



جشن بی‌ریشه و پرآسیب تعیین جنسیت فرزند

پربازدید شدن ویدئوی احساساتی‌شدن «سروش رفیعی» باز یکن سپاهان بعد از مشخص شدن جنسیت فرزندش، بهانه‌ای شد تا از اشتباه‌بودن چنین مراسم نوینی بگوییم



دکتر حسین محرابی | روان‌شناس و استاد دانشگاه



به تازگی ویدئویی از «سروش رفیعی» در شبکه‌های اجتماعی پربازدید شده که واکنش کاربران را در پی داشته است. او در جشنی که برای تعیین جنسیت فرزندش گرفته، وقتی متوجه می‌شود که همسرش یک فرزند دختر را باردار است، گریه‌اش می‌گیرد. حالا سوال این است که اگر متوجه می‌شد که فرزندش پسر است، آیا فرقی می‌کرد؟ اصلاً آیا این مسئله یعنی جنسیت فرزند واقعیت دارد به آن در حالی که افراد نقشی در آن ندارند، اتفاقی درستی است یا آسیب‌زا خواهد شد؟ به طور کلی، چند سالی است که شاهد پخش تصاویر و ویدئوهایی از جشن‌های بی‌پایه و اساسی هستیم که علامت سوال‌های زیادی را در ذهن مخاطبان ایجاد می‌کنند. این تصاویر و ویدئوها ظاهر از مراسم شادی و جشن تهیه شده‌اند ولی در بسیاری از موارد، اولاد دلیل درستی برای گرفتن آن جشن وجود ندارد، ثانیاً افراد حاضر در آن مراسم این قدر غرق در ظواهر و مقایسه‌ها می‌شوند که احساس صمیمیت نمی‌کنند و هیچ لذتی از حضور در آن فضا نمی‌برند یا حتی ممکن است روابط برخی از زن و شوهرها بعد از این مراسم به خاطر چشم‌و هم‌چشمی و مقایسه‌ها دچار آسیب شود. جشن‌های نوین اینستاگرامی که ریشه مشخصی ندارند و با انگیزه‌های گوناگون در حال گسترش هستند، می‌توانند آسیب‌های زیادی را برای اشخاص و جامعه به دنبال داشته باشند. در ادامه چند نکته مهم در همین زمینه مطرح می‌شود.

این‌ها ویژگی‌های یک‌والدین خوب نیست

ممکن است بعضی زن‌و شوهرها که خود را برای برگزاری چنین مراسمی آماده می‌کنند و زحمت و هزینه زیادی را متقبل می‌شوند تصورشان این باشد که چه پدر و مادر شایسته و خوبی هستند که قبل از به دنیا آمدن فرزندشان برای حضور او در زندگی‌شان جشن گرفته‌اند، در حالی که در هیچ کدام از منابع علمی و پژوهش‌های معتبر روان‌شناسی، این گونه اقدامات و هزینه‌ها به عنوان معیارهای ارزیابی والدین خوب و موفق ذکر نشده است. بنابر این نمی‌توانیم بگوییم پدر و مادرهایی که این جشن‌ها را برای تعیین جنسیت فرزندشان خود (در واقع برای دل خودشان) برگزار می‌کنند، خیلی پدر و مادرهای خوبی هستند یا کسانی که این کار را نمی‌کنند، والدین مناسب و موفق نیستند.

جشن گرفتن برای اتفاقی که نقشی در آن نداریم

البته اگر کمی منصفانه و منتقدانه بخواهیم به این موضوع نگاه کنیم، می‌توانیم این اقدامات را به عنوان یک نقطه ضعف قلمداد کنیم چرا که مصداق واقعی «به نام کودک و به کام والدین» است. چنین دوماهه‌ای که هنوز به دنیا نیامده و برایش جشن تعیین جنسیت گرفته می‌شود، در واقع وسیله‌ای است برای ابراز هیجانات والدینی که هیچ نقشی در انتخاب جنسیت وی نداشته‌اند. در این موقع، اخلاقی‌ترین اقدام می‌تواند شکرگزاری و فراگیری مهارت‌های لازم برای مراقبت بهتر از نوزاد و همچنین یادگیری سبک‌های صحیح فرزندپروری باشد که گویا در این هیاهوی بادکنک و کیک و جیغ و هورا و کادو و ... گم خواهد شد.

