



# اشتباه مکرر «مدیری» برای شخصیت‌شناسی

مجری برنامه دورهمی از مهمانانش می پرسد که

متولد چه ماهی هستند

و بر همان اساس، ویژگی هایی را به آن ها نسبت می دهد که توجیه علمی ندارد

نرگس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره



یکی از سوالات تقریباً ثابت مجری دورهمی از مهمانانش در فصل اخیر، ماه تولد آن هاست. مهران مدیری از مهمانان دورهمی می پرسد متولد چه ماهی هستند و سپس بر اساس ماه تولد ویژگی هایی را به آن ها نسبت می دهد. مثلاً در برنامه جمعه شب دورهمی، مدیری از «هدیه بازوند» بازیگر سریال «نون خ» پرسید که متولد چه ماهی هستند و او هم جواب داد که مرداد و جمع بندی این شد که مردادی ها خونگرم هستند و...! البته مدیری در استفاده از این روش تنها نیست، برخی افراد حتی به وقت انتخاب همسر هم سراغ ماه تولد می روند و تصور می کنند که می توانند از این طریق دیگران را بشناسند. شبکه های اجتماعی پر است از مطالبی در باره شخصیت شناسی بر اساس ماه تولد اما آیا واقعاً بین ماه تولد و ویژگی های شخصیتی ارتباط قابل اعتمادی وجود دارد؟ در ادامه این مطلب، تلاشی می کنیم از منظر روان شناسی به پاسخی منطقی در این باره دست یابیم.

**مطالعاتی که راه به جایی نبرده است**  
راستش را بخواهید بیشتر موارد وقتی محققان در تلاش برای برقراری ارتباط بین ماه تولد و ویژگی های شخصیتی بوده اند، چندان راه به جایی نبرده و به نتایج قابل قبولی دست نیافته اند. اما در برخی مطالعات، وقتی محققان در عوض ماه تولد، «فصل تولد» را در نظر گرفته اند، نتایج در برخی زمینه ها معنادار بوده است. به عنوان مثال مطالعاتی در انگلیس نشان می دهد که احتمال بروز افسردگی و

تولد توجیه علمی ندارد و نباید مجری دورهمی این اشتباه را در هر برنامه تکرار کند و بعضی مخاطبان هم تصور کنند که واقعاً در این بین، رابطه ای وجود دارد.

**چرا متولدین یک فصل به هم شباهت دارند؟**

مطالعات و بررسی های متعدد نشان می دهد دو دسته عوامل، ویژگی های شخصیتی ما را شکل می دهند؛ یک فصل تولد ما، بخشی از محیطی است که در آن قرار می گیریم. متولدین هر فصل از جهاتی محیط مشابهی را تجربه می کنند. به عنوان مثال مادران بارداری که قرار است فرزندشان در پاییز به دنیا بیاید، تغذیه شبیه تری به همدیگر دارند، از طرفی بررسی های نشان داده تغذیه مادر در دوره بارداری می تواند تا حدی روی برخی ویژگی های فرزند اثر بگذارد. در عین حال تجربیات اولیه متولدین یک فصل، می تواند با همدیگر شباهت هایی داشته باشد.



به عنوان مثال متولدین زمستان به احتمال زیاد، کمتر از متولدین تابستان در ماه های ابتدای تولد بیرون برده می شوند. بیماری های اولیه، دمای محیط در ماه های ابتدایی و... از دیگر مواردی است که مرتبط با فصل تولد است و به نظر می رسد که می تواند تا حد اندکی روی ویژگی های شخصیتی افراد اثر بگذارد. اما آیا این به آن معناست که می توانیم هر آن چه را این پژوهش ها به دست آورده اند، تعمیم دهیم؟

