کودک‌آزاری با فیلترهای اینستاگرامی

استفاده از بعضی افکت‌ها و فیلترهای تغییر چهره توسط بعضی والدین برای شوخی با کودک‌شان آسیب‌های جدی به روان فرزندان وارد می‌کند

زینب سادات ابن‌الرضا | کارشناس ارشد روان‌شناسی

محوری

بچه‌اش را بغل می‌کند. دوربین را روی حالت سلفی قرار می‌دهد. رو به دوربین لبخند می‌زند. در همان حال که بچه‌اش با دیدن صورت پر مهر والدینش می‌خندد، ناگهان فیلتر تعویض چهره به یکی از حیوان‌ها را فعال می‌کند و در کنار گریه‌ها و ترس کودکی که زهره‌ترک شده، از خنده روده بر می‌شود. چند دقیقه بعد هم، آن ویدئو را در شبکه‌های اجتماعی بازنشر می‌دهد. احتمالا شما هم چنین ویدئوهایی را در اینستاگرام، تلگرام یا ... دیده‌اید. کودکان زیباترین شکوفه‌های هستی‌اند که خداوند آنان را به انسان‌ها مرحمت می‌کند اما متاسفانه امروزه یکی از بزرگ‌ترین معضلات جوامع انسانی، نداشتن آگاهی و مهارت فرزند پروری است. در ادامه، نکاتی درباره آسیب‌های این رفتار مطرح خواهد شد.

شوخی‌هایی که آسیب روانی جدی دارد

گاهی شاهد ناملایمات و ناآگاهی از جانب والدین درباره فرزندان هستیم که تحت عنوان شوخی، آسیب‌های بسیار جدی روانی به فرزندان وارد می‌کنند. قانون حمایت از کودکان و نوجوانان در تعریف گونه‌ای از کودک‌آزاری می‌گوید: «هر نوع اذیت و آزار کودکان و نوجوانان که موجب شود به آنان صدمه جسمانی یا روانی و اخلاقی وارد شود و سلامت جسم یا روان آنان را به مخاطره اندازد و همچنین به رشد شخصیتی و اجتماعی آن‌ها خلل وارد کند، ممنوع است و کودک‌آزاری محسوب می‌شود». یکی از مصادیق صدمه‌های روحی و روانی به کودکان با توجه به کاربرد فراوان وسایل و لوازم الکترونیکی از جمله تلفن همراه و ورود افراد به دنیای پررنگ و متنوع شبکه‌های مجازی و امکانات آن‌ها، استفاده نابجا از این وسایل است.

چه کسی گفته کودکان متوجه نمی‌شوند؟

در این شرایط بعضی از کودکان که والدین ناآگاه دارند، قربانی می‌شوند و در معرض آسیب‌های روانی از جمله شوخی‌های بی‌مورد از جانب والدینی قرار می‌گیرند که به خود اجازه می‌دهند هر طور که دوست دارند با کودک رفتار کنند با این استدلال که بچه است و متوجه نمی‌شود یا چهره معصومانه کودک در مواجهه با شوخی‌های والدین، جذاب و دیدنی یا خنده‌آور است! این تصور اشتباه والدین، دقیقا بر خلاف چیزی است که علم روان‌شناسی به آن دست یافته است. همواره به یاد داشته باشید که کودکان در هر زمینه‌ای مانند شما عمل و از الگوی رفتاری شما تبعیت می‌کنند. بنابراین این که چه می‌گویید مهم نیست؛ مهم این است که چگونه عمل می‌کنید؟

اعتماد کودک از بین می‌رود

بعضی والدین متوجه نیستند شوخی‌های بی‌مورد، ترسناک و ... با کودکان می‌تواند مصداق کودک‌آزاری عاطفی و شخصیتی باشد. این نوع کودک‌آزاری با فیلترهای ترسناک که به تازگی در شبکه‌های اجتماعی بیشتر هم دیده می‌شود، تاثیر عمیق و پایداری بر جنبه‌های رشد کودک می‌گذارد. همچنین در بعضی از این شوخی‌ها، والدین ندانسته باعث از بین بردن اعتماد فرزندان به خود و دنیای پیرامون می‌شوند. یکی از وظایف والدین در برابر فرزندان، فراهم کردن محیط امن برای آنان است که باعث آرامش بیشتر و کشف محیط خود شوند. کودکان نیاز به محیطی امن برای شکوفایی استعدادها و توانایی‌هایشان، آموزش، رشد زبان و ذهن دارند. تجربه حس کنجکاوی همراه با امنیت، بسیار حائز اهمیت است.

