

# تیغ جراحی زیبایی در کمین نوجوانان!

نایب رئیس انجمن راینولوژی ایران گفته که سن در خواست عمل زیبایی برای دخترها به ۱۴ سال و پسر ها به ۱۶ سال رسیده، مسئله‌ای که از منظر روان شناسی قابل بررسی است



زهرامتی شکیب | کارشناس ارشد روان شناسی، طراحواره در مانگر

زمانی بود که جراحی‌های زیبایی فقط برای ناهنجاری‌ها انجام می‌شد، مثل کودکانی که در زمان به دنیا آمدن مشکلات ظاهری صورت داشتند، افراد با سوختگی‌های شدید و... ولی امروزه جراحی‌های زیبایی به قدری همه گیر شده که بسیاری از افراد، بینی طبیعی‌شان را برای فانتزی شدن به دست جراح می‌سپارند یا دیگر اعضای بدن را جراحی‌های فانتزی و غیر ضروری می‌کنند. دکتر «ابراهیم رزم‌پا»، نایب رئیس و عضو هیئت مدیره انجمن راینولوژی ایران از کاهش سن تقاضا برای انجام عمل زیبایی در ایران خبر داده و گفته: «در گذشته حداقل سن ۱۸ سال بود اما هم اکنون بعد از دوران بلوغ در دخترها از ۱۴ سالگی و در پسر ها از ۱۶ سالگی انجام می‌شود.» (منبع خبر: ایسنا) این که سن انجام این جراحی‌های زیبایی به شدت پایین آمده و تقریبا گرایش نوجوانان به این عمل‌ها بیشتر شده، باعث شد تا نگاهی روان شناسانه به عوامل این اتفاق تلخ داشته باشیم.

**سبک فرزند پروری اشتباه والدین** نگرش‌ها، احساسات و آگاهی فرد در باره توانایی، مهارت و قابلیت پذیرش اجتماعی اش، در فرد خود پندار را شکل می‌دهد. بسیاری از افرادی که به جراحی‌های زیبایی مکرر روی می‌آورند، دچار مشکلاتی در تصویر بدنی خود هستند. تصویر خویش تن مبنا ی اصلی مباحثی است که فرد خود را «خوب» یا «بد» می‌داند که تقریبا تحت تأثیر سبک‌های فرزند پروری والدین و تعاملات کلامی آن‌ها با کودک است. به هر میزان که والدین تعاملات مثبت تری با نوجوان داشته باشند، تصویر خویش تن او مثبت تر می‌شود و او را از انجام کنش‌های منفی در آینده از جمله به تیغ جراحی زیبایی سپردن برای زیباتر شدن، باز می‌دارد.

**انتخاب معیارهای اشتباه زیبایی**

بسیاری از دختران و پسران امروزی جلوی آینه می ایستند و زیبایی خود را زیر سوال می‌برند چرا که شبیه مدل‌هایی

## پدرم قبول نمی کند خانه اش را بفروشد و ارثم را بدهد

پسری ۲۷ ساله ام. پدرم می داند و می بیند شرایط زندگی ما خیلی سخت است. به او گفتیم زود تر ارث‌ها را تقسیم کن تا زندگی مان سر و سامان بگیرد. یک خانه ۵۰۰ متری دارد در یکی از محله‌های تقریبا خوب شهر. راضی به فروش نمی‌شود تا برود در یک آپارتمان کوچک تر زندگی کند. چه کنم؟



اسما صابری | روان شناس و نوروتراپیست

**مشاوره خانواده** مخاطب گرامی، با توجه به پیامک شما باید به چند نکته در این زمینه اشاره کنیم که قابل اهمیت

است.

