



روایت پر خطای فیلم های ایرانی از جلسات مشاوره

به بهانه اکران آنلاین «ناگهان درخت» از تصویر اشتباه از اتاق های درمان، روانکاو، روان شناس و... در فیلم و سریال ها گفتیم

نگار فیض آبادی | کارشناس ارشد روان شناسی بالینی



در خلاصه فیلم «ناگهان درخت» که به تازگی هم اکران آنلاین شده، می خوانیم: «داستان فیلم درباره فرهاد است که زندگی خود را از کودکی تا ۵۰ سالگی برای روانکاو تعریف می کند و...». اما واقعاً روانکاو کیست و آیا شخصی که در این فیلم می بینیم، رفتارهایش با یک روانکاو واقعی منطبق است؟ این سوآلی است که در ادامه مطلب به آن پاسخ می دهیم. در ضمن، این فیلم و البته چند سریال دیگر در همین چند سال اخیر ساخته شده است که اتفاقاتی از اتاق های درمان را به تصویر کشیده اند که محال است در واقعیت اتفاق بیفتد. در ادامه به این موضوع هم اشاره خواهد شد.



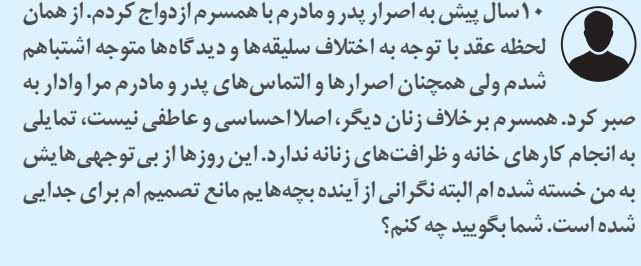
امکان ندارد روانکاو و مراجع کنار هم بنشینند
در سکانسی کوتاه از فیلم ناگهان درخت، ناگهان خانم به اصطلاح روانکاو! (با بازی پانتیه آفناهی ها) را می بینیم که به مراجعش می گوید «می بینی چقدر احساساتی هستی! همه چیزت از قلیت میاد». احساساتی بودن، نوعی بر چسب است که در زندگی روزمره به همدیگر می زنیم. اما محال است این جمله قضاوت گونه را در یک فضای امن تحلیلی از زبان در مانگر بشنویم. مگر آن که خود مراجع بگوید «من

همسر م بر خلاف زنان دیگر، ظرافت زنانه ندارد

که همیشه روبه روی شما بوده اند.

این اشتباه ها ی تان باید ریشه یابی شود

خیلی وقت ها این خود ما هستیم که انسان های اطراف ما را مانند پادشاهی می کنیم که بر تخت نشسته اند و ما هم ناچار هستیم به اطاعت کردن. همه ما می دانیم برای انتخاب شریک زندگی نظر خانواده اهمیت دارد اما قبل از هر چیز باید از خودمان مراقبت و تلاش کنیم برای این که انتخاب درستی داشته باشیم. وقتی شما برای ازدواج تان تنها به نظر خانواده اکتفا کردید و حتی خودتان را مجبور دانستید برای این که کسی را انتخاب کنید که مورد قبول آن هاست، این موضوع ما را به چالش می کشاند که آیا چنین افرادی با هویت خود چقدر



اسما صابری | روان شناس و نورو تراپیست

مخاطب گر امی، در طول تمام پیام تان این حس را القای کنید که مورد ظلم قرار گرفته اید و الان شخصی در مانده به نظر می رسید. در مانده از مادر و پدری که همسر خوبی را برای شما انتخاب نکرده اند، در مانده از همسری که ظرافت هایی که باید را



چگونه عروس ایده آل مادر شوهر تان شوید؟

مال مرادی

عروس ها و مادر شوهر ها روابط پیچیده ای دارند. وقتی دو نفر با هم ازدواج می کنند، در واقع گستره وسیعی از ارتباطات اجتماعی را تشکیل می دهند. بخش عمده ای از این روابط بین زن و شوهر و سپس اقوام، دوستان و آشنایان و بخشی هم به ارتباطات خانواده های زن و شوهر بر می گردد که پس از شروع زندگی مشترک، خود به خود به هم گره خورده اند. در ادامه چند نکته را برای این که به یک عروس ایده آل تبدیل شوید برای تان جمع آوری کرده ایم.