فرزندانی که دستمایه فخر فروشی می‌شوند

تا به حال دستاوردهایی از قبیل کارنامه تحصیلی، مدرک زبان، رتبه کنکور، رشته دانشگاهی و مواردی از این قبیل موجب فخر فروشی برخی از والدین و البته مایه نگرانی کارشناسان حوزه‌های روان‌شناسی و جامعه‌شناسی بود ولی اکنون آسیب‌های نوپدید بیش از آن چه در گذشته وجود داشته، دلیل نگرانی است و برای کاهش این آسیب‌هایک همت ملی مورد نیاز است. کودکان معصومی که حتی در بسیاری از موارد وجودشان به دلیل خودخواهی‌های والدین یا در



بعضی از موارد برای کمتر شدن مشکلات زوجین یا بنا به مصالح دیگری رقم خورده است، این روزها مایه فخر فروشی و تحقق وعده‌های محقق نشده پدر و مادر و بسیاری از اهداف خودخواهانه والدین می‌شوند و در بزرگ سالی درک این اتفاقات حس ابزار بودن را به افراد القا می‌کند و هیچ کس از این حس لذت نمی‌برد. یقیناً هیچ کدام از کسانی که به نظر خودشان این لطف بزرگ را در حق فرزندشان خود انجام می‌دهند، به جنبه‌های منفی و آسیب‌های تدریجی این کار چه از حیث فردی و چه از بعد اجتماعی فکر نکرده‌اند بلکه اهداف و انگیزه‌های احساسی، هیجانی و زودگذر در تصمیم آن‌ها نقش بیشتری داشته است.

آسیب‌های اجتماعی برگزاری چنین جشن‌هایی

بسیاری از این رفتارها که به تقلید از دیگر فرهنگ‌ها ایجاد شده، حتی در خود آن کشورها هم با این آبوتاب وجود ندارد و حتی در خانواده‌های تجمل‌گرای اروپایی و آمریکایی هم به ندرت شاهد انتشار تصاویر خصوصی خانواده‌ها و برگزاری چنین مراسم بدون ریشه و تجملاتی هستیم. البته این جور چیزها در صفحات اینفلوئنسرها مثل نقل و نبات به چشم می‌خورد که هدف آن‌ها هم مشخص به نظر می‌رسد. از طرفی برگزاری جشن‌های پرهزینه‌ای به نام جشن طلاق، تاتی، گودیابی پمبرز، دندان درآوردن، تعیین جنسیت و ... در شرایطی که دغدغه‌های توده مردم مسائل معیشتی، اشتغال، بیماری‌ها و آسیب‌های اجتماعی است، نوعی دهن کجی به این افراد بوده و می‌تواند باعث ایجاد و تشدید موجی از سرخوردگی و فشار روانی در افراد شود. البته این سخن نه تنها به منزله مخالفت با شادی و دورهمی نیست بلکه استفاده از روش‌های منطقی‌تر و کم‌آسیب‌تر مثل دورهمی‌های کم‌حاشیه و صمیمی‌تر در مناسبت‌های ملی و فرهنگی و مذهبی که ریشه در تاریخ کهن و غنی ایرانی دارد، توصیه می‌شود. در عین حال که انتخاب سبک زندگی و روش انجام هزینه‌ها و مواردی از این قبیل، حق خانواده‌هاست ولی نباید فراموش کنیم که ما دارای ریشه و اصالتی خاص هستیم و می‌توانیم که مبانی و اصول اخلاقی و اجتماعی کشوری را که در آن زندگی می‌کنیم در همه تصمیمات و اقدامات خود مد نظر داشته باشیم.



