خانواده و مشاوره

یاوه‌گویی‌های پکیج‌فروش‌های هم‌فرکانسی

آموزش هم‌فرکانس شدن برای رسیدن به همه خواسته‌ها به‌بهانه ازدواج یک دختر با یکی از معروف‌ترین بازیگران ایرانی پرطرفدار شده؛ ماجرا چیست؟

دکتر الناز علوی | متخصص روان‌شناسی

محوری

دوره‌های انگیزشی برای رسیدن به موفقیت با راهکارهای عجیب و ساده، طرفدارهای خاص خودش را دارد. به تازگی ویدئویی در فضای مجازی پربازدید شده که دختری به یک سخنران انگیزشی می‌گوید: «چه جوری این دختره با ۲۶ سال سن با معروف‌ترین بازیگر ایرانی ازدواج کرده؟» و او پاسخ می‌دهد: «خودت بهتر از هر کسی می‌دونی چی کار کرده؟ این دختره اومده با محمدرضا گلزار ازدواج کرده چون اول از همه خودش رو لایق این ازدواج کرده. ببینید بچه‌ها، ما به هر خواسته‌ای که داشته باشیم، می‌تونیم برسیم به‌شرطی که ۱- یاد بگیریم که لیاقتش رو در خودمون ایجاد کنیم یعنی خودمون رو لایقش کنیم و ۲- در فرکانسش قرار بگیریم، یعنی در شرایطی باشیم که بتونیم اون رو به دست بیاریم». از او پرسیده می‌شود: «پس چرا این رو به آدم‌ها آموزش نمی‌دی که هر چیزی رو که می‌خوان به دست بیارن؟» و او هم می‌گوید: «الان یک پست ضبط می‌کنم و بهتون آموزش می‌دم که چطور آدم‌ها با خواسته‌هاشون هم فرکانس بشن و به دست‌شون بیارن». آیا واقعا چنین چیزی وجود دارد؟ از منظر روان‌شناسی، هم‌فرکانس شدن را واکاوی خواهیم کرد.

تفاوت روان‌شناسی علمی با زرد

روان‌شناسی زرد شاخه‌ای از «شبه‌علم» است که هیچ‌یک از تکنیک‌ها و روش‌هایش را علم روان‌شناسی و دیگر علوم تایید نکرده و اغلب زاییده ذهن سخنوران و سودجویانی است که به دنبال فروش نسخه‌های یک‌شبه و جادویی خوشبختی هستند تا جیب مراجعان‌شان را به امید تغییرات یک‌شبه خالی کنند. هر محتوایی مانند کتاب، مقاله، پروتکل و... که علم، تاییدش نکرده باشد و نام روان‌شناسی را یدک بکشد، روان‌شناسی زرد به حساب می‌آید، اما ویژگی‌های مهم روان‌شناسی زرد چیست؟

تیترهایی وسوسه‌انگیز و جذاب

یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های روان‌شناسی زرد، تیترهای وسوسه‌انگیز آن است. چه کسی دلش نمی‌خواهد یک شبه پولدار شود؟! چه کسی با شنیدن این جمله که از پس هر کاری برمی‌آید خوشحال نمی‌شود؟ چه کسی دلش نمی‌خواهد عشقش را یک شبه عاشق خودش کند، جذاب باشد و...؟ هر کدام از این تیترها به‌تنهایی می‌تواند این فکر را به سر شما بیندازد که امتحانش که ضرر ندارد! سنگ مفت و گنجشک مفت! اما مفت نیست دوست عزیز! روان‌تان و آسیب‌هایی که به آن می‌رسد، خرج امتحانش است که اصلا حواس‌تان به آن نیست.

پشت گرمی به افراد مشهور

روان‌شناسی زرد همیشه برای شعارهای نشدنی‌اش چند مثال از افراد مشهور دارد: «فلانی از فقر مطلق به ثروت زیاد رسید»، «فلان شخص یک شبه توانست و تو هم می‌توانی»، «فلان جا پول ریخته است فقط کافی است خم شوی و از زمین برداری» و.... آن‌ها پشت‌شان به چند شخص معروف و چند مثال کلی گرم است در حالی که علم هرگز اجازه نمی‌دهد شما با بررسی و تقلید از زندگی چند نفر برای کل انسان‌ها تصمیم بگیرید! علم روان‌شناسی برای هر رویکرد و نظریه‌اش هزاران تحقیق و آزمایش تایید شده دارد، حتی فرهنگ به فرهنگ و قشر به قشر این تحقیقات را با هم مقایسه می‌کند تا مبادا نسخه از پیش تعیین شده‌ای را برای دیگران به اشتباه به کار ببرد.