توهین ممنوع

شاید توصیه های مادر شوهر به شما حس تحکم بدهد ولی همیشه فرض کنید که اون تیش خوب است و از اوتشکر کنید و سپس با همفکری شوهر تان، تصمیم نهایی را بگیرید. اگر به تحمیل نظر اتش ادامه داد، برای مثال این طور جواب بدهید: «متشکرم. ولی ماتصمیم گرفتیم نظر پزشک اطفال را بپایه کنیم.» اگر به نتیجه نرسیدید، از شوهر تان کمک بگیرید اما

برای دیدار ها با شوهر تان هماهنگ باشید

همیشه سیاست در باز نتیجه معکوس می دهد. سعی خود را بکنید تا زمانی را برای دیدن یکدیگر تنظیم کنید که برای هر دوی شما مناسب باشد. اگر مجبور شدید در لحظه با مادر شوهر تان دیدار داشته باشید به خصوص در باره مسائل حساسیت ز

برای کسی روایت کند و چه کسی بهتر از روانکاو! اگر یک دوست جای روانکاو نشسته بود، هیچ خللی به داستان وارد نمی شد اما با نمایش اشتباه یک نقش، برداشت های غلطی شکل می گیرد.

هر روان شناسی، روانکاو نیست

به عنوان مثالی دیگر در فیلم «سازهای ناکوک» هم روان پزشکی را می بینیم که روانکاو است و می خواهد به خواهرش کمک کند، اما خودش مسائل حل نشده زیادی دارد. شاید فیلم ساز بخواهد تناقض بزرگ یکی از شخصیت ها را نشان دهد و به مدد آن قصه را پیش ببر د اما نکته این است که چنین اتفاقی هر گز در واقعیت نمی افتد. انگار بخواهیم پزشکی را نشان بدهیم که مدام داروهای اشتباهی تجویز می کند! همین قدر نامتناسب و غیر قابل تعمیم به تمام پزشکان شریف. فراموش نکنیم روانکاو ی که خودش روانکاو ی نشده باشد، حق انجام روانکاو ی برای دیگران را ندارد. پس روانکاو کسی است که در مشکلاتش غرق نشده، بلکه توانسته است به کمک فرایند روانکاو ی، آن ها را حل و فصل کند.

تفاوت روان شناس، در مانگر، روانکاو و مشاور

خوب است تفاوت چند کلمه و حیطه فعالیتشان را «به طور خلاصه» بدانیم تا کمتر اشتباه کنیم. «روان شناس» کسی است که حداقل در مقطع کارشناسی ارشد در یکی از شاخه های روان شناسی در دانشگاه دانش آموخته شده باشد. «در مانگر»، روان شناسی است که پس از گذراندن دوره های تخصصی، انتخاب رویکرد مشخص و تحلیل شخصی، مراجع می بیند و اختلالات را درمان می کند. «مشاور» به کسی اطلاق می شود که پس از تحصیل در رشته مشاوره، در حوزه های تحصیلی، از دواج و... بیشتر مشغول راهنمایی و مشاوره است تا درمان. به کسی «روان پزشک» می گوئیم که بعد از اتمام دوره پزشکی، گرایش اعصاب و روان خوانده و عمدتاً از طریق درمان های زیستی (تجویز دارو)، به درمان بیماران می پردازد و اما روانکاو، کلمه با کلاس و جذابی که در فیلم ها و سریال ها زیاد به کار می رود، به کسی گفته می شود که روان شناسی بالینی یا روان پزشکی خوانده باشد، خودش حتماً روانکاو ی شده باشد، اخلاق حرفه ای روانکاو ی را ایشناسد، دوره های تخصصی بارویکرد روانکاو ی را گذرانده، مدتی تحت نظارت یک روانکاو کار کرده باشد و در نهایت به این حرفه مشغول شود؛ با این حساب روانکاو شدن، ره صد ساله ای است که نمی توان آن را یک شبه پیمود. اتفاقی که البته در فیلم ها و سریال ها چه ایرانی و چه خارجی (مثل آب خوردن می افتد!