**تعمیم هر یافته ای به همه ممکن نیست**

بگذارید برای پاسخ به سوال تعمیم پذیری نتایج این مطالعات، ابتدا سوال دیگری را طرح کنیم؛ شروع و پایان فصل پاییز در تقویم میلادی که در مطالعه انگلیس (که به آن اشاره شد) از آن استفاده شده است، چه مانعی است؟ در تقویم میلادی فصل پاییز از اول سپتامبر آغاز می شود؛ یعنی جایی بین دهم یا یازدهم شهریور، انتهای پاییز هم در این تقویم، نهم یا دهم آذر است. توجه به این تفاوت ها در تعریف فصل ها، در زمان تعمیم نتایج مطالعاتی از این دست می تواند اهمیت داشته باشد. در عین حال که سبک زندگی افراد در فصل پاییز در انگلیس با آب و هوایی معتدل و کمی سرد، با سبک زندگی افراد در مناطقی که فصل پاییزی به نسبت گرم ر تجربه می کنند، تفاوت هایی دارد. این تفاوت ها باز هم می تواند احتمال تعمیم پذیری این نتایج را محدودتر سازد.

**از طالع بینی چینی با تاریخ شمسی استفاده می کنید؟!**  
اما ممکن است شما بگویید با مطالعات علمی در این زمینه کاری ندارید و ادعاهای طالع بینی چینی در باره ویژگی های شخصیتی متولدین هر ماه، و لو این که از نظر علمی اثبات هم نشده باشند، برای شما جذاب است. در این صورت لطفاً حداقل یک مورد را رعایت کنید. ابتدا و انتهای ماه های چینی در هر سال متغیر است چرا که تقویم چینی بر اساس حرکت ماه تنظیم می شود. پس حداقل پای ادعاهای طالع بینی چینی را به ماه های تقویم شمسی باز نکنید و برای تعیین ویژگی های شخصیتی خود، تاریخ تولد خود در تقویم چینی را محاسبه کنید و کار را طبق اصول همان دیدگاه پیش ببرید. هر چند باز هم از لحاظ علمی به اطلاعات تائیده شده ای درباره شخصیت خودتان یا دیگران دست نمی یابید اما حداقل، قانون این طالع بینی برای کسب نتایج نزدیک تر به واقعیت را رعایت کرده اید.



زندگی سلام • یک شبه • اول تیر ۱۳۹۹ • شماره ۱۶۳۴

## خانواده و مشاوره

### قرار و مدار

#### روز درست کردن شربت

در این روزهای گرم، هیچ چیزی بیشتر از یک شربت فنگ، دل آدم رو به حال نمیاره. پس دست به کار بشین و برای فودتون و دیگر اعضای خانواده، شربت درست کنین و ببرین براشون...



### ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۹۹۹۲۰۰۰ و تلگرام ۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

\* از ویژگی های جالب رو بات های فضاپیما که در پرونده زندگی سلام به آن ها اشاره کردید بگذریم، برای من شگفت انگیز تر این بود که رو بات تعمیر کار هم ساخته شده تا در فضا دست به آچار بشه و رو بات های فضاپیما رو تعمیر کنه.

\* فرفره جون؛ چه خوب بود در ساخت کار دستی قورباغه سر به هوا در ستون هنرمند کوچولویت از مقوای سبزرنگ استفاده می کردی نه مقوای سرخ رنگ!

\* ما که از نقاشی آقا سپهر در صفحه خانواده، هیچ چیزی نفهمیدیم. مشاورتان چطور، بررسی اش کرده بود؟  
**ما و شما:** مخاطب گرمی، والدین این آقا پسر در باره نقاشی پسرشان این توضیح را فرستاده بودند که به مشاور برای آنالیز دقیق تر کمک کرده بود: «پسر میگه که ماشین آتش نشانی کشیده، در دخت آتش گرفته و داره خاموشش می کنه، خورشید و ابر سیاه بارانی هم اون بالاست».

\* در مطلب «چند تر فند برای خواب راحت خانم ها» در صفحه سلامت، همه توصیه ها به در آقایان هم می خورد و حتی یک توصیه مخصوص زنان داشت.

البته وقتی تیر می زید برای خانم ها، جذاب تر است و مردها هم می خوانند اما حرف های نیست.  
\* جوانه واقعا از ستون پیشنهادات خوشم میاد. تمام کارتون هایی که توش معرفی می کنی، عالیه. ممنون.

