



ازدواج هم
بدرمان
احتیاج دارد

تاکنون همه تصور می کردند که وقتی یک زن وشوهر سازگار نباشند و نتوانند زندگی کنند بهترین راه اینست که از یکدیگر جدا شوند. ولی از نظر علمی اینک راحل طلاق

را سردود میدانند و دانشمندان معتقدند که رامحل بهتری هم برای زنان و شوهران ناسازگار وجود دارد و این رامحل (درمان و معالجه ازدواج) است ، این دانشمندان روانشناس میگویند ازدواج هم مانند انسان، دچار عوارض و بیماریهایی می شود و همانطوریکه اگر انسانی بیمار شد نباید از او دست شست و او را به گورستان فرستاد ، بلکه باید بوسیله دارو و پزشک وی را درمان کرد ، بهمین ترتیب ازدواج هم قابل درمان است و اگر یک ازدواج دچار عوارض و بیماری خاصی شود ، می توان آنرا از راه علمی معالجه کرد و عوارضی را که پیدا شده است برطرف نمود. و باین ترتیب در روانشناسی اخیراً بخشی هم بنام بخش درمان ازدواج بوجود آمده است و روانشناسانی که در این امر سابقه و تخصصی دارند به درمان روانی آنهایی پرداخته اند که رشته ازدواجشان در حال گسستن است. درمان ازدواج ضرورتی است که در کلیه جوامع و مخصوصاً جوامع پیشرفته و متمدن احساس شده است در این جوامع متأسفانه رقم طلاق خیلی بالا رفته است و ناپایداری اساس خانواده ها ، دانشمندان را برانگیخته است که فکر عاجلی در این باره نکنند و رامحلی برای آن بیابند. رامحلی که آنها ارائه کرده اند همین درمان ازدواج است که از آن ذکر شد.

« الترن » مجله خانوادگی آلمان که هر شماره صفحات خاصی از خود را به بحث درباره مسائل مربوط به ازدواج و طلاق اختصاص میدهد در آخرین شماره خود مسئله درمان ازدواج را مطرح کرده است و در این مورد با دکتر « ماندل » یکی از کارشناسان این رشته مصاحبه ای ترتیب داده است که

در اینجا خلاصه آنرا ملاحظه میفرمائید و به چگونگی و اساس درمان ازدواج پی ببرید.

ازدواج چگونه درمان می شود؟

سئوال - آیا شما به درمان ازدواج اعتقاد دارید و فکر میکنید که این روش جدید در نجات خانواده ها و جلوگیری از نابودی آنها مؤثر است.

دکتر ماندل - من صد درصد به این روش تازه ایمان و عقیده دارم و میتوانم بگویم که با پیشرفت این روش و اصلاحاتی که بتدریج در آن خواهد شد، در آینده شاید بکلی طلاق و جدایی از بین برود و ازدواج ها لااقل ۹۰ درصد پایه و اساس مستحکمی داشته باشد.

سئوال - بعقیده شما علل افزایش طلاق و جدایی چیست ؟

دکتر ماندل - علل آن زیاد است ولی بطور کلی، می توان افزایش طلاق را بعلم تحولی دانست که در زندگی بشر در جوامع مختلف پیدا شده است و این تحولات چون با سنن قدیمی هم آهنگ نیست بناچار طلاق و جدایی را بوجود می آورد.

سئوال - بعقیده شما از نظر علمی و بطور کلی از چه راهی می توان ازدواج ها را نجات داد و مانع از بهم خوردن آنها شد ؟

دکتر ماندل - باید کاری کرد که ازدواج ها با سعادت و خوشبختی توأم باشند ، اگر زن و شوهری در زندگی زناشویی احساس خوشبختی کنند، هیچوقت ب فکر طلاق هم نمی افتند. باید موجبات حصول باین خوشبختی را فراهم آورد.

سئوال - و بعقیده شما روش درمان ازدواج

فراهم آوردن موجبات این سعادت و خوشبختی است ؟

دکتر ماندل - بله کاملاً اینطور است.
سؤال - یک زن وشوهر وقتی با این روش، تحت درمان قرار گرفتند بطور کلی ویزبان ساده چه احساسی پیدا می کنند ؟

دکتر ماندل - آنها حس میکنند که تفاهم زیادتری با یکدیگر پیدا کرده اند و زبان هم را بهتر میفهمند و درک میکنند و اگر هم اختلاف عقیده ای بین آنها روی دهد زودتر از سابق می توانند به توافق برسند و روابط زناشویی و جنسی آنها هم در سایه این تفاهم بهتر و مستحکم تر از سابق می شود.