۳ توصیه به شما

۱ به خودتان اهمیت دهید. وقتی ریشه های یک رابطه خراب باشد که این از افسردگی شما معلوم می شود، قطعاً شاخه و برگ های زردی خواهد داشت که آن فرزندان شما هستند. برای خودتان انرژی صرف کنید و سپس برای رابطه با همسر تان، تا آینده فرزندان تان به خطر نیفتد.

۲ برای تغییر نگاه تان تلاش کنید و مسئولیت پذیر باشید. اگر همواره احساس کرده اید مورد ظلم قرار گرفته اید، برای یک بار هم که شده قوی بایستید. این تغییر کمک می کند از حجم عصبانیت فعلی شما کم شود.

۳ به جلسات روان درمانی بروید. اگر تاکنون منتظر حضور همسر تان بوده اید تا تغییر و درمان را شروع کنید الان خودتان به تنهایی اقدام کنید و بدانید که هر تغییر اساسی ابتدا از خود ما شروع می شود. فقط هر چه زودتر برای بهبود رابطه تان تلاش کنید.

خانواده با هم وصلت کرده اند و باید به پدر و مادر همسر تان هم اهمیت دهید. قدم اول این که همیشه در باره مسائلی از این قبیل که برای گذراندن هر تعطیلی کجایر بود، با شوهر تان صحبت کنید. سپس با هم با خانواده ها هماهنگ کنید. اگر شوهر تان می خواهد بیشتر با خانواده اش باشد، اشکالی ندارد که زمانی را با آن هاتنها بگذراند.

به صورت تلفنی، احوال پرس مادر شوهر تان شوید

خانم ها باید زمانی که شوهر شان در خانه نیست، به صورت تلفنی با خانواده شوهر شان ارتباط برقرار کنند و جویای حال آن ها شوند. این کار باعث می شود که خانواده همسر پذیرند که برادر یا پسر آن ها در این ارتباط واسطه نیست و خود عروس شان تمایل دارد که با آن ها ارتباط برقرار کند. تأثیر چنین رفتاری، قطعاً باعث افزایش محبت بین عروس و خانواده همسر خواهد شد.

در تهیه این مطلب از سایت «تصویر زندگی» کمک گرفته شده است

قرار و مدار

روز ضد عفونی کردن ظرف ها

امروز تمام ظرف ها، لیوان ها، قاشق ها و همه وسایل پرکاربرد فونه تون رو ضد عفونی کنین. این روزها با سردتر شدن هوا، مواس تون بیشتر به رعایت بهداشت شخصی باشه و مراقب سلامتی فودتون و عزیزانتون باشین.



ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۹۹۹۲۰۰
وتلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* هر وقت پرونده ای در باره معرفی کشور های دیگر و سبک زندگی شان در زندگی سلام چاپ کنید، من حتماً پیامکی می دهم و تشکر می کنم چون مطالعه اش را دوست دارم و بر اینم جالب است.
* کاملاً طبیعی است که مردم کویت، کم تحرک ترین مردم دنیا باشند. وقتی بارزش ترین پول جهان را دارند، چرا باید خودشان را تکان بدهند؟
* در زندگی سلام بارها در باره توجه والدین به رده سنی فیلم ها نوشته ام اما خودتان در کنار مطالبی که مخصوص بزرگسالان است، هیچ علامتی نمی گذارید. الان دیدم که پسر ۱۲ ساله ام مشغول خواندن مطلب «آزمایش های مهم و ضروری خانم ها» در صفحه سلامت بود که من هم حواسم به محتوایش نبود.