قرار و مدار

روز خرید عطر با رایحه خاص

قهوه، شکلات، هلو، گل یاس، لیمو و ... از اسانس‌های فاصی هستند که شاید از شون فوش‌تون بیاد. عطر زدن هم که باعث می‌شه بقیه از حضور شما در محل کار یا لذت بیشتری ببرن. امروزه در یک فرصت مناسب یک عطر فروشی سبز بزنین و چندتا رایحه جدید رو امتحان کنین و یکیش رو بفرین...



ما و شما

راه‌ارتباطی با زندگی‌سلام: پیامک ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
وتلگرام

*لباس این آقای تاییونی خیلی خوشگل بود. کاش ماهم در کشور مون دست از این پیراهن و شلوارهای غربی برداریم و بریم سراغ لباس‌های محلی مون تا شهر رو زیباتر کنیم.
*مطلب «فخر فروشی جنون‌آمیز با کباب برگ و شیشلیک» به خوبی از خجالت افرادی که شرایط این روزهای مردم را درک نمی‌کنن، درآمده بود. امیدوارم آن‌ها چنین یادداشت‌هایی را ببینند و دست از این کار‌ها حداقل در شرایط فعلی بردارند.
*در باره مطلب «۵ اشتباه والدین برای بازی با کودکان» می‌خواستم بگم اگر می‌شه، یک سری بازی هم معرفی کنین.
*واقعا تاییونای قه‌بیل از اومدن کرونا هم در مکان‌های شلوغ ماسک می‌زدن؟ خیلی عجیبه. بعدش مردم ما با این همه کشته و ابتلا، باز ماسک نمی‌زنن. البته این عجیب‌تره.
*حالم از دیدن عکس خورش پنیر در صفحه اول زندگی سلام به هم خورد. این باز چه سمی بود که من امروز دیدم!
*در پرونده معرفی سبک زندگی کشورها، سراغ کشور‌های حوزه آمریکای جنوبی هم بروید. اون‌ها هم جذاب هستن.
*یک انتقاد به زندگی سلام روز چهارشنبه داشتیم. برای مطالبتون، عنوانی بزنین که خواننده و تو رغیب به خوندن کنه. مثلاً «آشنایی با بیوه‌کینگ‌ها یک زیستی»، برای شما جذاب‌ه؟

از هر ۳ نفر، یکی تحمل لول خوردن دیگران را ندارد!



بعضی از اختلالات و مشکلات با این که شیوع زیادی دارند اما کمتر اسم‌شان شنیده شده و کمتر هم بررسی آماری یا علمی شده‌اند. به طور مثال یک اختلال با مشکل به نام «میس کینزیا» وجود دارد. این مشکل وقتی ایجاد می‌شود که جنبین تکراری و لول خوردن شخصی را ببینیم. در این اوضاع شخص مشاهده‌گر دچار استرسی ناخودآگاه می‌شود. به گزارش تابناک، بیشتر، این حالت وقتی ایجاد می‌شود که حرکات تکراری را با چشم ببیند و مثلاً اگر صدای ضرب پای را بشنود، کمتر تحت تأثیر قرار می‌گیرد.

نحوه انجام این پژوهش

شاید برایتان پیش آمده باشد که در کتابخانه نشسته باشید و ببینید که شخصی جلوی شما مرتب پایش را تکان می‌دهد و به صورت ناخوشایندی با پایش ضرب گرفته. در این حالت شدت استرس ایجاد شده ممکن است آن قدر زیاد باشد که کلاً آن جلسه مطالعاتی شما را نابود کند! در این بین و به تازگی گروهی از پژوهشگران دانشگاه کلمبیا، تحقیقی درباره

این اختلال ظاهراً کم‌اهمیت انجام داده‌اند. آن‌ها ۴۱۰۰ نفر را انتخاب کردند تا میزان بروز میس کینزیا را

در آن‌ها مشخص کنند. سؤزه‌های آزمایش، دانشجویان دانشگاه و مردم

جمعیت عمومی بودند. این تحقیق مشخص کرد که درصد زیادی، یعنی

یک سوم آدم‌ها در جاتی از میس کینزیا را دارند. تحت شرایط میس کینزیا، احساسات

مختلفی ممکن است القا شود، چیزهایی مانند

خشم، اضطراب، فرسودگی و کاهش احساس لذت در موقعیت‌های

اجتماعی. حتی برخی ممکن است از بیم مواجهه با میس کینزیا از

برخی موقعیت‌هایی که ممکن است با اشخاص این چنینی برخورد کنند، اجتناب کنند.

