



## اختلالات روانی خطرناک‌ترین مزاحمان تلفنی

مدیر عامل سازمان آتش‌نشانی مشهد با ارائه‌آمار رسمی گفته‌که مزاحمت تلفنی همچنان در صدر تماس‌ها با آتش‌نشانی است؛ چرا بعضی افراد در عین بی‌خیالی با جان مردم بازی می‌کنند؟



**دکتر نجمه عابدی شرق** | روان‌شناس

محوری

خبرگزاری‌ها و رسانه‌های سراسر کشور، بارها از افزایش تعداد تماس‌های مزاحم با اورژانس‌ها، آتش‌نشانی‌ها و سایر مراکز امدادی خبر داده‌اند. این پدیده نه تنها موجب اختلال در ارائه خدمات ضروری به شهروندان می‌شود بلکه در بسیاری از موارد جان انسان‌ها را به خطر می‌اندازد. آمارهای منتشر شده از سازمان آتش‌نشانی مشهد هم حکایت از آن دارد که این مشکل همچنان به عنوان یک معضل جدی در جامعه ما وجود دارد اما از لحاظ روان‌شناختی، چرا بعضی افراد دست به چنین کار خطرناک و پراسییبی می‌زنند؟ در ادامه، مروری بر آمارهای جدید مدیر عامل سسازمان آتش‌نشانی مشهد در همین باره خواهیم داشت و نگاهی عمیق به پدیده مزاحمت‌های تلفنی و راهکارهای مقابله با آن خواهیم انداخت.

#### ۷ هزار تماس مزاحم از ۱۱ هزار در یک هفته

مدیر عامل سازمان آتش‌نشانی مشهد با بیان عملکرد داین سازمان طی دومین هفته زمستان گفت که مزاحمت تلفنی همچنان در صدر تماس‌ها با آتش‌نشانی مشهد است. او افزود: «در بازه زمانی ۸ تا ۱۴ دی ۱۴۰۳ در مجموع ۱۱ هزار و ۶۴۸ تماس با سامانه ۱۲۵ برقرار شده که از این تعداد ۷ هزار و ۵۷۴ مورد تماس‌های مزاحمی و اشتباهی بوده است» (منبع خبر: فارس). مزاحمت‌های تلفنی که تهدیدی جدی برای جان شهروندان محسوب می‌شوند.

● **از کنجکاوی بیمار گونه تا بی‌مسئولیتی**  
احتمالاً بعد از خواندن این آمار، برای شما هم این سوال پیش می‌آید که چرا برخی افراد مرتکب مزاحمت تلفنی می‌شوند؟ دلایل مختلفی می‌تواند باعث شود که فردی مرتکب مزاحمت تلفنی شود. برخی از رایج‌ترین این دلایل عبارتند از:

#### ۱ اختلالات روانی

برخی از افراد مبتلا به اختلالات روانی مانند اختلال شخصیت ضد اجتماعی، اختلال دوقطبی یا اختلال وسواس فکری-عملی ممکن است به دلیل احساس تنهایی، خشم یا اضطراب و... مزاحمت ایجاد کنند.

#### ۲ کنجکاوی بیمار گونه

برخی دیگر از افراد ممکن از روی کنجکاوی یا به دلیل نیاز به جلب توجه، اقدام به مزاحمت تلفنی کنند و این کار برای‌شان حکم تخلیه انرژی را داشته و هیجان‌انگیز باشد.

#### ۳ انتقام جویی

در برخی موارد، مزاحمت تلفنی به عنوان ابزاری برای انتقام جویی از افراد یا سازمان‌ها استفاده می‌شود. مثلاً فردی که دچار خسارت به دلیل آتش‌سوزی شده، با چنین کاری به دنبال آرام کردن روان خودش است.

#### ۴ بی‌مسئولیتی

برخی افراد هم ممکن است بدون توجه به عواقب عمل خود و به صورت کاملاً بی‌مسئولیت، اقدام به مزاحمت تلفنی کنند. این افراد از اختلال بی‌مسئولیتی رنج برده و احتمالاً در بقیه مراحل زندگی هم از این اختلال ضربه خواهند خورد.

