



عزیزانی که می‌خواهند سؤالات خود را با مشاور مجله در میان بگذارند می‌توانند از طریق ایمیل مجله به آدرس: و یا پیامک و تلگرام به شماره ۰۹۳۷۴۲۵۲۰۲۱ ارسال نمایند

از حسادت‌هایم خسته شده‌ام!

-همراز عزیز، در شرایط سنی خاصی قرار دارید و همین عامل باعث می‌شود تا زودرنج و حساستر از قبل باشید. آگاهی از روحيات و حالات درونی که تجربه می‌کنیم به ما کمک می‌کند تا با مسائل بیرونی راحت‌تر کنار بیاییم. توجه کنید که شما دیگر کم‌کم دارید نوجوانی را پشت سر می‌گذارید و وارد مرحله جوانی می‌شوید. ورود به این مرحله به معنای شروع مستقل شدن است پس باید آمادگی و مهارت‌هایش را هم کسب کنید. شاید اختلاف سنی زیاد با والدین یکی از دلایل وابستگی و نزدیکی عاطفی شما به برادرتان باشد اما سرزنش کردن پدر و مادرتان کمکی به بهتر شدن حال شما نمی‌کند.

تولد فرزند بخشی از فرآیند زندگی یک زوج است و ما باید آنرا بپذیریم؛ اینکه در چه خانواده‌ای به دنیا بیاییم و یا در چه کشوری، تحت کنترل ما نیست. ازدواج کردن هم همین‌طور. بالأخره ازدواج خواهر و برادر اتفاق می‌افتد پس غصه خوردن یا مدام گلایه کردن از این اموری که خارج از کنترل ماست کار بیپه‌وده‌ای است که توان و انرژی ما را از بین می‌برد؛ پس بهتر است تمرکز خود را روی اموری که تحت کنترلتان است بگذارید. به جای اهمیت دادن به حرف و نظر دوستانتان اوقات تنهایی و خالی خود را با رفتن به کلاس و کارگاه‌هایی که در آن استعداد و علاقه دارید پر کنید و به فکر تقویت توانایی‌ها و ساختن آینده خود باشید. به جای دوری کردن از نامزد برادرتان از این فرصت ارتباط و دوستی با او استفاده کنید و اوقات شاد و خوشتری را هم برای برادرتان و هم خودتان بسازید.

سلام دختری ۱۶ ساله و محصل می‌باشم. متأسفانه مدتی است به خاطر نامزد کردن برادرم خیلی احساس افسردگی و تنهایی می‌کنم. همراز عزیز، ما سه خواهر و برادر هستیم که من کوچکترین آنها هستم و چون با برادرم که ۸ سال از من بزرگتر است خیلی صمیمی بودم از زمانی که ایشان نامزد کرده خیلی اخلاق و رفتارم تغییر کرده به گونه‌ای که اصلاً چشم دیدن نامزدش را ندارم و به بهانه‌های مختلف با او دعوا می‌کنم. پدر و مادرم پیر هستند و خواهر بزرگترم در شهر دیگری زندگی می‌کند. مدام با مادرم بحث می‌کنم که من فرزند اضافی هستم و به دنیا آوردن من اشتباه بوده! از حسادت‌ها و خود خوریه‌هایم خسته شده‌ام! به نظر شما چگونه می‌توانم این خلأ عاطفی برادرم را پر کنم؟ به کارهای هنری علاقه دارم ولی به خاطر دوستانم که آشپزی، خیاطی و دیگر کارهای خانه داری را مسخره می‌کنند نمی‌توانم در این کلاسها ثبت نام کنم. لطفاً کمک کنید. در ضمن پدر و مادرم نسبت به من خیلی سختگیر هستند و اجازه ندارم با دوستانم به تفریح بروم.

محبوبه. ش - تهران

به جای اهمیت دادن به حرف و نظر دوستانتان اوقات تنهایی و خالی خود را با رفتن به کلاس و کارگاه‌هایی که در آن استعداد و علاقه دارید پر کنید

مطمئناً خانواده همیشه تکیه گاه و حامی خوبی است. با آنها صحبت کنید و نشان دهید که بابت گذشته متأسف هستید و قصد اصلاح دارید

بلندپروازی، زندگی ام را نابود کرد!

-دوست عزیز اگرچه در شرایط سختی قرار گرفته اید اما خوشبختانه خودتان به دلایل گرفتار شدن در این وضعیت آگاه شده اید و همین نقطه ی قوتی است برای اینکه از اشتباهات خودتان درس بگیرید و در آینده از آن تجربه‌ها استفاده کنید. همانطور که بارها تأکید کرده ام بهتر است قبل از ازدواج تا می‌توانید برای شناختن هم دقت کنید و زمان صرف کنید اما بعد از ازدواج باید تا می‌توانید به گذشته و اصلاح رابطه تان فکر کنید و تمام راههای نجات زندگی تان را امتحان کنید. حالا شما هم بهتر است با استفاده از تجربیاتتان در پی بهبود اوضاع باشید. مطمئناً خانواده همیشه تکیه گاه و حامی خوبی است. با آنها صحبت کنید و نشان دهید که بابت گذشته متأسف هستید و قصد اصلاح دارید و به کمکشان نیاز دارید. با همسر تان هم حرف بزنید و با هم نزد مشاور بروید تا از نگاه بیطرف و کارشناسانه او هم متوجه ایرادات و اشکالات رابطه یا روش زندگی خودتان بشوید و برای بهبود آنها تلاش کنید. ان‌شاءالله بعد از تمام این سختیها آسانی خواهد بود.

۳۳ سال سن دارم. از سن ۲۰ سالگی بعد از گرفتن دیپلم در مغازه کفش فروشی پدرم مشغول به کار بودم. تا چهار سال پیش روال زندگی عادی و بی دغدغه‌ای داشتم و برای خودم پس انداز نسبتاً خوبی هم داشتم. متأسفانه در یک لحظه عاشق شدن و دل در گرو دختری بلند پرواز بستن باعث شد با وجود هشدارها و ممانعت‌های خانواده‌ام به خصوص پدرم تمام سرمایه و حتی سهم الارثم را در کار تجارت وارد کردن جنسهای چینی بگذارم و بعد از دو سال پیشرفت نسبتاً خوب حالا با انبوهی از سفته و چکهای برگشتی روبرو باشم. همراز عزیز، جدا از شکستهای مالی، زندگی‌ام نیز در مرز جدایی قرار گرفته و همسرم بعد از پنج سال زندگی مشترک به دلیل بی پول شدنم قصد جدایی دارد. به نظر شما با وجود شکستن پلهای پشت سرم می‌توانم از خانواده‌ام کمک بخواهم؟ البته موقعیت مالی پدر همسرم خوب است ولی هیچ کمکی نمی‌کند؛ زیرا ایشان هم با ازدواج ما موافق نبودند! فکر کنم با طلاق حداقل یکی از فشارهای عصبی زندگی‌ام کم می‌شود. لطفاً کمک کنید.

امیرعلی - پ - کرمان