

## با کودکان در مورد طلاق، منصفانه صحبت کنید



خانواده محل اولیه تکوین شخصیت کودک و زمینه‌ساز تحول و تکامل بعدی او است. خانواده تمام دنیای کودک است، هیچ‌کس به اندازه افرادی که کودک واقعا به آنها احساس تعلق دارد برای او قدرتمند، عالی یا حقیقی نیستند. از این حیث، حضور مستمر هر دو والد در خانواده و مشارکت فعالانه آنها در قبول مسئولیت‌های معین و فراهم نمودن شرایط جهت رشد و پرورش کودک بسیار حائز اهمیت است.

\* نیلوفر سعادت‌تی: خانواده محل اولیه تکوین شخصیت کودک و زمینه‌ساز تحول و تکامل بعدی او است. خانواده تمام دنیای کودک است، هیچ‌کس به اندازه افرادی که کودک واقعا به آنها احساس تعلق دارد برای او قدرتمند، عالی یا حقیقی نیستند. از این حیث، حضور مستمر هر دو والد در خانواده و مشارکت فعالانه آنها در قبول مسئولیت‌های معین و فراهم نمودن شرایط جهت رشد و پرورش کودک بسیار حائز اهمیت است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه وقایع اتفاقیه، اگر حضور یکی از والدین در اثر طلاق، مرگ و... در خانواده قطع شود، آثار بسیار زیانبار و عمیقی بر ذهن و روان کودکان باقی می‌گذارد.

چه آسیب‌هایی بچه‌های طلاق را تهدید می‌کند؟

ارتباط عاطفی والد- کودک در مراحل اولیه زندگی اثر اجتناب‌ناپذیری دارد، به نحوی که بسیاری از اختلالات دوران بزرگسالی ریشه در دوران کودکی دارند؛ لذا هرگونه اتفاق منفی از قبیل غفلت مکرر از کودک، طرد واقعی، خشونت فیزیکی و... می‌تواند آثار غیر&zwjz غیر&zwjz قابل جبرانی ایجاد نماید. بزرگ‌ترین ترس کودکان از این است وقتی که به محبت پدر و مادر نیاز دارند، والدین آنها را ترک کنند و تنها بگذارند. طلاق همه اعضای خانواده را دچار اضطراب می‌کند و برای فرزندان ناگوارتر است.

وقتی موقعیت کودک به خطر بیفتد، او دچار ترس و اضطراب می‌شود چون موقعیت ثابتی ندارد. والدی که درگیر طلاق شده است، خواسته یا ناخواسته زمینه‌ساز اختلالات اضطرابی را در دختران و پسران ایجاد می‌کند چون خودش در موقعیتی قرار می‌گیرد که نمی‌تواند تصمیم بگیرد و این ناتوانی در تصمیم‌گیری عینا به فرزندان منتقل می‌شود. باید در نظر داشته باشیم که یادگیری مشاهده‌ای است. وقتی فرزند موقعیت ثابتی نداشته و امنیت و شرایط زندگی‌اش به خطر افتاده باشد، عصیان‌گری را یاد می‌گیرد.

رابطه آسیب‌های ناشی از طلاق والدین با جنسیت و سن فرزندان مطالعات نشان می‌دهند واکنش پسران در برابر طلاق والدین شدیدتر و عمیق‌تر از دختران است؛ شاید به این دلیل که در دختران قابلیت انعطاف‌پذیری بیشتر و سازگاری بیشتری نسبت به پسران وجود دارد. پسران پس از طلاق والدین به&zwjz لحاظ تحصیلی و هویت جنسی و همچنین واکنش‌های روانی، واکنش‌های مراتب شدیدتری را نسبت به دختران نشان می‌دهد. احساس غم و افسردگی در پسران جای خود را به احساس پرخاشگری و خشونت می‌دهد و بیشتر جلوه‌های اجتماعی پیدا می‌کنند. پس در نتیجه، اثرهای طلاق بر جنسیت و مرحله رشدی کودک به&zwjz لحاظ سنی تأثیر دارد به نحوی که هر چقدر میزان رشد سنی کودک کمتر باشد، اثرات منفی بیشتری از خود بر جای می‌گذارد. کودکان در مرحله پیش‌دبستانی نسبت به کودکان سنین مدرسه و پس از آن، بیشتر از طلاق والدین آسیب می‌بینند؛ البته متغیرهایی از قبیل میزان حمایت اجتماعی از کودک، حمایت عاطفی والدین از کودک و... در میزان عوارض پس از طلاق نقش دارند. تحقیقات نشان می‌دهد پسرانی که به دور از پدر خود زندگی می‌کنند، هویت مردانه آنان، شجاعت، رفتار مردانه‌شان نسبت به کودکان پسری که با هر دو والد زندگی می‌کنند، کمتر بوده است.

