تبیین روان شناختی آن چه که پرسپولیس با نایب قهرمانی اش در آسیا به همه ما آموخت

در ناامیدی بسی پرسپولیس هست!

حمید ذوالفقاری | دانشجوی دکترای تخصصی روان شناسی، استاد دانشگاه و عضو بنیاد ملی نخبگان

محوری

سرخ پوشان پایتخت با درخشش در جام باشگاه های آسیا به مقام نایب قهرمانی رسیدند و با صورت هایی که بعد از سوت پایان بازی، گل خنده و شادی در آن ها پژمرد به روی سکو رفتند و مدال های شـان را دریافت کردند. با این حال، کمتر فوتبال دوست و کارشناسی هســت که این تیم را ستایش نکند. تیمی که گفتن مشکلاتش، تکرار مکررات است اما مربی کاشــیما بعد از بازی برگشت فینال درباره اش گفت: «این چیزی که می گویم، اصلا تعارف نیست. پرسپولیس از نظر فنی و تاکتیکی بهترین تیمی بود که با آن ها بازی کردیم.» اما چطور این تیم با همه مشکلاتش به این جا رسید و مسیری که این تیم تا نایب قهرمانی آسیا پیمود، چه درس هایی برای ما دارد؟

موفقیت یک شبه به دست نمی آید

شـنبه شـب شـاهد بازی افتخار آمیز تیمـی بودیم که باعث غرور و خوشـحالی مردم یک کشور شد. هر چند نگاه های زیـادی به جام قهرمانی دوخته شـده بود اما کسـب جایگاه نایب قهرمانـی آن هم با دسـتان خالی چیزی از قهرمانی کم نداشت و در نوع خودش حماسه سازی محسوب می شـد. به ویژه وقتی تاریخ سه سال گذشته این باشگاه را مرور می کنیم، یک درس مهم از آن می گیریم. همه چیز از یک نایب قهرمانی و خروج از بحران شروع شد، سپس قهرمانی لیگ و سوپرجام، دبل قهرمانی لیـگ، نیمه نهایی لیگ قهرمانان آسـیا ۲۰۱۷ و حالا هم نایب قهرمانی لیگ قهرمانان آسیا. این مسیر یک شبه رفته نشده و این تفکر که یک تیم می تواند با جذب یک سـری بازیکن معروف و بهـره بردن از یک سـری امکانات، یک شـبه به موفقیت برسد، خیال باطلی اسـت. اگر این گونه بود، در ۱۶ دوره اخیر لیگ قهرمانان آسیا باید بیشتر از همه تیم هـای متمول عربی قهرمان می شدند امـا نتیجه، کسـب ۱۲ قهرمانی از ۱۶ قهرمانی ممکن توسط تیم های شرق آسیاست. آن چه که در این بین بیشـتر از هر چیـزی به چشـم می آیـد، بـاور ایـن اسـت که موفقیت یک شـبه به دست نمی آید و کمی صبر به شرط برنامه ریـزی اصولی، شـرایط را بهتر خواهد کرد.

مدیریت بحران، پروفسور می خواهد

سرمربی کروات تیم پرسـپولیس بیش از هر زمان دیگـری شایسـته لقب پروفسـور اسـت. تیم پرسـپولیس یک سـال اسـت که بـه خاطر تخلفات «طارمـی» در عقد قـرارداد با تیم ترکیـه ای و بازگشـتش به پرسـپولیس از نقل و انتقـالات محروم اسـت. نکتـه قابل تامل صبر و توانایی راهبردی وی در مدیریـت بحـران اسـت که قرارداد ش را بعد از شنیدن این خبر، نـه تنها لغـو نکـرد که تمدید کـرد و دقیقا با همین شرایط، برای اولین بار پرسپولیس را بـه فینال باشـگاه هـای آسـیا رسـاند. وحید امیری، فرشاد احمدزاده، محسـن مسـلمان، صـادق محرمی و... بازیکنان اصلـی پرسـپولیس در سـال گذشـته بودند که برخی شـان هم اکنون در فهرسـت تیم ملی هم هسـتند که نشان از توانایی بالای شان دارد اما در اوایل فصل جاری از این تیم جدا شـدند. با این حال، برانکو حتی بعـد از رفتن یک کدام از این بازیکنان ابراز ناتوانی نکرد و به خوبی اهمیت مدیریت غیر شـخص محور را بـه نمایـش درآورد. دیر کرد در دریافت حقـوق به دلیـل بالا رفتـن نـرخ دلار، هیچ گاه باعث نشـد برانکو شـانه از زیر بار مسئولیت خود خالی کند و بـه عنوان یـک مدیر به تمامـی تعهدات خود پایبند ماند و حتی در زمان دریافت پرداختی ها ابتدا از باشگاه خواست سهم کادر فنی و بازیکنان را پرداخت کند و در انتها خودش. این مرد برای هر مدیر در هر سطحی، یک الگوست. کاش فقط به عنوان یک تفریح به رفتارهایش و سـبک تلاش هایش در زمین سبز نگاه نشود.

