غرزدن‌های پُرخطر والدینِ نوجوانان

به‌بهانه ماجرای دختری که ۵۰۰ میلیون تومان طلا به یک رمال داده است تا از دست گلایه‌های مادرش راحت شود، چند توصیه به والدین داریم!

دکتر الناز علوی | متخصص روان‌شناسی

محوری

خانواده سالم، خانواده‌ای است که بین اعضای آن ارتباط سالم و سازنده برقرار باشد. یکی از مشکلات رایج نوجوانان با والدین‌شان، ایرادهای پیاپی از سمت آن‌هاست. چند روز قبل دختر ۱۶ ساله‌ای به پلیس مراجعه کرده و از سرقت ۵۰۰ میلیون تومان طلا توسط مردی رمال خبر داده و گفته است: «... مدتی بود که مادرم مدام غر می‌زد و می‌گفت چرا این قدر با گوشی تلفن‌همراهت در حال چت کردن هستی و تمام وقتت را با گوشی تلف می‌کنی. گلایه‌های مادرم تمامی نداشت و من که از رفتارهای مادرم خسته شده بودم، به پیشنهاد دوستم از یک رمال کمک گرفتم تا طلسمی بدهد که زبان مادرم را ببندم و دیگر او به من گیر ندهد و با رفتارهایش اذیتم نکند...»(منبع: ایران). این یک نمونه از خطرهای گلایه‌های مداوم والدین است. در ادامه، چند توصیه به والدین درباره جایگزین‌های غرزدن‌های بی‌فایده و پردردسر خواهیم داشت.

دفن طلا در گورستان برای خلاصی از غرهای والدین!

این دختر نوجوان در ادامه گفته است: «مرد رمال پیشنهاد داد به یکی از روستاهای اطراف تهران بروم و در کنار قبر شماره ۱۷ گورستانی که اسمش را هم به من گفته بود، طلاهایم را دفن کنم و حدود ۲۴ ساعت بعد، به گورستان برگردم و طلاها را بردارم تا مشکلم حل شود اما روز بعد وقتی برای برداشتن طلاها رفتم، از آن‌ها خبری نبود». در این بین ما باید خانه و خانواده را مهم‌ترین کانون تامین کننده نیازهای روانی یک نوجوان بدانیم؛ چرا؟ چون که در این سن به دلیل این که مستقل می‌شوند، خیلی راحت یا تحت تاثیر محیط‌اند یا دوست دارند با هم سن‌وسال‌هایشان باشند و زمان بیشتری را در بیرون از خانه بگذرانند. پس باید اصل ما این باشد که فضای خانه و خانواده سرشار از امنیت، آرامش و جذابیت باشد تا اگر نوجوان‌مان مشکلی هم دارد، قبل از گرفتن تصمیم‌های عجیب و غریب مانند پول دادن به رمال، با ما حرف بزند. بنابراین من به عنوان یک پدر یا مادر باید با نوجوانم حرف مشترکی داشته باشم، شوخی کنم، از او نظرخواهی کنم و....

ضرورت محبت، پذیرش و احترام به نوجوان

اساس یک رابطه سالم و درست میان شما و فرزندتان محبت کردن و دوست داشتن بی‌قید و شرط است. این همان چیزی است که به نظرم این دختر ۱۶ ساله از آن محروم بوده است. مهم‌ترین مسئله این است که فرزند نوجوان شما بداند شما او را همان‌طوری که هست، پذیرفته‌اید. خیلی وقت‌ها فکر می‌کنند پذیرش شما نسبت به آن‌ها کم شده و این هم به دلیل مستقل شدن آن‌ها و رسیدن به سن بلوغ است. در این شرایط ما باید به آن‌ها حس محترمانه بودن بدهیم و بگوییم که قابل احترام‌اند و ما هم سن و سال شما بودیم و این شرایط را درک می‌کنیم.

