

این هفته از سخت ترین قسمت کار روان پزشک ها و در خواست عجیب یک پسر سه ساله خواهید خواند.

❖ اگر پسرم بودی، دستت را می شکستم یکی از سخت ترین کار های دنیا برای من این بوده که در زمان های خاص، چشم هایم را ببندم و باور کنم چون یک روان پزشک باید برخوردی غیر از احساسم داشته باشم. چند روز قبل یکی از روز هایی بود که من از پسته روان پزشک بودن خارج شدم. جوان ۲۲ ساله با مادرش روبه روی من نشسته بودند. پدرش قبل از تولد او فوت کرده بود و مادر در این سال ها هم مادر بوده و هم پدر. این جلسه سوم است و او همچنان پر توقع معتقد است که مادرش برایش مادری نکرده. مادر متاستل می گوید که من بیشتر از این نداشتم. اما یک بار ه پسر بر آفر وخته شد، صدایش را بالا برد و محکم به دهان مادرش کوبید. یک لحظه یادم رفت که روان پزشکم. صدای من هم بالا رفت؛ «این جا خانه نیست که صدایت را بالا بگیری، بیرون.» جوان متعجب نگاهم کرد؛ «شما هیچ وقت با من این طوری صحبت نمی کردید خانم دکتر!» گفتم؛ «بیرون.» گفت؛ «اگر پسر خودتون هم بودم؟» گفتم؛ «اگر پسر خودم بودی، دستت را می شکستم.» از این کار ها نکرده بودم. به چهره تکیده مادر نگاه می کنم. با او خیلی کار دارم. وای که چقدر جای این مشت درد می کند روی صورت او و قلب من.

❖ بیاید من را نجات بدهید پسر سه ساله من هر از گاهی خودش را جایی گیر می اندازد و فریادی می زند؛ «های، بیای منو نجات بدین.» امروز که دوباره این جمله را بلند گفت، خودم را سر اسیمه به او رساندم و دیدم وسط اتاق نشسته بدون هیچ مشکلی، پرسیدم؛ از چی نجات بدی؟ گنگاهی به اطرافش کرد و وقتی هیچ چیزی پیدا نکرد، گفت؛ «از خودم نجاتم بده.» می دانم این جمله را کاملاً اتفاقی گفته اما من اتفاقی نمی شوم. گاهی وقت ها مادر هم مادر خودمان گیر می افتم؛ آن وقت دل من می خواهد یکی پیدا شود و ما را از خودمان نجات دهد.

نکاتی مهم برای رفتار با خواهر و برادر های بچه های ناتوان



تولد یک کودک ناتوان جسمی یا ذهنی، ناچار بر زندگی روزمره خانواده ها تاثیر می گذارد از جمله بر روابط خواهر و برادری در آن خانواده. در بیشتر این موارد، خواهر و برادر این بچه های ناتوان و معلول نادیده گرفته می شوند. طبق تحقیقات دکتر «چارلز گاردو» مدیر گروه تربیتی دانشگاه لیون، «تولد یک کودک ناتوان نه فقط دغدغه پدر و مادر است بلکه با در نظر گرفتن شرایط روانی، هویت اجتماعی و آینده، می تواند برای خواهر و برادر این کودک نیز مسئله مهمی باشد.» نتوی شش ساله که برادر لوئیس ۱۰ ساله مبتلا به بیماری ضعف عضلانی میوپاتی است، می گوید: «تمام روز را صبر می کنم تا شب در رختخوابم گریه کنم... نمی خواهم بیشتر از این پدر و مادر مرا اذیت کنند...». در ک رن ک احساسات این خواهر و برادر خیلی سخت است به خصوص که او برای محافظت و آرامش خانواده اش سکوت می کند.

❖ ناراحتی از رنج کشیدن والدین اولین شوک برای این گونه بچه ها، داشتن یک خواهر یا برادر ناتوان جسمی و ذهنی نیست بلکه ناراحتی و رنج پدر و مادرشان است که از مشکلات و مسائل تحصیلی و شخصی خود صحبتی با والدین شان نمی کنند چون آن ها را به اندازه کافی ناراحت و خسته می بینند و مشکلات خود را در برابر در دسر خواهر و برادر ناتوان خود، کم اهمیت می پندارند.

❖ ترس از مورد ترحم واقع شدن بیرون از خانه همچنان مشکل ادامه دارد؛ احساس متفاوت بودن، ترس از مورد ترحم واقع شدن و تمایل به فراموش کردن هر آن چه در خانه اتفاق می افتد، این بچه ها را مجبور می کند تا به دوستان هم سن و سال خود اعتماد نکنند و در روابط دوستانه هم دچار مشکل شوند.

