

اگر دیدار احتمال بروز رفتار پرخطر در شما وجود دارد یا شماره ۱۲۳۰ اورژانس اجتماعی تماس بگیرد

علایم باور نکردنی

افسردگی

آیا چهره واقعی افراد

افسرده با تصورات ما در باره

مبتلایان به این اختلال

شایع همخوانی دارد؟

گاهی اوقات نه!



مصطفی نجمی | کارشناس ارشد روان شناسی

هر از گاهی تصویری از بعضی افراد که به افسردگی حاد مبتلا شدند، در سایت ها و شبکه های اجتماعی پربازدید می شود که در آن بسیار خندان هستند. حتی گاهی ادعا می شود که آن عکس ها، مربوط به لحظاتی قبل از خودکشی آن ها به دلیل افسردگی بوده است. تصورات ذهنی بیشتر ما از چهره مبتلایان به این اختلال شایع روان شناسی، گریه کردن، ناراحتی و... است، اما آیا چهره واقعی افراد افسرده با تصورات ما درباره مبتلایان به این اختلال روان شناختی همخوانی دارد؟ آیا داشتن چهره ای خندان هم ممکن است از علایم ابتلای یک فرد به افسردگی باشد؟ در ادامه به این سوالات پاسخ خواهیم داد.

تشخیص افسردگی کار سختی نیست

با توجه به ماهیت زندگی و موفقیت ها و شکست های همه آن، بیشتر افراد جامعه در مقطعی از زندگی خود نشانه های افسردگی را بروز می دهند. از این رو از افسردگی به عنوان سرماخور دگی روانی هم یاد می شود. افسردگی فقط به یک علت خاص محدود نمی شود. گاهی این بیماری در پی نامالیمات زندگی، بیماری های جسمی یا دیگر عوامل محرک بروز می کند و گاهی هم به طور ناگهانی بدون این که با هیچ یک از این موارد مرتبط باشد، ظاهر می شود. افسردگی به معنای روانی آن دارای نشانه هایی همچون احساس غم، لذت نبردن از فعالیت های مختلف و حتی مفرح، مشکلاتی در اشتها، خواب و وزن، احساس پوچی،

نداشتن تمرکز، انزوا و گوشه گیری، یأس و ناامیدی و بروز احتمالی افکار خودکشی است. با توجه به نشانه های مطرح شده، تشخیص افسردگی کار سختی به نظر نمی رسد ولی باید در نظر داشت که همیشه این نشانه ها واضح نیستند و در پارهای از موارد می توانند به شکل کاملاً وارونه خود را نمایان کنند.

نشانه های کاملاً متضاد افسردگی

تشخیص افسردگی حاد که همراه با نشانه های مطرح شده باشد برای افراد جامعه کار راحتی است ولی گاهی برخی

افراد بنا به دلایل مختلفی، نه تنها نشانه های کلاسیک اختلال افسردگی را نشان نمی دهند بلکه به شکل نشانه های کاملاً متضاد در انظار دیگران ظاهر می شوند. از جمله این نشانه های متضاد می توان به خنده، حس شوخ طبعی زیاد، معاشرتی بودن و استفاده اغراق آمیز از طنز اشاره کرد. بنابر این این افراد به دلیل این که نشانه های کلاسیک افسردگی را نشان نمی دهند، به عنوان فرد افسرده تشخیص داده نمی شوند و از این منظر که مورد توجه و حمایت حرفه ای و اجتماعی قرار نمی گیرند، به شدت در معرض آسیب قرار دارند.

چرایی بروز این نشانه های باور نکردنی

شاید پیرسید که چرا این افراد به جای بروز نشانه های کلاسیک افسردگی، وارونه رفتار می کنند و علایمی در رفتار هایشان بروز می یابد که باورش سخت است؟ برخی از افراد بنا به دلایل مختلفی نشانه های افسردگی خود را پشت خنده های شان پنهان می کنند. بعضی از افراد به دلیل نقشی که در جامعه دارند، سعی می کنند که با بروز نشانه های وارونه خود را ضعیف نشان ندهند. مانند مادری که دارای چند فرزند است و باید به آن ها رسیدگی کند و سعی می کند که با خوشحال نشان دادن خود، اوضاع را عادی جلوه دهد یا مدیری که نمی خواهد نزد همکارانش فردی منفعل شناخته شود و مدام در جلسات حضور دارد و راهکار ارائه می دهد. برخی افراد هم نمی خواهند که مشکل خود را بپذیرند و به منظور انکار افسردگی شان رفتار های وارونه نشان می دهند.

