



دومینوی اشتباهات در ازدواج با آقای دکتر

ماجرای نوعروسی که ۱۰ روز بعد از شروع زندگی مشترک باصورتی کبود برای طلاق

از همسر پزشکی که به دادگاه خانواده مراجعه کرد، چه درسی هایی برای دختران دم‌بخت دارد؟

فریبا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

محروری

وقتی صحبت از مردهایی می کنیم که دست‌بزن دارند، اولین تصویری که در ذهن بیشتر ما نقش می‌بندد، مردی کم‌سواد، معناد، خشن با تفکرات سنتی است در حالی که واقعیت در بسیاری از اوقات چیز دیگری است. پرونده‌های موجود در پزشکی قانونی نشان می‌دهد که در بین زنان قربانی خشونت خانگی، شوهران استاد دانشگاه، مدیر، دکتر یا هنرمند به چشم می‌خورد. به تازگی ماجرای نوعروس جوانی که با صورتی کبود در حالی برای جدایی از همسر پزشکی به دادگاه خانواده مراجعه کرده که تنها ۱۰ روز از زندگی مشترکشان گذشته بود، پربازدید شده است اما از کجا بفهمیم خواستگاران دست‌بزن داره؟

● **ماجرای جراحی که نوعروس را شکنجه می کرد**
یک زن جوان با گذشت ۱۰ روز از زندگی مشترک، با صورتی کبود و چشمانی اشکبار راهی دادگاه خانواده شد. این نوعروس جوان به قاضی گفت: «سال هاست حسابدار صندوق یک بیمارستان دولتی هستم، مدتی پیش یکی از پزشکان عمومی بیمارستان که ۱۵ سال اختلاف سنی با من داره، پیشنهاد ازدواج داد. از آن جایی که این پزشک در زندگی اولش شکست خورده بودو با دوفرزندش زندگی می کرد، ابتدا تردید داشتم بنابر این از وی مهلت خواستم تا شناخت کافی از هم پیدا کنیم اما او عجله داشت و می گفت که هر چه زودتر زندگی مشترک را آغاز کنیم.» این نوعروس جوان افزود: «هنوز ۱۰ روز از زندگی مان نگذشته بود که رفتارهای خشونت‌آمیز همسر من نمایان شد. او مرا تحت شکنجه جسمی و روحی قرار می‌داد حالا هم به شدت از این

وصلت پشیمان هستم و تقاضای طلاق دارم» (منبع خبر: روزنامه ایران).

● **ویژگی های مردانی که دست‌بزن دارند**
شاید برای تان سوال باشد چرا برخی مردان دست به چنین اقدام فجیعی می‌زنند؟ کدام دسته از مردان این کار را انجام می دهند؟
گروه اول مردانی که اختلال شخصیتی دارند. این افراد دارای افکار ناسالم هستندو البته از نظر خودشان رفتارهای شان کاملاً طبیعی و سالم است. آن‌ها خیلی زود از کوره در می‌روند و در کنترل رفتارشان ناتوان هستند. این افراد به راحتی در چند برخورد شناخته می شوند.
گروه دوم مردان معتاد؛ این اعتیادی می‌تواند به مواد مخدر یا الکل یا هر ماده روان گردان دیگری باشد. این افراد مستعد

می ترسم در جلسه دفاع از پایان نامه ام افتضاح به بار بیاورم

دانشجوی ارشد هستم و از زمانی که وارد دوره کارشناسی ارشد شدم، استرس زیادی به من دست داد که نتوانم موفق شوم و شکست بخورم. نمراتم در حال حاضر بد نیست و تازه موضوع پایان نامه را مشخص کردم ولی می ترسم در جلسه دفاع از پایان نامه ام افتضاح به بار بیاورم. می ترسم در آینده شغل هم پیدا نکنم. پسر هستم و ۲۶ ساله. راهنمایی ام کنید که چه کنم؟

