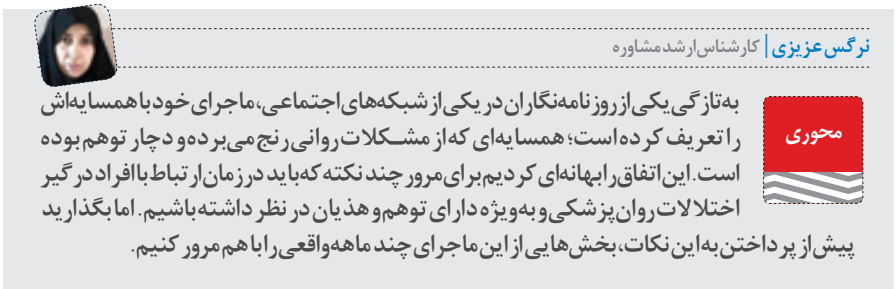


# داستان همسایه متوهم ساطور به دست

ماجرای واقعی و دلپره‌آور از ارتباط با فردی که به اختلال توهم‌ه‌ذیان مبتلاست

و نکاتی که درباره رفتار با این افراد باید در نظر داشته باشیم



## ● شروع ماجرا از ندادن سهم شارژ ساختمان

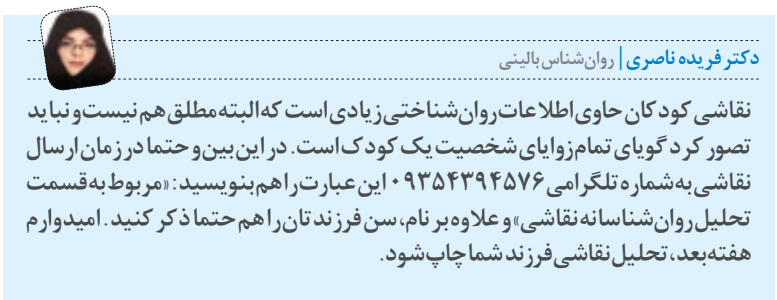
داستان همسایه‌ای که ابتدا به دلیل ندادن سهم شارژ ساختمان، نویسنده تاحدی با او آشنایی شود و چون مدیر ساختمان شده بود، برای او پشت در یادداشتی می‌گذا رد... ادامه ماجرای امی خوانیم: می‌خوام به داستان ترسناک واقعی تعریف کنم... خرداد ماهی بود اوایل دهه ۹۰. رسیدم خونه و دیدم یکی توی تاریکی منتظره؛ لخت با ساطوری تودستش. اسم این آقا، نصیری بود، همسایه طبقه پایین. بذارید داستان رو از اول بگم. قصه من و نصیری از پنج ماه قبل از این واقعه شروع شده بود. رفتار و منش آقای نصیری در ساختمان عجیب بوده، شب‌ها از خانه اوصدا ی دعوا و داد و فریادی آمده و بر اساس این صداها مشخص شده بوده که این فرد ما دوام هم مصرف می‌کند. با گذشت زمان اما مشکلات این فرد پشت در آپارتمان اوباقی نمی‌ماند و همسایه‌ها هم درگیر می‌شوند.

### ● مواجهه با توهمات

آقای نصیری که بیمار است کم‌کم دچار بدبینی بیمار گونه به همسایه خود می‌شود. «... تا ساعت ۱۲ شب، همین‌طور صدای پاش را از پشت بوم می‌شنیدم. سرمای زمستون بود، رتم سرعاش و گفتم بیا پایین بخزدی. پرسید خانم پر از اداگان می‌شناسی؟ گفتم نه. هار هار خندید. گفتم بخزدی! بازور او دهمش توی خونه خودم. پتویی روش انداختم و لیوان چای رو دادم دستش. دیدم چشم می‌چرخونه به اطراف خونه. - دنبال چیزی می‌گردی؟ + اومد تو خونه تو. - کی؟ + خودت می‌دونی. این جاست. گفتم بین خونه‌رو، همه جارو گشت. دیدم دره لای

## آقا محمد طاهای بانشاط و پویا

تحلیل روان‌شناسانه نقاشی پرسی ۴ ساله که نکات جالبی درباره ویژگی‌های شخصیتی اش دارد



### تحلیل روان‌شناسانه نقاشی آقا محمد طاه

۱- کشیدن خورشید در نقاشی توسط آقا

محمد طاه یعنی پدر عزیزش را خیلی دوست دارد. شبویه ترسیم خورشید در نقاشی چگونگی رابطه با پدر و پذیرش اقتدار او را نشان می‌دهد، خورشید دقیقاً در وسط نقاشی کشیده شده که به معنای تصویر پدر ا نه صحیح در ذهن اوست. ۲- آب سر چشمه حیات است و در نقاشی معرف هیجان‌ها، دریافت‌های حسی و نیروی تخیل است. آقا محمد طاه، مادر عزیزش را هم