چه ازدواج‌هایی احتیاج به درمان دارد ؟

سؤال - مسئله ای که بیشتر زن وشوهرها میخواهند بدانند اینست که آیا ازدواج دارد و چه موقی باید به کارشناس این درمان مراجعه کنند ؟

دکتر ماندل - خیلی از ازدواج‌هایی که در خطر است اصولاً خود بخود وبدون آنکه به کارشناس و روان‌شناس مراجعه شود ، ممکن است درمان گردد. خیلی از زنان وشوهران هستند که بدون آنکه خودشان هم بدانند روش درمان ازدواج را اعمال کرده و خانواده خود را نجات میدهند ، آنها هر سال که از زندگی زناشوییشان میگردد ، بهتر میفهمند که یک زن وشوهر خوب چه کارهایی باید بکنند و چه گذشت‌هایی باید از خود نشان دهند که زندگی خانواده خود را نجات دهند.

سؤال - بالاخره نگفتید که یک زن و شوهر چه موقی باید بدانند که ازدواج آنها

به درمان احتیاج دارد و باید به کارشناس مراجعه کنند ؟

دکتر ماندل - بهترین و مشخص‌ترین علائم اینکه یک ازدواج احتیاج بدرمان دارد اینست که شخص (زن یا شوهر) احساس کند که « این زندگی دیگر برای او غیر قابل تحمل است ».

سؤال - آیا فکر نمی کنید که هر زن و شوهری گاهی این احساس را ممکن است پیدا کنند ؟

دکتر ماندل - کاملاً درست است ، همه اشخاص معمولاً سالی یک یا چندبار ممکن است این احساس را پیدا کنند ولی در این موارد احساس خیلی زودگذر است یعنی بطول نمی‌انجامد و فاصله کمی دوباره روابط خوبی میان زن وشوهر پیدا می‌شود و آنها دیگر چنین احساسی ندارند ، در این موارد زودگذر البته زن وشوهر لازم نیست که بفکر درمان ازدواج خود بیایند ولی اگر این احساس طولانی و دائمی شد آنوقت است که زن وشوهر باید بفکر درمان و نجات ازدواج خود باشند .

سؤال - آیا عقیده شما مرز وحدودی وجود دارد که انسان تشخیص دهد از چه موقی به بعد دیگر نمی‌تواند با خودباری به زندگی خانوادگی و زناشویی خود کمک نماید ؟

دکتر ماندل - بطور کلی می‌توانم بگویم هر وقت که عدم رضایت از زندگی زناشویی بر کلیه افکار شخص غلبه کند آنوقت باید بطور جدی در صدد درمان آن ازدواج برآمد ، مثلاً اگر زنی بطور دائم حس کند که با یک مرد عوضی ازدواج کرده است و در ازدواج دچار اشتباه شده است و یا یک مرد دائماً در سرکار خود در فکر این باشد که چرا بدبخت شده است و چگونه حاضر باز ازدواج با چنین همسری

شده است در این صورت هم زن وهم سرد باید بدانند که ازدواج آنها در خطر است و باید هر چه زودتر در صدد درمان آن برآیند. نارضائی از ازدواج گاهی از اوقات ممکن است به بیخوابی، عصبانیت شدید و حتی خودکشی منجر شود.

سوال - این مرزهای بالا و حداکثر بود که شرح دادید، ممکن است توضیحی درباره مرزهای پائین و حداقل هم بدهید؟

دکتر ماندل - سرزکاملا مشخصی را نمیتوان تعیین کرد ولی وقتی یک زن وشوهر نزد خود فکر کردند که وقتی بچه ها کمی بزرگتر شدند فرصتی خواهند داشت که از یکدیگر جدا شوند، آنوقت است که باید بدانند دارند بحرحله خطرناک زندگی نزدیک می شوند و باید زودتر و قبل از آنکه کار بحرحله بحرانی تر برسد در صدد درمان ازدواج و اصلاح وضع خود برآیند.

سوال - خوب اگر این فکر بعوض یکبار چند بار سراغ زن یا شوهر آمد تکلیف چیست و آنها درجه مرحله ای از اختلاف و یا بهتر گفته شود انفجار خانوادگی هستند؟

دکتر ماندل - برای پی بردن باهویت و ریشه این اختلافات بهتر است که زن وشوهر از افکار یکدیگر هم مطلع شوند و بدانند طرز فکر طرف مقابل چیست و فکر «جدائی در زمانی که بچه ها بزرگ شوند» چند بار بسرطرف دیگر افتاده است.