بهار اکبری

## همسریابی با آگهی خیابانی

روش مرد ۵۱ ساله برای پیدا کردن همسر با توزیع تراکت و دادن مژدگانی ۳ میلیونی از منظر روان شناسی قابل واکاوی است

مرغیه دین دوست | کارشناس ارشد مشاوره خانواده



چند روزی است یک آگهی عجیب برای پیدا کردن همسر در شبکه های اجتماعی منتشر شده که در آن مردی ۵۱ ساله، ضمن برشمردن شرایط لازم برای همسر دلخواهش، به کسی که واسطه ازدواج باشد وعده مبلغ ۳ میلیون تومان پاداش می دهد. با توجه به این که از دواج، یکی از مهم ترین تصمیم های زندگی و تاثیر گذار ترین اتفاقی است که در سر نوشت هر فرد رقم می خورد، ضرورت دارد فرایند معرفی و شناخت همسر و در نهایت انتخاب کردن او با رعایت ملاحظات ای انجام شود. در ادامه چند نکته درباره این شیوه از خواستگاری و متن این آگهی مطرح می شود.

**چنین آگهی هایی به سرانجام مطلوب نمی رسد**

قبل از هر چیز باید گفت پیمان مقدس ازدواج، شأنی بالاتر از آن دارد که با چنین آگهی هایی به دنبال آن باشیم. از آن گذشته، معمولاً افرادی که آمادگی های لازم برای ازدواج را دارند و به پختگی مدنظر رسیده اند، از این طریق به درخواست های ازدواج پاسخ مثبت نمی دهند. پیشنهاد می شود برای انتخاب شریک زندگی، شخص ابتدا خودش را به خوبی بشناسد و مطمئن شود در زمینه های رشد جسمانی، رشد اجتماعی، رشد مالی و رشد عاطفی یا استقلال روانی، آمادگی شروع زندگی مشترک را دارد. بعد از آن به ملاک هایش برای انتخاب همسر فکر کند؛ می توان این ملاک ها را در چند طبقه دسته بندی کرد: ملاک های ظاهری، ملاک های مربوط به وضعیت خانوادگی طرف مقابل، ملاک های مربوط به وضعیت اجتماعی او، ملاک های مالی، ملاک های عقیدتی و مذهبی و ملاک های اخلاقی. در هر دسته از این ملاک ها می توان مشخص کرد کدام موارد برای شخص ضروری و مهم هستند و باید حتماً در طرف مقابلش وجود داشته باشند و کدام موارد چندان ضروری نیستند و اگر هم نباشند، مشکل ساز نمی شوند. در این صورت فرد دقیقاً متوجه می شود خودش چگونه است و می خواهد طرف مقابلش چگونه باشد و بهتر می تواند دست به انتخاب بزند.

**ملاک های مطرح شده در این آگهی کافی نیست**  
با توجه به نکات مطرح شده، به نظر می رسد ملاک های

حضور من در این نشست ها تاثیر منفی بر روحیه من و زندگی مشترک من دارد. اگر دوستان همسران متاهل نیستند یا بدون حضور همسران شان در مهمانی خانم شما شرکت می کنند، به ایشان یادآوری کنید که حضور شما در یک جمع زنانه صحیح نیست و علاقه ای به این کار ندارید.

**مهمانی های خانوادگی بیشتری تدارک ببینید**

برای این که سلیقه و خواست همسران در زمینه روابط اجتماعی تأمین شود، بهتر است با تعدادی از اعضای فامیل و دوستان خانوادگی تان رفت و آمد بیشتری داشته باشید و ارتباطات و دورهمی های خانوادگی خود را گسترش دهید.

**نقش بازی نکنید**

اگر از حضور در این دورهمی ها و فراوانی آن رضایت ندارید، این موضوع باید در نحوه حضورتان، سخن گفتن تان و حتی زبان بدن شما مشهود باشد چرا که ممکن است آن ها واقعا متوجه ناراضایتی شما نباشند و مخصوصاً اگر شما در جمع آن ها فعال و شاد ظاهر شوید حتی ممکن است این را به منزله دوست داشتن و رغبت شما برای این کار تلقی کنند و انگیزه بیشتری برای حضور در منزل شما پیدا کنند. بنابراین یکی از مهم ترین عوامل کنترل کننده این وضعیت می تواند نحوه برخوردتان با این افراد باشد. به عبارت دیگر اگر شماروی خوش نشان ندهید، به طور قطع ملاحظه بیشتری خواهند کرد.



