

نحوه مواجهه ما با منفور حلال

طلاق هم

«بد» و «بدتر» دارد!

■ سمیه باستینی*

نهاد خانواده به عنوان اولین سنگ‌بنای جامعه به شمار می رود، بنابراین یکی از ارکان مهم اجتماع، خانواده است. نهاد خانواده اولین محیط سالمی است که کودک در آن نیازهای خود را برای عشق، پذیرش و هماهنگ‌سازی عاطفی بر آورده می‌سازد. این نهاد مانند همه چیز در جهان به طور مداوم در حال تغییر بوده و دستخوش تحولات گوناگون قرار گرفته است. یکی از این تغییرات که در ظاهر جنبه شخصی داشته اما تبعات شدیدی آن متوجه جامعه شده است، پدیده طلاق است. امری که موجب از

■ روند رو به رشد و جهانی طلاق

مطالعات مختلف نشان می‌دهند روند افزایش طلاق جهانی است و علل بی‌شماری از جمله به رسمیت پذیرفتن این پدیده و کاهش فشارهای اجتماعی مبنی بر نگه‌داشت ازدواج، صنعتی شدن و استقلال اقتصادی زنان، کاهش باورهای مذهبی، سستی هنجارهای سنتی، فردگرایی، افزایش ارتباطات دو جنس به دلیل حضور فزاینده زنان در بازار کار، افزایش میزان استرس در زندگی، رفتارهای جنسی نامناسب، عدم یادگیری در مورد کیفیت ازدواج، عوامل مخدوش‌کننده بالقوه از جمله دوران کودکی و بزرگسالی، شرایط اجتماعی، اقتصادی، شناختی، ویزگی‌های شخصیتی، جسمی، روانی و پزشکی و... در آن دخیل است.

■ طلاق و تفسیرهای متفاوت ما

افراد معمولاً از فرآیند طلاق درک و تفسیرهای گوناگونی دارند.

اینکه افراد چه نگرشی نسبت به طلاق دارند و آن را چگونه تعبیر می‌کنند، به تجربه زیسته آنان و عوامل ذهنی و عینی بسیاری مرتبط است. از آنجایی که پدیده طلاق امری فردی به‌شمار نمی‌رود بنابراین آشنایی درست در مورد پدیده طلاق احتمال کاهش آن را به همراه خواهد داشت. نحوه برخورد و مواجهه ما با موضوع طلاق مهم است. در واقع در اینجا نیز مصداق بد و بدتر وجود دارد.

■ آزادی از قفس!

عده‌ای طلاق را به منزله آزادی از قفسی به نام زندگی ناشوویی در نظر می‌گیرند و زمانی که اوضاع بر وفق مرادشان نیست بدون هیچ‌گونه تلاشی سعی در پاک کردن صورت مسئله دارند و تمایلی به حل مسئله از خود نشان نمی‌دهند و اگر فردی به عنوان بزرگ‌تر

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱



افراد معمولاً از فرآیند طلاق درک و

تفسیرهای گوناگونی دارند. اینکه افراد چه نگرشی نسبت به طلاق دارند و آن را چگونه تعبیر می‌کنند، به تجربه زیسته آنان و عوامل ذهنی و عینی بسیاری مرتبط است. از آنجایی که پدیده طلاق امری فردی به‌شمار نمی‌رود بنابراین آشنایی درست در مورد پدیده طلاق احتمال کاهش آن را به همراه خواهد داشت. نحوه برخورد و مواجهه ما با موضوع طلاق مهم است. در واقع در اینجا نیز مصداق بد و بدتر وجود دارد

د

هم‌گسختگی و ناپسامانی می‌شود. در جوامعی که از دواج امری الهی و مقدس به‌شمار می‌رود، نسبت به جوامعی که در آنها از دواج به قصد لذت‌جویی و بی‌بایه و اساس است، کیفیت و ادامه‌مندی بالاتر و آمار طلاق پایین‌تر است.

حال اگر گزینۀ طلاق را راهی ناگزیر برای راهی از یک زندگی سراسر تنش در نظر بگیریم باز هم نحوه برخورد ما با این‌گزینه مهم است. در این نوشتار دو نوع برخورد و نگرش متفاوت با گزینۀ طلاق مورد بررسی قرار گرفته است.

د

عده‌ای طلاق را به منزله آزادی از قفسی به نام زندگی ناشوویی در نظر می‌گیرند و زمانی که اوضاع بر وفق مرادشان نیست بدون هیچ‌گونه تلاشی سعی در پاک کردن صورت مسئله دارند و تمایلی به حل مسئله از خود نشان نمی‌دهند و اگر فردی به عنوان بزرگ‌تر یا مشاور به ایشان صحیح‌را برایشان روشن کند باز هم مانند بچه‌نق نقویی که تصمیم‌دار فقط به خواسته خود برسد، سعی در خاتمه رابطه ناشوویی خود دارند و این افراد بدون هیچ دلیل قانع‌کننده و منطقی‌ای تنها یک تصمیم گرفته‌اند و آن، طلاق و جدایی است و به‌هیچ چیز دیگری فکر نمی‌کنند و تمام تلاش خود را معطوف به برآورده کردن این‌نیاز خود می‌کنند.