**تعریف ارث را می دانید؟**

شما به پدرتان که خدا را شکر در قید حیات است، مراجعه کرده و گفته اید که ارث‌تان را بدهد؟ آیا می دانید ارث چیست؟ مالی است که بعد از فوت شخص به باز ماندگان او تعلق می‌گیرد. بنابر این ارث بعد از فوت فرد تقسیم خواهد شد، پس در هنگام زنده

می‌توانند با خیرخواهی که دارند، بخشی

از داشته‌های خود را صرف فرزندان کنند تا آن‌ها هم بتوانند وارد بازار کار یا زندگی مشترک شوند اما باز هم تاکید می‌کنیم که هیچ اجباری وجود ندارد این درخواست شما منطقی و اخلاقی نیست. این تقسیم اموال در صورت صلاح دید والدین باید با شرایط باشد. والدین می‌توانند در هنگام زنده بودن اموال خود را تقسیم کنند تا بتوانند نقطه رشدی برای فرزندان شان باشد اما باید این امر با توجه به شرایط خاصی که آن‌ها ذکر می‌کنند، صورت گیرد. برای مثال اگر قرار است شروع کننده شغلی باشد با مشورت والدین صورت گیرد تا برای آن‌ها هم ایجاد امنیت کند.

**شرایط روحی والدین تان را درک کنید**

فرزندان باید شرایط روحی والدین در سن بالا را در نظر بگیرند. برای مثال خیلی از والدین در این سن ترس از تنها شدن دارند یا حتی ترس از خانه سالمندان. با توجه

برگ سبز و سند کمیانی و دیگر اوراق سند خودرو سی پلو مدل ۱۳۸۲ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۱۷۲۰۶۴ د ۶۴ به شماره موتور 009255H و شماره شاسی IR87116503265 | بنام موسی اکبر بدرآباد مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۳۰۱۷۶۲۰۳/۱۴۰۱/۱۴۰۱

**برگ سبز خودرو پیکان مدل ۸۲** به شماره پلاک ۱۲-۸۵۹-۹۹ به شماره موتور ۱۱۱۵۸۲۷۹۵۵۲ به شماره شاسی ۸۲۴۶۸۵۵۴ بنام موسی الرضا صدیقی فرده چاه مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۳۰۱۷۶۲۰۳/۱۴۰۱/۱۴۰۱

برگ سبز و سند خودروی هندوای توسان TUCSON2700 مدل ۲۰۰۸ به شماره انتظامی ایران ۳۲-۵۴۳ و ۵۴۳ به شماره موتور G6BA7625865 و شماره شاسی KMHJN81DP8U785868 بنام روح انگیز نور شاهی مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۳۰۱۷۶۲۰۴/۱۴۰۱/۱۴۰۱

برگ سبز و کارت خودرو دنا توربو شارژ اتوماتیک مدل ۹۹ به شماره پلاک ۵۵۶-۲۱۸ ایران ۳۲ د ۳۳ به شماره موتور 153H0015015 به شماره شاسی MAAW61HUXIE240910 بنام محمدحسن طریف عاطفی نیک پوش مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۳۰۱۷۶۰۹۲/۱۴۰۱/۱۴۰۱

اینجانب الهام رستگار مقدم مالک خودرو وانت یرسان مدل ۹۵ به شماره انتظامی ۷۴-۵۴۵ ب ۳۳ به شماره موتور 118J0029122 و شماره شاسی NAAAB66PE5GV665008 به علت فقدان اسناد فروش (سند کمیانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۳۰۱۷۶۰۹۸/۱۴۰۱/۱۴۰۱

برگ سبز و سند کامیون - جرنقیل دو کابین مدل ۱۹۹۸ به شماره پلاک ۶۸۷-۲۲-۶۸۷ م ۵۹ به شماره موتور 8DC8314522 به شماره شاسی MBK354000M500018 بنام سوسن کمالی شروانی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۳۰۱۷۶۰۹۲/۱۴۰۱/۱۴۰۱

اینجانب بتول پور عباس نوقایی مالک خودرو پژو پارس مدل ۹۸ به شماره انتظامی ایران ۴۲-۵۶۱-۳۸ به شماره شاسی NAANA11FEKXH001228 و شماره موتور ۲۲۷۰۴۷-۱۶۴۲۰۳ به علت فقدان اسناد فروش سند کمیانی، برگ سبز و کارت خودرو تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۳۰۱۷۶۲۰۳/۱۴۰۱/۱۴۰۱

