

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند : استقلال دختر از خانواده



دختری ۲۹ ساله هستم اهل تهران. همکلاس سابق دانشگاهیم اهل جنوب غرب کشور است و ضمن پیشنهاد رسمی ازدواج با خواسته خانواده من مبنی بر انتقال به تهران موافقت کرد پس از فراهم کردن مقدمات، امسال به همراه خانواده برای خواستگاری او مدن. متاسفانه از همون ابتدای جلسه جهت گیری بحث در زمینه محل زندگی بود و خانواده ایشون گفتن اگه پسرمون بیاد اینجا حقوقش کم میشه، موقعیت شغلیش تنزل پیدا میکنه واین موضوعات باعث ایجاد تنش شد و خانواده من که صددرصد مخالف زندگی من درجایی غیر تهران بودند با خانواده ایشون توهین آمیز برخورد کردند، طوریکه اونها بدون اینکه چیزی بخورن جلسه رو ترک کردن. فردای اون روز مامانم خیلی از اتفاقی که افتاده بود ناراحت بود به همین خاطر میخواست ازشون معذرت خواهی کنه اما آقا پسر راضی نشد و به ما اجازه نداد با خانواده اش صحبت کنیم. حالا خانواده ایشون بهش گفتن دور این دختر و خط بکش. خودشم هم دیگه تمایلی ندارد. میگه اگه هم به فرض محال قرار باشه ما ازدواج کنیم من دیگه تهران نیام. از زمانی که این اتفاق افتاده حالم خیلی بده و همش دارم گریه میکنم. چیکار کنم آقای دکتر؟

=====

سیمین گرامی!

ایا ” استقلال دختر ” موقع ازدواج ، در خانواده تو محلی از اعراب دارد؟

واقعیت اینست که این مورد را بهتره تمام شده فرض کنی زیرا بیش از این که همیشه به مرد برای بدست آوردن یک دختر تقلا کنه ، خانواده سنتی اش را برداشته اومده تهران خواستگاریت ؛ واسه چی توهین بشنوه؟ به نظرم خانواده قبول نداره تو دختر بالغی هستی که میتونی برای محل زندگی با همسرت تصمیم بگیری و اصرار اینگونه بر تهران ماندن تو به نظرم یک فاجعه است .خیلی خوب تر این بود که ابتدا ازدواج سر میگرفت بعد شرایط او مدن اون بنده خدا به تهران (شغل و مسکن) به تدریج فراهم میشد (با کمک شما) تا بتونه در دو جبهه بجنگه (مهاجرت + خانواده داری)

آنچه پدر و مادرتان نگفتند : ترس شدید از جدی

شدن رابطه به سمت ازدواج

نمیدونم چند ساله و کی هست فرستنده این سوال ولی درباره جدی شدن رابطه عاطفی است

چهار ماهی میشه با یه خانم 2 سال بزرگتر از خودم آشنا شدم واسه ازدواج ، تا مرحله آزمایش خون پیش رفتم ولی الان پشیمونم هیچ حسی بهش ندارم. ولی خانوادم و خود خانم قبول نمیکنن تمومش کنم . خانم استاد هم هست هرچی میگم نمیخوام ادامه بدم اون قبول نمیکنه میگه باهرشرایطی میخوام ادامه بدم . لطفا راهنمایی کنید

-
- کلا کسی نمیتونه مجبور کنه آدم را به ازدواج واینطور ازدواجها هم مبدل میشه به صحنه طلبکاری مردی خودشيفته که همیشه احساس گیرافتادگی داره
 - نهایتش بدنامیه به بی مسوولیتی که نمیگم نیست ولی ما اسمش را میگذاریم ترس مردانه از مواجهه با ازدهای درونی خود
 - ازدواج قدم مهم و سختیه در زندگی ، بخش ناخودآگاه وقتی این قضیه داره جدی میشه کلا ایستادگی میکنه. به نظرم ربطی به آدمش نداره هر کی را که بخوایم بگیریم همین ترس شدید در رویا ها و بیداری ها نمایان میشه
 - دو سال بزرگتر بودن ، منعی برای زندگی خوب جنسی و عاطفی نیست ابدًا سوم به خودت زمان بده و کمی فاصله بگیر از ایشون (باید بگی کمی خلوت احتیاج داری تا متمرکز بشی