نمود آثار و نتایج طلاق در فرزندان

حسادت، سوءظن و سماجت، وحشت از زندگی، بدبینی به پدر و مادر، کمبودهای عاطفی، بلاتکلیفی، ترس از طردشدگی و تنها ماندن، احساس گناه، غم و اندوه و درنهایت افسردگی، ایجاد زمینه‌های از اضطراب، پرخاشگری و از کوره در رفتن که در زیر برخی از آنها شرح داده می‌شود:

ترس از طردشدگی و تنها ماندن: کودکان طلاق ممکن است احساس تنهایی کنند و دلشان برای والدینی که از آنها جدا شده‌اند، تنگ شود. معمولاً والدینی که در کنار کودکان می‌مانند، آن‌قدر گرفتار مشکلات خود هستند که به فرزندشان نمی‌رسند. پس از طلاق کودک متوجه می‌شود که یکی از والدین دیگر در خانه نیست و از این می‌ترسد که دیگری نیز ناپدید شود و او را تنها بگذارد. کودکان طلاق ممکن است احساس طردشدگی کنند. یادمان باشد کودکان خود را در مرکز جهان می‌دانند و بنابراین هر اتفاقی که روی دهد به نحوی به آنها مربوط می‌شود.

احساس گناه: کودکان ممکن است به این نتیجه برسند که در طلاق والدین، مقصر هستند و به خاطر حرفی که زده‌اند یا کاری که انجام داده‌اند این اتفاق روی داده است و بنابراین احساس گناه و شرمندگی می‌کنند. حتی نوجوانان پرخاشگر نیز ممکن است به این باور برسند که رفتار آنها در طلاق والدین نقش داشته است.

غم و اندوه و در نهایت افسردگی: افسردگی از تأثیرات مستقیم طلاق محسوب می‌شود و در واقع یک تأثیر ثانوی است که به دنبال اندوه، احساس تنهایی و طردشدگی به وجود می‌آید. افسردگی نشانه آن است که کودکان حمایت کافی برای رویارویی با مسئله طلاق دریافت نکرده‌اند. بروز افسردگی در کودکان و نوجوانان، از دیگر موارد شایع پس از وقوع طلاق والدین است. این کودکان احساس لذت کمتری نسبت به زندگی داشته و درک کمتری از زندگی روزمره خود دارند. این افسردگی خود را به شکل خستگی و بی‌اشتهایی نشان می‌دهد یا حسادت و سوءظن نسبت به همسالان خود! از سوی دیگر، پس از طلاق، کودکان و نوجوانان دچار نابسامانی و دربه‌درب‌درب می‌شوند زیرا مجبورند گاهی نزد پدر باشند و گاه نزد مادر. حتی گاه شبیه به یک عروسک نزد افراد مختلف اقوام حضور داشته باشند و این جابه‌جایی‌های مداوم، آزاردهنده است و سبب می‌شود کودک نتواند به ثبات تربیتی و فرهنگی دست یابد و احساس امنیت و هویت کند. کودکان طلاق به شدت احساس اندوه و استیصال می‌کنند و اعتقاد دارند که دیگر عضوی از یک خانواده نیستند. در واقع، احساس کودکان طلاق مشابه احساس کودکانی است که والدین خود را بر اثر بیماری یا تصادف از دست داده‌اند.

به وجود آوردن زمینه‌های اضطراب: در نوجوانان حالتی شبیه به احساس ترس، نگرانی و تشویش به وجود می‌آید. در این بیماری، علائم بیم از آینده در رفتار نوجوانان مشهود است. نوجوان با توجه به سستی مبانی خانواده از تفکر در مورد برنامه‌ریزی مدون برای حرکت‌های دسته‌جمعی و گروهی وحشت دارد. کودکان طلاق ممکن است احساس اضطراب کنند و خود را تحت فشار ببینند؛ به عنوان مثال احتمال دارد آنها وظایف بیشتری را در خانه برعهده بگیرند. طلاق با خود حس عدم امنیت را در کودکان می‌پروراند. پس از طلاق، برخی از بچه‌ها از حس عمیق ناتوانی رنج می‌برند. بچه‌های کوچک‌تر گاه فکر می‌کنند که والدین در فکر ترک آنها هستند و این حس ناامنی آنها را تشدید می‌کند. درگیری والدین نیز استرس و اضطراب بچه‌ها را شدت می‌بخشد. امکان دارد که عوارض فیزیکی از جمله سردرد، درد معده و ... در کودکان نمایان شود.

