

نکاتی در باره تماشای فیلم هایی با شوخی های ۱۸+ به همراه کودکان

#### هیچ توضیحی درباره جزئیات شوخی ها ندهید

**احترام اسماعیل زاده** روان شناس عمومی

یکی از فیلم هایی که هم اکنون روی پرده سینماهای کشور در حال اکران است و پرفروش ترین فیلم تاریخ سینمای ایران هم شده، «هزارپا» است. فیلمی سرشار از ارجاعات جنسی که بعضی هادر کنار بازی خوب «رضا عطاران» و «جواد عزتی»، استفاده زیاد از همین عبارت هایی را که برداشت های جنسی از آن ها می شود، دلیل این حداز استقبال مخاطبان را دادند. قبل ازاین فیلم هم،شوخی های ۱۸+ کمدین های خنداننده شو که از تلویزیون پخش می شد، به همراه فیلم های سینمایی پرفروشی همچون «مصادره» و «طبقه حساس»، یک سوال مهم برای خانواده ها ایجاد کرد. پرسشی که در این خاطر می شوداین است که خانواده هایی که با بچه ها در حال تماشای این برنامه ها هستند، باید در لحظه خندیدن دیگران به این عبارت ها چه عکس العملی نشان دهند؟ همچنین وقتی بچه ها سوال می کنند این جمله یعنی چه و چرا همه می خندند، چه جوابی باید به آن ها بدهیم؟

❖ **کاش این فیلم ها، رده سنی داشته باشد**: اولین نکته مهم و حائز اهمیت این است که هر فیلمی مناسب هر رده سنی نیست و شاید بیشترین نقد به این فیلم ها، این باشد که مشخص نشده برای چه رده سنی مناسب است و متأسفانه هر سوم هم نیست که برای فیلم های طنز، رده سنی مشخص شود. با این حال، چند توصیه به خانواده ها برای پاسخ به سوالات مطرح شده دارد.

❖ **توضیحات تان برای کودک قابل فهم باشد**: در قدم اول می توانید با توجه به مرحله رشد کودک، به پرسش های او پاسخ دهید. هر چه سن او کمتر باشد،



پاسخ ها باید عینی تر و با لحن جدی تری باشد. جواب آن ها را حداکثر در دو تا سه جمله بدهید. به طور مثال بگویید: «این شوخی مخصوص بزرگ ترهاست مثل جوک هایی که بعضی اوقات به تو می گویم و می خندی نیست!». در ضمن توضیحی که به بچه های زیر سن هفت سال داده می شود، باید در خور فهم آن ها باشد. بچه ها در این سن، معنی اشارات را متوجه نمی شوند. به طور مثال و در مواقعی که بزرگ ترها به چنین شوخی هایی می خندند، می شود از اتفاقات خنده داری که برای کودک

پیش آمده بگویید و یادآوری کنید که یادت هست به آن اتفاق چقدر خندیدی در حالی که بقیه نخندیدند، بنابراین این شوخی هم برای ما آدم بزرگ ها خنده دار بود. در این شرایط از ورود به جزئیات بپرهیزید. وقتی جوابی می دهید باید منتظر واکنش بچه باشید. اگر حس کردید دچار تناقض ایایییدگی شده یا موضوع را به زمان دیگر موکول کنید یا از او بخواهید برای شما توضیح دهد. به این شکل می توانید بفهمید کجای سوال برایش اهیام دارد.

❖ **ماجرای این نوجوانان فرق می کند**: به بچه های بالای سن ۱۲ سال چون قدرت انتزاع، تجزیه و تحلیل دارند، می توان شوخی هایی را که برای بزرگ سالان معنای خاص دارد، کمی بیشتر توضیح داد. نوجوانان معنای کنایه و تمثیل، تعبیر، تفسیر، استعاره، ضرب المثل و فرضیه سازی را در کمی کنند پس می توان در باره ارتباط زن و مر دو چیز هایی که برای آن ها جذاب است، توضیح دادو گفت که در این فیلم با این مفاهیم و جملات شوخی می شود تا برای بیننده جالب و خنده دار باشد.

مثلا کمی در باره عشق و این گونه مسائل گفت تا کنجکاوی نوجوان در باره شوخی فیلم، مدیریت و کمتر برانگیخته شود.

نداشته هایتان مورد ملامت و سرزنش قرار دهید، رها کنید. فکر کردن در این زمینه انرژی زیادی از شما می گیرد. می توانید این انرژی را در به دوش گرفتن بار مسئولیت زندگی تان صرف کنید. در ضمن با این کار، اگر سرزنش های تان فقط جنبه منفی داشته باشد و فقط نقش دیگران را در شکست های تان ببینید، هیچ وقت زمان به بررسی خودتان نخواهد رسید.

