

پدر خانمم زن وبچه ام را از خانه ام برده!

جوانی ۳۴ ساله ام. پدر خانمم به خاطر حرف های کذب مردم، زن و بچه ام را که دختری ۷ ساله است، ۲ ماه است از منزل من برده است. کمکم کنید. دخترم را دو ماه است ندیده ام. دارم می میرم. جوانی سالم هستم.



تینا امیری | روان شناس بالینی



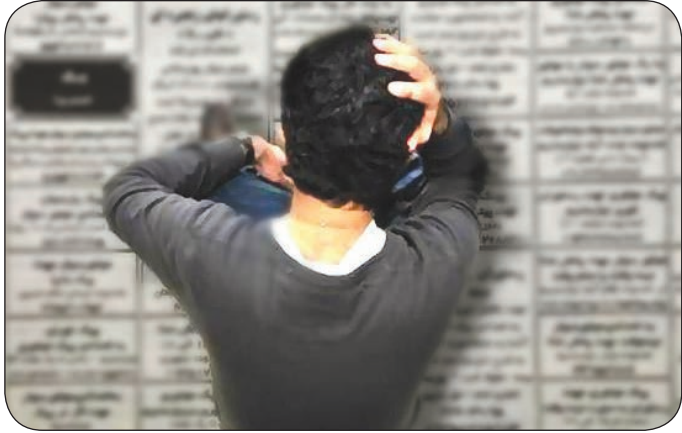
تعارض و اختلاف نظر، زمانی ایجاد می شود که افراد نیازها و احساسات متفاوت و گاهی متضادی را در یک موقعیت تجربه می کنند. واکنش هایی که افراد در پاسخ به آن اتخاذ می کنند تا حد زیادی مشخص می کند آیا قادر به حل تعارض پیش آمده هستند یا خیر. راهکارهای سالم، باعث بالا رفتن توافق و تأیید نیازهای هر یک از افراد درگیر در تعارض می شود و در مقابل راهکارهای ناکارآمد، موضوع را پیچیده تر می کند و معمولاً هیچ یک از افراد درگیر اختلاف به خواسته خود نمی رسند. بنابراین پیش از هر چیز، از حل نشدنی فرض کردن اختلافات پیش آمده خودداری و سعی کنید با خود بیندیشید که چطور کار به این جا کشیده است. احتمال دارد بارها در این مدت به این مسئله اندیشیده باشید اما مهم است که به پاسخ هایی در این باره دست یابید.

این گونه با پدر خانم تان صحبت کنید

اکنون سعی کنید درصدد یک مذاکره مناسب با خانواده همسر تان و ایشان برآیید. مذاکره، یک مهارت ارتباطی است. لازم است برای انجام یک مذاکره کارآمد، به چند نکته که در ادامه به آن اشاره می شود، توجه کنید. هیچ وقت هنگام مذاکره، تهدید نکنید و عصبانی نشوید. احساس های خود را از موضوع جدا و سعی کنید با کنار گذاشتن هیجانات، بر دست

می خواهم کار کنم ولی نمی دانم چه کاری!

۳۰ ساله ام و می خواهم یک کار خصوصی راه بیندازم. نمی دانم چه کاری، فقط تصمیم اش را دارم ولی ته دلم کمی ترس دارم. می شود کمک کنید؟



فرزانه شهریار دوست | روان شناسی بالینی



تصمیم گیری و انتخاب یک کار و حرفه درست، تصمیم بسیار مهم و حساسی است که شرایط زیادی در این تصمیم گیری دخیل هستند. کاش در پیام تان توضیحات بیشتری درباره اولویت های شغلی خود و دیگر شرایط ذکر می کردید. امیدوارم راهنمایی هایی که در ادامه مطرح می کنم به شما در این مسیر کمک کند.

ترس تان طبیعی است اما...

در صحبت خود به این موضوع اشاره کرده اید که برای راه انداختن یک کسب و کار خصوصی، دلهره و ترس دارید. به یاد داشته باشید معمولاً همه آغازها با اضطراب، دلهره و تردید همراه اند و آغاز یک حرفه جدید از این قاعده مستثنا نیست. به جرئت می توانم بگویم فایق آمدن بر استرس ها پیش از شروع یک شغل جدید، از دشواری های متعددی که در مسیر راه اندازی آن وجود دارد، اگر بیشتر نباشد به طور قطع کمتر نیست. بنابراین تردید و ترس شما طبیعی است اما قبل از راه اندازی کار جدید، هر چه بیشتر بر ابعاد گوناگون آن شغل واقف شوید و از طریق مشورت و منابع مختلف آگاهی بیشتری به دست آورید، منابع بر تردیدها و ترس های خود مسلط خواهید شد و در ادامه مسیر راحت تری خواهید داشت.