❖ احساس مورد توجه والدین نبودن ترس از رها شدن، یکی از مشکلات دیگر این فرزندان است. آن گونه که مشاوره های پزشک نشان می دهد، در مسائل بهداشتی و حتی وعده های غذایی، توجهی که پدر و مادر به کودک ناتوان خود می کنند، گاهی سه براب بیشتر از حدی است که به بقیه فرزندان عادی خود دارند و این در حالی است که هر کودک قبل از تولد فرزند جدید، مورد مراقبت و توجه خاص پدر و مادر خود بوده است و بعد در رویارویی با این مسئله، احساس می کند دیگر مورد دهمر و محبت آن ها نیست و رها شده است. در نتیجه در این شرایط پدر و مادر باید بدانند که در صورت داشتن فرزند معلول چگونه عمل کنند تا همزمان پدر و مادر ایده آلی برای دیگر کودکان عادی خود دینز باشند.



مزوری بر نکات درس آموز «مغز های کوچک زنگ زده» که یکی از پر فروش ترین فیلم های اجتماعی این روز های سینماست

مغز های خوب در خانواده های خوب

[...]

خانواده به عنوان اساسی ترین و بنیان تشکیل دهنده اجتماع باید بتواند فرزندان خود را مدیریت کند و به آن ها آگاهی دهد تا به فردی مجرب بدل نشوند. این نکته یکی از بنیام های فیلم «مغز های کوچک زنگ زده» است



محکومیت خودو آزادی، افرادی متفاوت از آن چه بوده اند خواهند شد؟ چه آموزش ها و آگاهی هایی در دور محکومیت خود می بینند؟ و آیا فردی متفاوت با آن چه بوده اند، خواهند شد؟ ایران به عنوان کشوری که همواره با معضل قاچاق مواد مخدر در گیر بوده، باید بیش از دیگر کشور ها به آموزش برای پیشگیری از استعمال این مواد قاچاق بپردازد. در این بین باید رسانه های اجتماعی، سازمان ها و نهادهای مربوط تلاش بیشتری در این زمینه انجام دهند. فیلمی مانند «مغز های کوچک زنگ زده» فقط نشان دهنده وجود جرم در لایه های زیرین یک شهر است. ساخت فیلم هایی با پرداخت ریشه ای تر

و البته روان شناسانه تر بخشی از رسالتی است که رسانه هایی چون سینما، تئاتر و تلویزیون به عنوان رسانه های پر مخاطب به عهده دارند و باید منتظر روی پرده رفتن شان بمانیم.

شهر را می بینیم که از ابتدایی ترین امکانات زندگی بی بهره اند و برای رسیدن به نیاز های حیاتی خودو زنده ماندن را می جز به دست آوردن پول از راه خلاف ندارند. این افراد به طور کامل از جامعه طر د شده اند و همان طور که در حاشیه شهر های بزرگ زندگی می کنند، در حاشیه اجتماع نیز هستند. فارغ از مسیر اشتباهی که این خانواده ها طی کرده اند که باعث شده امروز در این منجلاب بیفتند، آن چه مهم است، راه بر وفت از این شرایط است که باید جامعه پذیرش آن را داشته باشد.

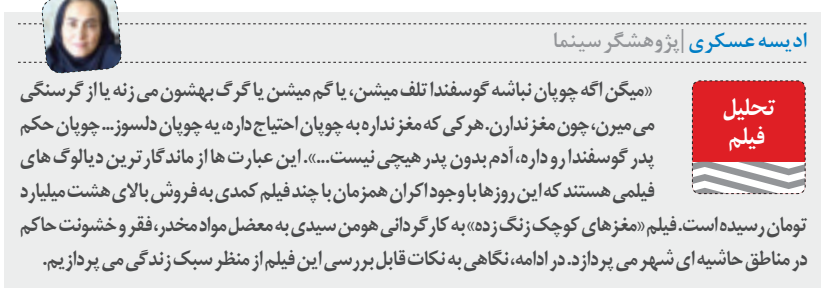
❖ نقش خانواده در موفقیت و شکست افراد خانواده به عنوان اساسی ترین و بنیان تشکیل دهنده اجتماع باید بتواند فرزندان خود را مدیریت کند و به آن ها آگاهی دهد تا به فردی مجرم بدل نشوند. البته در این راه به کسب آموزش و آگاهی و حمایت سازمان های اجتماعی نیاز است. فردی که در خانواده موفق زندگی کرده، از شش – هفت سالگی و حتی گاهی پایین تر به نوعی وارد اجتماع می شود و عضوی از این اجتماع خواهد بود. این جاست که نقش تربیت در خانواده و تلاش سازمان های اجتماعی برای پیشگیری از جرم پر رنگ تر می شود. فراموش نکنیم که هیچ فردی مجرم مزانه نشده حتی اگر در خانواده ای بر هکار متولد شده باشد.