**در جستجوی محبوبیت**

تمایل به دیده شدن و جلب توجه در نوجوانی هم برای پسر ها و هم برای دختر ها بالاست. از آن جایی که جوانان و نوجوانان در شکل دهی هویت خود بیشتر به دنبال کسب محبوبیت هستند، یکی از راه هایی که احتمال دارد بر گزینند جراحی زیبایی است. بنابر این برای مبارزه با احساس شرم و ناراضی تنی از ظاهر جسمانی به جای تغییر در رفتار ها و عملکرد خود، در صدد تغییر در ظاهر خود بر می‌آیند.

**پای الگوهای شخصیت در میان است**

**۱** **وسواسی جبری** | نوجوانان با تیپ شخصیتی کمال گر ا بیشترین تمایل به این عمل‌های زیبایی را دارند. زمانی که یک نوجوان در بدن خود یا در کار ها احساس کامل نبودن می‌کند، احساس ناراحتی از آن دارد. به همین دلیل این افراد کاندیدای عمل جراحی می‌شوند. این خصیصه در افراد کمال گر ا بسیار تشدید و به شکلی بیمار گونه به وسواس فکری تبدیل می‌شود. در این حالت تصویری که فرد از خود دارد نامطلوب تر از تصویر واقعی اش است و برای به دست آوردن تصویر مطلوب تن به جراحی‌های متعدد می‌دهد.

**۲** **خود شیفته** | از نظر روان شناختی، خود شیفته‌گی به معنای عشق به خود نیست بلکه افراد مبتلا به اختلال شخصیت خود شیفته عاشق تصویر ی ایده آل و اغراق آمیز از خود هستند (و نه عاشق خود) چرا که چنین تصویری به آن‌ها اجازه می‌دهد بر احساس ناامنی عمیق درونی خود سرپوش بگذارند؛ اما حفظ کردن این تصویر توهم آمیز برای این افراد تلاش زیادی می‌طلبد و این جاست که نگرش ها و رفتار های نا کار آمد آن‌ها بروز می‌کند. نیاز مداوم به ستایش و تحسین باعث می‌شود که جراحی‌های زیبایی اولین انتخاب آن‌ها باشد.

**۳** **خود زشت انگاری** | در طول زندگی، هر فرد به طور طبیعی ممکن است قسمتی از چهره یا اندام خود را دوست نداشته باشد، مثلاً بینی بزرگ یا چشم‌ها یا حتی حالت صورت ولی افرادی که به اختلال خود زشت انگاری مبتلا هستند، به این قضیه به طرز بیمار گونه‌ای حساس ترند و نمی‌توانند با این موضوع کنار بیایند. آن‌ها هر روز ایرادی تازه در چهره یا اندام خود پیدا می‌کنند و حتی در مواردی عمل‌های زیبایی باعث تشدید بیماری این افراد می‌شود و شما هم بارها شاید در رسانه‌ها افراد معتاد به عمل‌های زیبایی را دیده باشید.

**مشورت با روان شناس ها قبل از عمل زیبایی** در نهایت تنها توصیه‌ام به افرادی که تمایل به انجام این عمل‌های زیبایی دارند یا فرزندشان قصد انجام این جراحی‌ها را دارد، این است که قبل از هر اقدامی، به جای مشورت با پزشکان جراح یا افرادی که جراحی‌های زیبایی را انجام داده‌اند، با یک روان شناس متعدد درباره انگیزه این عمل جراحی صحبت کنند.



