

گفت‌و‌گو با بهمن ابراهیمی کارشناس ارشد روانشناسی بالینی بررسی کرد

روانشناسی احساس عدم امنیت

فرزانه نیکروح‌متین



تصویر: پیکسار

هر روز به دنبال قیمت دلار هستند، نشان از این دارند که نوسانات آن به صورت غیرمستقیم با زندگی تک‌تک افراد در جامعه در ارتباط است. به دنبال نابسامانی اقتصادی، کارفرمایانبروهایش را تعدیل می‌کند و در نهایت امنیت شغلی در خطر می‌افتد و امنیت روانی را تحت‌تاثیر قرار می‌دهد. هر زمان که جامعه به ثبات اقتصادی و اجتماعی نسبی رسید، می‌توانیم بگوییم احساس عدم امنیت هم بالا می‌رود. این را باید دانست که این داستان تلاطم‌های اجتماعی و اقتصادی منجر به رفتارهای دیگری می‌شود. متأسفانه در هر حال این محیط است که فضای عدم امنیت روانی را به وجود می‌آورد.

۲- گذر از سنت به مدرنیته: خاصیت گذر از سنت به مدرنیته ، حس عدم امنیت است. بلاکلیفی بین سنت و مدرنیته در جامعه ما بسیار دیده می‌شود و به اصطلاح در دنیای برزی زندگی می‌کنیم که این باعث می‌شود ارزش‌ها کاهش یابد و احساس عدم امنیت بالاتر رود. عواملی چون زندگی ماشینی، جمعیت زیاد و تحرک کم، عدم اطلاعات صحیح از احوالات درونی خود، بافت نامناسب شهری، سرعت بالای زندگی شهری و...

روانپزشکان به مزاح اعلام کرده‌اند که باید در آب تهران داروی ضد افسردگی و ضد اضطراب ریخته شود. اگر بحران‌ها کم شود مخصوصا از منظر اقتصادی ما به ثبات لازم برسیم احساس امنیت روانی حاکم خواهد شد.

۴ به نظر شما چند درصد جامعه از عدم امنیت روانی در رنج هستند؟
آمارها اکثرا جسته، گریخته از منابع مختلف می‌گوید که ۲۵ تا ۳۰ درصد از افراد جامعه دچار مشکلات روحی و روانی هستند. حس عدم امنیت روانی منجر به اختلالات روانی دیگر می‌شود که البته در شهرهای بزرگ بیشتر است. طی آخرین آمارها گفته می‌شود که ۴۴درصد تهرانی‌ها دچار حس ناامنی‌اند که در مراجعان روزمره ما هم دیده می‌شود.

۴ بیشتر زنان درگیر این موضوع هستند یا مردان؟
در هر دو جنس دیده می‌شود ، فقط اینکه تظاهرات و نوع حالت‌هایشان متفاوت است.

چگونه مانع زیاد تلویزیون دیدن کودکان تان شوید؟

فرار از دام جعبه جادویی

رامین طبرسی

قرار دهید و در بقیه اوقات آن را مخفی کنید. این کار باعث می‌شود که کودک شما انگیزه و علاقه بیشتری برای کار با محتویات آن سبذ داشته باشد. معجزه‌ای به نام سی‌دی: سراغ سی‌دی‌های داستانی بروید تا وقتی سر کار هستید یا در خانه سرتان شلوغ است کودکان به آن گوش کند. کار دیگری که می‌توانید انجام دهید، ضبط داستان مورد علاقه‌فرزندتان با صدای خودتان است که این کار مهارت‌های شنیداری او را هم تقویت می‌کند.

راه‌هایی برای کنترل تلویزیون دیدن فرزندان:

حواستان به زمان باشد: اگر مجبوری که از تلویزیون به‌عنوان پرستار



روانشناسی

مرور

اختلالی به نام «جامعه‌ستیزی»

زهر ا خالقی‌مصفا

یکی از اختلالات شخصیتی که در صورت عدم درمان، در آینده برای فرد تبعات سنگینی در پی خواهد داشت، اختلال شخصیت ضداجتماعی است که تحت عنوان اجتماع‌ستیزی یا اختلال شخصیت غیراجتماعی نام برده می‌شود.

