



کارشناسان از کاهش میزان گفت و گو بین اعضای خانواده می‌گویند: فقط 25 دقیقه!

گاهی مثل خوره می‌شود و به جان خانواده‌ها می‌افتد تا آنها را از یکدیگر دور کند، گاهی به شکل دیوار سر به فلک کشیده‌ای می‌شود...

گاهی مثل خوره می‌شود و به جان خانواده‌ها می‌افتد تا آنها را از یکدیگر دور کند، گاهی به شکل دیوار سر به فلک کشیده‌ای می‌شود تا اعضای خانواده‌ها را از یکدیگر جدا کند، گاهی حکم آرامش قبل از توفان را پیدا می‌کند؛ توفانی که با طغیان کشتی خانواده‌ها را در هم می‌شکند؛ از کاهش گفت و گو بین اعضای خانواده‌ها حرف می‌زنیم، مشکلی که کانون خانواده‌ها را نشانه رفته و به اعتقاد کارشناسان چنانچه دلایل بروز آن مانند پایین بودن سواد رسانه‌ای خانواده‌ها، بی‌توجهی نظام آموزشی به تربیت افراد و نحوه ارتباط بین فرزندان و والدین در کشورمان اصلاح و بهبود پیدا نکند، عواقب جبران‌ناپذیری را به جامعه تحمیل می‌کند.

اعضای خانواده با یکدیگر قهرند، حرف یکدیگر را نمی‌فهمند یا اصلاً بلد نیستند چگونه با یکدیگر گفت و گو کنند، اینها بخشی از واقعیت‌های جامعه است که بسیاری از مشاوران خانواده نیز درستی آن را تأیید می‌کنند؛ زیرا بخش قابل توجهی از مراجعان آنها با چنین مشکلاتی دست و پنجه نرم می‌کنند. این موضوع بار دیگر با سخنرانی دکتر محمود گودرزی، وزیر ورزش و جوانان سر زبان‌ها افتاد، او که در نخستین کنفرانس ملی اوقات فراغت حرف می‌زد، هشدار داد که گفت و گو میان فرزندان و دیگر اعضای خانواده بر اساس آخرین پژوهش‌های انجام شده در کشورمان به 25 دقیقه رسیده است. در این بین کارشناسان دلایل متفاوتی را برای کاهش ارتباط بین اعضای خانواده مطرح می‌کنند، دلایلی مانند پایین بودن سواد رسانه‌ای، نداشتن مهارت برقراری ارتباط موثر و به کارنگرفتن شیوه درست تربیتی از سوی والدین و اولیای مدارس.

خانواده‌ها آب می‌رود

کوچک شدن خانواده‌ها در کنار عوامل دیگری مانند استفاده نادرست از فضای مجازی از دلایل کاهش گفت و گو بین اعضای خانواده است که به نظر دکتر مجید صفاری‌نیا، روان‌شناس اجتماعی در این بین بسیار تأثیر گذار است. او با بیان این‌که جامعه به سمت فردگرایی پیش می‌رود، تصریح می‌کند: خانواده محدود و کوچک شده و بسیاری از زوجها تمایل به داشتن یک فرزند دارند و مشکلات اقتصادی نیز سبب شده مانند گذشته روابط خویشاوندی برقرار نباشد. در واقع انسان از طریق رفت و آمد با خویشاوندان می‌تواند بخشی از نیاز به شادابی‌اش را جبران کند، اما در سال‌های اخیر با کاهش چنین روابطی انسان‌ها غمگین و تنها شده‌اند. این درحالی است که کوچک شدن خانواده‌ها و کاهش روابط خویشاوندی به‌تنهایی انسان دامن می‌زند و در چنین شرایطی احساس غمگینی بر انسان چیره گشته و سبب کاهش عزت نفس فرد می‌شود. صفاری‌نیا معتقد است پایین آمدن عزت نفس انسان سبب می‌شود او دیگر نتواند با اطرافیان ارتباط موثری برقرار کند.

مرگ رابطه در خانواده

برخی از کارشناسان نسبت به کاهش گفت و گو بین اعضای خانواده نگرانی بیشتری دارند، در واقع آنها معتقدند موضوع فراتر از کاهش گفت و گو است، چرا که مساله اصلی در خانواده ارتباط است و با از بین رفتن آن باید خانواده را از دست رفته دانست. مهدی حاج اسماعیلی، روان‌شناس و مشاور خانواده چنین نظری دارد. او در گفت و گو با جامجم به این نکته اشاره می‌کند که بسیاری از مراجعان او به دلیل ناتوانی در برقراری ارتباط با یکدیگر دچار مشکل شده‌اند، چون نحوه گفت و گو با یکدیگر را فرا نگرفته‌اند.

