

پیامبر اکرم (ص) فرمودند: از حرص بپرهیزید زیرا پیشینیان را به خونریزی و قطع رحم کشانده است.

بر گرفته از «فاتح الحیاة، فصل خوشاوندان

آسیب های روان شناختی تلاش والدین برای تربیت کودک نخبه به بهانه معرفی نابغه ۱۰ ساله در برنامه «حالا خورشید»

وظیفه شما تربیت کودک نخبه نیست!

دکتر مهدی سوداوری، روان شناس

به تازگی در برنامه «حالا خورشید» که هر روز ساعت ۷ صبح از شبکه ۳ پخش می شود، کودکی ۱۰ ساله به عنوان نخبه و مخترع معرفی شد. ویدئوی



قسمت هایی از این برنامه در

شبکه های اجتماعی بازنشر بالایی داشت و حالا صرف نظر از صحت و سقم قضیه و این که آیا واقعا مهمان ۱۰ ساله برنامه از تسلا موتورز و ولوو پیشنهاد کاری دارد یا خیر، باید دانست که نشان دادن این موارد از رسانه ملی تبعاتی روان شناختی در پی دارد. احتمالا بیشتر خانواده ها با دیدن این برنامه، حسرت می خورند که چرا کودک آن ها نابغه و مخترع نیست و تلاش خواهند کرد تا چنین کودکی را تربیت و روانه جامعه کنند. در ادامه به عوارض پدیده تربیت کودک نخبه می پردازیم.

● آسیب های تلاش والدین برای تربیت کودک نخبه

امروزه بسیاری از والدین تمام تلاش خود را می کنند تا کودک شان نخبه و به اصطلاح موفق شود. کتاب های آموزشی، سی دی های پرورش ضربیه هوشی نوزاد، اسباب بازی های پرورشی و... جزو پرفروش ترین کالا های کودکان هستند. غافل از این که وظیفه والدین تربیت کودک نخبه نیست بلکه تربیت کودک ک شاد و راضی است. کودکی که توان حل مشکلات روزمره را داشته باشد، توان ارتباط موثر با همسالان را داشته باشد، از همان چیزی که دارد لذت ببرد و به دیگران حسادت نکند، موفق ترین کودک است.

● انزوای شدیدی

اولین عارضه کودک نخبه، قطع ارتباط او با همسالان است. به طور مثال، همین مهمان برنامه «حالا خورشید» که فقط ۱۰ سال سن داشت، می گفت که به مدرسه نمی رود چون دانشش در سطح استاد دانشگاه است. قاعدتاً یک کودک ۱۰ ساله نمی تواند دوست یک فرد بزرگ سال باشد، بدون مدرسه رفتن هم دوست همسن نخواهد داشت پس دچار انزوای شدیدی می شود.

● سرخوردگی

دومین عارضه این است که پیشرفت علمی یا شغلی در هر سنی چالش ها و مشکلات ریز و درشتی را به همراه خواهد داشت. حال آیا یک کودک توان روحی روانی مقابله با این چالش ها را دارد؟ هنگامی که به عنوان متخصص نظری را بر از می کنیم اما دیگران نمی پذیرند، حس سرخوردگی ایجاد می شود. آیا یک کودک ۱۰ ساله توان مدیریت این احساسات را دارد؟ پاسخ، روشن به نظر می رسد و آسیب آن چیزی جز سرخوردگی نخواهد بود.

● خارج شدن از مدار رشد طبیعی

چالش بعدی پدیده کودک نخبه، از بین رفتن رشد طبیعی کودک است. رشد سریع در یک حیطه، باعث توقف رشد در موارد دیگر می شود. کودکی که تمام وقت و انرژی خود را برای درس خواندن می گذارد، قاعدتاً بازی و بسیاری از برنامه های اوقات فراغتش را از برنامه حذف می کند. در نتیجه مواردی مانند کار گروهی، حل تعارض هنگام بازی و... را یاد نخواهد گرفت. بازی، تلف کردن وقت کودک نیست، یک تمرین بی خطر برای تحمل و حل مشکلات زندگی در بزرگسالی است.