سوال - در پزشکی معمول است که میگویند اگر بیمار در مراحل اولیه بیماری خود به پزشک مراجعه کرده و در صدد درمان برآید شانس معالجه او زیادتر است، آیا در ازدواج هم وضع بهین ترتیب است و اگر زن

وشوهر در مراحل اولیه اختلاف خود در صدد درمان ازدواج خود برآیند شانس زیادتری برای اینکار دارند؟

دکتر ماندل - بدون تردید این امر در مورد ازدواج هم صدق میکند. اگر یک زن و شوهر سالیان دراز و ستمدادی یا یکدیگر اختلاف و سشاجره داشته باشند در اینصورت امید خود آنها هم به رفع اختلاف و بهبود روابط، کمتر می شود و این خود اثر روانی در هر دو میکند و مانع از برطرف شدن ابرهای تیره در آسمان زناشویی می شود.

روش و چگونگی درمان ازدواج

سوال - خوب حالا بفرمائید که روان شناس و پزشک ازدواج چه وسایلی برای درمان و معالجه ازدواج های بیمار در اختیار دارند؟

دکتر ماندل - پند و نصیحت و تمرین.

سوال - جواب شما خیلی کلی بود ممکن است توضیح بیشتری درباره جزئیات و روش معالجه دهید؟

دکتر ماندل - اول درسورد پند و نصیحت، صحبت میکنیم، منظور از اینکار بهیچوجه پند و اندرزهای معمولی نیست، کارشناس درمان ازدواج رل معلم را بازی نمی کند و به زن و یا شوهر دستور نمیدهد که چه بکنند و چه

نکنند. او رل قاضی را هم بازی نمی کند یعنی بآنها نمیگوید کدام کارشان در گذشته درست و کدام کارشان اشتباه بوده است، بلکه اینکار را از راه خود و یا روش خاص و مخصوص بخود انجام میدهد.

سئوال - منظور شما از این روش خاص چیست ؟

دکتر ماندل - کارشناس درمان ازدواج ترتیب کار را طوری می‌دهد که خود طرفین ازدواج یعنی زن یا شوهر بتوانند رفتار و کار خود را ارزیابی کنند و درباره آن قضاوت نمایند ، کارشناس این امکان را به زنان و شوهران می‌دهد که نقاط ضعف خود را ، خودشان پیدا کنند و در صدد رفع این نقاط ضعف برآیند .

سئوال - آیا ممکن است مثالی در این باره زده و موضوع را کاملاً روشن کنید ؟

دکتر ماندل - شوهری را فرض می‌کنیم که دلش می‌خواهد همه کارهای خانه را همسرش برای او انجام دهد ، دست به سیاه و سفید نیز نزنند و توقع دارد همان کارهایی را که مادرش برای او می‌کرده حالا همسرش هم برای وی انجام دهد ، همسرش از این اخلاق و رفتار او رنج می‌برد و شکایت می‌کند و باو تذکر می‌دهد ولی گوش شوهر باین حرف‌ها بدهکار نیست زیرا او کار و رفتار خود را کاملاً عادی میدانند و دلیلی نمی‌بینند که کسی از رفتار او شکایت داشته باشد .

سئوال - خوب در این مورد کارشناس درمان ازدواج ، دلایل عدم رضایت و اختلاف زن و شوهر را برای هر دو تشریح می‌کند ؟ آیا اینکار ، فکر می‌کنید که در رفع اختلاف مؤثر باشد ؟

دکتر ماندل - بار دیگر در اینجا تکرار می‌کنم که کارشناس ، زن معلم و قاضی را بازی نمی‌کند و خودش بطور مستقیم چیزی را به

زن یا شوهر نمی‌گوید و تلقین نمی‌کند ، بلکه شرایط و امکاناتی بوجود می‌آورد که زن و شوهر خودشان متوجه علل اختلافاتشان میشوند ، وقتی زن و شوهر خودشان متوجه خبط و اشتباهات خود شدند ، دیگر این اشتباهات را در آینده مرتکب نمی‌شوند و در نتیجه اختلافات برطرف می‌گردد .

