



## والدین به فرزندان خود پس از طلاق، حس امنیت را منتقل کنند

یک روانشناس مسائل اجتماعی، با تأکید بر ضرورت انتقال حس امنیت به فرزندان طلاق، تصریح کرد: والدین به فرزندان خود پس از طلاق، حس امنیت را منتقل کنند.

یک روانشناس مسائل اجتماعی، با تأکید بر ضرورت انتقال حس امنیت به فرزندان طلاق، تصریح کرد: والدین به فرزندان خود پس از طلاق، حس امنیت را منتقل کنند.

دکتر جاوید ثمودی در گفت‌وگو با خبرنگار خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، منطقه قم، درباره چگونگی رفتار با کودکان طلاق گفت: فرزندان و خصوصاً پسران برای مدتی پرخاشگر و عصیانگر جلوه کنند اما اگر والدین رابطه عاطفی خود را با آنها حفظ کرده و حس امنیت را به آنان انتقال دهند این رفتارها شکل منطقی‌تر و معقول‌تری به خود خواهد گرفت. این روانشناس کودک افزود: واکنش فرزندان معمولاً با یکدیگر متفاوت است و امکان دارد برخی از فرزندان سکوت اختیار کنند و بعضی از آنها به عکس‌العمل‌های شدید رفتاری دچار شوند.

والدین با مدیریت احساسات اجازه بدهند فرزندان با بحران طلاق کنار بیایند و همراهی با کودکان برای کنار آمدن با این رویداد بزرگ را ضروری خواند و تصریح کرد: اگرچه پس از طلاق مساله مدیریت احساسات برای زوجین درگیر به قدر کفایت چالش‌انگیز است اما با این وجود والدین حتماً باید در کنار مدیریت احساسات، به دنبال راهی باشند که به فرزندان خود کمک کنند تا این اتفاق که زندگی‌شان را تغییر داده است به خوبی کنار بیایند. ثمودی، توجه به آسیب‌پذیری فرزندان طلاق را مورد تأکید قرار داد و اظهار داشت: فرزندان طلاق به دلیل زندگی در یک فضای پر تشویش و التهاب که حاصل اختلافات والدین قبل از جدایی، در هنگام جدایی و حتی پس از جدایی است همیشه آسیب‌پذیری بیشتری دارند.

این روانشناس اجتماعی یادآور شد: این آسیب‌ها در سنین مختلف متفاوتند، بدین معنا که ضربه عاطفی‌ای که یک کودک دو ساله از جدایی والدین خود متحمل می‌شود با اضطرابی که برادر نوجوانش حس می‌کند هم در شکل ادراکی و هم از نظر شدت و کمیت متفاوت است.

وی پیرامون تفاوت‌های موجود در گروه سنی فرزندان در خصوص برخورد با مساله طلاق والدین گفت: با هر یک از گروه‌های سنی باید به نحو ویژه‌ای برخورد کرد زیرا سطوح هیجانی متفاوتی در هر یک از گروه‌های سنی بر فرزندان وارد می‌شود. ثمودی با بیان اینکه در این میان نوجوانان بدلیل شرایط سنی ویژه‌ای که دارند بیشتر در معرض آسیب‌های ناشی از طلاق والدین قرار می‌گیرند، گفت: در این مرحله از زندگی نوجوانان بیشترین فکر و نیروی روانی‌شان را صرف فرم دادن به فردیت و هویت خود می‌کنند و در واقع نوجوانان به دلیل دوره بلوغ و میل استقلال‌طلبی‌گرایش ویژه‌ای به جدا شدن و دور شدن از هسته خانواده دارند.