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند : بیرحمیهای اجتناب ناپذیر

من یه دختر 23 ساله ام که به تازگی آزمون کانون وکلا قبول شدم. پدر و مادر من آدمهای متعصب و خشکه مذهبی هستن. خیلی سعی کردم باهاشون کنار بیام ولی پدرم معتقده همه مردا مشکل دارن و اگه با مردی کار کنم حتمن اتفاقی برام میفته . درحالیکه این شغل بیشتر اینطوره. حتی خارج از کار من هنوز تو این سن نمیتونم با خیال راحت با دوستانم بیرون باشم . و حتی وقتی میگم با دوستانم بیرونم حتی به اونها هم زنگ میزنن و چکم میکنند. من دختر آزادیم. باهر کس وارد رابطه میشم چون نمیتونم زیاد ببینمش و از خونه بیرون باشم رابطه ام به هم میخوره. خونه واسم تبدیل به جهنم شده

سلام من را بپذیرید

شما در قبال زندگی خویش مسوولید. خیلی بیشتر از بحث رعایت حال والدین. برای بعضی از رشدهای زندگی لازم است بپذیریم بیرحمی های اجتناب ناپذیری را میپذیریم در خود یا با خود.

وقتی آزمون سخت کانون وکلا را قبول شده اید معنیش اینه وارد حوزه مسوولیتی بسیار جدی و جدیدی در زندگیتان شده اید که به شما مجوز میدهد قید بعضی آرامشها و سرخوشیها و مهمانی رفتنها و وقت گذرانیها را بنزید تا بتوانید با مطالعه و ممارست و ... به وکلی زبردست تبدیل بشوید. این یعنی لازم نیست انرژی زیادی صرف کنید که والدین و ... را متقاعد کنید که آدم درستی هستید بلکه باید به جای اتلاف انرژی فردی، درست زندگی کنید احترام والدین البته واجب است ولی اطاعت کورکورانه و بی مسوولیتانه تنها یک حسست و خشم بزرگ به ارمغان خواهد آورد

- کار خودتون را بکنید (رشد)
- حساسیت بیش از حد ایجاد نکنید (با اطلاعات دادن بی موقع و همه چیز را بازگو کردن برای والدین مثلا حساس نگران)
- و بپذیرید که چه بسا بعضی اوقات افراد خوبی در زندگیتان باشند که خوب شما را درک نمیتوانند بکنند

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند (دوست داشتن یک طرفه)

یکی را دوست دارم؛ ولی او هرگز نمیداند

سلام دکتر شیری عزیز. من 21ساله تقریبا مدتی که برام خاستگاری پیدا میشن و زنگ میزنن. مادرم اصرار داره که اونارو راه بدیم اما من اصلا نمیدونم جلسه خاستگاری چطور میگذره و من باید جلسه اول چی بگم و چطور رفتار کنم. درضمن من در دانشگاه به فردی که استاد بنده هستن شدیدا علاقه مند شدم. که فکر میکردم این احساس یک طرفست. اما بعد از مدتی فهمیدم ایشون هم سعی داره ارتباط برقرار کنه. همش میدیدم سعی داره سر از کارم دربیاره و خودشو صمیمی کنه.

دکتر من که مطمئنم علاقه مند به ایشونم. به نظر شما این چیزایی که گفتم ربطی به این داره که ایشون هم حسی به من داره؟ یا من دچار توهم شدم؟ ترم بعدی هم احتمالا با ایشون درس داریم. من با حسی که دارم چی کنم؟ چون واقعا ایشون رو دوست دارم. این قضیه رو مامانم هم نمیدونه و همش اصرار به اومدن خاستگارا و ازدواج من با کسایی داره که نه دیدمشون نه دوستشون دارم نه هیچ ذهنیتی راجع بشون دارم. چون واقعا قلب و افکارم پیش کسی دیگست. خیلی وقتا هم از دلنگی شدید نسبت به ایشون مخفیانه گریه میکنم