به این که والدین در میان سالی یا بعدتر هر چه دارند دست رنج سال‌ها تلاش شان است، درخواست شما اگر با جواب مثبت والدین مواجه شود و وهدلی از سوی نزدیکان و عزیزان می‌تواند شدت هیجان‌های ناخوشایند حفظ کند. این شیوه هر چند ممکن است تا اندازه‌ای به صورت فردی مفید واقع شود اما تأثیرات مخربی به لحاظ اجتماعی و انسانی خواهد داشت و امکان هر گونه تغییر در محیط اجتماعی را کاهش می‌دهد چرا که فرد به آن چه در پیرامون وی در جریان است، اهمیتی نمی‌دهد.

**نکته پایانی**

تاکید می‌کنم که فرزندان نباید به صورت دستوری و اجباری، به دنبال موافقت والدین با چنین درخواستی باشند. البته اگر پدر و مادری هم چنین کاری کردند، با توجه به این که خیر فرزندان خود را می‌خواهند بهتر است در تقسیم ارث نگرانی‌های آن‌ها را در نظر بگیریم و حتی با صحبت کردن، خاطر آن‌ها را از این کار جمع کنیم تا مبادا برای ترس از تنها شدن در تلاش باشند اموال خود را حفظ کنند و حتی با فرزند خود که ثمره زندگی شان است حاضر به تقسیم اش نباشند.

### ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۳۴۹۴۷۶

**معروف ترین شعبده بازی در جهان، در آوردن خرگوش از داخل کلاه خالی است.** همین رومی شه آموزش بدین که اون خرگوش یا گاهی هم کبوتر، از کجا میاد؟ **مطلب** «ترفندهایی برای تازه نگه داشتن هندوانه» در صفحه سلامت کار بردی بود. البته باید راهکار هاتون رو امتحان کنم چون واقعا با این مسئله نگهداری هندوانه مشکل دارم و خیلی زود، کیفیت اش رواز

# واکنش درست مردم جهان در مواجهه با خبرهای منفی

بر اساس پیمایش رویترز در ۴۰ کشور جهان، ۳۸ درصد از پرسش شوندگان در مواجهه با اخبار منفی، نخستین راهی که در پیش می‌گیرند این است که اخبار را نمی‌خوانند



تینا امیری | روان شناس بالینی

**سوزۀ روز** خبرهای ناگوار در حوزه‌های مختلف اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و... انگار همه ما را به خصوص در فضای مجازی محاصره کرده‌اند. بر اساس نظر کارشناسان، یکی از راه‌های تسکین دردها و عوارض ناشی از اخبار منفی که این روزها در شبکه‌های اجتماعی به وفور یافت می‌شود، اجتناب از خواندن اخبار و پیگیری جزئیات آن است. بر اساس یک پیمایش رویترز در ۴۰ کشور جهان، ۳۸ درصد از پرسش شوندگان در مواجهه با اخبار منفی، نخستین راهی که در پیش می‌گیرند این است که اخبار را نمی‌خوانند. نکته قابل توجه این است که این آمار در سال ۱۷، ۲۰، ۲۷ درصد بوده و ظرف پنج سال، ۱۱ درصد رشد داشته است (منبع خبر: ایرنا). در ادامه، چند نکته درباره این آمار خواهیم گفت.

**تأثیرات منفی پیگیری مداوم اخبار بد**

هر چند پیگیری متعادل اخبار و رویدادهای اجتماعی و جهانی می‌تواند نشانه‌ای از نوعی مسئولیت‌پذیری اجتماعی باشد و حاکی از این مسئله که حیطه توجه و تمرکز شخص از مسائل فردی و شخصی او پرا فراتر نهاده و اجتماع را در بر گرفته است اما برخی افراد به پیگیری نوع خاصی از اخبار تمایل بیشتری نشان می‌دهند. پژوهش‌ها حاکی از این مسئله هستند که افراد مضطرب بیش

از دیگران به نشانه‌های خطر در محیط اطراف خود توجه می‌کنند. بنابر این اگر شما فرد مضطربی باشید، احتمال بیشتری وجود دارد که فقط اخبار منفی را دنبال کنید. گاه ممکن است سازوکارهای درون روانی برخی افراد برای مقابله با شدت اطلاعات اضطراب‌زایی که فرد هر روز با آن مواجه می‌شود، نوعی کرتختی احساسی را به وجود آورد تا فرد را از تحمل هیجان‌های ناخوشایند حفظ کند. این شیوه هر چند ممکن است تا اندازه‌ای به صورت فردی مفید واقع شود اما تأثیرات مخربی به لحاظ اجتماعی و انسانی خواهد داشت و امکان هر گونه تغییر در محیط اجتماعی را کاهش می‌دهد چرا که فرد به آن چه در پیرامون وی در جریان است، اهمیتی نمی‌دهد.