مهم ترین دلیل ترس تان

احتمالاً یکی از مهم ترین ترس های شما درباره شروع کار، ترس از ناکامی و شکست است. شاید سرمایه خود را به سختی و با تلاش بسیار فراهم کرده اید و بیم از دست دادن آن را دارید یا این که فکر می کنید هنوز تجربه کافی برای راه اندازی یک کسب و کار جدید ندارید

یابی به یک توافق تمرکز کنید. مشخصاً زمانی که فرد درگیر هیجانات ناخوشایند است، نمی توان انتظار داشت که بر دست یابی به یک توافق مشترک تمرکز کند. به جای پافشاری بر مواضع شخصی، بر علایق خود و آن چه به آن تمایل دارید، تأکید کنید. تعارضات خود را به عنوان علایقی ببینید که باید به دیگری کمک کنید تا آن ها را کشف کند نه موضعی که باید از آن دفاع کنید. راه حل ها به پیگیری و اصلاح مداوم نیاز دارند و پیگیر بودن، رکن اساسی دست یابی به یک توافق موثر است. پس زود دست از تلاش برندارید و ثابت قدم باشید.

نگرانی های پدر خانم تان را محترم بشمارید

بنابر آن چه درباره یک مذاکره مناسب گفته شد، لازم است شما علاوه بر احساسات و دلایل خود، به احساسات و دلایل پدر همسر تان نیز توجه کنید و نگرانی های ایشان را به رسمیت بشناسید. در غیر این صورت هر کدام از شما تنها بر دلایل و نظر خود تأکید می کنید و مشکل همچنان بر جای خود باقی می ماند. بنابراین در ابتدا، موقعیت مد نظر را به صورت بی طرفانه و عینی، بدون دخالت احساس توصیف و سپس هر کدام از شما راه حل های خود را برای مشکل پیش آمده مطرح و سعی کنید نقطه اشتراکی در ارائه راه حل تان بیابید. در نهایت با تعدیل کردن راه حل هایتان سعی کنید به راه حلی دست پیدا کنید که بیش از هر راه حل دیگری، نظر هر دو نفر تان را برآورده سازد.

واکاوی روان شناسانه ریشه های بروز ماجرای «زالوی کثیف» برای تکرار نشدنش

همه بخوانند



جواد غفوری نسب | کارشناس ارشد مشاوره خانواده



خبر کوتاه بود اما بی نهایت دردناک و تلخ. هنوز با غم فاجعه آتنا و اهورا کنار نیامده بودیم که خبر اتفاقی مشابه به گوش رسید. ماجرای زالوی کثیف در تعطیلات نوروزی، قلب همه مردم را به درد آورد. نکته قابل توجه این که در این رخداد هم جریان تکراری بود. فردی با پیش زمینه های روانی و شخصیتی آشفته با پیش آمدن یک موقعیت، دست به جنایت زد. با توجه به پرسش و پاسخ های اختصاصی روزنامه خراسان با متهم این پرونده که در صفحه حوادث چاپ شد، نگاهی روان شناسانه به این ماجرا خواهیم داشت.



ما چرا چه بود؟

متهم معروف به زالوی کثیف، مردی ۴۱ ساله، متاهل و دارای ۳ فرزند بود. او درباره روز حادثه گفته: «آن روز، زن و بچه هایم در خانه مازندرن بودند. در یک لحظه «ندا» (دختر ۶ساله افغانی) را دیدم که زنبیل به دست به سمت نانوائی می رفت. ناگهان شیطان به سراغم آمد و سوسوه شدم. وقتی او در حال بازگشت به خانه بود، نقشه شیطانی ام را اجرا کردم. به او گفتم داخل حیاط باید تا مقداری غذا به او بدهم. او را با ترند به داخل اتاق خواب بردم و یک عدد شیرینی به او دادم و ... خانواده آن دختر را به طور کامل می شناسم چرا که همسایه نزدیک ما بودند. به همین دلیل وقتی گریه می کرد و می گفت که موضوع را به پدر و مادرش می گوید، ترسیدم که رسوا شوم، او را روی زمین انداختم، چند دستمال کاغذی در دهانش فرو کردم و صورتش را با دست فشردم و ...»

بررسی ریشه های بروز چنین حوادثی

در تبیین و تحلیل این ماجرا، متأسفانه با وجود هشدارهای فراوانی که تاکنون توسط متخصصان ارائه شده است، هنوز هم شاهد مسائلی هستیم که زمینه ساز بروز این حوادث می شوند. در این مطلب قصد داریم به بررسی ریشه های بروز چنین حوادثی در سه حوزه فرد، خانواده و اجتماع بپردازیم تا قدمی برای جلوگیری از بروز دوباره این اتفاق برداشته باشیم.