عاقبت تلاش، صبر و زندگی در سختی

برخی سـتاره های کنونی پرسپولیس تا سال های نه چندان دور برای امرار معاش شـان مشـکلات شدید اقتصادی داشتند اما امروز یکی از آن ها بهترین دروازه بان لیگ قهرمانان آسـیا می شـود و دیگری هم آقای گل فوتبال ایران. حرف از بیرانوند و علیپور اسـت که حتما گذشته شان را بارها شنیده اید. بیرانوند که در کارواش مـی خوابید و علیپوری که خبـر زندگی اش در خانه دوستش به دلیل شرایط نامناسب مالی اش بعد از گل او در داربی، حاشـیه سـاز شـد. اما تلاش، برنامـه ریزی، صبـوری و اسـتمرار در نیل بـه اهداف ویژگی طلایی این بازیکنان است که علاوه بر رزمگاه سـبز فوتبال از آنـان جنگجویانـی سـتبر در زندگی روزمره خود سـاخته اسـت. بـرای هر تیمی داشـتن چنین بازیکنانی یک گنج اسـت و ما باید بپذیریم که زندگی بالا و پایین دارد. قطعا اگر روزی به بیرانوند در نوجوانی اش گفته می شـد که پنالتی رونالدو را مهار می کند یا چند ماه پیش به آدام همتی گفته می شـد که در فینال لیگ قهرمانان آسیا به صورت فیکس بازی خواهد کرد، خنده ای ملیح بهترین واکنش آن ها بود اما آن ها با امید و تلاش و البته شاید هم کمی شانس به این مهم دست یافتند. بنابراین ناامیدی، نباید در هیچ مرحله ای از زندگی ما جایی داشـته باشـد و همیشه دلیلی برای امیـدوار بودن به آینده وجـود دارد حتی اگر این امید به شانس باشد!

نباید برای بهتر شدن مجبور شویم

بازسـازی ورزشـگاه آزادی و کشـف آن شش چشمه توالت معروف، آن هم در نتیجه فشـاری که از سـوی کنفدراسـیون آسیا بر سـر مسـئولان فوتبالی کشور وارد شد، نشـان داد هنوز مسـئولان ما باور پذیری به مسئولیت خود را نتوانسته اند به خوبی پرورش دهند. امیدواریم شاهد این باشـیم که در زندگی شخصی، شغلی و .... مسـئولیت های مان را مسئولانه تر پذیرا باشیم. همه ما در هر شـغل و هر جایگاهی باید برای بهتر شـدن قبـل از این کـه مجبور شـویم، دسـت به کار شـویم. چرا وقتی می توانیم با یـک برنامه ریزی، عملکرد بهتری از خودمان نشان دهیم، همه کارهای مان را به دقیقه ۹۰ موکول می کنیم که احتمال خطا هم بالا می رود.

مراقب طارمی های زندگی تان باشید

حـدود ۱۰ روز دیگـر قرعـه کشـی لیـگ قهرمانان ۲۰۱۹ آسـیا انجـام مـی شـود و پرسـپولیس باید از اتفاقـات و رخدادهـای گذشـته درس گرفته باشـد. در این بین، قرعه کشـی قهرمان زندگی هر فردی از همان لحظه ای که خودش بخواهد شروع می شود؛ هر شخصی می تواند قهرمان زندگی خود باشد به شرطی که مانند پرسـپولیس امسال مسـئولیت پذیر باشد، کمبودها را مدیریت کند، جهانـی کند و محلی عمل کند. در ایـن بین باید حرفه ای زندگـی کند و مراقب طارمی های زندگی اش باشـد. طارمی هایی که می تواند تا سال ها، شما را به عقب براند و زندگی تان را پر از آسیب کند.

