

شرط بندی فقط پول هارا نابود نمی کند

نگاهی روان شناسانه به فیلم «هت تریک» که تصویر درستی از پیامد های شرط بندی بر روی زندگی فردی و اجتماعی افراد را نشان می دهد



ادبسه عسکری | پژوهشگر سینما

تحلیل فیلم

قمار به شسر بندی که میان دو یا چند نفر بر سر یک موضوعی مشخص صورت می گیرد، گفته می شود و در کنار حرمت شرعی، از منظر طب روانی و رفتاری، یک مشکل روانی محسوب می شود که ناشی از مشکل در کنترل انگیزش و تکانه های فرد قمار باز است. در خور ذکر است که قمار بازی بیمار گونه، با وابستگی شدید همراه است و اعتیاد به آن خیلی زود جوانب مختلف زندگی فرد را تحت تاثیر قرار می دهد. قمار باز های حرفه ای معمولاً نمی توانند در مقابل برخی از رفتار های شان حتی اگر خودشان هم از خطر ناک بودنش مطمئن باشند، مقاومت کنند. موضوع اصلی فیلم سینمایی «هت تریک» که به تازگی در شبکه نمایش خانگی توزیع شده، درباره اعتیاد یک نفر به فعالیت در شرط بندی فوتبال است و در ادامه به نکاتی از این فیلم اشاره می شود که تلنگری خوب به خصوص برای جوانانی است که متاسفانه گاهی وسوسه قمار به سرشان می زند یا دوستانی دارند که به قمار تشویق شان می کنند.

فیلمی که ۲ جایزه از جشنواره سیمرغ برده است

درباره «هت تریک» باید بدانید که فیلمی به نویسندگی و کارگردانی «رامتین لوافی» است که برنده سیمرغ بلورین فیلم نامه نویسی از سی و ششمین جشنواره فیلم فجر هم شده است. «امیر جدیدی»، «پریناز ایزد یار»، «صابر ابر»، «ماهور الوند» و «همایون ارشادی» از بازیگران این فیلم هستند و «ماهور الوند» برای بازی در همین فیلم، برنده سیمرغ بلورین بهترین بازیگر از سی و ششمین جشنواره فیلم فجر شد. در این فیلم، فرزاد(با بازی امیر جدیدی) و لیدا(با نقش آفرینی پریناز ایزدیار) زن و شوهری هستند که به اتفاق دوستان شان رها(با بازی ماهور الوند) و کیوان (با بازی صابر ابر) از مهمانی در خارج از تهران به خانه بر می گردند. این فیلم با نشان دادن کم و کیف یک مهمانی آغاز می شود و تصادفی که لحظاتی بعد از پایان مهمانی برای زوج اصلی این فیلم اتفاق می افتد، آغاز سلسله مسائلی است که موجب تحول در زندگی بیرونی و درونی شخصیت های اصلی فیلم می شود.

اعتیادی ویرانگر

«هت تریک» در کنار حوادث زیادی که در آن به وقوع می پیوندد، فیلمی به شدت کاراکتر محور است. هریک از شخصیت های این فیلم، دروغ ها و پنهان کاری هایی دارند که به مرور در طی فیلم رومی شود و با گذشت زمان، بیننده با شخصیت هریک از آن ها بیشتر آشنای می شود اما کاراکتر اصلی فیلم که پیش برنده داستان است، فردی به نام فرزاد است که بعد از گذشت دقایقی از فیلم متوجه اعتیاد شدید او به قمار می شویم. در طی فیلم از اظهارات همسرش «لیدا» و دوستانش در می یابیم که اعتیاد او به شرط بندی تاثیر بسیار بدی بر روی زندگی فردی و اجتماعی او گذاشته و از نظر مالی در دسر های بسیاری برای خود و خانواده اش به همراه آورده است. هرچند او پول های خود را در راه قمار از دست داده و حتی مقروض است و مانند دیگر معتادان به قمار هیچ اعتباری برایش نمانده است اما دست از قمار بر نمی دارد یا به عبارتی دیگر، نمی تواند از قمار دست بردارد.

