

دردسرهای دوستان خیالی کودکان

برخی بچه‌ها با دوستان خیالی‌شان حرف می‌زنند،

بازی می‌کنند و حتی اورا به خوردن غذا دعوت می‌کنند اما چه زمانی این اتفاقات

خطرناک می‌شود؟



ریمسا ایزدپناه | کارشناس ارشد روان‌شناسی



«مامان، بابا، نازی می‌گه که امروز بریم پارک و یک کمی قدم بزنیم. نظر تون چیه؟». پدر و مادری را تصور کنید که فقط یک بچه دارند و «نازی» هم دختری است که در تخیل فرزندشان است. آن‌ها باید در چنین مواقعی، چه واکنشی داشته باشند؟ اصلاً آیا داشتن دوست خیالی توسط کودکان که تا حدودی هم رایج هست، خطرناک است؟ قبل از هر چیز، باید بدانید که دوست خیالی به نوبه خود خوب است و به رشد مهارت‌های اجتماعی و پرورش خلاقیت کودکان کمک می‌کند و در ادامه دلایل این ادعا مطرح خواهد شد اما در برخی مواقع این دوست خیالی تا بزرگ سالی همراه کودکان باقی می‌ماند و مشکلات بسیاری را برای آن‌ها، والدینشان و ... ایجاد می‌کند. در ادامه نکاتی در همین باره مطرح خواهد شد.

۶۰ درصد کودکان دوست خیالی دارند

معمولاً کودکان در سنین سه تا هفت سالگی برای خود دوست خیالی می‌سازند، با او بازی می‌کنند، حرف می‌زنند، حتی به او غذا می‌دهند. می‌توان گفت که این اتفاق یکی از مراحل رشد طبیعی کودکان است و اوج آن در سنین چهار تا شش سالگی است. دوست خیالی یکی از شخصیت‌های کارتون‌ی یا موجودی است که شکل آن به صورت دقیق مشخص نیست و ساخته شده ذهن کودک است؛ این دوست می‌تواند مثل اشکال هندسی یا یک وسیله باشد. طبق تحقیقات متعدد روان‌شناسی، ثابت شده که بیش از ۶۰ درصد کودکان دوست خیالی دارند. در این بین باید توجه داشت که

کابوس‌های شبانه هم معمولاً هم‌زمان با ساخته شدن دوست خیالی در ذهن کودکان آغاز می‌شود. منشأ این تخیل به کارتون‌ها یا کتاب‌های کودکان بر می‌گردد و موضوعی کاملاً طبیعی است.

داشتن دوست خیالی از ۷ سالگی خطرناک است

به واسطه رشد تخیل کودک تقریباً از سه سالگی، شکل‌گیری دوست خیالی هم در همین سن آغاز می‌شود. همان‌طور که گفته شد، ممکن است کودک به یک اسباب‌بازی شخصیت دهد یا بر اساس کتاب‌های داستان، شخصیت‌های کارتون‌ی یا موجودی نامرئی و زاده تخیل خودش، برای خود یک دوست خیالی بسازد.

حوصله صحبت با خانمم و بچه‌هایم را ندارم، چه کنم؟

وسعی کنید اورا درک کنید.

از جوک و خاطره گفتن کمک بگیرید

خاطره‌ها بسیار قدرتمندند. آن‌ها مغز را فعال و گفت‌وگورا جذاب می‌کنند و ما را اجتماعی‌تر نشان می‌دهند. هر از چندگاهی یا محل کارتان تعریف کنید. بد نیست چندان‌جا جوک جدید هم یاد بگیرید.

برای شروع گفت‌وگو آماده‌گی ذهنی داشته باشید

برای شروع یک گفت‌وگو نیاز است از قبل موضوعی را آماده کرده باشید. شما می‌توانید درباره خانواده، شغل، رویاها و تفریح و سرگرمی صحبت کنید. با شروع گفت‌وگو و اشتراک گذاری این موضوعات، خواهید توانست یک مکالمه خوب و دلچسب با

موضوعات بسیار زیاد داشته باشید.

زبان بدن هم تاثیر گذار است

وقتی به طور مثال به همسر خود می‌گویید آماده گفت‌وگو هستید اما دست به سینه نشسته‌اید یا می‌گویید در حال گوش دادن هستید ولی سرتان همچنان در تلفن همراه است، یعنی هیچ تمایلی به گفت‌وگو ندارید. نشانه‌های ناگفته و نانوشته، معمولاً آشکارتر از چیزی که ما فکر می‌کنیم، عمل می‌کنند. هیچ وقت فروموش نکنید در یک ارتباط کلامی موثر، دقت به زبان بدن مانند ارتباط چشمی، محکم ایستادن و ... بسیار مهم است و توجه داشتن یا نداشتن ما را نشان می‌دهد. شایان ذکر است ارتباط با دیگران یک مهارت است که با تمرین و تکرار به دست می‌آید.