دکتر مهدی سوداوری | روان شناس و مدرس دانشگاه

مشاوره فردی

مخاطب گرامی، گفته‌ایداز زمان ورود به کارشناسی ارشد، استرس زیادی را تجربه می کنید چرا که نگران موفق نشدن و شکست هستید. شما باید بدانید که اضطراب و استرس دو مقوله کاملاً مجزا هستند اما چون علایم یکسانی دارند، معمولاً یکسان قلمداد می شوند. با توجه به آن چه در پیامک تان بیان کرده‌اید،

فکر می کنم مشکل شما اضطراب بی کفایتی یا ناکامی باشد نه ترس و استرس. در ادامه، نکاتی در همین باره مطرح خواهد شد.

● با اضطراب بی کفایتی آشنا شوید

در این نوع اضطراب (اضطراب بی کفایتی یا ناکامی) فرد خود را به قدر کافی خوب نمی داندو همواره به دنبال دلایلی است که ممکن است باعث شکست شوند. چند دلیل

برک سبز، سند و کارت و پلاک موتور سیکلت هوندا مدل ۹۰ به شماره پلاک ۷۷۸۸-۷۶۵ و شماره موتور 1050711 و شماره تنه 90102 به نام مهدی وطن دوست به شماره ملی ۰۸۴۹۸۵۳۲۲۲ و مفقود و فاقد اعتبار است.	برک سبز، سند و کارت و پلاک موتور سیکلت هوندا مدل ۸۹ به شماره موتور ۱62FMJ۰D677947 و شماره تنه ۱50N8900692 به نام مهدی وطن دوست به شماره ملی ۰۸۴۹۸۵۳۲۲۲ و مفقود و فاقد اعتبار است.
---	--

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالانه شرکت سهامی تولید و عمران کشاورزی (سهامی خاص) ثبت شده به شماره ۱۳۷ ثبت شرکتهای شهرستان نیشابور و شناسه ملی ۱۰۸۶۰۴۴۱۲۶۲

بدینوسیله از کلیه سهامداران محترم دعوت می گردد تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالانه در تاریخ ۲۸ تیرماه ۱۴۰۲، ساعت ۶ بعدازظهر در محل دفتر شرکت سهامی تولید و عمران کشاورزی (دامداری دشت)، واقع در کیلومتر ده جاده نیشابور-مشهد به کدپستی ۹۳۱۵۱۶۷۹۵۷، تشکیل خواهد شد حضور بهم رسانند.

دستور جلسه :

- تقدیم ترازنامه سال مالی ۱۴۰۱ شرکت به مجمع عمومی سالانه توسط رئیس هیئت مدیره.
- گزارش مدیرعامل و بازرس شرکت از عملکرد سال مالی ۱۴۰۱.
- تصویب ترازنامه سال ۱۴۰۱.
- تصمیم در مورد نحوه تقسیم و پرداخت سود سهام.
- انتخاب کفتر بازرس اصلی و یک نفر بازرس علی البدل به مدت یک سال.
- شور و مشورت در مورد خط مشی آتی شرکت.

هیات مدیره شرکت سهامی تولید و عمران کشاورزی

رفتارهای تکانشی و خشونت‌آمیز هستند. زن و فرزند هم سهل الوصول ترین کسانی هستند که برای آرام کردن خودشان به آن‌ها دسترسی دارند.

گروه سوم مردانی که کتک‌زدن را به عنوان یک الگوی رفتاری در خانواده آموخته‌اند. این‌ها معمولاً ز پدر یا برادر بزرگ‌تر کتک خورده‌اند یا ناظر کتک خوردن مادرشان بوده‌اند. کتک‌زدن برای این افراد کوتاه‌ترین راه برای تربیت یا تغییر رفتار دیگری است چون تربیت صحیح، صبوری و آرامش و احترام می‌خواهد که این افراد توانایی خرج آن را ندارند.

گروه چهارم افرادی هستند که کتک‌زدن نوعی واکنش به احساس حقارت درونی‌شان است. آن‌ها معتقدند همسرشان نباید کاری بکند که آن‌ها عصبانی شوند و حالا که ناراحتشان کرده باید کتک بزنند!

