



<b>دیدگاه</b>
---------------

## دختران جوان آگاهانه وارد زندگی مشترک شوند

اکثر افراد در جلسات روان درمانی ویژگی‌هایی از همسر خود مطرح می‌کنند و می‌گویند نمی‌توانند با آن کنار آیند و به همین علت هم باید طلاق بگیرند این در حالیست که این ویژگی‌ها یک شبه ایجاد نشده بلکه از ابتدا وجود داشته و پس از مدت‌ها زندگی مشترک تغییر شکل داده‌اند، پس زوجین باید از همان ابتدا آگاهانه وارد زندگی مشترک شوند.

وقتی زوجین به مشکلی در زندگی مشترک بر می‌خورند در ابتدا می‌کوشند که مشکل را با راهکارهای ذهنی و عملی خود حل کنند اما گاهی این روش‌ها کارساز نیست و تنها اوضاع را خراب تر می‌کند. در این شرایط باید به سراغ روان درمانگر و روانشناس متخصص رفت تا با تحلیل درست مشاور، زوجین مسیر درست را انتخاب کنند.

البته باید توجه داشت تصمیم گیری برای طلاق یا ادامه زندگی مشترک کار روان درمانگر نیست، روان درمانگر نباید به زوجین بگوید زندگی مشترک را ادامه دهند و یا طلاق بگیرند.

احساس گناه، مشکلات جسمی، مشکلات روحی نظیر دوگانگی نقش، مشکلات اقتصادی، انزوای اجتماعی، اختلال هویت و به طور کلی کاهش رضایت از زندگی از جمله آثار فردی طلاق است اما عنصر خانواده بیشترین تأثیرپذیری را از طلاق افراد دارد.

افزون براین احساس رنج، اضطراب، گناه و پوچی معمولاً در خانواده‌های افرادی که طلاق می‌گیرند دیده می‌شود و طلاق پسر بیچیدگی وظایف خانوادگی می‌افزاید.

در همین حال باید یادآور شد که قرار نیست در جلسه مشاوره تصمیم گرفتن برای طلاق یا ادامه زندگی مشترک بر عهده روانشناس باشد بلکه روانشناس تنها راهکارهای مد نظر خود را برای بهبود زندگی مشترک مطرح می‌کند و این زوجین هستند که باید تصمیم نهایی را بگیرند.

از سویی دیگر ما شاهد طلاق‌های عاطفی هم هستیم و تغییر علایق، لذت‌ها، تفریح و سبک زندگی زوجین در زندگی مشترک، خیانت، صمیمی نبودن با همسر، کینه ورزی همسران نسبت به هم و یا بی‌تفاوتی همسران نسبت به یکدیگر از جمله نشانه‌های طلاق عاطفی است.

طلاق عاطفی معمولاً با شکایت زوجین از یکدیگر به سه علت انتظارات برآورده نشده و در نهایت دعوا خود را نشان می‌دهد و خیانت، خشم، افسردگی و آسیب روانی به فرزندان نیز از جمله آسیب‌های آن است. در هر صورت تصمیم به جدا شدن از همسر یا ادامه دادن زندگی مشترک بر عهده شخص است اما باید با آگاهی کامل انجام شود.

به ویژه آن که گاهی ماندن در زندگی پر آشوب تاوان بیشتری از طلاق دارد و به همین منظور برای گرفتن تصمیم درست، مشاوره پیش از طلاق مهم و لازم است، بنابر این افراد نباید تا شش ماه پس از طلاق وارد رابطه جدیدی شوند و ورود به یک رابطه جدید نیز باید با مشاوره دقیق انجام شود تا اشتباهات گذشته در زندگی مشترک جدید تکرار نشود.

<b>شبتم طلوعی / روانشناس</b>
------------------------------

<b>هشدار</b>
--------------

## زنگ خطر در رفتار کودکان

دوره کودکی، دوران رشد سریع فرزندان است. به همین علت، پشتیبانی مناسب از کودک در این برهه حساس ضرورت خاصی دارد. در واقع، مراقبت روزانه با کیفیت بالا از لحاظ رشد شناختی کودک، مفیدتر از صرفاً مواظبت از او در منزل است.

در این میثت، چند نمونه از علائم هشدار دهنده در رفتار خردسالان که باید مورد توجه قرار بگیرند را مورد بررسی قرار می‌دهیم.

