی در پرونده زندگی سلام، درباره انتقادها به ویلچرنشین شدن نکیسا، قانع نشدم. به نظرم بهتر بود ایشون به جای دفاع، می‌پذیرفت که کار خوبی انجام نشده است.

*به جای کوروش تهامی با رستا مصاحبه کنید که ۴۰ قسمت با کارهاش و... رفت روی اعصاب مخاطب. ازش بپرسید که به نظرت خوبه یکی همین کار رو با خودت بکنه و ۴۰ ساعت از عمرت رو هدر بده؟

*دو تا قسمت سمت راست طرحی که در صفحه دارکوب با عنوان «تعطیلی مدارس عوارض عاطفی دارد» کشیده شده، باعث شد که از خنده خفه بشم! به خصوص معلمه که داره زار می‌زنه، عالیه. ایول دارین.

*در صفحه سلامت بنویسید که آیا هر بدن دردی، نشانه کروناست؟ استرس دارم، لطفا جواب بدین.

*اگر اون برگه‌ای که به سالمندها دادین، به من ۷۱ ساله می‌دادین، فقط یک چیز روش می‌نوشتم که تا مادرتون زنده است، قدرش رو بدونین همین.

صاحبدل، مشهد

*کارتون «در حاشیه کمبود واکسن آنفلوآنزا» که در صفحه دارکوب چاپ شده بود، اصلا خنده‌دار نبود. گفتم بهتون خبر بدم که در جریان باشید.

*وای! من عاشق آقای تهامی و شخصیت دوست‌داشتنی‌شون هستم. همه فیلم‌های ایشون رو هم دیدم. کاش درباره نقش‌شون در فیلم «رگ خواب» هم ازشون چندتا سوال می‌کردید.

ارسال نقاشی‌ها
تلگرام:
۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

[...]

از فرزندتان بخواهید یک نقاشی بکشد و برای ما ارسال کنید تا به شما برای شناخت روحیات او کمک کنیم. این اطلاعات را همراه نقاشی ارسال کنید: نام کودک، سن و جنسیت کودک، جملاتی که کودک هنگام نقاشی کشیدن، بیان کرده (اختیاری).

نازنین زهرا خانم قدرشناس و آقا حسین خلاق

آنالیز روان‌شناسی نقاشی دختری ۶ ساله و پسری ۸ ساله که نکات قابل تاملی دارد

دکتر فریده ناصری | روان‌شناس بالینی

نقاشی یکی از بهترین ابزارها برای کشف ویژگی‌های شناختی و نظر کودکان درباره محیط زندگی‌شان است. نقاشی، دنیایی است پر از رمز و راز، چنان چه راه ورود به آن را بیابیم، نکات جالب و قابل تامل بسیاری برای‌مان خواهد داشت. علم روان‌شناسی در این زمینه تحقیقات و پژوهش‌های زیادی دارد و تلاش ما برای آنالیز نقاشی‌های فرزندتان هرچند معمولا اطلاعات کافی از آن‌ها در دسترس‌مان نیست اما کاربردی خواهد بود به خصوص وقتی باعث فهم ویژگی‌های شخصیتی، خلق و خو، نیازها و صفات کمتر مورد توجه قرار گرفته فرزندان‌مان باشد که به ما کمک می‌کند تا در زمینه تربیت و آموزش آن‌ها، آگاهانه‌تر و هوشمندانه‌تر اقدام کنیم. بنابراین از شما می‌خواهیم که در اولین فرصت از فرزندتان بخواهید که یک نقاشی بکشد و آن را برای ما در تلگرام به شماره ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶ ارسال کنید تا به شما برای شناخت روحیات او کمک کنیم.

آنالیز نقاشی نازنین زهرا ۶ ساله

۱- او دختری مهربان، شاداب و پرنشاط، عاطفی و احساساتی است که با اولین نگاه دقیق به نقاشی‌اش متوجه خواهید شد فضای سبز و شهربازی را خیلی دوست دارد. همچنین از هوش محیطی بالایی برخوردار است و پدر و مادرش را خیلی دوست دارد.

۲- اگر از نظر تعداد رنگ‌ها بخواهیم نقاشی نازنین زهرا را آنالیز کنیم، تعداد شش رنگ حالتی از استاندارد لازم در این سن را تایید می‌کند که مترادف با برخورداری از داشتن روحیه‌ای سرشار از شادابی و نشاط است.

۳- جنس رنگ‌های استفاده شده از نقاشی این دختر خانم از آن دسته رنگ‌های گرم به شمار می‌آید که نشان‌دهنده حضور پررنگ والدین را تا امان در زندگی دخترشان نشان می‌دهد. استفاده همزمان از رنگ‌های قهوه‌ای و زرد، هر کدام می‌تواند تایید این ادعا باشد.

