



علی نیکجو

اغلب افراد مشهوری که در حوزه سلامت روان فعالیت می‌کنند و فهرست اسامی برخی از آنها را نظام روان‌شناسی منتشر کرده، با درآمد‌های کلان و با وصل‌شدن به بخشی از قدرت به این درجه از معروفیت رسیده‌اند و اغلب این افراد روان‌درمانگران رائتبری هستند که حرف‌هایشان از حداقل آموزه‌های سلامت روان هم بهره‌ای ندارد؛ البته به خوبی می‌دانند جامعه تشنه چه حرف‌هایی است.

اینها کم‌مایه‌هایی هستند که مورد وثوق بخشی از سیستم‌اند؛ آن‌ که قدرت این ایده را دارد که بخشی از نبض جامعه در اختیار این سلبریتی‌های روان‌شناس است که می‌توان به‌موقع از آن بهره برد.

در جامعه‌ای که راحت‌ترین شکل ارتزاق، حرکت در جهت منویات سیستم غالب است، می‌توان با فداکردن علم و فره‌کردن شبه علم و لمپنیسم علمی، به مدارج بالایی رسید.

چاهی که این آقایان حفر کرده‌اند، بیش از آنکه آبی برای ساحت تشنه

چه کسانی تراپیست نیستند؟

روان‌شناختی مردمان داشته باشد، نانی برای مدعیان بهبود سلامت روان مردم دارد.

من اقدام نظام روان‌شناسی را تمجید می‌کنم، اما تاکید می‌کنم مشکل فعالان حوزه روان‌درمانی، تنها کسانی نیستند که مدرک علمی ندارند، بلکه بیش از آن فعالانی هستند که از انبوه دانشگاه‌های بی‌کیفیت و استادان کم‌سواد فارغ‌التحصیل شده‌اند و حظی از دانش و اندیشه از یک سو و اخلاق حرفه‌ای از دیگر سو نبرده‌اند.

باید توجه کرد که با بدترشدن وضعیت اقتصادی و بی‌آیندگی پیش‌رو و احساس استیصال مردم از اوضاع مبتلایه، میزان آسیب‌دیدگی ذهنی جامعه افزایش می‌یابد و به همین نسبت احتمال رواج روان‌درمانی‌های غیرعلمی، غیرتخصصی و آسیب‌زننده نیز افزون می‌شود.

رشته‌های علوم انسانی در این سال‌ها به‌شدت تخفیف و تحقیر شده‌اند. روان‌پزشکی از آنجا که زیرشاخه یکی از رشته‌های تخصصی پزشکی است،

و خودمحور می‌کنند که پیامدهایی در پی خواهد داشت.

با وجود اینکه بسیاری می‌دانند برخی از این افراد مدرک دانشگاهی ندارند و باز هم در دوره‌های آنها شرکت می‌کنند اما بسیاری با انتشار این لیست از طرف نظام روان‌شناسی شوکه شده‌اند. نعمت احمدی، وکیل پایه یک دادگستری و عضو کانون وکلای مرکز، در رابطه با این موضوع اشاره می‌کند: این افراد جدا از اینکه بابت فعالیت در حرفه‌ای که تخصص آن را ندارند مجازات می‌شوند، اگر درآمدهایی هم از این فعالیت به دست آورده‌اند، مردم می‌توانند از آنها پس بگیرند.

