

دوشنبه ها
خطرات یک مشاور
انواع طیف
«دوستت دارم!»
دکتر المیرا لایق
روان پزشک

این هفته از فرزندى خواهید خواند که مادرش به خاطر سسکنه، قادر به تکلم نیست و فرزندى که پدرش را یک ماه پیش از دست داده است.

تفاوت های «دوستت دارم» مادرش دو سال پیش سسکنه کرده و الان قادر به تکلم نیست. وقتى چیزى می پرسم که جواش را نمى داند، رو به مادرش مى کند، کف دستش را ایه اومى دهد و مادرش کف دستش مى نویسد. مى پرسم کاغذ و خود کار بدهم؟ مى خندد و مى گوید: «این جورى راحت تریم.» بعد با حس خوبى ادامه مى دهد: «شب ها کف دستم مى نویسه دوستت دارم. اینقد کیف میدخد خانم دکترا». هر کس برای بیان احساسش راهی دار دو چه طبیعى دارد این «دوستت دارم». بعضى ها دوستت دارم را مى نویسند، بعضى ها شعرش مى کنند، برخى به جایش کار مى کنند، بعضى با نگاه کردن منتقلش مى کنند و... بعضى ها هم فورتش مى دهند. من باور نمى کنم کسى این جمله را بلد نباشد، فقط شاید مانحوه بیانش را نمى فهمیم.

هوای بوی پدر! چهار هفته قبل پدرش را از دست داده است و امروز به من مى گوید: «دلم عجیب هوای بویش را کرده.» با خودم فکر مى کنم بیشترین ظلم را حس بویایی به ما آدم ها کرد. نه تکرار مى شود و نه محو. به خواب هم نمى آید. نه مثل تصویر مى شود تبتش کرد و نه مثل صدا ضبط مى شود. انگار جایی بین قلب و ذهن مى ماند و خاطره مى شود. آن وقت فقط باید گفت: «دلم عجیب هوای بویش را کرده.»

تأثیر تفاوت کارتون های دهه های ۶۰ و ۷۰ توجه به ظاهر و جذابیت فیزیکی در سال های اخیر در جامعه ما گسترش بیشتری داشته است. در این میان، می توان به نقش کارتون هایی که افراد در کودکی می دیدند، هم اشاره کرد. کودکان متولد دهه ۶۰ با کارتون هایی بزرگ شدند که بیشتر شخصیت های آن ها حیوانات بودند مانند پسر شجاع، هاچ زنبور عسل و... که موفقیت آن ها به خاطر خوش قلبی و رفتار درست آن ها بود اما در مقابل، کودکان دهه ۷۰ با کارتون هایی نظیر باربی، باب اسفنجی، دوقلوهای افسانه ای، ترنسفورمرز و... که تمام شخصیت های اصلی دارای جذابیت فیزیکی بالایی بودند، بزرگ شده اند. در این سری از کارتون ها، همیشه افراد خوب به شدت جذاب و افراد بد به شدت زشت طراحی شده اند و همیشه شخصیت های داستان عاشق جذابیت فیزیکی طرف مقابل می شوند بنابراین این طرح واره در افراد شکل گرفته که ظاهر جذاب، عامل اصلی موفقیت است یا برای موفقیت یک رابطه عاطفی، حتما باید شخص مقابل از جذابیت فیزیکی زیادى برخوردار باشد.

عاقبت توجه بیش از حد به جذابیت های فیزیکی توجه بیش از حد به جذابیت های فیزیکی و زیبایی، باعث شده ایران ر کورددار جراحی های زیبایی باشد و طبق جدیدترین آمارها، دومین بازار بزرگ لوازم آرایشی در منطقه غرب آسیا را در اختیار بگیریم. در این بین، شاهد کاهش اعتماد به نفس، بی ارزش شدن رفتارهای پسندیده ای مانند وفاداری، صداقت، مهربانی و... در رابطه های عاطفی نیز هستیم. از سوی دیگر افرادی که مطابق استانداردهای شکل گرفته جذاب هستند، خود را بی نیاز از هر گونه تلاشی برای موفقیت می دانند زیرا صرفا به خاطر زیبایی مورد توجه هستند. تحقیقات نشان داده است که احتمال خیانت در مردانی که صدای بم مردانه دارند، بیشتر است زیرا آن ها مورد توجه بیشتر جنس مخالف قرار می گیرند. از سوی دیگر، با نسلی روبه رو هستیم که هر ناکامی در موفقیت را به نداشتن جذابیت فیزیکی خود مربوط مى داند که از نظر مادری فرزند خود را غیر جذاب نمی داند. هیچ می رسد هر چه زودتر باید تلاشی قاطع برای تغییر این دیدگاه با آگاه سازی مردم و فرهنگ سازی مناسب انجام شود.



نگاهی روان شناسانه به دلایل این که «ایران» دومین بازار بزرگ لوازم آرایشی در آسیا شد

درگیر ظاهریم و بس!