- شما با بحث ازدواج خیلی فاصله دارید با اینکه به دوست داشتن تون احترام میگذارم ولی اون رفتار بچه گانه نسبت به استادتون نشون میده فعلا باید روی مهارتهای ارتباطی کار کنید تا انتخاب همسر
- معتقد نیستم حس خاصی نسبت به شما در ایشون وجود داشته باشه به ویژه اینکه در مرکز دانشگاهی این کار ریسک بالایی داره و رابطه معلم شاگردی وقتی به رابطه عاطفی بخواد تبدیل بشه این خطر را داره که حواستون نباشه که علاقه مندی الان به موقعیت اون استاد است نه اون انسان!
- اون آدم را باید بیرون این موقعیت دید و حس خود را سنجید بهش
- ثانیاً همیشه معلمینی بهتر برای شما و دانشجویانی بهتر برای ایشون در راهند و این رابطه را خیلی نا امن میکند

دوستان اجتماعی نامزدم را کجای دلم بگذارم؟ (پدر و مادرتان به شما نگفتند)

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند: دعوی عاطفی

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند : زنگ تفریحش نشو!

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند : قبل از آغاز، شکست نخور

دوستان اجتماعی نامزدم را کجای دلم بگذارم؟)

پدر و مادرتان به شما نگفتند

نامزدم دوستانی دارد دختر و با آنها معاشرت دارد و توضیحش اینست که به حل مشکلاتشان کمک میکند ولی من اذیت میشوم. لطفا کمک کنید بدون رفتار بی جنبه بتوانم قضیه را آنطور که لازم است ادراک کنم.



بحث [دوستان اجتماعی social friends](#) در سالهای اخیر زندگی ما مردم جدی شده است. الان دوستانمان را در جیبمان و صفحه موبایلمان حمل میکنیم و ممکن است ماهی یکبار یکدیگر را نبینیم ولی با خواندن وبلاگ و صفحه فیس بوک یکدیگر از خیلی اخبار هم خبر داشته باشیم. هزاران نفر از خوانندگان من میدانستند که مثلا ماه قبل سفر عمره بودم و چه اتفاقاتی اونجا برایم افتاده است و وقتی مثلا سخنرانی اهواز یا شیراز یا مشهد میروم با سیلی از افراد روبرو میشوم که فقط با خواندن نوشته هایم در شبکه های اجتماعی از خیلی اتفاقات سالای اخیر زندگی با خبر بودند؛ آدم گاهی اوقات در هم پیچیدگی زندگی on-line و off-line را گم میکند. در بعضی جوامع با زمینه های فرهنگی بازتر، شاید دوستی اجتماعی غیر همجنس هضم شده باشد ولی در جامعه ایرانی میتوانم اذعان کنم که این نوع روابط، در کل، نوعی وصله ناجور از اب درآمده است.

در خاطره ما ایرانیان روابط زن و مرد چند دسته بوده است (میدانم از نظر مذهبی عامه جامعه به دوستی دختر و پسر تن نمیدهد ولی ترجیح دادم طیف بیشتری از خوانندگان را مخاطب قرار دهم و اقعیت جامعه ایرانی را تقسیم بندی کنم)

- فامیل
- همکاری در اداره، دانشگاه، انجمن علمی و....
- دوستی دختر پسری که توش دوز ضعیف شده روابط ازدواجی وجود داشته
- نامزدی و ازدواج

این دوستی اجتماعی را باید کجای دلمان بگذاریم که این روزها اینقدر طلاق و دلخوری و بددلی ایجاد نکند؟

- **دوست اجتماعی کیست؟** افراد friend list شبکه فیس بوکم؟ حلقه دوستان اداره و شرکت؟ مرز بین دختری که او را دوست اجتماعی مینامم یا دوست دخترم چیست؟ اینها سوالاتیست که موجب میشود فرد به مرزهای واضحتری برسد برای تبیین نسبت خود و آن رابطه
- تعهد در تعریف رابرت استرنبرگ مشهور، یکی از سه رکن یک رابطه عاطفی خوب است (+ هیجان و صمیمیت)

