

عوامل روانی مؤثر در بهم خوردن خانواده

۱۶ - زودباوری (۱) - زودباوری و دهن‌بینی ثمره کونه خردی و عدم توانایی در درک روابط علت و معلولی و عدم آشنایی با محیط اجتماعی و تشخیص ندادن دوست از دشمن و راست از دروغ و صحیح از مستقیم است. زودباوری حالتی است از خامی و ناپختگی که انسان مبتلی بدانرا در معرض فریب و اغوا قرار میدهد. هستند دون فطرت‌انیکه از تفرقه انداختن بین زن و شوهر لذت می‌برند و یا آنکه از آن برای مقاصدی خاص سودجویی میکنند و برای نیل به هدفهای پلید خود به دروغ و تهمت متوسل میشوند از یکی پیش دیگری بد میگویند و موجب مناقشه وجدال و ستارکه و طلاق میگردند. اما اگر زن و شوهر بهره‌کافی عقلی داشته باشند و از قضاوت سطحی خود را برکنار دارند و اطرافیان خود را در هر لباسی که هستند با محک تجربه شناخته باشند در دام فریب اشخاص مغرض گرفتار نخواهند شد والا با دهن‌بینی و زود





باوری ممکنست گفتار غرض آلود را باور کرده بی جهت دست به جنایت آلوده نموده و انحلال کانون خانوادگی را فراهم سازند .

۱۷ - پیشداوریهای ناصواب - در جنب زدبآوری و دهن بینی باید مفهوم دیگری را به عنوان پیشداوری مطرح نمود. پیشداوری عبارت از صدور احکام ذهنی است که زیر بنای تجربی ندارد و متکی بر تحقیق و استدلال منطقی نیست با اینکه پیشداوری و زدبآوری از نظر روانی بایکدیگر مشابهت دارند و هر دو شیوه آدمیان سطحی و بی تجربه است معهدا از یکدیگر متمایزند . فرق پیشداوری با زدبآوری این است که در پیشداوری تلقین مستقیم و نفوذ بیواسطه شخص ثالث در بین نیست .

پیشداوری ثمره تلقین به خود است به عبارت دیگر شخصی که دچار پیشداوری است تنها به قاضی میروود . خود هم مدعی است و هم قاضی . اغلب پیشداوری تحقق نمییابد پیشداوری موجب پیدایش نظری غیر منصفانه درباره دیگران میشود . پیداست که اگر شوهری درباره همسر خود همواره تصوراتی براساس پیشداوری داشته باشد نمیتواند رفتاری براساس عدالت با همسرش در پیش گیرد . پیشداوری با اینکه نتیجه ضعف جنبه ادراکی و قیاس باطل و تعمیم بیجاست تلقین ، فرهنگ ، تربیت خانوادگی ، رسانه های گروهی و مسائل اقتصادی در ایجاد اینگونه زمینه های ذهنی مؤثر است .

۱۸ - دروغگوئی - دروغ و فریب ضد حقیقت است . دروغ سنگرست و متزلزل و ناپایداری است که فرد بی ایمان برای دفع ضرر و خطر بدان پناه میبرد که چون فرو ریزد خطر و ضرر دوچندان گردد. دروغ و فریب از هر کس و از هر مقام که باشد زشت و ناپسند

و از رذایل محسوب میشود .

دروغگو ایمان ندارد . دروغگو ضعیف، ناسرد ، ترسو ، تنبل و طالب منافی است که اسحقاق ندارد . دروغگوئی نشانه حماقت است نه زیرکی ، زیرا دروغگو آنقدر روشن بینی ندارد که بتواند این نکته را دریابد که دیرپازود برده از روی حقیقت برداشته میشود شرمندگی و ناکامی برای اوباقی میماند و با عمری را باید در ناراحتی بگذراند و مساعی فراوانی صرف نماید تا دروغ او افشاء نشود. دروغ خود مبتنی بر بی اعتمادی و دشمن اعتماد است . دروغ ، خاصه بین زن و شوهر که باید عمری در سایه اعتماد بایکدیگر در صلح و صفا و محبت زندگی کنند ، بیش از هر عامل تخریبی دیگر مخاطره آمیز است . رادسردان ، حتی برای انتقام از دشمن ، به دروغ متوسل نمیشوند . اگر افراد یک جامعه از دروغ بیزاری جویند بسیاری از مسائل حل میشود ، جرائم در آن جامعه اگر ریشه کن نشود به میزان قابل ملاحظه ای پائین میآید . جامعه برای دروغ و دروغگوئی افراد خود خسارت سنگینی را متحمل میشود .