**چرا نخواندن اخبار منفی درست است؟**

پیش از هر چیز به خاطر داشته باشید که تجربه هیجانات ناخوشایند مانند اضطراب، نگرانی و خشم پس از شنیدن خبرهای بد کاملاً طبیعی است. در واقع نه تنها شما بلکه تعداد زیادی از انسان‌ها پس از شنیدن اخبار بد چنین احساساتی را تجربه می‌کنند. بنابر این اگر اخبار روزانه شما را ناراحت می‌کند، بهتر است این مسئله را با دوستان یا خانواده خود مطرح کنید. در واقع همواره دریافت حمایت و همدلی از سوی نزدیکان و عزیزان می‌تواند شدت استرس‌های وارد شده به فرد را کاهش دهد. از سوی دیگر در دنبال کردن اخبار تعادل را رعایت کنید. لازم نیست هر آن چه را درباره یک خبر وجود دارد، دنبال کنید. دیدن یک ویدیوی ناخوشایند از چگونگی دقیق اتفاقات رخ داده کمک چندانی به شما نخواهد کرد. می‌توانید تنها به متن خبر اکتفا کنید. از سوی دیگر سعی کنید اتفاقات خوشایند را هم دنبال کنید و وقت تان را به کارهایی که به شما روحیه می‌بخشد هم اختصاص بدهید. دنبال کردن علایق تان و رفتن به طبیعت می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد.

### موفقیت

## صبح برنامه ریزی کنیم یا شب؟

اول صبح برای روزتان برنامه ریزی نکنید! در عوض، شب قبل فهرستی از کارهای روز بعد را تهیه کنید. در این شرایط، بهتر می‌خواهید و با برنامه ذهنی از خواب بیدار خواهید شد. دبوید آلن، نویسنده کتاب Getting Things Done می‌گوید: «تصمیم‌گیری برای کارهایی که فردا می‌خواهید انجام دهید، به خصوص تصمیم‌گیری برای کارهایی که باید اول وقت انجام شوند؛ بلافاصله باعث کاهش استرس و اضطراب می‌شود.» برنامه‌ریزی در شب قبل باعث می‌شود وقت شمار در ابتدای روز، صرف برنامه‌ریزی برای بقیه روز نشود و ناچار نباشید فوری و تحت فشار و استرس تصمیم به انجام کارهایی بگیرید. برنامه‌ریزی در اول صبح می‌تواند انرژی زیادی تلف کند و مدت زمانی طول بکشد تا وارد مرحله کاری شوید اما انجام این کار در شب قبل، هم استرس به شما وارد نمی‌کند و هم باعث صرفه جویی در روز که سرحال هستید می‌شود.



### دست می‌ده.

**شعبده‌بازی با فاندکرومی خواستم اجرا کنم، دستم سوخت!**

**شعبده‌بازی با فاندکرومی خواستم اجرا کنم، دستم سوخت!**

**شعبده‌بازی با فاندکرومی خواستم اجرا کنم، دستم سوخت!**

**شعبده‌بازی با فاندکرومی خواستم اجرا کنم، دستم سوخت!**

**شعبده‌بازی با فاندکرومی خواستم اجرا کنم، دستم سوخت!**

**شعبده‌بازی با فاندکرومی خواستم اجرا کنم، دستم سوخت!**



زندگی سلام  
یکشنبه  
۲۹ خرداد ۱۴۰۱  
شماره ۲۱۸۴

### خانواده و مشاوره