نشانگان وارونه افسردگی همیشه نیست

البته ذکر این نکته ضروری به نظر می رسد که نشانگان وارونه همیشگی نیست و این افراد غالباً در محیط های خصوصی و شخصی نشانگان کلاسیک افسردگی را بروز می دهند. بنابر این در صورت مشاهده دقیق و مستمر نشانه ها و رفتار های این افراد در محیط های مختلف خانوادگی، کاری، دوستانه و... دیدن نشانه های کلاسیک افسردگی امکان پذیر است، ولی متأسفانه به دلیل شدت رفتار های معاشرتی و شادی که از سوی این افراد وجود دارد، توجهی به نشانه های کلاسیک نمی شود و فرد به تدریج در مصاف با افسردگی تنها می شود.



پیکار شبکه افسردگی اگر چهره داشت، همه افراد داخل عکس مدت کمی بعد از این عکس عودکنش کردند

چند توصیه به شما

گفت و گو و استدلال همواره به عنوان اولین و بهترین راه حل برای حل مشکلات زوج ها مدنظر بوده است و در این خصوص هم اولین پیشنهاد ما، گفت و گو کردن بدون داشتن تعصب شخصی و نظر موافق یا مخالف است، زیرا اگر زن یا شوهر واقعاً به دنبال گرم شدن یک رابطه باشند، عقلانی ترین و کم هزینه ترین راه را برای آن انتخاب می کنند. مگر این که در این خصوص مرد بخواهد با خودخواهی تمام، همسرش را نادیده بگیرد و به دنبال ارضای هوس های خود باشد. بنابر این اگر شما مخاطب گرامی بتوانید با آرامش کامل معایب این کار را برای همسران تشریح کنید، احتمالاً او هم حاضر به آسیب دیدن رابطه عاشقانه تان نخواهد شد. از طرفی سعی کنید از یکنواختی در رابطه رهایز و جذابیت های طبیعی بیشتری را در رابطه خود ایجاد کنید. توصیه دیگر به شما این است که از کمک یک روان شناس با تجربه و دارای مجوز استفاده کنید تا اگر احیاناً اختلال جنسی یا اعتیاد به پورن در همسر تان وجود داشت، بتوانید آن را در مان و به حفظ رابطه صمیمانه خود کمک کنید.

جاست که فرایند فاصله گرفتن زن و شوهر از یکدیگر شروع می شود چرا که هیچ مرد یا زنی نمی تواند زیبایی ها و جذابیت های موجود در آن فیلم را در واقعیت ایجاد کند.

تخریب شخصیتی زوج ها احساس

ارزشمندی یکی از نیاز های روانی سطح بالا در انسان است و همه افراد در حالت عادی این حس را به خودشان دارند و زمانی که خود را در مقایسه با هنرپیشه آن فیلم ضعیف تر و ناتوان تر ببینند، این احساس را از دست می دهند. بنابر این تماشای فیلم های پورن به تدریج باعث از بین رفتن ارزشمندی و کاهش اعتماد به نفس در زوج های شوهر زمانی که هر کدام احساس کنند که در این رابطه هر روز بیشتر تحقیر می شوند، ممکن است برای اثبات توانمندی خود و به دست آوردن اعتماد به نفس شان و در روابط فرا زناشویی شوند.

سایر آسیب ها به جز موارد اشاره شده، این موضوع آسیب های دیگری از قبیل بی اعتماد شدن زوج ها به یکدیگر، اعتیاد، تنوع طلبی، سردمزاجی، انزوا و گوشه گیری، کاهش صمیمیت، آسیب های اجتماعی و... را هم به دنبال دارد.

پرسش و پاسخ های ۱۰ ثانیه ای

باشوهری که در زندگی برای هر اتفاق

و درخواست کوچک و بزرگ، فحش

می دهد، مقابله به مثل کنم؟



اگر شوهرتان تاکنون از این راه به خواسته هایش رسیده پس نیاز به، به هم ریختن معادلات ذهنی او دارید، ولی یادتان باشد هیچ وقت مقابله به مثل نکنید و کاری را که با فحاشی از شما خواسته است انجام ندهید. البته به همراهی یک روان شناس هم نیاز دارید.