تعریف تعهد commitment در ازدواج در ابتدا کلی است و مبتنی بر فردیت زن و مرد درون رابطه باید ” باز تعریف ” بشود. مثلا ممکن است من از نوعی معاشرت خوشم نیاید و لازم است نامزد من این حساسیت من را بداند و تا

جاییکه معقول است و افراطی نیست بدان دقت کند

بنابراین دو نفر خط قرمزهای یکدیگر را به هم میگویند و به خط قرمز جدیدی بعد از گفتگو میرسند
مثلا در بحث دوستان اجتماعی؛ نامزد شما دوستانی از این دست دارد. کجا خیالم راحت باشد؟ تا جاییکه شما را از
ایشان پنهان نمیکند، از روابط مشابه شما (فرضا داشته باشید) دلخور نمیشود، در روابط این نوع خود وارد بحثهای
صمیمی از جنس یک رابطه BF-GF نمیشود در این صورت این شما هستید که باید ببینید این موضوع براتون قابل
هضم هست یا نه؟ اگر نیست بهتره از همین الان موضوع تبیین بشه تا اینکه جلوتر رابطه با کلی هزینه مادی و معنوی
بره رو هوا

▪ ممکنه در تئوری براتون قابل قبول باشه این نوع روابط اجتماعی، ولی وقتی به رفتار بدون مرز نامزدتان
نگاه میکنید متوجه میشید در عمل نمیتونید این اعتماد را ایجاد کنید و سوال مهمتر اینه که آیا این نامزدی
اساسا بقا خواهد داشت؟؟!!)

▪ گاهی اوقات کسیکه نامزد میکند با نوعی کشش درونی روبرو میشود که شیطنتهای نکرده را انجام دهد،
جنس این نوع رفتارهای ناشی از درماندگی از نوع عقده مادر است. در عقده مادر MOTHER
COMPLEX وقتی مسوولیتی به دشمنان می افتد به انواع شیوه ای ظاهرا منطقی و عقلانی سعی در طفره
رفتن از مواجهه با اژدها داریم. ازدواج کار آسانی نیست و ممکنه یک فرد کم بالغ، با زیرابی رفتن، پروسه
رشد آنرا به تعویق بیندازد. در این صورت شما به عنوان نامزد به کم میتونی مدارا کنی ولی اگر خودت
مبتلا باشی میتونی کارهای بزرگتری بکنی که عبارت است از رودررو شدن با کششهای درونی ترت به جای
سرکوب آنها و دیدن تمایلاتت به این هدف که تبدیل به رفتار غیر متعهدانه نشود. مثلا آدم ببینه از فلانی
خوشش میاد به این علت و در درونش محاسبه کند که منافع تعهدش چیست و هزینه های لغزش را بسنجد
و برهانی خودش را مصون بدارد از یک خطا. اگر برهانی برای تعهدت نداشته باشی، نفس EGO با قدرت
بزرگتری تو را به بی تعادلی خواهد کشاند

▪ آداب معاشرتهای on-line این روزها توسط خیلی از آدمهای قابل اعتماد نوشته شده است : با خیلها
در فضای آن لاین میشه رابطه زد ولی الزاما هرکسی در این روابط دوست تو نیست

Social networking makes it easy to connect with friends online—but not everybody
online is your friend.

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند: دعوی عاطفی



سلام، اتنا هستم، 28 ساله، با مردی نامزد کردم که هشت سال متاهل بود و به دلیل خیانت جدا شدن، اوایل رابطه ما فوق العاده بود، حتی بعد از 8 ماه از شروع رابطه که خانوادگی بود، نامزد کردیم، به تازگی اختلافاتی پیدا کردیم که چندبار تصمیم به جدایی گرفتیم، و با کوچکترین اختلاف نظر می‌گه تمام کنیم، این راه رفتن نداره!! من دوستش دارم ولی نگران ادامه دادن و آینده مون هستم!!