دروغ برای دروغگو بسیارگران تمام میشود زیرا وی در پی جلب منفعتی ناچیز ، حیثیت و آبروی خود را بر باد میدهد . اگر تربیت زن و شوهر بر این اسراستوار بود که هرگز به یکدیگر دروغ نگویند مسائلی به عنوان شانناژ نمیتوانست ریشه بگیرد . مرد یازن برای خطائی که پیش از ازدواج مرتکب شده اند ، اگر شهامت داشته باشند و برای یکدیگر بازگوکنند و حقایق رادربیان نهند ، مجبور به پرداخت حق السکوت به اشخاص پست و رذل و فرومایه نمیشوند . حوادث نشان میدهد آن حد از نوعروسان که شهامت راستگوئی ندارند و نمیتوانند صادقانه لغزش و خطای کوچک گذشته خود را با شوهر

خویش در میان گذارند ، در آستانه زندگی شیرین زناشویی خود ناگزیر میدان را برای اخاذی و غارتگری و پیدادگری فرد فرومایه پست فطرتی خالی میگذارند و شیطان صفتی را بردارائی و دسترنج خود مسلط میسازند و عمری را با اضطراب دست به گریبان هستند. به هر حال ، راست گفتن را باید از دامن مادر آموخت ، از پدر و مادر و اطرافیان جز سخن راست نباید انتظار داشت. در آموزشگاه، کودک برای عذر تقصیر مجبور نباشد به دروغ توسل جوید. همه و همه برای سعادت مشترک اجتماعی باید از دروغ بیزاری جویند تا زن و شوهر نیز به سابقه تربیت خانوادگی و اجتماعی در سایه چتر صداقت و راستی و اعتماد متقابل ، کانونی خالی از تردید و سوءظن و اضطراب بنیان نهند.

۱۹ - عدم رعایت ادب و نزاکت - حفظ نزاکت و رعایت ادب و احترام یک پدیده نیکوی تربیتی است که در خانه بی ریزی میشود و در آموزشگاه و دیگر محیط اجتماعی کمال مییابد. بعضی به باطل چنین می انگارند که بین زن و شوهر مسأله ای به عنوان ادب و نزاکت مطرح نیست و به همین مناسبت زبان آنان در بیان کلمات محبت آمیز و مهربانگیز نسبت به یکدیگر قاصر است.

ادب و نزاکت و احترام و مبادله کلام شیرین و دلنشین نهال دوستی را بارور میسازد ، تلخیهای زندگی را خنثی میکند. زبان و رفتار هر کس باید وسیله ای برای جلب محبت و تحکیم روابط و داد و دوستی با اطرافیان باشد. دوستان توقعات بیشتری از یکدیگر دارند تا بیگانگان. هیچ رابطه ای نزدیکتر و دوستانه تر از روابط زن و شوهر نسبت به یکدیگر نیست به همین مناسبت

ادب و نزاکت بین آندو باید بیش ازهرجای دیگر حکمفرما باشد.

ادب اقتضا میکند که با همسر تان مشورت کنید و در موارد لزوم با اجازه او اقدام کنید. بدون خدا حافظی صمیمانه منزل را ترک نکنید با چهره ای گشاده و تبسمی حاکی از اشتیاق کامل یکدیگر را استقبال کنید هرگز او را منتظر نگذارید. ترجیح ندهید که بدون حضور او به صرف غذا بپردازید سعی کنید تمایل او را به غذای مورد علاقه اش رعایت کنید و آنچه را بیشتر دوست دارد به او تخصیص دهید.

تقدیر و تمجید و نوازش ، یک نیاز روانی است. هر کس تشنه قدر دانی است. هر فرد موفق و کاسیابی میخواهد مورد تحسین و تجلیل قرار گیرد ، کودکان بیش از کلان سالان و زنان بیش از مردان نیازمند تحسین و تمجیدند زنان به ویژه از شنیدن جملاتی تحسین آمیز از زبان شوهرشان قلباً شاد و مغرور میشوند.