او در کنار استفاده نادرست از فضای مجازی، ناآگاهی والدین و ضعف در سیستم آموزشی کشور را از دلایل عمده کاهش سطح گفت و گو بین اعضای خانواده می‌داند. آن‌طور که حاج اسماعیلی توضیح می‌دهد این روزها بیشتر والدین زمان مطلوب یا وقت کیفی برای بودن با فرزندان خود نمی‌گذارند و بیشتر ترجیح می‌دهند برای آنها وقت کمی بگذارند، یعنی با کسب درآمد بیشتر برای آنها شرایط مناسبی مانند مدرسه خوب یا وسایل با کیفیت تهیه کنند. اما در چنین شرایطی روابط انسانی کمرنگ می‌شود، چون اعضای خانواده از یکدیگر فاصله می‌گیرند.

تصویر رایج، اما خطرناک

نظام آموزشی کشور آن‌طور که باید مهارت‌های زندگی را به افراد نمی‌آموزد یعنی در مدارس افراد یاد نمی‌گیرند چگونه با دیگران رابطه مناسبی برقرار کنند، اما این ضعف شامل حال والدین نیز می‌شود؛ چون آنها نیز بدرستی نحوه تعامل با دیگران و حتی فرزندان خود را فرا نگرفته‌اند به همین دلیل این رفتار حکم دیواری کج را پیدا می‌کند که تا ثریا کشیده می‌شود.

حاج اسماعیلی معتقد است والدین با رفتار اشتباه با فرزندان‌شان سبب دور شدن آنها از خانواده می‌شوند، او در این باره تصریح می‌کند: هنوز بسیاری از افراد تصور می‌کنند شخص را می‌توانند کنترل کرده و تغییر بدهند، اما والدین با کنترل بیرونی فرزندان‌شان سبب آسیب دیدن آنها می‌شوند؛ چون آنها را از خانواده دور می‌کنند. به گفته او، وقتی والدین دست به کنترل بیرونی می‌زنند، رابطه شان با فرزندان تخریب می‌شود، چون رشته اعتماد بین آنها گسسته شده و از یکدیگر فاصله می‌گیرند.

اما وقتی فرزند از والدینش فاصله می‌گیرد برای برآورده کردن نیازهای اصلی‌اش مانند عشق و تعلق خاطر با مشکل بیشتری مواجه و در نتیجه شکننده‌تر می‌شود.

حاج اسماعیلی یادآور می‌شود: به این ترتیب ارتباطات بین فرزند و والدین به پایین‌ترین سطح می‌رسد و گرفتار آسیب‌هایی مانند اضطراب، پرخاشگری، افت تحصیلی و اعتیاد می‌شود.

معجزه، کنترل درونی

والدین برای ایجاد رابطه بهتر با فرزندان و بالا بردن سطح گفت‌وگو با یکدیگر باید از کنترل بیرونی دست کشیده و به سمت کنترل درونی بروند تا رابطه موثری با یکدیگر برقرار کنند. حاج اسماعیلی درباره کنترل درونی این‌طور توضیح می‌دهد: والدین باید یاد بگیرند به جای قهر کردن، سکوت کنند تا هیجانشان کاهش یافته و با منطق حرف بزنند. آنها باید بیاموزند که به جای نصیحت کردن باید با یکدیگر گفت‌وگو کنند.

علاوه بر این خانواده با پذیرش و همدلی می‌تواند بسیاری از مشکلات را پشت سر گذاشته و ارتباط مناسبی بین اعضای خود ایجاد کنند. به اعتقاد کارشناسان، اعضای خانواده باید به سمتی بروند که هنگام مواجهه با مشکلات طرح سوال کنند و پرسشگری سقراطی را مد نظر داشته باشند یعنی پرسش‌هایی را که سبب ایجاد همراهی بین طرفین می‌شود، مطرح کنند.

با توجه به اظهار نظرهای کارشناسان می‌توان نتیجه گرفت اعضای خانواده هر روز از یکدیگر دور می‌شوند چون در برابر تهدیدهایی که روی زندگی آنها سایه انداخته ایمن نشده‌اند؛ به بیان دیگر مهارت آموزی به خانواده‌ها در کشورمان هنوز از مقام شعار فراتر نرفته به همین دلیل بسیاری هنوز راه و رسم گفت‌وگو کردن را نمی‌دانند یا کم نیستند خانواده‌هایی که نمی‌دانند در برابر تهدید و فرصت‌های فضای مجازی که مجال دور هم بودن را از آنها گرفته، چه واکنشی از خود نشان دهند.

دلایل عمده کاهش گفت‌وگو در خانواده‌های ایرانی
مهدی آیینی
جامعه