برخورد مناسب به‌جای غرزدن‌های روی اعصاب

وقتی با نوجوان‌تان روبه‌رو می‌شوید، حتی اگر از او به خاطر یک رفتار یا تصمیم عصبانی هستید، با حرکات بدنتان و زبانتان نباید با او مواجه شوید یعنی او نباید احساس کند که شما می‌خواهید به او حمله یا او را تنبیه یا قضاوت کنید. به‌جای غرزدن و ایرادگرفتن‌های روی اعصاب که بی‌فایده هم خواهد بود، از عبارات و کلماتی استفاده کنید که همه مثبت و تشویقی برای تغییر باشد؛ ابتدا با ذکر یک نکته مثبت از نوجوان‌تان شروع کنید، سپس مطلب اصلی را که مدنظرتان است، بگویید و درباره آن مسئله صحبت کنید و مجدد یک نکته مثبت از او بگویید. مثلا به او بگویید: «از این که من بچه‌ای مثل تو دارم خوشحالم»؛ و به او یادآوری کنید زمان استفاده از تبلت را مدیریت کند زیرا شما را نگران کرده است.

برقراری ارتباط کلامی و عاطفی را جدی بگیرید

در هر فرصتی که پیش می‌آید، با فرزندان نوجوان‌تان صحبت کنید و در یک فضای گرم و صمیمانه، ارتباط کلامی و عاطفی برقرار کنید. مثلا وقتی می‌بینید نوجوان‌تان ۲ ساعت در اتاقش با گوشی نشسته، از این فرصت استفاده کنید، یک استکان چای با کشمش به اتاقش ببرید و بگویید دوست دارم امروز با هم چای بخوریم. نکته آخر هم این که برای اعمال مقررات سعی کنید در مرحله اول خودتان به آن‌ها پایبند باشید. پدری که خودش سیگار می‌کشد، نمی‌تواند به نوجوانش بگوید سیگار بد است و نکش یا مادری که خودش مدام با گوشی همراه بازی می‌کند نباید به دختر نوجوانش بگوید این کار را نکن.

چرایی رکورددار شدن آقایان در خرید آنلاین

گزارش آماری یک سایت فروش آنلاین که ۷۰ درصد مشتری‌هایش آقایان و ۳۰ درصد خانم‌ها هستند، نکات قابل تاملی دارد

اسما صابری | کارشناس ارشد روان‌شناسی و نوروتراپیست

سوژه روز

یک سایت فروش کالای آنلاین در گزارشی که از عملکردش در سال ۱۴۰۰ منتشر کرده، درباره جنسیت مشتری‌ها گفته که تقریبا ۷۰ درصد آن‌ها، آقایان هستند و ۳۰ درصد خانم‌ها بنابراین آقایان رکورددار خرید آنلاین محسوب می‌شوند. سال گذشته هم مدیر پایش مرکز توسعه تجارت الکترونیکی گفته بود که بر اساس آخرین آمار، ۶۲/۹ درصد از خریداران اینترنتی را مردان و ۳۷/۱ درصد را زنان تشکیل می‌دهند(منبع: تجارت‌نیوز). در ادامه می‌خواهیم از منظر روان‌شناسی بر اساس آمارهای منتشر شده به این سوال پاسخ دهیم که چرا مردها به خرید آنلاین بیشتر و بیش از دو برابر خانم‌ها تمایل دارند؟

این بیشتر بودن تمایل، قطعی نیست | با توجه به این که میزان خرید آقایان از خانم‌ها در فروشگاه‌های آنلاین بیشتر است، نمی‌توان به این نتیجه رسید که آقایان حتما و قطعا تمایل بیشتری به خرید آنلاین دارند. اولا ممکن است بسیاری از خانم‌ها، خریدهایشان را با اکانت‌های پدر، شوهر و... انجام دهند. همچنین بسیاری از فروشگاه‌های آنلاین، فضایی است که بیشتر برای خرید ابزار و وسایل استفاده می‌شود و احتمالا میزان خرید آقایان از این اجناس بیشتر است بنابراین این تمایل قطعی نیست اما با توجه به آمارهای منتشر شده، می‌توان به چند نکته اشاره کرد.

مقایسه‌ای که راحت‌تر است | مقایسه چند محصول با نمونه مشابه هم از لحاظ کیفیت و هم قیمت، یک نیاز است اما معمولا آقایان در خرید حضوری، کمتر به سراغ آن می‌روند ولی احتمالا موقع خرید آنلاین، با خیال راحت‌تری به کندوکاو درباره محصول از روی کامنت‌ها و... می‌پردازند. تقریبا در همه سایت‌های فروش آنلاین به‌راحتی می‌توان کیفیت‌ها، قیمت‌ها و مدل‌های مختلف از یک کالا و همچنین نظرات افرادی را که از این فضا برای خرید استفاده می‌کنند، با یکدیگر مقایسه کرد.