اگر با این افراد مصمم مواجه شوید متوجه خواهید شد که همسر زندگی خود را به‌بار انواع تهمت و بیماری روانی و... می‌گیرند و بدون تنفس به ناسزاگویی از او می‌پردازند و مادامی که در حال بدگوی هستند، محاسنات خود را برمی‌شمارند و سعی دارند خود را طوری نشان‌دهد که گویی قدسبانی بوده‌اند که توسط دیوی به اسارت گرفته شده‌اند و زمان آن رسیده است که خود را از چنگال این دیو بدسیرت‌رها کنند!

در نظر این افراد خانواده این دیو بدسیرت افسار او را گرفته و او را علیه او تحریک می‌کنند. اگر دقت کنیم متوجه روی دیگر ماجرا خواهیم بود چون با افرادی روبه‌رو هستیم که به‌عنوان تنها یک فرد در حال تصمیم‌گیری برای انجام دادن امری هستند اما دقیق‌تر که شویم متوجه عمق فاجعه می‌شویم، خانمی سعی در جدایی از همسر خود دارد، آقایی سعی در جدایی از همسر خود دارد، خانواده‌هایی که به نوعی درگیر این بازی روانی هستند، کودک یا کودکانی که همچون نوزاد پرندگان دهان خود را باز کرده و به این سو و آن سو می‌روند. اوضاع تأسف‌باری است. هجوم پرونده‌های طلاق در دادگاه‌ها و مراکز قانونی، رفت‌وآمد و کلاه به هم خوردن نظم اجتماع، صرف هزینه‌های کلان، عقب‌ماندگی و یک عمر پشیمانی!

■ طلاق به عنوان آخرین گزینه

عده دیگری از افراد وجود دارند که طلاق را به‌عنوان آخرین مرحله و بهترین راه‌حل برای خود و خانواده انتخاب می‌کنند، فردی در زندگی ناشوویی خود تصمیم به جدایی گرفته و قانون برای او گزینه طلاق را بعد از پروسه زمانی معین، تعیین کرده است.

فرد لطف قانون را محترم می‌شمارد و می‌داند قانون او را به‌عنوان یک انسان آزاد و مختار، مهم می‌شمارد اما این فرد سعی می‌کند به تصمیم خود زمان بدهد، ابعاد تصمیم خود را ارزیابی کند. در این زمینه از مشاوران متخصص و خانواده‌خود راهنمایی و حمایت طلب کند. با

سبک مراقبت

اختلال شخصیت مرزی، عاملی ناشناخته در پدیده طلاق

هنگام ازدواج مراقب روان‌پریش‌های دائمی باشید

■ انسبیه زارعان*

یکی از بزرگ‌ترین مضطلات جامعه امروز ما، آمار روزافزون طلاق یا منفور حلال است که این‌مهم‌با وجود بالا رفتن سن ازدواج و روند نزولی آن قطعاً موضوعی قابل تحقیق و تفحص است. علاوه بر این پیش‌تر جامعه‌شناسان و روانشناسان پنج‌سال اول زندگی را سال‌های پرخطر برای تداوم زندگی مشترک می‌دانستند که اکنون با توجه به‌دگرگونی‌های فرهنگی و اجتماعی ملاحظه می‌شود که این روند گسترده‌تر شده و حتی در میان خانواده‌هایی با قدمت ۲۰ سال و بیشتر هم دیده می‌شود. پر داختن به علل و عوامل ریشه‌ای این معضل، اولین قدم در شناسایی دلایل طلاق و نهایتاً پیشگیری از این اتفاق خواهد بود که همین می‌تواند منجر به جلوگیری و کم‌کردن بسیاری از آسیب‌های روانی و اجتماعی ناشی از طلاق شود. از جمله عواملی که به‌گسترش‌تر روند طلاق دامن‌زده است اختلالات شخصیتی است. اختلال شخصیت مرزی به دلایل خاص خوداز مهم‌ترین آنها شمرده می‌شود.

■ شخصیت چیست؟

شخصیت اگرچه از نظر روانشناسان راویکردهای مختلف، با اشکال گوناگونی تعریف شده اما یک تعریف کلی آن که مورد تأیید اکثر پژوهشگران این حوزه می‌باشد عبارت است از: «الگوهایی

مشخص از هیجان، تفکر و رفتار که فرد در تعامل با محیط مادی و اجتماعی‌اش به صورت یک سبک شخصی به‌کار می‌برد.»

در حقیقت مجموعه‌ای از صفات هیجانی، رفتاری یا منش و خصوصیاتی که در شرایط معمولی معرف شخص بوده و برای هر فردی نسبتاً ثابت و قابل پیش‌بینی است، شخصیت اطلاق می‌شود. گاهی این صفات شخصیتی به حدی نامازگار

و انعطاف‌ناپذیر می‌شوند که در عملکرد فرد اختلال به‌وجود آورده و باعث ناکارآمدی نسبی یا کلی فرد می‌شود. کسانی که دچار اختلالات شخصیت هستند در برابر فشارهای روانی عاجز بوده، توان برخورد صحیح با موقعیت را ندارند و قادر به حل مسائل نیستند.