بینی است و میل به مشارکت یا پیشرفت را متجلی می‌کند. نارنجی یادآور آرمش و خوشی است، برون گرایی، میل به موفقیت، شادی، نشاط و پویایی را بیان می‌کند. کودکی که از این رنگ‌ها در نقاشی استفاده می‌کند، هم میل به پیشرفت دارد و هم ممکن است کمی پر خاشگرو و ناآرام باشد. افراط در استفاده از این رنگ، تحریک‌پذیری، ناآرامی و اضطراب فرد را نشان می‌دهد.

۴- در خیال پردازی‌ها و نقاشی‌های کودکان حیوانات همواره جای گسترده‌ای را اشغال می‌کنند و تجسم حیوانی، امکان آزداسازی کشاننده‌های ناهوشیار را فراهم می‌آورد یا واقعیت‌های انسانی را زیر نقاب می‌پوشاند. کودک‌کان به بیان امیال خشونت‌آمیز و اضطراب و کشاننده‌های سانسور شده خود بر اساس تجسم یک حیوان می‌پردازند. به نظر می‌رسد که آقا محمد طاه، حضور یک کودک یا فردی که تمامی تقصیرها یا لجبازی‌ها، حرف‌شنوی نداشتن‌ها، دعواهای کودکانه در بازی‌ها را نمی‌پذیرد و او را درک نمی‌کند به رویاه تشبیه کرده است و احساس اضطراب از حضور یا بودن آن فرد را متجلی می‌سازد.

۵- همچنین کشیدن حیوان در نقاشی، منعکس‌کننده دل مشغولی‌های متفاوت کودک عزیزتان است. کودک مانند بزرگ سال هموار با مسائلی مواجه می‌شود که تعارض‌هایی را در وی

برمی‌انگیزد و از آن‌جا که نقاشی امکان برون‌ریزی یا فرآکنی تمایلات سرگرفته در زمینه نقاشی‌ها را فراهم می‌کند، تجلی مسائل کودک در نقاشی امکان‌پذیر می‌شود.

۶- هنگامی که تمام نقاشی با رنگ پوشانده شده، مبین این است که کودک به صورت تام و تمام تابع عوامل محیط و دارای و انکش بلافاصله و لحظه‌ای است، محمد طاه کوشش می‌کند تا مجموعه فضای نقاشی را برای از بین بردن خلاء که شامل فقدان یا نیستی است، در اختیار گیرد و احساس مهار کردن جهان را به دست آورد.

۷- بر اساس این نقاشی، آقا محمد طاه پاسری مهربان، عاطفی، بسیار باهوش و پر انرژی است و سن عقلی او نسبت به سن تقویمی اش بسیار بالاتر است.

### توصیه‌هایی به والدین آقا محمد طاه

آقا محمد طاه خیلی نیاز به حمایت‌های مادرانه دارد خصوصاً در حضور دیگران و در جمع همسن و سالان خودش و بزرگ‌ترها، همچنین نیاز به حمایت و استقلال از طرف پدر دارد. توجه داشته باشید مدت زمان حضور والدین در خانه، میزان برقراری ارتباط و بازی کردن، مسئولیت دادن و توجه و تأیید کردن آقا محمد طاه تأثیر زیادی بر رفتار و شادابی کودک ک دلبناتانی می‌گذارد. لطفاً پیگیر اضطراب کودک کتان هم باشید.

## گول عکس‌های زنان مدل در اینستاگرام را نخورید

ترفندهایی را که مدل‌های اینستاگرامی به کار می‌برند، برای تان رو کنیم.

### ● فتوشاپ و فیلترها

لازم نیست حتماً گر افیست باشید و فتوشاپ را حرفه‌ای کار کنید. کافی است فقط کمی از دنیای افکت، فیلتر و اپلیکیشن‌های ادیت سر در بیاورید تا متوجه شوید، دنیایی که مدل‌های اینستاگرامی برای شما ساخته‌اند، با واقعیت بدن خودشان زمین تا آسمان فاصله دارد. برای این که منظور من را بهتر درک کنید، عکس‌هایی را که از همین مدل‌ها یا بازیگران به صورت ناگهانی و بدون ادیت توسط مردم یا خبرنگاران گرفته شده است، با عکس‌هایی



### ● و پایان داستان

در نهایت یک روز سرو و کله مادر آقای نصیری پیدا می‌شود. با هماهنگی مادر از بیمارستان روان پزشکی برای فرد پذیرش گرفته و با کمک پلیس اوبه بیمارستان منتقل می‌شود.