گاهی هم باید شکست را پذیرفت

از امید و مدیریت بحران برانکو گفتیم. این را هم باید بگوییم که گاهی باید شکسـت را پذیرفت. همه ما دوست داشتیم که پرسپولیس در بازی برگشت، کام یک بزند اما دیدیم که زور این کار را نداشت. به طور قطع بازیکنان دوست داشتند که گل بزنند اما زورِ گل زدن نداشـتند. بـا این حال، برانکو شکسـت را بدون بهانه پذیرفـت. او هیچ فرد و گروهی را مقصر این اتفاق ندانسـت و به ما یاد داد که با وجود همه سختی ها، بعد از شکست بهانه نیاوریم بلکه تصمیم بگیریم تا دوباره بجنگیـم. جنگی برای این که روزی دوباره بتوانیم، سرمان را بالا بگیریم و به موفقیت بخندیم.

نتایج جدیدترین تحقیقات درباره تاثیر دروغ گفتن بر اندازه بینی

داستان پینوکیو دروغ بود!

دانشمندان دروغ سـنجی را با صحت ۸۰ درصدی ساخته اند که بر اساس دمای بینی انسان نشـان می دهد که آیا فرد دروغ گفته است یا نه؟ به گزارش خبرآنلاین، داستان پینوکیوی چوبی را که با دروغ گفتن دماغش بزرگ می شد باید به فراموشی سپرد چرا که به عقیده محققان دانشگاه گرانادا که دسـتگاه جدید دروغ سنج را ساخته اند، دمای بینی انسـان هنگام دروغ گفتن پایین آمده و رو به کوچک شدن می گذارد. بنابراین داسـتان پینوکیو به گفته محققان کاملا برعکس است و نمی تواند صحیح باشد.

تغییر دمای پیشانی و بینی به محض دروغ گفتن

محققان دانشـگاه گرانـادا که روی موضـوع «تأثیـر پینوکیو» کار کرده انـد، می گوینـد وقتی انسـان دروغ مـی گویـد ۱/۲ درجه سـانتی گراد دمای نوک بینی اش کاهش یافتـه و همزمان دمای پیشـانی ۱/۵ درجه سـانتی گراد بالا می رود، درحالی که انسان به صورت ظاهری ممکن اسـت متوجه آن نشود. این اختلاف دما حکایـت از دروغ گفتن داشـته و بر این اسـاس، محققـان متوجه دروغ گفتـن فرد می شـوند. دسـتگاه جدیـد صحیح تـر از دروغ سـنج های موجود اسـت و واکنش عجیـب بدن به وسـیله قدرت مغز هنگام دروغ گفتـن و همچنین میزان اضطرابـی که پیدا می کنیم؛ دلیل بالا و پایین رفتن حرارت در پیشانی و بینی می شود. بیش از ۶۰ دانشـجوی داوطلب با این دستگاه و از طریق سیستم اسکن تصویری حرارتی توسط محققان مذکور مورد آزمایش قرار گرفتند و از آن ها پرسـیده شـد که آیا فلان سـلبریتی را از نزدیک دیده اند یـا حادثه تصادف رانندگی داشـته اند یا نـه؟ دکتر گومز میلان، مسـئول این تحقیق متوجه شـد که بیـش از ۸۰ درصد از دانشـجویان هنگام دروغ گفتن دمای بینی و پیشـانی شان تغییر کرده است. وی در این باره می گوید: «ترکیبی از روش دروغ سنج و مصاحبه استراتژیک در کنار ترموگرافی می تواند ایده آلی برای پلیس، فرودگاه ها، اردوگاه پناهندگان و ... باشد.»

وقتی پینوکیو، یک عمر همه را سر کار گذاشته بود!