فهیمة میرزایی، کارشناس ارشد روان شناسی

آمارهای عجیب و جالب

از باورهای والدین قبل از بچه دار شدن

نتایج یک تحقیق جدید و متفاوت پژوهشگران به شما توصیه می کند تا خودتان بچه دار نشده اید، به دیگر والدین جملاتی مثل «من هرگز این طور بچه داری نخواهم کرد» را نگویند؛ چون با تقریب بالا، شما هم ممکن است عیناً همان کار را انجام دهید! استفاده از صفحه نمایش ها در نقش پرستار کودک و داد زدن یا اجازه دادن به کودک برای خوابیدن در رختخواب والدین تنها بخشی از کارهایی هستند که انگلیسی ها قبل از پدر و مادر شدن به خود قول داده بودند که هرگز زیر بارشان نروند؛ اما زهی خیال باطل!

از دنیای روان شناسی

تصورات اشتباه ۸۵ در صد والدین قبل از بچه دار شدن

یک نظر سنجی جدید که توسط «پلی - دو»، مجموعه مهد های کودک ک بین المللی روی دوهزار والد انگلیسی انجام شده است، نشان می دهد که بین تصور مادر و پدر ها از خود پیش از بچه دار شدن و آن چه پس از بچه دار شدن و در واقعیت، رخ می دهد، تفاوتی باور نکردنی وجود دارد و ۸۵ در صد ادعا می کنند به تصورات نادرست خود قبل از بچه دار شدن با صدا ی بلند می خندند! ۸۱ درصد هم می گویند تا زمانی که خودتان بچه دار نشده اید، غیر ممکن است بدانید اداره کردن این فسقلی ها چقدر دشوار است.

فهرست تصمیم های عملی نشده والدین

در صدر فهرست این تصمیم های عملی نشده با تقریباً نیمی از (۴۷ درصد)، تصمیم برای محدود کردن زمان مشغول بودن بچه ها با صفحه نمایش ها بود که وقتی اولین بار با بچه های کوچک به رستوران رفتند یا سفر شان از ۱۲ دقیقه طولانی تر شد، بر با درفت. یک سوم (۳۳ درصد) از افراد ساده دل معتقد بودند هرگز برای این که فرزندان شان خوب و خوش رفتار باشند، به آن ها رشوه نمی دهند. آن ها

هم خیلی زود خود را در حال خوردن بیسکویت و شیرینی و رشوه های مورد علاقه فرزندان شان به آن ها یافتند که در واقع تلاشی ناامیدانه برای جلوگیری از شیطنت و بد اخلاقی آن ها بود. دیگر عهدهایی که والدین قبل از بچه دار شدن با خود بستند و به سرعت شکسته شد، عبارتند از: هرگز صدای خود را روی فرزندشان بلند نکنند (۳۹ درصد)، هرگز از تلفن همراه امثال آن به عنوان پرستار کودک استفاده نکنند (۳۴ درصد)، هر شب برای آن ها داستان بخوانند (۳۲ درصد) و هرگز اجازه ندهند فرزندان شان در رختخواب آن ها بخوابند (۲۹ درصد). نیکولا فاکس هاگارتی، مدیر بازرگانی شرکت هاسبرو (Hasbro) در انگلستان و ایرلند، درباره این یافته ها می گوید: «تحقیق ما انتظارات در مقابل واقعیت فرزند پروری را نشان می دهد و این که پیش تصورات و پیش فرض های مادر باره زندگی خانوادگی چقدر می تواند اشتباه باشد.»

برای نوشتن این مطلب از «ایند پیپندنت» کمک گرفته شده است

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۲۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* در صفحه سلامت از علایم کبد چرب و راهکار های در مان آن بنویسید. چربی کبد من، گریه ۲ است. باید چه کنم؟ * اگر همه ما به استعداد ها مون به جای حرف دیگران اهمیت می دادیم، مثل خانم همدانیا یک کار آفرین موفق می شدیم که برای ۱۰ یا ۲ نفر هم می توانستیم اشتغال زایی کنیم. * مطالب طنز زن پس انگلیس کنین. * یکی از پوسترهایی که در بیشتر

مغازه های قدیمی بود، این جمله و رورش نوشته بودن: «نه گنج قارون دارم نه صبر ایوب، پس نسیه نمی دم» یادتونه؟ * سوالی که در صفحه خانواده چاپ شده که آیا شوخ طبعی آموختنی است؟ سوال من هم بود. هر چند روان شناس ها نتونستن بپش جواب بدن و فقط کلی گویی کردن.

* زندگی سلام. خیلی خوش بین هستم که موفق بشیم از پس انگلیس با اون همه بازیکن سرشناس، با دفاع اصولی بر بیاییم و ببریم. به خصوص که همه دفاع های اصلی انگلیس، مصدوم شدن. چشم همه مون به ساق های طارمیه. * درباره صفحه اول زندگی سلام باید بگم که برکت هم در بازار قدیم خیلی بیشتر بود. متأسفانه برخی افراد سودجو، باعث شدن که دوز و کلک در بین فروشندگان زیاد بشه.

