

مشاوره تربیتی / پرسش و پاسخ

زیر نظر دکتر محمدرضا شرفی

پرسش (۱): شانزده سال است که ازدواج کرده‌ام و حاصل این ازدواج سه فرزند دختر است که به لطف خدا، همگی آنها، سالم و با استعداد می‌باشند. مشکلی که با همسرم دارم مربوط به زمان حاضر نیست بلکه بعد از چند سالی که از شروع زندگیمان سپری شد، احساس کردم، محبت و علاقه‌ای که ابتدا بین ما وجود داشته، به تدریج کمرنگ تر شده و دیگر نشانی از آن وجود ندارد، هر دو همدیگر را مقصر می‌دانیم ولی این امر، مشکل ما را حل نکرده است. لطفاً به ما بگویید، چه باید کرد تا زندگی مشترکمان به آن شور و نشاطی که در آغاز شاهدش بودیم، برگردد؟

(فریدون - م از تهران)

پاسخ: علاقه شما به بازگشت به دوران خوب زندگی، انگیزه‌ای نیرومند است و به قدر کافی می‌تواند در تحرک و پویایی عاطفی شما و همسرتان مؤثر باشد. نکته مهمی را ابتدا یادآوری می‌کنیم:

آنچه که پس از گذشت سالهای اولیه زندگی، در خانواده کمرنگ می‌شود و جای خالیش را می‌بینیم، ابراز محبت است نه خود محبت.

لذا نتیجه می‌گیریم که باید از روشهای مطمئنی در انتقال عواطف قلبی خود، مدد بگیریم تا به مساعدت بیان عواطف، به تقویت و تحکیم آنها، مبادرت نماییم.

عواطفی که از قلب به زبان جاری نمی‌شود و از درون به بیرون تسری نمی‌یابد همچون سرمایه راکدی است که در محلی انباشته شده و روز به روز از قدرت خرید آن کاسته می‌شود، محبت با ابراز آن، بارور می‌شود و با به کار گرفتن، می‌شکند و گل می‌کند.

عشق و محبت را با ابراز عشق می‌توان به دست آورد و تکمیل کرد نه با توقع، آنهایی که در داد و ستد عاطفی صرفاً متوقع هستند ولی هیچ تلاشی به خرج نمی‌دهند، نتیجه‌ای جز حرمان در پی

نخواهد داشت.

از سوی دیگر، برخی، عشق حقیقی را با مالکیت یکی می‌دانند و هدفشان از ابراز عاطفه، سلطه بردیگری است، درحالی که محبت اصلی، مبتنی بر حصول اطمینان درباره مورد علاقه طرف مقابل بودن و مستلزم رعایت کامل حقوق انسانی اوست. در حقیقت، مهر و محبت با نثار کردن، تأیید می‌شود و ابراز آن محتاج شهامت و از خود بیرون آمدن است.

در این زمینه، توجه شما را به چند پیشنهاد عملی جلب می‌نمایم:

۱- سازنگری به انتظارات و خواسته‌هایی که از همسرتان دارید، عامل مفیدی در تعادل بخشی میان انتظارات شما و امکانات همسرتان محسوب می‌شود. هر انتظار نابجایی، می‌تواند، روابط عاطفی را دچار تردید نماید.

۲- هوشمندانه، برخی از خواسته‌ها و

نیازهای همسران را پیش‌بینی نمایید و قبل از این که همسران آنها را ابراز نمایند، با تأمین خردمندان آنها، او را شگفت زده و مفتون سازید.

۲- در جهت تأمین آرامش همسران، از هرگونه مشارکت روحی، فکری و عملی در حد توان خود استفاده کنید. آرامش زندگی عیناً به مفهوم رونق عاطفی خانواده نیست بلکه عامل زمینه‌ساز آن است و در کنار عناصر دیگر چون احساس مسئولیت دلسوزی و همحسی عاطفی می‌تواند به کمال برسد.

۳- به جای مقصر دانستن یکدیگر، سعی نمایید هر روز با نگرشی مثبت و حق شناسانه، در پی تمجید از آنچه که بیانگر قوتها و خوبیهایش می‌باشد، برآید تا روح قدرشناس از همسر و زندگی در همسران نیز استوار گردد.

پرسش (۲): مربی تربیتی یکی از دبیرستانهای پسرانه نظام جدید هستم، و به لحاظ اعتماد خوبی که فیما بین من و دانش آموزان وجود دارد، در جریان دردها و مشکلات آنان قرار می‌گیرم. اخیراً یکی از دانش‌آموزان طی نامه‌ای به گناهی اعتراف کرده و از من جویای راه حل شده است. ولی سیاق نامه بیانگر احساس گناه سنگینی است که بر قلب خود احساس می‌کند. البته من به طور کتبی او را راهنمایی نموده‌ام ولی به لحاظ تداوم ارتباط بعدی، می‌خواستم بدانم آیا احساس گناه وی طبیعی می‌باشد و یا جنبه افراطی دارد و در نهایت چگونه با مشکل او مواجه شوم. از این که به پرسش من پاسخ خواهید داد، قبلاً سپاسگزارم.

