

سبک رفتار

بیگاری می کشند تا چشم همه را کور کنند!

شاسی بلند قسطی و خانه مستأجری

مهسا مهاجر

چشم و هم‌چشمی؛ اصطلاحی است که بارها با آن مواجه می‌شویم و گاهی از کنارش سرسری می‌گذریم. یا شاید اصلاً خود اصطلاح را نشنویم ولی حتماً با مصداق‌های بارز آن مواجه هستیم. هر روز از کنار آدم‌هایی رد می‌شویم که در دور

باطل یک رقابت اشتباه با دیگران هستند؛ رقابتی بی‌اساس و ویرانگر! رفتاری که یک زمانی به خانم‌نسبت می‌داند و فکر می‌کردند فقط آنها هستند که به خاطر چشم و هم‌چشمی با چاری و خواهر شوهر و دوست و غریبه طلا می‌خواهند یا مدام در حال خرید هستند. یک زمانی چشم و هم‌چشمی فقط در نوع غذا بود. یادم است یادداشتی نوشتم با همین موضوع، ولی آن زمان؛ من می‌گویم آن زمان شما بخوانید دو سال قبل، هم و غم خیلی‌ها رسیدن به یک زندگی لاکچری به‌ظاهر خوشبخت بود. اگر فلانی برای مهمانی یا گشای خواهر شوهرش یک مدل غذا درست می‌کرد، او برای کور کردن چشم حسودها دو – سه مدل درست می‌کرد. اگر یکی دوستش در فلان تالار با کلاس در فلان نقطه شهر عروسی می‌گرفت، او هم خودش را به آب و آتش می‌زد تا در شرایطی پایین‌تر مراسم بگیرد. نوشته بودم خانواده‌ها از سر چشم و هم‌چشمی بچه‌ها را به کلاس‌های رنگارنگ می‌فرستند فقط برای اینکه بز پول خودشان و استعداد بچه‌شان را بدهند. آن زمان فکر می‌کردم این نوع چشم و هم‌چشمی ویرانگر است و اگر فکر جدی برایش نشود، بنیان خانواده و روابط آدم‌ها به خطر می‌افتد. نگران دورهمی‌هایی بودم که در سایه تجملات کمرنگ می‌شد یا بچه‌هایی که مجبور بودند جور والدین را در مقاطع مختلف برای کم کردن روی دیگران بکشند.

فکر نمی‌کردم روزی که دوباره دست به قلم بشوم و از این دیده‌بنویسم، اوضاع بدتر از قبل باشد. اما حالاً این بحث از همیشه جدی‌تر شده است. انگار بعضی‌ها هر چه جیب‌شان کم پول‌تر و سفره‌شان خالی‌تر می‌شود، میل‌شان به رقابت افزون‌تر می‌شود. انگار رقابت سر غذاهای لاکچری برایشان تکراری شده و سوزه بزرگ‌تری می‌خواهند. حالا در یک رقابت دو سر باخت افتاده‌اند و به سمت هدفی نامعلوم پیش می‌روند. روزگاری رقابت‌ها کوچک‌تر بود و نهایت آسبیبی که این رو کم کنی‌ها می‌زد، عقب ماندن قسط یا کم شدن نقدینگی خانواده تا سر راه بود. ولی حالا رقابت‌ها به قیمت از دست دادن آینده است. طرف‌نان شب ندارد بخورد. خانه‌اش اجاره‌ای است و هر روز با صاحبخانه چانه می‌زند. ولی همان آدم تمام دارایی‌اش را می‌دهد تا یک خودرو شاسی بلند چشم کور کن بخرد و در پارکینگ بگذارد. یا بدون اینکه لازم باشد، یک سفر خارجه تدارک می‌بیند و در یک مهمانی مجلل همه را از این رفتن خبردار می‌کند. اوایل برای بچه‌ها مهم بود که بگویند خانه مال خودشان است، ولی دیگر خانه‌دار شدن اولویت خیلی‌ها نیست. آنها دوست دارند ظاهر فریبنده زندگی‌شان را حفظ کنند. مهم نیست شام شب‌شان چیست یا در چند بانک و مؤسسه بدهی دارند. مهم همان ویراز دادن یا خودرو جلوی مدرسه است که همه بدانند خودروشان چیست. خیلی‌ها دارند آینده‌شان را به هم می‌بازند. امروز دختر خاله‌اش فلان مدل گوشی را خریده، فردا به هر قیمتی شده پول جور می‌کند که یک مدل بالاتر بخرد. فلانی در فلان محله شهر خانه اجاره کرده، راضی به پرداخت چند برابری کرایه می‌شود فقط برای اینکه وقتی می‌رسند کجا زندگی می‌کنی، از فلانی کمتر نباشد. می‌داند بچه‌هایش علاقه‌ای به درس ندارند و قرار نیست نابغه