اختلال در سیستم انگیزشی، عاقبت قمار بازی

از دیدگاه روان شناسی، اعتیاد به قمار مانند اعتیاد به الکل و مواد مخدر یک بیماری روانی است. همان طور که در این فیلم می بینیم، فرزاد از مصرف مشروبات

الکلی و مواد مخدر نیز ابایی ندارد که این مورد هم یکی از آسیب های دیگر اعتیاد به قمار است. افرادی که دچار اعتیاد به قمار هستند، دچار اختلال در سیستم انگیزشی خود می شوند و باید تحت در مان قرار گیرند و غالباً به تنهایی از پس ترک آن بر نمی آیند. در فیلم «هت تریک» هم می بینیم به رغم این که فرزاد به لیدا قول داده که دیگر سراغ قمار نمی رود اما باز هم به صورت پنهانی قمار می کند. دروغگویی و پنهان کاری از جمله نشانه ها و عوارض اعتیاد به قمار است.

قماری که خانواده قمار باز را هم نابود می کند

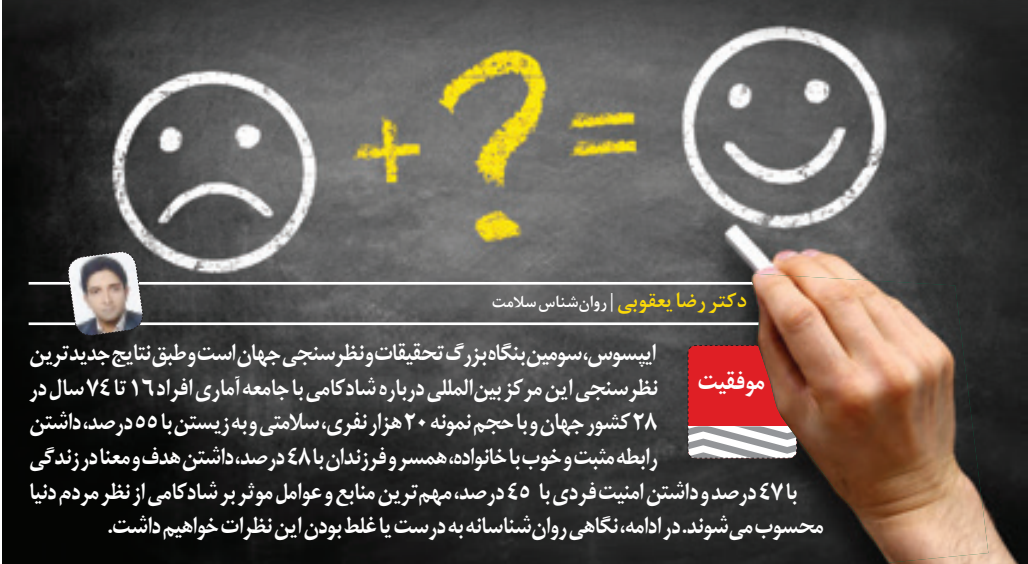
در «هت تریک»، بیشتر نشانه های جسمی و روحی یک قمار باز را مشاهده می کنیم. به طور مثال می بینیم که فرزاد با وجود داشتن همسر و فرزندی که در راه دارد، وقت کمی را صرف خانواده خود می کند و همسرش را بیشتر مواقع تنهایی گذارد. همچنین دچار بیماری های جسمی مانند سردرد، بی خوابی و معده درد هم می شود. قمار باز بعد از گذشت مدت کوتاهی از درگیر شدن با این موضوع، به کار، تحصیل و حتی نیاز های شخصی خود بی توجه خواهند شد که فرزاد به خوبی در «هت تریک» این موضوع را به نمایش گذاشت. در این فیلم، آثار قمار بر روی زندگی خود و اطرافیان فرزاد را می بینیم. بی مسئولیتی و بی تفاوتی او، چندین و چند فاجعه در این فیلم رقم می زند تا به بیننده ثابت شود که قمار بازی یک بیماری پیش رونده است. قمار معمولاً اول به شکل یک فعالیت تفریحی شروع می شود اما با گذشت زمان، شخص زمان بسیار بیشتری را صرف این عادت می کند. سرانجام قمار همه جنبه های زندگی فرد را در بر می گیرد و ادامه زندگی بدون قمار برایش به شدت مشکل می شود.

چرا لیدا نتوانست شوهرش را درمان کند؟

لیدا و دوستان فرزاد در تمام مدت در این فیلم سعی می کنند که به او کمک کنند تا این عادت خود را ترک کند اما موفق نمی شوند. شاید کمتر خانواده هایی مطلع باشند که این افراد هم مانند دیگر معتادان، نیازمند درمان هستند و باید برای در مان به مشاور مراجعه کنند و در مسیر در مان نیز نیازمند توجه و مراقبت خانواده هستند. البته در صورتی که قمار به شکل وابستگی و اعتیاد پیشرفت نکرده باشد و مشکل آفرین نباشد، ممکن است فرد خود را از این رفتار زشت رهایی بخشد.