❖ ضرورت تر نامه ریزی برای پیشگیری در پایان این فیلم می بینیم که پلیس وارد می شودو تنها کاری که می کند، دستگیری افراد مجرم است، لابد محاکمه می شوند و به زندان می روند اما سوال این است که چند در صد این افراد بعد از طی دوره

❖ از نقش اجتماعی مان غافل نشویم

همان طور که در این فیلم می بینیم، فرزند نوجوان خانواده به تبعیت از دیگر افراد خانواده، درگیر دعواهایی به بهانه تعصب و غیرت بی دلیل می شود. او شاهد تولید و پخش مواد مخدر است و با این که هرگز دوست ندار د به فردی مانند برادران خود تبدیل شود، در کنار دیگر اعضای خانواده در محله ای پر از جرم و جنایت انتخاب دیگری ندارد و دو کم کم به فردی بزمکار تبدیل می شود و معصومیت خود را به تدریج از دست می دهد. موضوع مهم در این جا، نقش سازمان های اجتماعی و به طور کلی دیگران اعم از همسایه ها، فامیل، دوستان و... است که باید با شناسایی خانواده های افراد بزمکار و مجرم به نجات دیگر افراد خانواده و آموزش آن ها بپردازند. افرادی که به نظر می رسد در این جامعه رها نشده اند و فریاد نجات ندارند. نباید فراموش کرد که اگر این افراد نجات دهیم، در اصل خودو خانواده مان را در آینده از لحاظ آسیب های اجتماعی بیمه خواهیم کرد. نکته ای که در جامعه امروز به شدت مورد اغفال واقع شده است.

❖ فقر فرهنگی و مالی مادر جرم هاست همچنین در این فیلم شاهد آمل و آرزوهای شخصی و بی زرق و برق و هریک از این افراد مجرم هستیم. خواسته هایی که شاید بزرگو غیر قابل دسترس نباشند اما با توجه به محیطی که آن ها در آن زندگی می کنند و خانواده های بزمکارشان، راه دیگری جز رسیدن به خواسته های تقریبا بر حق خود از نوجوانان و خانواده ها و نشان دادن راه های لغزش شاید بخشی از آن چیزی است که می توان از یک فیلم اجتماعی انتظار داشت.



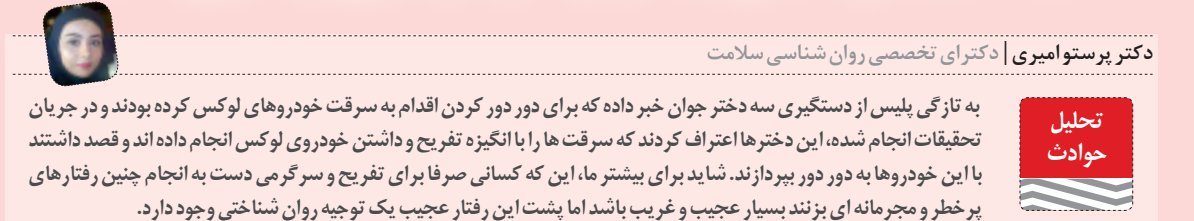
❖ کوتاه در باره فیلم «سیدی» با آثار خود نشان داده که به حوزه اجتماعی علاقه مند است و از دیگر آثار او در حوزه کارگردانی می توان به خشم و هیاهو (۱۳۹۴)، اعتراضات ذهن خطرناک من (۱۳۹۳)، سبزه ده (۱۳۹۱) و آفریقا (۱۳۸۹) اشاره کرد. در این بین به نظر می رسد این فیلم با توجه به روند صعودی که در فروش های هفتگی اش دارد، یکی از موفق ترین آثار اجتماعی سینمای ایران در سال های اخیر خواهد شد.