#### ● عواقب خطرناک مزاحمت‌های تلفنی

مزاحمت‌های تلفنی عواقب بسیار جدی در پی دارد که از جمله آن‌ها می‌توان به چند مورد اصلی‌تر اشاره کرد:

**تاخیر در ارائه خدمات امدادی** | اشغال خطوط تلفن اورژانس و آتش‌نشانی توسط تماس‌های مزاحم، می‌تواند منجر به تأخیر در ارائه خدمات به افرادی شود که واقعا به کمک نیاز دارند و در نتیجه جان آن‌ها را به خطر بیندازد.

**هدر رفتن منابع** | اعزام نیروهای امدادی به محل‌های اشتباه به دلیل تماس‌های مزاحم، موجب هدر رفتن منابع و انرژی می‌شود.

**ایجاد اضطراب و استرس** | تماس‌های مزاحم می‌توانند باعث ایجاد اضطراب و استرس شدید در افرادی شوند که هدف قرار می‌گیرند.

**اختلال در نظم عمومی** | این نوع رفتارها باعث ایجاد اختلال در نظم عمومی و رعب و وحشت در جامعه می‌شود.

#### ● راهکارهای مقابله با مزاحمت‌های تلفنی

برای مقابله با این پدیده شوم که جان افراد را به خطر می‌اندازد، می‌توان این اقدامات را انجام داد:

۱ **افزایش آگاهی عمومی** | اطلاع‌رسانی گسترده در باره عواقب خطرناک مزاحمت‌های تلفنی و تشویق مردم به انجام‌دادن این کار، می‌تواند نقش مهمی در کاهش این پدیده داشته باشد.

۲ **سفت‌وسخت‌تر شدن قوانین** | تصویب قوانین سخت‌گیرانه‌تر برای مجازات مرتکبان مزاحمت‌های تلفنی می‌تواند بازدارنده باشد.

۳ **استفاده از فناوری‌های نوین** | استفاده از فناوری‌های جدید مانند فیلترهای تماس و سیستم‌های شناسایی تماس‌های مزاحم می‌تواند در کاهش این مشکل موثر باشد.

۴ **درمان افراد دارای اختلالات روانی** | شناسایی و درمان افرادی که به دلیل اختلالات روانی مرتکب مزاحمت‌های تلفنی می‌شوند، می‌تواند از تکرار این رفتارها جلوگیری کند.

#### ● نکته پایانی

مزاحمت‌های تلفنی، یک مشکل اجتماعی جدی است که عواقب بسیار خطرناکی در پی دارد. برای مقابله با این پدیده، نیازمند یک اقدام جمعی و همکاری همه‌جانبه هستیم. با افزایش آگاهی عمومی، شناسایی افراد مبتلا به چنین اختلالاتی و درمان آن‌ها می‌توانیم به تدریج بر این مشکل فائق آییم.

#### موفقیت

#### چرا توصیه‌های انگیزشی «ایلان ماسک» کاربردی نیست؟

خارجی مانند جراحی‌های زیبایی، مربیان شخصی و مشاوران تغذیه‌ای خود صحبت کنند. فقدان شفافیت باعث می‌شود دنبال‌کنندگان‌شان دچار سوءتفاهم شوند زیرا هرگز با آن‌ها رو در رو نشده‌اند. از طرفی سلبریتی‌ها و اینفلوئنسر ها اغلب اوقات درباره چالش‌های فردی و آسیب‌پذیری‌هایشان حرفی نمی‌زنند. این امر باعث می‌شود که چهره‌ای مخدوش از واقعیت را ببینیم که باعث می‌شود نتوانیم با تجربه‌های آن‌ها ارتباط برقرار کنیم.

#### ● فقدان تخصص در همه‌امور

تخصص یک فرد در یک زمینه خاص، مانند فناوری یا خودروهای الکتریکی، به این معنا نیست که در سایر زمینه‌ها نیز متخصص باشد. تخصص بیل گیتس در نرم‌افزار از او یک متخصص و کارشناس در سایر زمینه‌ها نمی‌سازد. ما می‌توانیم از تخصص آن‌ها در همان زمینه‌ای که در آن مشغول هستند، استفاده کنیم. برای مثال، ایلان ماسک ممکن است در حوزه فضا و خودروهای الکتریکی موفق باشد، اما این توانایی‌ها به معنای تخصص او در زمینه آموزش یا سلامت نیست. اما متأسفانه اغلب آدم‌ها به این نکات توجه نمی‌کنند. آدم‌های شناخته‌شده می‌توانند در افزایش آگاهی نقش مهمی داشته باشند، اما نباید جای متخصصان در زمینه‌های خاص را بگیرند و راه‌حل‌های اثربخش ارائه بدهند یا اجرا کنند.