و در آخر مشخص می‌شود: «این قصه تموم شد، فقط این رو بگم که بعدش فهمیدم تمام مغازه‌های اطراف و همسایه‌ها از ش شاکی بودن ولی هیچ کس هیچ کاری نمی‌کرد. همه مثل من فقط تحمل می‌کردن و جرئت کاری رو نداشتیم.»

### ۴ ● نکته برای رفتار با مبتلایان به اختلال توهم

ارتباط نزدیک داشتن با بیمار ان روانی که تحت درمان نیستند، کار آسانی نیست. همین موضوع هم باعث می‌شود تا بسیاری از ما به دلیل استرسی که پیدا می‌کنیم، گاهی رفتارهایی را در پیش بگیریم که حتی اوضاع را بدتر می‌کند. در ادامه به چهار نکته که لازم است در خصوص افرادی که توهم و هذیان دارند، در نظر داشته باشیم، اشاره می‌کنیم.

**۱ ● باتوهم‌های فرد هم‌راهی نکنید اما احساساتش را ببینید** به این معنی که اگر فرد ادعای کند مورد شنود واقع شده، اگر می‌گوید صداهایی از آپارتمان بالایی شنیده و... حرف او را تأیید نکنیم چرا که این تأیید می‌تواند مرز بین واقعیت و توهم را بیش از پیش مبهم کند اما در عین حال منکر احساسی که فرد تجربه می‌کند هم نباشیم. به عنوان مثال وقتی از شنود حرف می‌زند، از احساسش بپرسیم یا با عبارتی مانند نگران هستی؟ به او نشان دهید که حدی از شکل‌گیری احساسات خصمانه فرد درباره شما پیشگیری‌کند.

**۲ ● تلاش نکنید توهم‌های او را بی اعتبار کنید** اشتباهی که بسیاری از افراد مرتکب می‌شوند، یکی به دو کردن با فرد برای نشان دادن اشتباهات اوست. در نظر

داشته باشید که در افراد دچار توهم و هذیان، کارکرد مغز در تفکر منطقی دچار مشکل شده است و برای همین هم فرد ولو این که با شواهد متعددی روبه‌رو شود که نشان می‌دهد برداشت او اشتباه است، باز هم نمی‌تواند نتیجه متفاوتی بگیرد. مانند بر خوردی که در این خصوص آقای نصیری بعد از شروع به گشتن خانه نویسنده می‌کند و در نهایت لای کتاب‌ها سراغ آدم‌ها را می‌گیرد.

**۳ ● او را نترسانید** این مورد شاید در حرف ساده باشد اما در عمل چندان ساده نیست. افراد درگیر توهم و هذیان ممکن است رفتارهایی تهدید کننده داشته باشند. تلاش برای ترساندن فرد شاید در کوتاه مدت میزان رفتارهای تهدید کننده او را کاهش دهد اما در طولانی مدت، اوضاع بدتر خواهد شد چرا که احساس ناامنی می‌تواند باعث تشدید علایم در این افراد شود. پس برای مدیریت رفتارهای تهدیدآمیز این افراد به سراغ رفتارهایی چون فیلم بازی کردن با فندک گاز نروید مانند آن چه در این مورد شاهد آن بودیم. در عوض سعی کنید اضطراب خود را کنترل کنید و از نکته چهارم در این زمینه یاری بگیرید.

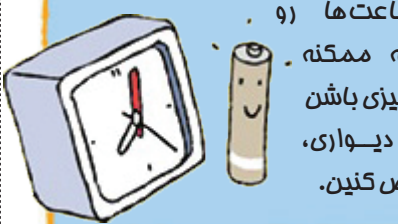
**۴ ● قاطع بر خورد کنید** در همین مورد شاهدیم نویسنده به خوبی تشخیص می‌دهد که باید با قدم‌هایی محکم از راه‌پله‌ها بالا برود. برخورد های محکم و قاطع با این افراد کمک می‌کند تا میزان تهدیدهای احتمالی آن‌ها هم کاهش پیدا کند اما توجه داشته باشید که به هر صورت با صرف برخورد قاطعانه شما، مسئله همیشه ختم به خیر نخواهد شد. اهمیت در مان تخصصی را دست کم نگیرید پس بیشتر انرژی خود را صرف تلاش برای آغاز در مان فرد بیمار کنید. توجه داشته باشید که در غالب موارد با آغاز در مان در وی توهم و هذیان فرد تا حد زیادی کاهش پیدا می‌کند.

### قرار و مدار

### روز عوض کردن باتری‌های ساعت

یک سری ساعت‌ها توی بعضی فونه‌ها هستن، مثلاً تو پذیرایی، اتاق خواب یا ... که باتری شون تموم شده و فواییدن.