■ پیچیدگی اختلال شخصیت مرزی

اختلالات شخصیت متعددی وجود دارد که بنابراین نظر روانشناسان اختلال شخصیت مرزی پیچیده‌ترین و در عین حال شایع‌ترین آن‌هاست. این اختلال به دلیل آنکه در مرز بین نوروتیک «افراد سالم» و سایکوپتیک «افراد بیمار» قرار دارد، مرزی گمته می‌شود.

ویژگی اصلی این اختلال، نوسان افراطی در خلقیات و روابط و ادراک خویش است. این بی‌ثباتی خلقی و عاطفی ممکن است از چند ساعت تا چند روز طول بکشد. خلق‌گرفته این بیماران به شدت تحت تاثیر دوره‌هایی از



■ اختلال در ایجاد رابطه

بیماران شخصیت مرزی اغلب با افراد مهم و محبوب جامعه به نوعی ایده‌آل‌سازی کرده و به آنها نزدیک می‌شوند و از آنجا که خود هویت روشنی ندارند با نزدیک شدن به آنها سعی در به‌دست آوردن هویت وابسته‌ای دارند، اما به محض نزدیک شدن و با دیدن کوچک‌ترین ناملایماتی فرد مورد نظر را به شدت تخریب می‌کنند. از نگاه این بیماران همه چیز و همه کس سیاه و سفید دیده می‌شود و قادر به اتخاذ دیدگاهی میانه‌رو نیستند. این افراد عموماً در ابتدا بسیار جذاب، پر شور و هیجان و بدون حد و مرز ظاهر می‌شوند که هیچ‌گونه رفتار ناخوشایندنی ندارند و به همین دلیل دارای جذابیت‌های خاصی به چشم می‌آیند، اما به محض اینکه با شخص مورد نظر وارد رابطه شده و به نوعی احساس‌سطح‌گیری‌شان بر فرد مورد نظر ارضاشد، سیاست دوری‌گزینی را اتخاذ می‌کنند. آنها دائماً در بیم و هراس وابستگی و طردشدگی در نوسان هستند. واکنش‌های تندبه‌ویژه هنگام احساس طردشدگی به خاطر نگاه سیاه و سفید آنها به روابط است.

■ قبل از ازدواج مبتلایان را بشناسید

از آنجا که ازدواج به‌عنوان یکی از محور ی‌ترین ارتباطات پذیرفته شده هر اجتماع محسوب افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی نیز به آسیب‌معمول وارد این ارتباط می‌شوند، شناسایی این افراد پیش از ازدواج می‌تواند بهترین گزینه برای پیشگیری باشد. عده‌ای از روانشناسان عددی بیماران مبتلا است. تهدید و اقدام به خودکشی در بین مبتلایان به‌وفور دیده می‌شود که‌گرچه بیشتر جنبه‌نمایشی دارد اما باید جدی گرفته شود. در این بیماران همچنین احتمال اختلالات حادی چون اختلال اضطراب فراگیر، افسردگی، سوءمصرف مواد و... دیده می‌شود. این اختلال مطابق آخرین آمارها ۲ درصد از جامعه عمومی را درگیر خود کرده که از این

د

از آنجا که از دواج به عنوان یکی از

محوری‌ترین ارتباطات پذیرفته شده هر اجتماع محسوب و افراد

مبتلا به اختلال شخصیت مرزی

نیز به‌طور معمول وارد این ارتباط

می‌شوند، شناسایی این افراد پیش

از ازدواج می‌تواند بهترین گزینه

برای پیشگیری باشد. روانشناسان

و روانپزشکان آنها معتقد

هستند این اختلال یک اختلال

مادام‌العمر و غیر قابل درمان است

خشم، وحشت‌زدگی و ناامیدی قرار می‌گیرد که احتمالاً به‌علت واکنش‌پذیری در برابر عوامل پر تنش بین فردی است، برانگیختگی هیجانی که باعث بی‌ثباتی رفتاری و کنترل ضعیف بر هیجان، برانگیختگی فیزیولوژی، علائم چهره‌ای و ارتباطات بین فردی می‌شود.

از مشخص‌ترین ویژگی‌های این اختلال احساس مزمن پوچی و بی‌پودگی و آشفتگی در خویشتن‌شناسی است. رفتارهای خود آسیب‌رسان مانند بریدن و خراش پوست، کوبیدن سر به دیوار، سوزاندن با سیگار و خودزنی‌های مکرر تنها نمونه‌هایی از آسیب‌های متعددی بیماران مبتلا است. تهدید و اقدام به خودکشی در بین مبتلایان به‌وفور دیده می‌شود که‌گرچه بیشتر جنبه‌نمایشی دارد اما باید جدی گرفته شود. در این بیماران همچنین احتمال اختلالات حادی چون اختلال اضطراب فراگیر، افسردگی، سوءمصرف مواد و... دیده می‌شود.

این اختلال مطابق آخرین آمارها ۲ درصد از

جامعه عمومی را درگیر خود کرده که از این

*روانشناس