۴- داشتن سرزندگی و روحیه میل به آرامش با استفاده از رنگ سبز که به مقدار زیادی در این نقاشی استفاده شده است، در این اثر خودنمایی می‌کند.

۵- علاقه نازنین زهرا جان به طبیعت و زیست گیاهی و جانوری و رفتن به فضای سبز، دیدن، دویدن و راه رفتن در نزدوی خیلی بالاست که طبع مهربانی او را نشان می‌دهد.

۶- زمین با رنگ قهوه‌ای به عنوان پایه زندگی و نیز مادر خانواده در این جا به نحو نیکویی مشاهده می‌شود. رویش گیاهان و به شکل آشکاری میوه‌دهی درختان را هم در این نقاشی مشاهده می‌کنیم که نشان‌دهنده روحیه سپاس‌گزاری نازنین زهرا است و به همین دلیل او دختری قدرشناس به نظر می‌رسد.

۷- پروانه‌ای بسیار زیبا و بزرگ روی درخت در این نقاشی کشیده شده است که نشان می‌دهد نازنین زهرا آرزویی در ذهنش برای آینده دارد و می‌خواهد (ترجیحا به همراه خاله‌اش) به آن برسد.

۸- رنگ زرد و سبز که روی درختان نمایان است، مبین نیاز به تایید اجتماعی، نیاز به یک حرکت و رفتن در بین جمع، مورد تایید و توجه قرار گرفتن است و این که دوست دارد با همه اعضای خانواده به خصوص با پدر بیشتر به فضای سبز و شهربازی البته با رعایت پروتکل‌های بهداشتی برود.

توصیه‌هایی به والدین نازنین زهرا خانم

از ابراز محبت به کودک مانند در آغوش کشیدن، بوسیدن، بازی کردن و هدیه دادن دریغ نورزید. مسئولیت دادن به کودک در کارهایی که می‌دانید از عهده آن برمی‌آید، به اعتماد به نفس و استقلال کودک کمک می‌کند و باعث رشد عزت نفس وی می‌شود. ارتباطات دوسویه محبت‌آمیز بین پدر، مادر و فرزند، همچنین وقت گذاشتن حداقل ۴۵ دقیقه در روز با فرزندتان در زمینه‌های نقاشی، قصه‌گویی، بازی و... به شما توصیه می‌شود.

آنالیز نقاشی آقا حسین ۸ ساله

۱- او پسری شاداب، پرانرژی، باهوش محیطی بسیار بالا، مهربان، خلاق و با اراده است. همچنین عزت نفس بالایی دارد.

۲- این نقاشی از زمره مواردی به شمار می‌آید که با در نظر گرفتن سن و سال آقا حسین، تمام موارد لازم و قابل توجه را در خود جا داده است که نشان می‌دهد او یک پسر سالم از لحاظ روانی به شمار می‌آید.

۳- خانه به عنوان مهم‌ترین رکن نشان‌دهنده چگونگی جایگاه خانواده در یک نقاشی، در این جا به صورت نیکویی به همراه اجزای آن دیده می‌شود و نشان می‌دهد که خانه امن‌ترین جایی است که آقا حسین در آن احساس آرامش می‌کند.

۴- دود کش به همراه دودی که از آن خارج می‌شود، وضعیت مناسب اقتصادی خانواده را از نظر این پسر هشت ساله نشان می‌دهد. همچنین داشتن ارتباط مناسب با دنیای مدرن امروز هم از طریق آنتن تلویزیون به نمایش درآمده است.

۵- زمین سرسبز و به صورت کامل و ابرهای هم‌اندازه در وسط آسمان، نشان‌دهنده ثبات شخصیتی و ایفای نقش حداکثری مادر در خانواده است. البته به نظر می‌رسد که این پسرگاهی با مادر لجبازی می‌کند که دلایلش قابل بررسی است.

۶- پدر که در این نقاشی در المان خورشید درست در وسط آسمان و بالای صفحه نورافشانی می‌کند، به بهترین شکل ممکن در ذهن و زندگی آقا حسین نمود پیدا کرده است.

۷- این نکته هم در نقاشی جلب توجه می‌کند که آقا حسین فضای سبز و محل‌های بازی را دوست دارد و همچنین مکان‌هایی که همه اعضای خانواده دور هم جمع باشند. او دوست دارد بیشتر در جمع مورد توجه، حمایت و تایید قرار گیرد.

توصیه‌هایی به والدین آقا حسین

اولین خواهش و توصیه من به شما این است که بگذارید فرزندتان کودکی کند. درست است که هر چقدر فرزندتان درک بالایی داشته باشد، میزان توقع خانواده از او بالاتر می‌رود اما از او در حد یک پسر هشت ساله توقع داشته باشید. همچنین تمهیداتی بیندیشید تا به گونه‌ای بهتر روابط دو یا چندسویه با آشنایان و دوستان برقرار کند.