پاسخ: خوشوقتیم که توانسته‌اید به مرز اعتماد مشترک و متقابل بین خود و دانش‌آموزان دست یابید. در زمینه احساس گناه، ابتدا نکته‌ای را حضورتان یادآوری می‌کنیم. چنانچه بتوانید این واقعیت را به دانش‌آموزان تفهیم نمایید که ارتباط انسان و خدا، رابطه‌ای مستقیم و بی‌واسطه بوده و فرد گناهکار می‌تواند، بی‌نیاز از دیگران، به

درگاه خداوند، توبه کند و احتیاجی به اعتراف به گناه نزد دیگران نداشته و اگر توبه با شرایط کامل آن انجام شده، مورد قبول درگاه الهی قرار خواهد گرفت، باید گفت که گام مهمی در این زمینه برداشته‌اید.

احساس گناه، نیز به طور مطلق، مذموم نیست، بلکه تا حدی که منجر به ترک عمل وجبران نارسایها شود، لازم و ضروری است، لکن نه آنگونه که برخی از روان شناسان برآنند که احساس گناه را به طور کامل نفی می‌کنند و نه آن اندازه باید به احساس گناه میدان عمل داد تا جرأت بازگشت به خدا و بازگشت به زندگی سالم و متعادل را از فرد اخذ کند، بلکه از احساس گناه باید نیروی محرکه‌ای برای گامهای بلند و جهش به سوی آینده به وجود آورد. در ضمن، امیدوار نمودن بندگان به بخشش پروردگار، مانع از توجه دادن آنان به حقیقت استغفار نمی‌باشد. حضرت علی(ع) در کلامی فرمود: استغفار درجه مردان عالی قدر است، این کلمه (استغفار...) شش معنی در بردارد. پشیمانی از گذشته، تصمیم بر ترک گناه در آینده، ادای حق مردم به گونه‌ای که هنگام مرگ محق احدی برگردن آدمی نباشد، جبران واجباتی که تاکنون از دست رفته، اندوه به حدی که جبران گذشته شود و چشاندن رنج عبادت به بدن چنانکه شیرینی گناه چشیده است، پس از این مقدمات حقیقت راستغفار، روشن می‌شود.

پرسش (۳): مادری هستم دارای دو فرزند دختر و پسر و زندگی دردناکی که تقریباً دو دهه از آغاز آن می‌گذرد، با این که ازدواج من تحمیلی نبوده و با اراده خودم صورت گرفته است ولی اکنون خود را در بدترین موقعیت ممکن برای زندگی می‌بینم، همسرم آنقدر از طلاق در خانواده، حرف زده است که این کلمه عادی شده و ورد زبان بچه‌هایم می‌باشد، من با این که فردای روشنی برای زندگیمان نمی‌بینم ولی با این حال از طلاق نیز وحشت دارم، آن هم به خاطر اثرات سویی که این مسأله در زندگی فرزندانمان برجای

می‌گذارد.

تنها خواهش من این است که برایم بنویسید، طلاق چه آثاری ممکن است بر فرزندانم داشته باشد.

(مهری - م از ایلام)

پاسخ: در پاسخ به سئوالتان باید بگویم، جنبه‌های همیشگی خانواده، موجب می‌شود که فرزندانمان دارای روحیه‌ای عصبی و حساس بوده و زودتر از موعد مقرر به بحرانهایی کشیده شوند که تاب تحمل آنها را نداشته باشند.

برخی از تأثیرات نامطلوب طلاق در شخصیت فرزندان این خانواده عبارتند از: الف - جنبه عاطفی - فرزندان طلاق چنانچه پسر باشند، بیشتر گرایش به پرخاشگری، ستیز و مبارزه جویی دارند و اگر دختر باشند، تمایل به در خود فرو رفتن، تنهایی و انتقاد سخت از اطرافیان پیدا می‌کنند، این قبیل فرزندان معمولاً اندوهگین بوده و بغض آلود به نظر می‌رسند حالت غمگینی شدید ممکن است تا شش ماه بعد از جدایی و گاهی بیش از آن ادامه یابد.

ب - جنبه انگیزشی - معمولاً فرزندان طلاق، به دلیل از دست دادن پناهگاه مطمئن خانواده، انگیزه چندانی برای مطالعه، انجام تکلیف و کسب موفقیت نداشته و به تدریج در صورت عدم رفع بحران، به نوعی افت درسی و یا تکرار پایه گرفتار می‌شوند. و افت درسی اولیه منجر به کاهش فعالیت‌های بعدی شده و در مواردی به تکرار پایه می‌انجامد.

اینها علاوه بر از دست دادن شوق به امور روزمره و تکالیف مدرن، نسبت به بازی و سایر فعالیتها نیز بی‌علاقه می‌شوند.