امروز چندتا باتری نو بفرین و باتری این



### ساعت‌ها رو که ممکنه

### (رومیزی باشن یا دیواری، عوض کنین.

### ما و شما

راه‌ار تباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۹۹۹۶۲۰۰۰

و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

\* روی پرونده‌های ترسناک تون یک لوگوی مثبت ۱۸ بزنین. تصاویر چاپ شده در صفحه اول زندگی سلام با عنوان «نفرین مومیایی» خیلی وحشتناک بو، شاید تا چند شب خوابم نبره بعد از دیدن شون.

\* آزمون‌های ورودی مدارس هم خیلی استرس می‌ده به بچه‌ها و هم والدین رو نگران می‌کنه. نکات بسیار خوبی در مطلب «ارزیابی پُر خطای آزمون‌های ورودی مدارس» در صفحه خانواده چاپ شده بود، می‌خواستم از تون بابت شفاف‌سازی در این باره، تشکر کنم.

\* آگهی دیفال در صفحه دار کوب خیلی باحال بود، به خصوص آفتابه‌اش که از اون قدیمی‌ها بود.

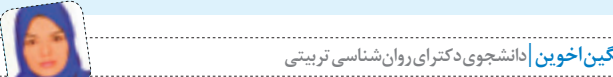
\* پرونده زندگی سلام مورخ چهارشنبه ۹ تیر در باره فوتبال، پر شور مثل زندگی و پیچیده مثل سر نوشت، خیلی حس و حال خوبی داشت. تا حالا کمتر به فوتبال از این جنبه‌هاش نگاه کرده بودم. البته این دوبازی هم که درباره‌اش نوشتین، خیلی هیجانی بودن و شاید تا سال‌ها تکرار نشن. \* در باره مومیایی کردن اجساد در دوره قدیم مصر، یک سوال داشتم که آیا هنوز هم جسد‌ها را در مصر، مومیایی می‌کنن یا نه؟

\* زندگی سلام، به نظرت برای صعود به جام جهانی ۲۰۲۲ در گروه مرگ افتادیم یا زدن گی؟

\* آقا کمال، مثل قدیم سر حال نیستی‌ها. اگر بدخواه مدخواه‌داری، اسمش رو بگو برات افقی بیار مش. نو کرم داداش.

## دلم می‌خواهد دوباره با شوهر سابقم ازدواج کنم

چهار سال پیش طلاق گرفتم و از شوهرم جدا شدم. الان شوهر سابقم دوباره به خواستگاری‌ام آمده و مدعی است که آن ویژگی‌های رفتاری را که من با آن‌ها مشکل داشتم، کنار گذاشته است. من هم نیاز به یک هم صحبت دارم و دلم می‌خواهد دوباره با او ازدواج کنم اما نمی‌خواهم دوباره پشیمان شوم. چه کنم؟



اولین گزینه برای برخی افراد بعد از طلاق، ازدواج مجدد با همسر سابق است. دلایلی مانند ترس از وضعیت فرزندان، شنیدن خبرهایی از تغییر همسر که شما هم به آن اشاره کرده‌اید، ابراز تمایل و اصرار همسر سابق و... باعث می‌شود تا دوطرف تصمیم به ازدواج دوباره بایکدیگر بگیرند.

در این بین اگر تصمیم به بازگشت دوباره و ازدواج مجدد با همسر سابق خود دارید، این انتخاب بار عایت چند نکته، می‌تواند درست باشد. البته قبل از مطالعه این شرایط، یک نکته را امتذ کر می‌شوم که اگر فرزندی دارید، تا زمانی که تصمیم‌تان جدی نشده، به او چیزی نگویید زیرا باعث احساسات منفی در او می‌شود.

### ● واقع‌گرایانه اندیشیده‌اید؟

خیال برگشت دوباره به زندگی مشترک با همسر سابق باید بر اساس شواهدی مستند و دقیق باشد، در غیر این صورت خیالی بیش نیست. همچنین باید بدانید در ابتدای بازگشت دوباره شاهد اختلافاتی خواهید بود و باید برای مقابله با این اختلافات هم خود را آماده کنید. برگشت شما به این معنی نیست که دیگر هیچ مشکلی وجود نخواهد داشت.

### ● از دلایل طلاق، یک فهرست دارید؟

این مرحله دقیقاً شبیه این است که می‌خواهید تازه با هم ازدواج کنید، با این تفاوت که این بار شما بیکدیگر شناخت بیشتری دارید و باید بیشتر دقت کنید تا دوباره به بن‌بست عاطفی نرسید. درباره هر علت به خوبی بحث و آن را گزینه خوبی باشد.



زندگی سلام •  
شبه •  
۱۲ تیر ۱۴۰۰ •  
شماره ۱۹۱۹ •

## خانواده و مشاوره