به نظر میرسه الان وقت مراجعه به یک زوج درمان است برای بررسی بهتر الگوی اصطکاک شما زیرا اینطوری که شما اصرار داشته باشید و ایشون انکار که کار پیش نمیره و من فکر میکنم راهش اینه متوجه بشید انواع دعوی عاطفی داریم : دعوی موضوعی، بد دعوا کردن، بد بازگشتن از دعوا مساله شما البته بیشتر از اینهاست، به نظر میرسه ایشون بعد از خیانتی که بهش شده یا کرده، هنوز مسائل حل نشده داره مثل خشم یا ترس که باید به شکل فردی به حلش پردازه

بهترین الگوی بحث عاطفی اینست که

1. دو نفر خط قرمزهای یکدیگر را در دوران صلح بشناسند و در دعوا رعایت کنند، مثلا اگر من روی احترام به والدینم حساسم، به طرفم گفت باشم از قبل و رعایت کنه
2. موضوع مشخصی را از آغاز تا پایان دنبال کنند (مثلا اگر بحث گرم گرفتن شوهر با همکار خانم باعث دلخوری من شده ، مشخصا آدرس دار به این موضوع بپردازم و همزمان ماجرای دخترخاله اش در شب عروسیمون و ... را باز نکنم که طرف گیج بشه کدامیک را باید حل و فصل کنه و استرس بگیره که مگه موارد قبل هنوز حل نشده و باقیمانده!!!)
3. از بازکردن فایل‌های دیگر خود داری کنند
4. طوری درگیر نشوند که نتوان جبران کرد (به کار نبردن کلمات توهین آمیز)
5. طوری دعوا کنند که دو نفر به میزانی برنده بشوند نه اینکه حتما یکی برنده و دیگری بازنده بشود بنابراین استراتژی عالی دعوی عاطفی عبارت است از عقب نشینی های به موقع برای ایجاد احساس پیروزی در طرف مقابل نه پیشروی به هر قیمت
6. ساعت مشخص دعوا داشته باشیم در هفته. اینطوری میدونیم بناست بالغانه یکدیگر را نقد کنیم بزودی و همه لحظاتم را از دست نمیدهم

▪ مرز بین صمیمیت و سریش بودن در رابطه عاطفی (آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند

▪ آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند : زنگ تفریحش نشو!

▪ تو پرستار عاطفی نیستی ! (آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند)

▪ آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند: کی به خواستگارم این موضوع را بگویم؟

▪ آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند : قبل از آغاز، شکست نخور

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند : زنگ تفریحش نشو! (از مطالب قدیمی پر خواننده)



مینا ۲۶ ساله پرسید : سه ساله با کسی که قبلا تو دانشگاه همکلاسم بودیم دوستم. مشکلی که داریم اینه که چون من فقط ۳ ماه از ایشون بزرگترم همینو بهانه کرده میگه نمیخاد با همسن ازدواج کنه و از من میخاد که باهم باشیم تا هر وقت که هر کدوم ازدواج کنیم و بریم دنبال زندگی خودمون!! بارها من عقب نشینی کردم اما بعد از یک ماه برمیگرده و میخاد که اشتهی کنیم اما همچنان سر حرفش هس. جالبه که از نظر اون یه مرد میتونه با دختری که ۱۰ یا ۱۲ سال ازش کوچکتره ازدواج کنه و هیچ مشکلیم پیش نمیاد اما با همسن هرگز! اصلا حتی حاضر نیس درباره ازدواج صحبت کنیم. من نمیدونم دیگه چطوری متقاعدش کنم خواهش میکنم راهنماییم کنین.

