

چرا طلاق در جامعه ایرانی زیاد شده است؟

آمارهای طلاق این روزها بسیاری را نگران کرده و همه به دنبال راه‌حلی برای این مشکل هستند. برای حل این مشکل بزرگ راه‌های ساده‌ای وجود دارد که به دلیل مشغله زیاد، زندگی ماشینی، دوری بیش از حد اعضای خانواده از یکدیگر، خستگی ناشی از کار چند شیفته زن و مرد، تغییر سبک زندگی و خیلی از عوامل دیگر این راه‌حل‌های ساده به دست فراموشی سپرده شده‌اند.



سلامت نیوز : آمارهای طلاق این روزها بسیاری را نگران کرده و همه به دنبال راه‌حلی برای این مشکل هستند. برای حل این مشکل بزرگ راه‌های ساده‌ای وجود دارد که به دلیل مشغله زیاد، زندگی ماشینی، دوری بیش از حد اعضای خانواده از یکدیگر، خستگی ناشی از کار چند شیفته زن و مرد، تغییر سبک زندگی و خیلی از عوامل دیگر این راه‌حل‌های ساده به دست فراموشی سپرده شده‌اند.

روانشناس و مشاور خانواده در این مورد با اشاره به اینکه ازدواج نادرست مهم‌ترین عامل طلاق است، به تهران امروز می‌گوید: ازدواج یک رابطه قانونی، عرفی و مذهبی است که مرد و زن را برای شرکت دائم در زندگی بهم پیوند می‌دهد. از آنجایی که می‌دانیم احساس بی‌کسی و تنهایی رنج آورترین احساس‌هاست و زن و مرد پیش از ازدواج هر دو از این احساس جان‌فرسا رنج می‌برند اما خدای متعال، با توجه به نوع خلقت خود و شناختی که از انسان دارد در وجودش جذبه و کششی نسبت به هم قرار داده است تا با هم به آرامش برسند و از این تنهایی فرساینده و این رنج سوزنده و کدورت فزاینده به درآیند و با صفا و سلامت در کنار هم زندگی کنند.

ازدواج‌های عاقلانه و درست

دکتر تقی ابوطالبی‌احمدی در ادامه می‌افزاید: آنگونه که خداوند در سوره روم آیه 21 می‌فرماید: «از نشانه‌های او اینکه همسرانی از جنس خودتان برای شما آفریده است تا در کنار آنان آرامش یابید و در میان شما مودت و رحمت قرار داد. در این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند.» در جای خود می‌توان گفت که خانواده نخستین نهاد اجتماعی است که در طول تاریخ همواره از جایگاه خاصی برخوردار بوده است. زن و مرد در چارچوب نهاد خانواده حقوق و تکالیف متقابلی دارند که نادیده گرفتن هر یک از آنها، به فروپاشی این نهاد مقدس منجر می‌شود. در اهمیت ازدواج به فرموده پیامبر اسلام باید گفت که در 4 موقع عنایت و رحمت خدا بیشتر متوجه بندگان می‌شود؛ یکی به وقت باریدن باران، دوم به هنگام نظر کردن فرزند به صورت پدر از باب مهر و محبت، سوم در آن زمانی که در خانه کعبه باز می‌شود و چهارم آن وقتی که عهد ازدواج بین زن و مرد بسته می‌شود. پس می‌توان گفت ازدواج در جای خود قراردادی مقدس است و انسان نیز باید در قبال این قرارداد هدفی مقدس و پاک داشته باشد. زن و مرد در مسئله ازدواج باید خود را آماده ورود به یک کارزار سنگین و دشوار کنند که در صورت موفقیت در این مسیر به سلامت روان خود و اطرافیان نزدیک (پدر و مادر) و در آینده (فرزندان) کمک قابل‌توجهی خواهند شد.

