

فرهنگ سازی در زمینه کاهش آثار نامطلوب روانی - اجتماعی

دکتر سوسن سیف
عضو هیأت علمی دانشگاه الزهراء

طلاق طلاق

چکیده:

مراحل طلاق معمولاً بیش‌تر از آن چه مردم فکر می‌کنند به طول می‌انجامد. کسانی که با مسئله طلاق روبه‌رو می‌شوند، مانند هر کس دیگری که با یک مرحله گذار دشوار مواجه است، معمولاً منتظرند که آن را به پایان رسانده، پشت سر گذارند. متأسفانه گاهی افراد تصمیم‌های ناعاقلانه اتخاذ می‌کنند که بهترین تصمیم و کارآمدترین راه حل نیستند.

مراحل طلاق اغلب با مراحل رنج و مصیبت بعد از مرگ یک عزیز مقایسه شده است. شخصی که طلاق را تجربه می‌کند اغلب احساس طردشدگی به او دست می‌دهد. او نه تنها نقش سابق خود را از دست می‌دهد، بلکه با ضرورت وفق دادن خود با یک یا چند نقش دیگر روبه‌رو می‌شود. چنین تحولی در زندگی، تغییراتی در ساختار خانواده، شغل، محل سکونت و ... به وجود می‌آورد که هر کدام به نوبه خود از جمله عوامل مهم استرس‌آور و تنش‌زا در زندگی به شمار می‌آیند. در زمینه طلاق و پیامدهای آن دو رویکرد کلی مطرح است. اولی طلاق را حادثه‌ای پاتولوژیک می‌داند و دومی طلاق را فرایندی تحولی محسوب می‌کند. کلاپ^۱ در حمایت از رویکرد تحولی به طلاق، آن را به صورت فرایندی سه مرحله‌ای شامل: (۱) پیش از طلاق، (۲) انتقال - بازسازی و (۳) بهبودی - نوسازی در نظر می‌گیرد. او می‌گوید هر کسی در خلال طلاق احساساتی مانند: طرد شدن، بی‌ارزشی، تقصیر و شکست را تجربه می‌کند و سپس در بیان راهبردهای درمانی از آموزش مهارت‌های ارتباطی، میانجیگری، طلاق و معنویت و مشاوره طلاق به عنوان تدابیر مداخله‌ای مناسب یاد می‌کند.



رویکرد اول توسط جامعه شناسان و قضات مطرح می شود، و رویکرد دوم را روان شناسان و متخصصان طلاق در حوزه خانواده و خانواده درمانی عرضه کرده اند. آرونس و راجرز^۲ (۱۹۸۷) در حمایت از رویکرد تحولی به طلاق چنین می نویسند: طلاق را باید به دو دلیل عمده تحولی تلقی کرد: اولاً فرایند طلاق به خودی خود تحولی است، ثانیاً تجربه طلاق در بافت تحولی فردی و خانوادگی اتفاق می افتد. کسانی دیگر چون رابینسون^۳ (۱۹۹۳) مدل شش مرحله ای طلاق را ارائه می دهند که مبتنی بر دیدگاه سیستم های خانواده است و از مدل تحولی فروپاشی خانواده^۴ در خلال فرایند طلاق بهره می گیرند. وی مراحل مذکور را چنین بر می شمارد:

(۱) تشخیص فروپاشی رابطه زناشویی، (۲) تصمیم به جدایی یا طلاق، (۳) آماده سازی و برنامه ریزی برای دست یابی به نتیجه، (۴) جدایی فیزیکی واقعی، (۵) فرایند قانونی طلاق و (۶) خانواده پس از طلاق. آرونس و راجرز (۱۹۸۷) فرایند طلاق را در قالب سه مرحله زیر معرفی می کند: (۱) مرحله اول جدایی، (۲) اواسط جدایی و (۳) اواخر جدایی.