شخصی که دچار این اختلال است، توانایی انطباق با موازین اجتماعی را ندارد و سر جنگ با جامعه دارد که به‌اصطلاح روانپزشکان جامعه‌ستیز است چرا که رفتارهایش خارج از معیارهای اخلاقی متداول جامعه توصیف می‌شود. این دسته از اشخاص به دلیل عدم اندیشیدن یا تصمیم‌گیری آتی به صورت مکرر مرتکب رفتارهای مجرمانه می‌شوند. آنها خود را محق می‌دانند که به هر روشی به خواسته‌شان دست پیدا کنند حتی اگر به دیگران صدمه وارد کرده یا حقوق آنها را پایمال کنند.

نشانه‌های برجسته این اختلال عبارتنداز:

افرادی که دچار این اختلال می‌شوند یکسری ویژگی‌های مشخص در خود دارند از جمله آنکه فاقد همدلی‌اند، نسبت به احساسات و حقوق دیگران بی‌عاطفه و بدگمان هستند و برخوردی تحقیرآمیز دارند، بهشدت اهل خشنونت، قریب‌کار، دروغگو، بی‌احتیاط و خودرای هستند و متکی به خود و خودشیفته‌اند، دارای جاذبای دروغین و سطحی هستند و خود را مرکز دنیا می‌بینند، از قدرت کلامی خوبی برخوردارند. به‌عنوان مثال با استفاده از اصطلاحات فنی یا تاز، افرادی را که نسبت به مطالبی آشنایی ندارند تحت تأثیر قرار می‌دهند.

درروابط جنسی خودغیرمسوولانه و استثمار گر هستند.نسبت به امنیت خود و دیگران بی‌پروا و بی‌مسئولیتند و هیچ زمانی از کارهای نادرست خود پشیمان نمی‌شوند. این دسته از افراد مبتلا به این بیماری ممکن است به اختلال‌های اضطرابی، افسردگی، قماربازی بیمارگونه و مواد مخدر و سایر اختلال‌های کنترل‌رتکانه در آینده دچار شوند.

شیوع اختلال
طبق تعریف روانپزشکانه، تشخیص شخصیت ضداجتماعی را نمی‌توان زیر ۱۸سالگی تعیین کرد. هرچند ممکن است اختلال سلوک ۱۵سالگی قابل مشاهده باشد. البته این اختلال با توجه به اینکه سیری مزمن دارد اما با بزرگ‌ترشدن سن فرد

به‌ویژه در دهه چهارم زندگی خفیف‌تر شده و بهبود خواهد یافت. این اختلال در مردان نسبت به زنان شایع‌تر است. شیوع آن در جامعه تقریبا سه‌درصد در مردان و یک درصد در زنان است. بروزآمارهای مربوط به شیوع در موقعیت‌های بالینی بسته به خصوصیات بارز جامعه‌های مختلف از ست ۳۰ تا۴۰درصد متغیر است که البته میزان‌های بالاتر شیوع با موقعیت‌های درمانی سوء‌مصرف مواد و زندان با موقعیت‌های قانونی ارتباط دارد. طبق آمارها نیز ظاهرا این اختلال با وضعیت‌های اجتماعی-اقتصادی پایین و موقعیت‌های شهری ارتباط تنگاتنگی دارد.

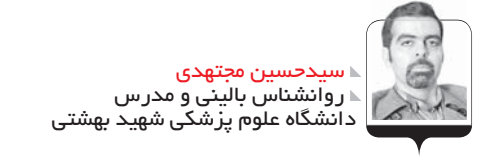
وراثت یا الگوی خانواد؟

در طی پژوهش‌ها، همبستگی بالایی بین وراثت و شیوه‌های فرزندپروری و سرمشق‌دهی نامناسب با گسترش این اختلال دیده شده است.