عزت‌نفس کودک را خدشه‌دار نکنید

شوخی‌های نابجا، ترسناک و حتی تمسخرآمیز با کودک، موجب افسردگی و اضطراب همراه با ناآرامی، گریه، سکوت یا بی‌قراری، ترس، ترس‌های شدید از موقعیت و افراد حتی والدین، عصبانیت، پرخاشگری و ناتوانی در کنترل احساسات خود، احساس خلأ عاطفی و ناامنی روانی و در خود فرو رفتن می‌شود. نوجوانانی که در کودکی در معرض شوخی‌های نامناسب و تمسخر بزرگ‌سالان‌شان بودند با نشانه‌هایی از بزهکاری، خشونت، دزدی، تخریب، اخلال در نظم عمومی و ... همراه خواهند شد. بنابراین یکی از وظایف والدین نگه داشتن حرمت و عزت‌نفس کودک است که این کار با آموزش مهارت‌های فرزندپروری میسر است و چنین شوخی‌هایی، روان کودک را آشفته خواهد کرد.

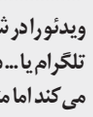
این طور به رشته‌تان علاقه‌مند شوید

گفته‌اید سعی کردم به رشته‌ام علاقه‌مند شوم اما ظاهرا راه آن را بلد نیستید. برای ایجاد علاقه به رشته خود، این راهکارها را عملی سازید: ۱- با متخصصان رشته خود مخصوصاً کسانی که در جاتی عالی را کسب کرده و این مراحل و مشکلات را پشت سر گذاشته‌اند، ارتباط داشته باشید و موفقیت آن‌ها را مشاهده کنید. ۲- مسلماً هر رشته‌ای مشکلات خاص خود را دارد، لیکن باید با همه این‌ها برخورد منطقی داشت؛ یعنی اولاً، باید تحت تأثیر نکات منفی محیط قرار نگرفت. ثانیاً، در حد منطقی برای بهبود آن تلاش کرد. ثالثاً، مواظب بود که آن امور، انسان را از هدف و پیشرفت باز ندارد.

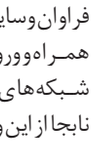
اگر تصمیم‌تان به تغییر رشته جدی است...

آن چه در تغییر رشته مهم است، این است که باید چنین مسئله‌ای از پشتوانه عقلی، عملی و منطقی کافی برخوردار باشد و دانشجوی مد نظر هم با جامع‌نگری و در نظر گرفتن جمیع شرایط به چنین مسئله‌ای اقدام کند تا در آینده با رشته جدید، دچار مشکل نشود. تصمیم صحیح در چنین مواقعی مبتنی بر چند امر است که اگر این امور با هم جمع شود انتخاب یک رشته مفید است و گرنه احتمال دارد مجدد پشیمان و دچار یک بحران روحی و سردرگمی شوید و بالاخره شکست بخورید. قاعده کلی این است که با تغییر رشته هیچ چیز عوض نمی‌شود و پس از چند صباحی با واقعیات دیگری برخورد می‌کنید که موجب می‌شود تابلوی زیبایی که از رشته جدید در ذهن خود ترسیم کرده‌اید، بشکند و همین وضع موجود پدید آید، درست مثل موقعی که می‌خواستید رشته موجود را آغاز کنید. اگر هنوز تغییری در نوع نگاه شما ایجاد نشده با کمک یک مشاور تحصیلی، برای تغییر رشته اقدام کنید.

دانشجوی دانشگاه فرهنگیان هستم ولی ذهنم پیش پزشکی است!



دانشجوی دانشگاه فرهنگیان هستم. رشته‌ام در دبیرستان تجربی بود و علاقه خیلی زیادی به پزشکی داشتم. دو سال و نیم سعی کردم رشته‌ام را دوست داشته باشم اما همچنان ذهنم پیش پزشکی است. حتی کلی کتاب کنکوری جدید خریدم و یک مدت درس خواندم اما مدام پشیمان می‌شوم و نمی‌دانم چه کار کنم.



فرزانه عطاران | مشاور تحصیلی

مشاوره تحصیلی

در قدم اول، از شما می‌خواهم با شرایطی که دارید و این که در این رشته در حال ادامه تحصیل هستید، کار را ناتمام رها نکنید. از پراکنده کاری و از این شاخه به شاخه دیگر پریدن پرهیز کنید زیرا جز هدر رفتن انرژی و از دست دادن فرصت‌ها چیز دیگری عاید شما نخواهد شد.