کاشانه

سبک زندگی و خانواده ۸۸۴۹۸۷۱



این آغاز یک فروپاشی بزرگ است؛ اینکه بگوییم حالا که ما توان خانه‌دار شدن نداریم، لااقل خوب بیوشیم و خوب بگردیم. در لحظه زندگی کردن خوب است، ولی آینده نگرى هم اقتضای هر خانه است. شما امسال روی رقابت با فلانی خودر و عوض کردی، سال بعد و بعدتر چه می‌کنی؟ اگر صاحبخانه پول پیش را زیاد کرد چه کار می‌کنی؟

شوند ولی اصرار دارد برای رقابت با فلان همسایه یا دوست، بچه‌اش را در مدرسه غیرانتفاعی ثبت‌نام کند. فقط برای رقابت و البته کوبیدن شرایط خوب زندگی‌اش سر بقیه؛ البته اینکه چقدر صورت‌شان را با سیلی سرخ نگاه می‌دارند و به هر قیمتی دست به این رفتار می‌زنند، بماند. این آغاز یک فروپاشی بزرگ است؛ اینکه بگوییم حالا که ما توان خانه‌دار شدن نداریم، لااقل خوب بیوشیم و خوب بگردیم. در لحظه زندگی کردن خوب است، ولی آینده‌نگری هم اقتضای هر خانه است. شما امسال روی رقابت با فلانی خودرو عوض کردی، سال بعد و بعدتر چه می‌کنی؟ اگر صاحبخانه پول پیش را زیاد کرد چه کار می‌کنی؟ جالب است که خیلی‌ها در چنین شرایطی خود را به زحمت می‌اندازند و برای جور کردن پول به هر دری می‌زنند، ولی حاضر نیستند خودروشان را بفروشند، چون معتقدند خودرو لوکس ویرترین زندگی‌شان است.

انگار قرار نیست این پدیده شوم دست از سر جامعه بردارد. برعکس، هر روز سایه‌اش گسترده‌تر می‌شود و کار به جاهای باریک می‌رسد. آنقدر که ممکن است عده‌ای سر چشم و هم‌چشمی در بعضی رفتارها و کارها، به درد سر بیفتند. مثل رقابت در بازار ارز دیجیتال یا خرید سهام و... که طرف سررشته‌ای در آن ندارد ولی به هر قیمتی شده می‌خواهد به روز باشد و از فلان آدم کم نیارود.

جالب است بدانید چشم و هم‌چشمی‌ها صرفاً مالی نیستند و گاهی طرف برای هم‌رنگ شدن با جماعت دست به رفتارهایی می‌زند یا به عقایدی اعتراف می‌کند که خودش هم باور ندارد، و در این رقابت نفس گیر، همه کارشناس بین‌المللی می‌شوند. همه سیاست‌مدار می‌شوند و برای رقابت با دیگری حتی باورها و ارزش‌های خود را زیر پا می‌گذارند.

یک روز معمولی



تجدید دیدار لاکچری!