کلاپ^۵ (۱۹۹۲)، طلاق را فرایندی سه مرحله ای در نظر می گیرد و آن را به صورت مرحله (۱) پیش از طلاق، (۲) انتقال - بازسازی و (۳) بهبودی - نوسازی مطرح می کند.

لانگ و یانگ^۶ (۱۹۹۸) نیز طلاق را یک فرایند سه مرحله ای تلقی می کنند که شامل مراحل: (۱) تصمیم گیری قبل از طلاق، (۲) مرحله بازسازی طلاق و (۳) مرحله بهبودی پس از طلاق است. سپس آن ها بر اساس کاسلو^۷ (۱۹۸۴) و اسپرانکل^۸ و استورم^۹ (۱۹۸۳) هر یک از این مراحل را به تفصیل شرح می دهند و بالاخره کاسلو و شوارتز^{۱۰} (۱۹۸۷) نیز مدلی جامع و تلفیقی از طلاق ارائه می دهند که طلاق را متشکل از سه مرحله، شش ایستگاه و هفت زیر مرحله می داند.

مسائل ویژه ازدواج و خشونت

برآورد شده است که حدود ۲۵ درصد تمام زنانی که درخواست طلاق می دهند قربانیان خشونت خانوادگی اند. پایان دادن به یک ازدواج خشونت آمیز مستلزم احتیاط و

مقدمه:

هدف از تشکیل خانواده، دست یابی به انس، محبت، مودت، صفا و صمیمیت است. وجود چنین شرایطی در خانواده همیشه ضروری است. به ویژه آن گاه که پای فرزند یا فرزندان هم در میان باشد. محبت و علاقه والدین به یکدیگر موجب شادی و نشاط کودک است و بر اثر آن بذری دوستی و دل بستگی در درون او کاشته می شود. فرزندان در پرتو علاقه والدین به یکدیگر، افرادی خونگرم و بامحبت بار می آیند و نسبت به دیگران با دیده محبت می نگرند.

در زمینه طلاق و بررسی پیامدهای آن دو رویکرد کلی مطرح شده است. اولی طلاق را حادثه ای پاتولوژیک می داند که دارای عوارض و پیامدهای مخرب است و دومی طلاق را فرایندی تلقی می کند که ماهیت تحولی دارد و از مراحل تشکیل شده است.



ژرفشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

رساله جامع علمی

دقت خاص است.

منظور از «ازدواج خشونت آمیز یا همراه با سوء استفاده» ازدواجی است که در آن یکی از طرفین همیشه طرف دیگر را از نظر جسمی، روانی، جنسی یا ترکیبی از این‌ها مورد ستم و آزار قرار می‌دهد. ازدواج‌های خشونت بار تقریباً همیشه یک طرفه بوده، در آن‌ها یکی از طرفین می‌کوشد کنترل کامل بر طرف دیگر داشته باشد. ویژگی‌های این نوع ازدواج با موقعیتی که در آن طرفین متقابلاً با هم درگیرند و در آن طرفین غالباً «جنگ» می‌کنند، کاملاً متفاوت است. از خصوصیات چنین ازدواج‌هایی، مجادله‌های مستمر است، ولی به ندرت به درگیری و ضرب و شتم منجر می‌شوند. اگر

چنین شود، آن‌ها معمولاً زود به پایان می‌رسند یا بهبود می‌یابند و یک مسیر خشونت آمیز را ادامه نمی‌دهند. هنگامی که یکی از زوجین دیگری را مورد ستم قرار می‌دهد، قواعد بازی ذاتاً تغییر می‌کند. زیرا در میان افراد درگیر موازنه قدرت برقرار نیست. هر چه عمر چنین ازدواجی طولانی‌تر باشد، مشکل بغرنج‌تر خواهد شد. افرادی که در طول یک دوره چند ساله مورد ستم قرار گرفته‌اند، ممکن است چشم‌اندازی بسیار منفی و تیره نسبت به راه حل و واقعیت داشته باشند. خیلی از آنان از عارضه استرس بعد از مصیبت رنج می‌برند و برای بازیابی یک زندگی سالم و پایدار به کمک مشاوران نیاز دارند.