روان‌شناس نماها معمولا افراد را خودمحور می‌کنند

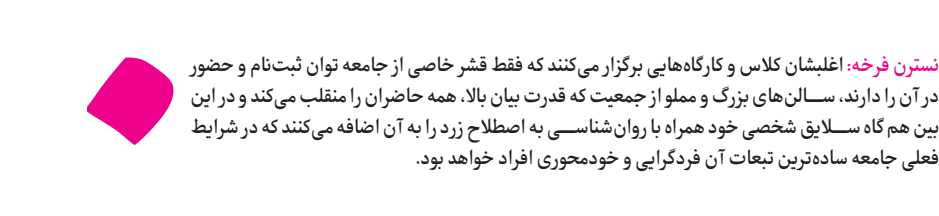
امیرحسین جلالی ندوشن، روان‌پزشک اجتماعی و روان‌درمانگر تحلیلی، با اشاره به لیست منتشرشده از سوی نظام روان‌شناسی که نام تعدادی از افراد که با نام روان‌شناس و مشاور در این حوزه فعالیت می‌کردند، در آن هست، می‌گوید: در حوزه روان‌شناسی و سلامت روان باید به افرادی که صلاحیت دارند مراجعه کرد، همان‌طورکه اگر یک نفر برای مشکل چشم به دامپزشک مراجعه کند، برایش عواقب و پیامدهای جدی می‌تواند داشته باشد، مراجعه به روان‌پزشک و روان‌شناس هم در مواقعی که افراد فاقد صلاحیت‌های تخصصی هستند می‌تواند پیامدهای جدی داشته باشد.

جلالی اضافه می‌کند: اینجا موضوع ساده‌تر گرفته می‌شود، مثلا تخصصی مثل جراحی صلاحیت‌های مشخصی دارد و افراد راحت‌تر می‌توانند آن را تشخیص دهند، اما در موضوعات سلامت روان هرکسی می‌تواند درمورد موضوعاتی مثل روابط انسانی حرف بزند، رهنمود بدهد، درمورد موضوعاتی مثل معنای زندگی سخن بگوید که تشخیص درستی یا نادرستی آن دشوار خواهد بود. از سوی دیگر ما آدم‌ها در شرایط خاص با ویژگی‌های روانی که داریم مستعد پذیرش یک سری حرف‌ها می‌شویم، حرف‌هایی که ممکن است اتفاقا از افرادی که به‌عبارتی روان‌شناسی‌های ساده‌انگار و زرد را گسترش می‌دهند مورد توجه قرار گیرد و از حرف یک متخصص واقع‌گرا بیشتر پذیرفته می‌شود.

این روان‌پزشک اجتماعی ادامه می‌دهد: در این مورد باید نظام صنفی و نهادها موضوع را جدی بگیرند، همچون مهندس ساختمانی که مدرک را از دانشگاه می‌گیرد و نظام مهندسی آن را تایید می‌کند، یا دیگر فعالیت‌های علمی که صورت می‌گیرد و نظام روان‌شناسی باید در این موضوع جدی‌تر عمل کند، هرچند به نظر می‌آید اقدام ساختاری جدی نیست اما برای شروع قابل تحسین است. بی‌تردید تاثیر برخی افرادی که نام آنها در آن لیست آمده بود بالاست و نمی‌توان نادیده گرفت، بنابراین اگر توصیه‌های



روان‌شناسی‌های زرد جامعه را فردگرا و خودمحور می‌کند



نسترن فرخه: اغلبشان کلاس و کارگاه‌هایی برگزار می‌کنند که فقط قشر خاصی از جامعه توان ثبت‌نام و حضور در آن را دارند، سالن‌های بزرگ و مملو از جمعیت که قدرت بیان بالا، همه حاضران را منقلب می‌کند و در این بین هم گاه سلایق شخصی خود همراه با روان‌شناسی به اصطلاح زرد را به آن اضافه می‌کنند که در شرایط فعلی جامعه ساده‌ترین تبعات آن فردگرایی و خودمحوری افراد خواهد بود.

به تازگی لیستی از سازمان نظام روان‌شناسی منتشر شده که در آن نام بسیاری از افراد مشهور حوزه سلامت به چشم می‌خورد که فاقد هرگونه مدرک آکادمیک و دانشگاهی هستند و تنها با گذراندن چند دوره در خارج از کشور، کلاس و کارگاه‌هایی در این حوزه برگزار می‌کنند و به دلیل شهرت مارکتینگ و بازاریابی‌ای که دارند تاثیر بسزایی بر افراد می‌گذارند که امیرحسین جلالی ندوشن

همچنان از آسیب مصون مانده، اما بخش روان‌درمانی آن نحیف مانده است و بیشتر به‌منابه دارودرمانی و پردازش عملکرد مغزی عمل می‌کند که منظر آن کافی نیست.