● احساس تعلق نداشتن به هیچ گروه سنی

بعضی از کودکان نخبه، در بزرگسالی دچار بیماری های شدیدی روحی روانی می شوند زیرا به هیچ جا احساس تعلق ندارند. از یک سو در جمع همسن های خود پذیرفته نمی شوند چون مهارت ها و اطلاعات لازم را ندارند و احتمالاً حتی یک فوتبال ساده را نیز بلد نیستند، از سوی دیگر، چون کودک هستند در جمع بزرگسالان هم پذیرفته نمی شوند. ممکن است برای یک ساعت، در خور د محبت آمیز دریافت کنند اما سریع فراموش می شوند. قاعدتاً در یک دانشگاه یا یک کمپانی عظیم صنعتی که بزرگترین افراد در آن جاحضور دارند، به صحبت های یک کودک توجهی نخواهد شد.

● ناامیدی زودرس

حتی در صورت گذر از تمام این مشکلات، معمولاً افراد نخبه یا کسانی که باور کرده اند نخبه هستند (دانش آموزان دانشگاه های بنام، مدارس تیزهوشان و...) توان کار گروهی را ندارند، باز خورد دیگران را نمی پذیرند و در نتیجه از رشد باز خواهند ماند. گروهی که تمام افراد آن متوسط هستند، کارایی بیشتری از گروهی که همه خود را نخبه می دانند و دیگران را قبول ندارند، خواهند داشت. از سوی دیگر، افراد نخبه انتظار دارند که از پس همه مشکلات برآیند. بنابراین پس از برخورد با اولین مشکل حل نشدنی (به طور مثال در حیطه روابط شخصی) یا ناامید می شوند و خود را ناتوان احساس می کنند یا دست از تلاش بر می دارند که اگر من نتوانم حل کنم، پس دیگر هیچ فردی نمی تواند در حالی که هر شخصی در یک حیطه توانایی دارد.

● مهم ترین وظیفه تربیتی والدین

مهم ترین وظیفه والدین، پرورش کودک شاد و خوشحال است که بتواند از زندگی لذت ببرد نه کودک نخبه ای که همواره خود را با دیگران مقایسه کند، حسرت بخورد، حسادت کند و هیچ وقت از هیچ چیزی راضی نشود. والدین گرامی نباید فراموش کنند که کودک باید خود را بپذیرد، نقاط قوت و ضعف خود را بشناسد و یاد بگیرد برای بهبود شخصیت خود تلاش کند.

خانواده ام بعد از آمدن حکم جلبم، حمایت نکردند



مردی هستم که سه ماه بعد از ازدواجم، دایی زنم از من ۳۲ میلیون تومان کلاهبرداری کرد. همسر من هم به عنوان شاهد همکاری نکرد. چهار سال گذشته است و من هنوز روی آرامش روان ندارم. حکم جلب برای من آمد و هیچ کدام از افراد خانواده ام حمایت نکردند. الان در فکر طلاق هستم.



حسین محرابی مشاور

برادر گرامی، ضمن ابراز تأسف بابت این که در ابتدای زندگی مشترک شما چنین اتفاقی برایتان رخ داده است، با این که نگفته اید چرا بعد از گذشت چهار سال آرامش ندارید و همچنین درباره دلایل از بین رفتن این آرامش و همکاری نکردن خانواده خودتان نیز توضیحی نداده اید، نکاتی را برای اطلاع شما به عرض می رسانم.

● مسائل حاشیه ای را از زندگی خود جدا کنید

به هر حال این اتفاق ناخوشایند به عنوان یک واقعت در زندگی شما وجود دارد و بهترین کار این است که ضمن حفظ خونسردی و آرامش خود، سعی کنید برای حل مشکلات، راهکار هایی را پیدا کنید که خود به مشکل جدیدی در زندگی شما تبدیل نشود. بنابراین لازم است از روی عصبانیت تصمیم نگیرید زیرا تصمیم های هیجانی و احساسی معمولاً با پشیمانی همراه است.