چرا این اختلال در دسرساز می‌شود؟

اما چرا چنین چیزی رخ می‌دهد و چرا برخی نمی‌توانند رفلکس‌های بین‌قشر دیداری و احساسی خود را کنترل کنند؟ یک توجیه می‌تواند سلول‌های عصبی یا نورون‌های آینه‌ای باشد یعنی مغز توجیه می‌کند که دلیل لول خوردن و جنبش شخصی که می‌بیند اضطراب است و به صورت آینه‌ای حس اضطراب را در شخص مشاهده‌گر فعال می‌کند. با این حال، پژوهشگران اعلام کردند که برای رسیدن به نتایج دقیق‌تر، نیاز به مطالعات گسترده‌تری وجود دارد.

شوهرم می‌گوید برای سرگرمی با دختران دیگر ارتباط دارم!

این رابطه نابود می‌شود. به همین دلیل اگر یکی از طرفین چارچوب را زیر پا گذاشت باید تذکر لازم به وی داده شود تا از تکرار آن جلوگیری شود.

به شوهرتان، جدیت‌تان را نشان دهید

احتمالاتاً الان همسر شما متوجه جدیت شما درباره این مشکل نشده است و به همین دلیل در کنار گذاشتن این عادت اهمال‌کاری می‌کند. شاید ترس‌هایی در شما وجود دارد که اجازه نمی‌دهد با قاطعیت بیشتری حقوق خودتان را مطرح کنید مانند ترس از دست دادن همسرتان یا ترس از تنهایی. برای مقابله با این ترس‌ها باید مهارت‌هایی را فرا بگیرید تا بتوانید با آن مواجه شوید. در ضمن نپایبانی می‌توانید از همسرتان برای حضور در کلینیک مشاوره روان‌شناختی دعوت به عمل آورید تا در حضور مشاور به طور اساسی‌تری به این مسئله پرداخته شود. شاید همسرتان مسائل حل‌نشده‌ای با خودش دارد که لازم است درمان شود.

درباره احساسم درباره ارتباط با دخترها با تو صحبت کرده بودم ولی گویا حاضر نیستی به‌خواسته من توجه کنی! و این نوع گفت‌وگوها مبتنی بر تکنیک‌های ارتباطی از جمله «خودآگاهی»، «بیان احساس»، «زبان من» و «جرئت‌مندی» است که جزو تکنیک‌های برقراری ارتباط موثر است و فراگیری آن‌ها به شما کمک می‌کند بتوانید در ارتباط با دیگران قدرتمند عمل کنید.

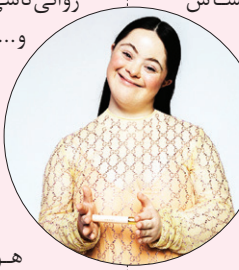
قوانین زندگی مشترک را به شوهرتان یادآوری کنید

در خور یادآوری است که در ارتباطات بین فردی شما باید از حقوق انسانی خودتان آگاه باشید تا بتوانید از آن دفاع کنید. رابطه زناشویی هم به عنوان یکی از مهم‌ترین ارتباطات بین فردی از قوانینی بر خوردار است که در صورت نادیده گرفته شدن باعث از هم پاشیدن آن رابطه می‌شود. یکی از اصول این رابطه «وفاداری» است و اگر زیر پا گذاشته شود، پایه و ستون

منفی مقایسه با افراد سالم را در آن‌ها خنثی کند.