روزنامه هندی بیزینس استاندارد هم چند روز پیش نوشت: «هر خانوار ایرانی سالانه حدود ۴.۵ درصد از درآمد خود را به خرید محصولات آرایشی-بهداشتی اختصاص می دهد به طوری که بازار این صنایع در ایران با ارزش بیش از دو میلیارد دلار، دومین بازار بزرگ در منطقه آسیاست.» به نظر می رسد نه تنها این دو ماجرا و خبر بی ربط به هم نیستند بلکه پیام های مشابهی هم دارند.



دکتر مهدی سوداوری | روان شناس

انتشار عکس های بدون آرایش چند بازیگر زن مطرح خارجی با این توضیح که: «هیچ کدام شان بدون آرایش یا مردم عادی فرقی ندارند پس زیاد درگیر ظاهر و تجملات نشوید»، در چند وقت اخیر به یکی از پربازدیدترین پست های شبکه های اجتماعی در ایران و جهان تبدیل شده است. علاوه بر این ماجرا،

مقایسه های آزار دهنده و غیر منطقی به احتمال زیاد ما هم افرادی را دیده ایم که خود یا همسر خود را با افراد مشهور و بازیگران مقایسه می کنند. باید توجه داشت که شغل هر شخصی متفاوت است. هنگامی که فردی به عنوان بازیگر یا خواننده در مقابل دوربین قرار می گیرد، باید از نظر فیزیکی جذاب باشد؛ در حالی که آن میزان جذابیت برای یک مهندس، پزشک یا دیگر مشاغل نیازی نیست. پس افرادی که قدری از متوسط زیبایی بالاتر هستند، جذب مشاغلی که با زیبایی سرو کار دارند، می شوند البته تفاوت زیادی هم با میانگین جامعه ندارند. برای مثال هر انسانی بر حسب سن، تغذیه، گرما یا آلودگی هوا دچار جوش صورت می شود اما با استفاده از گریم تمام این عوارض از صورت بازیگران حذف می شود تا دیده نشود. همچنین نوع نورپردازی، فیلم برداری، لباس و... همه در ایجاد یک حس زیبایی خاص موثر است که در زندگی روزمره وجود ندارد. از سوی دیگر، مردان بازنانی که همسر خود را با این گونه افراد مقایسه می کنند که متأسفانه کم هم نیستند، باید به یاد داشته باشند که خود آن ها هم به جذابیت پوسترهای بازیگران نیستند. به عبارت دیگر، همسر آن ها نیز می تواند همین مقایسه آزار دهنده را درباره خود آن ها انجام دهد اما عاقبت این مقایسه های آزار دهنده و غیر منطقی چیست؟

زیبایی سلیقه ای است زیبایی، کاملا سلیقه ای است. هر انسانی یک مدل و تیپ را جذاب از زیبایی می کند و هیچ

تفاوت اصلی آدم های زیبا و زشت! بسیاری از مردم با دیدن تصاویر بازیگران و افراد معروف، زیبایی خود یا همسرشان را با آن ها مقایسه می کنند و در نتیجه احساس زشت بودن به آن هادست می دهند و در اصطلاح به آن بازیگر یا چهره حسرت می خورند اما توجه به یک نکته بسیار مهم در این باره ضروری است: تفاوت بسیار فاحشی بین زیبایی افراد معروف و افراد عادی وجود ندارد بلکه فقط میزان گریم و آرایش هاست که باعث می شود آن ها را بدون عیب ببینیم. به تازگی «ناتالی پورتمن» بازیگر معروف آمریکایی در جواب شخصی که عکس او را در اینستاگرامش جذاب ارزیابی کرده بود، نوشت: «خوشحالم که زحمت سه ساعت آرایش، گریم و سه کیلو موژه مصنوعی خوب از آب درآمده است!» که دقیقا همین ادعای ما را اثبات می کند.

برای درج آگهی در صفحه خانواده و مشاوره با شماره های ۳۶۰۴۷۰۱۰ - ۳۶۰۳۸۶۱۱ تماس حاصل فرمائید

دکتر پگاه میرزائی
- برداشت کلیه ضایعات پوستی خال وزگیل با دستگاه بدون خونریزی
- شفاف سازی وجوانسازی پوست به روش میکرودرم ابریش
- درمان دائمی موهای زائد- تزریق ژل و بوتاکس از بهترین برندها
تماس ۱۲-۰۱۰۲۱۹- مشاوره حضوری رایگان ۰۹۳۵۵۵۵۵۵۵

می توان به زندگی بازگشت...
کلیتیک باز توانی و درمان اعتیاد نیوشا
ساعت کار: ۱۲/۳۰۵۹/۳۰۵۹
بین پیروزی ۳۸ و میدان هاشمیه تلفن: ۳۸۸۳۰۰۷۸۰ تحت نظارت اداره بهزیستی