پرخاشگری و از کوره در رفتن: پرخاشگری نتیجه محرومیت‌های مداوم از مهر و محبت پدری است. در این نوع بیماری چون فرزندان امکان مذاکره حضوری و مستقیم و متقابل با پدر و مادر خود را نمی‌یابند و از طرفی سؤال‌های خود را بی‌جواب می‌بینند، روحیه عصیان و پرخاشگری در او به وجود می‌آید. رفتارهای پرخاشگرانه در اعمال و گفتار نوجوانانی که خانواده‌های آنان از همدیگر جدا شده‌اند، کاملاً مشهود است. خشم احساسی متداول در میان کودکان طلاق است که در اثر عدم درک یا پذیرش این مسئله روی می‌دهد. کودکان گاهی خشم خود را نشان نمی‌دهند. خشم کودکان زمانی رواج پیدا می‌کند که دلایل طلاق روشن نباشد. در این مواقع، کودکان به خاطر آنچه از نظر آنها غیرضروری است از والدین خود می‌رنجند. در پسرها بیشترین واکنش رفتاری پرخاشگری و احساس خشم وجود دارد. در آنها پس از طلاق والدین، نوعی تعارض پدیدار می‌شود به این معنا که از یک سو از نبود پدر احساس دل‌تنگی می‌کنند و از سوی دیگر، زمانی که از جانب پدر جهت ملاقات با او درخواستی صورت می‌پذیرد، آنها از برآورده کردن این درخواست ممکن است، اجتناب کنند، در چنین شرایطی است که فرد دچار تعارض رفتاری می‌شود زیرا نسبت به پدر خود احساس ناامنی خواهند داشت. این رفتار در دختران بیشتر به شکل نشان‌دادن رفتارهای بزرگ‌تر از سن خود و مراقبت بیش از حد در رفتار خود و نوعی

کمال‌طلبی منفی این حس خودش را نشان می‌دهد. دختران طلاق متناسب با سن تقویمی خود، ممکن است رفتار نکنند این مسئله سبب می‌شود نتوانند شادابی و نشاط متناسب با سن خود را داشته باشند.

راهکار چیست؟

اول از همه توجه داشته باشید که این تأثیرات تا چه حد ناشی از طرز تفکر فرزند شما در مورد خودش، والدین و طلاق است. به همین دلیل شما باید با کودکان در مورد طلاق حرف بزنید و از میزان تأثیرات منفی آن بکاهید. پدر و مادر چنین فرزندی لازم است که حقیقت طلاق را به شکل منصفانه و درست برای فرزندان خود توضیح دهند تا فرزندان دچار اضطراب و احساس گناه و مقصر بودن در این ارتباط نشوند. همچنین والدین باید در چنین شرایطی به فرزندان خود اطمینان بدهند که این اتفاق هرگز منجر به ترک و طرد فرزندان نخواهد شد. همچنین والدین هرگز نباید از فرزند خود به عنوان اهرم فشار یا ابزاری برای انتقام‌گیری از طرف مقابل خود بهره ببرند. برخی از والدین متأسفانه شروع به تخریب شخصیت و چهره والدی می‌کنند که فرزند دیگر با او زندگی نمی‌کند.