پای قوی‌بودن حس شهودی خانم‌ها در میان است | یکی دیگر از علت‌هایی که می‌توان گفت احتمالا آقایان خرید آنلاین بیشتری نسبت به خانم‌ها انجام می‌دهند، این است که خانم‌ها حس شهودی قوی‌تری دارند و احتمالا با مشاهده یک کالا حس بهتری را تجربه می‌کنند و همین باعث می‌شود که خرید حضوری را به خریدهای آنلاین ترجیح دهند. در صورتی که آقایان، در سایت‌ها و پیج‌ها و اپلیکیشن‌های فروش آنلاین، کیفیت و قیمت را بررسی و سپس اعتماد می‌کنند. دست آخر هم سفارش خود را از طریق خرید آنلاین انجام می‌دهند و احتمالا از نتیجه کار هم راضی‌تر هستند.

خریدهایی که زمان‌بَر نیست | مورد دیگر، تفاوت زمان مورد نیازی است که انجام خریدهای آنلاین و حضوری دارد. بارها شنیده‌اید که آقایان تمایل کمتری نسبت به خانم‌ها برای بازارگردی دارند. قطعا خریدهای حضوری زمان بیشتری می‌برد و نیاز به جابه‌جایی دارد و همین شاید یکی دیگر از علت‌هایی باشد که آقایان ترجیح می‌دهند خرید آنلاین انجام دهند.

لذتی که از خرید حضوری نمی‌برند | نکته پایانی این است که خانم‌ها با توجه به این که در درک شهودی قوی‌تر هستند از خرید حضوری لذت می‌برند و یک نوع تفریح برای‌شان محسوب می‌شود. در صورتی که خرید حضوری نه تنها برای بعضی از مردها تفریح محسوب نمی‌شود که شاید همین مورد برای آقایان یک نوع وقت تلف کردن باشد.

در خیریه‌های تخصصی ازدواج چه خبر است؟

بعضی کشورها مانند انگلیس برای تسهیل ازدواج جوانان، خیریه‌هایی راه انداختند که خدمات‌شان فقط مالی نیست

فرنگیس یاقوتی | مترجم

marriagecare.org.uk

شبکه های اجتماعی

شاید برای شما جالب باشد که بدانید هزینه‌های ازدواج نه تنها در ایران بلکه در همه جای دنیا بالا رفته است. به همین دلیل در بعضی کشورها مانند انگلیس، چند سالی می‌شود که تعدادی خیریه ازدواج شروع به کار کرده‌اند. یکی از معروف‌ترین آن‌ها، موسسه خیریه تخصصی ازدواج به نام «Marriage care» است. در ادامه و به‌بهانه پربازدید شدن مطالبی در شبکه‌های اجتماعی درباره این خیریه‌ها، سرکی خواهیم کشید به داخل این موسسه تا ببینیم دقیقا چه خدماتی ارائه می‌دهد؟

خانواده‌های باثبات‌تر، جامعه‌ای قوی‌تر

در صفحه اول سایت این موسسه در بخش معرفی خیریه، این چنین نوشته شده: «این موسسه در ارائه مشاوره و کمک به زوج‌ها برای ارتباط بهتر و حل مشکلات تخصص دارد. دلیل فعالیت ما چیست؟ روابط بهتر باعث زندگی بهتر، خانواده‌های باثبات‌تر و جامعه‌ای قوی‌تر می‌شود. ما آماده کمک هستیم، در هر شرایطی که هستید.»

تجهیز زوج‌ها در برابر چالش‌ها

مدیر این موسسه خیریه که بیش از ۷۰ سال است در زمینه ازدواج فعالیت دارد، در گفت‌وگویی اظهار کرده که ما چیزهای زیادی درباره آن چه برای پیشرفت واقعی یک رابطه لازم است و همچنین آن چه می‌تواند آن را تضعیف کند، آموخته‌ایم. ماموریت ما این است که دانش و مهارت‌های خود را با زوج‌های زیادی به اشتراک بگذاریم تا آن‌ها برای مقابله با چالش‌های اجتناب‌ناپذیری که همه زوج‌ها با آن مواجه می‌شوند، آماده و مجهز شوند.