بعد از ۳ ماه قهر با شوهرم، چطور آشتی کنم؟

سر یک سری مسائل با شوهرم جر و بحث مفصلی کردیم و چون به جمع‌بندی نرسیدیم، با او قهر کردم. بعد از آن اتفاق‌ها، به من کم محلی می‌کند. الان حدود ۳ ماه است که در خانه پدرم زندگی می‌کنم و تحمل این شرایط برایم سخت شده است. می‌خواهم به خانه خودم برگردم اما نمی‌دانم باید چه کنم؟ می‌خواهم بدانم چطور باید او را به طرف خودم جذب کنم؟

زهره حسینی | مشاور و دانش‌آموخته دانشگاه علامه طباطبایی

مشاوره زوجین

خواهر عزیز، این که تصمیم گرفته‌اید به زندگی مشترک خود برگردید و با افزایش آگاهی و مهارت، روابط زن و شوهری خود را بهبود ببخشید، تحسین‌برانگیز است. با این حال، اولین برخورد بعد از سه ماه دوری از زندگی مشترک و مواجهه با همسرتان، کار راحتی نیست و دقت بالایی را می‌طلبد بنابراین احساس شما برای ما قابل درک است اما با انجام یک سری تمهیدات، می‌توانید شرایط بهتری را تجربه کنید.

یکدیگر را ببخشید

سعی کنید در اولین برخورد با چاشنی شوخی، لبخند یا رفتارهای شیرین و جذاب همچون اوایل ازدواج، سنگینی فضای موجود بین خودتان را کمتر کنید تا راحت‌تر و سریع‌تر کدورت میان شما از بین برود. شما باید یکدیگر را ببخشید تا بتوانید به همدیگر اعتماد کنید و به امید آینده‌ای روشن، زندگی مشترک را از سر بگیرید.

از یک واسطه کمک بگیرید

از یک واسطه که مورد تایید هر دو نفر شماست، کمک بگیرید. این گونه افراد معمولا توانایی ساده‌سازی و تسهیل کردن شرایط موجود و امکان انتقال نظرات را به دو طرف با رعایت احترام و حفظ حرمت دارند.

سهم خودتان را بپذیرید

سعی کنید سهم خود را در ایجاد مشکلات بپذیرید. معمولا انتظار می‌رود زوج‌ها پس از گذشت یک دوره بحرانی، به واکاوی نقش خود در مشکلات بپردازند و اولین قدم برای پذیرفتن اشتباهات این است که فرد بگوید: «قبول دارم که من هم کوتاهی کردم یا تند رفتم یا اگر این طور رفتار نمی‌کردم، شاید این اتفاق نمی‌افتاد یا...».

عذرخواهی کنید

مرحله بعد عذرخواهی بابت رفتارها و حرف‌هایی است که خودتان را در آن‌ها مقصر می‌دانید. در نظر هر دو نفرتان این رفتار آگاهانه، بسیار دلنشین و آرام‌بخش است و میزان زیادی از کدورت بین شما را از بین خواهد برد.

سهم خودتان را بپذیرید

سعی کنید سهم خود را در ایجاد مشکلات بپذیرید. معمولا انتظار می‌رود زوج‌ها پس از گذشت یک دوره بحرانی، به واکاوی نقش خود در مشکلات بپردازند و اولین قدم برای پذیرفتن اشتباهات این است که فرد بگوید: «قبول دارم که من هم کوتاهی کردم یا تند رفتم یا اگر این طور رفتار نمی‌کردم، شاید این اتفاق نمی‌افتاد یا...».

مهارت‌های زناشویی‌تان را تقویت کنید

در پیامک‌تان گفته‌اید می‌خواهم بدانم چطور باید او را به طرف خودم جذب کنم؟ در پاسخ به این سوال باید بدانید برای جذب همسرتان، موثرترین و کاربردی‌ترین راه، تقویت مهارت‌های زناشویی در ابعاد مختلف عاطفی، کلامی، اخلاقی و... است. شناخت دقیق‌تر ویژگی‌های شوهرتان اعم از عوامل برانگیزاننده شادی، محبت و صداقت در وی و این که چه مواردی موجب به هم ریختگی و آشفتگی‌اش می‌شود، در وابسته کردنش به خودتان و زندگی مشترک‌تان تاثیر شگرفی دارد. فراموش نکنید اقتدار و حفظ حرمت برای مردان اهمیت زیادی دارد و شما باید آن را از طریق کلام و رفتار در وی زنده کنید.