درد دل کردن‌های منفی با فرزند و مقصر جلوه دادن والدی که دیگر با فرزند زندگی نمی‌کند، اقدامی غلط است که در رشد شخصیت و هویت فرزندان، آثار سوئی خواهد گذاشت و فرزند را تا ابد دچار احساس فقدان پدر و مادر به صورت فیزیکی بلکه به صورت ذهنی و عاطفی می‌کند. این امر بدبینی شدید را در فرزند نسبت به والد مقابل یا حتی هر دو والد ایجاد می‌کند. والدین باید در این شرایط به فرزندان اطمینان بدهند که اگرچه ما بنا به دلایلی از یکدیگر جدا شده‌ایم و دیگر با هم زندگی نمی‌کنیم اما هر دوی ما برای همیشه پدر و مادر تو محسوب می‌شویم و در امر تربیت و حمایت از تو با یکدیگر همکاری خواهیم داشت و در زمینه والد بودن چیزی برای فرزند خود کم نخواهیم گذاشت. این‌گونه برخورد در فرزند، احساس امنیت ایجاد خواهد کرد و تنها در چنین شرایطی است که می‌توان از این نوع جدایی با عنوان یک طلاق موفق یاد کرد؛ طلاق که شاید به نابسامانی در یک زندگی پایان داده و از طرفی رفاه مادی، معنوی و روانی بیشتری برای فرزندان فراهم کرده است. خانواده‌های طرفین هم نباید به بدگویی و ایجاد ذهنیت منفی نسبت به والد مقابل پردازند. حمایت‌های افراطی از فرزندان طلاق هم می‌تواند آثار سوء بر جا گذارد. اینکه پس از طلاق برخی از والدین سعی می‌کنند همه خواسته‌های فرزندان خود را برآورده کنند، سبب کاهش آستانه تحمل فرزندان در برابر ناکامی‌ها شود که باید مراقب این رفتار نیز بود؛ البته وقتی پای نامادری و ناپدری به میان می‌آید تحول و پیچیدگی خاصی در زندگی کودکان و نوجوانان به وجود می‌آید. آشنایی کودک و نوجوان با بستگان جدید، خواهرها، برادرها، دایی‌ها و عموهای ناتنی گرچه گسترده‌ای از دنیای تازه و متفاوت به وجود می‌آورد ولی اغلب فرزندان در جوار ناپدری و نامادری احساس خوشبختی و شادمانی نمی‌کنند. گرچه ممکن است زن یا شوهر با همسر جدید خود کاملاً خوشبخت باشد.

در ایران بیشتر بچه‌های فراری و نوجوانان ساکن در کانون اصلاح و تربیت را قربانیان طلاق تشکیل می‌دهند. اکثر قربانیان طلاق که همان کودکان و نوجوانان هستند به مادران خود بیشتر نزدیک هستند تا پدر زیرا پدر جدا شده از مادر با بچه‌های خود بیشتر مثل یک خویشاوند رفتار می‌کند تا فرزند، حال آنکه مادر هرگز از کودکش فاصله نمی‌گیرد و مهر، محبت و احساس مادری را زیر پا نمی‌گذارد. اجبار و الزام به طلاق را در موارد و شرایط خاصی از زندگی مشترک باید پذیرا بود. براساس قوانین اجتماع، احترام به آزادی‌های فردی ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است ولی قبل از هر جدایی به میوه‌های نارس درخت زندگی بیندیشیم، نگذاریم ناهنجاری‌های جامعه آنها را مسموم کند. تعجیل در داشتن فرزند در سال‌های اولیه، خطر زندگی مشترک (سال‌های اول و دوم اصولاً سال‌های خطر برای زوج‌ها؛ جوانی به شمار می‌آید؛ رود) که ظاهراً برای تحکیم مبانی خانوادگی انجام می‌پذیرد، کاری است که باید با تعمق صورت بگیرد زیرا در صورتی که به علل مختلف یادشده بین زوجین جدایی روی دهد نخستین قربانیان، فرزندان خواهند بود که از نفاق و تفرقه زوجین به جای مانده‌اند. پس بیاییم عاقلانه بیندیشیم تا ازدواج با بصیرت و بررسی صورت پذیرد.

بهتر است برای ساماندهی به وضعیت زندگی کودکان و نوجوانان تک‌سرپرست که ناگزیرند زیر نظر پدر یا مادر خود زندگی کنند، واحدهای مشاوره و روان‌شناسی ویژه طلاق؛ تشکیل شود تا قبل از صدور حکم پدران و مادران را در اعمال و رفتاری که باید بعد از طلاق با فرزندان خود داشته باشند توجیه کنند. به پدران و مادران باید آموزش داده شود که از بدگویی و بازگویی عیوب و نقایص یکدیگر پیش فرزندان خود (بعد از اجرای حکم طلاق) احتراز نموده و مظلوم‌نمایی نکنند چون فرزند باید واقعیت جدایی پدر و مادر را به‌عنوان یک الزام و ضرورت زندگی پذیرا باشد و جایگاه حرمت متقابل پدر و مادر را حفظ کند. تداوم ارتباط و تماس یک روان‌شناس و مشاوره ویژه

طلاق با خانواده فرزندان تک‌زن‌ها؛ سرپرست برای بررسی و حل مشکلات روانی- اجتماعی در سال‌ها بعد از طلاق ضرورت دیگری است که از معضلات و نارسایی‌ها احتمالی کودکان و نوجوانان جلوگیری می‌کند.

\* مشاور