تصویرساز: سعید مرادی

سخنی خطاب به معلم ها به بهانه حرکت «طبیبه گورانی» که نقاشی های دانش آموزانش را بر تن کرد

نقش مغفول مانده معلم ها در سلامت روان دانش آموزان

سپیده حسینی | دانشجوی دکترای روان شناسی بالینی و روان درمانگر کودک و نوجوان

یادداشت

من به عنوان یک روان درمانگر کودک و نوجوان با شنیدن خبری درباره فضای ارتباطی یک معلم با شاگردهایش در روزهای اخیر، جرقه های امید در دلم روشن شد و به نظرم آمد با توجه به نقادی های پی در پی این جانب و بعضی از کارشناسان دیگر از سیستم آموزش و پرورش برای ارتقای عملکرد آن به دور از انصاف است اگر از اخبار خوشایند این فضا چشم بپوشیم و محاسنش را وظایف تلقی کرده و جای تحسین را خالی بگذاریم. بنابراین موقعیت را مغتنم می شمارم تا علاوه بر تقدیر از معلمان شریف و عزیز سرزمینم به نقش اثرگذار معلم در زندگی کودکان بپردازم.

ماجرای حرکت خلاقانه «طبیبه گورانی»

خبری بـه تازگی به ویـژه در فضای مجازی منتشـر و پر بازدیدشده مبنی بر کار خلاقانه یکی از معلم های استان هرمزگان به نام «طبیبه گورانی» که باعث شادی غیر قابل وصف دانش آموزان شـده اسـت. ظاهرا او پارچه ای به دانش آموزهایش می دهد تا رویش نقاشی بکشند و بعد با آن پارچه، لباسی می دوزد و می پوشد و به مدرسه می آید. می گویند دانش آموزهایش با دیدن آن لباس، جیغ و فریاد شادی شان تا هفت کوچه آن طرف تر رفته است. چنین اخباری با توجه به وضعیت معیشتی دشوار معلمان و آمـوزش های گاهی حداقلـی آن ها در زمینه آموزش و پرورش کودک مبتنی بر اصـول و قواعد روان شناختی بسیار تأثیر گذار و تحسین برانگیز است.

تقسیم نقش معلم به ۲ بخش در زندگی کودک

اگر بخواهیم نیم نگاهی به نقش معلم در زندگی کودکان داشته باشیم، می توانیم آن را به دو بخش تقسیم کنیم. بخش اول همان قسـمت آموزشی اسـت که اشاره به، به کاربسـتن روش های تدریس متناسب با سطح رشد شناختی، اجتماعی و هیجانی کودک با توجه به سن او دارد؛ چرا که کاربرد این روش ها مـی تواند بهره وری را به حداکثر برساند، ضامن موفقیت تحصیلی کودکان بوده و از آن مهم تر مدرسه و درس را برای کودکان جذاب و دوست داشـتنی کند. بخش دوم و مهـم تر قسـمت پرورش اسـت که زمینه سـاز پرورانـدن نسلی سالم از لحاظ روان شـناختی، شخصیتی و اخلاقی است و اشاره به توانایی معلم در پرورش قابلیت های شـناختی، اجتماعی و هیجانی کودکان دارد.

ورود معلم بـه عنـوان یک فریادرس در عرصه رشدی کودک

از منظـر سلسـله مراتـب نیازهـای مطرح شـده توسـط مزلو که یکی از معتبرترین نظریه های روان شناسی است، انسان ها با نیازهای متفاوتی پا به عرصه حیات می گذارند. اولین رده از این سلسله، نیازهای زیستی آدمی است مانند نیاز به غذا و دمای مناسب. پس از آن نیاز به ایمنی قرار دارد، بدیـن معنـا که انسـان پس از برآورد نسـبی نیازهای زیستی اش نیاز به ثبات و ایمنی در محیط خود از لحاظ جسمانی و روانی را احساس می کند و ارضای نسبی این نیاز، نیاز به دوست داشته شـدن و احسـاس تعلق به یک گروه را در انسان برجسته می سازد و برآورد نسبی این نیازرده چهارم نیازها یعنی نیاز به عزت نفس به معنی دوسـت داشـتن و احترام قائل شـدن شـخص برای خودش را پدیدار می کند. از این دیدگاه قطعا خانواده اولین جایگاه ارضای این نیازها برای فرد اسـت که چگونگی ارضای این نیازها می تواند آینده فرد را به عنوان یک شخصیت سالم یا ناسالم رقم بزند. اما اگر فضای خانواده مغشوش بوده و به دلایل مختلف از جملـه تعارضات و اختلافات والدین، شخصیت ناسـالم والدین، فقر و... در ارضای سالم این نیازها ناتوان باشد معلم می تواند به دو صورت به عنوان یک فریادرس در عرصه رشد کودک ورود کرده و با ارائه مداخلات مناسب و مؤثر کودک را به مسیر رشد سالم بازگرداند.