می‌رسانید، شما نمی‌توانید این دو را واقعاً از هم جدا کنید، تمام خانه در این لحظه فضایی جهنمی می‌شود.»
 بررسی‌ها نشان می‌دهد آن‌هایی که همسر را آزار می‌دهند معمولاً کودکان را هم در خانه آزار می‌دهند. بنابراین لازم است خطوط تلفن اضطراری، گروه‌های حمایتی و مراکز خدمات اجتماعی و مشاوران ورزیده در اختیار خانواده‌ها قرار گیرند.

بدرفتاری با کودکان

بدرفتاری مستقیم با کودک، در حالی که گاه با بدرفتاری با همسر ارتباط دارد، در خانه‌هایی اتفاق می‌افتد که در آن‌ها فقط کودکان قربانی‌اند. هر روز عدهٔ بیش‌تری از کودکان قربانی بدنی یا مورد سوء استفاده واقع می‌شوند. این فاجعه‌ها اغلب بدون پیگیری باقی می‌ماند.

بری^{۱۲} (۱۹۹۸) والدین را تشویق به درک این موضوع می‌کند که هر کودک یک شخص منحصر به فرد است که شخصیت و خلیات خود را دارد. او می‌گوید کودکان ۲ تا ۶ ساله اغلب در فرق‌گذاری بین اندیشه و عمل دچار زحمت می‌شوند و ممکن است باور کنند که آن‌ها سبب تمامی حوادثی‌اند که در پیرامونشان رخ می‌دهند. کودکان ۶ تا ۱۲ ساله هنوز دارای یک درک اغراق‌آمیز از تأثیرات پیرامون خودند و خودمحور می‌باشند. این خودمحوری تا دوران نوجوانی ادامه دارد. بنابراین برای نوجوانان، طلاق والدین بسیار تهدیدآمیز است.

مشکلات بچه‌های طلاق از نظر ایمری^{۱۳} (۱۹۹۹) عبارت‌اند:

- (۱) مشکلاتی که دارای تجلیات بیرونی است، نظیر نافرمانی، پرخاشگری و بزهکاری.
 - (۲) مشکلاتی که دارای تجلیات درونی است، نظیر افسردگی، اضطراب و کاهش عزت نفس.
 - (۳) بی‌کفایتی اجتماعی
 - (۴) روابط صمیمانهٔ مختل
 - (۵) عملکرد روانی مختل در طول زندگی بزرگسالی
- پیامدهای طلاق در فرزندان طلاق واکنش‌های کوتاه مدت و مقطعی (خشیم، ترش‌رویی، ترس، اضطراب، افسردگی و احساس گناه و تقصیر) را شامل می‌گردد. کودکان سنین ۵-۳ ساله احساس دلتنگی و اندوه دارند،



از قربانیان خشونت خانوادگی، ۹۵ درصد آنان را زنان تشکیل می‌دهند. هنگامی که یکی از طرفین یک ازدواج، دیگری را مورد ستم و آزار قرار می‌دهد، هدف اصلی او اعمال کنترل بر آن طرف و هدف دوم او جلوگیری از جدا شدن طرف مقابل است. هنگامی که یک ازدواج به سرانجامی خشونت‌بار می‌انجامد، خطرناک‌ترین مرحله در این ارتباط، با کمال تعجب، اغلب نقطه‌ای است که ازدواج به پایان می‌رسد.