نشانه های اختلال «پدوفیلیا» در مردان

در مقوله ریشه های فردی، ویژگی های شخصیتی متهم ویژه ای دارد. البته باید این نکته را مدنظر قرار دهیم که با وجود ضداجماع دانستن این افراد از سوی برخی صاحب نظران، باز هم متون علمی هیچ نشانگان خاصی را برای اختلال پدوفیلیا (میل جنسی به کودکان) بیان نداشته اند. به عبارت دیگر، از رفتارهای ظاهری و معمول یک شخص مبتلا نمی توان اختلال ذکر شده را در او تشخیص داد. همان طور که متهم این پرونده، مغازه داشته و مشغول کسب و کار بوده و فردی متوجه این اختلال تا قبل از فاجعه درباره او نشده است. با این حال برخی رفتارها هستند که با دقت در عملکرد فرد مبتلا، می توان به عنوان نشانه های وجود اختلال در نظر گرفت.

الف) رفتارهایی از قبیل میل زیاد به تر آغوش کشیدن و بوسیدن کودکانی که فرزند آن ها محسوب نمی شوند یا حتی نسبت خویشاوندی با آن ها ندارند یا خرید هدایای گران قیمت برای این دسته کودکان در حالی که شاید توقع چندانی برای انجام این رفتار از او نمی رود. ب) داشتن سابقه مصرف مواد مخدر یا مشروبات الکلی. اثبات شده است که مصرف مواد مخدر و مشروبات الکلی، نقش مؤثری در پدید آمدن این رخدادها دارد. در تمام کسانی که مرتکب این گونه جنایت ها شده اند، یک عامل مشترک وجود داشته و آن هم مصرف مواد یا مشروبات الکلی پیش از انجام جنایت بوده است. دلیل این موضوع، آن است که در نتیجه استفاده مواد مخدر یا توهم رزا و مشروبات الکلی، قدرت منطق و تصمیم گیری عقلانی انسان کاهش پیدا می کند و فرد رو به رفتارهای تکانه ای، بدون هیچ پشتوانه عقلانی می آورد. همان طور که در مصاحبه زالوی کثیف هم خواندید، او هم قبل از دست زدن به این جنایت از مواد مخدر استفاده کرده است. قابل ذکر است این ها تنها احتمال ابتلا به این اختلال را در مردان بالای می برد اما احتیاط، شرط عقل است و اگر خانواده ها در محل زندگی یا حتی فامیل، احساس می کنند چنین مردانی وجود دارند باید با دقت بیشتری از فرزندشان محافظت کنند.

ویژگی های مشترک خانواده های چنین مجرم هایی

براساس صحبت های مجرم حادثه اخیر و دیگر افرادی که در جرایم مشابه دست داشته اند، در تمامی این افراد ساختار خانواده کاملاً شکننده بوده و حداقل یکی از اعضای خانواده دارای مشکلات جسمانی یا روانی بوده است. به عبارت دیگر، این افراد در خانواده خود، شرایط نابه سامانی را تجربه می کنند که بعدها در نگرش های رفتار جنسی آن ها اختلال ایجاد می کند. همچنین ممکن است برخی افرادی که به این اختلال مبتلا هستند، در دوران کودکی خود نیز مورد تجاوز قرار گرفته باشند و رفتارهای فعلی آن ها در واقع نوعی انتقام گیری از آن شرایط است. در بعد زندگی نژادشویی، این افراد به ظاهر دارای خانواده و حتی فرزند هستند و شاید از بیرون مشکل و انحرافی در رفتار جنسی آن ها مشاهده نشود اما می توان گفت، تشکیل خانواده در این افراد با اجبار دیگران است یا به دلیل شرایطی غیرطبیعی تن به ازدواج می دهند اما در واقعیت امر، به دلیل این که گرایش های جنسی این افراد عادی نیست، یا وجود رفتار عادی در خانواده، همچنان تحت فشار تکانه های ناشی از اختلال شان هستند. بنابراین تشکیل خانواده و حتی داشتن فرزند، نمی تواند در این افراد بازدارنده ای جدی برای جلوگیری از رفتارهای مجرمانه شان باشد. متهم این پرونده هم ادعا کرده که هر دو ازدواجش، از سر لجبازی و ناآگاهانه بوده است.