سلامتی، عامل اصلی شادکامی؟

نگاهی روان شناسانه به نظرات مردم درباره منابع شادکامی با توجه به نظر سنجی جدید «ایپسوس»



● **نیاز به شادکامی، غریزی است:** برخلاف آن چه که بسیاری از افراد تصور می کنند، احساسات ما شامل احساسات مثبت و منفی یا احساسات خوب و بد نمی شود. از نظر علمی، بهترین تقسیم بندی برای احساسات، احساسات سازگار و ناسازگار است. مثلاً احساسی همچون خشم، به خودی خود خوب یا بد نیست بلکه می تواند سازگار یا ناسازگار باشد. به عبارتی اگر خشم منجر به پر خاشگری شود، می تواند غیر مفید باشد و نابود کننده شود اما اگر برای دفاع از حقوق خود باشد، مفید خواهد بود. هر کدام از احساسات می تواند خوشحال کننده یا ناراحت کننده باشد. شادکامی یکی از احساسات خوشحال کننده است که انسان ها به طور غریزی خواهان آن هستند. پژوهش های متعدد در روان شناسی نشان داده اند که برخی از عوامل همچون احساس امنیت، سلامتی جسمی، رابطه موثر با دیگران، داشتن هدف و معنا در زندگی با احساس رضایت و شادکامی همبستگی دارند و معمولاً افرادی که این ویژگی ها را دارند، بیشتر احساس شادکامی می کنند. هرچند این عواملی همچون سلامتی و تندرستی با شادکامی همبستگی وجود دارد اما شادکامی نتیجه امنیت، تندرستی یا رابطه مثبت با دیگران نیست و این عوامل به خودی خود باعث شادکامی نمی شود. در واقع افرادی که تندرست هستند، فکر می کنند کنترل بیشتری برای تاثیر گذاری بر اتفاقات پیرامون خود دارند به همین دلیل کمتر احساس ضعف و ناتوانی می کنند و این افراد معمولاً تلاش بیشتری برای پاسخ دادن به تمایلات و نیاز ها و اهداف خود دارند. به همین دلیل برخی از افرادی که دچار معلولیت های جسمی و محدودیت های حرکتی هستند،

وقتی به فکر استفاده از دیگر توانایی های خود می افتند و سایر استعداد های خود را کشف می کنند، تبدیل به افراد شاد و خوشحال می شوند. همچنین افرادی که ارتباط مثبتی با دیگران دارند، این ارتباط به تنهایی باعث احساس شادکامی در آن هانی نمی شود. آن ها از این ارتباطات به عنوان یک منبع حمایت عاطفی برای کسب آرامش و لذت بردن از زندگی بهره می گیرند و افرادی که معنایی در زندگی پیدای می کنند، راحت تر می توانند با مشکلات اجتناب پذیر زندگی همچون بیماری، در دو فقدان کنار بیایند. در نتیجه می توان گفت که فردی که از فقدان چیزی در زندگی رنج می برد، در صورتی که به نیاز ها و اهدافش اهمیت دهد، می تواند همزمان شاد باشد.

● **شادکامی به معنای نداشتن غم نیست:** شادکامی را می توان نقطه مقابل افسردگی در نظر گرفت. افراد افسرده، اغلب افکار ناامید کننده ای در سر دارند و انگیزه ای برای پرداختن به فعالیت های لذت بخش ندارند و زندگی را بسیار پوچ و بی معنی می بینند. و واقعیت این است که افسردگی معادل غم نیست، یک فرد غمگین می تواند شاد باشد اما یک فرد افسرده به هیچ وجه همان طور که یک فرد شاد کام می تواند همزمان احساسی چون خشم نیز داشته باشد. در واقع شادکامی بیش از این که بخواید نداشتن غم باشد، مدل رویارویی افراد با احساس غم است. حتی افراد شاد نیز در زندگی خود فقدان هایی دارند و ممکن است از چیزی رنج بکشند اما نحوه رویارویی آنان با این محدودیت هاست که تعیین کننده احساس شادکامی در آنان می شود.

قرار و مدار

روز بردن فلاسک آب جوش به پارک!

امروز فلاسک توی فونه تون رو که شاید خیلی وقته بهش سر هم نزدین، پر از آب جوش کنین و دو تا پای کتسه ای و فونون بردارین و با یکی یا همه اعضای خانواده بروید نزدیک ترین پارک به فونه تون... مال و هواتون متما عوض میشه...
تصویر ساز: ندا طاهری

پذیرایی از خود با سینی آرامش!