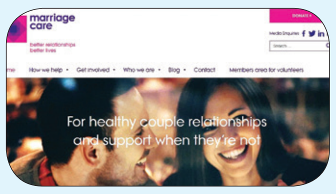
خدمات خیریه‌های تخصصی ازدواج

۱ اولین سرویس این موسسه، مشاوره است. همه روابط دارای فراز و نشیب هستند. با این حال، گاهی اوقات همه چیز ممکن است کمی سخت شود و یافتن یک راه‌حل مثبت دشوار است. این درست زمانی است که کمک مشاور ماهر می‌تواند روابط زن و شوهر را بهبود بخشد.

۲ دومین سرویس این موسسه، آموزش است. اگر به فکر ازدواج هستید، دوره‌های آماده‌سازی ازدواج که مخصوص شما طراحی شده است در این موسسه برگزار می‌شود. این دوره‌ها، تفکربرانگیز و سرگرم کننده است، شما را به بینش و دانش، وضوح و اعتماد به نفس مجهز می‌کند تا از اشتباه‌ها اجتناب کنید و بهترین آینده ممکن را با هم بسازید.

۳ خدمت دیگر این موسسه، کمک‌های مالی است. طبیعی است که با توجه به هزینه‌های بالای ازدواج، بیشتر جوان‌ها و خانواده‌های‌شان به تنهایی از پس تامین هزینه‌های شروع زندگی مشترک برنمی‌آیند. برای مثال خیریه «Marriagecare» علاوه بر پرداخت کمک هزینه جشن عروسی، کمک هزینه خرید و اجاره مسکن و خدمات درمانی را هم در اختیار جوان‌هایی که قصد ازدواج دارند، می‌گذارد!

جالب است بدانید بررسی‌ها نشان می‌دهد در سال ۲۰۲۰ حدود ۳۲ درصد جوان‌های انگلیسی برای ازدواج از خدمات این خیریه استفاده کردند. در پایان به نظر می‌رسد راه انداختن چنین خیریه‌هایی و کمک به پاگرفتن‌شان در کشور خودمان هم بتواند کمک بزرگی به ازدواج جوان‌ها باشد.


marriage care
better relationships better lives
DONATE
Media Enquiries
How we help • Get involved • Who we are • Blog • Contact
Members area for volunteers
For healthy couple relationships and support when they're not

نمایی از سایت

شوهری دارم میلیاردر ولی خسیس و پرافاده

وضع مالی شوهرم خیلی خوب است. ثروتش از ۱۰ میلیارد هم بیشتر است ولی هیچ پولی به من و بچه‌هایم نمی‌دهد. خیلی خسیس، بداخلاق و پرافاده است. معتاد هم هست. به من تهمت هم می‌زند. راهی جز طلاق، برایم نمانده است. چه کنم؟

بنفشه دولت‌آبادی | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره زوجین

مخاطب گرامی، اعتیاد در تمام جنبه‌های زندگی اعم از زندگی شخصی، کاری، اجتماعی و زناشویی نقش ایفا می‌کند. در ادامه چند توصیه به شما داریم.

از تاثیرات منفی بداخلاقی شوهرتان بگویید

سعی کنید گله و شکایت کردن و به میان آوردن این موضوع که ما سزاوار داشتن یک زندگی بهتر از این هستیم و در کل نصیحت کردن ایشان را کنار بگذارید. به جای اعتراض کردن، صادقانه به او بگویید چگونه بیماری اعتیاد و بدخلقی‌اش بر زندگی شما تاثیر منفی می‌گذارد. در ضمن، به شوهرتان بی‌توجهی نکنید. بی‌توجهی و خودداری از صحبت کردن با همسر معتاد و بدخلق، در واقع نوعی تسلیم شدن در برابر اوست. شاید همسرتان این خلق و خوی بد و رفتارهای آزاردهنده را به دلیل بی‌توجهی و رفتار شما انجام می‌دهد. همیشه به یاد داشته باشید شخص معتاد آن هم در سنین بالا گرفتار یک بیماری هولناک است و مانند هر بیماری دیگری، ممکن است هیچ کنترلی روی رفتار خود نداشته باشد. سعی کنید به همسرتان به چشم یک بیمار بنگرید نه به چشم یک مرد خشن و معتاد.

