

نگاهی روان‌شناسانه به سبک زندگی نقش‌های اصلی سریال «در حوالی پاییز»

اشتباهات مامان پروین، مهران، ساره و دیگران!



فریبا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

سریال‌های شبانه تلویزیونی می‌تواند آثار فراوانی روی سطح تفکر و رفتارهای بینندگانش بگذارد. بینندگانی که مرد وزن، پیر و جوان و افراد با سلیقه‌های فکری مختلف را در ساعات اولیه شب به پای قاب جادویی می‌کشاند. بنابراین منطقی است به مکالمات و سوژه این داستان‌ها از نگاه روان‌شناختی بیشتر پرداخته و در تدوین آن‌ها هم به این ماجرا توجه بیشتری شود.

تحلیل
سریال

مامان پروین باید شیوا را جدی می‌گرفت

در این سریال، پروین داستان مادری است که کلام‌ورفتاری تأثیرگذار روی افراد خانواده‌اش دارد و همه احترام‌ها را حفظ می‌کنند. او تلاش دارد که دیگران را با نظر و طرز فکر خود همراه کند. با این حال به شخصیت و عقیده پسران و عروس‌های خود احترام بسیاری می‌گذارد اما وقتی نوبت به دختر خودش می‌رسد، کوچک‌ترین اهمیتی به او نمی‌دهد. آن‌چه در این بین باید بیشتر مورد توجه قرار بگیرد، رابطه بین مادر و دختر است که هر روز کم‌رنگ‌تر می‌شود. بنابراین این دختر (شیوا) وقتی دچار مشکلی می‌شود، واقعا مستاصل می‌ماند که برای حل مشکلش باید چه کار کند؟ ماجرای لورفتن عکس او در یک پارتی را به یاد بیاورید. او به جای مشورت با مادر و... از ترس مشکل پیش آمده به باج دادن به آن‌پسر می‌پردازد. به نظر می‌رسد

که اگر مادر رابطه دوستانه‌ای با دخترش می‌داشت، شیوا هرگز دست به این کار نمی‌زد. مامان پروین در این سریال اصلا به دخترش به عنوان یک انسان صاحب‌یک شخصیت عاقل نگاه نمی‌کند و در واقع اصلا او را جدی نمی‌گیرد که نتیجه‌اش، بی‌آبرویی در جمع‌های دوستانه و فامیلی برای خودش است.

پنهان کاری سامان در باره مشکل بار داری زنش درست نبود

همسر سامان یک زن تحصیل کرده است و به عنوان یک زن شاغل در جامعه حضور دارد. در این سریال گاهی به لحاظ سادگی فکری، بیننده در حدیکی به سواد مطلق در زمان‌های قدیم تصور می‌شود! یک زن امروزی چرا نباید یک لحظه به این فکر کند که چرا وقتی شوهرم می‌گوید که برای بار داری مشکل دارد، پس چرا من باید دارو مصرف



می‌افتاد، اما هر کدام از اعضای خانواده که دروغی می‌گوید، خیلی زود همان دروغ برایش مشکل‌زایی شود و یک خطر جدید برای خانواده ایجاد می‌کند. همه اعضای خانواده‌ها باید توجه داشته باشند که دروغ، دردسرهای خاص خودش را دارد و هر چند مانند این سریال، ظاهرا بیشترشان منصلحتی و نیت خوبی پشت گفتن‌شان باشد.

مخفی کردن خبر بد از ساره باردار هم اشتباه بود

درست است که ساره همسر مهران ایرانی نیست ولی درک و فهم خاص خود را که دارد! او باردار است و همه تصمیم می‌گیرند که اتفاق تلخی را که برای شوهرش افتاده از او مخفی کنند. این تصمیم هم اشتباه دیگری است که خانواده‌های زنان باردار نباید مرتکب آن شوند. البته همان‌طور که در این فیلم هم نشان داده شد، ساره توسط فرد بیرون از خانواده از ماجرا مطلع و به شدت هم از اطرفیانش ناراحت شد که حق هم داشت. این که چنین خبرهایی را چگونه به یک زن باردار بدهند، ملاحظاتی دارد اما مخفی کردنش به هیچ وجه توصیه نمی‌شود. در این باره، مامان پروین فکر می‌کرد که تا ابد می‌تواند همه چیز را مخفی کند و هرگز قرار نیست که حقیقت افشا شود. ظاهرا او عرووش را به شکل یک کودک می‌دید که اشتباه بود و البته سرانجامش را هم دید!