● طلاق راه حل خوبی برای مشکل شما نیست

هر چند نگفته اید چه دلایلی باعث شده که شما به طلاق فکر کنید ولی شواهد حاکی از این است که شما به دلیل ناراحتی و کدورتی که دارید، چنین تصمیمی گرفته اید و احساس می کنید با این کار، انتقام خوبی از همسرتان و خانواده اش خواهید گرفت ولی اگر منطقاً به این مسئله نگاه کنید، می بینید جدایی بیشتر از آسیبی که به دیگران وارد می کند، خود شما را دچار چالش خواهد کرد. بنابراین پیشنهاد می کنم به جای این که صورت مسئله را پاک کنید به فکر راهی برای حل آن باشید. همان طور که می دانید جدایی با همسرتان نه تنها مشکل شما را حل نمی کند بلکه هزینه های مادی و معنوی زیادی را نیز در پی خواهد داشت و از هر چیز که بگذرید، آسیب های روحی و روانی طلاق همواره در زندگی شما خواهد بود. حتی اگر مشکلاتی هم در زندگی با همسرتان دارید، عقل و منطق حکم می کند با کمک مشاوران آ را حل و فصل کنید نه این که برای تلافی کردن و انتقام گرفتن یک مشکل بزرگ تر در زندگی خود ایجاد کنید.

● انتظارات خود را با توجه به شرایط تعدیل کنید

گفته اید همسر و خانواده اتان در مشکلات با شما همراهی نکردند. نکته ای که شاید بتواند میزان این ناراحتی را کمتر کند، این است که شرایط و وضعیت آن ها را در آن زمان مد نظر داشته باشید و با بررسی این موضوع به سوالات زیر پاسخ دهید. آیا امکان حمایت از شما را داشته اند؟ آیا حمایت آنان از شما تبعات دیگری به دنبال داشته است یا نه؟ و سوالاتی از این قبیل را مطرح کنید و با قرار دادن خودتان به جای آن ها، پاسخ این سوالات را مشخص کنید. بدون تردید اگر

به دلیل ناباروری خانمم، لوازم خانه را می شکمم!



هشت سال است ازدواج کرده ام. خانمم باردار نمی شود. خواهر خانم هایم هم همین طور هستند. خیلی اعصابم به هم ریخته است. هر روز باید یک تکه از لوازم خانه را بشکستم و خودم را بزخم تا آرام شوم. راهنمایی ام کنید.



هدی معتمد الصنایعی روان شناس بالینی

از متنی که ارسال کرده اید، کاملاً مشخص است موضوع ناباروری خانمتان چقدر موجب رنج تان شده است. گویا نقش این قضیه را آن قدر در زندگی تان پررنگ می دانید که موجب خشم تان شده و این خشم را با رفتار هایتان به دیگران هم نشان می دهید.

● گفت و گو با همسر تان و خانواده اش

با این حال، توجه داشته باشید هر چند که فرزند موجب شادی و گرم تر شدن کانون خانواده می شود اما نبودش هم نباید کانون خانواده را سرد کند. متأسفانه بعضی زوج ها مشکلات را خیلی بزرگ تر از حالت معمول تصور می کنند که این موضوع باعث سردی روابط شان می شود. شما نیز احتمالاً در ارتباط با همسر تان و حتی خانواده اش مشکلاتی دارید که بهتر است برای رفع آن ها بکوشید چرا که در پیامک تان گفته اید خواهر های دیگر همسر تان نیز همین مشکل را دارند. با همسر تان و خانواده اش صحبت کنید تا از لحاظ روانی، تخلیه شوید.

● پذیرش ناباروری خانم تان

توجه داشته باشید این مشکل خانمتان، کاملاً غیر ارادی و یک اتفاق است و این رنجی را که شما از این مسئله می برید، مسلماً همان رنجی است که همسر تان هم دارد و او هم از این قضیه ناراحت است. در شرایط فعلی نباید تمام ارزش و معنای زندگی را در فرزند دار شدن بدانید. بهتر است به دیگر جنبه های زندگی تان هم توجه کنید و ارزش هایی تازه برای خودتان در نظر بگیرید. اگر این شرایط را نپذیرید، روز به روز موجب رنجش بیشتر تان می شود. بهتر است درباره این موضوع پذیرنده تر باشید، دردی که پذیرفته نشود تبدیل به رنج خواهد شد و کل زندگی تان را فرا خواهد گرفت.