❖ **جسیدن بیش از حد به والدین:** بروز برخی از اضطراب‌های جدایی در کودک، امری بسیار عادی می‌باشد، ولی تکرار مداوم یک الگو و آویزان شدن‌های مکرر از والدین، می‌تواند نشانگر وجود مشکلی اساسی باشد که باید هرچه زودتر رفع شود.

❖ **گره بی‌وقته هنگام تنها ماندن با پرستار:** طبیعتاً هر کودکی وقت گذرانی در کنار والدین خود را به بودن با فردی دیگر ترجیح می‌دهد، اما اگر واکنش‌های هیجانی منفی و شدیدی را نسبت به پرستار خود بروز می‌دهد، بهتر است وضعیت مراقبت از کودکان را مجدداً بررسی کنید.

❖ **آسیب‌های جسمی مکرر:** بروز تعداد قابل توجهی از حوادث در زندگی روزمره کودک، می‌تواند نشانه‌ای هشدار دهنده از مراقبت ضعیف یا حتی، تنبیه جسمی وی توسط پرستار یا دوستان و آشنایان باشد که باید سریعاً پیگیری شود.

❖ **عدم راحتی با پرستار:** کودک باید با فردی که از او نگهداری می‌کند، احساس راحتی کند تا بتواند افکار، ملاحظات، احساسات و مشکلاتش را با او در میان بگذارد. در غیر این صورت، به دلیل عدم دریافت حمایت عاطفی کافی، در برقراری ارتباط با پرستارش دچار مشکل می‌شود.

❖ **نافرمانی و حرف نشنوی:** بیادیش ناگهانی نافرمانی غیرقابل توجیه در خردسالان می‌تواند نشانه این باشد که والدین با پرستار به وظایف خود در زمینه رعایت مقررات و انضباط، رفتار اجتماعی مناسب و رشد شخصیت کودک، درست عمل نمی‌کنند.

❖ **تغییر رفتار قابل توجه:** تغییرات شدید رفتاری در کودکان، از جمله نگران کننده ترین نشانه‌ها می‌باشد که ممکن است در منزل، در میان همسران و ییا حتی، در حین خواب بروز کند. به طور مثال، کودکی که پیش تر مشتاق بیرون رفتن از خانه بوده، اما حالا بدخلق و کناره‌گیر شده و یا کودکی که الگوی خواب او تغییر کرده است باید مورد توجه قرار گیرد تا راه حلی برای مشکل او بیابید.

## ترفندهای زنانه برای سازگاری با دوستان غیر محبوب همسر

دوست داشتن دوستان همسرتان آسان نیست. در واقع، غیرممکن است. اما گاهی مجبور هستید که با آنها روبرو شوید. البته، گاهی اوقات شما به دلایل منطقی از دوستان همسرتان خوششان نمی‌آید. دراین صورت لازم است چند ترفند زنانه را یاد بگیرید.

❖ **در مورد نگرانی‌های خود با همسرتان صحبت کنید:** این یک قدم مهم است، زیرا شریک زندگی شما باید از مشکلاتی که دارید آگاه باشد. او شاید نداند که با دوستانش مشکل دارید. هنگامی که او متوجه شد، می‌تواند بیشتر مراقب باشد و سعی کند به شما کمک کنند تا احساس راحتی کنید.

❖ **تعیین مرزها:** اگر مدت زمانی که آن‌ها را ملاقات می‌کنید بسیار زیاد است مهم است که برای دیدن آن‌ها زمان مشخصی تعیین کنید. با شریک زندگی خود در مورد اینکه هر چند وقت یک بار حاضرید دوستان او را ببینید صحبت کنید و به آن برنامه پایبند باشید.

# رمز و راز موفقیت دختران در نوجوانی



نوجوانی، دوره ای حساس و پر چالش از زندگی هر فرد محسوب می‌شود که بسته به اطلاعات و انتخابات وی، می‌تواند سکوی پرتاب به سمت موفقیت یا زمینه ساز مشکلات آینده او باشد. در ادامه مطلب، به شرح مواردی می‌پردازیم که می‌توانند شما را به یک نوجوان موفق تبدیل کنند، با ما همراه باشید.

❖ **هدفمند باشید:** تعیین هدف در دوره نوجوانی، به دلیل تأثیری که در ساخت و شکوفایی آینده دارد، بیش تر از هر زمان دیگری حائز اهمیت است. در این بازه زمانی، باید مشخص کنید که به چه چیزی علاقه دارید و برای رسیدن به آن، گام‌های اولیه را بردارید.