ضریب هوشی زنان بیشتر است یا مردان؟

۸ نکته گلچین شده از وبینار دکتر «علیرضا زالی»، استاد بیماری‌های مغز و اعصاب که درباره تفاوت عملکرد مغز زنان و مردان است

دنیای روان شناسی

«علیرضا زالی»، رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در وبیناری به بررسی فرضیه تفاوت بین عملکرد مغز زنان در مقایسه با مردان پرداخت و افزود: «مغز مردان در مقایسه با مغز زنان تنها ۱۰ درصد بزرگ‌تر است و این در حالی است که این تفاوت به طور مشخص معطوف به مغز نیست و به دلیل بزرگ‌تر بودن جثه و اندام آقایان این تفاوت موضوعی عادی است و ارتباطی به نحوه عملکرد مغز ندارد.» در ادامه چند نکته گلچین شده از این وبینار را خواهید خواند.

۱ وزن مغز خانم‌ها در مقایسه با آقایان اندکی کمتر است ولی میزان تراکم سلول‌های عصبی به‌ویژه در بخش‌هایی از مغز در زنان متراکم‌تر از مردان است، این چگالی و تراکم بیشتر یکی از مهم‌ترین تمایزها در عملکرد را رقم می‌زند.

۲ مغز فیل سه برابر مغز انسان است؛ بنابراین بزرگ‌تر بودن حجم مغز نشان دهنده ضریب هوشی بالاتر نیست.

۳ بخشی از مغز به نام شکنج، مسئول تحلیل داده‌های اجتماعی است. در بانوان و دختر بچه‌ها این بخش از مغز بزرگ‌تر است؛ به همین دلیل زنان در تفکرات اجتماعی به مراتب از آقایان جلوترند.

۴ در قدامی‌ترین بخش مغز منطقه‌ای به نام لوب پیشانی وجود دارد؛ تمرکز بیشتر، کنترل روش‌های خشونت‌بار و تکانه‌های هیجانی را مرهون این منطقه از مغز هستیم؛ این منطقه از مغز به طرز چشمگیری در خانم‌ها بزرگ‌تر از آقایان و خون بیشتری هم در این قسمت مغز خانم‌ها در مقایسه با آقایان در جریان است.

۵ ماندگاری و یادآوری خاطرات، خصوصا خاطرات تلخ در خانم‌ها بیشتر از مردان جلب توجه می‌کند.

۶ وابستگی مغز آقایان برای صحبت کردن به نیمکره چپ معطوف است در حالی که خانم‌ها توانایی استفاده از هر دو نیمکره مغز را به صورت همزمان دارند. سرعت صحبت کردن خانم‌ها در مقایسه با آقایان ۱/۵ تا ۳ برابر است.

۷ توجه به ابعاد عاطفی و مهرورزانه در خانم‌ها قوی‌تر از آقایان است چرا که قسمتی از مغز که هیجانات عاطفی را کنترل می‌کند در خانم‌ها متراکم‌تر، عمیق‌تر و بزرگ‌تر از مردان است.

۸ بخشی از مغز که بادامک نام دارد، مربوط به انجام رفتارهای هیجانی و خشونت‌آمیز است. این بخش در پسربچه‌ها بزرگ‌تر از دختربچه‌هاست. به همین دلیل رفتارهای تهاجمی در مردان بیشتر از زنان است.

برگرفته از فارس

بانوان

رسم تشت نوازی

مهسا کسنوی | روزنامه‌نگار

از سالیان پیش تا به امروز، همه مردم و به خصوص زنان خطه شمالی کشور همیشه در دورهمی‌های زنانه به شادی و طرب می‌پرداختند و در نتیجه رسم و رسوم مربوط به محفل‌های زنانه‌شان همواره زبانزد بقیه مردم ایران و حتی جهان بوده است. یکی از این رسوم، تشت نوازی یا لگن‌نوازی بوده که به تازگی دوباره احیا شده و در فضای مجازی هم توجه کاربران را جلب کرده است.