آگهی تجدید حدود اختتامی - حوزه ثبتی چناران پرو آگهی تجدید حدود قبلی که بموجب مقررات ماده ۱۴ قانون ثبت منتشر گردیده اینک بر حسب درخواست واصله مستند به ماده مذکور و ماده ۶۱ این نامه قانونی ثبت تجدید حدود یک قسمت از املاک واقع در بخش ۷ مشهد حوزه ثبتی این واحد به شرح زیر:

ششداگ یکباب ساختمان پلاک ۲۹۱۹ فرعی مجزی شده از ۶۸۶ فرعی از ۲۸۹ اصلی بخش ۷ مشهد واقع در حوزه ثبتی چناران مورد تقاضای آقای احمد گلمکانی عملیات تجدید حدود در روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۱۴ قبل از ظهر انجام خواهد شد.

لذا بموجب ماده ۱۴ قانون ثبت املاک به صاحبان املاک و مجاورین شماره های فوق الذکر بوسیله این آگهی اخطار می گردد که در روز و ساعت مقرر بالا در محل حضور بهم رسانند. چنانچه هر یک از صاحبان املاک یا نماینده قانونی آنها در موقع مقرر حاضر نباشند مطابق ماده ۱۵ قانون مزبور ملک مورد آگهی با حدود اظهار شده از طرف مجاورین تجدید خواهد شد و اعتراضات مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتقا فنی و نیز صاحبان املاک که در موقع مقرر حاضر نبوده اند مطابق ماده ۲۰ قانون ثبت فقط تا سی روز از تاریخ تجدید پذیرفته خواهد شد و در اجرای تبصره ۲ ماده و ماده قانون تعیین تکلیف پرونده های معترض ثبتی، معترضین میبایست از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت طرف یک ماه دادخواست اعتراض خود را به مرجع ذیصلاح قضائی تقدیم و گواهی لازم از مرجع مذکور اخذ و به این اداره تسلیم نمایند. تاریخ انتشار: دوشنبه ۱۴۰۱/۰۸/۳۰

مرتضی وانی - رئیس ثبت اسناد و املاک چناران

ش/۱۴۰۱۹۵۴۷۵

سند کمیای خودرو ام وی ام ۳۱۵، فرم آلایولی مدل ۹۴ به شماره انتظامی ۱۱۲ ایران ۱۴۷ ص ۸۲ شماره شاسی NATTFBAMD3F1030868 شماره موتور MVM477HJAF040797 شماره ۲۹۹۵۵۵۲۲ بنام محمد مقنی باقر آبادی مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱/۰۹/۱۵

برگ سبز و سند کمیای خودرو پراید ۱۳۲ مدل ۱۳۹۶ به شماره انتظامی ایران ۴۲-۳۸۸ ۳۶ به شماره موتور M۱۳۵۸۲۵۱۹۰ به شماره شاسی N۸۴۴۲۱۱۰۱۱۲۲۱۶۷۱ بنام سیدمصطفی موسوی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱/۰۹/۲۴

آگهی پذیره نویسی سهام شرکت شهرک صنعتی غیردولتی سنگستان طوس (سهامی خاص) به شماره ثبت ۲۶۷۴۵ و شناسه ملی ۰۴۲۱۵۴۶۰۳۸۰۴

باتوجه به جلسه مجمع عمومی فوق العاده (نوبت دوم) روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۴/۲۰ افزایش سرمایه شرکت از مبلغ ۱۱۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به مبلغ ۱۱۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال و افزایش تعداد سهام از ۱۱/۰۰۰ سهم ده هزار ریالی که ۱۰/۰۰۰ سهم با نام و ۱۰۰۰ سهم بی نام بوده است به ۱۱۰/۰۰۰ سهم ده هزار ریالی که ۱۰۰/۰۰۰ سهم با نام و ۱۰۰۰ سهم بی نام می باشد از طریق واریز نقدی و افزایش تعداد سهام مورد تصویب قرار گرفته است، لذا بدینوسیله به کلیه سهامداران محترم مهلت داده می شود ظرف مدت ۶۰ روز از تاریخ انتشار آگهی جهت پذیره نویسی سهام جدید با مراجعه به شرکت و دریافت معرفی نامه و شناسه واریز، به بانک صادرات شعبه بزرگراه آسیائی کد شعبه ۳۵۶۴ مراجعه و مبلغ افزایش یافته را به حساب سپرده مخصوص به شماره ۰۴-۳۷۷۰۰۴-۲۰۶ بنام شرکت شهرک صنعتی غیردولتی سنگستان طوس واریز نمایند. عدم مراجعه در مهلت مقرر به منزله انصراف از پذیره نویسی بوده و حق تقدم در پذیره نویسی به سهامداران دیگر واگذار خواهد گردید. برای سهام جدید هیچگونه امتیاز خاصی در نظر گرفته نشده است. مبلغ اسمی سهام همان مبلغ اولیه یعنی ۱۰۰۰۰ ریال می باشد. (با رعایت مواد ۱۶۶ و ۱۷۰ لایحه اصلاحی قسمتی از قانون تجارت)