❖ **در فعالیت‌های گروهی مشارکت کنید:** در این سن، شرکت در کارهای گروهی می‌تواند اعتماد به نفس شما را افزایش دهد، که این موضوع خود عاملی مهم برای موفقیت و پیشرفت روزافزون تان است. به این منظور، از انجام امور داوطلبانه در انجمن‌ها شروع کنید تا علاوه بر بهبود وضعیت جامعه، روحیه‌تان نیز عوض شود.

❖ **به اعمال نادرست نه بگویید:** این موضوع را در نظر داشته باشید که انجام هر عمل ناهنجار، به معنای نشان دادن استقلال و خودکفایی نیست و می‌تواند آینده شما را تحت الشعاع قرار دهد. بنابراین، تحت تأثیر هم سن و سالان خود کاری را که می‌دانید غلط است، انجام ندهید.

❖ **در انتخاب دوستان‌تان دقت کنید:** دوستان خوب و حامی

نوجوانی، دوره ای حساس و پر چالش از زندگی هر فرد محسوب می‌شود که بسته به اطلاعات و انتخابات وی، می‌تواند سکوی پرتاب به سمت موفقیت یا زمینه ساز مشکلات آینده او باشد. در ادامه مطلب، به شرح مواردی می‌پردازیم که می‌توانند شما را به یک نوجوان موفق تبدیل کنند، با ما همراه باشید.

<b>نکته</b>
-------------

# جمله‌های ممنوعه مادرانه در برابر فرزندان مضطرب

❖ **آرامشت را حفظ کن:** هیچکس دوست ندارد به او بگویند آرام باش! چه اضطراب داشته باشد چه نداشته باشد. گفتن این جمله فقط باعث بدتر شدن شرایط می‌شود و هیچ احساس حمایتی در فرد ایجاد نمی‌کند. وقتی به کسی می‌گویید آرام باش، در واقع به او می‌گویید که به کارش ادامه دهد و نمی‌خواهید درباره احساساتش چیزی بدانید. به جای اینکه به فرد بگویید چه کاری انجام دهد یا چه احساسی داشته باشد، احساس او را از او بپرسید که چه کمکی از شما ساخته است.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

❖ **همه چیز درست می‌شود:** این عبارت می‌تواند مکالمه شما را با فرد مضطرب قطع کرده و باعث ایجاد احساس تنهایی در او شود. این جمله به شخص لقا می‌کند که اطرافیاناش نمی‌توانند حامی او باشند و احساساتش را تحمّل کنند. در نتیجه، احساس او برای کمک کردن به فرد مضطرب، اجازه دهید در مورد نگرانی‌هایش صحبت کنید تا بتواند کنترل بیشتری پیدا کنند؛ پس به آن‌ها گوش کنید.

