

# تک چرخ زدن های مرگبار

**چندین ویدئو از تک چرخ زدن با موتور**

**به شیوه های عجیب و خیلی خطرناک در**

**شبکه های اجتماعی پر بازدید شده؛ پای**

**طر حواره نقص و شرم در میان است؟**



دکتر سیدعلی ظریفی | روان شناس

محوری

حتما در خیابان، موتورسوارهایی را دیده اید که به شیوه های بسیار خطرناک تصمیم به تک چرخ زدن می گیرند در حدی که شما حاضر به دیدن آن صحنه ها نیستید چون می ترسید هر لحظه اتفاق بسیار تلخی برای راکب موتور بیفتد. به تازگی چند ویدئو در شبکه های اجتماعی پربازدید شده که افرادی مبدع شیوه های بسیار عجیب، خطرناک و مرگبار تر تک چرخ زدن شده اند. کاربری در کامنتی پربازدید در همین باره نوشته است: «هیچ وقت نفهمیدم چرا جون خودشون رو به خطر می اندازن این جوونا؟ خیلی به مهارت شسون اطمینان دارن یا از زندگی شون سیر نشدن؟» این رفتارها از منظر روان شناسی قابل بررسی است.

**نیازهایی که در کودکی پاسخ داده نشده است** هر کدام از ما از تولد شبیه یک بوم نقاشی سفید رنگ هستیم که هیچ طرح و نقشی نداریم. اما به مرور زمان و با اطلاعاتی که از دنیای اطرافمان دریافت می کنیم،

طر حواره شرم و نقص می شوید.

**اثبات ویژگی های خود با رفتارهای عصیانگر** اگر طر حواره نقص و شرم را به زبان ساده تعریف کنیم، باید بگوییم افرادی که با این طر حواره ذهنی روبه رو هستند، احساس می کنند در مهم ترین جنبه های زندگی خودشان، افرادی منفور، نامطلوب، بی ارزش و ناقص هستند. این احساس در حالتی به وجود می آید که نیمی از این احساسات و تصورات نامطلوب در باره خود، فقط تصور درونی بیمار است و در بسیاری از موارد واقعیت ندارد. این افراد متأسفانه نتوانسته اند از خانواده خود تائیدیه شخصیتی دریافت کنند و ترجیح می دهند برای اثبات ویژگی های خود، رفتارهای عصیانگر در جامعه انجام دهند. یکی از این رفتارها تک چرخ زدن موتورسوار هاست که با جان خودشان و دیگران بازی می کنند.

**در جست و جوی هیجان، جلب توجه و تمجید**

چنین موتورسوارانی معمولاً برای جلب توجه دیگران و از روی غرور و برای نشان دادن مهارت رانندگی خود اقدام به چنین کاری می کنند. برای این افراد در آن لحظه مهم نیست چه خطرانی آن ها را تهدید می کند و اصلاً به این ماجراها فکر نمی کنند و صرفاً برای شان این مهم است که دیده شوند و به اصطلاح مهارت رانندگی خود را به رخ دیگران بکشند تا تمجید شوند. بعضی دیگر تک چرخ زدن را یک هیجان می دانند که شبیه پرواز کردن است. طبیعتاً چنین شیوه هایی برای تخلیه هیجان، صحیح نیست و فرد نباید برای پاسخ به این نیاز طبیعی، جان خود یا اطرافیان را به خطر بیندازد. **مبتلایان به شخصیت نمایشی** افرادی که دست به رفتارهای نمایشی می زنند تمایل زیادی برای جلب توجه دارند و عموماً برای قرارگیری در مرکز توجهات، رفتاری چشمگیر یا نامناسب از خود نشان می دهند. فرد مبتلا به شخصیت نمایشی متوجه نامناسب بودن رفتار و هنجار شکنی های خود نیست. افرادی که دارای اختلال شخصیت نمایشی هستند، افرادی با مشکلات پرن رنگ هستند که

ظاهر آن ها مشخصاً حاکی از حالات درونی آن هاست. جالب است بدانید مبتلایان به این اختلال، احساس گناه ناشی از ارتکاب عمل بدو خطرناک و همچنین احساس شرم و مسئولیتی در قبال رفتار خود ندارند.