● **اصول تشخیص دست‌بزن داشتن خواستگار**
آیا واقعا می‌توان قبل از ازدواج پی برد که مردی دست‌بزن دار دی‌خیر؟ واقعیت این است که در جلسات خواستگاری و اوایل آشنایی همه مودب و متین هستند. هیچ مردی فحاشی نمی‌کند و رفتارهای خشونت‌آمیزی ندارد. بدون تعارف باید گفت در بیشتر اوقات با تحقیقات از همسایه‌ها هم چیز خاصی عاید کسی نمی‌شود. بنابر این بهتر است دختر و خانواده‌اش با احترام، حرف‌هایی مخالف نظر خواستگار مطرح و بررسی کنند که واکنش او چگونه است؟ آیا از کوره در می‌رودو عصبانی می‌شود؟ اگر بیرون رفتن با نظارت خانواده‌ها برای دوطرف مقدور باشد، طرز رانندگی و واکنش مرد در برابر سایر راننده‌ها می‌تواند خشمگین بودن یا نبودن را تا حدی نشان دهد. می‌توان از او پرسید هر وقت ناراحت می‌شی، به شکستن چیزی یا مشت زدن و... فکر می‌کنی تا آروم بشی؟ همچنین بررسی سطح خانوادگی و رفتار والدین یا یکدیگری می‌تواند تا حدی کمک کننده باشد. اگر به خواستگاری شک کردید، می‌توانید بپرسید چقدر و چگونه کتک‌زدن را کتک کاری می‌دانند؟ آیا هل دادن یا سیلی‌زدن، اسمش کتک‌زدن است؟ خشونت از نظر شما به چه معناست؟ با سوال‌های این چنینی می‌توان یک شناخت حداقلی از دیدگاه طرف کسب کرد.

● **کاش با خواستگار عجلو از دواج نمی کرد**
این خانم در دادگاه خانواده گفته: «از وی مهلت خواستم تا شناخت کافی از هم پیدا کنیم اما او عجله داشت و می‌گفت که هر چه زودتر زندگی مشترک را آغاز کنیم». گاهی پیش می‌آید که یک خواستگار بسیار عجله دار دو می‌خواهد زودتر قضیه جمع شود. همان‌طور که معطل کردن بی دلیل خواستگار هیچ توجیهی ندارد، عجله کردن بیش از حد هم منطقی نیست. شاید طرف واقعا مشکلی دارد که با طولانی شدن زمان دستش‌رو می‌شود. در این مواقع خانواده دختر باید بدون توجه به حرف‌های خواستگار، برای شناخت او دقت کافی را به خرج دهند.

مسائل را به خدا بسپارید زیرا در کنترل شما نیستند. هیچ فردی نمی‌داند تا چندسال آینده اوضاع اقتصادی کشور چگونه خواهد شد و چه آینده شغلی برای شما، رقم خواهد خورد.

● شکست را هم بخشی از زندگی بدانید

آیا آن‌چه از خود انتظار دارید، واقعا قابل حصول است؟ بلندپروازی خوب است باعث پیشرفت می‌شود، اما انتظارات غیر واقعی فقط باعث اضطراب می‌شوند. اگر انتظار انجام کاری بی‌نقص را دارید، قاعدتا غیر ممکن است. دوره‌ارشد برای آموزش اصول اولیه تحقیق و پژوهش طراحی شده است، پس قرار نیست کاری بی‌عیب و نقص ارائه شود. در انتها یادتان باشد که شکست هم بخشی از زندگی است و نمی‌توان از آن گریخت. فقط فردی که کار انجام نمی‌دهد، از شکست مصون است.