اتفاقی که درخشش این افراد را ثابت کرد

بعضی افراد کم‌توان ذهنی با وجود تمامی مشکلات ناشی از معلولیت که در مهارت‌های اجتماعی مثل برقراری ارتباط با همسن و سالان، مشکلات روانی ناشی از فقدان آمادگی جسمانی، چاقی و ... دچار ش هستند اجازه ندادند تقسیم سلولی غیرطبیعی مسیر شکوفایی استعدادشان را تحت تأثیر قرار دهد. درخشش افراد به‌رغم تفاوت‌هایشان ثابت کرد تنوع افراد مبنای مناسبی برای ارزیابی زیبایی، هوش و استعدادشان نیست. امروزه



تصور درخشش این دختران در عرصه‌های مختلف که تعدادشان کم‌ه نیست تعاریف جهانی زیبایی را تحت تأثیر قرار داده و بهی‌رانه نیست به‌مادلین استوارت ۲۵ ساله لقب «تغییردهنده بازی» را بدهند. او که کارش را در سال ۲۰۱۵ در حوزه مدلینگ شروع کرده در هفته مد نیویورک ظاهر شده و دو سال است که برنده مد خود را راه اندازی کرده است.

تغییر دهنده بازی زیبایی

آشنایی با یک مدل سندر و م‌داون که پیشرفت‌هایش نشان داد، ظاهر افراد مبنای مناسبی برای ارزیابی زیبایی هوش و استعدادشان نیست

به خانواده بکاهد. کارآمدی احساس

شایستگی و کفایت در کنار آمدن با

زندگی است. خودکارآمدی تا

حدی مستقل از توانایی‌های

واقعی در است و طبق تعاریف

اثبات شده زمانی که توانایی

بالا و خودکارآمدی پایین است،

احتمال کمی وجود دارد که کار نتیجه

موفقیت‌آمیزی داشته باشد. در همین زمینه

مقاله‌ای با هدف بررسی اثر شرکت در برنامه‌های

المپیک ویژه بر خودکارآمدی زنان سندر و م‌داون

هم‌نتایجی را آشکار کرد که طبق آن پذیرش

اجتماعی ناشی از کسب جایگاه اجتماعی

می‌تواند باعث افزایش اعتماد به نفس در افراد

کم‌توان ذهنی شود و حس مثبت ناشی از آن، آثار

خانمی ۲۷ ساله هستم و متاهل. تقریباً ۴ سال از شروع زندگی مشترک‌مان گذشته است. چند وقت پیش به صورت اتفاقی متوجه شدم که شوهرم با چند دختر در ارتباط است. وقتی به او اعتراض کردم و گفتم که تکرار نکن، گفت که سخت بگیر چون من فقط تو را دوست دارم و آن‌ها برای من، فقط سرگرمی‌اند. نمی‌دانم باید چه کنم. البته دوستش هم دارم.



دکتر رضا یعقوبی | روان‌شناس بالینی



مخاطب گرامی، شما در شرایط سختی قرار دارید و امیدوارم هر چه زودتر موفق شوید که این موقعیت را اصلاح کنید. برای دست‌یابی به این هدف، چند توصیه به شما دارم.

به جای گفتن «تکرار نکن»، احساس‌تان را بگویید

واکنش شما به رفتار نامناسب شوهرتان این است



مسائل تأثیرگذار بر خودکارآمدی زنان

سلاطین روانی و اجتماعی افراد کم‌توان ذهنی دارد. فعالیت در حوزه‌های هنری، ورزشی و اجتماعی می‌تواند حس خودکارآمدی اجتماعی را در این افراد افزایش دهد و از وابستگی‌شان

سندر و م‌داون

نتایج به دست آمده از تحقیقات نشان می‌دهد

شرکت در برنامه‌های اجتماعی نقش موثری بر



زندگی‌سلام • پنج‌شنبه • ۱۴۰۰ شهریور • شماره ۱۹۶۹