**با چنین موتورسوارهایی چه کنیم؟**

**۱ خانواده ها باید در گیر فرایند درمان این افراد شوند!** قبل از هر چیز برای درمان این افراد باید خانواده آن ها را درگیر این فرایند کرد چرا که باید در واقع فرهنگ یک خانواده را اسلم سازی کرد تا جوان یا نوجوان شان دست به چنین اقدام هایی نزنند.

**۲ سرزنش این راکب ها نتیجه معکوس می دهد!** افراد با انجام چنین حرکات خطرناکی در جامعه، مورد سرزنش واقع می شوند و برای مقابله با این تحقیرها سعی در انجام مجدد این رفتارها دارند.

**۳ نیاز به توجه را در آن ها پاسخ دهید!** در بیشتر اوقات افراد با تک چرخ زدن و سایر حرکات نمایشی در واقع قصد تخلیه خشم درونی خود را ضا کردن احساس اقتدار را در وجودشان دارند. برای درمان و برخورد با این افراد سعی کنید محیط خانه و خانواده ای سالم را شکل دهید تا این حس جلب توجه در شرایط دیگری حل و برطرف شود تا شاهد رفتارهای نامتعارف دیگری نباشیم.

**۴ از یک روان شناس کمک بگیرید!** گاهی برخی جوان ها و نوجوان ها دارای افسردگی های دو قطبی هستند و زمانی که دچار سرخوشی می شوند، این تیپ رفتارها را انجام می دهند. برخی جوانان هم از مواد مخدر و الکل استفاده می کنند که این رفتارها را تشدید می کند. برخی دچار اختلال سکون هستند و به شکستن هنجارهای اجتماعی علاقه دارند و عده ای هم بیش فعالی درمان نشده از دوران کودکی دارند که این رفتارها می تواند علایم اختلالات روانی در آن ها باشد و با عبور از دوران نوجوانی و جوانی هم برطرف نمی شود. این رفتارها می تواند به عنوان یک هشدار و یک چراغ قرمز برای مراجعه به روان شناس باشد.

## مادر شوهرم اشتباه ۱۵ سال پیشم را مدام توی سرم می کوبد

خانمی ۳۷ساله.مادر شوهری دارم که اشتباهاتم را فراموش نمی کند. مثلاً ۱۰ یا ۱۵ سال پیش یک بار آمد خانه ما و من چون جایی قول دادم، باید می رفتم. همان موقع هم خیلی عذرخواهی کردم ولی ا یادش نمی رود و بارها همین را توی سر من موبده است. نمی دانم با این رفتارهایش چه کنم؟ بچه هایم هم می گویند که حق با من است.

**فریبا البرز** | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

فریبا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

بعضی اوقات مشکلات جدی بین عروس و مادر شوهر به وجود می آید که گاهی کاملاً ناخواسته و بدون منظور هم هست. اما در دراز مدت این کدورت ها می تواند صدمات بسیار زیادی به روابط بزند. حال شما به عنوان یک عروس باید چه کنید؟

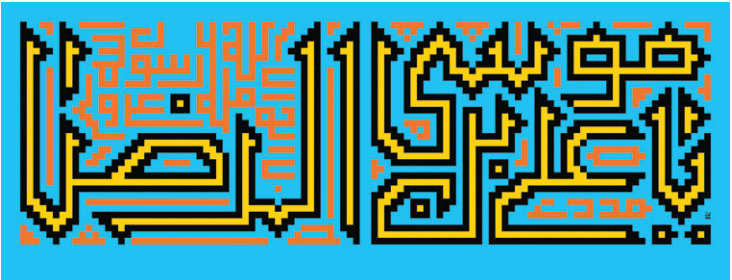
**بچه های تان را در گیر نکنید**

گفته اید بچه هایم هم می گویند که حق با من است اما شما باید در این موضوع، سیاست داشته باشید یعنی ناراحتی از مادر شوهر را به فرزندان منتقل نکنید. در انتقال آن به شوهرتان هم نباید آن قدر واکنش های تکانشی از خود نشان دهید که مسئله تبدیل به بحران شود.

