

کنجکاوی خانمان سوز متاهل ها

معاون امور جوانان وزارت ورزش و جوانان گفته که پیج ها، کانال ها و سایت های غیر قانونی همسر یابی محل مراجعه بعضی افراد متاهل و باعث فروپاشی زندگی شان شده است



چند گام برای پیشگیری از این اتفاق



بنفشه دولت آبادی | روان درمانگر و مشاور خانواده

گام اول آگاهی

آگاهی اصل عمومی در تمامی آسیب های اجتماعی است. گام اول در پیشگیری از هر آسیب اجتماعی آن است که بدانیم این آسیب چگونه و از چهره ای می تواند به ما صدمه بزند پس در ارتباط با دیگران حتی برای داشتن یک ارتباط به ظاهر ساده و معمولی دقت کنیم.

گام دوم به چالش کشیدن خود ایمن پنداری

بر خلاف تصور ما، همه افرادی که مرتکب چنین اشتباهی می شوند از طیف و گروه خاصی نیستند. این گونه نیست که همگی و صدر صدشان افرادی بندوبار یابی توجه به امور اخلاقی باشند. این نوع روابط در خیلی از موارد حتی مطلوب فرد نیست و در واقع فرد گرفتار آن شده است. پرهیز و پیشگیری کلیدی در این زمینه آن است که فرد خود را ایمن از چنین آسیبی نبیند و فرم و احتیاط خود را در این رابطه کنار بگذارد. مراقبت از امور عاطفی و احساسی اهمیت شایان توجهی دارد. فرد پس از ازدواج یا شکل گیری یک رابطه عاطفی باید به صورت ارادی در پچه قلب خود را به روی این علاقه مندی ها ببندد و از پیشروی علاقه مندی های عمده آن ها آگاهانه جلوگیری کند. فراموش نکنیم بسیاری از روابط فرا زناشویی از یک علاقه مندی ساده آغاز شده و به دلیل نبود چنین مراقبتی، رشد یافته و بر فرد چیره شده اند.

گام سوم ترسیم رابطه زن و شوهری

بخشی از انرژی که برای شکل دهی یک رابطه فرا زناشویی گذاشته می شود اگر صرف ترسیم روابط زوج ها شود، می تواند این رابطه را متحول کند. سرمایه گذاری روی رابطه با همسر می تواند آن را از آسیب ها دور نگه دارد و زندگی را رضایت بخش تر کند.

طبیعی جلوه دادن این کنجکاوی با شیطنت نامشروع

برخی از افراد متاهل، این رفتار، کنش ها یا روابط فرا زناشویی را طبیعی و عادی جلوه می دهند و بیان می کنند که این گونه ارتباطات و گپ و گفت ها در همه افراد وجود دارد و بیشتر به خاطر سرگرمی و کنجکاوی است اما باید گفت این گونه روابط ز آینده شیطنت های نامشروع و دزدکی در روابط زناشویی هستند که آسیب هایشان بارها در صفحات حوادث روزنامه ها، خبر ساز شده اند.

پیش بینی نادرست مردها از عاقبت این کار

این نکته خطاب به مردان است که ظاهرا، بیشتر در چنین دام هایی گرفتار می شوند. بعضی از آقایان در محاسبات خود دچار اشتباه می شوند و به زعم خودشان چیزی در زندگی خانوادگی خود کم نمی گذارند بنابراین خود را توجیه می کنند که حتی اگر یک ارتباط نامناسب هم داشته باشند، آسیبی به زندگی شان نمی رسد! بعضی از مردان هم به دنبال اثبات خودشان از جنبه های مختلف هستند و صرف نظر از این که این نیاز به اثبات، از کدام دوره نشئت می گیرد، ممکن است در بزرگ سالی هم به دلیل پذیرش نا کافی از سوی دیگران تشدید شود، بنابراین فرد برای این که به خودش یا افراد صمیمی اطراف خود ثابت کند که آدم باعرضه ای هست اقدام به این کار می کند! واضح است که این دلایل، ناهنجار است.