* در قسمت «اطلاعات جالب عددی در باره کویت» باید می نوشتید که قیمت هر دینار کویت حدود ۱۰۰ هزار تومان است. این عدد به نظر تان جالب نبود؟
* این جمله مجری دستپخت که برای توجیه ماجرا گفته که پدر خودم هم راننده تاکسی است، از منظر روان شناسی چه تحلیلی دارد؟
* در پرونده زندگی سلام نوشتید که دعوت کویتی ها را رد نکنید، راستش ۵۰ درصد ما و کیه، فقط اونا راضی نیستن و دعوت نمی کنن. خخخ.
* مطلب اصول خرید لباس برای کودک خان خوب بود.

ممنون

یک بیماری روانی که افراد را بددهن و فحاش می کند



متخصصان انگلیسی می گویند بروز رفتارهایی مانند بد دهنی و فحاشی می تواند علایم بروز یک بیماری روانی خاص باشد. زوال عقلی یا دمانس به اختلال مزمن و گاهی حاد فرایند های روانی به علت بیماری مغز اطلاق می شود که طی آن مشکلاتی در حافظه و تفکر کردن فرد رخ می دهد. در واقع زوال عقل به مجموعه علایمی اطلاق می شود که می تواند باعث آسیب به مغز و بدتر شدن شرایط طی زمان شود. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان به نقل از اکسپرس، علایم مربوط به این بیماری ارتباط مستقیمی با بخشی از مغز دارد که دچار آسیب شده است. برای مثال، مشکلات رفتاری و زبانی می تواند ناشی از آسیب به بخشی از مغز باشد که مسئول این اقدامات است.

بد دهانی، نخستین علامت ابتلا به زوال عقل

بر اساس اعلام مرکز آلزایمر انگلیس، بعد از تحقیق و بررسی روی حدود ۵۰۰ نفر به این نتیجه رسیدند که علایم دمانس عقلی می تواند از فردی به فرد دیگر متفاوت باشد. زوال عقل اغلب با مشاهده فراموشی در فرد همراه است، اما این موضوع نخستین علامت این بیماری نیست. محققان می گویند بد دهانی به دیگران می تواند از نخستین علامت ابتلا به زوال عقل باشد. افراد مبتلا به زوال عقل ممکن است خویشتن داری خود را از دست بدهند. به همین دلیل اصلاً موضوع عجیبی نیست که شاهد آن باشیم این افراد از کلمات زشت، الفاظر کیک و بی ادبانه حتی نسبت به غریبه ها استفاده کنند. این افراد ممکن است به دیگران خیره شوند یا به صورت زبانی و جسمی رفتار های پر خاشک رانه از خود نشان دهند.

علایم دیگر این بیماری روانی

متخصصان انگلیسی می گویند دیگر تغییرات رفتاری این بیماران می تواند شامل بی توجهی به بهداشت شخصی، پر خوری و از دست دادن انگیزه باشد. این افراد ممکن است دچار زود رنجی یا بی طاقتی در برابر دمای محیط، سرو صدا و در شوند. پیشنهاد می شود افرادی که مشاهده این علایم به روان شناس مراجعه کنند. حتی اگر در دیگران شاهد این علایم بودید آن ها را برای مراجعه به روان شناس تشویق کنید. کسانی که دارای سوابق خانوادگی هستند باید این موضوع را جدی بگیرند. البته و با این حال، عوامل محیطی هم می تواند در بروز زوال عقل تأثیر گذار باشد. تحقیقات نشان داده است چاقی و استعمال دخانیات می تواند خطر ابتلا به دمانس و آلزایمر را افزایش دهد. همچنین با افزایش سن، خطر بروز این بیماری در افراد بیشتری شود.



زندگی سلام
سه شنبه
۲۵ آذر ۱۳۹۹
شماره ۱۷۶۹

خانواده و مشاوره