نادیده گرفتن محدودیت‌های انسان

روان‌شناسی زرد اغلب تفاوت‌های فردی و محدودیت‌های انسان را نادیده می‌گیرد و به همه وعده توانایی انجام هر کاری و خوشبختی را می‌دهد به طوری که به شما می‌قبولاند همه امکانات موفقیت در اختیار شماست و اگر موفق نیستید خودتان تنبلی و کوتاهی کرده‌اید! در صورتی که علم می‌پذیرد انسان محدودیت دارد، شرایط هر فردی با دیگری متفاوت است و شما مسئول تمام بلاهایی نیستید که به سرتان می‌آید، هر چند وظیفه دارید تلاش کنید تا اوضاع بهتری داشته باشید.

کار، نشد ندارد؟

برای روان‌شناسی زرد، کار نشد ندارد! از شیر مرغ تا جان آدمیزاد با تلاش شما به دست می‌آید! شما می‌توانید آرزوی دست‌نیافتنی‌ترین رویاهارا داشته باشید و برای این کار تشویق هم می‌شوید! شما می‌مانید و کلی رویای غیرمنطقی که از واقعیت دورتان کرده است و اجازه نمی‌دهد فرصت‌های معقولتان را ببینید و به دست آورید! در روان‌شناسی علمی شما محدودیت‌های‌تان را می‌بینید و می‌پذیرید و با توجه محدودیت‌های‌تان تصمیمات منطقی می‌گیرید. منظور ما این نیست که حق پیشرفت و رویاپردازی ندارید، برعکس انسان با امید و رویا زنده است اما به‌شرط آن که حال شما و شرایطتان را بهتر کند نه بدتر و امید واهی جلوی پیشرفت‌تان را نگیرد.

می‌خواهم به‌خاطر عشق سابقم، خودم را به کشتن بدهم!

۴۴ ساله‌ام و هنوز ازدواج نکرده‌ام. در جوانی عاشق دختری شدم که خانواده‌ام مخالفت کردند، آن دختر ازدواج کرد و الان یک بچه دارد. چند وقت پیش او را به صورت اتفاقی در بیمارستانی دیدم که پدرم بستری بود. پرس‌وجو کردم و متوجه شدم که شوهرش به شدت دست بزن دارد و از لات‌های محله‌شان است. تصمیم دارم به او کمک کنم اما پدرم می‌گوید خودت را به کشتن می‌دهی. به‌نظر شما چه کنم؟ عذاب وجدان دارم.

دکتر حسین محرابی | روان‌شناس

مشاوره فردی

مخاطب گرامی، داشتن احساس مسئولیت یکی از ویژگی‌های مثبت انسان‌ها تلقی می‌شود، به شرط این که این مسئولیت‌پذیری بر اساس قواعد و قوانین اجتماعی هم‌پذیرفته شده باشد. این که شما در قبال این خانم و مشکلات مربوط به زندگی مشترک‌وی دچار عذاب وجدان شده‌اید، بر اساس نقش‌های تعریف شده در جامعه جایگاهی ندارد، بنابراین شایسته است همه افراد در نقش‌ها و جایگاه‌های تعریف شده‌شان برای خود شرح وظیفه کنند و اگر غیر از این باشد، نوعی ناهنجاری را به دنبال خواهد داشت. در ادامه، چند توصیه به شما خواهم داشت.

تصمیم احساسی و رفتار هیجانی نداشته باشید

این که این خانم چه توصیفی از زندگی‌اش برای شما بیان کرده است، نمی‌تواند مبنای تصمیم‌گیری و رفتارهای هیجانی و احساسی شما باشد زیرا اولا شما حرف‌های شوهرش را نشنیده‌اید و ثانیا شما متخصص در حوزه خانواده و مشاوره نیستید که بتوانید راهکار مناسبی را پیشنهاد بدهید. توجه داشته باشید که ممکن است هر رفتار شما باعث وخیم‌تر شدن اوضاع شود بنابراین قبل از این که بخواهید اقدامی بکنید، بهتر است مشخص کنید که دقیقا با چه کمکی و به چه نحوی می‌خواهید این کار را انجام دهید که برایتان مشکل ساز نشود و اوضاع زندگی آن خانم را نیز بدتر نکند.