عمده برای ایجاد این حالت وجود دارد. نداشتن عزت‌نفس کافی، استانداردهای غیر واقع‌بینانه، تمرکز بیش از حد روی نتیجه و... از جمله آن‌ها هستند. همه ما تجربه شکست داریم، پس باید از آن‌ها درس بگیریم. شما یک فهرست از توانایی‌ها و نقاط ضعف خود تهیه کنید. خواهید دید که احتمالا تمام چیزی را که برای موفقیت لازم است، در خود دارید یا قابل بهتر شدن هستند.

● در حال حاضر نگران شغل نباشید

نتیجه معمولاً در اختیار ما نیست. مثلاً ترس از پیدا نکردن شغل که در سوال شما هم بود، این موضوع به عوامل زیادی مثل شرایط اجتماعی- اقتصادی زمان دانش‌آموختگی شما، توان علمی شما و... بستگی دارد. شما تنها روی دانش و تلاش خود کنترل دارید. پس آن را به نحو احسن انجام دهید، بقیه

تربیت فرزند

تربیت فرزند

تربیت فرزند

بیش از ۴۰ درصد از کودکان تا ۴ سالگی به یکی از اختلالات روانی مبتلا می‌شوند. اختلال بیش‌فعالی، شایع‌ترین اختلال سلامت روان در میان کودکان پیش دبستانی است. اما والدین چگونه می‌توانند بفهمند که آیا رفتاری که در فرزندشان می‌بینند نشانه اختلال کم‌توجهی یا همان بیش‌فعالی است یا صرفاً خلق و خوی و نوسانات رفتاری یک کودک نوپا؟

● **این ۴ علامت را جدی بگیرید**
«مارک ماهون»، مدیر عصب روان شناسی مؤسسه‌کندی کریگر در بالتیمور آمریکا، والدین را تشویق می‌کند تا به رفتار کودک نوپا توجه زیادی داشته باشند و اگر ۴ علامت را دیدند، بی‌توجه از کنار ماجرا نگذرند:
۱ کودک از فعالیت‌هایی که نیاز به توجه بیش از یک یا دو دقیقه دارد، بیزار است یا از آن اجتناب می‌کند. او علاقه خود را زود از دست می‌دهد و تنها پس از چند لحظه به سراغ چیز دیگری می‌رود.
۲ زیاد صحبت کردن و ایجاد سروصدای بیشتر نسبت به سایر کودکان همسن .
۳ کودکان مبتلا به اختلال بیش‌فعالی ممکن است تا ۴ سالگی نتوانند روی یک پا بپرند. آن‌ها تقریباً همیشه بی‌قرار هستند، دایم روی صندلی می‌پنجند یا پاهای خود را تکان می‌دهند. آن‌ها اصرار دارند که باید

پس از چند دقیقه نشستن برخیزند.
۴ چنین کودکانی ممکن است خیلی سریع با غریبه‌ها گرم شوند یا بدون ترس وارد موقعیت‌های خطرناک شوند. آن‌ها می‌توانند با همبازی‌هایشان پر خاشاگر باشند یا به خاطر سرعت حرکات‌شان، آسیب ببینند.

● **درمان‌های ایمن و موثر این اختلال**
مدیر عصب روان شناسی مؤسسه‌کندی کریگر در پایان گفت: «اگر والدین این علایم را مشاهده می‌کنند و درباره رشد کودک خود نگران هستند، باید با روان‌شناس کودک و نوجوان مشورت کنند. درمان‌های ایمن و مؤثری وجود دارد که می‌تواند به مدیریت علایم، افزایش مهارت‌های مقابله و تغییر رفتارهای منفی برای بهبود موفقیت تحصیلی و اجتماعی کمک کند.»