مرصیه بامبری

تلفنم زنگ خورد. عجیب بود خط دومم را کسی شمار‌هاش را نداشت جز قدیمی‌ها، به بدنم کش قوسی دادم و گوشی را جواب دادم. شماره ناشناس بود. خواب الود گفتم بله.

ولی همین که شروع به صحبت کرد، شناختمش. دوست دوران دانشگاهم بود. مدتی هم‌خانه بودیم و بعد هر کسی دردت دنبال زندگی خودش. یکهو چنان غیبش زد که انگار از اول بین ما دوستی وجود نداشته است. دلم از کارش گرفت. حتی نپرسیدم مردم‌ها یا زننده. حتی خبردار نشدم عروسی کرده و از کار جدیدش هم بی‌خبر بودم. سال‌ها از دستش ناخور بودم و بسا خود مرور می‌کردم اگر یک بار اتفاقی بینم‌ش هر حرف‌ها و گلانه‌هایی خواهم کرد. ولی همین که صدایش را شنیدم، همه نغزتها یادم رفت و بر ایم شد همان

دوست قدیمی دوست داشتنی. غرق خاطره بازی شدیم و هر دو از خودمان گفتیم. او بیشتر گفت. از زندگی و ازدواج و کارش راضی بود و در شغل جدیدش حسایی کلر و بارش سکه شده بود. شغل همسرش هم آزاد بود و خلاصه زندگی‌ای به هم زده بودند. از وضعیت من پرسید. جا خوردم. جوابی نداشتم. غرورم اجازه نداد بگویم همسرم یک کارمند ساده است و هنوز مستأجریم. خودم هم سرکار نمی‌روم و در خانه‌ام. می‌خواستم زودتر این صحبت جذاب ولی آزار دهنده تمام شود و من فرصت پیدا کنم یک دل‌سیر گریه کنم. آدم حسودی نیستم ولی از اینکه با او هم مسیر بودیم و بعد از آن، سرم نوشت‌هایمان از زمین تا آسمان فرق کرده، دلم گرفت. ما کجا و آنها کجا؟! اما اصرار داشت من و همسرم را ببیند. حالا این مصیبت بزرگ را کجاسی دلم می‌گذاشتم؟ آن هم با خالی‌بندی‌هایی که کرده بودم.

تماس که تمام شد، با همسرم حرف زدم و ماجرای این ملاقات اجباری را گفتم. خوشحال شد و استقبال کرد که من دوست قدیمی‌ام را می‌بینم. ولی از دل من خیر نداشت. نمی‌خواستم وقتی دوست قدیمی‌ام به خانه من می‌آید حس برتری پیدا کند و خوشبختی‌اش را بگوید توی سرم. افتادم در یک رقابت‌احمقانه که تهش معلوم نبود. پول قسط وام در حسام بود و اجاره خانه را هم باید پس فردا می‌دادم.

بی‌خیال حساب و کتاب‌های معمول شدم و دل را زدم به دریا. نمایش یک زندگی شیک و همه چیز تمام خرج داشت. نمی‌شد با یک‌قران دوزار گذراند. می‌خواستم مثل آن روزها بهترین باشم. به جای اینکه خودم آشپزی کنم، سینی فینگر سفارش دادم. باید بهانه‌ای برای همسرم جور می‌کردم. خوشبختانه سالگرد ازدواجمان رسیده بود پس به بهانه سالگرد ازدواجمان از یک فنلادی معروف کیک سفارش دادم و دسته گل اینترنتی خریدم. باید یک عطر مارک هم برای همسرم می‌خریدم و کلی وسایل تزئینی رمانتیکه خودم هم بهترین لباسم را پوشیدم و خانه را حسایی تمیز کردم. عصر همسرم زودتر از مهمان‌ها آمد. آن همه تغییر حسایی شوکه‌اش کرد. اما تیرسید با کدام پول آن کارها را کرده‌ام. برعکس! مثل یک مرد واقعی احساسم را درک کرد و