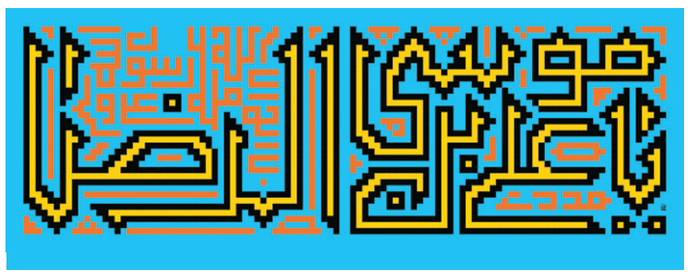
اگر می‌خواهید کمکی کرده باشید...

بر اساس مطالبی که بیان کرده‌اید، هیچ‌گونه مسئولیت اجتماعی و حقوقی در قبال وی برای شما تعریف نشده است و در واقع هر گونه مداخله شما عواقب قانونی و اجتماعی برای‌تان به دنبال خواهد داشت. بنابراین اگر می‌خواهید کمکی کرده باشید، بهترین کار این است که ایشان را به یک متخصص در حوزه زوج‌درمانی ارجاع دهید. در خور ذکر است، نهادهای حمایتی قانونی از قبیل اورژانس اجتماعی، پزشکی قانونی و قوه قضاییه در جامعه وجود دارد که در این گونه موارد افراد می‌توانند با مراجعه به این نهادها از حقوق خود و همچنین حمایت‌های قانونی برخوردار شوند.

شما هیچ اقدامی نکنید

در پایان هم با توجه به این که پرسیده‌اید به نظر شما چه کنم؟ خدمت‌تان عرض می‌کنم که شما هیچ اقدامی نکنید و فقط از وی بخواهید که در مرحله اول به یک روان‌شناس و مشاور خانواده مراجعه کند و در صورت نیاز با راهنمایی متخصص از طریق قانونی پیگیر حل مشکلات زندگی‌اش باشد.

چهارشنبه‌های امام رضایی (ع)



اهمیت واکنش انسان به اتفاقات

جواد رستمی | کارشناس مذهبی

امام رضا(ع) می‌فرمایند: «کسی که از صحنه کاری غایب باشد اما به آن کار راضی شود، گویا در آن جا حاضر بوده و آن کار را انجام داده است» (توحید صدوق، ص ۳۹۲). اتفاقات گوناگونی اطراف ما می‌افتد که ما در آن زمان حضور نداشته‌ایم و از آن بی‌خبریم و پس از آن به طریقی مطلع می‌شویم. آن اتفاق ممکن است خیر و نیک یا شر و بد باشد که واکنش ما، رضایت داشتن یا نداشتن از آن است. حضرت می‌فرمایند، هر عملی که در غیابت اتفاق افتاد، اگر به آن راضی بودی، گویا آن جا حضور داشته و تو انجام داده‌ای. این فرمایش بر اهمیت واکنش انسان به اتفاقات و وجود حساب و کتاب برای آن تاکید دارد چرا که رضایت سبب تکرار و دوام آن اعمال می‌شود.

نکته ها

۶ توصیه کاربردی برای همدردی با فرد ناراحت

برای خیلی از مردم یکی از سخت‌ترین موقعیت‌ها این است که عزیزان‌شان دچار درد عاطفی شود ولی ندانند چطور باید به او کمک کنند یا چطور به بهترین شکل با او همدردی کنند. دانستن این که در لحظات خاص و سخت باید درباره چه چیزی صحبت کرد به راستی کاری چالش برانگیز است. گرچه الزاما نمی‌توانید آن شخص را از درد و ناراحتی روحی خلاص کنید...

۱- روی احساسات شخص مقابل تمرکز کنید.

۲- وسوسه نشوید از تجربه‌های مشابه خودتان بگویید چون هیچ دو تجربه‌ای، دقیقا مثل هم نیست.

۳- به او بگویید که خیلی متاسفم که گرفتار این مشکل شدی.

۴- تا می‌توانید گوش دهید و حرف نزنید.

۵- توصیه یا نصیحت نکنید مگر این که خود آن شخص چنین چیزی از شما بخواهد.