=====

مینای گرامی

ازدواج مردان با زنان یک تا سه سال بزرگتر از خود ، در آمارها ثبات بیشتری داشته است. علتش میتونه تجربه اجتماعی و سازگاری زن و اعتماد بیشتر مرد باشه. البته چند شرط لازمه :

۱- مرد سنش کم نباشه، مردان حول و حوش ۲۷-۲۸ سالگی در ایران خیلی تغییرات کلی میکنند و ممکنه اگر متاهل باشند دوباره کل ازدواجشون به شک بیفتند بنابراین ترجیحمان اینه سن مرد کم نباشه

۲- هر دوی زن و مرد باید سازگاری بلد باشند نه پیشروی و تهاجم عاطفی، در این صورت از پس مشکلات بر می آیند

۳- دوستیهای دوران دانشجویی در سنی از مرد معمولا محقق میشود که او یک دوست میخواهد نه یک آینده ، فکر آینده خودت باش و منتظر او نباش که به آینده تو نیز فکر کند (فرار مردان جوان ایرانی از ازدواج)
اما دوست شما،
من فکر میکنم هنوز فردیتش شکل نگرفته و تحت تاثیر حرفهای والدین است بدون اینکه صحت و سقم آنها را دریافته باشه
کار خوب اینه خیلی محکم بگذارش کنار و هیچ راه برگشتی براش نگذاری تا بتونه در فقدان تو ، بالغتر بیندیشه و رفتار کنه
من درک میکنم پسر ۲۵-۲۶ ساله در ایران که هنوز تکلیف اشتغال و سربازی و درآمدش معلوم نیست ، چطوری فایل ازدواج در ذهنش باز کنه؟

تو پرستار عاطفی نیستی ! (آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند)



دختری ۲۵ ساله هستم. زیبا. پدر و مادرم هر دو فرهنگین. خودم دانشجوی دندان پزشکی .
تا الان دوستی با جنس مخالف رو تجربه نکردم. خواستگار داشتم اما تا الان هیچ پسری به دلم نشسته. دوس دارم با عشق ازدواج کنم.
یک و ماه و خرده ای میشه یه اقا پسر 25 ساله بهم پیشنهاد دوستی داده. اولین پسریه که مهرش به دلم نشسته. (رامین قبل از من با یه دختر خانم به مدت ۵ سال دوس بوده و عاشقش بوده. اما رابطشون با خیانت دختر خانمه تموم میشه. ۸ ماهی میشه که رابطشون کات شده.

رامین از اولش گفت دوست باشیم. تو این مدت ۷ مرتبه با هم بیرون رفتیم. من بیشتر نقش یه پسر رو بازی کردم و نازشو کشیدم. گفتم زخم خوردس باید کمکش کنم. اما تو این مدت اون همش غمگین بود و خنده هاش همه تصنعی بود. یه روز زنگ زد گفت بیا جد بشیم. گفتم چرا. گفت داریم به هم وابسته میشیم. گفت من و تو هیچوقت به هم نمیرسیم. چون تا آخر عمرم قصد ازدواج با هیچ دختریه ندارم. ولی گفت از حال هم خبر داشته باشیم. حرفش اونقدری واسم سنگین بود که کارم به روانپزشک کشیده شده. من با تموم وجودم میخوامش. اما اون منو با یه دلیل غیر قابل درک پس زد.. دکتر شما بگین من چیکار کنم .. خواهش میکنم کمک کنید .. من فقط محبت رامین رو میخوام

=====

سارا جان

تو داری گندترین اشتباه زندگیت را میکنی چون مهرطلبانه رفتی تو رابطه با رامین طرف زخم داره به تو چه ربطی داره ؟ میگه پرستار عاطفی پسره ای؟ الان سن برنامه ریزی و حسابگری ازدواجه نه اینکه بری آدمهای له شده را "له زدایی" کنی ازش با قدرت فاصله بگیر تا بفهمه دل تو ، "کلینیک عاطفی" نیست و بره خودش را جمع و جور کنه و غمهاش را به عنوان یک آدم بالغ باید حل و فصل کنه بعدش حواست باشه شاید به شکل ناخودآگاه (پیش نویسی) ، از مادر یا پدر یا یک آدم مهم قدیمی ، یادگرفته ای جز با نقش خواهر نمیتونی در رابطه با یک مرد باشی و هویت یابی کرده ای با این نقش، در این صورت تا یاد نگرفته ای که به عنوان یک (دختر-ماده) لیاقت داری محبتهای یک مرد را دریافت کنی و حساسیتهاش را داشته باشی، نباید در یک رابطه اشتباه پیش بری ! از این جمله ها دیگه ننویسی : من فقط محبت او را میخوام ! شاید این جمله را تو یک سنی ، از یه آدم نزدیک زندگیت یاد گرفته ای (شاید مامان یا بابا) الان جایگزینش بکن : من لیاقت محبت سالم دارم و اگر کسی ناتوانی داره ناشی از نقص من نیست