مهسا کسنوی

وسط روزمرگی های زندگی حتماً زمان هایی بوده که خسته شده اید و دل تان خواسته که چند ساعتی را برای خودتان بگذرانید، آرام شوید و با انرژی مضاعف به خانواده برگردید و به اوضاع بچه ها، حال و هوای خانه و همسر تان رسیدگی کنید. شما به عنوان یک همسر و مادر خانواده برای بهبود اوضاع منزل و آرامش بچه ها قبل از هر چیزی باید خودتان به آرامش درونی برسید و برای رسیدن به حال خوب نیازی نیست که حتما ساعت هادر بازار گشت و گذار کنید! روح شما برای آرام شدن نیاز به استراحت دارد، در ادامه به شما پیشنهادی متفاوت می دهیم تا بدون خرج کردن مقدار زیادی پول در محیط خانه به آرامش دست یابید.

● این سینی را با اقلام انرژی بخش پر کنید

برای خودتان یک سینی تهیه کنید، این سینی لازم نیست حتماً یک سینی عجیب و غریب باشد و حتی هر وسیله دیگری مثل سینی که بتوانید داخل آن چیزی بگذارید، عالی است. داخل سینی را با اقلام انرژی بخش پر کنید، مثل: گیاه یک گلدان کوچک یا حتی یک برگ سبز یا یک گل کوچک که درون لیوان آب باشد، هم کافی است. طبیعت همیشه به انسان انرژی مثبت می دهد. **شمع:** تماشاای چند عدد شمع کوچک که در حال سوختن هستند، انرژی منفی را از شما دور خواهد کرد و فکرتان را به این سمت می برد که ارزش گذر زمان را بیشتر درک کنید. لازم نیست شمع های گران بخردید و شمع های وارمر برای سینی شما بهترین انتخاب است. **عود:** بوی خوب یکی دیگر از مولفه های رسیدن به آرامش است. با روشن کردن یک عود خوش بو هم هوای منزل معطر می شود و هم هوای ذهن خود را تازه خواهید کرد.

آینه: یک آینه کوچک در سینی باعث می شود خودتان را در آن ببینید و بفهمید چقدر دوست داشتنی و زیبا هستید.

● باور کنید که زندگی زیباست

هر روز فقط ۱۰ دقیقه زمان به خودتان اختصاص دهید. کافی است شمع و عود را روشن کنید، یک لیوان چای بریزید، گوشه پنجره را کمی باز کنید و کتاب مورد علاقتان را برای دقایقی به دست بگیرید. حالا یک نفس عمیق بکشید و باور کنید که زندگی به همین زیبایی است، به دور از چشم و هم چشمی های رایج و....

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۹۹۹۲۰۰۰

و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

● **مطلب شوخی**
ها در شبکه های اجتماعی با گوشی جدید اپل خیلی جالب بود. به خصوص اون که شبیه گاز سه شعله است. خخخ.
● **پر داختن**
به سیر پیشرفت گوشی اپل در شرایطی که قیمتش سر به فلک کشیده، فقط دل مان را سوزاند و بس.
● **به توصیه**
کارشناس ستون بانوان در باره مزایای آشپزی با کودکان، این تجربه ناب و امتحان کردم و با دختر سه ساله ام سالادالویه درست کردیم. خیلی کثیف کاری شد ولی ارزشش رو داشت.
● **خانم شاهزاده**
لطفاً یک پرونده درباره بهترین لپ تاپ های امروزی بازار هم کار کنید تا کمک زیادی به من و امثال من که امسال می خوان وارد دانشگاه بشن و لپ تاپ بخرن، کرده باشید.
● **سعيد، مشهد**
● **یک تن**
طلا توی گوشی آیفونه و مان نمی دوستیم؟
● **کاش**
خودمون برای بازیافت شون یک برنامه بریزیم.
● **مطلب**
صفحه خانواده در باره پوسیدن پول های یک پیرزن، خیلی حرف داشت و من رو به فکر فرو برد که عاقبت این همه پس انداز ها چه خواهد شد؟
● **معذرت خواهی**، شکستن غرور نیست، نمایش شعور است.

● **همسر عزیزم**
طاهره جان، ۲۰ شهریور سالروز زمینی شدنت مبارک. دعایت می کنم به خیر، نگاهت می کنم به پاکی و یادت می کنم به خوبی. **دوستدارت محمود**



زندگی سلام
شنبه
۲۲ شهریور ۱۳۹۸
شماره ۱۴۱۷

خانواده مشاوره



بانوان