دکتر حسین محرابی | روان شناس



مدت هاست که در فضای مجازی شاهد کانال ها، پیج ها و سایت های همسر یابی غیر قانونی و غیر مجاز هستیم که برخی دختر و پسر ها برای انتخاب مناسب به آن ها مراجعه می کنند. محمد مهدی تندگویان، معاون امور جوانان وزارت ورزش و جوانان به تازگی در این باره گفته: «مدل های غیر قانونی این کانال ها، پیج ها و سایت های همسر یابی که غیر قانونی فعالیت کرده اند، خروجی مثبتی نداشته و تبعات منفی شان هم زیاد بوده است، به طوری که عمدتاً به از دواج موقت و ناپایدار و فروپاشی زندگی ها منجر شده و خیلی از متاهل ها به این سایت ها مراجعه و با پرداخت مبالغی خود را مجرم معرفی کرده اند.» (منبع خبر: ایسنا) ما جراحوبی و تمایل به تنوع و هیجان، ترویج لوده گری، هرزه گری و بیان بی پرده روابط نامشروع، مراد به افراد بی بند و بار، حجم وسیعی از سریال ها در رسانه ها و شبکه های ماهوار های بیگانه، ار ضا نشدن نیاز های جنسی و ویژگی های شخصیتی از عوامل موثر در ایجاد چنین پدیده ای است که نا آگاهی از خطرات آن باعث شده، ضمن گسترش این گونه ارتباطات غیر اخلاقی، بنیان بسیاری از خانواده ها تحت آثار تخریبی این نوع ارتباطات متزلزل شود. در ادامه نکاتی درباره عوامل این اتفاق و چند توصیه به متاهل ها مطرح خواهد شد. در ضمن اگر بنا به انتخاب همسر در چنین فضاهایی دارید، حتماً از سایت های قانونی و مجوز دار کمک بگیرید.

۴ عامل این اشتباه آسیب زا

۱. کم رنگ شدن ارزش های اخلاقی

کم رنگ شدن ارزش های اخلاقی در افراد باعث گسترش روز افزون این پدیده غیر اخلاقی و غیر شرعی شده است. تغییر سبک زندگی از الگوی اسلامی ایرانی به الگوی رفتاری غربی تحت تاثیر ماهواره ها از علت های ازدیاد این آسیب اجتماعی است. این روابط باعث افزایش طلاق، ازدواج های مقطعی و روابط خارج از عرف می شود و متأسفانه برخی از افراد که وابستگی اخلاقی و فرهنگی ندارند، این گونه روابط فرا زناشویی را بسیار طبیعی و به نوعی پیشرفت و امروزی بودن قلمداد می کنند.

ناآشنایی زوج ها با مهارت های زندگی مشترک یکی از مسائلی که متأسفانه خانواده ها و مخصوصاً

داده تصویری

قرار و مدار

روز نوشتن کارهای عقب افتاده

روزهای قبل از تعطیلات، بهترین فرصت برای برنامه ریزی است تا بتوانید کارهای عقب افتاده تون رو فهرست و بعد از اولویت بندی برای انجام شون، ساعت یا زمان هایی را مشخص کنین. همین الان دست به قلم بشین و این کارها رو فهرست کنین...

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* صحبت های این خیطاط کهنه کار در باره جنس لباس سیاستمدار ها در پرونده زندگی سلام، چند وقت پیش تایید شد! جایی که یک عکس از مارک اپتالایی لباس رئیس جمهور مون توفضای مجازی بخش شد.

* مطلب «۷ رفتند سرخ کردن انواع سبزجات» در صفحه سلامت خوب بود. از زندگی سلام بابت مطالب جذابش تشکر می کنم.

* به جای این که یک روزنامه نگار از نظر خودش در این باره مطلب بنویسه که در مغز نوجوان ها چی می گذر، بهتر بود از چند نوجوان در این باره بپرسید. مربوط به صفحه جوانه.

* یکی از نابودگران عشق در دوران عقد، دولته که با گرون کردن همه چیز، به خدا اعصاب برای من جوون نداشته.

هر روز می رم یک تیکه از وسایل رو بخرم، نسبت به دیروز گرون شده.