نحوه ورود معلم به مشکلات روانی دانش آموزانش

اول این که معلم با توجه به ارتباط نزدیک و مداومی که با شاگردان خود دارد می تواند کودکان دارای مشکلات شناختی، اجتماعی، هیجانی و رفتاری از جمله موارد دشـواری مانند سوءاسـتفاده های جسـمی و جنسی تا موارد خفیف تـری مثل ناسـازگاری هـای رفتاری و مشکلات توجه و تمرکز را شناسایی کند و آن ها را برای پیگیری های دقیق تر به مشاور، روان شناس یا مددکار ارجاع دهد. مسیر بعدی کمک رسـانی یـک معلم به مداخلات مسـتقیم وی باز می گردد. از آن جا که معلم دارای جایگاهی ویژه در چشمان کودک است و کودک وی را شـخصی بدون نقص و آرمانی می پندارد و بعد از خانواده می توانـد بـه میزان زیادی تحت تأثیر آموزگار خود قرار بگیرد، معلم می تواند اثراتی شگرف در کودک بگذارد بدین شـکل که با قـرار دادن کودک بـا خـود در یک فضای ارتباطی با ثبات و پیش بینی پذیر، مبتنی بر محبت و دوست داشته شـدن، همراه با پذیرش کودک و تقویت اعتماد بـه نفس او، اسـتعدادیابی و پرورش آن ها در کودک، معلم می تواند به عنوان یک تعدیل کننده عمل کند و اثـرات نامطلوب فضای خانـواده را تا حدی جبران کند و به ارضای نسـبی نیازهای ایمنی، تعلق و عزت نفس کودک بپردازد و با کاهش آسـیب ناشـی از فضای نامناسب خانواده پایه های شخصیت سالم را در وجود کودک بنا نهد. چنین آثاری علاوه بر منافع فردی با توجه به اثرات متقابل انسـان ها بر هم قطعا آثار مفید اجتماعی نیـز به جا خواهد گذاشـت چرا کـه اگر معلم بتواند در رابطه خود با شـاگرد به وی احسـاس امنیت، دوسـت داشـته شدن و با ارزش بودن به عنوان یک انسان را بدهد کودک می تواند به خود دوسـت داری و خودپذیری واقعی دست یابد و از پیوستن به گروه همسالان منحرف و بزهکار و دست و پا زدن بـه روش های مختلف برای دوست داشته شـدن و جلب توجه و تأیید دیگران برای ارضای احساس تعلق و عزت نفس جلوگیری به عمل آورد. ارضای سـالم و بـه هنگام این نیازها فرد را از بروز ناسـازگاری ها و نابهنجاری هـای روانی و اجتماعی کـه در واقـع تجلـی جسـت وجوی ارضای همان نیازها اما به شیوه ای ناسـالم هسـتند بی نیاز می سازد و فرد و جامعه را از بسیاری از آسیب ها در امان نگه می دارد. در پایان با توجه به جای خالی چنیـن آموزش هایی برای معلمان در سیسـتم آموزش و پرورش تشکر مجدد از چنین معلمان دلسـوزی را که به رغم فقـدان ها در این مسیر به صورت خودانگیخته گام بر می دارند، الزامی می بینم.

توصیه ها

خاطرات یک مشاور

عاشقانه های یک خواهر و برادر ۵ و ۳ ساله!

دکتر المیرا لایق
روان پزشک

این هفته از عاشقانه های یک مادر سرطانی با پسر نوجوانش که با کارگری هزینه های بیماری مادر را جور می کند و عاشقانه های یک خواهر و برادر خواهید خواند.