روان‌شناسی هم به‌عنوان یک رشته علوم انسانی از ضعف بنیه عمده‌ای در رنج است.

دولت همواره روان‌پژوهی را یک رقیب برای خودش قلمداد کرده و مانع از پیشرفت و شکوفایی این رشته شده است.

دانشگاه‌ها انبوهی از دانشجویان روان‌شناسی پذیرفته‌اند که حقیقتا قابلیت پرورش علمی و عملی ایشان را ندارند. در این شرایط باید توجه کرد که چه کسانی تراپیست نیستند.

افرادی که مدام در اینستاگرام در حال تبلیغ خویش هستند و فالوورهای چند کا دارند، عملا فرصتی برای تعمیق علمی ندارند.

کسانی که نمایش‌های سراسری و چندهزارنفره برگزار می‌کنند، بیشتر

نامناسبی به جامعه بکنند طبیعتا ضریب تاثیر بالایی را می‌توانیم انتظار داشته باشیم.

همین موضوع می‌تواند پیامدهای منفی زیادی داشته باشد، قطعاً عوارض جانبی خواهد داشت و بعضی از این توصیه‌ها گمراه‌کننده خواهد بود و گاهی نیاز است جامعه واقع‌گرا باشد و پذیرای این باشد که باید برای موفقیت کوشش کند و بداند که زندگی فرمولی چند دقیقه‌ای ندارد و جامعه نیازمند واقع‌گرایی است، اما بعضی از اینها افراد را خودخواه، فردگرا و خودمحور می‌کنند که پیامدهایی خواهد داشت.

جلالی ادامه می‌دهد: متخصص این حوزه علاوه بر مدرک تحصیلی باید خود تحت درمان قرار بگیرد و ساعت‌های طولانی زیرِ نظر متخصص باشد و با صرف گذراندن یک دوره دو، سه ماهه در لندن و پاریس کفایتی نمی‌کند و این افراد نمی‌توانند برای امور مردم و روابط آنها نسخه بنویسند.

در قوانین روان‌پزشکی بلاکلیفی داریم

نعمت احمدی، وکیل پایه‌یک دادگستری و عضو کانون وکلای مرکز، به قوانین موردنظر در برابر افرادی که در نقش یک متخصص فعالیت می‌کنند، می‌گوید: درمورد قوانین حوزه پزشکی و روان‌پزشکی بلاکلیفی‌هایی داریم، مثلا در فضای مجازی و تلویزیون می‌بیم از طب سنتی، روغن بنفشه و مدفوع فلان حیوان حرف زده می‌شود. در روان‌شناسی هم که برخی چهار کلمه یاد گرفته‌اند و همان را با قدرت بیانی که کسب کرده‌اند بیان می‌کنند، در کنارش مجوز سخنرانی هم می‌گیرند و سالن‌های بزرگی در اختیارشان می‌گذارند، حتی در فضای مجازی تبلیغ می‌کنند و برای هر جلسه هزینه زیادی طلب می‌کنند، همه اینها به نبود نظارت برمی‌گردد.

احمدی اضافه می‌کند: این افراد جدا از اینکه بابت فعالیت در حرفه‌ای که تخصص آن را ندارند مجازات می‌شوند، اگر درآمدهایی هم از این فعالیت به دست آورده‌اند، مردم می‌توانند از آنها پس بگیرند.

البته در گذشته هم این تجربه را داشته‌ایم که افرادی مدعی انرژی‌درمانی بودند و به پرونده آنها رسیدگی شد، این موضوع هم به همین شکل است، در واقع قوانین داریم ولی نظارتی در حوزه سلامت روان و روان‌پزشکی نیست.