تغذیه و رژیم درمانی احمدآباد
اعضای انجمن تغذیه ایران
* رژیم درمانی کاهش وزن و افزایش وزن
* پایش رشد و درمان اختلالات تغذیه ای کودکان
۰۹۱۵۵۷۱۲۵۵۷ - ۰۹۳۸۷۸۰۶۲۲۵
۰۵۱ - ۳۸۴۵۲۲۴۰
احمدآباد مقابل بیمارستان قائم نیش خیابان بهشت جنب بانک گردشگری ساختمان حسینی ط ۴

مرکز مشاوره خوارزمی
طرح ازدواج بدون شکست
۳۸۴۶۲۱۵۲ - ۳۸۴۲۰۳۰۱
۰۹۳۶۱۳۸۴۳۴۱

دندانپزشک زیبایی دکتر مظفری
طراحی لبخند زیبا
لامینت سرامیکی و کامپوزیت
تعیین نوبت: ۰۵۱۳۶۰۲۲۷۶۱
@dentistrymodern

مجید جلیلیان
* هپنوتیزم درمانی
* افسردگی
* اضطراب، ازدواج، خانواده
* وسواس، ترس ها
۳۸۴۷۶۵۷۰

مرکز درمان اعتیاد زندگی دوباره (بستری)
* برنامه های آموزش روزانه در مرکز
* شرکت در جلسات گروه درمانی خارج از مرکز
* استخر، سونا خارج از مرکز
۰۹۱۵۹۱۱۸۱۰ - ۰۳۵۲۳۵۶۰۵
قاسم آباد، بلوار فلاحی، بلوار فاطمیه ۱، پلاک ۶ (مدیریت نوری)

کلیتیک درمان و باز توانی اعتیاد مهر آوران
درمان نگهدارنده با متادون و B۲ روان درمانی فردی خانواده درمانی و درمانهای گروهی
ساعت کار: بعد از ظهر ها از ساعت ۱۷ الی ۲۰
بین معلم ۵۰ و ۵۲ شماره ۱۲۳۶ ساختمان پاسارگاد طبقه سوم واحد ۵
۳۸۹۶۱۵۸۲ - ۳۸۹۶۱۴۰۹
۰۹۳۵۴۸۸۶۸۸۲

دکتر هاشم نعمتی
کلینیک مشاوره و روانشناسی اندیشه مهر
روانشناسی / مشاور PHD / عضو هیئت علمی گروه روانشناسی
و مشاوره دانشگاه پیام نور
بین معلم ۴۵ و چهارراه دانشجو ۰۹۱۵۳۱۰۸۷۷۲ - ۳۹۶۴۴۹۱۶

درمانگاه شبانه روزی سرو

دارای بخش تخصص زنان و زایمان	داخلی قلب
خدمات دندانپزشکی	پوست توسط متخصصین مجرب
دارای بخش تزریقات	پزشک عمومی
حجامت - پانسمان	روانشناس و مشاور تحصیلی و خانواده
ایمپلنت و کارهای زیبایی دندان	کلیه خدمات پزشکی

پذیرش با کلیه بیمه ها؛
ایثارگران، نیروهای مسلح، دانا، ایران، تامین اجتماعی و خدمات درمانی
بست متری طلاب - علیمردانی ۵ ۳۲۷۱۳۵۷۳ - ۳۲۷۰۰۶۷۷

دکتر محمد رضا نجاریان
داخلی، کودکان پوست
درمان اعتیاد، معاینات ورزشی دانش آموزان
فکوری ۸ ویلا ۱
۳۸۶۲۰۴۴۴ - ۰۹۱۵۵۱۵۲۲۰۴

کلینیک فیزیوتراپی توانا مهر
فیزیوتراپیست: حسین فراستی
*** نظام پزشکی ف ۱۸۴۰ ***
فیزیوتراپی و توانبخشی بیمارهای ارتوپدی
مجهز به لیزر تراپی، cpm و مگنت
۳۸۴۵۴۱۳۴
آدرس: میدان احمدآباد خیابان سلمان فارسی
روبروی سلیمان فارسی ساختمان پزشکان آبشار

مشاوره تخصصی پیش از ازدواج
پریسا باغانی کارشناس ارشد بالینی
مشاوره طلاق، زوج، افسردگی، اضطراب و اختلالات روانی
فلسطین ۱۲ - پلاک ۲، خانه علوم روانشناسی ۳۷۶۶۷۳۵۱

مرکز روانشناسی و روان درمانی، مشاور کودک و خانواده
حسین حسینی
دانشجو دکتری تخصصی روانشناسی
مؤلف کتاب کودک - مدرس دانشگاه
وکیل آباد ۲۳، جنب داروخانه دکتر انسان ۰۹۳۰۹۱۵۱۰۵۰ - ۳۶۰۸۱۶۱۳