تشت‌های مسی کاربردی

لگن نوازی یک فعالیت زنانه در مازندران است و اصولا به صورت یک یا دو نفره نواخته می‌شود. زنان پیر و جوان دورهم جمع می‌شوند و روی لگن‌های فلزی با ریتم خاصی ضربه‌های منظم می‌زنند. زنان مازندرانی در دهه‌های قبل استفاده‌ای چندمنظوره از لگن‌های مسی می‌کردند. کارهای خانه مانند لباس شستن، تهیه خمیر برای پخت نان، حمل غذا و برخی لوازم سبک منزل و استفاده‌های روزمره با آن انجام می‌شد و هم‌وقتی فرصتی پیدا می‌کردند و دورهم جمع می‌شدند یا شاید هم تشت و لگن اضافه‌ای در محافل شاد در دسترس‌شان قرار می‌گرفت شروع به ضرب گرفتن روی آن می‌کردند. این دورهمی کوچک زنان و ضربه زدن روی لگن‌ها و حتی گاهی خواندن آوازهای محلی، زمانی در عروسی‌ها متداول بوده است. لگن‌نوازهایی که مهارت بیشتری در نواختن داشتند، در جشن‌ها و عروسی‌ها بخشی از مراسم را با هنرشان مدیریت می‌کردند ولی کم کم این هنر به دست فراموشی سپرده شد.

احیا و اجرای این رسم

به تازگی چند گروه موسیقی شروع به احیای این رسم دیرینه کردند و چند قطعه از این لگن‌نوازی را اجرا و در فضای مجازی منتشر کردند که باعث شده مردم به این گونه رسوم، دوباره علاقه‌مند شوند و در محافل زنانه برای شادی از آن استفاده کنند.

دستیابی به اهداف

ضرورت شناسایی و پرورش منابع درونی (قسمت هشتم)

سیدمجتبی حورایی

یکی از اقدامات اولیه و بسیار مهم در مسیر دستیابی به هدف، شناسایی و تقویت منابع و امکانات است. اگر می‌خواهید به طور جدی در مسیری که شما را به هدف‌هایتان می‌رساند حرکت کنید باید به این سوال پاسخ دهید که چه منابع و امکاناتی دارید و ره‌توشه شما برای قدم گذاشتن در این مسیر چیست؟ به طور معمول افراد در پاسخ به این سوال، ذهن خود را معطوف منابع بیرونی و به امکاناتی مثل پول، خانواده موافق و همراه، دوستان خوب و حامی و... فکر می‌کنند. اما آن چه از این‌ها بسیار مهم‌تر است و باید مد نظر قرار بگیرد منابع درونی است. منظور از منابع و امکانات درونی، صفات، ویژگی‌ها خصلت‌ها و عادات مثبتی است که از آن برخوردارید؛ به عنوان نمونه اگر شما فردی صبور و باحوصله هستید، اگر روحیه مشورت کردن دارید و به هیچ عنوان خودرأی و لجباز نیستید، اگر میل به مطالعه، یادگیری و تغییر دارید و دارای اراده و پشتکار خوبی هستید همه این‌ها منابع و امکانات بسیار ارزشمندی است که می‌تواند به شما در دستیابی به اهداف‌تان کمک کند. شما می‌توانید با این صفات و ویژگی‌های مثبت اخلاقی و رفتاری، بسیاری از منابع و امکانات بیرونی و خارجی را به دست آورید یا فقدان آن‌ها را جبران کنید. ولی نبود این صفات می‌تواند هر منبع بیرونی را ضایع کند و از بین ببرد. بنابراین هم اکنون قلم و کاغذی بردارید و منابع درونی خود را یادداشت کنید. یادتان باشد هر چه منابع درونی شما بیشتر و قوی‌تر شود و از این لحاظ مجهزتر شوید امکان و سرعت دستیابی شما به اهداف‌تان بیشتر می‌شود.

فتو نکته

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* دریانوردی واقعا شغل سختیه. یکی از فامیل‌های ما که آقا هم بود، سه سال تو این حرفه مشغول شد و بعدش اومد بیرون. می‌گفت که خیلی پر دردسره و بدترش این که سفر دریایی به خیلی از آدم‌ها نمی‌سازه.

* در صفحه سرگرمی مورخ پنج‌شنبه ۲۹ مهر در ستون چالش ذهن، کلمه «عقب ساک» چه‌جوری شده پنجره؟ از نظر من، میشه قاب عکس ولی شما در پاسخ‌ها نوشتید پنجره. توضیح دهید؟

ما و شما: متاسفانه اشتباه از ما بود.