* من که بعد می دونم مسئولان سیاسی کشور مون در این دوره هوز مونه، برای خودشون لباس بدوزن. وقتی بهترین مارک ها، لباس آماده دارن، اونا بهتره که.

* وقتی مطالبی در زندگی سلام در باره آسیب های کرونا روی کودکان می خوانم، واقعا دلم می گیرد. این نسل با این بیماری لغعتی، خیلی اذیت شدند و کلا چیزی از کودکی نفهمیدن.

* خطاب به بهترین پدر دنیا. ممنونم که کنارم هستی، مرا تشویق کردی که هر روز بهتر شوم و سخت تر مبارزه کنم. بدون راهنمایی و تشویق شما من در این جایگاه نبودم. پدر عزیزم، جناب آقای عادل فهمیده، تولدتون مبارک.

اتاق مشاوره

بعد از ماجرای قمه کشیدن دختران دهه هشتادی، خیلی نگران دخترم شدم

والدین شان هم باید دیده شود. بنابراین شما افرادی را که روی فرزندان تاثیر می گذارند، بشناسید و با والدین آن ها در ارتباط باشید. این کار علاوه بر ایجاد امنیت خاطر در شما، از بروز مشکلات بعدی پیشگیری خواهد کرد.

خود مراقبتی را به او آموزش دهید

نوجوانان، حتی در صورتی که سلامت روانی اجتماعی بالایی داشته و از محیط حمایتگر انای بر خود دار باشند باز هم بی نیاز از مهارت های خود مراقبتی نیستند. از مهم ترین این مهارت ها، مهارت «نه گفتن» است. فرزندان ما باید قادر باشند در برابر فشار همسالان شان یا در دیگر زمینه ها و موقعیت های مخاطره آمیز و آسیب های اجتماعی، از خود مراقبت کنند و با جرئت «نه» بگویند.

به جای تعقیب، بر او نظارت کنید

در باره تصمیم تان برای تعقیب دخترتان، در قدم اول از شمای خواهم که نشانه های رفتار های پر خطر را بشناسید و این علامت را جدی بگیرید. همچنین به فرزندان آموزش های لازم را ارائه و اجازه دهید احساس امنیت و آزادی داشته باشد. به جای مرتب چک کردن و کنترل کردن که موجب پنهان کاری وی را فراهم می کند، از دور مراقبت کنید. به همین دلیل تعقیب کردن وی به صلاح نیست چرا که ممکن است دخترتان متوجه شود و رابطه امن بین شما از بین برود.

پدری هستم ۳۴ ساله. بعد از دیدن ویدئوی دعای دختران دهه هشتادی و قمه کشیدن شان، خیلی نگران دخترم شدم که نوجوان است. این روزها زمان زیادی را با دوستانش بیرون از خانه می گذراند. از نحوه تربیت خود و مادرش مطمئن هستم اما شرایط جامعه خراب شده است. به نظر تان او را تعقیب کنم تا ببینم دقیقاً دوستانش کجایم و رد چه کارهایی می کند یا خیر؟



زهرا متقی شکیب | کارشناس ارشد روان شناسی بالینی

تغییرات جسمانی از جمله تغییرات هورمونی به وجود می آید. نوجوان با احساسات و عواطف خاصی مواجه می شود که بیشتر تجربه چندانی در خصوص آن ها نداشته است. ۳- تغییرات اجتماعی | در این دوره ارتباطات و روابط اجتماعی نوجوان تغییر می کند و بیشتر تمایل دارد با دوستان و همسالان خود باشد و در جامعه رفت و آمد کند. اما آیا والدین در عبور سالم تر نوجوان ها از این مسیر نقش موثری دارند؟ قطعاً بله. و اما چند توصیه به شما:

• ارتباط با دخترتان را بهبود بخشید | کیفیت ارتباطات با او در پیامک تان چیزی نگفتید. والدین باید همدلانه و بدون قید و شرط فرزندان را ببینند و از او حمایت کنند تا در هر لحظه از زندگی که دچار مشکل شد، اولین حامی و پناه والدینش باشند.