خانواده ها آگاهانه تر رفتار کنند

فارغ از این ماجرای تلخ و به طور کلی سپردن کودکان به افراد بالنی که به آن ها اعتماد نابه جا داریم، نظارت نداشتن بر زمان بازی کودکان در کوچه و خیابان به خصوص در ساعاتی که رفت و آمد افراد بسیار کم است، فرستادن کودکان به مغازه یا نانوائی برای خرید و استفاده از پوشاک و لباس های کودکانی که موجب جلب توجه این افراد می شود و در آن ها انگیزه تجاوز را ایجاد می کند، از جمله این موارد است. از سوی دیگر، برخی افراد با نشانگان اختلالات خطرناک روانی به راحتی ازدواج می کنند، فرزندان می شوند، کار می یابند یا مجوز کار دریافت می کنند و در صورت فراهم شدن شرایط، رفتارهای خطرناک و آسیب رسان خود را انجام می دهند. این، حاصل نبود یک سیستم ارزیابی و غربالگری حرفه ای در کشور است که موجب می شود افراد دارای نشانگان این گونه اختلالات، بدون نظارت و درمان لازم در اجتماع حضور داشته باشند و مشکلاتی از این دست ایجاد کنند. پس در این شرایط، منطق حکم می کند رفتار پیشگیرانه داشته باشیم و به آموزش جریم شخصی به کودکان خود اهتمام بورزیم و نحوه مواجهه با افراد غریبه ای را که اصرار دارند آن ها را به خانه یا مکان دیگری بکشانند، بیاموزیم. به امید روزی که با ارائه آگاهی و پیشگیری مناسب، دیگر شاهد چنین رخدادهای تلخی نباشیم.



- زندگی‌سلام
- دوشنبه
- ۲۰ فروردین ۱۳۹۷
- شماره ۱۹۷۹۱

خانواده مشاوره

دوشنبه

خطرات یک مشاور

دکتر المیرا لایق

روان‌پزشک

بار روانی کلمات

شکوفه دوازده ساله است و با مادرش آمده. شاکی است که مادرش با یک کلمه توهین آمیز بمبارانش می کند. مادر با تعجب به من نگاه می کند و می گوید: «زش بیرسید آخه با یک کلمه میشه بمبارون کرد؟». نیازی به پرسیدن نیست. کلمات حجم دارند، وزن دارند، می توانند آوار شوند روی سرت و خرابت کنند. تازه همیشه مثل یک بمب معمولی عمل نمی کنند، گاهی به بمب اتمی می مانند. نه تنها در همین لحظه منفجرت می کنند که آثار مخربش تا نسل ها بعد هم می ماند.

نزدیک اما دور

شایان هفت ساله با مادرش آمده. می خواهم نامه ای برای معلمش بنویسم تا درباره مسائلی برایم توضیح بدهد. از او می پرسم: «اسم معلمتون چیه؟». کمی فکر می کند و می گوید: «نمی دونم». ما خانم معلم صداش می کنیم». از مادرش می پرسم: «اسم معلمشون چیه؟». او هم می گوید: «نمی دونم. من هم بهش میگم خانم معلم». به شوخی از شایان می پرسم: «حالا من می خوام نامه بدم به معلمتون اسمش رو نمی دونم، چی کار کنم؟» می گوید: «بازها! خانم معلم مون قدش بلند، لاغر، چشم هاش قهوه ای، مانتوش هم مشکی». مرا یاد آدم هایی می اندازد که مدت ها کنار هم اند، از تمام جزئیات هم خبر دارند اما نز دیکشان که می شوی، می بینی اصلی ترین بخش هم را نمی دانند. پس می نویسم حضور معلم محترم آقای شایان ...

اظهار دلتنگی کنیم

زن و مرد با هم وارد می شوند. زن معنوم و مرد عصبی است. زن جوان می گوید ده روز در ماه همسرش از او دور است. در این ده روز هر روز به او زنگ می زند اما همسرش یک بار هم نمی گوید دلتنگ اوست. مرد با حالت عصبی می گوید: «گیریم که من گفتم، اون وقت جامون عوض میشه به هم می رسیم؟». یادمان باشد گاهی اوقات یک «دلم هوایت را کرده» نه جای مرا تغییر می دهد نه تو را اما هوای هر دوی ما را عوض می کند.

پیامک های شما

لطفا در سوالات خود «سن میزان تحصیلات، شغل، سطح اقتصادی اجتماعی، فرهنگی خود و خانواده» (همین اطلاعات را در باره فرد مقابل خود) درج کنید. ابتدای پیامک کلمه «مشاوره» را بنویسید.

راه ارتباطی ما در تلگرام @zendegiisalam شماره پیامک ۰۹۲۱۵۲۰۳۹۱۵ ۲۰۰۹۹۹

واضح است که

مقصر صدرد صد

در این جرایم:

خانواده کودک

قربانی نیستند اما

باید پذیرفت یک

مجرم کودک کار،

به محض یافتن

فرستی برای عملی

کردن تکانه های

شوم خود، این کار را

خواهد کرد و گاهی

اوقات والدین از

روی نا آگاهی شرایط

را برای فرد مجرم

فراهم می کنند