این حقوق‌دان می‌گوید: قوانین ما کلی است و در هر رشته که وارد می‌شویم با قوانین بازدارنده کلی مواجه هستیم که عام است و مربوط به همه رشته‌هاست، اگر کسی خودش را به جای روان‌شناس جا زده و در این حوزه تخصصی نداشته باشد، از اساس یک فریب است که در همان قانون کلی می‌گنجد و امکان برخورد وجود دارد.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰

● **حل جدول ۴۳۲۱**

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵
۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰

● **سودوکو سخت ۳۲۲۸**

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود.
بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

● **سودوکو ساده ۳۲۲۸**

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

شومن هستند تا افرادی صاحب اندیشه، کسانی که راهکارهای قالبی و از پیش تعیین‌شده برای افراد مختلف با پیشینه‌های متفاوت ارائه می‌کنند، ربات هستند تا روان‌پژوه.

افرادی که اعضای مختلف یک خانواده را بدون درنظرگرفتن پرنسیپ رازداری ویزیت می‌کنند، به‌هیچ‌عنوان قابلیت اعتماد ندارند؛ چراکه اصول اولیه حرفه‌ای‌گری را رعایت نمی‌کنند.

کسانی که جواب‌های صریح، مستقیم و تک‌خطی برای پرسش‌های غامض و پیچیده مردمان دارند، بیشتر فالگیر هستند تا تراپیست و بی‌تردید بر این فهرست بسیار می‌شود افزود، اما تاکید می‌کنم اگر درمان‌جو به تراپیست مراجعه نکند بهتر از آن است که به شبه‌درمان‌گرانی مراجعه کند که حظی از حقیقت نبرده‌اند.

● **متخصص روان‌پزشکی روان‌درمانگر تحلیلی و عضو شورای مرکزی انجمن اسلامی جامعه پزشکی**

خبر

برگزاری اجتماع «سلام فرمانده» در ورزشگاه آزادی

ایسن؛ سرود «سلام فرمانده» با حضور نوجوانان و خانواده‌هایشان در ورزشگاه آزادی بازخوانی شد. این اجتماع خانوادگی پس از بخش سرود ملی جمهوری اسلامی ایران برگزار شد. همخوانی سرود سلام فرمانده در روزهای گذشته در نقاط مختلف کشور نیز اجرا شده است. در تهران نیز پنجشنبه (۲۹ اردیبهشت) در منطقه ۲۲ تهران کنار دریاچه چیتگر، قطعه ۴۰ بهشت زهرا، اسلامشهر و جمعه ۳۰ اردیبهشت در نمایشگاه کتاب در مصلای تهران برگزار شد. اجتماع خانوادگی سرود «سلام فرمانده» که اسفند سال گذشته توسط گروه ماه با همان ملت امام حسین در شهرستان لنگرود اجرا شد، این‌روزها در نقاط مختلف کشور اجرا شده و به ورزشگاه آزادی رسیده و همزمان با ایام هفته مقاومت، با حضور دهه هشتادی‌ها و نودی‌ها و خانواده‌هایشان ساعت ۱۷ (پنجشنبه ۵ خرداد) در ورزشگاه صدهزار نفری آزادی پس از بخش سرود ملی جمهوری اسلامی ایران برگزار شد. در این اجتماع بزرگ کودکان، زنان و مردان پرچم ایران و برخی دست‌نوشته‌هایی که بخش‌هایی از سرود سلام فرمانده بر روی آن نوشته شده بود را در دست داشتند. برخی نیز پرچم‌هایی که روی آن «یا قمر بنی‌هاشم» نوشته شده در دست داشتند.عکس شهید سردار قاسم سلیمانی نیز در دستان جوانان حاضر بر روی سکوهای ورزشگاه بزرگ آزادی بالا رفته بود. در ابتدای این مراسم در میدان ورزشگاه گروهی از ورزشکاران، اجرای ورزش زورخانه‌ای را به نمایش گذاشتند. جمعی از دانش‌آموزان نیز در کنار زمین چمن به اجرای سرود جمعی پرداختند. برخی از شرکت‌کنندگان در مراسم چغیبه‌هایی در دست داشتند که منقش به عکس رهبر انقلاب بود و همزمان به هم‌سرایی با سرودهای بخش‌شده از بلندگوی ورزشگاه پرداختند.افرادی با لباس نظامی و سریند «لیبک یا خانمهای» پرچم «یا حسین» در دست دور میدان چمن آزادی دویدند و سپس به انجام حرکات رزمی مشغول شدند.در گوشه و کنار زمین تابلو و بنرهایی با نوشته‌هایی همچون «عشق جانم امام زمانم» و «اللهم عجل لولیک الفرج» که چشم می‌خورد،برخی از شهروندان نیز در بدو ورود به استادیوم آزادی با تلفن‌های همراهشان حضور باشکوه مردم در این مراسم را به ثبت رساندند.در بخشی از مراسم نوای «حیدر حیدر» جمعیت حاضر در اجتماع سلام فرمانده در ورزشگاه آزادی طنین‌انداز شد.