**عوامل در دسر ساز را شناسایی کنید**

شما به این باور رسیدهاید که در بعضی موارد دمثال وقتی او به خانه شما می آید، رفتار هایتان برایش مهم است. بنابر این اگر اتفاقی خلاف این بیفتد و شرایطش جور شود، مادر شوهرتان به قول خودتان، ماجراجراتوی سرتان می کوبد. پس کاملاً آگاهانه شرایط را کنترل و مدیریت کنید. در واقع علاج واقع را قبل از وقوع کنید!

چهارشنبه های امام رضایی (ع)



### عاقبت فرق گذاشتن بین فقیر و غنی



جوادرستمی | کارشناس مذهبی

امام رضا(ع) فرمودند: «هر کسی در دیدار و سلام بین مسلمان فقیر با غنی تفاوت بگذارد، روز قیامت خداوند را در حالی ملاقات می کند که بر او خشمگین است» (عیون اخبار الرضا، ج ۲، ص ۵۷). بعضی از ما در تعامل با دیگران به میزان ثروت و ثروت فرد به او احترام می گذاریم در صورتی که ثروت و غنای واقعی انسان به تفکر و تغفل او بر می گردد، به اعمال و رفتارش نسبت به خانواده و اجتماع، نه مادیاتی که فانی و دنیایی است. چه ارزشی دارد که ملاک های مادی را برای برخورد با انسان ها به عنوان معیار اصلی قرار دهیم که هم به دور از انصاف و انسانیت است و هم در نهایت به فرموده امام رضا(ع)، فردای قیامت مورد غضب الهی قرار بگیریم.

## چیزهایی که در تابستان نباید در خودرو جا گذاشت

در طول تابستان بهتر است خودروی خود را خالی کنید و هر چیزی را که می تواند خطرناک باشد، از آن خارج کنید

یک متخصص خودرو اقلایم را که در تابستان نباید در خودرو جا گذاشت چون می تواند باعث آسیب جدی شوند، به شماره ۰۲۱ گره الکاک، مدیر بازاریابی یک موسسه کرایه خودرو، به روزنامه «سان» می گوید: بسیاری از مردم متوجه نیستند اگر این اقلام را در هوای گرم در خودرو رها کنند، چقدر می تواند خطرآفرین باشد. او خاطرنشان می کند که بیشتر بریتانیایی ها به تابستان مرطوب عادت دارند اما در سال های اخیر که بالاتر رفتن دما را شاهد بوده ایم، رانندگان باید از خطرات مرتبط با خودرو در هوای گرم هم آگاه باشند. در طول تابستان بهتر است خودروی خود را خالی کنید و هر چیزی را که می تواند خطرناک باشد، از آن خارج کنید. در ادامه هفت قلم را که نباید در تابستان در خودرو جا بگذارید، بر می شمیریم.