داستان مادر سرطانی و پسرش

زن رنجور اسـت و رنگ پریده. با کمک پسـر یـازده سـاله اش روی صندلی می نشـیند. می گوید که سرطان ریه دارد و تحت شیمی درمانی اسـت و همسـرش هفت سـال قبل فوت کرده است. می پرسم هزینه های تان از کجا تامین می شود؟ به پسرش نگاه می کند: «علیرضا در تعمیرگاه عمویش کار می کند.» دسـت های علیرضا سیاه اسـت. تمام مدت کنار مادر ایستاده و دسـتش روی شانه مادر است. می پرسـم درس هم می خوانی؟ می گوید: «بله خانم، ما کلاس سومیم. باید چهارم می بودیم اما سال آخر تجدید دوره شدیم ولی امسـال جبران می کنیم...» مادرش وسـط حرفش می پرد: «به خاطر من بود از این دکتر و بیمارستان به...» پسرک می گوید: «نه خانم، خودمون تنبلـی کردیم.» مادرش به سـرفه می افتد، می دود که آب بیاورد. زن با اشـک و لبخند به من می گوید: «مِرد من است...»

به هم ریختن دنیا به خاطر برادر ۳ ساله!

در مطب که باز می شـود، با این صحنه رو به رو می شوم: پسرک سـه، چهار ساله ای که اشک می ریزد دختر پنج، شش ساله ای که محکم او را چسبیده و با خشم و نگرانی به من نگاه می کند. پشت سر آن ها مادرشان است که سعی دارد با زور آن ها را وارد کند. تا وارد می شـوند، می پرسم: «پسـرمون چرا گریه می کنه؟» مادرش می گوید: «می ترسه شما براش آمپول بنویسید.» ناگهان دخترک با عصبانیت و بغض رو به من فریاد می زند: «به خدا... به خدا... اگر آمپول نوشتی، میزنمت و این جا رو به هم می ریزم.» به سختی خنده ام را جمع می کنم و می گویم: «من قول می دهم آمپول ننویسم اما شاید قرص نوشتم.» دخترک خوشحال می گوید: «قرص خوبه، مـی خـوره.» رو به بـرادرش می کنـد و می گوید: «می خوری کـه؟ خوبه دیگه.» به نظر می آید مـرد کوچک آرام گرفتـه. نمی دانم الان دلم می خواهد جای کدام شان باشم. اشـک بریزم و یکی بگوید به خاطرت دنیا را به هم می ریزم؟ یکی ناراحت باشـد و من به خاطرش دنیا را به هم بریزم؟ مادری باشم که ببینم بچه هایم به خاطر هم دنیا را به هم می ریزند؟ یا اصلا خودم باشم و لذت ببرم که آدم ها به خاطر عشق دنیای مرا به هم می ریزند؟

عاشق درجه علمی و پختگی استادم شده ام!

دختـری ۲۳ سـاله ام و دانشجوی پزشکی. تا چند وقت پیش با هیچ پسری در ارتباط نبودم چون دوست داشتم که پیشرفت کنم و تصمیم بـرای ازدواج نداشتم. به تازگی با یکی از اسـتادهایم که عضو هیئت علمی دانشگاه هم هسـت، در حال صحبت کردن هسـتیم. او قصد ازدواج دارد اما ۱۸ سال از من بزرگ تر اسـت. من عاشق درجه علمی و پختگی ایشان شده ام و نه چیز دیگر. به نظرتان این ازدواج درست است؟

زهره حسینی | مشاور و دانش آموخته دانشگاه علامه طباطبایی

مشاوره ازدواج

مخاطب محترم، این خیلی خوب است کـه زندگـی شـما هدفمنـد بـوده و در مقاطع مختلف زندگی، اهداف متفاوتی را دنبال می کنیـد. در زمانی که هدف شما ادامه تحصیل و رفتن به دانشگاه بوده، روی آن متمرکز شدید و هم اکنون که تا حدی به اهداف تحصیلی خود رسیده اید، به دنبال یک ازدواج خوب هسـتید. از پیامک شما این طور برداشـت می شـود که با یکی از اسـتادان خود درباره ازدواج در حـال گفت و گو هسـتید که در دو حـوزه، نگران سرانجام این ازدواج هستید. یکی اختلاف سنی زیادی که با اسـتادتان دارید و دوم، مقبولیت انتخـاب و علاقه ای که صرفا بر اساس درجه علمی و پختگی طرف مقابل تان است. به طور قطع، بارها شنیده شده که ازدواج صرفا بر اساس یک یا دو ملاک محدود در دنیا پذیرفته نمی شود بلکه برای تصمیم گیری معیار از ازدواج درست و غلط ما به مجموعه ای از ملاک ها نیاز مندیم. با این حال و در پاسخ به سوال شما، بهتر است به چند نکته دقت کنید.