به زنان احترام بگذارید کارهای نیک آنانرا بستائید کارهای نیک که با حسن نیست شروع کرده اند اما توفیقی در حسن ختام آن نیافته اند باز هم مورد تحسین قرار دهید زیرا اصل قابل ستایش در هر عمل نیکو ، نیت

خیر و قابل تحسین آنست. بنابراین انتقاد زننده و سرزنش ، بین زن و شوهر نباید محنی از اعراب داشته باشد.

مردانیکه به راز و تأثیر معجزه آسای ادب بی نبرده اند زنان خود را از یک لذت پاک معنوی و خود را از یک نفع مسلم بی بهره ساخته اند.

هیچ وقت مناسب را برای تعریف و تمجید از دست نباید داد. تمجید برای هر کار نیکو و تازه ، تمجید برای نظم و تربیت

و پاکیزگی و آراستگی .

برداریهایی گوناگون نمود . به همین مناسبت درختکاری تشویق و حرمت درختان توصیه گردید . ولی درخت را موجودی مافوق - الطبیعه دانستن و برای آن قدرتی هوشمندانه پنداشتن و درمان دردها و برآوردن نیازها را از آن خواستن و برای کسب ثروت بدون سرمایه و کار و کوشش ، بدان پناه بردن خرافات است .

در ایجاد خرافات ، فرهنگ جامعه و گاهی مقاصد پلید بعضی از سودجویان نیز مؤثر است . هر قدر سطح فرهنگ و بینش اجتماعی بالا گیرد از دامنه خرافات کاسته میشود . خرافات و اعتقاد به سحر و جادو و ربالی و فال بینی و یخت گشائی در سرزمین ما قربانیان بسیاری گرفته است که حادثه سیف القلم و شقاوتهای آن نابکار در شیراز نمونه معروفی از آنست . شیادان دیگر که احتمالاً هنوز در گوشه و کنار باقی هستند برای مهر و محبت بین زن و شوهر و بستن زبان دیگران از ساده دلی و زود باوری و ضعف اشخاص استفاده های نا مشروعی میبرند و گاهی حتی دستان خود را به جنایات میآلایند و موجب تفرقه و یا پاشیدگی کانون خانوادگی میشوند .

۲۱ - بی نظمی - نظم در خانه نشانه سلامت فکر و صحت جسم و اعتدال روان و حسن سلیقه کدبانوی آنست . نظم کلید پاکیزگی و زیبایی و آراش و خورسندی و مظهر فعالیت و برخورداری از عقل سلیم و اراده متین است .

مراد از نظم در خانه این است که لوازم و مایحتاج روزمره منزل طبق ترتیبی منطقی در جای خود قرار گیرد و برای دست یافتن به چیزی مجبور نباشند تمام زوایای خانه را بگردند و نقد گرانبهای عمر را در آن راه بدر دهند .

بعضی از مردان چنین می پندارند که تقدیر و تمجید از زن و برانگیختن غرورش و ابراز احساسات در برابر کارهای برجسته او از شأن و منزلت آنان میبکاهد وزن را خودخواه میسازد . این نظر به کلی دور از صواب است زیرا کلام نیکو در زن تابد انپایه مؤثر است که او را از تخت کبریائی فرو آورده و روح فداکاری را در او برسیانگیزاند و انگهی نباید فراموش کرد که همسر شما نماینده انتخاب ایده آل شماسست روابط شما بر پایه دوستی و یکرنگی و پیوند مقدس زناشویی تمام فاصله ها و امتیازات را از میان شما برداشته است و احترام به همسر احترام به خویشتن است و آنکس که از این نکته غافل مانده بی گمان اسیر چنگال عقده حقارت است خویشتن و دیگری را شایسته احترام نمی شناسد .

مردانیکه از تمجید بی ریای زنان خود سرباز میزنند به این نیاز طبیعی اوبی اعتناء مانده اند تا اوان سنگینی برای این بی اعتنائی میپردازند زیرا چه بسا که زن پاسخ این نیاز خود را به ناچار در جای دیگر جستجو کند و در نتیجه وضعی پیش آید که به انحلال خانواده انجامد .

