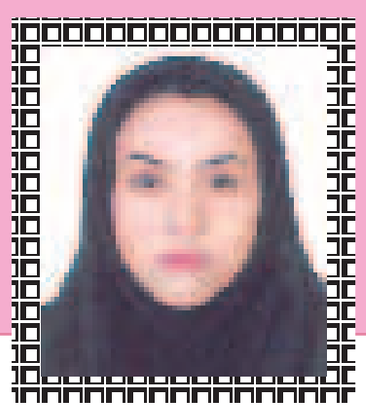


زهرا بیگلری

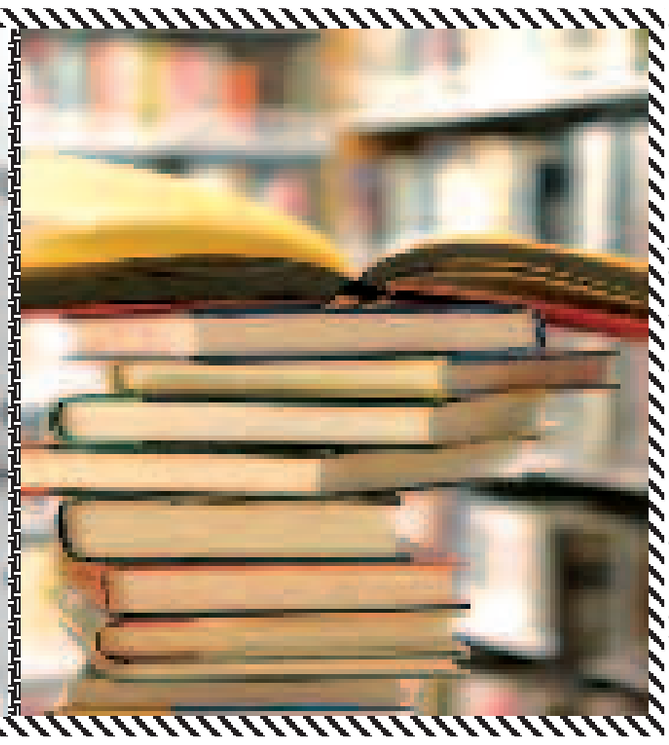
**لیلا لطیفی کارشناس روانشناسی بالینی مرکز مداخله در خانواده بحران به منظور کاهش طلاق :**

**فرزندان در دوران نوجوانی با بحرانهای زیادی مواجه هستند و شدیدا نیازمند مهارتهای زندگی و ارتباطی جهت مقابله با این بحرانها می باشند. حال اگر این مهارتها در همین دوران بحران در قالب واحد درسی به آنها تفهیم شود و راهنمایی شوند ، در زندگی مشترک و آینده با مشکلات عدیده ای چون اختلافات خانوادگی، فرار از منزل ، اعتیاد مواجه نخواهند شد . این کارشناس معتقد است که خانواده های ما در زمینه مشاوره نیز نیاز مند فرهنگ سازی هستند چرا که داشتن یک مشاور در کنار یک پزشک کمک شایانی به آنان در داشتن یک زندگی بهتر می کند .**

### بررسی یک پرونده طلاق

# ایستگاه شناخت ، لطفا توقف کنید

**■ در این پرونده سعید به صرف آشنایی و دوستی با خانواده همسرش (سیما ) با او ازدواج می کند در حالیکه میان شناخت فرد و خانواده تفاوت هایی وجود دارد و انتخاب همسر نیازمند شناختی متفاوت از شناخت خانواده اوست متاسفانه با وجود اینکه زوجین از تحصیلات بالایی برخوردار بودند بدلیل عدم آموزش چگونگی شناخت و شناخت همسر (مهارتهای زندگی )و داشتن نیازها وخواسته های متفاوت ( با توجه به اینکه سعید ۱۹ سال بزرگتر از سیما بوده ) نتوانستند یک زندگی موفق داشته باشند**



شنبه ساعت ۱۲:۳۰ ، مرکز مداخله در خانواده به منظور کاهش طلاق .در خصوص بررسی یکی دیگر از پرونده های طلاق در این مرکز پای صحبت و راهکارهای لیلا لطیفی ، کارشناس روانشناسی بالینی مرکز مداخله در خانواده به منظور کاهش طلاق می نشینیم .