**اجتماعی**

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

**Khabarbanovan.ir Khabarbanovan.com**

**خبر**

شنبه / ۲۴ اردیبهشت ۱۴۰۱ / شماره ۳۷۶۹

**۳**

<b>دانشتی حقوقی</b>
---------------------

## «حساب مشترک» برای وصول مهریه قابل توقیف است؟

یک وکیل پایه یک دادگستری با بیان اینکه میزان سهم هر فرد از حساب مشترک مشخص است، درباره امکان توقیف حساب مشترک شوهر برای وصول مهریه از سوی زن، گفت: حساب مشترک به منظور وصول مهریه فقط تا میزان سهم بدهکار یعنی شوهر قابل توقیف است و خللی به سهم شریک حساب وارد نمی‌شود اما با این حال بانک‌های مختلف برای مسدود کردن حساب مشترک رویه‌های متفاوتی دارند. مسعود دهقانیان در گفت و گو با ایسنا، درباره امکان توقیف حساب مشترک شوهر برای وصول مهریه، اظهار کرد: زمان افتتاح حساب مشترک میزان سهم هر فرد مشخص می‌شود. بستاکار یعنی زن نمی‌تواند ریالی از حساب مشترک که سهم شریک همسر است را برداشت و توقیف و یا باعث مسدودی کامل حساب شود. این وکیل دادگستری در عین حال تأکید کرد: البته به ندرت برخی بانک‌ها حساب مشترک را به میزان سهم بدهکار مسدود می‌کنند و بعضاً پیش می‌آید بانک‌ها یا به طور کلی تمام حساب را مسدود می‌کنند و یا اصلاً حساب را حتی به میزان سهم بدهکار یعنی شوهر مسدود نمی‌کنند. از این رو می‌توان گفت بانک‌های مختلف برای مسدود کردن حساب مشترک رویه‌های متفاوتی دارند و در این امر بین بانک‌ها اختلاف وجود دارد. وی در بخش دیگر سخنان خود درباره روند وصل مهریه از حساب مشترک همسر نیز توضیح داد: ادارات اجرای مفاد اسناد رسمی راساً نسبت به حساب‌های مشترک شوهر از بانک‌ها استعلام نمی‌گیرند بلکه زن باید شخصاً از اداره مربوطه درخواست کند که نام‌های به اداره «ریسک» یا اداره «حقوقی» بانکی که شوهر در آنجا حساب مشترک دارد، بزند و از آن بانک درخواست کند که حساب مشترک حساب‌های مشترک با میزان سهام محکوم علیه را اعلام کند. اگر پاسخ استعلام مثبت باشد به همان میزانی که محکوم علیه در آن حساب مشترک سهام دارد قابل توقیف است و برای شریک حساب هیچ مشکلی پیش نمی‌آید. با این حال همانطور که گفته شد در مسدود کردن حساب مشترک بین بانک‌های مختلف اختلاف نظر است و هر بانکی رویه خاص خود را دارد. دهقانیان از پایان سخنان خود با اشاره به امکان سوءاستفاده مردان بدهکار مهریه برای فرار از دین و نپرداختن مهریه از سهم حساب مشترک خود، تصریح کرد: بسیار پیش می‌آید که مردان با افتتاح حسابی مشترک سهم خود را از حساب درصداً یک نفر بکشند و مهر شریک را از ۹۹ درصد تعیین می‌کنند تا طلبکار که در این مورد زن است نتواند حساب را توقیف کند.

<b>کلیک</b>
-------------

## راهکارهای مقابله با فرزند گستاخ

گستاخی، از جمله رفتارهای ناسازگارانه در میان کودکان، نوجوانان و جوانان است که شامل بد دهانی، کنایه‌های تند، جار، سستیزه جویی، مسخره کردن و بی‌توجهی می‌باشد. متأسفانه، دیده شده که بسیاری از والدین در مواجهه با چنین رفتارهایی، یا به پای فرزندشان، رفتارهایی مشابه از خود نشان داده یا پرچم تسلیم را بالا برده و اجازه می‌دهند، وی به تاخت و تاز خود ادامه دهد، در حدی که حرمت‌ها کاملاً از بین می‌روند. در این مطلب، چهار قدم اصلی برای رفع رفتار گستاخانه فرزندان را شرح می‌دهیم.

❖ **گستاخ رفتار گستاخانه:** هنگامی که لحن و محتوای صحبت‌های فرزند شما حالتی تمسخرآمیز، بی‌ادبانه و توهین آمیز دارد، در واقع وی دارای رفتاری گستاخانه است که در سنننن پیش بدستانی با جملاتی همچون، مامان بد و بابای بد و در سنننن دبستان با ناسازهای رایجی که شنیده است و در نهایت، با بیان مستقیم اهانت به پدر و مادر خود بروز می‌دهد.

❖ **انتخاب پیامد مناسب:** به هیچ وجه والدین نباید در مقابل گستاخی فرزند خود، انعطاف پذیر باشند و در مقابل، به او اجازه انجام کاری که دوست دارد را بدهند. بلکه، باید فرزندشان را با عواقب رفتار ناپسندی که مرتکب شده است، رو به رو کنند تا بتواند به اشتباه خود پی ببرد.

❖ **اعمال پیامد انتخاب شده:** پدر و مادر باید هرچه سریع تر، علت اتخاذ پیامد برگزیده را برای فرزندشان توضیح دهند. به طور مثال، به او بگویند: «با این کاری که کردی نمی‌توانم طبق قریل قریل اجازه بدهم به تولد دوستت بروی». مطمئناً، کودک گستاخ در مقابل این رفتار از خود واکنش نامناسبی ارانه می‌دهد که باید بلافاصله با برداشتن قدم چهارم خنثی شود.

❖ **برهیز از مجادله:** والدین باید بعد از اعلام عواقب، فرزند را ترک کرده و به دنبال کار خود بروند و از هرگونه درگیری و بحث و جدل با وی خودداری کنند. این عمل سبب می‌شود که در نهایت، او بابت رفتار گستاخانه اش معذرت خواهی کند و با مشاهده قاطعیت پدر و مادر خود، به مرور زمان از انجام چنین برخوردهایی اجتناب نماید.