به او نگویید که درست‌شدنی نیست

با توجه به پا به سن گذاشتن همسرتان و وضعیت فعلی او، سعی کنید از به کار بردن کلمات تند و زننده‌ای همچون «همیشه همین بوده‌ای»، «هرگز درست نخواهی شد»، «خسته شده‌ام از تو» و... خودداری کنید چون این عبارت‌ها، پیشگویی‌های بیهوده هستند و به زبان آوردن آن‌ها فقط باعث خستگی و کلافگی همسرتان می‌شود. معضل اساسی شما این است که مشکلات اصلی را در این سال‌های زندگی مشترک آرام‌آرام در خود جمع کرده‌اید و اکنون هنگام بحث درباره یک موضوع کوچک به شدت کلافه می‌شوید و از خود واکنش نشان می‌دهید و مانند یک بمب منفجر می‌شوید. توجه داشته باشید تمام رنج‌ها و ناراحتی‌های گذشته را به یک باره بر سر همسری که در گیر اعتیاد است، خالی نکنید. برقراری ارتباط موثر با ایشان تنها راهی است که به شما کمک خواهد کرد از او به عنوان خانواده‌اش بخواهید تا مسیر زندگی خود را تغییر دهد.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*ترفندهای کلاهبرداران پیامکی، خیلی زیاد شده دیگه. در واقع به هیچ پیامکی نمی‌شه اعتماد کرد.

*باز زیرسویه جدید در راهه؟ ای بابا! خسته شدیم.

*نکاتی که در صفحه اول زندگی سلام درباره عملکرد مغز نوشته بودین، برای من خیلی جالب بود. خسته نباشید.

* توصیه‌هایی رو که در بخش زندگی سلام نوشتین برای این که از مون کلاهبرداری نشه، همه می‌دونیم اما نمی‌دونم چرا بازم طعمه‌شون می‌شیم و حساب‌مون رو خالی می‌کنن! چند وقت پیش، حساب یک دکتر رو با همین ترفندها، خالی کرده بودن.

*درباره مضرات خوردن زیاد نودل، می‌خواستم بگم که من کلا با این غذا، نتونستم ارتباط برقرار کنم. از نظر من، یک جوریه که نمی‌شه از خوردنش لذت برد، فقط سیر کننده است.

*در صفحه اول زندگی سلام مورخ ۲۲ مرداد ۱۴۰۰ در پرونده «انفجار بمب‌های خارجی در فوتبال ایران»، نویسنده از «ایمون زاید» نامی نبرده است! چرا؟ با سپاس.

ما و شما: مطلب درباره بهترین بازیکنان خارجی نبود، درباره بازیکنانی بود که از لیگ‌های معتبر اومدن.

*درباره پرونده «تازه‌ترین ترفندهای کلاهبرداران پیامکی»، می‌خواستم بگم اگر مشکلات اقتصادی مردم کمتر بشه، به خاطر شارژ رایگان و سود ۲۰۰ هزار تومانی سهام عدالت و...، گول نمی‌خورن و بیچاره نمی‌شن.

*متاسفانه وقتی خوشی می‌زنه زیر دل بعضی‌ها و قبح طلاق هم ریخته و راحت شده، نتیجه‌اش می‌شه ماجرای خانمی که در مطلب «واکاوی یک طلاق عجیب» در صفحه خانواده درباره‌اش نوشتین.