کنم؟ خارج از این موضوع، احترام گذاشتن و آبروداری کردن یک مرد برای همسرش بسیار ستودنی است اما وقتی مسئله پزشکی و سلامت و بچه دار شدن به میان می‌آید، پنهان کاری جایی ندارد. مگر همسرش جر می‌کرده که مشکل ناباروری دارد که اصلا نمی‌خواهد در موردش با خانمش صحبت کند؟ قرار نیست کل اطرافیان را خبردار کند اما باید باز خودش مطرح می‌کرد و طبق نظر متخصص از راهکارهای مدرن بارداری بهره می‌گرفتند. دنیای پزشکی پیشرفت زیادی کرده است و این پنهان کاری‌ها فقط و فقط در مان‌را به تأخیر می‌اندازد بدون هیچ نتیجه مثبتی. چه بسا اگر همسرش در طول درمان و قبل از ماجرای که برای سامان پیش می‌آمد، می‌فهمید از این کار شوهرش هم شاک می‌شد. رفتار سامان در این موضوع، نباید کمک به ساختن انتظارات غیر منطقی در ذهن بیننده کند. در جایی که او می‌توانست با استفاده از راهکارهای عقلانی برای رو به رو شدن با این مشکل بر خورد کند، تصمیم احساسی گرفت که از لحاظ روان‌شناسی توصیه نمی‌شود.

دروغ منصلحتی هم در درس‌ساز می‌شود

یک نکته در س‌آموز و جالب درباره این سریال، نشان دادن عاقبت دروغ گفتن بود. هر چند کمی گل درشت این اتفاق

دختری ۱۶ ساله ام و به دوست‌های متاهلم حسادت می‌کنم

دختری ۱۶ ساله هستم. به شدت دوست دارم ازدواج کنم. به بعضی از دوستانم که ازدواج کرده‌اند، حسادت می‌کنم. فکر ازدواج نمی‌گذارم که شب‌ها راحت بخوابم. خواستگار هم دارم اما مدرم می‌گوید که هنوز زود است! چگونه حرف دل‌م را به مادرم بگویم؟



ریحانه نوذریان | کارشناس ارشد روان‌شناسی و واقعیت در مانگر

مشاوره
ازدواج

رامی ببیند، از چند جنبه قابل بررسی است. اول این که همه ما متأثر از محیطی هستیم که در آن زندگی می‌کنیم. وقتی شمار در شرایطی هستتید که تعدادی از دوستان‌تان ازدواج کرده‌اند و برای شما از هیجانات ولذت‌های ماده عسلی که در آن هستند، تعریف می‌کنند هیچ جای تعجبی ندارد که به از دواج تمایل زیاد داشته باشید. این تعریف‌ها را همراه کنید با کاری که هورمون‌ها به طور طبیعی در بدن شما انجام می‌دهند. این که میل و کشش زیادی احساس می‌کنید پاسخ طبیعی شما به شرایطی است که در آن قرار دارید. اما از جنبه دیگر مهم است که شما از خود بپرسید که از دواج برای شما چه معنایی دارد؟ آیا از دواج تنها برآورده کننده میل جنسی است و وظایف و مسئولیت‌های دیگری به همراه نمی‌آورد؟ آیا اگر الان مادر شما با از دواج شما موافقت کند، خود شما آدمگی لازم برای وارد شدن به زندگی مشترک را دارید؟ آیا با مسئولیت‌ها و مشکلات از دواج آشنایی دارید و مهارت‌های لازم برای زندگی کردن و شراکت با فرد دیگری را دارید؟ و در نهایت این که از دواج در این سن چگونه به شما کمک می‌کند تا بتوانید زندگی پربارتری داشته باشید؟

سر صحبت را با مادر تان باز کنید

از مادر تان بخواهید تا در خصوص دلایلش برای مخالفت با از دواج شمار در این سن صحبت کند. باز کردن سر صحبت در این باره می‌تواند به جایی ختم شود که راحت‌تر بتوانید حرف دل تان را در مادر تان بزنید. گرفتن یک تصمیم با مشورت اصولی، می‌تواند آینده درخشانی برای تان رقم زند.

قبل از هر چیز از این که از احساسات و هیجانات خودتان آگاهی دارید و برای کنار آمدن با آن‌ها دنبال راه حل هستید، به شما تبریک می‌گویم. با این حال، نکاتی را در ادامه خدمت شما مطرح می‌کنم.