گرفتگی لوله ها و مسیر را از بین می برد.

**۵** سینک را به طور کامل با یک حوله خشک کنید

به طوری که حتی یک قطره آب هم داخل سینک و اطرافش نباشد و سپس مقدار کمی از سفید داخل سینک بریزید و پاک پارچه آرد ها را به دیوار سینک بکشید. این کار باعث برق افتادن سینک می شود و در نهایت آرد ها را از داخل سینک خارج کنید. توجه داشته باشید که استفاده از آرد باعث درخشندگی سطح سینک می شود.

**۶** خسته نباشید، مراحل تمیز و البته ضد عفونی کردن سینک ظرف شویی تمام شد. فقط یادتان باشد که این روال را باید هر چند وقت یک بار تکرار کنید و تا حد امکان نباید بگذارد که ظرف های کثیف، مدت زیادی در سینک بمانند.

## دوستان خانم با پوششی نامناسب، مدام در منزل ما هستند

مردی ۳۲ ساله او به همسر علاقه دارم متنها حضور مداوم و رفتار نامناسب دوستان همسرم زندگی ما را خراب کرده است. آن ها مدام منزل ما هستند و پوشش نامناسبی هم دارند. اگر هم در جمع شان حاضر نشوم، همسر ما راحت می شود. چه کنم؟



دکتر حسین محرابی | روان شناس و استاد دانشگاه



برادر گرمی، این که دغدغه تحکیم بنیان خانواده خود را دارید و برای حذف عوامل تهدید کننده آن تلاش می کنید، نشانه درایت و تعهد شماست و همسران باید با این اتفاق، خوشحال باشند. با توجه به نکاتی که در پیامک تان بیان کرده اید، در ادامه نکاتی را برای کمک به شما مطرح می کنم.

**دلایل این رفتار همسر تان را بیابید**

آیا همسر تان خودش تمایل به این گونه دعوت ها و مهمانی ها دارد یا این که در معذوریت و رودربایستی پذیرای دوستان خویش است؟ اولین سوالی که بهتر است برای آن یک پاسخ منطقی و درست بیابید، همین موضوع است چرا که ممکن است همسر تان خیلی تمایل به دعوت از دوستان نداشته باشد ولی بنا به نحوه تعاملات قبلی اش با این دوستان، در یک معذوریت و تعارف قرار

## تمیز کردن سینک ظرف شویی در ۶ مرحله

فرنگیس یاقوتی

سینک ظرف شویی جزو محل های پر استفاده در آشپزخانه و همیشه پر است از ظرف های کثیف. بنابراین عجیب نیست که جزو وسایل بسیار آلوده هم باشد. در ادامه، چند توصیه کاربردی به شما برای تمیز کردن این قسمت از آشپزخانه خواهیم داشت.

**مواد مورد نیاز برای تمیز کردن**

**سینک ظرف شویی:** دستمال، مسواک، کهنه، جوش شیرین، سرکه، آبلیمو و آرد.

**مراحل تمیز کردن سینک**

**۱** ابتدا ظرف های کثیف داخل سینک ظرف شویی را بشویید و سینک را از هر گونه اشغال باقی مانده غذا پاک کنید. داخل و اطراف سینک را پاک

**۳** اسکاچ و مقداری صابون مایع و آب داغ بشویید. لوازمی که اطراف سینک قرار دارد مانند جامایی و جای اسکاچ را فراموش نکنید.

**۲** آب داغ را برای چند دقیقه ای باز کنید و اجازه دهید به داخل چاه برود چون باعث از بین رفتن بوی نامطبوع چاه در مسیر لوله خروجی می شود. این کار را یک بار در هفته انجام دهید.

**۴** یک دوم پیمانه جوش شیرین با یک چهارم پیمانه آب لیمو را مجدد مخلوط کنید و این بار این مخلوط را از قسمت چاه به داخل بریزید و بلافاصله بعد از آن یک دوم پیمانه سرکه را نیز به داخل چاه بریزید و سپس ۱۰ دقیقه به آن زمان دهید. در این بین مقدار آب را به جوش بیاورید و سپس آن را مستقیماً به داخل چاه ظرف شویی بریزید. این محلول تمام