اکثر کارشناسانی که با کودکان سروکار دارند، هم نظرند که بار آمدن در یک خانهٔ خشونت‌آمیز یکی از بدترین چیزهایی است که برای یک کودک می‌تواند روی دهد. حال چه این کودک خود قربانی مستقیم آن خشونت باشد یا نباشد و برآورد می‌شود که تقریباً تمام کودکان، در خانواده‌هایی که در آن‌ها یکی از والدین دیگری را کتک می‌زند، حداقل تا حدودی آگاه‌اند که در خانه چه می‌گذرد و فوق‌العاده از این موضوع رنج می‌برند. چنان‌چه «فا»^{۱۱} (۱۹۸۶) اظهار کرده است: «وقتی شما مادر کودکی را کتک می‌زنید، شما دارید یک کودک را کتک می‌زنید، شما دارید به یک کودک آسیب

آشکارا گریه می کنند و دارای عزت نفس پایین اند، و کودکان ۹-۱۲ ساله، غم و اندوه، افت تحصیلی، عدم سازگاری با دوستان، ناراحتی های جسمی مانند دل درد و سردرد را از خود نشان می دهند. پسران بیش تر پرخاشگرند و دختران تمایل دارند از مادران خود اطاعت کنند.

طلاق در سنین بالا

اگر چه نرخ طلاق روی هم رفته در میان افراد سنین بالاتر از ۵۰ خیلی پایین تر است، کسانی که در سنین بالا طلاق را تجربه می کنند با چالش های خاصی روبه رو می گردند.

طلاق در هر زمان از زندگی دشوار است، اما برای افراد سالخورده فشارهای خاصی به وجود می آورد. زنان سالخورده تر که طلاق می گیرند، اغلب با سختی های جدی مالی روبه رو می شوند، به ویژه اگر بیش تر عمر تاهل خود را به خانه داری گذرانده باشند. علاوه بر دشواری سازگاری با یک شیوه کاملاً متفاوت و ناآشنای زندگی، زنان مسن تر که بعد از طلاق به دنبال کار و اشتغال باشند، غالباً با دشواری

اگر چه نرخ طلاق روی هم رفته در میان افراد سنین بالاتر از ۵۰ خیلی پایین تر است، کسانی که در سنین بالا طلاق را تجربه می کنند با چالش های خاصی روبه رو می گردند.

احتمالاً سبب سردرگمی، تنهایی و دشواری در سازگاری با زندگی می شود، به ویژه اگر عمر ازدواج طولانی مدت بوده باشد.

تحقیقات نشان داده است که برای سالخوردهگان طلاق، حفظ روحیه و خوش بینی نسبت به آینده دشوارتر است. انسان ها طبیعتاً در سنین بالاتر انعطاف پذیری کم تری دارند و نسبت به تغییر و تحول ناتوان ترند. هم چنین افراد مسن تر نیازهای جسمی و عاطفی متفاوت با افراد جوان تر دارند. حمایت اعضای خانواده، به ویژه فرزندان و نوه ها می تواند تکیه گاهی برای سالخوردهگان طلاق باشد.

افراد مسنی که طلاق را تجربه می کنند، ممکن است به رنج های شدید عاطفی، خیلی بیشتر از افراد جوان تر، دچار شوند. بخش عمده این حالت به فرایند بالا رفتن سن، از دست رفتن توان و تحرک و افزایش فرصت و احتمال مریض شدن ارتباط دارد. وقتی که همدمی و کمک معمول روزانه ای که یک زوج برای یکدیگر فراهم می کرده اند پایان یابد، هر کدام از آن ها باید این نیازهای ضروری را با سیستم های حمایتی جدید جایگزین کند. هم چنین برای افراد مسن تر تغییر دادن هویت هایی که در طول سالیان با آن زیسته است، مشکل تر می باشد.