۲۰ - خرافات - برای اشیاء و اسکنه و امور قدرتی به غیر از آنچه طبیعی و حقیقی است قائل شدن خرافات است . خرافات زائیده توهم ، ترس ، کمبود عقلی ، جهالت ، ضعف اراده و تنبلی است . مثالی کوچک روشنگر این تعریف ساده میشود : درختی که هرسال و شاداب ، هوا را لطیف میکند ، میوه مفید و گل های زیبایی میدهد ، لحظات فراغت اندکی میتوان در سایه پرطراوت شاعرانه اش آرسید و به تفکر پرداخت از برگ و شاخه های زائد و چوب خشک آن بهره -

نظم در ایجاد زیبایی و صرفه‌جویی در وقت و کارآئی و پیشرفت مقاصد مؤثر است. خانه منظم در آرامش فکر و ایجاد نشاط افراد خانواده تاثیر فراوان دارد. یک کدبانوی منظم تاجپیزی را به جای خود نگذارد آرام نمیگیرد. کدبانویی که به انتظام خانه سپردارد در اشتغال خود احساس نشاط و مسرت مینماید و به کاشانه خویش رونق و صفائی خاص میبخشد و میزان بازدهی کار خود را بالا میبرد.

بی‌نظمی نشانه اغتشاش فکری است. بی‌نظمی بابتی قیدی (۲) و بی‌تفاوتی (۳) و بی‌بندوباری از یک قماش است و حکایت از عدم دلبستگی به کانون خانواده میکند. بی‌نظمی در یک خانه نمایشگر آنست که در شخصیت کدبانوی آن تشویش و تشتت حکومت دارد. بی‌نظمی ناسرادی رادر پی دارد و موجد عصبانیت است و ای بسا عصبانیت‌ها که منشاء و آئینش‌های نامیمون گردد و شیرازه خانواده را از هم بکشد. بی‌نظمی والدین سمکست زندگی کودکان را نیز شدیداً دستخوش دشواریها سازد. اگر کودکی در خانواده‌ای بی‌بهره از نظم و ترتیب رشد کند مشکلات تربیتی فراوانی در فراراه زندگی و پیشرفت آموزشی خود خواهد داشت. کودکی که در لباس پوشیدن، غذا خوردن، ایجاد نظافت، طرز فکر کردن و سازندگی از خود نظم

و ترتیبی بروز نمیدهد مشکلات او را به احتمال قوی باید در بی‌نظمی خانواده‌اش جستجو کرد. معلمان و مربیان در برابر اینگونه کودکان و نوجوانان نقشی دشوار در پیش دارند باید بکوشند تا نقیصه‌های خانواده را جبران کنند.

۲۲ - بی‌سلیقهگی - بعضی از زنان در لباس پوشیدن و خودآرائی سلیقه‌ای ندارند و از

پوشیدن لباس بی‌تناسب و مندرس و چروکیده و چرکین خودداری نمیکنند تلاشی برای برانگیختن رغبت مرد از خود بروز نمیدهند و از این رهگذر باید گفت به شوهر خود اعتنائی ندارند و موقع اجتماعی او را هم در نظر نمیگیرند. لباس خوش دوخت و متناسب با اندام، اگرچه ساده باشد، به زیبایی زن جلوه‌ای خاص می‌بخشد و او را پای‌بند به اصول و نظم و علاقمند به شوهر و حیثیت اجتماعی او معرفی میکند.

زنانی که در طرز لباس پوشیدن خود واجد سلیقه‌ای نیستند تصور نمیرود در تزئین منزل از سلیقه‌ای برخوردار باشند. اینگونه زنان که به خود نمیپردازند به طریق اولی به لباس شوهرانشان نیز نمیپردازند در نتیجه خود تحقیر میشوند و شوهران خویش را دچار عقده حقارت میسازند. زنان بی‌سلیقه از فن مدیریت و خانه‌داری بی‌بهره هستند. زنان بی‌سلیقه شور زندگی و ذوق اجتماعی ندارند بابتی اعتنائی‌های خود خیلی زود کانون خانواده‌ها را بی‌فروغ و همسران خویش را سرد و گریزیا میسازند.