به گفته او، تحقیقات نشان می‌دهد افرادی که ازدواج می‌کنند و روابط سالم زن و شوهری را در زندگی خود برقرار می‌کنند، از سلامت روانی بالایی برخوردارند. از طرف دیگر اگر ازدواج به اشتباه صورت گیرد و به اصول اولیه و ضروری آن توجه نشود این پیوند زمینه بسیاری از مشکلات و در نهایت عاملی برای تهدید بهداشت و سلامت روان انسان به حساب می‌آید. لذا انتخاب همسر از مهم‌ترین تصمیمات زندگی هر فردی است زیرا آینده فرد را رقم می‌زند. بنابراین جوان می‌بایستی براساس معیارهای اصولی و منطقی همسر خود را انتخاب و آنگاه به پیوند زناشویی اقدام کند. ایمان، اخلاق نیکو و روان سالم از جمله فاکتورهایی است که در کنار ویژگی‌های ظاهری، سنی، تحصیلی، فرهنگی، تربیتی و اعتقادی باید به آن توجه شود. عضو هیات علمی دانشگاه فرهنگیان در ادامه می‌افزاید: زن و مرد در هنگام ازدواج باید نقشه راه داشته باشند. آنها باید بدانند که داشتن هدف در زندگی تکاملی و رعایت اصول آن در مسیر زندگی موجب رسیدن به مقصد به شیوه دلخواه و معقول می‌شوند.

اگر مسیر خانواده را به پرواز هواپیما تشبیه کنیم قبل از پرواز خلبان یک برنامه پرواز در اختیار دارد و به درستی می‌داند که مقصد کجاست و طبق برنامه سفر را شروع می‌کند ولی در طول مسیر پرواز ممکن است با مشکلاتی مانند باد، باران، توفان،

ترافیک‌های هوایی، خطاهای بشری و دیگر عوامل روبه‌رو شوند و آنها هواپیما را کمی از مسیر منحرف سازند. بدین‌ترتیب در آغاز سفر خلبان باید نسبت به عوامل تهدیدکننده پیش‌بینی‌های لازم را داشته باشد. تا اینکه بتواند در مواقع بروز خطر با درایت عمل خود هواپیما را به سلامت به زمین بنشاند. اولین شرط رفاه و آرامش دو نفر به عنوان زن و مرد در زندگی و در محیط خانه دوست بودن است. باور داریم که زن و مرد در ابتدا باید دوست صمیمی بوده و بعد خود را به عنوان همسر بدانند. دوستی مقدم بر همسر بودن انعطاف لازم را در ایفای نقش موجب می‌شود و آنها مورد عشق واقعی یکدیگر واقع می‌شوند.

وضعیت کودکان طلاق

دکتر ابوطالبی‌احمدی با اشاره ظلم به کودکان طلاق می‌گوید: محقق نامدار در بحث خانواده درمانی (خانم ویرجینیا ستیر) نویسنده کتاب معروف «آدم می‌سازی» می‌گوید: کسانی که با هم ازدواج می‌کنند در کمتر از دو سال به سه گروه تقسیم می‌شوند یا طلاق می‌گیرند، یا در آشفتگی و نابسامانی به سر می‌برند یا با خرسندی و شادکامی به واسطه حل مسائل زندگی به رشد و بالندگی خود ادامه می‌دهند.

بنابراین انتخاب صحیح همسر و شناسایی عوامل تهدیدکننده زندگی مشترک به کمک بزرگ‌ترها (خانواده دختر و پسر) در اوایل زندگی مشترک موجب شناخت بیشتر نسبت به همدیگر و تقویت و استحکام بنیان خانواده می‌شود. طلاق رویدادی بس ناگوار و آسیب‌رسان است و آن به گردابی می‌ماند که همه اعضای خانواده به‌ویژه کودکان و زنان را به کام خود می‌کشاند. حقیقت این است که بیشتر افراد پس از طلاق احساس رنج و عذابی فراوان می‌کنند و به صورت آشفته احساس تنهایی، فقدان هویت، اضطراب، احساس شکست، افسردگی، آزرده‌گی یا احساس گناه می‌کنند. طلاق نقطه پایان خانواده از نظر شرعی و قانونی است.