❖ **نباید همیشه چهره نقادانه به خودم بگیرم**  
سعی نکنید همیشه از کسانی که با شما تفاوت دارند انتقاد کنید. همه ما با یکدیگر تفاوت داریم اما در این زمینه ها مشترک هستیم؛ می خواهیم شاد باشیم، از سوی دیگران در ک شویم، دوست داشته شویم و دوستدار دیگران باشیم. پس ابزار هایی را که دیگران برای رسیدن به این هدف انتخاب می کنند قضاوت نکنیم.

❖ **نباید از زندگی بترسم**  
ترس چیزی نیست جز یک احساس و هیجان که آن را در ذهن خود می پرورانیم. به عبارت دیگر ترس وجود واقعی ندارد بلکه ما آن را خلق می کنیم. ترس فقط در ذهن ما وجود دارد. اگر نوع احساس درونی مان را اصلاح کنیم، اتفاقی که در بیرون می افتند روند طبیعی خودشان را طی خواهند کرد. مارک تواین نویسنده انگلیسی سخن جالبی در این زمینه دارد، او می گوید: «من در زندگی سختی های زیادی را تحمل کرده ام در حالی که تعداد کمی از این سختی ها واقعاً رخ داده اند.» چیزی که تواین می خواهد بگوید این است که بسیاری از سختی های زندگی اشن فقط در ذهن او وجود داشته اند.

❖ **نباید همیشه عذر و بهانه بیاورم**  
همه عذر و بهانه هایی را که معمولاً می تراشید در جعبه ای قرار دهید و آن را دور ببندازید چون نیازی به آن ها ندارید. بارها اتفاق افتاده است که ما خودمان را با عذر و بهانه هایمان محدود کرده ایم. به جای این که رشد کنیم و سطح خودمان وزندگی مان را ارتقا بدهیم، در دروغ هایی که به خودمان می گوئیم گیر افتاده ایم؛ مدام عذر و بهانه می تراشیم در حالی که ۹۹/۹ درصد این عذر و بهانه ها واقعی نیستند و نباید مانع موفقیت های بیشتر ما شوند.

❖ **نباید بر اساس نظر دیگران زندگی کنیم**  
بسیاری از افراد در شرایطی زندگی می کنند که زندگی شان متعلق به خودشان نیست. آن ها سعی می کنند طبق آن چه که به نظر دیگران در ست است، زندگی کنند. فرهنگی که بسیاری از ما در آن زندگی می کنیم، راه را برای هنجار هایی هموار می کند که باعث می شود ما صدای درونی خودمان را نشنویم و در نتیجه کنترل زندگی را از دست بدهیم. با گذشت زمان کم کم فراموش می کنیم که چه چیزهایی ما را خوشحال می کند و ما واقعاً از زندگی چه می خواهیم. اجازه ندهید عوامل دیگر شمارا از مسیری که در آن حرکت می کنید منحرف سازند.

❖ **نباید در مقابل تغییر مقاومت کنیم**  
بسیاری از ما بارها خواسته ایم در زندگی مان تغییر ایجاد کنیم اما نتوانسته ایم و در نهایت همه چیز و همه کس را مقصر دانسته ایم جز خودمان. تغییرات را به ما کمک می کنند تا قدم به قدم ما جلو حرکت کنیم و شرایط زندگی خودمان و اطرافیان مان را بهبود ببخشیم. شاید همه تغییرات جنبه مثبت نداشته باشند اما چیزی که ما باید خودمان را به آن عادت دهیم مدیریت مقاومت در برابر تغییر است، این که سعی کنیم تغییرات مثبت را بپذیریم و با آن ها مقابله نکنیم.



باشید که فرد با موقعیتی شما را ناراحت نمی کند مگر این که خودتان این اجازه را به آن خواهید داشت. واقع این موقعیت ها نیستند که در ما احساس ناراحتی ایجاد می کنند بلکه نوع نگاهی که ما برای دیدن آن ها انتخاب می کنیم این احساس را در ما به وجود می آورد. هرگز قدرت تفکر مثبت را نادیده نگیرید.

❖ **همیشه دیگران مقصر شکست های من نیستند**  
سعی کنید این تمایل که دیگران را به خاطر داشته ها و

یک بحث شدید از خودتان بپرسید آیا من واقعا انسان مغرور و خودخواهی نیستم؟ آیا تر جیح می دهم در ست بگویم یا انسان خوبی باشم؟  
❖ **همیشه همه چیز در کنترل من نیست**  
سعی کنید این تمایل که همه آن چه را در اطراف تان می گذرد - کسانی که در اطراف تان هستند، موقعیت ها و شرایطی که پیش می آید و اتفاقاتی که می افتد - در کنترل داشته باشید، کنار بگذارید. شاید شما هیچ وقت نتوانید یک

❖ **باشم**  
این که همیشه از افراد، شرایط و موقعیت ها شاکي باشید شما را ناراحت و افسرده می کند اما به خاطر داشته