۲۳ - افسردگی یا غمگینی (۴) - اشخاص

افسرده و غمگین به شدت متأثر و متالم، گرفته، بی‌حال، دل‌سرد، بی‌اشتیاق و در خود فرو رفته‌اند. خستگی مفرط و مزمن بر آنها حکومت دارد و به اموری که در اطرافشان میگردد اعتنائی ندارند، از تمرکز حواس عاجزند، از ارتباط با دیگران و گفت و شنود با دوستان حتی همسر خود مضایقه دارند، به تنهایی و انزوا پناه می‌برند و نویسند به قضا خیره میشوند قادر به دیدن هیچ چیز، جز قسمتهای تیره زندگی نیستند، خود را از در لذت لذات بی‌بهره میگذارند، از خوردن و خواب روی‌ریختن‌ها، گوشتی دشمن خویشند و با خویشان در جنگ و ستیز، از نیل به

هدفهای ارزنده باز میمانند. در نظر آنان انجام دادن هیچ کاری به زحمتش نمی‌ارزد. همه چیز در نظر آنان بیهوده و فاقد ارزش است و همه زیباییها، جلوه‌های خود را از دست داده‌اند. هردل افسرده‌ای به‌طور نویدانه احساس پوچی و بی‌ارزشی میکند و خود را بی‌کفایت می‌بیند و ادامه حیات بی‌ارزش خود را بی‌معنی و غیر ضروری میداند، وجدان سختگیرش متوجه شخص خودش میگردد و او را تحت شکنجه قرار میدهد که در اینصورت چنین افسرده‌ای ممکنست دست به خودکشی زند.

افسردگی یاغمزدگی ممکنست منشاء خارجی یعنی محیط اجتماعی داشته باشد مانند شکست، ناکامی، نوییدی، مرگ دوستان یا خویشاوندان یا پدر و مادر یا فرزند. امکان دارد افسردگی منشاء داخلی داشته باشد در اینصورت افسردگی ثمره کشمکش‌های آدمی با خودش یا سختگیری شدید وجدان و احساس گناه میباشد. افسردگی اگر ادامه یابد و شخص نتواند بر آن غلبه یابد ممکنست به بروز واکنشهای جنون‌آمیز منجر شود. اشخاص افسرده نمیتوانند موجب گرمی و رونق کانون خانوادگی خود گردند. افسردگی آنان موجب آزدگی خاطر اطرافیان، خاصه دوستان و فرزندان و همه میشود. بیهوده نبود که گفته‌اند: «افسرده دل افسرده کند

انجمنی را» - زن یا شوهر افسرده زندگی ولذات آنرا بردیگری دشوار و غیر قابل تحمل و حرام میسازد پیداست که گسستگی پیونده زناشویی را ممکنست در برداشته باشد.

۴۴ - **خستگی روانی (ه) - خستگی مزمن تن و روان یا فرسودگی که همراه**

بادردها و ناراحتی‌ها مختلف باشد اصطلاحاً واکنش فرسودگی خوانده میشود که «در مردان جوان و زنان شوهردار ناراضی و یا عقیم بیشتر مشاهده میشود» (۶).

جوان فرسوده از خستگی دماغی و جسمی شکایت دارد، از تمرکز حواس خود عاجز است و برای اتمام کاری که آغاز کرده نیروی کافی در خود نمی‌بیند. انجمام دادن کوچکترین امری برای او مستلزم کوشش

بسیار است، غالب اوقات خود را در بستر میگذرانند تا از خستگی درآید ولی پس از خواب طولانی هنوز احساس فرسودگی میکند و با خستگی بیدار میشود، هرچه بیشتر میخواهد خسته‌تر میشود در حالت‌های استثنائی هنگامیکه خود را نیرومند احساس میکند

با کوچکترین مانع عاطفی از قبیل عدم توجه نسبت به خود و یا انتقاد از رفتارش غمزه میشود... فرسودگان علاوه بر احساس خستگی همیشگی معمولاً از اینگونه ناراحتی -

های جسمانی رنج میبرند: سنگینی در ناحیه ستون فقرات مخصوصاً قسمت آخر آن، تپش قلب، نگرانی، اختلال هضمی، نفخ شکم، یبوست، اختلال ادرار، اختلال تناسلی، اختلال نیروی جنسی و فقد تمایل جنسی... (۷)