دوستان و نزدیکانش را بشناسید

در ماجرای دعای دختران دهه هشتادی که مورد توجه رسانه ها قرار گرفت، نقش

نگرانی شما در شرایط موجود قابل درک است و از این که برای رفع این نگرانی و عملکرد بهتر به دنبال افزایش اطلاعات تان هستید و تصمیم دارید کاری مثل تعقیب کردن او... را بدون مشورت انجام ندهید، خوشحالم. در ادامه یک نکته مهم درباره تغییرات در این دوران مطرح خواهد شد و چند توصیه به شما خواهم داشت.

۳ تغییر در نوجوانی که باید بدانید

نوجوان در این دوره از زندگی اش، تغییرات مهم و سریعی را تجربه می کند. از جمله این تغییرات که باید والدین از آن ها مطلع باشند، سه مورد مهم تر است: ۱- تغییرات جسمانی | آغاز فعالیت برخی هورمون ها در بدن، عامل اصلی این تغییرات است که شامل افزایش قد و وزن، تغییر صدا، پیدایش خصوصیات ثانویه جنسی و... است. ۲- تغییرات هیجانی | تغییرات هیجانی بر اثر

برای شان خطر قمرم مشخص کنید

شما به عنوان یک مادر باید برای آن ها خطر قمرم مشخص کنید. این خطر قمرم دست بلند کردن روی یکدیگر است. به آن ها توضیح دهید که هر گونه حرکات خشونت آمیز مثل ضربه زدن، کشیدن موبایل دادن کار اشتباهی است و حتی در مواقع عصبانیت نباید این کار را انجام دهند، در غیر این صورت برای شان محدودیت هایی در انجام کارهای مورد علاقه مانند دیدن فیلم یا پارک رفتن ایجاد کنید.

بگویید که من آماده شنیدن هستم

از فرزندان خود بخواهید که هر وقت از یکدیگر به هر دلیلی

ناراحت شدند یا شما حرف بزنند و بگویند، چه اتفاقی افتاده است. می توانید حرف زن در برابر آن ها تبدیل به یک بازی کنید. یک وسیله را به عنوان میکروفن دست شان بدهید و از آن ها بخواهید مشکل پیش آمده را تعریف کنند. بعد از این که صحبت های شان را شنیدید به آن ها اطمینان دهید همیشه آماده شنیدن حرف های شان هستید و برای حل مشکلات، آن ها را راهنمایی خواهید کرد.

کنترل خشم را به آن ها یاد بدهید

از کودکی به آن ها یاد بدهید در هنگام عصبانیت نباید تصمیم بگیرند یا کاری انجام دهند بلکه بهترین کار در این

مواقع کشیدن نفس عمیق و گفت و گوست. از هر دو یا چند فرزندان بخواهید به جای عصبانیت، خود را جای نفر مقابل بگذارند و از زاویه دید او ماجرای درگیری را تعریف کنند.

همکاری های ۲ نفره برای شان در نظر بگیرید

یک سری کارهای کوچک طراحی کنید و از آن ها بخواهید این کارها را باهم انجام دهند تا مهارت مشارکت در آن ها تقویت شود. این کارها می تواند مسئولیت های کوچکی از کارهای خانه باشد. مثل گردگیری، جابه جا کردن ظروف یا آماده سازی میز غذا، اما یادتان باشد که باید از آن ها بخواهید در انجام دادن کارها با یکدیگر همکاری کنند.

اصول تقویت روابط خواهر و برادری فرزندان توسط مادرها

مهسا کسنوی | روزنامه نگار

اگر شما دارای فرزند دختر و پسر باشید، حتماً با چالش های بیشتری در تربیت فرزندان تان نسبت به مادرهایی که فقط پسر یا دختر دارند، روبه رو شده اید. هر قدر داشتن دختر و پسر به صورت همزمان می تواند شیرین باشد، اما سختی های خاص خودش را دارد. مهم ترین مشکل در خصوص خواهر و برادرها، شکل گیری یک رابطه سلامت آمیز همراه با همدلی و به دور از حس حسادت است. در ادامه به بررسی راهکارهایی برای قوی شدن روابط خواهر و برادری توسط مادرها خواهیم پرداخت.