- ۱ کرم ضد آفتاب** | از آن جا که بیشتر مردم فقط در هوای گرم از ضد آفتاب استفاده می کنند، بنابر این ممکن است عجیب به نظر برسد که توصیه شود آن را در گرما رها نکنید. اما در ضد آفتاب چنانچین ماده هستند که اگر در خودروی داغ باقی بمانند، می توانند تخریب کنند. و از کارایی ضد آفتاب بکاهند و در نتیجه از پوست در مقابل اشعه های بویوی (UV) محافظت نکنند.
- ۲ بطری آب پلاستیکی** | همه می دانیم که حفظ آب بدن در تابستان مهم است اما بطری های پلاستیکی آب که در گرما باقی می ماند، می توانند آکنش شیمیایی داشته باشند و مواد شیمیایی سمی مانند آنتیموان از آن ها به آب نشت کند. آنتیموان می تواند به چشم و پوست آسیب برساند و برای ریه، قلب و معده مشکلاتی به وجود بیاورد. اگر باید در خودرو بطری آب داشته باشید، بهتر است یک بطری قابل استفاده مجدداً از جنس فلز، شیشه یا پلاستیک بدون پی پی ای (BPA) تهیه کنید.
- ۳ فندک** | هر چند یک فندک باتوجه به اندازه کوچکش بی ضرر به نظر می رسد، اگر در هوای گرم در خودرو باقی بماند، خطر بروز آتش سوزی چندان دور از ذهن نیست. به طور کلی بهتر است مایعات قابل اشتعال را مخصوصاً در تابستان از وسیله نقلیه خود دور نگه دارید.
- ۴ دارو** | برخی داروها مانند انسولین و تعدادی از آنتی بیوتیک ها باید در یخچال نگهداری شوند. بعضی از آن ها هم نباید در دمای بیش از ۲۵ درجه سانتی گراد باقی بمانند. گر مامکن است داروها را خراب، بی فایده یا حتی مضر کند. همیشه بسته بندی دارو را بررسی کنید تا نحوه نگهداری صحیح آن را بدانید.
- ۵ عینک آفتابی** | عینک آفتابی یکی دیگر از ضروریات تابستانی برای رانندگان در سراسر جهان است، اما آن را هم نباید در ماشین گرم رها کرد. اگر عینک آفتابی را در گرما رها کنید، ممکن است شیشه آن خط بیفتد و تاب بردارد یا حتی بشکند. قاب پلاستیکی عینک نیز ممکن است در اثر گرما تغییر رنگ دهد و تاب بردارد.
- ۶ قوطی نوشابه در بسته** | هیچ چیز به اندازه یک نوشیدنی خنک گازدار در تابستان نمی چسبد. اما قوطی یک نوشیدنی گازدار که در خودروی داغ باقی می ماند، می تواند در فضای بسته منفجر شود و یک خرابکاری اساسی همراه با بوی بدو چسبندگی به جا بگذارد.
- ۷ تلفن همراه** | در طول تابستان، دمای داخل خودرو تقریباً دو برابر دمای بیرون افزایش می یابد. اگر باتری گوشی خیلی داغ شود، ممکن است خراب شود و هزینه سنگینی روی دست شما بگذارد.

**ما و شما**

راه ارتباطی با زندگی سلام

پیامک ۰۹۹۹۲۰۰۰ و تلگرام ۰۹۵۶۴۳۴۹۳۸

\* درباره پرونده تیم های ریشه دار، همین استقلال و پرسپولیس هم اگر دولتی نبودن، تا حالا صدبار ورشکسته و منحل شده بودن.

\* درباره تبلیغ نوشابه انرژی زا به عنوان نوشیدنی نشاط آور در تلویزیون، همه می دونن که تلویزیون همه چیز تبلیغ می کنه دیگه، از چیپس و پفک بگیر تا نوشابه. تبلیغ در تلویزیون که نشانه سلامت غذا و مفید بودنش نیست.

\* در ازای غار «دونگ سون» تقریباً ۵ کیلومتره که در ریختن زندگی سلام قید شده ۵ هزار کیلومتر!!!

**ما و شما:** مخاطب گرمی، طول این غار همان طور که شما اشاره کردید، ۵ کیلومتر

سند کمیانی خودرو سواری هاچ باک سیستم فونیکس تیپ TIGGO ۷ PROAT مدل ۱۴۰۱ مشکی - متالیک به شماره ۷۴-۷۲۱ د ۸۳ به شماره موتور ۱۸۳۲۵ CBKN ۰۱۵CCKN به شماره شاسی ۱۲۹۶۴ NATGBACJAN۱ نام عباس موسی زاده کریم آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۳/۰۳/۰۳

واحد صفحه آرایبی روزنامه خراسان سفارش می پذیرد

۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰ ☎ layout@khorasannews.com



زندگی سلام  
چهارشنبه  
۳۱ تیر ۱۴۰۲  
۲۳ شهریور ۱۴۴۴  
۱۲ جولای ۲۰۲۳  
شماره ۲۳۷۸

خانواده و مشاوره