ارسال سوالات
به صفحه خانواده
پيامك:
۰۲۵۴۳۹۴۵۷۶
تلگرام:
۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

دانشجویم و به خاطر درس خواندن، تحقیر شدم

دانشجو هستم اما به نظرم هر چه زودتر تغییر مسیر بدهم و درس را رها کنم، آینده بهتری خواهم داشت. این روزها هر که من را می‌بیند، می‌گوید که الکی وقتت را برای درس خواندن هدر نده چون آخرش هم بیکار خواهی ماند. به نظرم مدرک گرفتن فایده‌ای ندارد. احساس می‌کنم که تحقیر شدم و نمی‌دانم تصمیم درست چیست؟



رضازیبایی | روان‌شناس بالینی



مخاطب گرامی، شما به تحصیل روی آوردید تا برای حفظ بقای خود، مهارت‌های بیشتری کسب کنید و معقول‌تر نیز همین است که آدمی تلاشش

را برای بهینه کردن شرایط امروز و فردای خود انجام دهد. نکته این جاست که شما تلاش‌های بسیاری را دیده و شنیده‌اید که به سرانجام مطلوب نرسیده است. به‌طور مثال راننده تاکسی که کارشناسی مکانیک یا فصابی که کارشناس کشاورزی دار دیافردی که کارشناسی ارشد روان‌شناسی دار و هنوز بیکار است و بسیاری دیگر.

فرض تان درباره بی‌فایده بودن تحصیل غلط است

جوامعی مانند جامعه در حال توسعه ما را به اصطلاح «بهشت کارآفرینان» می‌نامند بدین معنا که پر است از فرصت‌ها و نیازهای پاسخ داده نشده که هر کدام می‌تواند سرآغاز کسب و کاری کوچک یا بزرگ شود و نمونه آن را بسیار می‌بینید. البته در برخی از آن‌ها به آموزش و تدبیر هوشمندانه طرح کسب و کار نیاز است. بیشتر کارآفرینان

«خرسی دلش نمی‌خواد که خاله سارا اورا ببوسد». بنابراین شما می‌توانید از زبان دوست خیالی فرزندتان، یک سری از نکات را بشنوید که برای شناخت روحیات و شخصیت فرزندتان به شما کمک خواهد کرد. معمولاً این دوستان خیالی ممکن است ویژگی یا استعداد خاصی داشته باشند یا در فعالیتی شرکت کنند که کودکان درباره آن کنجکاو است اما از این که آن کار را انجام دهد، می‌ترسد.

مجبور نکنید که رهاش کند

والدین لازم است که در این مرحله و تا قبل از هفت سالگی فرزندشان، بیش از حد نگران نباشند. این اتفاق یعنی صحبت کودک با دوست خیالی‌اش را طبیعی بدانند، مخالفت نکنند و کودک را مجبور نکنند که دوست خیالی‌اش را رها کند. چنین برخوردهایی باعث می‌شود که کودک بایک سری اختلال‌های روانی دیگر مواجه شود و شرط برای او سخت خواهد شد. به هیچ وجه، دوست خیالی کودکان را به خصوص در جمع‌های دوستانه و ... مسخره نکنید و به دیگران هم اجازه این کار را ندهید.

یک قانون مهم درباره دوست خیالی کودک

از آن جایی که این دوستان خیالی مدتی مهمان‌تان خواهند بود، پس سعی کنید آن‌ها را بهتر بشناسید. توصیه می‌شود که با کودک‌تان درباره دوست خیالی‌اش صحبت کنید و او بپرسد: «اسم دوست چیه؟»، «کنار همدیگه چه کارهایی انجام می‌دهید؟»، «او اهل کجاست؟» و ... گفت‌وگو درباره دوست خیالی کودک‌تان به شما کمک می‌کند تا ارتباط محکم‌تری با او برقرار و در عین حال به پرورش قوه تخیل او کمک کنید. مثلاً کودک می‌گوید که «دوستم می‌گه امروز پارک نریم؟»، والد باید بپرسد «چرا دوستم می‌گه پارک نریم؟» البته مراقب باشید بیش از حد به دوست خیالی کودک‌تان توجه نکنید زیرا ممکن است او بیشتر از حد معمول دوست خیالی خود را حفظ کند یا حتی به شما حسادت و تصور کند می‌خواهید دوستش را از او بدزدید! بنابراین درباره دوست خیالی کودک‌تان اشتیاق زیاد نشان ندهید و هرگز آن‌ها را با هم مقایسه نکنید. یک قانون کلی این است که هرگز درباره دوست خیالی کودک‌تان حرفی نزنید، مگر این که او خودش در این باره صحبت کند.