لب به اعتراض باز نکرد. من هم خوشحال از یک دیدار دوستانه، تمام کارهایم را کردم. آماده شدم و منتظر دوستم و همسرش ماندم. بالاخره آمدند. دوستم را در آغوش گرفتم. هیچ حرفی نکرده بود. هنوز هم مثل آن روزها پرهیجان و شاد بود. خیلی زود با همسرم صمیمی شدند و وقتی فهمیدند سالگرد ازدواجمان است حسایی ذوق کردند. آن شب در تاریخ زندگی مشترک‌م به یادماندی شد و همسرم برای اولین بار با دختری که بارها از خاطراتش گفته بودم آشنا شد. مهمان‌ها رفتند و من داشتم از خستگی بیپوش می‌شدم. تا میز را جمع و جور کنم، همسرم زودتر به اتاق رفت. یک لیوان شیر برایش بردم و بایت میزبانی و همراهی‌اش حسایی تشکر کردم. پشت آن چشم‌ها کلی حرف بود ولی ترجیح داد به زبان نیلوفر، شب بخیر گفت و خوابید.

ولی من بیدار بودم تا خاطره یک روز معمولی را بنویسم. روزی که قرار بود با یک قرار دوستانه و تجدید خاطرات، و شیرین و جذاب باشد، ولی بر شد از صورتحساب‌های ریز و درشت که حاصل چشم و هم‌چشمی بود. من پول کرایه خانه و قسط‌های ماه را تا رایل آخر خرج کرده بودم و هنوز باورم نمی‌شد که من همان آدمم. فردا باید یک خانواده است که هر زمان خود مامان برای کرایه خانه پول قرض کنم. روزی که آدم از کرده خودش بشیمان باشد، دیگر یک روز معمولی نیست!

سبک تربیت

نگوید: دونستن این چیزا هنوز برای توزوده!

۱۶ نکته‌ای که والدین

در پاسخ به مسائل جنسی کودکان باید بدانند

ملیحه قاسمی *

از زمانی که کودک متوجه تفاوت خود با جنس مخالفش می‌شود، به طرح سوآلاتی می‌پردازد. همچنین برای نوجوانان با توجه به تغییرات جسمانی سوآلاتی جدی مطرح می‌شود. از وظایف مهم والدین و اولیای تربیتی، پاسخگویی به این سوآلات است. عده‌ای از والدین هنگام مواجه شدن با این نوع سوآلات، دستپاچه شده و نمی‌دانند چگونه باید به آن پاسخ دهند یا به این جمله بسنده می‌کنند که: «دونستن این چیزا هنوز برای توزوده!» که این بدترین واکنش است. برای پاسخگویی به سوآلات جنسی چه در دوره کودکی و چه در دوره نوجوانی، در نظر گرفتن شرایط زیر کاملاً ضروری است.

۱ پاسخگویی وظیفه والد همچنس است؛ ابتدا توجه داشته باشید جایی که مسائل کاملاً جنسی است، فقط و فقط باید

والد همچنس این کار را انجام دهد. این موضوع به حدی مهم است که تأکید شده در صورت غیبت والد، این وظیفه را جنس موفق نزدیک به فرزند انجام دهد یعنی برای پسر پدر بزرگ، دایی یا عمو و برای دختر مادر بزرگ، خاله یا عمه.

۲ برخوردتان نسبت به طرح این سوآلات عادی باشد؛ هنگام مواجه شدن با سوآل فرزند خود که چه بسا ممکن است بپرشد و بدون مقدمه اتفاق بیفتد، بسیار مهم است که خونسردی خود را حفظ کنید و از پاسخ دادن طفره نروید. گاهی والدین به شدت نگران می‌شوند و با طرح سوآلاتی مثل «کی این را گفته؟» و «مشابه آن، باعث عقب‌نشینی کودک از گرفتن پاسخ می‌شوند. از طرفی، به علت این برخورد، فرزند شما رو به منابع بیرونی می‌آورد که طبعاً صلاحیت لازم را برای پاسخگویی ندارد. حفظ آرامش و نشان دادن پذیرش، نگرانی او را از طرح سوآلات بعدی کم خواهد کرد.