❖ پرداختن به معضل اجتماعی در یک فیلم «مغز های کوچک زنگ زده» فیلمی اجتماعی و مانند بسیاری از فیلم های این حوزه، تلخ و گزنده است. در این فیلم، خانواده ای در فقیر ترین و پایین ترین نقطه جنوب شهر تهران زندگی می کنند و از راه تولید و پخش مواد مخدر زندگی خود را می گذرانند. برادر بزرگ تر به نام شکور در نبود پدر، رئیس خانواده و صاحب باند مواد مخدر است بنا بر این همه خانواده درگیر این تجارت شده اند که بار دیگر، نقش کلیدی پدر در موفقیت یا شکست یک خانواده را نشان می دهد. جالب است بدانید که فقر مالی، فقر فرهنگی،



واکاوی روان شناختی خبر سرقت خودروهای لوکس توسط ۳ دختر برای سرگرمی و دور دور

عاقبت هیجان طلبی بیمارگونه و بازداری رفتاری ضعیف



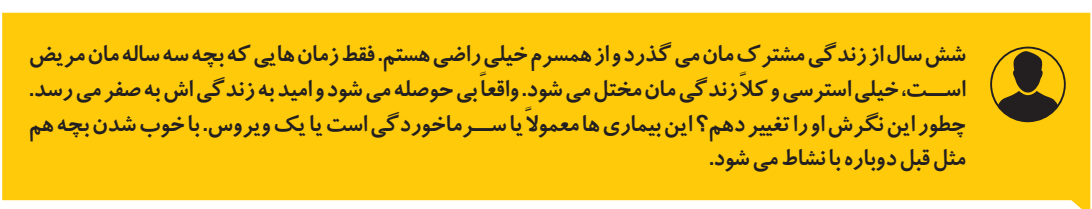
به تازگی پلیس از دستگیری سه دختر جوان خبر داده که برای دور دور کردن اقدام به سرقت خودروهای لوکس کرده بودند و در جریان تحقیقات انجام شده، این دختر ها اعتراف کردند که سرقت ها را با انگیزه تفریح و داشتن خودروی لوکس انجام داده اند و قصد داشتند با این خودروها به دور دور بپردازند. شاید برای بیشتر ما، این که کسانی صرفا برای تفریح و سرگرمی دست به انجام چنین رفتار های پرخطر و مجرمانه ای بزنند بسیار عجیب و غریب باشد اما پشت این رفتار عجیب یک توجیه روان شناختی وجود دارد.

❖ افرادی که هیچ باز داری روی رفتار های شان ندارند بیشتر افرادی که بدون انگیزه های جدی (مثلا انگیزه های مالی) و تنها برای تفریح و سرگرمی اقدام به انجام رفتار های پرخطر و هیجان انگیز می کنند، دارای ویژگی های شخصیتی مانند هیجان طلبی زیاد و باز داری رفتاری ضعیف هستند. ترکیب این دو ویژگی مانند این است که روی یک خودرو موتور بزنو و ترمز میکانیک ببندید! این افراد فقط به دنبال پاداش و تجربیات جدید دارند و بدون این ها احساس ملال و افسردگی روی رفتار های شان ندارند. آن ها به عواقب کارشان اصلا فکر نمی کنند و راه به دست آوردن هیجان، از هیچ خطری نمی ترسند. موتور محرک آن ها لذت و هیجان است و انگار کنترلی روی این موتور محرک ندارد و در اغلب رفتار های شان تکانشی، ناگهانی و تصمیمات شان بدون تفکر قبلی است.

❖ والدین با هیجان خواهی زیاد فرزند چه کنند؟ آن چه افراد دارای هیجان خواهی زیاد و والدین شان باید بدانند این است که می توان این میل به هیجان و تفریح را به مسیر درست هدایت کرد و روش های اجتماع پسندی برای ارضای آن یافت. فراموش نکنید هیجان خواهی تبع د اولیه است یعنی همان طور که این افراد به شکستن قوانین و انجام رفتار های عجیب و پرخطر تمایل دارند، در جای خود می توانند افراد بسیار خلاق و موفق نیز باشند. هیجان ها و رفتار های مورد علاقه نوجوانان را بشناسید، اگر به فعالیت های بدنی پر هیجان و پرخطر علاقه دارد او را به سمت ورزش های هیجان انگیز سوق دهید. کوهنوردی، صخره نوردی، چتر بازی، اسکی و... می تواند میل به هیجانات بدنی نوجوان را در محلی امن ارضا کند. همچنین از تفکر خارج از چارچوب نوجوانان برای خلق آثار هنری و بدیع استفاده کنید. بستری فراهم کنید تا او بتواند انواع مهارت ها و هنر ها را بیاموزد و توانایی های خود را نشان دهد. سفر می تواند ماجراجویی و میل به کسب تجارب جدید در فرزند شما را به بهترین شکل ارضا کند. به جای سرکوب این میل ذاتی با او در باره نیاز هایش صحبت کنید و به او نشان دهید که در کش می کنید و در تصمیم گیری ها در کنارش هستید. هرگز مانند یک سدرویه رویش نایستید زیرا هیجانی که شما جلوش را سد کنید ممکن است روزی به شکل یک رفتار مجرمانه سرریز کند.