قرار و مدار

روز تحقیق درباره یک سرگرمی جدید

برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت و استفاده از آن‌ها به بهترین شکل ممکن، نکته‌ای هست که معمولاً بهش توجه نمی‌شده.

امروز بگردین و تمیق کنین درباره یک

سرگرمی جدید که هم سالم

باشه، هم

سازنده و البته

هیجان‌انگیز...



ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۲۵۴۳۹۴۵۷۶

و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* آنگوشتی که کنارش پياز نباشه، به دلم آدم نمی‌چسبه. به خصوص وقتی پياز رو بذاری روی میز و با مشت بکوبی روش! تو هیچ کدوم از عکس‌های پرونده زندگی سلام کنار آنگوشت‌ها، پياز نبود. این عیبیه دیگه.

* درباره مطلب «حقایقی درباره ویروس کرونا که بانوان باید بدانند» جالبه که حتی کرونا هم با این موضوع، جنسیت زده بر خورده و کرده خانم‌هارو کمتر می‌کشه. شانس ما مردها رو ببینین انصاف!

* رقابت آنگوشت با اون غذای اکوادوری، چقدر هم نزدیک و حساس بوده. با اختلاف دو امتیاز، قهرمان شده.

* نوشته‌های گفت‌وگو با خانم مدنی در صفحه سالمندان رفته روی دایره. چند روز پیش هم در مطلب کرونا این‌طور شده بود که پیامکش را چاپ کردید.

* من هیچ وقت از آنگوشت خوشم نیومده. درباره معرفی آنگوشت قرمه‌سبزی هم در پرونده زندگی سلام، خواهش می‌کنم که با قاطعی کردن این دوتا غذا، قرمه‌سبزی رو خراب نکنین. ممنون.

* من چند سالی در استرالیا زندگی کردم. اونجا یک رستوران ایرانی داشت که بیشتر مشتری‌های وسط هفته‌اش، غیر ایرانی بودن. هر کی یک بار می‌امد، مشتری ثابتش می‌شد. البته آشپز هاش معمولی بودن ولی کلاً چون غذای ایرانی خوشمزه‌است، عاشقش شده بودن. یادش به خیر.

نقاشی‌های حال خوب کن روی سرامیک

گفت‌وگو با بانوی هنرمندی که آثارش می‌تواند به عنوان وسیله‌ای دست‌ساز در خانه‌ها

طراوت و تازگی ایجاد کند

مهديس مراديان | خبرنگار

حتماً تا به حال در حین تغییر دکوراسیون خانه به این نکته پی برده‌اید که رنگ و لعاب وسایل و لوازم خانه در کنار چیدمان‌شان نقش پررنگی در افزایش نشاط اعضای خانواده دارد. استفاده از رنگ و طرح‌های نو و متفاوت می‌تواند حال و هوای تازه‌ای در منزل شما به وجود بیاورد. به همین دلیل به سراغ شیمای عطاری تصویرساز، گرافیکست و... رفتیم تا به عنوان نمونه‌ای از یک بانوی هنرمند از آثارش بگوییم که می‌تواند فضای رنگی و جالبی به زندگی شما بدهد. عطاری دارای مدرک کارشناسی ارشد تصویرسازی، چند سالی هست که مشغول کار طراحی است اما به تازگی تصمیم گرفته است ابزار کارش را تغییر دهد و به جای کاغذ روی سرامیک نقاشی بکشد تا آثارش به عنوان وسیله‌ای دست‌ساز و قابل استفاده، در خانه روح تازه‌ای بدمد و طراوت و تازگی ایجاد کند. در ادامه، گفت‌وگوی ما با او را خواهید خواند.



«چنین آثاری علاوه بر این که تغییرات مثبتی در روحیه اعضای خانواده ایجاد می‌کند؛ با کمک آن‌ها افراد می‌توانند با خلاقیت و سلیقه خودشان محیط خانه را شادو دلپذیر کنند. این ظروف قابلیت این را دارد که یک عصرانه خوشمزه را در خود جای دهد و با توجه به رنگ و طرح متنوع‌شان کودکان را به غذا خوردن ترغیب کند. بنابراین کاربرد این ظروف در خانه‌ها، فقط استفاده از آن‌ها به عنوان یک وسیله تزئینی نیست.»



کاربرد این ظروف فقط

تزئینی نیست

عطاری درباره اهمیت

استفاده از آثار دست‌ساز

هنرمندان در خانه می‌گوید:



بانوان