۶- سعی نکنید با جوک گفتن یا تعریف کردن یک موقعیت خنده دار، وی را شاد کنید.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* درباره پرونده «شهرهای قایقی»، اگر خونه من این جاها بود، هر روز می‌پریدم تو آب و از قایق هم استفاده نمی‌کردم چون دیگه تحمل این گرمای شدید رو ندارم!
* دلیل کف کردن روغن در موقع آشپزی اینه که از قیمتش خبردار می‌شه که چقدر گرون شده و کف می‌کنه.
* مطلب «سوالات غیر کلیشه‌ای در جلسه خواستگاری» و نکاتی که در اون مطرح شده بود، دقیق و جالب بود. به امید خوشبختی همه دختر و پسرهای دم بخت.
* زندگی در این شهرهایی که در صفحه اول زندگی سلام بهش اشاره کردین، باید خیلی باحال باشه. منم دلم خواست.
* مهم‌ترین اشتباه من در خرج کردن که باعث بی‌پولی می‌شه، اینه که پول زیادی در نمیارم.
* زندگی سلام، به نظرت این درسته که یک فوتبالیست سالی ۲۰ یا ۳۰ میلیارد درآمد داشته باشه و یک کارمند در تمام عمرش، به یک میلیارد هم نرسه؟

واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان
سفارش می‌پذیرد
layout@khorasannews.com ۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰

برگ سبز وسند کمپانی موتور سیکلت تیزپر مدل ۱۳۸۸ به شماره انتظامی ۷۶۱-۳۹۳۳۹ وشماره تنه NCA***125T8827413 و شماره موتور *156FMT*3210575 به نام جلیل فاطمی شیرزن به شماره ملی ۰۸۷۱۸۳۰۱۲۴ مفقود شده وفاقد اعتبار است.
۱۴۰۲۱۰۳۴۶/ش

آگهی مجمع عمومی عادی نوبت اول شرکت تعاونی مرزنشینان باجگیران

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۳/۳۱

بدین وسیله به اطلاع کلیه نمایندگان محترم حوزه های فرعی شرکت تعاونی مرزنشینان باجگیران می رساند مجمع عمومی عادی سالانه شرکت ساعت ۹ صبح روز سه شنبه مورخه ۱۴۰۲/۰۴/۲۷ در محل مسجد چهارده معصوم واقع درخیابان جامی۴ برگزارمی گردد،لذا از کلیه نمایندگان محترم دعوت می شود در این جلسه شرکت نمایند .

دستور جلسه:

۱ . گزارش هیأت مدیره و بازرسان شرکت.
۲ .طرح وتصویب ترازنامه وصورت های مالی سال ۱۴۰۱ .
۳ . تصویب بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۲ .
۴ .انتخاب ۳ نفر بازرس اصلی و ۱ نفر علی البدل به مدت یک سال مالی .

ضمناً متقاضیان کاندیداتوری سمت بازرسی ظرف ۷ روز پس از چاپ آگهی تقاضای کتبی خود را به دفتر شرکت تحویل نموده و فرم مربوطه را تکمیل و به انضمام مدارک ذیل تحویل شرکت نمایند.

۱- اصل و کپی شناسنامه و کارت ملی ۲- اصل و کپی آخرین مدرک تحصیلی (حداقل دیپلم–به استناد ماده ۳۵ اساسنامه) ۳- دو قطعه عکس ۴-گواهی عدم سوء پیشینه۵- تکمیل فرم تقاضای کاندیداتوری در شرکت .

هیأت مدیره شرکت تعاونی مرزنشینان باجگیران- قوچان
۱۴۰۲۱۰۳۶۸/ش

آگهی تجدید مزایده فروش ۷ قطعه زمین مسکونی و تجاری واقع در خیابان امام علی(ع)و بلوار شهرداری

شهرداری قاین

موضوع:شهرداری قاین در نظر دارد براساس ماده ۵ و۶ و ۷ و ۸ و ۱۳ آیین نامه مالی شهرداری و به استناد لایحه شماره۱۵/۱۰۲۵۸/ش/ق مورخ ۱۴۰۰/۰۸/۱۷و مصوبه شماره ۱۱۶۷ مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۱۴ولایحه شماره۱۰/۱۱۹۷۳/ش/ق مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۲۴و مصوبه شماره۱۳۱۷ مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۰۸تعداد ۵ قطعه زمین تجاری واقع در بلوار شهرداری به پلاک ثبتی های ۴۴۲-۴۶۲-۴۶۳-۴۶۵ فرعی از ۱۹۱۲ اصلی و تعداد ۴ قطعه زمین مسکونی واقع در خیابان امام علی(ع) به پلاک ثبتی های ۵۴۲۹-۵۴۳۰-۵۴۳۱فرعی از ۱۹۳۵ اصلی را با جزییات مندرج در اسناد مزایده ، با بهره گیری از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت(setadiran.ir) و با شماره مزایده (۲۰۰۲۰۹۲۳۴۹۰۰۰۰۰۲) از طریق مزایده به فروش رساند:

شرایط تجدید مزایده:

۱-برگزاری تجدید مزایده صرفا از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت(setadiran.ir) می باشد و کلیه مراحل فرآیند مزایده شامل خرید و دریافت اسناد مزایده ، پرداخت تضمین شرکت در مزایده (ودیعه) ، ارسال پیشنهاد قیمت و اطلاع از وضعیت برنده بودن مزایده گران محترم از این طریق امکان پذیر می باشد.