پرونده طلاق سیما ۲۷ساله (دندانپزشک )و سعید ٤٦ ساله (دکترای زیست شناسی )و هر دو اهل اصفهان

موضوع طلاق : تفاوت سنی زیاد و عدم شناخت کافی زوجین از یکدیگر

خانم " لطیفی "در خصوص چگونگی این پرونده اینگونه بیان می کند : پنج سال قبل سعید با توجه به شناخت و دوستی ایی که با پدر سیما داشته با او ازدواج می کند بی آنکه شناخت کافی از خود سیما داشته باشد .(در واقع آشنایی سعید و سیما از دوستی سعید با پدر سیما آغاز می شود ).

این کارشناس روانشناسی بالینی اضافه می کند : این زوج (سعید و سیما ) قبل از ازدواج به مدت زمان دو ماه نامزد بودند (سیما در اصفهان و سعید در بندرعباس ) که با وجود این ارتباط دو ماهه نتوانستند به شناخت کافی از هم دست یابند . (البته سعید معتقد بوده شناخت او از پدر سیما برای این ازدواج کافی است ).حال بعد از پنج سال زندگی مشترک با وجود داشتن یک دختر چهار ساله بر این اعتقادند که قادر به درک یکدیگر نبوده و با افکار، آرزوها و دیدگاههای هم بیگانه اند از این رو ادامه زندگی برایشان ممکن نیست ! !

لیلا لطیفی اشاره می کند : با توجه به اینکه سعید در بندرعباس شاغل بوده و همسرش ساکن اصفهان، اخیرا یکی از مشکلات اساسی این زوج بر سر این موضوع بوده است که سیما با یافتن یک موقعیت شغلی مناسب در بندرعباس تصمیم می گیرد که به اینجا مراجعت کند در حالیکه سعید مصمم بوده به اصفهان برگردد. در نتیجه اینکه این مشکل با اضافه شدن بر مسائلی نظیر تفاوت سنی زیاد ، عدم تفاهم اخلاقی و عدم تطابق نیازها و خواسته های آنان سبب می گردد تا سعید ضمن اینکه حاضر نمی شود حضانت فرزندشان را به سیما دهد ، به اصفهان برگردد و سیما نیز که به هیچ قیمتی نمی خواسته موقعیت و امتیاز شغلی خود را در بندرعباس از دست دهد بعد از یکسال و نیم متارکه راه دوم را بر می گزیند " طلاق" ! !(حتی وجود یک دختر چهار ساله نیز نمی تواند آنها را در کنار هم قرار داده و پیوندشان را مستحکم نماید ! !)

نکته جالب در این پرونده این است که جدایی سعید و سیما در حالی رقم می خورد که علاوه بر داشتن خانواده هایی با سطح فرهنگ و سواد بالا ، خود نیز تحصیل کرده و ظاهرا با سواد بودند؟ ! ! اما متاسفانه این تحصیلات هیچگاه نتوانست ضامن خوشبختی آنان شود !

**ریشه یابی آیتم تفاوت سنی زیاد و عدم شناخت کافی زوجین از هم**

"پر واضح است در این پرونده نیز نیاز به آموزش مهارتهای زندگی و آگاهی از مهارتها کاملا محسوس می باشد . همچنین بایستی براین موضوع توجه داشت که امروزه توقعات زوجین از یکدیگر بیشتر و بیشتر شده ! و هریک از طرفین سعی در برکرسی نشاندن خواسته های خود در زندگی را دارند در حالیکه باید بدانند این خواسته های نامعقول بایستی جای خود را به خواسته های منطقی دهند. اما متاسفانه کمرنگ شدن "گذشت " در زندگی زوجهای امروزی بر مشکلات و اختلافات بیشتر آنان دامن می زند ! ! "

کارشناس روانشناسی مرکز مداخله در خانواده به منظور کاهش طلاق با بیان مطلب فوق می افزاید : در این پرونده سعید به صرف آشنایی و دوستی با خانواده همسرش (سیما ) با او ازدواج می کند در حالیکه میان شناخت فرد و خانواده تفاوت هایی وجود دارد و انتخاب همسر نیازمند شناختی متفاوت از شناخت خانواده اوست متاسفانه با وجود اینکه زوجین از تحصیلات بالایی برخوردار بودند بدلیل عدم آموزش چگونگی شناخت همسر (مهارتهای زندگی )و داشتن نیازها وخواسته های متفاوت( با توجه به اینکه سعید ۱۹ سال بزرگتر از سیما بوده ) نتوانستند یک زندگی موفق داشته باشند .

خانم لطیفی با اشاره به تفاوت سنی زیاد میان زوجین این پرونده تاکید دارد که تفاوت سنی مناسب میان زوجین ،۷ -۳ سال است که بایستی آقا بزرگتر از خانم باشد چرا که تفاوت سنی بیشتر، از این نیازها و خواسته های متفاوت تری را می طلبد و بر توقعات بیش از حد زوجین، عدم شناخت طرفین از هم نیز دامن می زند . همچنین از دیگر پیامدهای آن این است که یک رابطه والد - فرزندی یا مدیر -کارمندی میان آنها شکل می گیرد به گونه ای که یکی دستور می دهد و یکی باید اجرا کند ، یکی مقبولیت بیشتری برای نظراتش برای زندگی بهتر و یا حتی در تربیت فرزندش قائل است که این موضوع می تواند در رفتار فرزندان ایجاد تعارض کند که همه این مسائل ناشی از طرز تفکر متفاوت طرفین است وسبب از بین رفتن حرمت و احترام حاکم میان زن و شوهر می شود . البته بایستی یادآور شد که در صورتی که زن بزرگتر از شوهرش باشد با حجم بیشتری از مشکلات و مسائل یاد شده مواجه خواهیم شد !

**نظرات و راهکارهای کارشناسی**

" داشتن تحصیلات عالی در رشته های مختلفی چون مهندسی ، پزشکی ،شیمی و... برای یک زندگی توام با خوشبختی کافی نیست بلکه آنچه به عنوان ضرورتی انکارناپذیر در زندگی های امروزی احساس می شود نیاز به آموزش مهارتهای زندگی مشترک ، آموزش چگونگی تطابق نیازها و خواسته ها و بویژه شناخت کافی زوجین از هم و... در مدارس و دانشگاهها همپای دروسی چون فیزیک ، ریاضی و ادبیات و... می باشد که بصورت جدی بایستی مورد توجه قرار گیرد ". لیلا لطیفی ادامه می دهد : فرزندان در دوران نوجوانی با بحرانهای زیادی مواجه هستند و شدیدا نیازمند مهارتهای زندگی و ارتباطی جهت مقابله با این بحرانها می باشند . حال اگر این مهارتها در همین دوران بحران در قالب واحد درسی به آنها تفهیم شود و راهنمایی شوند در زندگی مشترک و آینده با مشکلات عدیده ای چون اختلافات خانوادگی ، فرار از منزل ، اعتیاد مواجه نخواهند شد.

این کارشناس معتقد است که خانواده های ما در زمینه مشاوره نیز نیاز مند فرهنگ سازی هستند چرا که داشتن یک مشاور در کنار یک پزشک کمک شایانی به آنان در داشتن یک زندگی بهتر می کند . حتی مستمر مشاور در مدارس می تواند در کاهش مشکلات آتی دانش آموزان سهم بسزایی داشته باشد و آموزش روابط بین فردی، توانایی بیان نیازها ،توانایی نه گفتن ، کنترل خشم ، جرات ورزی و اعتماد بنفس و مهارتهای زندگی و ارتباطی در نوجوانی سبب می شود تا در هنگام ازدواج بسیاری از اختلافات در کوتاه مدت حل و فصل گردد .

**...و اما جدایی تنها راه حل ؟!**

شاید جدایی گاهی اوقات تنها راه حل باشد اما کاش بدانیم جدایی همیشه تنها راه حل نیست و ما باداشتن فرصت " انتخاب برتر" و قبل از آن شناخت کافی می توانیم یک "زندگی بهتر " یا همان " خوشبختی " را برای خویش رقم بزنیم .

## شباهت زندگی با چراغ راهنمایی

زندگی مثال چراغ راهنمائیه وقتی سبزه مارو خوشحال می کنه وقتی زرده مارو بی حال میکنه وقتی قرمز می شه مارو از کار بیکار می کنه. اره دوستان این حرف رو وقتی از من بپذیرید که چراغ زندگیتون سبزه . وقتی سبزه همه خوشحال به راهشون ادامه میدن وقتی زرد میشه یه سری شلش می کنن یه سری نا امید می شن جا می زنن.

یه سری مسیرشون رو تغییر میدن تا موفق بشن ولی امان از اون روزی که قرمز بشه آدم های بلا نسبت شما ها خنگ دست به خود کشی می زنن کاملا از زندگی ناامید می شن فکر نمی کنن با کمی صبر و تحمل می تونن یه چراغ سبزه دیگه داشته باشن و ادامه بدن. اری ...اری.. مشکل بعضی از انسان ها همین است که چراغ قرمز زندگی را آخر خط میدانن وبرعکس ممکنه افرادی موقع سبز بودن آنقدر تند حرکت کنن که ترمز ببرند اینو اگه بخواهیم تعبیر کنیم میشه کسی که از غرور کار انجام میده و با شکست رو به رو میشه.

همه ما می توانیم چراغ سبز زندگی خود را با آرامش پشت سر بگذاریم ؟ و هنگام قرمز شدن موقعیت منتظر بمانیم وصبر کنیم صبر... تا دوباره چراغ سبزی دیگر را تجربه کنیم.....

## آگهی تاسیس موسسه باشگاه آفتاب شمیل جنوب

موسسه فوق در تاریخ ۱۳۸۸/۰۵/۲۲تحت شماره ۵۵۰ و شناسه ملی ۱۰۸۰۰۱۳٤۷۷۹ در این اداره به ثبت رسیده و در تاریخ ۱۳۸۸/۰۸/۱٤ از لحاظ امضا ذیل دفاتر تکمیل گردیده و خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم در روزنامه رسمی آگهی می شود .

۱ -موضوع موسسه :

باشگاه فرهنگی ورزشی جهت سرو سامان دادن به امور ورزشی روستای شمیل و همچنین فعالیت های فرهنگی برگزاری مراسمان فرهنگی هنری و فعالیت در امور اجتماعی روستا با حضور گسترده جوانان و نوجوانان .

۲- مدت موسسه : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود

۳-مرکز اصلی موسسه :

۱ -۳ -استان هرمزگان شهر بندرعباس بخش مرکزی دهستان شمیل روستای شمیل پایین محله پریوی خیابان انقلاب جنب مسجد ابوالفضل ۸٤

٤ -سرمایه موسسه : ندارد

۵-اولین مدیران موسسه :

۱-۵-آقای احمد صباح نیا به سمت رئیس هیئت مدیره

۲-۵-آقای ابراهیم پرمر به سمت نائب رئیس هیئت مدیره

۳ -۵ -آقای داود اشتری شمیلی به سمت عضو هیئت مدیره

٤ -۵ -آقای موسی خرگر به سمت عضو هیئت مدیره

۵-۵-آقای حسن عبدلی شمیلی به سمت عضو هیئت مدیره

٦ -۵ -آقای علی پرمر به سمت عضو هیئت مدیره

۷ -۵ -آقای حسن عبدلی شمیلی به سمت مدیر عامل به مدت ۲سال انتخاب گردیدند .

٦ -دارندگان حق امضاء:کلیه اسناد اوراق بهادار و تعهدآور شرکت با امضا مدیر عامل و نائب رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود .

۷ -اختبارات مدیر عامل : طبق اساسنامه

۸-بازرس اصلی و علی البدل :۱ -۸ -آقای علی مصدقی پور به عنوان بازرس اصلی

**مسئول ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری واحد ثبتی بندرعباس**

**۷۳۲۸ /م الف**

زمزمه های دلتنگی

## تو چقدر خوبی و من بد!

بتول شاکرمی (صبا)

" خدایا تو چقدر بزرگی وچقدر مهربانی و ما بندگان رو سیاهت چقدر قدرنشناس هستیم" دوباره دلم گرفته ، دوباره دلم برایت تنگ شده و قلم را برداشته ام تا برایت نامه ای بنویسم ، دوست دارم پیراهنی از گل های سرخ بر تن کنم و روبروی تو رو تخته سنگی بنشینم و با تو در دل کنم .

زلزله چهارشنبه یادت هست ؟ چه لرزشی داشت ؟ چه ترسی توی دل ها انداخت ؟ یادت می آید در اولین فرصتی که توانستم با تو حرف بزنم ، برایت چه گفتم ؟ آری گریه کردم و گفتم خدایا تو چقدر بزرگی و من چقدر غافل.

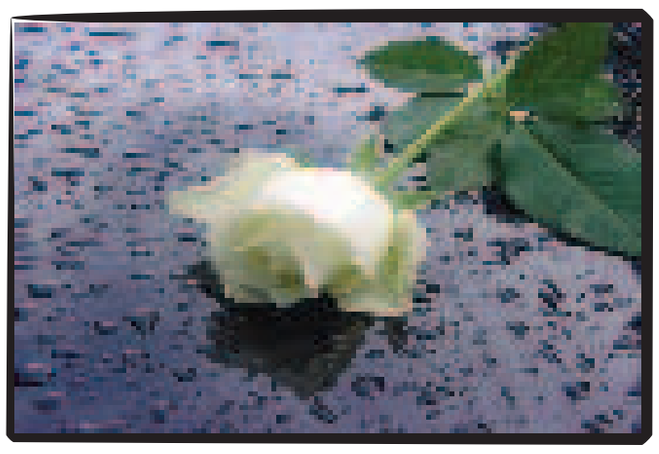
تو چقدر خوبی و من بد، اگر این زلزله چند دقیقه با همین لرزش ادامه داشت تمام کاخ ها و برج های ساخته شده دست بشر مغرور با خاک یکسان می شد و از آن همه ادعا و منم منم ، دود و خاکستر باقی می ماند . هر کلمه ای که با تو حرف می زدم تکه ای از قلبم بود که برایت زمزمه می کردم . خدایا چقدر زود یادمان می رود ، چقدر زود یادمان می رود که تو چقدر ما را دوست داری، آخر گناهان ریز و درشت نمی گذارند به یادت باشیم.

من دوست دارم هر روز صبح با نوازش انگشتانی بر روی صورتم از خواب برخیزم و دستان گرم تو را بگیرم و همواره نام تو را زیر لب زمزمه کنم ، اما افسوس که وسوسه ها مرا یک لحظه رها نمی کنند ،آنقدر چیزهای فریبنده وجود دارد که به راحتی پیش چشمان تو لباس گناه می پوشم و بارانده شده درگاهت عصرانه می خورم . چه قدر قلبم تاریک شده که این همه لطف و مهربانی تو را در اطراف خود نمی بینم.

دیشب چقدر ستاره ها قشنگ بودند بعد از آن اتفاقی که چشمانم را باز کردی ؟ چه قدر بد است در آغوش تو باشم و بویت را نشنوم ، چه قدر بد است که دستان تو گرم باشند و وجود من یخ از گناه ، چه قدر بد است که تو همیشه با من باشی و من در خواب غفلت ، چقدر بد است که تو مرا بخوانی ولی گوش های من از گناه کر شده باشند ، چه قدر بد است تو مرا نگاه کنی ولی چشمان من توان دیدن تو را نداشته باشند .

حالا می دانم که بی تو من چقدر درمانده و فقیرم ، بی توجه تنها و بی کسم .خدایا کاش مرا ببخشی و زمزمه های ندامتم را بشنوی . آخر می دانی من با این همه گناه نمی توانم بلند بلند تو را صدا کنم . خجالت می کشم تو را در آغوش بگیرم و از عشق تو بگویم . خدایا اگر روزی مرا نبخشیدی آیا می توانم بعد از آن خواب طولانی مرگ در آن دنیا ، وقتی که بیدار می شوم حضور گرم تورا احساس کنم ؟ و رنگ چشمانت را ببینم و دستان باسخاوتت را لمس کنم ؟ و تو را به نام کوچکت بخوانم ؟ آیا می توانم بدون اینکه حرف بزنم بگویم چقدر دلم برایت تنگ شده بود ؟ آیا مرا به فردوست راه خواهی داد؟ رویت می شود مرا به دوستانت نشان دهی ؟ یا تو هم مانند من خجالت می کشی ؟ آیا نامه ام را برای آنها می خوانی ؟ یا قلم عفو برآنها می کشی ؟یا...ولی دوست دارم این را بدانی که من اکنون از شوق دیدارت با سر به سوی تو می آیم امید که مرا ببخشی و بگذاری بر روی شانه ات آرام به خواب بروم، تا پاک پاک شوم.

**(کاش این نوشته ها را بخوانی).**



## قاب خارجی

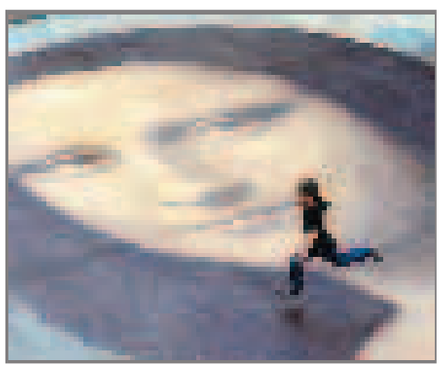
عکس: جام جم آنلاین

در بازارهای چین همه چیز را می فروشند مردم این کشور همه چیز را می خورند. چینی ها عقیده دارند هر موجودی که روی زمین یا زیر زمین حرکت کرده، روی هوا پریده و در آب شنا می کند. قابل خوردن است. روی بساط این فروشنده ماهی و موجودات دریایی، دو کرکودیل که در آرواره هایشان نارنج نیز گذاشته شده تا اشتهای مشتریان تحریک شود برای فروش عرضه شده اند.

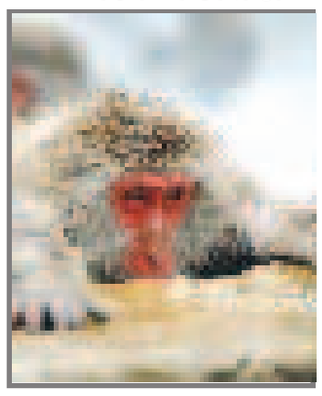
تصویر زیبای یک طوطی ماهی شاخدار در میان توده مرجانی.

رودخانه لی در استان گوانشی مملو از ماهی بوده ،ماهیگیران رودخانه لی برای ماهیگیری از نوعی مرغ ماهی خوراستفاده می کنند. ماهیگیران برای اینکه مبادا این مرغ ماهی خوار ماهی صید شده را قورت بدهد حلقه ای به گلوی ماهی بسته اند که مانع از این می شود که پرنده بخت برگشته حاصل دسترنج خود را بخورد.

یک پسربچه روی تصویر عظیم مونالیزا به مساحت ۲۴۰ متر مربع که بر کف یک مرکز خرید در شهر وکسهام ولز نقاشی شده است ، شادمانه می دود.



تصویر تماشایی یک میمون گونه ماکاک ژاپنی که می‌خواهد از برکه آب گرم بیرون بیاید. در زمستان‌ها برای گرم کردن خود داخل این برکه‌ها شده



**پاکیزگی در رعایت بهداشت فردی اولین شرط جلوگیری از ابتلا به بیماری های واگیردار است**

**با رعایت بهداشت فردی در حفظ سلامت خود کوشا باشیم**

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان ( کمیته آموزش همگانی سلامت )