* علاوه بر آنفلوآنزا که در صفحه سلامت نوشتید که نباید از آن غافل شد، سرماخوردگی هم در این روزها، به شدت نگران کننده است. همه ما باید این روزها بیشتر مراقب سلامتی‌مان باشیم.

* تلاش و پیگیری اولین دریانورد زن دریای خزر برای رسیدن به هدفش که در صفحه اول زندگی سلام به آن اشاره کردید، برای من بسیار جالب و امیدبخش بود.

* پرونده «در ۴۱ سالگی دریانورد شدم» را خواندم و می‌خواستم بگویم که امیدوارم روزی در سرزمینم ایران، همه فرصت‌های شغلی برای زنان فراهم شود و....

* مخاطبی که پیامک داده و گفته: «ثروت پدر شوهرم ۱۰۰ میلیارد است اما در زندگی ام عشق نیست»، حواست باشه من اگه یک میلیارد داشتم، دیگه هیچ آرزوی مالی در دنیا نداشتم. یک میلیارد نقد. تو هم بیشتر حواست به زندگیت باشه.

سند مالکیت (برگ سبز) ام وی ام ۱۱۰ نقره ای متالیک مدل ۱۳۸۹ به شماره انتظامی ۹۷۴ی ۷۹ ایران ۱۲ به شماره موتور MVM372FGA016535 و شماره شاسی NATEBABA291000754 به نام محمد حسین کامرانفر مفقود وفاقد اعتبار می باشد م/۱۴۰۰۴۲۲۶۳

سند کمپانی و برگ سبز خودرو پراید ۱۳۲ به شماره پلاک ایران ۷۴-۷۵۱ هـ ۲۲ به شماره موتور ۴۲۲۱۴۷۱ به شماره شاسی S۱۴۲۲۲۹۰۲۸۵۷۱۸ بنام راحله صباغ حسن پوریزد مفقود و فاقد اعتبار است م/۱۴۰۰۴۲۱۰۴

مفقودی -برگ سبز و سند کمپانی ریو تیپ ال اس ۱۵۰۰ مدل ۱۳۸۷ به رنگ سفید-روغنی به شماره شهربانی ایران ۴۲- ۹۸۹ و ۴۷ بشماره موتور ۱۰۵۵۳۲۲ و شماره شاسی : NAS۶۱۰۰۲۲۸۱۱۵۷۱۲۳ به نام اینجانب آرش لگزیان فرزند حسن مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد م/۱۴۰۰۴۲۲۶۷

برگ سبز خودرو پراید صبا مدل ۸۵ به شماره انتظامی ایران ۳۶-۵۷۴ ص ۷۴ به شماره موتور ۱۵۰۵۶۳۵ به شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۵۸۳۲۸۶۹ بنام یحیی حسین آبادی مفقود و فاقداعتبار است م/۱۴۰۰۴۲۱۷۱

اینجانب علی ایزدی ارغائی مالک خودرو سمند به شماره شاسی ۸۲۲۴۹۴۶۰ و شماره موتور ۱۲۴۸۲۰۱۷۴۴۳ به علت فقدان اسناد فروش (برگ کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است . لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. م/۱۴۰۰۴۲۱۸۸

برگ سبز و سند کمپانی پژو ۴۰۵ شماره انتظامی ایران ۳۶-۷۵۸ و ۳۴ شماره شاسی NAAM۱۱VE۳FR۵۱۳۷۶۵ شماره موتور 124K0686092 بنام مجتبی امیری مفقود و فاقد اعتبار می باشد م/۱۴۰۰۴۲۰۸۵

برگ سبز خودرو پراید ۱۳۱ دوگانه کارخانه مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۵۱۶ د ۲۸ به شماره موتور ۵۵۰۲۷۶۷ به شماره شاسی NAS۴۱۲۱۰۰F۱۱۸۳۹۴۳ بنام شهربانو نظری مفقود شده و فاقد اعتبار است م/۱۴۰۰۴۲۲۵۱

گواهی می شود فاکتور بلوک سیلندر به شماره ۱۴۰۰۰۲۴۸۸۵۲ و به شماره موتور ۱۴۱۸۹۰۷۵۰۵۷ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد م/۱۴۰۰۴۱۱۳۱

پاسپورت عراقی اینجانب احمد هادی خضیر العامری مفقود شده و فاقد اعتبار است از یابنده تقاضا می شود به کنسولگری عراق تحویل نماید م/۱۴۰۰۴۲۲۶۸