برای نوشتن این مطلب از «مهر» کمک گرفته شده‌است

۸ ویژگی معنادان به قضاوت زود هنگام

یکی از مهم‌ترین اصول ارتباطات بین انسان‌ها، قضاوت نکردن زود هنگام دیگران است. این یک عادت رایج است که بیشتر ما درگیر آن هستیم. «مگان مارکوم»، روان‌شناس، برخی از ویژگی‌های افرادی را که اعتیاد به قضاوت زود هنگام دارند، فهرست کرده‌است:

- بیش از حد انتقادی هستند.
- بدون دانستن تمام حقایق، فرضیات منفی دارند.
- دنبارا فقط از طریق تعصبات شخصی می‌بینند.
- با دیگران همدلی ندارند.
- دیگران را بی‌ارزش می‌کنند تا احساس برتری کنند.
- دیگران را همیشه به عنوان مخالف یا رقیب می‌بینند.
- بیشترشان از زندگی ناراضی هستند.
- مدام خود را با دیگران مقایسه می‌کنند.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۰۹۳۵۴۴۹۴۵۷۶ و تلگرام ۲۰۰۹۹۹۹

من با نظرمدیربزر درپایه تایتان درباره ایمنی موافقم. بالاخره ایمنی صد در صدی حتی اگر از توخونه‌ات هم نیای بیرون، باز ممکنه شدنی نباشه و خطراتی تهدیدت کنه.

مامان‌ها اگر خبر «آشپزی با اجاق گاز خانگی و خطر ابتلا به سرطان خون» را ببینن، عالی می‌شه و مجبور می‌شن برا مون هر روز از بیرون غذا بگیرن!

افسردگی این قدر در کشور ما زیاده که مردم اصلا به عنوان بیماری نمی‌شناسن و

بیشتر از این که جدیش بگیرن، باهاش شوخی می‌کنن. مربوط به مطلب «ترسناک‌تر شدن افسردگی تا ۲۰۳۰»

* خیلی عجیبه که در مطلب صفحه سلامت برای بهترین روش‌های حذف چروک دور چشم، به پوتا کس اشاره نکردین!

ماوشما: مطلب مربوط به روش‌های خانگی بود.

* سالروز تولد روزنامه خراسان را به تمام دست‌اندرکاران مخصوصاً خبرنگاران و اعضای تحریریه و به ویژه صفحه‌جدول و زندگی‌سلام و خلاصه همگی تبریک می‌گویم و مبارک‌باشد.

از مشترکان پرو پاقرص شما

برک سبز و سند کمیانی را تا 1۷05P مدل ۱۴۰۱

به شماره انتظامی ۷۴-۱۸۸ و ۳۶ و شماره موتور 188B0003006 و شماره شاسی 340733NAAU514E2NT به نام علی شاسی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۳۰۲۰۷۵۶/۱

واحد صفحه آرای پی روزنامه خراسان سفارش می‌پذیرد

۵۱۳۲۰۰۹۳۹۰ layout@khorasannews.com

مناقضه عمومی یک مرحله ای

فراخوان پروژه توسعه و تکمیل مجتمع فرهنگ و هنر انقلاب اسلامی

حوزه هنری سازمان تبلیغات اسلامی خراسان رضوی در نظر دارد فراخوان پروژه توسعه و تکمیل مجتمع فرهنگ و هنر انقلاب اسلامی به شماره ۰۵۲۱۳۰۰۰۰۱۲۰۲۰ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پلکتهای از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد. متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه، نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.

مواعد زمانی:

- تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۲/۰۴/۰۳

- مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۲/۰۴/۰۶

- مهلت ارسال پیشنهادهای: ۱۴۰۲/۰۴/۱۹

- زمان بازگشایی پاکت‌ها: ۱۴۰۲/۰۴/۱۹

نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار: فقط ضمانت نامه بانکی یک ماهه به مبلغ ۱,۴۹۵,۳۰۰,۰۰۰ ریال

اطلاعات تماس و آدرس: مشهد-بلوار هاشمیه- بین ۲۰ و ۲۲- حوزه هنری خراسان رضوی به شماره تلفن ۳۸۸۳۰۳۶۲

- زندگی سلام
- یک شبه
- ۴۱۴۰۲
- عذی الحجه ۱۴۴۴
- ۲۳ ژوئن ۲۰۲۳
- شماره ۲۴۶۴

خانواده و مشاوره

۳