هیئت مدیره شرکت

ش/۱۴۰۱۹۵۴۹۰

شوهرم به تماشای فیلم های مبتذل علاقه دارد

زنی ۲۸ ساله هستم و رابطه عاشقانه و خوبی با همسر دارم. فقط او معتقد است برای گرم شدن زندگی زناشویی نیاز داریم که فیلم های غیر اخلاقی تماشا کنیم و این کار برای من خیلی مشمئز کننده است. با این درخواست شوهرم، چه کنم؟



دکتر حسین محرابی | روان شناس و مدرس دانشگاه

مشاوره زوجین

مخاطب گرامی، متأسفانه امروزه تماشای فیلم های غیر اخلاقی در بین برخی از زن و شوهر ها گزارش شده و با این تصور که رابطه زناشویی آن ها بهتر می شود یا به بهانه فراموشی آموزش های جنسی، مبادرت به تماشای این گونه فیلم ها می کنند، در حالی که بنا به دلایلی که در ادامه گفته خواهد شد، نه تنها گرمی و صمیمیت به رابطه آن ها داده نمی شود بلکه سردی، بی اعتمادی، کاهش اعتماد به نفس و غمگینی نصیب شان می شود.

۳ خطر بسیار جدی تماشای چنین فیلم هایی

اگر قرار است با شوهرتان در این باره صحبت کنید، ابتدا باید اطلاعات خودتان را در این

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت اول)

شرکت تعاونی آرمان فردای گلبهار

جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده سال ۱۴۰۰ شرکت تعاونی آرمان فردای گلبهار راس ساعت ۱۴:۰۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۲۳ در محل سالن همایش شرکت عمران شهر جدید گلبهار واقع در شهر جدید گلبهار میدان این سینا با دستور جلسه ذیل تشکیل میگردد از کلیه اعضاء دعوت میشود جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات دستور جلسه در این جلسه حضور بهم رسانند.

دستور جلسه

۱- استماع گزارش هیات مدیره و بازرس
۲- رسیدگی و اتخاذ تصمیم درباره ترازنامه و حساب سود و زیان شرکت در سال مالی ۱۴۰۰
۳- اتخاذ تصمیم نسبت به ذخایر و پرداخت سود و مازاد درآمد بر طبق اساسنامه
۴- انتخاب بازرس اصلی و علی البدل برای مدت یک سال مالی
۵- تصمیم گیری در خصوص اموال غیر منقول متعلق به تعاونی
۶- تصویب بودجه ۱۴۰۱

تذکر

۱- در صورتی که حضور عضوی در جلسه مذکور میسر نباشد میتواند حق رای خود را به موجب وکالتنامه به عضو دیگر یا نماینده تام الاختیار خود واگذار نماید در این صورت هر عضو علاوه بر رای خود تا ۳ رای با وکالت میتواند داشته باشد عضو متقاضی اعطای نمایندگی میبایست به همراه نماینده خود حداکثر تا مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۲۲ در محل دفتر شرکت تعاونی از ساعت ۸:۰۰ الی ۱۵:۰۰ با همراه داشتن کارت شناسایی معتبر جهت اخذ ورقه ورود به مجمع به دفتر شرکت مراجعه نمایند.

۲- با توجه به انتخاب بازرسان: افرادی که تمایل به کاندیداتوری سمت بازرسی دارند حداکثر تا پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۲۲ می بایست به دفتر شرکت مراجعه و درخواست کاندیداتوری خود را ارائه نمایند.

هیات مدیره شرکت تعاونی آرمان فردای گلبهار

ش/۱۴۰۱۹۵۵۴۱



زندگی سلام
دوشنبه
۳۰ آبان ۱۴۰۱
شماره ۲۳۰۶

خانواده و مشاوره