❖ هیجان خواهی بیمارگونه این دختران هیجان خواهی زیاد با رفتار های ضد اجتماعی ارتباط دارد. رفتار هایی که نمی توان برای آن ها توجیه خاصی پیدا کرد. مثلا این دختران جوان برای پولدار شدن دست به سرقت زده اند بلکه برای تفریح و سرگرمی و هیجان زدنی کرده اند. این افراد یک نیاز ذاتی برای تجربه هیجانات متنوع و تجربیات جدید دارند و بدون این ها احساس ملال و افسردگی می کنند. این نیاز ذاتی آن ها را به سمت رفتار های پرخطر و بی بند و باری، تخلف از قوانین و تشکیل دار و دسته های خاص با رفتار های غیر قانونی و ماجراجویی می کشاند. هیجان خواهی زیاد و باز داری ضعیف آن ها را در معرض خطر مصرف مواد الککل، رفتار های پرخطر، رانندگی پرخطر، اقدامات غیر قانونی و حتی اعمال جنایتی قرار می دهد. آن ها نمی توانند قید و بند های اجتماعی و قانونی را بپذیرند و زندگی شان همواره پر از در دسر است. لازم به توضیح است که هیجان خواهی در نتیجه بالا تر جنس تغییر می کند یعنی افراد جوان و نوجوان ها بیشتر

همسر م با مریض شدن بچه، زندگی مان را مختل می کند!



شش سال از زندگی مشترک مان می گذرد و از همسر م خیلی راضی هستم. فقط زمان های که بچه سه ساله مان مریض است، خیلی استرسی و کلاً زندگی مان مختل می شود. واقعاً بچه حوصله می شود و امید به زندگی اش به صفر می رسد. چطور این نگرش او را تغییر دهم؟ این بیماری را معمولاً با سر مآخوردگی است یا یک ویروس. با خوب شدن بچه هم مثل قبل دوباره با نشاط می شود.

با سلام خدمت شما مخاطب گرامی؛ ابتدا باید بگویم نگرانی مادر در بر خی موارد طبیعی تلقی می شود اما در مواردی که مادر به صورت اغراق شده دچار ترس و اضطراب است یعنی به طور مثال وقتی دوست ندارد دو کودک ترین مشکلی برای فرزندش به وجود یابید، این موضوع طبیعی نیست.

❖ رفتار های همسر تان و سواسی است این نوع از مادران در واقع همان افرادی هستند که در آینده هم اجازه نمی دهند فرزندشان به مهم کودک ک برود زیرا می ترسند مریض شود یا بلایی سرش بیاید. در واقع مرضی بهانه است و دور شدن از کودک حتی با فاصله اندک، آن ها را بسیار نگران می کند. معمولاً این گونه مادران حاضر نیستند بپذیرند رفتار شان کمی وسواسی و نگرانی بی حد شان مشکل ساز است و مدام توجیهی برای تیره کردن خود دارند و همیشه در یک حالت ناامنی و ترس به سر می برند. همان طور که در پیام تان به این مطلب اشاره کردید، زمانی این گونه مادران احساس آرامشی و امنیت می کنند که با تمام وجود و هوش و حواس مراقب فرزندشان باشند. احتمالاً منشأ این نوع نگرانی اغراق آمیز پیش از تولد فرزند در وجود همسر تان بوده و امروز خود را به این صورت نشان می دهد. در ادامه به شما مخاطب گرامی راه هایی را برای غلبه بر نگرانی، اضطراب و حس مالکیتی که این گونه در همسر تان شکل گرفته است، پیشنهاد می کنیم.

❖ نگرانی های همسر تان را ریشه یابی کنید با کمک یک روان شناس متخصص و در میان گذاشتن این موضوع با وی، نگرانی های همسر تان را ریشه یابی کنید و با دریافت آموزش های لازم هیجاناتش را تحت کنترل در آورید و بر نگرانی و اضطراب همسر تان به راحتی غلبه کنید چون در واقع این هیجانات منفی ناخوسته به فرزندتان هم منتقل خواهد شد.