در ادامه مراسم، سرود «سلام فرمانده» با حضور نوجوانان و خانواده‌هایشان در ورزشگاه آزادی بازخوانی شد. این اجتماع خانوادگی پس از بخش سرود ملی جمهوری اسلامی ایران برگزار شد. همخوانی سرود سلام فرمانده در روزهای گذشته در نقاط مختلف کشور نیز اجرا شده است. در تهران نیز پنجشنبه (۲۹ اردیبهشت) در منطقه ۲۲ تهران کنار دریاچه چیتگر، قطعه ۴۰ بهشت زهرا، اسلامشهر و جمعه ۳۰ اردیبهشت در نمایشگاه کتاب در مصلای تهران برگزار شد. اجتماع خانوادگی سرود «سلام فرمانده» که اسفند سال گذشته توسط گروه ماه با همان ملت امام حسین در شهرستان لنگرود اجرا شده و به ورزشگاه آزادی رسیده و همزمان با ایام هفته مقاومت، با حضور دهه هشتادی‌ها و نودی‌ها و خانواده‌هایشان ساعت ۱۷ (پنجشنبه ۵ خرداد) در ورزشگاه صدهزار نفری آزادی پس از بخش سرود ملی جمهوری اسلامی ایران برگزار شد. در این اجتماع بزرگ کودکان، زنان و مردان پرچم ایران و برخی دست‌نوشته‌هایی که بخش‌هایی از سرود سلام فرمانده بر روی آن نوشته شده بود را در دست داشتند. برخی نیز پرچم‌هایی که روی آن «یا قمر بنی‌هاشم» نوشته شده در دست داشتند.عکس شهید سردار قاسم سلیمانی نیز در دست‌ان جوانان حاضر بر روی سکوهای ورزشگاه بزرگ آزادی بالا رفته بود. در ابتدای این مراسم در میدان ورزشگاه گروهی از ورزشکاران، اجرای ورزش زورخانه‌ای را به نمایش گذاشتند. جمعی از دانش‌آموزان نیز در کنار زمین چمن به اجرای سرود جمعی پرداختند. برخی از شرکت‌کنندگان در مراسم چغیبه‌هایی در دست داشتند که منقش به عکس رهبر انقلاب بود و همزمان به هم‌سرایی با سرودهای بخش‌شده از بلندگوی ورزشگاه پرداختند.افرادی با لباس نظامی و سریند «لیبک یا خانمهای» پرچم «یا حسین» در دست دور میدان چمن آزادی دویدند و سپس به انجام حرکات رزمی مشغول شدند.در گوشه و کنار زمین تابلو و بنرهایی با نوشته‌هایی همچون «عشق جانم امام زمانم» و «اللهم عجل لولیک الفرج» که چشم می‌خورد،برخی از شهروندان نیز در بدو ورود به استادیوم آزادی با تلفن‌های همراهشان حضور باشکوه مردم در این مراسم را به ثبت رساندند.در بخشی از مراسم نوای «حیدر حیدر» جمعیت حاضر در اجتماع سلام فرمانده در ورزشگاه آزادی طنین‌انداز شد.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵
۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