بیماران فرسوده کشمکشهای سرکوفته و دیرپائی دارند که به صورت خستگی و فقدان انرژی تظاهر مینماید و این واکنش به خصوص در زنان شوهردار عصبانی شایع است فکر اینکه شوهرانشان به آنها علاقه ندارند و آنها را از یاد برده‌اند و یاد زندگی فریب خورده‌اند اغلب آنها را رنج میدهد. (۸)

در ابتدا تصور میکردند که نوراستنی^۹ در نتیجه ضعف اعصاب ایجاد میشود. این تصور از آنجا ناشی شده بود که معنی لغوی «نوراستنی» ضعف اعصاب است. ببرد^{۱۰} نخستین روانپزشک آمریکائی بود که اصطلاح نوراستنی را به «خستگی» اطلاق میکرد. مشاء آنرا بیخوابی، کار زیاد، عیاشی و افراط در خوشگذرانی، طرز زندگی و نحوه تعیش زندگی شهری و در نتیجه از بین رفتن بعضی از مواد شیمیائی لازم در سلولهای عصبی میدانستند. عدهای نیز عقیده داشتند که نوراستنی در اثر مسائل حل نشده جنسی ایجاد میشود.

در حال حاضر بسیاری از روانپزشکان و روانشناسان، نوراستنی را «واکنش خستگی روانی» و یا یک ناسازگاری حاد و درمقابل موقعیت‌های مخصوص میدانند این خستگی عضلانی از کار زیاد نیست بلکه نتیجه فرسودگی و فشارهای عاطفی است که شخص قادر به مقابله پیروزمندانه با آنها نمیشد و بیحالی و فقدان اشتیاق در اثر دلسوزی کامل آنهاست.... کسانی که به کار خود علاقه ندارند دائماً احساس فرسودگی و آزرده‌گی می‌نمایند ولی چون غالباً نمیدانند که چرا همیشه خسته‌اند، دائماً در پی بیماری جسمی هستند که بتواند علت خستگی و شکست حاصل از آنرا توجیه کند.

شخص خسته و فرسوده سرانجام کاسه صبر افراد خانواده و دوستانش را لبریز میکند و بی‌عاطفگی و بی‌توجهی و طرز تفکر معطوف به خود و شکایتهای دائمی او اسکان ارتباط اجتماعی سعادت‌مندان او را بسیار کم و ناچیز میکند. (۱۱)

باز هم گفتنی است که شهرنشینان بیشتر از روستائیان خسته میشوند زیرا زندگی شهری با دشواری و سبقت جوئیها و دوروئیها، باخوردهای نامناسب و تلاش مداوم برای عقب نماندن از رقیب سبب خستگی میشود. هوای آلوده شهرها و مسمومیت ناشی از آلودگی هوا میتواند علت خستگی باشد. سروصدا نیز یکی دیگر از عوامل موجد خستگی است که به ویژه برای مردان شهرنشین و آنهاست که در شهرهای صنعتی زندگی میکنند بیش از دیگران وجود دارد. از مظاهر زندگی شهرنشینی، شب زنده‌داری و نوشیدن نوشابه‌های الکلی نیز یک عامل مهم خستگی به شمار میرود. آیا تأثیر همین خستگی نیست که که سطح طلاق را در میان شهریان به مراتب از روستائیان بالا برده است؟

- (1) - Crédulité (2) - Insouciance
(3) - Indifférence (4) - Dépression
(5) - Psychasthénie

(۶) - دکتر پروین بیرجندی :
روانشناسی رفتار غیر عادی (مرضی) - انتشارات
دانشگاه تهران - ۱۳۴۱ هجری خورشیدی -
صفحه ۱۷۳

(۷) - دکتر عبدالحسین میرسپاسی :
روان پزشکی - انتشارات دانشگاه تهران -
۱۳۴۱ هجری خورشیدی - صفحه ۱۵۲

(۸) - دکتر پروین بیرجندی - اثر یاد
شده - صفحه ۱۷۴

- (9) - Neurasthénie (10) - Beard

(۱۱) دکتر پروین بیرجندی : اثر
یاد شده - صفحه ۱۷۵