ج - جنبه فیزیکی - این فرزندان، اغلب اشتیاق خود را از دست داده و چندان رغبتی به غذا خوردن ندارند به غذاهای مورد علاقه خود، چندان تمایل نداشته و اغلب از دردهای معده و دستگاه گوارش سردرد یا احساس کسالت رنج می‌برند.

د - جنبه شناختی - بچه‌های طلاق،

پاسخ: با وجود تغییرات فصلی که به واسطه بلوغ، پدید می‌آیند و در کمیت و کیفیت تلاش و استمرار توجه دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارند، ولی تغییرات وسیع‌تر و مهم‌تر را باید به گونه دیگری تفسیر نمود.

یکی از انگیزه‌های مهم در وجود آدمی، انگیزه پیش‌شرفتی می‌باشد (Achievement motive) و آن انگیزه‌ای درونی است در فرد برای به پایان رساندن موفقیت آمیز یک تکلیف، رسیدن به یک هدف یا دستیابی به درجه معینی از شایستگی در یک کار (فرهنگ توصیفی روان‌شناسی) سطح بالای انگیزش پیش‌شرفتی همان سطح بالای نیاز به اجتناب از شکست نمی‌باشد اشخاصی که نیازشان به پیش‌شرفتی، پدیده بسیار پیچیده‌ای است که در آن تمایلات زیستی، تسلط و کارآیی، و ارزشهای آموخته درهم آمیخته‌اند.

معمولاً این قبیل انگیزه‌ها از دو عامل اصلی یعنی عوامل ذاتی و عوامل اکتسابی تشکیل شده‌اند. به عنوان مثال هدف‌گیری بالا و متعالی، عاملی است که انگیزه را قویتر نموده و از خودجوشی فرد که جنبه درونی دارد، نشأت می‌گیرد و احتیاج به تأیید دیگران در زمینه رفتار فرد، عاملی بیرونی است که بر میزان تلاش و پویایی فرد تأثیر می‌گذارد.

در این مورد، امکان دارد که فرد از سائقهای درونی کمتر متأثر باشد و بیشتر بر سائقهای بیرونی متکی شود ترتیب دادن فرصتی برای مشاور فردی با این دانش آموز، تقویت زمینه‌های درستی مورد نیاز و تقویت این‌ها را که هنوز از امیدهای مطمئن مدرسه محسوب می‌شود از راههای پیشنهادی ما به شماست. ضمناً هماهنگ نمودن تدابیر خانوادگی با راه‌های مدرسه و یک دست استانداردهای موجود در این دو نهاد، مکمل شیوه‌های مذکور می‌باشد. چنانچه در فرصت مناسبی، در حضور جمعی از دانش‌آموزان مورد تشویق و دلگرمی مسئولین مدرسه قرار گیرد، در تلاش مجدد او نقش به‌سزایی خواهد داشت.

اغلب گمان می‌کنند به هر کاری دست بزنند، با شکست رو برو می‌شوند، برای مثال هرکاری که پیش می‌آید، می‌گویند: «این کار از من ساخته نیست».

آنها بر این باورند که در هیچ زمینه‌ای، امکان موفقیت ندارند، چه در زمینه دستیابی، و چه در زمینه ورزش و فعالیتهای فوق برنامه و نظایر آنها، توفیق چندانی ندارند.

لازم به یادآوری است که تنها فرزندان، قربانیان بلافصل جدایی والدین نیستند، بلکه والدین خود به شکلی قربانی چنین پدیده‌ای می‌باشند، به طور متوسط برای مرد پس از ضربه طلاق مدت زمانی قریب به دو سال و برای زن مدتی نزدیک به چهار سال به طول می‌انجامد تا اعتماد به نفس از دست رفته خویش را بازیابند.

از جنبه آینده‌نگری و تأثیرات دراز مدت آن هم باید اذعان نمود که غالب فرزندان طلاق، نگرش مثبتی نسبت به شریک زندگی آینده، ازدواج و پیمان زناشویی داشته و معمولاً با عینک تیره بدبینی به آینده خود از لحاظ زندگی مشترک می‌نگرند.

علی‌رغم تمامی آثار مذکور، چنانچه زندگی مشترک والدین با عسر و حرج مواجه شود و نتوانند راهی برای تفاهم بیابند در آن صورت از طلاق، گریزی نیست. چون مفهوم واقعی طلاق هم، گشودن راه می‌باشد.

پرسش (۴): دبیر یکی از دبیرستانهای تهران هستم. دانش‌آموزی دارم که سال قبل نیز او را می‌شناختم، بسیار جدی و پرتلاش بود و به قول یکی از همکاران، از امیدهای آینده دبیرستان محسوب می‌شد. امسال او را متفاوت از قبل می‌بینم، سعی و تلاش گذشته‌ای را که زیانزد همگان بود، کم‌رنگ و ضعیف مشاهده می‌کنم. سئوالم این است که چرا چنین حالتی در او به وجود آمده است و چه می‌توان کرد؟ قبلاً از این که به پرسش من پاسخ می‌دهید، سپاسگزارم

(اکرم - ش از تهران)