#### ● نکته پایانی

اگر همیشه فقط چند شخصیت معروف و برجسته را دنبال کنید، از فهم دیدگاه‌های متکثر خودتان را محروم کرده‌اید. کارشناسان و متخصصان و متفکران زیادی هستند که افکار و دیدگاه‌هایشان ارزش زیادی دارد اما زیر نورافکن نیستند که همه آن‌ها را بشناسند. سلبریتی‌ها می‌توانند الهام‌بخش باشند اما همه ما نیاز داریم که در استفاده از داستان‌های انگیزشی و توصیه‌های عملی و پرکاربرد تعادل برقرار کنیم.

#### نکته‌ها

#### ۶ عبارتی که نشان‌دهنده فقدان خودآگاهی‌تان است

- همه چیز را می‌دانم
- به هیچ فردی نیاز ندارم
- شکست جزو گزینه‌هایم نیست
- من هرگز اشتباه نمی‌کنم
- همیشه حق با من است
- من نیازی به تغییر ندارم

#### روان شناسی

### احساس غم بیشتر در شوهرهای زنان پولدار

مطالعه‌ای جدید نشان داده است که مردان زمانی که همسرانشان بیشتر از آن‌ها درآمد دارند، احساس غمگینی بیشتری می‌کنند. این مطالعه که توسط دانشمندان دانشگاه دورهام منتشر شده، نشان می‌دهد که مردان در چنین شرایطی بیشتر در معرض مشکلات روانی قرار دارند. به گزارش «دیلی میل»، در این تحقیق که روی زوج‌های جوان در سوئد انجام شده است، محققان دریافتند زمانی که زن در یک زوج درآمد بیشتری دارد، احتمال بروز مشکلات روانی برای هر دو طرف افزایش می‌یابد، به ویژه برای مردان.

مردان، احتمال بروز مشکلات روانی مانند اختلالات ناشی از مصرف مواد در این شرایط بیشتر است. در مقابل، زنان بیشتر به اختلالات عصبی و استرس‌زا مبتلا می‌شوند. این تحقیق که در The Economic Journal منتشر شده، نشان می‌دهد که وضعیت درآمدی زوج‌ها تأثیر قابل توجهی بر سلامت روان آن‌ها دارد، حتی در جوامع پیشرفته‌ای مانند سوئد که به برابری جنسیتی شهرت دارند.

دارد و هم‌گران است.

● موج جهانی محدودیت‌های مجازی برای کودکان در حالی که مسئولان فرهنگی کشور، ما هیچ برنامه‌ای برای این مسئله ندارند، نگران‌کننده به نظر می‌رسد. باید هرچه زودتر خودوالدین دست‌به‌کار شوند.

● یکی از ویژگی‌های دوستی که باید در ارتباط با او تجدیدنظر کرد، فرد دروغگو و غیبت‌کننده است.

● زندگی سلام، معمولاً صفحاتت رو ساعت ۲ بعدازظهر که از مدرسه برمی‌گردد، می‌خونم. امروز ساعت ۸ صبح خوندم چون تعطیل بودم. چقدر خوبه که شنبه‌ها کلا تعطیل بشه! حال می‌ده.

#### ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶ و تلگرام ۲۰۰۰۹۹۹۲۰۰

● خانه‌های بازیگران زیادی در آمریکا سوخته که در صفحه اول زندگی سلام در باره‌شان نوشتید. بهتر بود که بررسی کنید آیا همه‌شان علیه کشورمان استوری و پست گذاشتند یا نه؟

● نکات صفحه سلامت درباره عادت‌هایی که موها را کم‌پشت می‌کند، جدی بگیرد. چون وقتی موهایتان بریزد، دیگر کاری از دست‌تان برنمی‌آید. کاشت مو، هم در درسر

۳