چالش های عاطفی طلاق

تصمیم گیری در این باره که آیا باید به یک عقد ازدواج پایان داد یا نه، اولین و اغلب

رنج آورترین مرحله در فرایند طلاق است. برخلاف آن چه بسیاری از مردم معتقدند، خیلی از طلاق ها بعد از ۵ تا ۷ سال پس از ازدواج روی می دهد. حدود یک سوم افرادی که طلاق می دهند یا طلاق می گیرند، معمولاً بیش از ۱۵ سال است که ازدواج کرده اند. در طی این زمان آنان عادت ها، هویت ها و عواطف نیرومندی در نتیجه این ازدواج پیدا کرده اند. اگر چه آنان از زندگی با یکدیگر شدیداً ناخشنودند و طلاق در نهایت معلوم می کند که مطلوب ترین انتخاب بوده است، تغییر دادن این الگوها به حجم عظیمی از رنج و مصیبت منجر می شود و به تنظیم و سازش فردی فراوان

فوق العاده ای برای یافتن یک شغل مناسب مواجه می شوند. مردان مسن تر که طلاق می دهند با مجموعه دیگری از مشکلات روبه رو می شوند. آن هایی که روابط خانوادگی سنتی ای داشته اند که در آن همسر تمام امور خانه را انجام می داده است، اغلب هنگامی که باید یاد بگیرند این وظایف را خودشان انجام دهند با مشکلات قابل توجهی مواجه می شوند و نیز بعضی از روان شناسان اعتقاد دارند که مردان از نداشتن شریک و مونس و حمایت خانوادگی بعد از طلاق، به ویژه در سنین بالاتر، بیش تر از زنان رنج می برند. هم برای مردان و هم برای زنان طلاق در سال های بالاتر عمر،

طلاق روی دهد، بر عکس، اکثر روان‌شناسان بر این باورند که درد ورنج حاصل از یک طلاق بسیار بی‌زیان‌تر از آسیب ورنجی است که در نتیجه یک ازدواج بدفرجام و ناسالم به وجود می‌آید. معنی این سخن آن است که تصمیم به طلاق نباید بدون فکر یا با عجله گرفته شود و بهتر است که تصویری واقع بینانه از وضعیت موجود ترسیم شود و مقدماتی برای زندگی در دوره مجردی فراهم گردد.

احساسات معمول در هنگام طلاق

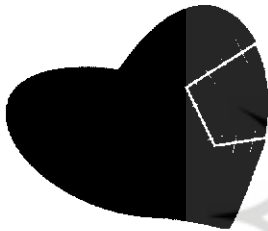
لانگ^{۱۴} (۱۹۷۱)، معتقد است احساس معمول و مشترکی که هر کسی بعد از یک طلاق حتماً تجربه می‌کند، می‌تواند این چنین باشد: اغلب خشم نسبت به خود وجود دارد، زیرا این خود فرد بوده که اجازه داده است طلاق روی دهد. خشم، رنج، افسردگی، گریه، افسوس، وحشت و نگرانی از جمله عوارض معمول‌اند که به انسان روی می‌آورند. برای مثال، نگرانی با ترس‌های خاص از آینده همراه است. افراد ترس از این دارند که در بقیه عمر خود تنها باشند و این دلیل مهمی است که بسیاری از انسان‌ها را وادار می‌دارد تا جایی که می‌توانند به ازدواج‌های بدفرجام پای بند بمانند. کسانی که اعتماد به نفس کمی دارند، ممکن است همین ازدواج بدفرجام را حق و شایسته خود بدانند. علاوه بر رنج اولیه که از مشخصات هر طلاق است، بسیاری از افراد یا دچار نوعی احساس گناه شدید می‌شوند که در آن خود را مسئول منحصر به فرد این فرجام بد و طلاق می‌دانند یا تمام گناه را به گردن شریک خود می‌اندازند و معتقدند که او مسئولیت این وضع را بر عهده دارد. چند کار است که شما می‌توانید در چنین موقعیت‌هایی انجام دهید تا وضع شما قابل تحمل‌تر شود:

- ۱- سعی کنید واکنش عاطفی را از تصمیم‌های عقلانی جدا کنید. حق دارید احساس گناه کنید یا خشمگین یا غمگین شوید، اما اگر اجازه دهید که این عواطف بر عقل سلیم شما غلبه کنند، وادار به تصمیمات نامناسبی می‌شوید که بر باقیمانده زندگی شما تأثیر نامطلوب خواهند گذاشت. به عنوان مثال اگر از این که همسر خود را ترک کرده‌اید احساس گناه می‌کنید، سعی نکنید با گذشتن از سهم عادلانه خود از زندگی برای گذران آینده خود به اصطلاح جبران گناه کنید.