## خیلی ناراحتم از این که بچه دومم دوباره پسر است

❖ **بچه اولم پسر بود. خیلی دوست داشتم که دومی دختر باشد.** پس از رفتن به سونو گرافی فهمیدم، دومی، باز هم پسر است. درست است که حسم را جلوی دیگران بروز نمی دهم ولی خیلی ناراحتم. شوهرم هم دختر می خواست. چه جوری خودم را آرام کنم؟



مهسا جعفری نسب | کارشناس ارشد روان شناسی بالینی

❖ **مشاوره فردی**  
با سلام خدمت شما مادر گرامی. بحث شیرین فرزندآوری در فرهنگ ما یکی از مهم ترین مباحث در هر خانواده ای است که متأسفانه با فرهنگ های اشتباه و باور های غلط برخی از خانواده های ایرانی این موضوع را به ورطه تلخی در بعضی موارد سوق می دهد که در دسر ساز هم می شود. این که بچه دختر باشد یا پسر و استرس های مربوط به آن که کم و بیش از قدیم هم وجود داشته است، یکی از این باور های غلط است.

❖ **تفاوت های فرزند دختر و پسر در ذهن شما**  
این که شما چرا به این موضوع علاقه مند هستید که دختر داشته باشید و همسر تان هم به این موضوع علاقه مند است، شاید به طر حواره های خود(طر حواره نموداری برای نمایش عناصر یک سامانه است که به جای استفاده از تصاویر واقعی با استفاده از نمادهای کلی و به صورت ذهنی ترسیم می شود) داشتن یک فرزند دختر را با نماد زیبایی و لباس های متنوع، موهای بلند، شیرین صحبت کردن دختر و... و پسر را نماد سیطنت و یکنواختی می دانید؛ به همین دلیل وقتی برای سونو گرافی فرزند دوم خود با این مسئله روبه رو شدید، احساس ناراحتی کردید و این را که نمی دانید آیا این موضوع باید باعث ناراحتی شما شود یا خیر، دچار سر گردگی شده اید و راه را برای حل منطقی مسئله بر خود بسته اید.

❖ **هم پسر و هم دختر شیرینی های خودشان را دارند**  
تمامی باور های خود و اطرافیان تان را چه مثبت چه

## پسر م نمی تواند از دختر مورد علاقه اش دل بکند

❖ **خانمی لیسانس و کارمند هستم. پسر ۱۷ ساله دارم که تقریباً هفت ماهی است با دختری ۱۵ ساله رابطه مجازی دارند و چند بار هم ملاقات داشته اند ولی بعد از مشاوره، فراد شد به دلایل یک سری اختلافات سنی، خانوادگی و... از هم جدا شوند. با این که به تازگی تماس هایشان با هم کم شده ولی علاقه سبب شده که نتوانند کاملاً این ارتباط را قطع کنند و از هم دل بکنند. لطفا راهنمایی کنید چگونه این موضوع خاتمه پیدا کند؟**

عبدالحسین تریاییان | کارشناس ارشد روان شناسی

❖ **مشاوره خانواده**  
مادر گرامی، از جمله مشغله های جدی والدین، نگرانی از ارتباط فرزند نوجوان با جوان شان با جنس مخالف است و متأسفانه فضای مجازی به شدت این نگرانی را تشدید کرده و رابطه والدین و فرزندان را تحت تأثیر خود قرار داده است.

❖ **این از دواج تاریخ مصرف کوتاهی دارد**  
درخصوص سوال شما، آن چه به وضوح مشهود است و مشاوره به آن اشاره کرده این است که این رابطه ناگهانه، کاملاً احساسی و سخت شکننده خواهد بود و دو طرف علی رغم میل باطنی خود و بیشتر برای حفظ و تداوم رابطه از از دواج صحبت کرده اند. باید توجه داشت که اگر هم این گونه ارتباطات مجازی نامتعارف که دو طرف حداقل تناسب سنی، فرهنگی، اعتقادی و... را ندارند به از دواج بینجامد، به دلیل مخالف بودن والدین اولای این گونه از دواج ها خود خواهانه ناپدید می شود و تأثیرات بیشتر اوقات تاریخ مصرف کوتاهی دارد!

❖ **برخورد پر خاشگر این نه داشته باشید**  
توجه داشته باشید که در این گونه ارتباطات هیجانی، نگاه عقلانی کم رنگ و اخطار ها و تذکرات دلسوزانه والدین از طرف فرزند شنیده نمی شود و با این استدلال غلط که (ما می خواهیم با هم زندگی کنیم و والدین حق مداخله ندارند!) به رابطه خود ادامه می دهند و در این شرایط تقابل و بن بست، برخی والدین دلسوز فرزند را طرد و از خود می رانند و عملاً و را بیشتر به سوی طرف مقابل سوق می دهند که این سبک برخورد با خطای فرزند از نوع پر خاشگرانه بوده و به هیچ وجه توصیه نمی شود.

❖ **با سبک فرزند پروری جرئت مندانه آشنا شوید**  
به طور کلی به والدین توصیه می شود که در صورت مواجه شدن با ارتباط نامتعارف و احساسی فرزندشان با جنس مخالف و