۳ توجه کافی نشان دهید؛ هنگامی که با سوآل جدی از جانب فرزند خود روبه‌رو شدید، به آن توجه کافی نشان دهید. چه بسا او روزهایی را با این مسئله درگیر بوده و حالا با نگرانی این مسئله را با شما درمیان می‌گذارد. برای مثال اگر مشغول انجام کاری هستید، آن کار را رها کنید و در کنار فرزندتان بنشینید و با محبت و دلسوزی به او گوش دهید. اگر در اتاق افراد دیگری هستند که شما

در مقابل آنها مایل به پاسخگویی نیستید آن را با او در میان بگذارید یا به آرامی او را به اتاق دیگری ببرید.

۴ میزان آگاهی فرزند از جواب مسئله را بسنجید؛ گاهی ممکن است کودک با نوجوان به دنبال پاسخ دیگری است اما پرسش او ذهن ما را متوجه مسئله دیگری می‌کند. برای اجتناب از هر گونه سوء برداشت، ابتدا باید مطمئن شوید که به خوبی منظور فرزندتان را از سوآل

متوجه شده‌اید. لذا با پرسیدن سوآلات ساده‌ای مثل «خودت چه می‌دانی؟» یا «خودت تا به حال چه یاد گرفته‌ای؟» هم به میزان اطلاعات او از مسئله پی خواهید برد هم از سوآلش مطمئن خواهید شد. تکنیک بعدی برای فهمیدن میزان اطلاعات او فهم دقیق سوآلش، اگو کردن است. یعنی برگرداندن عین کلمات و سوآل به خودش به منظور رفع ابهام. مهم است برای تشخیص میزان دانش بچه، از کلمه «چرا» استفاده نکنیم. چرایی که ما می‌پرسیم متأثر از آموزش‌های مدرسه‌ای ماست که در جواب چرا، باید دلیل محکم علمی، قانع‌کننده و محکمه پسند ارائه می‌دادیم تا از ماضی شوند. در کلمه چرا فشار وجود دارد. به جای چرا از کلمه «چی شد که؟» و «چطور شد که؟» استفاده می‌کنیم. این دو کلمه ذهن فرد را متوجه فرآیند می‌کند.

۵ از گفتن «منی نام» هراسی نداشته باشید؛ اگر هنگام طرح سوآل، آمادگی لازم را برای پاسخگویی ندارید، آن را صادقانه با فرزند خود در میان بگذارید، با روی خوش به او بگویید که به درستی جواب این سوآل را نمی‌دانم ولی اگر من به چند روز فرصت بدهی



پاسخگویی به سوالات جنسی، فرمتی معقتم است تا ارزش‌های فکری و ضوابط و قواعد خانوادگی را نیز به فرزندتان انتقال دهید. رفتار و برخورد با جنس مخالف، نحوه شرکت در محافل و مجامع، نحوه پوشش، حدود استفاده از فیلم و کتاب، تفریحات و ده‌ها موضوع دیگر دقیقاً مسائلی است که فرزندتان آنها را مستقیم و غیر مستقیم از والدین خود یاد می‌گیرد

برایت جست‌وجو می‌کنم و پاسخ آن را به تو خواهم گفت. سپس در فرصت به دست آمده با افرادی که می‌توانند راهنمای شما باشند مشورت کنید و پاسخ را به او بدهید.

۶ پاسخ‌ها باید در بردارنده حقیقت باشد؛ از گفتن هر مطلب به دور از حقیقت یا داستان سرایی‌های زائد به شدت اجتناب کنید. دیر یا زود فرزند شما با حقیقت آشنا می‌شود و اطلاع از حقیقت و شنیدن کذب و خطای والدین اعتماد او را خدشه‌دار می‌کند.

۷ قانع‌کننده پاسخ دهید؛ اگر جواب شما آنچنان کوتاه باشد که حق مطلب را ادا نکند، سوآل همچنان باقی می‌ماند. لذا باید در انتهای صحبت خود آرامش خاطر را در فرزند خود احساس

کنیم و در پیامی که به پاسخ خود رسیده است.