تحلیل بر اساس نظریه Transactional Analysis

رامین با این الگو میره شکار دختران مفلوک :

- ژست مرد زخمی را خوردن
- توجه دختران خود کم بین و مهرطلب را جلب کردن
- هویت یابی دختر با نقش تیمارداری و پرستاری به جای نقش مساوی دختر-پسری
- عقب نشینی پسر و اعلام غیر مستقیم اینکه "من زخمی ام و بهت گفته باشم که مسوولیتی اخلاقاً متوجهم نیست"
- درگیری ذهنی دختر مهرطلب با این عقده که "I'm not good enough" = من به اندازه کافی خوب نیستم که توجه مدام یک پسر را داشته باشم که این عقده برگرفته از عقده

قدیمیتری است که به شکل پیش نویس عاطفی emotional script تو زندگی دختر بوده از قبل . با فعال شدن عقده دختر دست و پا میزند تا با باج دهی عاطفی بیشتر رابطه را نگه دارد و اینطوری رابطه به قهقرا پیش میرود

- پس زده شدن کامل دختر و کفتر جلد شدن و زنگ تفریح بودن هرازگاهی واسه شکارچی (دلش خوشه هر ازگاهی پیامکهاش را جواب میده یا دو دقیقه تلفنی صحبت میکنند !)
- بدیش اینه پسر خودش در رابطه ای دیگه همزمان همین نقش قربانی را دارد ! و این لوپ معیوب مثلث کارپمن (جلاد- قربانی- رابین هود) ادامه دارد مگر اینکه بالغانه بازی را بشکنند

برای معلومات بیشتر از کتاب ایان استوارت استفاده کنید : تحلیل رفتار متقابل یا کلاس سایه های شخصیتی بحث پیش نویس عاطفی را فروردین 93 تشریف بیاورید یا جلسه مهرطلبی از دوره شخصیت سالمتر

مطالب مشابه :

- [مرز بین صمیمیت و سریش بودن در رابطه عاطفی \(آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند - هر کی ما را رها میکنه میگه "تو دختر خیلی خوبی هستی ولی... آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند :نکن این بازی روانی را ! -](#)

See more - <http://doctorshiri.com/fa/#sthash.DILXpxK4.dpuf>

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفتند: کی به خواستگارم این موضوع را بگویم؟



من دختری 29ساله هستم. بطور مادرزادی چند تا از انگشتان دستم و دو سه تا از انگشتان پاهام شکل طبیعی نداشتن. در برخوردهای بعدی با من، افراد متوجه میشن. این مساله زیاد برام مهم نبود، البته گاهی پنهانش میکردم، تازمانیکه بحث ازدواج پیش اومد. الان خواستگاری دارم که هنوز ایشون رو ندیدم

کلا آقای دکتر نمیدونم چرا تو این مساله اعتماد بنفسم رو از دست میدم با وجودیکه در جمع دوستان و آشنایان به عنوان یه آدم اجتماعی و خوش برخورد شناخته میشم. نسبت به اطرافیانم فعالیتتو پر جنب وجوشم. از نظر علمی و ورزشی همیشه موفق بودم (دانشجوی کارشناسی ارشد هستم). ظاهر نسبتا خوبی دارم. خانواده بسیار گرم و خوشبختی دارم. از نظر وضع مالی شرایط خوبی داشتم. در آشپزی و خانه داری بسیار توانمندم (اگر تعریف از خود نباشه) با این حال نمیدونم چرا برای گفتن این موضوع به خواستگار و پذیرشش از طرف اون دچار اضطراب میشم.