هیجانات تان از ویژگی‌های نوجوانی است

شما در بحبوحه سنین نوجوانی هستید. نوجوانی فاصله بین کودکی و بزرگ سالی است. فاصله زمانی که در آن فرد از وابستگی کودکی بیرون می‌آید و آماده زندگی مستقل می‌شود. درباره‌یور هایش دوباره می‌اندیشد و تمایل به مستقل شدن از خانواده پیدا می‌کند. همراه با تغییرات روانی، تغییرات سریع جسمانی هم در نوجوان به وجود می‌آید. در حقیقت تغییرات جسمانی در نوجوانی به مراتب سریع‌تر از تغییرات روانی هستند. نوجوان ظاهری بزرگ سال دارد در حالی که هنوز به ثبات روانی و هیجانی بزرگ سالی نرسیده است. تغییرات هورمونی از بارزترین تغییرات جسمانی در این مرحله از رشد هر فرد است. هورمون‌های جنسی در سن نوجوانی فعال می‌شود که این موضوع ایجاد تغییرات ظاهری در اندام‌ها را به همراه دارد و همچنین باعث ایجاد کشش به جنس مخالف می‌شود. هر چه میزان فعالیت هورمون‌های جنسی بیشتر باشد، مقدار تمایل به جنس مخالف بیشتر است و این در حقیقت یک مرحله از رشد است.

واکوی تمایل تان به از دواج

این که شمار خود این میزان علاقه به از دواج

نتایج یک آزمایش اجتماعی در ۴ کشور دنیا نشان می‌دهد که ۸۰ درصد زنان، خودشان را زیبا نمی‌دانند

«پذیرفتن خود» رمز رهایی از این تله!

فرنگیس یاقوتی | مترجم

یک شرکت تجاری برای این که نظر خانم‌ها درباره زیبایی خودشان را بسنجد، روی سر در ورودی‌های فروشگاه هایش دو تابلو گذاشت و روی یکی نوشت: «مخصوص ورود خانم‌های زیبا» و روی دیگری هم نوشت: «مخصوص ورود خانم‌های معمولی». این شرکت در چندین مرکز تجاری بزرگ در شهرهای شانگهای چین، سانفرانسیسکو آمریکا، دهلی هند و سانپائولو برزیل این کار را انجام داد و از عکس‌العمل خانم‌هایی که می‌خواستند یکی از این درها را برای ورود انتخاب کنند به طور مخفیانه فیلم گرفت. نکته جالب درباره این فیلم که در شبکه‌های اجتماعی

ترجمه



ظاهری با یک زن زیبا و ایده‌آل فاصله زیادی دارند. همچنین تبلیغات محصولات زیبایی برای نشان دادن اهمیت محصولات شان و فروش بیشتر، به گونه‌ای اقدام می‌کنند که به افراد القا می‌شود یک نقص کوچک می‌تواند تأثیر زیادی بر زندگی شان بگذارد و از این راه بر تصویر بدنی افراد اثر منفی می‌گذارد. نقش جامعه و فرهنگ: زنان بیشتر از روی ظاهر شان قضاوت می‌شوند و این مسئله منجر به حساسیت بیشتر آن‌ها درباره ظاهر شان شده است. در مقایسه با مردان، زنان -حتی در کودکی- باز خورد بیشتری از اطرافیان و جامعه درباره ظاهر شان دریافت می‌کنند. این مسئله منجر می‌شود زنان بسیار بیشتر از مردان نگران تصویر بدنی خود بوده و مدام در حال ارزیابی ظاهر خود باشند.

عوامل روان‌شناختی مؤثر بر تصویر بد از زیبایی خود

افسردگی، اضطراب اجتماعی، اعتماد به نفس پایین، کمال گرایی و... با نارضایتی از تصویر بدنی ارتباط دارد. معمولاً افراد افسرده دید منفی به خودشان به طور کلی دارند که این دید منفی شامل تصویر بدنی نیز می‌شود. کسانی که از اضطراب



دکتر پرستو امیری | روان‌شناس سلامت

تصویر بدنی از خود به معنای باورها و احساسات فرد درباره جذابیت‌های زیبایی ظاهری و جنسی خود است. به عبارت روشن‌تر به این معناست که فرد بدن خود را چگونه می‌بیند و چه احساسی درباره آن دارد و نیز فکر می‌کند دیگران بدن او را چگونه می‌بینند.

عوامل تشدید کننده نارضایتی زنان از زیبایی شان

در همین زمینه، بعضی عوامل باعث می‌شوند که زنان از تصویر بدنی شان راضی نباشند یا این میزان از نارضایتی، تشدید شود. نقش رسانه‌ها: رسانه‌ها با ارائه یک الگوی استاندارد دوی نقص از زیبایی بر نظر افراد درباره ظاهر خودشان اثر زیادی می‌گذارد. اغلب ستارگان زنی که در تلویزیون، سینما، تبلیغات و... می‌بینیم زنانی با ظاهری زیبا، بی نقص، بدون اضافه وزن و در ایده‌آل‌ترین شکل ظاهری ممکن هستند. این تصویر کمال گرانه از ظاهر زنانه به مرور زمان این حس را در زنان ایجاد می‌کند که به لحاظ



زندگی‌سلام
دوشنبه
۲۸ آبان ۱۳۹۷
شماره ۱۱۸۹

خانواده مشاوره