وی با ذکر برخی از چالش‌های موجود در دوران نوجوانی در فرزندان طلاق تصریح کرد: طلاق والدین یک وضعیت از هم گسیختگی اجباری در خانواده ایجاد می‌کند و این امر می‌تواند با توجه به استقلال‌طلبی نوجوانان ایجاد شرایط خطر آفرینی کند که منجر به فرار فرزندان از مکانی شود که پس از طلاق والدین در آن جا با یکی از والدین خود زندگی می‌کنند. این روانشناس مسائل اجتماعی با بیان اینکه از سوی دیگر نوجوانان به حمایت و امنیت عاطفی بیشتری نسبت به دیگر گروه‌های سنی نیاز دارند، افزود: طلاق موجب می‌شود این نیاز آنان در هم شکسته شود و حس ناکامی به نوجوانان دست می‌دهد که ناشی از خشم و آشوب درونی حاصل از طلاق والدین است.

آشوب‌های هیجانی فرزندان طلاق باید به موقع درمان شود  
وی درمان آشوب‌های هیجانی فرزندان را راهکاری مهم در کنار آمدن فرزندان با وضعیت موجود خواند و اظهار داشت: این آشوب‌های هیجانی اگر به موقع درمان نشوند در آینده فرزندان نیز تأثیر منفی می‌گذارد.

به گفته این روانشناس مسائل اجتماعی، میزان احتمال وقوع طلاق برای این نوجوانان در آینده به مراتب بیشتر از فرزندان است که در خانواده و تحت حمایت والدین پرورش یافته‌اند.

ثمودی خلاء عاطفی، آسیب‌های روحی، ضعف در مهارت‌های ارتباطی به ویژه مهارت حل اختلاف، بی‌اعتمادی بر هر نوع ارتباط عاطفی، حس عدم امنیت و ضعف در اعتماد به نفس و در برخی موارد زود باوری ناشی از خلا عاطفی و احساسی را از جمله مهمترین چالش‌های فرزندان طلاق ذکر کرد.

وی، در ادامه گفت: همچنین برخی از کودکان در این زمینه با احساس گناه و تقصیر در طلاق والدین مواجه هستند آنچه می‌تواند از میزان آسیب‌های موجود بکاهد اینست که والدین دامنه اختلافات خود را به ارتباطات فرزندان نشان نکشاند.

این روانشناس با بیان برخی از توصیه‌های راهبردی به والدین گفت: والدین به عنوان زوجی بالغ همواره در نظر داشته باشند که فرزندان آنها در هر حالتی، همواره فرزندان آنها باقی می‌مانند و طلاق نباید باعث شانه خالی کردن از مسئولیت‌پذیری یا مادری آنها شود.

هیچ‌گاه فرزندان طلاق را درگیر قضاوت نکنیم

وی اظهار داشت: همچنین توصیه می‌شود به هیچ عنوان فرزندان را درگیر قضاوت نکرده و از آنها نخواهند که میان والدین به دنبال مقصر بگردند زیرا در هر حال فرزندان به هر دوی آنها به یک میزان علاقه و نیاز دارند.

جاوید ثمودی دور نگه داشتن فرزندان از کشمکش‌ها را راهی دیگر در جهت ایجاد محیطی امن عاطفی برای فرزندان برشمرد و عنوان کرد: والدین در عین حال که فرزندان خود را از آشوب ناشی از کشمکش‌های حین و بعد از جدایی دور نگه می‌دارند به آنها اجازه دهند هر از گاهی راجع به احساسات خود صحبت کنند و در مورد اندوه خود حرف بزنند.

وی تصریح کرد: آنچه مسلم است وقتی طلاق اتفاق می‌افتد ثبات روحی، معیشتی و ارتباطی افراد خانواده تغییر می‌کند و به همین علت ضروریست همواره به فرزندان خود اطمینان خاطر بدهید که قادر به کنترل شرایط جدید هستید و از آنان حمایت می‌کنید.

وی در پایان تاکید کرد: در این میان نکته مهم و قابل توجه این است که هر کودکی با توجه به نوع خلق و خو ممکن است دامنه عکس العمل‌های متفاوتی داشته باشد و انتخاب یک مشاور خانواده مجرب و گفت‌وگو درمانی می‌تواند بخش عمده‌ای از اضطرابات ناگفته فرزندان را کشف و رفع کند.