طلاق رویداد خطرناکی است که برای افراد دیگر اعم از والدین و کودکان، بحران‌زا خواهد بود. در میان تلخی و آشفتگی جدایی والدین، کودکان آسیب‌پذیرترین اعضای خانواده خواهند بود. لذا از نظر کودکان فرآیند طلاق شبیه زمین‌لرزه‌ای است که به‌طور ناگهانی بر زندگی وارد شده و آنها را نابود خواهد کرد. طلاق هرگز به آسانی اتفاق نمی‌افتد و با درگیری‌های عاطفی همراه است. کودک طلاق حفظ اعتماد و وفاداری به خانواده را از دست می‌دهد و با موقعیت جدید توان سازگاری ندارد و اغلب دچار وسواس و حواس پرتی می‌شود. طلاق تعادل عاطفی کودک را برهم می‌زند و از ارضای نیازهای عاطفی جلوگیری می‌کند و در مدت زمان کوتاه ممکن است دچار اختلالات رفتاری و تحصیلی شود.

آثار بعد از طلاق زن و مرد

این مشاور خانواده با اشاره به اینکه زن و مرد بعد از طلاق نیز دچار استرس شده و معضلات طلاق از بین نمی‌رود می‌گوید: نگرانی بر عهده گرفتن آینده اقتصادی خود و فرزندان، غمگین بودن درخصوص بهم خوردن کانون خانواده، عصبانی بودن از اداره همزمان شغل و خانه، رنج‌دیدگی به سبب از دست دادن موقعیت شغلی سابق، تنفر از همسر سابق، برآشفتگی در موقعیت جدید، هراس از اشتباه مشابه در روابط دیگری، این احساسات ناخوشایند و دردآور در طلاق وجود دارد و زمینه استرس و اضطراب انسان را به همراه خواهد داشت. بر اساس این رویکرد روانشناس مشهور به نام هانس سلیه، طلاق از جمله عوامل پراسترس زندگی انسان است که دامن گیر زندگی می‌شود.

توصیه‌های کاربردی در جلوگیری از طلاق

دکتر ابوطالبی‌احمدی با تاکید بر اینکه چند راهکار بسیار ساده و آسان قبل و بعد از ازدواج می‌تواند خانواده را از رسیدن به ورطه طلاق نجات دهد ادامه می‌دهد: آگاهی از تفاوت‌های فردی یکدیگر، بررسی‌های دقیق، ظریف و همه جانبه قبل از ازدواج، مشاوره‌های قبل از ازدواج، آگاهی از تفاوت‌های فردی و تیپ شخصیتی یکدیگر، گرفتن مشاوره و کمک از تجربیات پدر و مادر و ریش سفیدها، در نظر گرفتن تفاوت‌های خانواده، فرهنگی، اقتصادی، تحصیلی، میزان درآمد، شناخت روحیات و انتظارات یکدیگر قبل از ازدواج ضروری به نظر می‌رسد. همچنین بعد از ازدواج پذیرفتن همسر در همه حالات، پذیرش واقعی از یکدیگر با درک احساسات، باور همسر خود و توانا دیدن او در حل مشکلات و مدیریت برنامه‌های خوب، انعطاف لازم در مواقع انتقاد نسبت به همدیگر، احترام به خلوت ذهن همسر خود، توجه به نکات مثبت رفتار و شخصیت یکدیگر در هنگام انتقاد، نشان دادن پشتیبانی و یاری خود از همسر، مهیا نکردن صحنه مشاجره و دامن زدن به آن، ارزش قائل بودن برای ابراز احساسات همسر، مهرورزی صادقانه، استفاده از کلماتی چون ببخشید، متاسفم و... که بار عاطفی بیشتری در زندگی مشترک دارند، گفتن و نشان دادن عشق، محبت و وابستگی عاطفی خود به همسر، مورد سرزنش و سوال قرار ندادن همسر هنگام اشتباه یا خطا، قدردانی به مناسبت‌های مختلف از همسر و مهم‌تر از همه این موارد نگاه با عشق به چهره همسر و گوش دادن به حرف‌هایش.

بیشتر: سلامت نیوز (تندرستی): خانواده: چرا طلاق در جامعه ایرانی زیاد شده است؟:::