۸ جواب‌ها به دور از ابهام، ساده و روان باشد؛ گاهی والدین چون آمادگی پاسخگویی را ندارند و فکر می‌کنند باید

دیگه‌ای هم هست که حالا لازم نیست تودونی» می‌تواند باعث تشدید مسئله شود و سوآلات بیشتری تولید کند.

۱۱ در پاسخگویی به سوآلات جنسی فرزندتان، رعایت عفت و کلام و پرهیز جنسی از به کار بردن الفاظ نامناسب از مسائل مهم است. همچنین هر حرکتی مانند تمسخر، خنده بی‌جا یا شوخی‌های بی‌مورد نباید صورت بگیرد.

۱۲ ارزش‌های خود را انتقال دهید؛ پاسخگویی به سوآلات جنسی، فرصتی مغتنم است تا ارزش‌های فکری و ضوابط و قواعد خانوادگی را نیز به فرزندتان انتقال دهید. بسیاری از ارزش‌های اخلاقی، به نوع نگاه و باورهای خانواده برمی‌گردد. رفتار و برخورد با جنس مخالف، نحوه شرکت در محافل و مجامع، نحوه پوشش، حدود استفاده از فیلم و کتاب، تفریحات و ده‌ها موضوع دیگر دقیقاً مسائلی است که ارتباط تنگاتنگی با باورهای فرد دارد که فرزندتان آنها را مستقیم و غیر مستقیم از والدین خود یاد می‌گیرد.

۱۳ همدلی فراموش نشود؛ رویارویی با مسائل جنسی برای کودکان و نوجوانان از عین‌الهیجه‌ای‌تر است، می‌تواند آنها را مضطرب، نگران، دالزده یا ناخشنود کند. برای بعضی می‌تواند همراه با ترس باشد. بسیار مهم است که احساس‌شان مورد توجه قرار گیرد و با آن همدلی صورت گیرد. توجه کنید «همدلی» با «همدردی» تفاوت دارد. منظور از همدلی، ظرفیت و توانایی درک احساس طرف مقابل و خود را به جای دیگری گذاشتن و مسائل را از منظر او دیدن است.

۱۴ از کلمات و اصطلاحات مناسب استفاده کنید؛ هنگام پاسخگویی به سوآلات فرزندتان، کلمات و اصطلاحات مناسب بپیدا کنید. استفاده از واژه‌های علمی و مؤدبانه، سنگینی و فشار را هم بر گوینده و هم بر شنونده کاهش خواهد داد. سعی کنید بچه‌ها از رفتار تان یاد بگیرند که عمیق در هر شکلی زیباست پس باید مرزها را برای او روشن کنید و بگویید که فداکاری در عشق وجود دارد چه بین مادر و پدر یا فرزند، چه بین یک زن و مرد.

۱۵ حفظ حریم و احترام به حدود دیگران؛ اگر به هر دلیل ناچار به توضیح مسائل برای کودک یا نوجوان خود شدید، بسیار مهم است او را متعهد کنید که انتقال این مطالب به دیگر همسالان جایز نیست. این موارد از حقوق هر خانواده است که هر زمان خود صلاح دانستند موضوع را به اطلاع فرزندشان برسانند. پس او امانت‌دار حریم دیگران است.

۱۶ آگاهسازی فرزندتان از دوره بلوغ؛ دادن اطلاعات لازم و آمادگی برای دوره بلوغ آنان را مسلح به مصونیت می‌کند به این ترتیب که از قبل، فرزندتان را برای مواجه شدن با تغییرات و حادثه بلوغ آگاه سازیم و آن کار را رها کنید و در کنار فرزندتان بنشینید و با محبت و دلسوزی به او گوش دهید. اگر در اتاق افراد دیگری هستند که شما

* کارشناس ارشد مدیریت و برنامه‌ریزی آموزشی