سئوال - خوب این قسمت اول درمان بود ، قسمت بعدی که تمرین باشد چگونه است ؟

دکتر ماندل - کارشناس به زن و شوهر و یا یکی از آنها تمریناتی می‌دهد که در خانه باید انجام دهند مثلاً در مورد شوهری که در خانه دست به سیاه و سفید نمی‌زند و میل دارد که همسرش نیز مانند یک مادر او را با اصطلاح تروخسک کند ، کارشناس با دستور می‌دهد که در خانه هر وقت این احساس را پیدا کرد که دست به سیاه و سفید نزنند در روی کاغذی که باو داده شده است علامتی بگذارد ، این کاغذ دو ستون دارد ، یک ستون مخصوص موقعی است که مرد پس از این احساس با خود بمبارزه برخاسته و برخلاف میل خودش با همسرش در انجام کارهای خانه کمک می‌کند و ستون دیگر مخصوص مواردیست که تسلیم تمایلات خود می‌شود .

سئوال - فکر می‌کنید که کاردرستی باشد انسان تمایلات خود را با این ترتیب سرکوب نماید ؟

دکتر ماندل - اینکار را سرکوب کردن تمایلات نمی‌توان گفت بلکه در حقیقت اصلاح کردن تمایلات غیرعقلانه و نادرست است ،

بقیه در صفحه ۶۴

کارشناس تشخیص دهد بهتر است با هر یک از آنها به تنهایی ملاقات کند و گاهی هم تشخیص میدهد که بهتر است با هر دوی آنها جلسه‌ای تشکیل دهد، حتی گاهی ممکن است کارشناس چند زن و شوهر را دعوت کرده با همه آنها جلسه مشترک داشته باشد، این البته بموقعیت و شرایط اختلافات خانوادگی بستگی دارد.

سوال - این مذاکرات چگونه انجام می‌شود؟

دکتر ماندل - در این موارد، اول کارشناس خودش چیزی نمی‌گوید، بلکه این اسکان را میدهد که هر یک از طرفین آنچه را در دل دارند بگویند و از هر چه ناراحت هستند بر زبان بیاورند و دیگران را دعوت به سکوت می‌کند و در این موارد معمولاً طرف مقابل چون خود را تحت حمایت کارشناس حس میکند، با بردباری سکوت می‌کند و به سخنان همسر خود گوش میدهد و باین ترتیب هم عقده دل همسر او خالی می‌شود و هم اینکه خود او برای نخستین بار بدقت بحرف‌های وی گوش کرده و با ناراحتی‌هایش آشنا می‌شود و این فرصتی است که بدون حضور کارشناس هیچ موقعی برای آنها پیش نمی‌آید.

سوال - این گفت و شنودها کمکی به رفع اختلافات می‌کند؟

دکتر ماندل - در خیلی از موارد مؤثر است و به رفع اختلافات کمک می‌کند و گاهی هم البته اثری ندارد که در آن صورت باید کارشناس ازدواج از راه دیگری اقدام کند.

وقتی یک فرد حس کند که دارای تمایلات صحیحی نیست و این تمایلات نادرست ریشه زندگی او را قطع می‌کند البته می‌تواند که این تمایلات خود را تغییر داده و اصلاح کند.

سوال - آیا اصلاح این تمایلات بعقیده شما باسانی امکان‌پذیر است؟

دکتر ماندل - بدون تردید امکان‌پذیر است، ماها هر کدام درست اخلاق بچه‌ها را داریم، یک نفر دلش سیخوادممانند بچه‌ها او را تروخشک کنند، دیگری میل دارد بر شریک زندگی خود تسلط و حکمفرمایی داشته باشد و... این تمایلات سرکشی است که باید مهار و کنترل شود.

سوال - در مورد همین اعمال نفوذ و تسلطی که از آن صحبت کردید، اگر فرض کنیم که مردی بخواهد بر همسر خود حکمفرمایی و تسلط داشته باشد و همسر او هم باین سلطه و حکمفرمایی رضایت دهد. در این صورت چه می‌گویید؟

دکتر ماندل - این ترکیبی که شما از یک زن و شوهر خیالی درست کرده و ارائه داده‌اید ظاهراً متناسب است و البته کلمه ظاهراً را فراموش نکنید زیرا بالاخره همسر این مرد دائماً در درون خود ناراحت است و از اینکه شوهرش او را بهیچ می‌شمارد و همیشه سعی دارد که حرف خود را بکرسی بنشاند رنج می‌برد و این عدم رضایت درونی اساس و شالوده ازدواج را سست می‌کند.

سوال - کارشناس درمان ازدواج معمولاً چگونه با زن و شوهرها تماس می‌گیرد؟
دکتر ماندل - گاهی ممکن است که