



من متولد فروردین هستم

رنگ: قرمز
ویژگی های مثبت: جسور، با اعتماد به نفس، پرنرژی،
خلاق، صریح و رک گو
ویژگی های منفی: عجول، خود خواه، تند خو، مستبد
و کنترل گر

تست خانواده

در شروع سال جدید پرسشنامه ای را برای شما خوانندگان عزیز و محترم تهیه کرده ایم که امیدواریم آن را بخوانید و با صداقت به این سوال ها پاسخ دهید.

پرسش های طراحی شده در این تست کوتاه برای ارزیابی و سنجش میزان یکدلی و همراهی اعضای یک خانواده در کنار هم است و پاسخ شما به آنها اگر از روی واقعیت باشد، کمک تان می کند تا بیشتر متوجه حال و هوای کلی خانواده تان شوید. پس با ما همراه باشید و به هر سؤال با یکی از گزینه های زیر پاسخ دهید:

الف) همیشه ب) اغلب ج) گاهی د) به ندرت ه) هرگز

۱) وقتی یکی از اعضای خانواده ناراحت یا مضطرب است، سایر اعضا تلاش می کنند

او را درک و به او کمک کنند؟

۲) تصمیمات مهم در خانواده شما با مشارکت همه اعضا گرفته می شود و نظر هر کسی مورد توجه قرار می گیرد؟

۳) در خانواده شما، همه اعضا بدون ترس و نگرانی احساسات، مشکلات و

دغدغه های شان را با یکدیگر در میان می گذارند؟

۴) در شرایط سخت و بحرانی، اعضای خانواده به یکدیگر تکیه می کنند و حمایت

لازم را فراهم می سازند؟

۵) آیا اعضای خانواده تان تفريحات و زمان های باکیفیتی را به صورت منظم در

کنار هم سپری می کنند؟

۶) احساس می کنید که در خانواده شما احترام متقابل وجود دارد و اعضا با یکدیگر

مهربان و صمیمی هستند؟

۷) هنگام اختلاف نظر، اعضای خانواده با گفت و گوی منطقی و بدون مشاجره به

نتیجه می رسند؟

نتیجه گیری:

اگر بیشتر پاسخ های شما «الف» یا «ب» باشد: خانواده شما بسیار

یکدل و موفق است. اعضا خانواده از هم حمایت می کنند، با هم همدل

هستند و فضای خانه مثبت و سالم است. برای حفظ این وضعیت توصیه

می شود همچنان برای تقویت روابط خانوادگی تان وقت بگذارید و در مواقع

بروز مشکلات مانند همیشه رویکردی همدلانه و منطقی را در پیش بگیرید.

اگر پاسخ های شما بیشتر «ج» باشد، میزان یکدلی و موفقیت خانوادگی شما متوسط است. برخی جنبه های خانوادگی تان نیاز به بهبود دارند و با کمی توجه و تلاش می توان روابط را بهتر کرد. برای بهبود ارتباطات درون خانوادگی تان می توانید زمان بیشتری برای گفت و گو و گوش دادن به یکدیگر اختصاص دهید و یاد بگیرید که در مواقع اختلاف، بحث ها را به سمت راه حل های مثبت هدایت کنید.

اگر بیشتر پاسخ های شما «د» یا «ه» باشد، خانواده شما با چالش هایی در زمینه ارتباط و همدلی روبه روست و نیاز است روی روابط خانوادگی کار کنید و راه هایی برای بهبود تعاملات پیدا کنید. از جمله راهکارهای موثر در این باره، برقراری جلسات خانوادگی برای گفت و گو در مورد احساسات شخصی و مسائل مهم خانوادگی است. همچنین باید تمرین کنید که به جای انتقاد، شنونده خوبی باشید و احساسات دیگران را درک کرده، زمان بیشتری را برای تعاملات مثبت مانند تفريحات مشترک و فعالیت های خانوادگی اختصاص دهید و در صورت لزوم از مشاوره خانوادگی برای حل مشکلات تان بهره بگیرید.

دیگه چه خبر؟؟؟

چند روزی است تعطیلات نوروزی امسال که نسبتاً طولانی تر از سال های پیش بود به پایان رسیده و به روال عادی زندگی برگشته ایم، اما نوروزی که گذشت چندان هم بی خبر نبود و اتفاق های جالبی در این روزها رخ داد. از موج تبدیل عکس به انیمه در اینستاگرام گرفته تا گیشه نسبتاً خوب فیلم اجتماعی «رها» در نوروز و لاکچری بازی نوروزی به سبک بلاگرها.

در ادامه، نگاهی داریم به برخی از جالب ترین اتفاق های نوروزی که هنوز هم یادآور روزهای شاد و شیرین عید است.

ساناز قنبری
دبیر چاردیواری

بلای فیک بلاگرها بر سر زندگی مردم

نوروز امسال هم مثل هر سال، مردم با دغدغه های همیشگی شان دست و پنجه نرم کردند. گرانی، هزینه های سفر، خریدهای عید و دید و بازدیدهایی که بعضی ها به خاطر فشار اقتصادی قیدش را دیگر زده اند. اما در همین شرایط، بلاگرهایی بودند که انگار در دنیای دیگری زندگی می کنند؛ دنیایی پر از هتل های لوکس، سفرهای خارق العاده، لباس های برند و صبحانه هایی که بیشتر شبیه تابلوهای نقاشی اند تا چیزی که آدم های واقعی می خورند!