۲- برنده تجدید مزایده می بایست حداکثر ظرف مدت ۶ ماه پس از دریافت قرارداد واگذاری نسبت به اخذ پروانه ساختمانی از شهرداری اقدام و ظرف مدت ۱۸ ماه پس از دریافت پروانه اقدام به ساخت ملک نماید.

۳-افرادی که در مزایده های اراضی شهرداری قاین از ابتدای سال ۱۳۹۶ به بعد برنده شده اند خود و همسر و فرزندان تحت تکفل آنها حق شرکت در مزایده را نداشته و چنانچه در هر مرحله خلاف این موضوع مشخص شود شهرداری نسبت به فسخ قرارداد با برنده فاقد شرایط اقدام خواهد نمود.

۴-هر خانواده فقط و فقط مجاز به ثبت نام برای یک قطعه زمین می باشد و چنانچه در هر مرحله از مزایده مشخص گردد بنام سایر اعضای خانواده نیز ثبت نام شده است قرارداد لغو و سپرده شرکت در مزایده به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.

۵-ارائه اسناد تجدید مزایده توسط شهرداری فقط از طریق سامانه ستاد از تاریخ ۱۴۰۲/۰۳/۲۴تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۴/۰۱می باشد که متقاضیان شرکت در مزایده می بایست در بازه زمانی مذکور نسبت به مراجعه به سامانه ستاد اقدام و پس از خرید توکن نسبت به اخذ اسناد شرکت در مزایده اقدام نمایند.

۶-سپس نسبت به بارگذاری اسناد مزایده در سامانه ستاد تا پایان وقت اداری روز پنجشنبه مورخه ۱۴۰۲/۰۴/۱۵اقدام نمایند که بایستی شرکت کنندگان در مزایده اطلاعات مورد نیاز را از سامانه ستاد دریافت و پس از درج قیمت پیشنهادی در آن و مهر و امضاء دوباره در سامانه بارگذاری نمایند لازم به ذکر است کلیه مدارک ارسالی به صورت دستی مورد قبول نمی باشدو فقط باید اطلاعات خود را در سامانه ستاد بارگذاری نمایند.

۷-شرکت کنندگان در مزایده می بایست : ۱- شرایط قبولی مزایده و مدارک احراز ۲-تعهد نامه شرکت کننده در مزایده فروش املاک شهرداری(قانون منع مداخله کارمندان در معاملات دولتی) ۳- برگه مبلغ پیشنهادی را مهر و امضاء و در سامانه ستاد بارگذاری نمایند در غیر اینصورت پیشنهاد آنها رد خواهد شد.

۸-زمان بازگشایی پاکات مزایده ساعت ۸ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۱۷واقع در محل شهرداری می باشد ۹-در صورت امتناع از انعقاد قرارداد زمین سپرده برنده و یا برندگان مزایده ضبط خواهد شد.

۱۰-شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است برنده مزایده می بایست وجه کل زمین را طی یک هفته به حساب درآمد شهرداری قاین نزد بانک ملی بلوار بسیج واریز نماید در غیر اینصورت سپرده پیشنهاد اول به نفع شهرداری ضبط و با نفرات بعدی مزایده قرارداد منعقد خواهد شد ۱۱-هزینه چاپ آگهی و کارشناسی بر عهده برنده زمین در مزایده خواهد بود

۱۲-متقاضیان محترم می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۳۲۵۶۶۲۲۰ (حاجی نژاد) واحد املاک شهرداری تماس حاصل یا به آدرس اینترنتی سامانه ستاد www.setadiran.ir جهت دریافت اسناد مراجعه فرمایند.

۱۳-در صورتیکه به هنگام تحویل زمین مورد مزایده ، مساحت زمین کمتر یا بیشتر از مساحت مندرج در سند مالکیت باشد طرفین نسبت به مساحت کمتر یا بیشتر از مبلغ زمین کم یا زیاد خواهند نمود

۱۴-این آگهی دارای شرایط اختصاصی در سامانه ستاد می باشد که بایستی به تایید شرکت کننده برسد و دوباره در سامانه ستاد بارگذاری گردد.

شناسه آگهی:۱۵۱۱۹۷۷

شهردار قاین–یداله غلام پور

۱۴۰۲۰۹۵۲۷/ش