مساله من اینه که نمیدونم چه زمانی باید مساله دستهامو مطرح کنم؟ جلسه خواستگاری یا الان که دارم باهاش حرف میزنم؟ چون ایشون صداقت خیلی براشون مهم هست.

=====

سلام مهتاب گرامی ،

نگاه مردم به زخمهای ما تقریبا برگرفته از نگاه خودمون به آن زخم است.

من موافقم که اگر چنین چیزی در بدن تو نبود ، همه چیز خیلی راحت تر میشد ولی حالا که این قصه هست بهترین برخورد چیست ؟

من قویا معتقدم بدون هیچ توضیحی در آن جلسه بشین حرف بزن و حرف گوش کن و به یک مرد اجازه بده روحش نزد تو سیراب شود و بفهمد با تو لذت+ پیشرفت+ آرامش را خواهد داشت. البته آن مرد میبیند که تو با همان انگشت دفورمه ، اینقدر رشد در زندگی داشته ای و اگر خواست میتواند سوال پرسد ازت درباره دستانت...

در این صورت توضیح برایش میدی و او در رفتار تو میفهمد که این دفورمیتی در ذیل مهتاب خانم تعریف شده نه برعکس مهتاب خانم در ذیل این دفورمیتی

دکتر شیری

آنچه پدر و مادرتان به شما نگفته اند : قبل از آغاز، شکست نخور

من پسری 28 ساله ام که با 300-400 تومان حق التدریسی دانشگاه هستم و از دختری خوشم میاد که اصلا اجازه نمیده ببینمش و میگه خودم باید انتخاب کنم. به هر کاری زده ام نتونستم استخدام بشم و دیده ام هم کلاسی تعطیلیم به صرف داشتن پارتی الان در فرمانداری ...مشغول کاره. دیگه نا امیدم و کارم شده گریه ، شما کمکی از دستتون بر میاد؟



عبدالرضای عزیز

1- دانشگاه به ما مدرک میدهد و بهمون میگه کارشناس ولی ما "کارشناس" نمیشیم! کارشناسی چیزیه که باید "کار" کنیم تا بهش برسیم و این مستلزم یادگیری خیلی چیزهای دیگه است بیرون دانشگاه مثل درست خود را معرفی کردن، رزومه خوبی نوشتن، مهارت ارتباطی با کارفرمایان، دانش مالی داشتن برای درست استفاده کردن از همان 300 تومان،

2- الان در دوره ای از کسب و کار به سر میبریم که باید کمی مطالعات بیشتری داشته باشی درباره کارمندی و خویش فرمایی، درباره موقعیتهای شغلی در ایران (کتابهای مرکز کارافرینی دانشگاه صنعتی شریف را توصیه میکنم) در مطالعات خارجی خیلی نکات خوب میتونی پیدا کنی ولی حتما از مغزت و تجربه ات استفاده کن و بومی سازی دانش نیز انجام بده که به اشتباهات محاسباتی نیفتی (من از این [سایت](#) لذت زیادی برده ام)

در طرح متمم سایت آقای شعبانعلی نیز عضو شو و در اتمسفر بچه های موفق ایرانی نفس بکش و از پای رایانه و نت پاشو به خود کار join شو

3- باید بدون لوس بازی و نق زدن درباره اینکه فلانی پارتی دارد، بیساری ننه بابای پولداری دارد و) که خیلی هاشون هم حقیقت داره ولی لازم نیست هی نشخوارشون کنی) کار کنی و دقیقا خوراک ذهنیت را باید از مطالب امید بخش انتخاب کنی (زندگی موفقهای ایرانی را که باورپذیرند بخون و الگوسازی کن) و یادت نره که مغز بیش از واقعیت هستی به تنظیماتی که تو برایش میگذاری، عمل میکنه.

4- درباره دختری که دوستش داری به نظرم اونجا هم بازی بازنده ها را کرده ای ، اینطوری شش در چهار سراغ یک زن رفتن باعث میشه برادرش بشی نه نامزدش