افراد مبتلا به اختلال شخصیت ضداجتماعی اغلب به خانواده‌هایی تعلق دارند که با محرومیت هیجانی، روش‌های انضباطی خشن رشد یافته‌اند. بدرفتاری با کودک یا غفلت از آن، فرزندپروری بی‌ثبات و متغیر یا انضباط والدینی متناقض احتمال تبدیل سوءرفتار را به اختلال اجتماع‌ستیزی افزایش می‌دهد. البته این به آن معنا نیست که وراثت و ژنتیک نقشی در پرور این اختلال نداشته باشند چرا که در طی بررسی‌ها نشان داده شده این اختلال در میان خوشنویسان بیولوژیک درجه‌اول افراد مبتلا به این اختلال بیشتر است.

رسانه

نگاهی روانشناسانه به فیلم «حوض نقاشی» نمایش انسان‌های کمتر دیده شده



نمایش فیلم «حوض نقاشی» ساخته مازیار میری در زمانه‌ای که تشت رسوایی فیلم‌های مبتذل داخلی از بام افتاده، قابل تامل و پردازش است.

شاید بتوان گفت نخستین نکته قابل تحسین این فیلم پرداختن به زندگی داخلی گروهی از بیماران است که در هر جای دنیا هستند و با پیشرفت‌های علم‌اندوزی می‌توانند به زندگی مستقل‌تری دست یابند. همچنین فیلم با کلیشه‌ها و پیش‌داوری‌های اجتماعی نسبت به این طیف از بیماران مواجه می‌شود و ضمن بیان مشکلات روزمره زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی نشان می‌دهد که آنها از جهت جنبه‌های عاطفی، احساسی و هیجانی مانند دیگران هستند، هرچند که بحران‌هایی را تجربه می‌کنند. قهرمانان فیلم هر دو به فلج مغزی (CP) با شدت و نوع متفاوت دچارند. فلج مغزی را می‌توان سندرومی در نظر گرفت که شامل ناهنجاری‌های حرکتی، روانی، تشنج و اختلال‌های رفتاری ناشی از آسیب مغزی است. هر آسیب مغزی در دوران جنینی، تولد و نوزادی امکان دارد به چنین شکلی فرد را دچار کند. افراد مبتلا به فلج مغزی گاهی از نظر هوشی متوسط، متوسط بالا یا حتی سرآمد هستند اما در کل حد متوسط هوش مبتلایان به فلج معمول پایین‌تر از افراد معمولی است.

یکی از پرسش‌هایی که ممکن است ذهن مخاطب فیلم را درگیر کند این است که مسایلی که زن و شوهر در روابط بین فردی و بحران‌های ارتباطی انسان تجربه می‌کنند ریشه در بیماری و جنبه عصب‌شناختی دارد که باید گفت خیر، این مسایل تک‌بعدی نیستند. محدودیت‌هایی که بیماری برای فرد ایجاد می‌کند می‌تواند به صورت ثانویه اثرگذار باشد، اما در کل این بحران‌ها نظیر آنچه در قهرمانان فیلم دیده می‌شود جنبه روانشناختی پررنگ دارد. آنان با کار و تلاش می‌خواهند در زندگی مسوولیت شغلی، همسرانه و والدین داشته باشند اما محدودیت‌های جسمانی، شناختی و اجتماعی موجب بحران‌هایی می‌شود که از جهت عاطفی- هیجانی نظام روانی آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. فیلم در مورد رابطه دوگانه زوج که تعامل هیجانی روانی آنهاست، توانسته مسیر درستی را در پیش بگیرد. قهرهای مرد و سخن گفتنش با کیوت‌رها، اختلاف نظر و دعوای آنها به دلیل تربیت فرزند، نگرانی مرد از رابطه وقتی از همسرش می‌خواهد که بخندد یا زمانی که کارش را از دست می‌دهد و به‌دنبال شغل است و پختن پیتزا را به‌عنوان کانون جنبی برای خانواده می‌داند و... همه سکانس‌های به یادمانی از فیلم، پژواک رابطهای عاشقانه است که به تعبیر فروغ فرخزاد پنهان‌های ساده خوشبختی را می‌نمایاند که در کلون ارتباطی با همه ناملایمات‌های فردی و اجتماعی تجلی می‌یابد.