نیازمند است. هم چنین افرادی که گرفتار یک ازدواج مصیبت‌بار و بدفرجام شده‌اند و در نتیجه به فکر طلاق می‌افتند، غالباً انتظار دارند که طلاق تمام دشواری‌های آن‌ها را حل کند. آنان هیچ وقت به آن چه با پایان دادن به یک ازدواج از دست می‌دهند، فکر نکرده‌اند و درباره چالش‌های جدیدی که به عنوان یک شخص مجرد پیش روی خواهند داشت، نیندیشیده‌اند. معنی این سخن آن نیست که نباید

سعی کنید شکیباً باشید. حقیقت آن است که بسیاری از مردم سعی دارند هر چه زودتر جریان طلاق تمام شود و آن را پشت سر گذارند، اما عجله بیش از حد می تواند تأثیرات ویرانگری در آینده داشته باشد.



بگیرید. کارهای بزرگ را به مراحل کوچک تر خرد کنید و هر روز بر تعداد کمی از کارها متمرکز شوید. یک مشاور خانواده می تواند شما را در این کار یاری دهد.
ادامه دارد

۲- سطح و مقدار ترس خود را ارزیابی کنید. بسیاری از مردم به هنگام طلاق دچار وحشت می شوند، به خصوص اگر با وظایف دشواری مانند تصمیمات مهم نگاهداری فرزندان و مسائل اقتصادی روبه رو باشند، که این وحشت حتی هنگامی که دشواری ها به اوج خود نرسیده است آنان را مضطرب و عصبی می کند. برخی هم گرفتار ترس از آینده می شوند و ممکن است دچار این احساس شوند که هیچ چیز برایشان معنی ندارد، زیرا فکر می کنند آینده از کنترل آن ها خارج شده است. با مشاوران خانواده و حمایت کنندگان مشورت کنید و از آن ها در این باره کمک بگیرید.

۳- سعی کنید شکیباً باشید. حقیقت آن است که بسیاری از مردم سعی دارند هر چه زودتر جریان طلاق تمام شود و آن را پشت سر گذارند، اما عجله بیش از حد می تواند تأثیرات ویرانگری در آینده داشته باشد.

۴- سعی کنید به کلی فلج و زمین گیر نشوید. بعضی افراد طوری اسیر احساسات می شوند که احساس زمین گیری می کنند و فکر می کنند که دیگر هرگز نمی توانند از زیر بار سنگین تمام کارها و مشکلات روحی و جسمی جان سالم به در برند و فوراً عواطف و احساس مسئولیت چشم و گوش آن ها را می بندد. اگر چنین حالتی برای شما رخ داد، سعی کنید فهرستی واقع بینانه از مسائل تهیه کنید و طوری برنامه ریزی کنید که در هر روز با تعدادی از این مشکلات بجهنگید، نه این که کوه عظیمی از مسئولیت را یک جا بر عهده

پی نوشت ها:

- 1- CLAPP(1992)
- 2-AHRONS AND RADGERS
- 3- ROBINSON
- 4- FAMILY DISLOCATION
- 5- CLAPP
- 6- YONG AND LANG
- 7- KASLOW
- 8- SPRENKLE
- 9- STORM
- 10- SCHWARTZ
- 11- FOA(1986)
- 12- BERRY (1998)
- 13- EMERY (1999)
- 14- LANG (1977)