● فکر نکردن به بچه

به جای این که رویا پردازی کنید که اگر بچه داشتید چه می شد یا این که کاش فلان اتفاق می افتاد، حقیقت را بپذیرید و بر کار هایی که اکنون می توانید انجام دهید تمرکز کنید. همچنین چیز هایی را که باعث یادآوری این موضوع و ناراحتی شما می شود، از جلوی چشم تان دور کنید. برای مثال، اگر به امید بچه دار شدن، وسایل بچه گانه خریده اید، آن ها را جمع کنید و به کسی بدهید که بتواند از آن ها استفاده کند.

● پذیرفتن کودکی به فرزند خواندگی

همراهی با همسر تان برای پیگیری های پزشکی بیشتر و حل مشکل تان از اهمیت زیادی برخوردار است. بنابراین به جای دعوا و آسیب رساندن به خودتان و به هم زدن آرامش خانه، باید احساس امنیت را در همسر تان تقویت کنید. سخن آخر این که اگر شما فرزند دار نمی شوید به این معنی نیست که نتوانید صاحب فرزند شوید. می توانید کودکی را به فرزند پذیرید و حس پدر و مادر شدن را تجربه کنید.

از دنیای روان شناسی

لجباها بیشتر عمر می کنند!

منبع: گاردین

هر چند دلایلی وجود دارد که باعث می شود فردی به صورت موضعی و در موضعی خاص لجبازی کند اما همچنان مردمی هستند که ذاتاً لجبازند و در مقابل تغییر مقاومت می کنند. این افراد معتقدند که حرف، حرف خودشان است و کمترین انعطافی برای تغییر یا پذیرفتن موضعی که توسط دیگران مطرح می شود، از خودشان نشان نمی دهند. به گزارش سلامت نیوز و به نقل از گاردین، یکی از دوره های سنی که افراد بیشترین میزان لجبازی را از خودشان نشان می دهند، دوره نوجوانی است. بنابراین لجبازی و سرسختی شما در سال های نوجوانی، هر چند ممکن است برای تان در دسرساز شود اما فایده هایی هم دارد. ناراضیاتی خانواده از لجبازی های تان و آزمون و خطاهای فراوانی که شما را با تهدید های متعدد روبه رو می کند، روز های جوانی تان را سخت و پرچالشی می کند اما این همه ماجر نیست. شمایی که جوانی سختی را گذرانده اید، احتمالاً دوران پیری طولانی تری را در پیش رو دارید.

محققان دانشگاه های آلمان می گویند آدم های کله شق و لجبازی که حاضر نیستند از مواضع خود کوتاه بیایند، بیشتر عمر می کنند. به باور محققان، تخلیه هیجانی این افراد به ظاهر خودستا و خشن، باعث می شود که بار احساسات منفی را کمتر به دوش بکشند. گذشته از این، آن ها اغلب همان طور که دوست دارند زندگی می کنند و حاضر نمی شوند در وضعیتی که از نظرشان ناخوشایند یا آزار دهنده است، ماندگار باشند. این افراد، کمتر به آن چه دیگران درباره اقدامات و زندگی شان فکر می کنند، اهمیت می دهند و به همین دلیل، روابط شخصی و اجتماعی شان، کمتر به آن ها استرس وارد می کند. آدم های لجباز، شاید برای دیگران، آزار دهنده و گاهی غیر قابل تحمل به نظر برسند اما واقعیت این است که خودشان از زندگی شان راضی هستند و بیشتر از خجالتی هایی که بر اساس خواسته های دیگران از زندگی شان را می گذارند، عمر می کنند.

جالب است که به اعتقاد این گروه از روان شناسان، این راه ناخوشایندترین راه برای افزایش طول عمر است!

ارتباط

با صفحه خانواده و مشاوره

سوالات خود را به شماره ۲۰۰۹۹۹ پیامک یا به راه ارتباط تلگرامی ما به ادرس (@ZendegiSalam) یا شماره ۰۹۲۱۵۲۰۳۹۱۵ ارسال کنید.