آگهی فقدان سند مالکیت
آقای علیرضا رستگار سالانقوچ با ارائه دو برگ استشهادیه گواهی شده و تقاضای کتبی جهت دریافت سند مالکیت المثنی نوبت اول به این اداره مراجعه و مدعی است سند مالکیت تمامت هفتصدو هشتاد سهم مشاع از ۶۷۲۱۴۶۰ سهم ششدانگ پلاک ۳۸۸۹ فرعی از ۱۳۰ اصلی بخش هفت چناران بعلت اسباب کشی مفقود گردیده است که تمامت مورد نظر ذیل ثبت ۱۳۴۰۹۲ دفتر ۹۶۰ صفحه ۵۲بنام علیرضا رستگار سالانقوچ ثبت و سند به شماره ۱۳۱۶۹۸ سری د/۹۱ صادر گردیده است دفتر املاک بیش از این حکایتی ندارد استناد ماده ۱۲۰ ایین نامه قانون ثبت املاک متذکر می گردد هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای انجام داده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود میباشد باید ظرف مدت ۱۰ روز پس از انتشار آگهی به این اداره مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تنظیم شده تسلیم نماید. در غیر این صورت پس از انقضای مهلت مقرر و عدم ارسال اعتراض سند مالکیت المثنی طبق مقررات صادر و به متقاضی تحویل خواهد شد.
رئیس ثبت اسناد و املاک چناران - مرتضی ولایتی
۱۴۰۱۸۳۵۷۹/ش

برگ سبز اتومبیل سواری پژو GLX XI ۴۰۵مدل ۱۳۹۱ به رنگ نقره ای متالیک به شماره پلاک ایران ۳۲-۲۴۴ه۳۸ وشماره موتور ۱۲۴۹۰۲۹۳۴۶۷ وشماره شاسی NAAM11CA4CK507032به نام سراج الدین شیخ جامی مفقود شده وفاقد اعتبار است.
۱۴۰۱۸۳۵۶۳/ش

برگ سبز موتورسیکلت پارت شرکت روان مدل ۹۳ به شماره انتظامی ۷۷۲-۳۳۸۴۷ به شماره موتور ۰۵۲۲۴۴۰۰۱۲۴NEK به شماره شاسی ۹۳۰۱۳۹۶ بنام جلال زنده دل مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۸۳۵۳۲/م

برگ سبز اسناد مالکیت و فروش موتور سیکلت هندا مدل۱۳۹۵ شماره پلاک ۷۷۵-۳۸۸۷۵ شماره تنه NC5125D9540903 شماره موتور NC5***0125064906 بنام عباس اسدی خیراباد مفقود گردیده و اعتبار ندارد.
۱۴۰۱۸۳۵۲۶/ش

برگ سبز کامیون کمپرسی تیپ ال. کا ۴۲/۱۹۲۱مدل ۱۳۵۶ به شماره پلاک ۷۶۴ ع ۳۵ ایران ۱۲و شماره موتور ۱۰۰۱۹۸۸۸و شماره شاسی ۱۴۳۸۴۹۳۴بنام آقای مجتبی قاسمی روشناوند مفقود گردیده و اعتبار ندارد.
۱۴۰۱۸۳۵۷۵/ش

برگ سبز موتورسیکلت آپاچی مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ایران ۷۷۸-۶۸۶۷۷ به شماره موتور E۴EG۲۹۷۴۱۰۲ به شماره شاسی N۲G***۱۶۰۷۹۵۱۳۵۲۲ بنام سیدعلی موسوی نسب مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۸۳۵۳۹/م

برگ سبز خودرو تیبا صندوق دار مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ایران ۷۴-۴۲۱ و ۷۱ به شماره موتور ۸۲۵۲۰۷۶ به شماره شاسی NAS۸۱۱۱۰۰F۵۸۷۷۱۷۲ بنام راضیه سادات حسینی مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۸۳۵۳۸/م

برگ سبز خودرو پژو آردی ۱۶۰۰ سبز یشمی مدل ۸۴
به شماره انتظامی ۷۴ایران ۵۹۷س۹۳
شماره موتور 11784034322
شماره شاسی 13436879
بنام جلال موسوی مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۱۸۳۴۵۳/ف

برگ سبز، سند کمپانی ، کارت سوخت و کارت خودرو پراید صبا مدل ۱۳۷۷ به شماره انتظامی ایران ۳۲-۹۳۳ ط ۶۶ به شماره موتور ۰۰۰۵۷۸۵۹ به شماره شاسی S۱۴۱۲۹۷۷۵۴۶۹۴۹ مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۸۳۵۶۸/م