تعطیلات عید، فرصتی شد تا این بلاگرها در نقش قهرمانان قصه های لاکچری ظاهر شوند. از سفرهای شان به جزایر رویایی بگویند، از خریدهای چند هزار دلاری شان فیلم بگیرند و از خوشبختی ساختگی شان محتوا تولید کنند. این در حالی است که زندگی اکثر مردم ایران، فرسنگ ها با این نمایش های فریبنده فاصله دارد.

مشکل این نیست که این افسرد یک زندگی لاکچری دارند. هر چه دارند نوش جان شان. مشکل اینجاست که آنها با ساختن یک دنیای دروغین، زندگی واقعی را تحقیر می کنند. مردمی که در این شرایط سخت اقتصادی به جای

چند نفر تلاش می کنند وقتی هر روز این تصاویر را می بینند، کم کم ناامیدی در وجودشان ریشه می دواند. انگار که در این دنیا فقط یک عده خاص حق خوشبختی دارند و بقیه تماشاچیان هستند که تنها سهم شان در این جهان مقایسه خود با این نمایش های ساختگی است.

شاید وقت آن رسیده که کمی هوشیارتر باشیم. فرب این دکورهای پر زرق و برق را نخوریم و بدانیم که خوشبختی واقعی چیزی نیست که در قاب های نمایشی اینستاگرام جا شود.

دست مریزاد به «رها»

هر سال عید سینماها پر می شوند از فیلم های رنگارنگی که بیشتر از محتوا، به خندانند بی دلیل یا شلوغ کاری متکی هستند. اما امسال در میان این هیاهو، یک فیلم اجتماعی بی ادعا به نام «رها» به کارگردانی حسام فرهنگد و تهیه کنندگی سعید خانی بدون تبلیغات خارق العاده و عجیب غریبی روی پرده رفت و برخلاف انتظار، حسابی گل کرد.

در روزهایی که بیشتر فیلم های روی پرده برای سرگرمی ساخته شده اند، «رها» قصه واقعی آدم هایی را روایت می کند که با فقر و بیکاری دست و پنجه نرم می کنند، آدم هایی که انگار در زندگی شان مدام یک دیوار بلند سر راه شان سبز می شود.

این فیلم بدون شوخی های مبتذل، بدون کاراکترهای بی هدف و بدون هیچ سر و صدای تبلیغاتی، آرام آرام راهش را به دل مخاطبان باز کرد و از اکران نوروزی سینماها سر بلند بیرون آمد.

فروش نسبتاً خوب «رها» در این امان نشان داد که هنوز هم سینما دستان برای فیلم های اجتماعی ارزش قائلند و هنوز هم یک فیلم اگر حرفی برای گفتن داشته باشد، می فروشد. شاید این موفقیت تلنگری باشد برای سینماگرانی که فکر می کنند مردم فقط به دنبال خنده های زورکی هستند.

نه این طور نیست، مردم گاهی می خواهند در آینه سینما خودشان را ببینند حتی اگر تصویر تلخی باشد و حتی اگر تجربه شان در پایان فیلم به شکل بغضی گره خورده در گلو بماند.

پس لازم است از همه مردمی که بدون تبلیغات فریبنده و جنجال های معمول، وقت گذاشتند و «رها» را دیدند، تشکر کرد.

این استقبال یعنی هنوز امید می هست، هم برای سینما، هم برای روایت قصه های واقعی.

در تب و تاب انیمه شدن

سال نو که آغاز شد، مردم هنوز درگیر تخمه شکستن، شمردن عیدی و غرزدن به قیمت سفرهای نوروزی بودند که ناگهان پدیده ای عجیب تر از ترافیک سرسام آور جاده جالوس سر و کلاهش پیدا شد: تب انیمه ای شدن! همه چیز از یک نرم افزار شروع شد که معلوم نبود دقیقاً از کجا آمده، اما در چشم به هم زدن اینستاگرام را تسخیر کرد. انگار یک دفعه یک نفر خیلی جدی آمد و گفت: «هر که مرا دارد خوشبخت است و هر که مرا ندارد فالوورهایش او را دست کم می گیرند!» و خب، ملت همیشه در صحنه هم که در برابر چالش های مجازی زود دست به کار می شوند، فوراً وارد عمل شدند.

به یکباره در کمتر از ۴۸ ساعت، دیگر هیچ چهره واقعی در اینستاگرام باقی نماند و همه آدم ها نسخه کارتنی شان را جایگزین خود واقعی شان کردند. دکترها با رپوش سفید و چهره ای انیمه ای، وکلا با نگاه نافذ و موهای فانتزی، مهندسان با عینک های درخشان و حتی موتورسواران هم خودشان را در قالب یک شخصیت جدی و مرموز انیمه ای می دیدند که انگار قرار بود فردا در یک نبرد سرنوشت ساز دنیا را نجات دهند.

چند روز بعد ماجرا از استوری و پروفایل هم فراتر رفت. کپشن ها پر شد از جملاتی مثل «من تو کدوم انیمیشن بودم که یادم نمی یاد؟» یا «میدانم والت دیزنی کجان که منو برای انیمیشن بعدی شون انتخاب کنن!».

و امروز که کمی از تب و تاب این ماجرا گذشته و موج انیمه ای شدن فروکش کرده، می توان با خیال راحت نتیجه گرفت که ما ایرانی ها علاوه بر عشق به تکنولوژی، عاشق هر فرصتی برای فان بازی و ترند شدن هستیم و با این حساب نباید تعجب کرد اگر یک روز بیدار شویم و ببینیم که دوباره یک اپلیکیشن دیگر آمده و این بار همه را تبدیل به وایکینگ، شوالیه یا... کرده است! خداوند این شادی ها را از ملت همیشه سرافراز ما نگیرد!