از جهت روانشناسی کودک، مسایل روانی- رفتاری کودک تا حدودی قابل توجه در فیلم انعکاس یافته است. یکی از مسایلی که به‌خوبی پرداخته شده اینکه کودکان این‌گونه خانواده‌ها می‌توانند در برهه‌هایی احساس شرم و خجالت زیادی را تجربه کنند. از منظر روانشناسی رشد و تحول به‌ویژه با رویکرد روانکوانه، نگاه کودک در آغاز به والدین نگاهی آرامانگر و مطلق‌ساز است زیرا کودک درماتند می‌مد آنان، توان استمرار حیاتی را از دست می‌دهد اما به مرور که در مسیر رشد و تحول از جهت‌های مختلف می‌تواند توانمندتر شود، کاستی‌های والدین را می‌تواند ببیند، آنها را نسبی کند و سرمایه‌گذاری‌های روانی آرمان‌گرایانه‌اش را به آموزش‌ارانش انتقال دهد. در چنین خانواده‌هایی کودکان زودهنگام با ضعف و کاستی والدین مواجه می‌شوند و احساس تکیه‌گاه بودن و حمایتگری آنها برایشان زیر سوال می‌رود و جهان روانی‌شان ناامن می‌شود. از سویی، با تجربه دیگری مواجه می‌شوند و آن اینکه در مواردی باید یاریگر والدین باشند گاهی این مساله موجب سلطه‌گری نیز می‌تواند باشد زیرا کودک والدین را نیازمند خود می‌بیند، در فیلم شاهد آن هستیم که کودک در می‌یابد که مسایل ریاضی‌اش را همکار پدرش حل می‌کند یا اینکه مادر او در عبور از خیابان مشکل دارد و مانند والدین سایر بچه‌ها در شهربازی نمی‌تواند وی را همراهی کند. دین‌ فیلن استفاده از دستگاه پخش با مدیریت کودک صورت می‌گیرد، این کودک هر روز غذای یکنواخت به مدرسه می‌برد، مشکلات مدرسه را از مادر پنهان می‌کند و هنگامی که مادر اتفاقی در می‌یابد که یابد به مدرسه برود کودک از مواجه معلمان با مادری که ناتوانی دارد دچار تجربه شرم‌آور و دردناکی می‌شود. هویت خانوادگی پارامی از هویت اوست. در کودکان به‌ویژه مباحثات و افتخار به والدین، والدین آرملی ذهن‌ساخته خود دیده می‌شود. اما پدر و مادر دچار نقص، گویا این کودک هضم شده نیستند و با این مساله کنار نیامده‌است؛ ازاین‌رو شرمسار می‌شود و به دنبال جانشین‌سازی می‌رود و در دسترس‌ترین حمایت‌گر آرمانی، معلم است. فرآیند این جانشین‌سازی باید بیشتر در فیلم مورد واکاوی قرار می‌گرفت که چگونه کودک در مقام دانش‌آموز می‌خواهد این خال را پر کند. در هر صورت کودک که منزل معلم می‌رود و می‌خواهد در آنجا بماند، هر چند که از والدین خشمگین است اما تجربه فقدان نیز مطرح است ولی جز در مورد غذا (شاره به کثلت در فیلم) که کودک از مادر خود یاد می‌کند، نشانه دیگری نمی‌بینیم. در آخر هر نگرانی کودک برای مادر است که گویا او را باز می‌گرداند ولی فیلم به ما نمی‌گوید چه اتفاق روانی محیطی این روند را تسهیل کرده و میل به بازگشت را در کودک برانگیخته است.

•روانشناس بالینی و مدرس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی