افزایش بستری‌های کرونایی استان طی یک هفتهٔ گذشته

سخنگوی دانشگاه علوم‌پزشکی کرمان با اشاره به افزایش روند بستری در استان، گفت: «از چهارم تا دهم تیرماه، ۵۳ بیمار مبتلا به کرونا در استان کرمان بستری شدند».
دکتر سعید صحبتی همچنین با اشاره به آمار تفکیکی بستری‌شدگان در استان، ادامه داد: «۲۳ مورد از این بیماران مربوط به حوزهٔ دانشگاه علوم‌پزشکی کرمان، یک مورد مربوط به حوزهٔ دانشگاه علوم‌پزشکی رفسنجان، ۲۳ مورد مربوط به حوزهٔ دانشگاه علوم‌پزشکی جیرفت، یک مورد مربوط به حوزهٔ دانشگاه علوم‌پزشکی بم و ۵ مورد نیز مربوط به حوزهٔ دانشگاه علوم‌پزشکی سیرجان بوده است».

خبر

مشترکان بد مصرف پیامک هشدار قطع آب دریافت می کنند

سخنگوی صنعت آب با بیان این‌که مشترکان بد مصرف آب پیامک هشدار قطع دریافت می‌کنند، گفت: «برای مشترکان بد مصرف در تهران، پیامک اصلاح روند مصرف ارسال شده بود که برخی توجه نکردند؛ بنابراین آب آن‌ها تا چند ساعت قطع شد». فیروز قاسم‌زاده افزود: «برای مشترکان بد مصرف سایر کلان‌شهرها نیز پیامک یا ارسال شده و یا در حال ارسال است که امید است رعایت کنند و نیازی به قطع آب نباشد.».وی دربارهٔ اثرگذاری جرایم بر روند مصرف بد مصرف‌ها گفت: «این جریمه‌ها بر اساس قانون است. بنابراین ممکن است جریمه مطابق درآمد مشترکان نباشد و برای این امر بحث قطع آب در نظر گرفته شده است».

گپی با یلدا صدوقی روانشناس کودک و نوجوان

نوجوانان را از زندگی بیزار نکنیم

سمیرا سرچمی

«یکی بر سر شاخ و بن می‌برید.» ضرب‌المثلی‌ست قدیمی که از خالی شدن زیر پای کسی توسط خود او حکایت دارد. حالا شده حکایت پدر و مادرها و خانواده‌های ایرانی امروزی که شب و روز به صورت افراطی پای رسانه‌های منتقد آن سوی آبی نشسته‌اند و یا در هر دورهمی‌ئی مشغول صحبت کردن درباره اخبار بد و تحلیل و بررسی آن هستند و به شیوه‌ی همان رسانه‌ها نیز یک زنگ تفریح هم برای خود و خانواده‌شان قائل نیستند! رسانه‌هایی که گاه مدعی وطن‌پرستی هم هستند اما در عمل هر نوع امید و آرزو برای زندگی در وطنی به نام ایران را نشانه رفته‌اند! تا جایی که برای مثال گره زدن بند به درختی در ایران نشان خرافه و جهل و جهان‌سومی بودن است و زدن قفل به پلی در اروپا و انداختن کلیدش در رودخانه حرکتی نمادین و زیبا!

حالا تصور کنید که خانواده‌های ایرانی روز و شب مشغول شنیدن و گفتن چنین ترکیبی از حرف‌های راست و دروغ در خانه و خیابان و گردش و مهمانی هستند. چه بر سر امید و آرزوی مشوّش شده‌ی کودکان و نوجوانان این خانواده‌ها می‌آید. نوجوانانی که می‌بایست مظهر جنب و جوش و امید به آینده باشند.

به همین بهانه به سراغ یلدا صدوقی روانشناس حوره کودک و نوجوان رفتیم.

■ از دوره‌ی مهم نوجوانی بگویید.

نوجوانی دوره گذار از کودکی به بزرگسالی است. تفکر عینی کودک در نوجوانی وارد مرحله انتزاعی می شود. نوجوان قدرت استدلال پیدا می‌کند و میخواهد همه چیز را با معیار استدلال خودش بسنجد. با پدر و مادرش دچار چالش و تضادهای زیادی می‌شود و تعارض پیدا می‌کند. چرا که پذیرفتن عقاید و نظرات پدر و مادر بدون چون و چرا برایش دشوار است.

نگاه و بینش نوجوان با والدینش خیلی تفاوت دارد. استقلال‌طلبی و تکروی نسبت به والدین یکی از ویژگی‌های بارز آن‌هاست. نوجوان علاقه زیادی دارد در به چالش کشیدن عقاید پدر و مادرش. نحوه زنگی آن‌ها را نمی‌پسند.

■ و چالش‌ها از اینجا آغاز می‌شود؟

در این موارد والدین به نوجوان برچسب لجبازی و ستیزه جویی می‌زنند و نوجوان‌شان را کمتر درک می‌کنند.

■ درباره ویژگی‌های بارز دوره نوجوانی بیشتر توضیح بدهید.

توجه بیش از حد به ظاهر جسمی و رفتاری خود از خصلت‌های دوره نوجوانی است. نوجوان در پی رشد فیزکی و روانشناختی نسبت به دوره کودکی تصور می‌کند که از جانب دیگران مورد ارزیابی قرار می گیرد. از این جهت به شکل افراطی به ظاهر خودش توجه می‌کند.

ویژگی دیگرش اجتماع پذیری و الگو پذیری از افراد و گروه‌های جذاب است. تا تایید گروه همسالان را بگیرد. تغییر خلق و خو یکی دیگر از تفاوت‌های این دوره با کودکی است.

نوجوان نسبت به کودکی عصبی‌تر و پرخاشگر تر و یک دنده تر و لجبازتر می شود. گوشه گیری می‌کند. زیاد ارتباط نمی گیرد. زیاد انتقاد می‌کند. این هم مکانیزم دفاعی برای کاهش اضطراب های درونی نوجوان است.

دیگر اینکه به خاطر علایق خاص و تغییر سرگرمی ها، توجهش به درس کاهش پیدا می‌کند و این باعث افت تحصیلی هم در او می‌شود.

نوجوان به دنبال این است که هویت جنسی خودش را هم پیدا کند و نیاز دارد از طرف والدین و آموزش صحیح، تربیت صحیح جنسی را دریافت کند که این نیاز و ویژگی هم به شکل صحیحی هدایت می‌شود.

■ بنابراین اولیای خانه و مدرسه چه چالش‌های با نوجوانان دارند؟

امروز ضرورت توجه به ویژگی‌های متفاوتی که دوره نوجوان با کودکی و همین طور شرایط عصر ما با گذشته احساس می‌شود.

در ارتباط با چالش های دوره نوجوانی ما به موارد زیادی می توانیم توجه کنیم و بهشان بپردازیم. یکی از مواردی که این روزها زیاد باهاش مواجه شدم، ناامیدی و بی هدفی است که در نوجوانان امروزی زیاد می‌بینم. اینکه هیچ امید و انگیزه‌ای ندارند. هدفی ندارند. روزها را به بطالت می‌گذرانند. شرایط براشان مطلوب نیست. احساس نارضایتی شدید می‌کنند.

اختلال خواب و تغذیه دارند و صحبت‌هایی ازشان می‌شنویم که از والدین شنیده و تکرار می‌کنند. مثل این که «زندگی در این کشور هیچی فایده‌ای نداره.» ، «چون نمی‌تونیم از ایجا بریم پس ما بدبختیم» و «به هیچ جا نمی‌رسیم.»، «اینجا هیچ وقت هیچی نمیشه.»، «تلاش کردن فایده نداره» و...

مهم نیست که چقدر این جنس حرف‌های نوجوانان با واقعیت نزدیک باشد یا نباشد. مهم این است که این حرف‌ها از کجا می‌آید. لذا خیلی خیلی بیشتر از این ها ما باید حواسمان به فرزندان‌مان از کودک تا نوجوان باشد.

حواس‌مان باشد که توی دورهمی‌ها و توی مهمانی‌ها وقتی تحلیل سیاسی و اوضاع اجتماعی اقتصادی حرف می‌زنیم، حتا اگر بچه‌ها کنارمون نیستند و دارند در اتاق دیگری بازی می‌کنند، باز ممکن است حواس‌شون پیش ما باشد و خیلی وقت‌ها دارند صدای ما را می‌شنوند. آن‌ها صحبت‌های ما را با همان قوه استدلال خودشان تجزیه و تحلیل می‌کنند.

زمانی که داریم اخبار می‌شنویم، آن‌ها هم می‌شنوند و حواس‌شان هست.

■ اگر بشنوند، چه اتفاقی می‌افتد؟

یک نوجوانی که هنوز به بلوغ فکری کامل نرسیده است. پس نمی‌تواند چند سویه فکر و تحلیل کند. در این شرایط اگر ذهنش پر باشد از موضوعاتی که امید و انگیزه را از بین می‌برد، هیچ سودی که ندارد هیچ، موجب انفعال و افسردگی نوجوان هم می‌شود. چون نوجوان با این موارد مواجه می‌شود و می‌بیند توان تغییر شرایط را ندارد. پس منفعل می‌شود.

اخبار مدام حواس نوجوان را پرت می‌کند. تمرکزش را از بین می‌برد. خلاقیتش هم پس از آن از بین می‌برد.

اخبار منفی ساختار مغز را به تدریج تغییر می‌دهند. چرا؟ چون مدارهای عصبی که برای یادگیری و تفکر عمیق و تمرکز هستند، از بین می‌روند. این حجم از اخبار منفی روی نوجوان که هیچ روی خود ما هم تاثر بدی دارد و دلهره شدید می‌آورد. بنابراین امید و انگیزه و هدف را در نوجوان از بین می‌برد.

نوجوان احساس قربانی بودن می‌کند و مدام توی گوشی وقت می‌گذراند و اوقاتش را با بی تحرکی وگوشه‌گیری و بی‌حوصلگی و خشم و پرخاش پر می‌کند. نتیجه‌اش هم آسیب و اعتیاد و... است.

■ چه توصیه‌های دیگری به پدر و مادرها دارید؟

اگر نوجوان ما جذب گروه‌های خاصی شد. مثلا شیفته‌ی یک موسیقی، ورزشی و...

درک‌شان کنیم. چون این برمی‌گردد به ویژگی الگو پذیری. در این سن رشد و الگو برداری و کپی برداری و هویت‌یابی باید صمیمانه همراه‌شان باشیم. برای نوجوان‌ها این گروه ها جذاب هست. این الگو پذیری و کپی برداری

است و ما والدین و اولیای سیستم آموزشی و نباید مقابله کنیم و گارد بگیریم. همدلی کنیم باز در زمان خودش به سمت و سوی درست سوق داده می‌شوند.

اگر گارد بگیریم، وارد فاز لج بازی می‌شوند.

روابط عمومی شرکت فولاد سیرجان ایرانیان