

شاید خانواده ات “بد عملکرد” بوده....

مشکل من، اینکه پدر و مادرم همیشه با هم اختلاف دارن همیشه دعوای شدید و البته بعدش آشتی تمام فضای، خونه از وقتی که من بچه بودم تا حالا که ۲۶ سالم همین طوری بوده برادرانم همیشه به بهانه های مختلف از خونه میزنن بیرون و بیشتر وقت ها من می مونم با این وضع پدر و مادرم در مورد من خیلی سخت گیرن و به ندرت اجازه میدن برم بیرون ازتون خواهش می کنم بگید آیا من آسیب میخورم؟



گاهی اوقات ما در خانه هایی هستیم که بد عملکرد هستند Mal-function family یعنی که توش مسائلی از این دست زیاد است که باعث میشود بچه ها احساس ” من خوب نیستم ” داشته باشند،

- کتک زدن به عنوان شیوه ای دائمی یا گهگاهی
- رفتارهای وسواس گونه درباره بهداشت
- سخت گیریهای وسواس گونه درباره رعایت های بهداشتی یا مذهبی ،
- دیسپلین های مخرب درباره طرز خرج کردن اعضای خونه
- اعتیاد به الکل یا سیگار یا مواد مخدر
- قهرهای طولانی اعضای خانه: مثلا دایی و مادر 5 ماهه با هم سرسنگین هستند ، مادر بزرگم یکساله خونه ما نیامده، بابام با خواهرم حرف نمیزنند جز سلام،
- آزردهای حل نشده : متأسفانه در بعضی خانه ها ، بچه ها مورد سوء استفاده جسمی قرار میگیرند و بی پناهند و به کسی هم که میگویند جدی گرفته نمیشود
- خانواده هایی که زیاد از این شهر به اون شهر میروند و از این محل به اون محل ، زیرا دوستیهای بچه ها در محل یا مدرسه هیچکدام دیرپا نیست، هویت اجتماعی بچه مخدوش میماند ، جای خالی دوستان نصفه و نیمه ، جان این بچه را فرا میگیرد



در خانه هایی مثل موارد بالا ، چنین بچه ای در نوجوانی اداها و ژستهای شبه بالغ به خود میگیرد ، تو سن کم کتابهایی میخواند که باید سی سالگی مزه مزه کند. چنان از کافکا و شعر شاملو در 16 سالگی حرف میزند که انگاری طعم زندگی را در این نوشته ها یافته است در حالیکه چنین نیست. روان انسان برای بلوغ به مسیری تدریجی نیاز دارد .

چنین آدمی در جوانی به احتمال زیاد “مهرطلب” میشود. مهرطلبی ، شیوه ای مخرب در رابطه آدمیست که فرد به بقیه باج میدهد که او را رها نکنند.

در مهرطلبی ما وابستگی بیش از حد داریم یا استقلال بیش از حد. منطقه درست قطعاً وابستگی سالم است

در مهرطلبی، فرد ، در درون خود احساس ارزش نمیکند، اگر تماسش را جواب ندهند بارها بارها زنگ میزند تا از اضطراب رهایی یابد . در رابطه عاطفی ترس از دست دانی مخرب را تجربه میکند. معمولاً

زنانی از این دست خرج مردشون را هم میدهند که مثلا عشق خود را اثبات کرده باشند در حالیکه در رابطه سالم هر کسی وظیفه خودش را دارد. نه اینکه زن مشارکت مالی نکند، ولی زن مهرطلب باج مالی میدهد

هسته اصلی مهرطلبی ، نیاز به راضی نگه داشتن بقیه است. به هیمن خاطر است که یکی از درمانهای خوب این اختلال اینست که یاد بگیریم به خودمان مجوز بدهیم که بدون راضی بودن همگان نیز میتوانیم از زندگی لذت ببریم گو اینکه هرگز تایید همه را نخواهیم توانست اخذ کنیم

درباره مهرطلبی میتوان خیلی بیشتر نوشت و نگرانی من درباره نامه شما اینست که بعدا چنین آسیبی را حمل کنید که طرز محافظتتان را نوشتم