مشکلاتی که به خاطر اختلاف سنی دچارش خواهید شد

اختلاف سـنی شـما و اسـتادتان جدی اسـت و جزو علایم ریسک دار برای یک ازدواج اسـت. علت مشکل ساز شدن اختلاف سـنی شـما و اسـتادتان این اسـت کـه در مراحل متفاوتی از نظر رده بندی سنی و مراحل رشد قرار می گیرید. شما در اوایل دوره جوانی هستید و او در پایان دوره جوانی قرار می گیرد که هر کدام از این مراحل دربرگیرنده ویژگی های روانی، عاطفی، اجتماعی، شخصیتی، خلقی، رفتاری و حتی جسـمی متفاوتی اسـت. از این رو، تفـاوت ها باعث ایجاد مشـکلاتی در آینده روابط شـما خواهد شد. از جمله این مشـکلات احتمالی برای فردی که سـن کمتری دارد (یعنی شما) تلاش برای نمایش پختگی و دوری از هیجانات و علایق اوایل جوانی، سـرکوب خواسـته ها و نیازها از نظر دوری از برچسب بچه بازی و کودک خوردن، نزدیک کردن خواسـته ها و علایق خود بـه علایق طرف مقابـل، همواره بازی کردن نقش کوچک تـر و نظر خواهی مدام در تصمیم گیری ها و به مرور از دست دادن اعتماد به نفس. مشکلاتی که برای استادتان به عنوان فرد بزرگ تر رقم خواهد خورد، عبارتند از کم حوصلگی و نداشتن تحمل رفتارهای ناپخته و کودکانه فرد کوچک تر به لحاظ طی کردن این دوره از جمله هیجانات، نیازها، تفریحات و... به جای ایفای نقش همسر، بازی کردن نقش پـدر گونه، کنترل و ارزیابـی یا رفتارهای نصیحت گرانه در برخورد با همسـر، تظاهر به علاقه مندی و همراهی با هیجانات فرد کوچک تر و به مرور زمان، شکل گیری فاصله و کاهش صمیمیت. بنابراین شما با آگاهی از این موارد باید تصمیم تان را برای ازدواج قطعی کنید.

درجه علمی معیار کافی برای خوشبختی نیست

دربـاره نکته دوم کـه انتخـاب و علاقه مندی شـما صرفا بر اساس مدرک تحصیلی و رتبه اسـتادتان است، شاید برای انتخاب اسـتاد راهنما و سـوپروایزر ملاک خوبی باشـد اما برای انتخاب شریک زندگی ملاک درستی نیست. ما برای انتخاب شریک زندگی نیازمند بررسی ملاک های مختلفی از جمله معیارهای اخلاقی، فرهنگـی، خانوادگی، مالی، اعتقادی و.... هستیم. در مشاوره های پیش از ازدواج، اگر فردی با استاد خود قصد ازدواج دارد بهتر است ابتدا نگرش و باورهای هر دو نفر را جع به این تفاوت سطح بررسی شود. علت چنین انتخابی چیست؟ ما در زندگی مشترک نیازمند روابط صمیمانه هستیم، اگر نگاه استاد شاگردی بر روابط زوج حاکم باشـد قطعا اثرات منفـی در تصمیـم گیری ها، روابط عاطفی و دیگر روابط زناشویی خواهد داشت که منجر به کاهش صمیمیت و شـکل گیری روابط خشک و رسمی بین زوج می شود. بنابراین بهتر است برای پی بردن به علت علاقه مندی خود به استادتان از مشاوره حضوری بهره مند شـوید. گاهی یکی از علل این عشـق ها، کمبـود اعتماد به نفس مطرح می شود که تامل برانگیز خواهد بود.