



۶متم رديف اول طلاق دهه هفتادی‌ها

چه عواملی باعث شده که بر اساس آمار سازمان ثبت احوال

طلاق در ایران به دهه هفتادی‌ها برسد؟

دکتر حسین محرابی | مشاور خانواده

محوری

بر اساس آمارهای سازمان ثبت‌احوال کشور، ۱۲/۲ درصد از دواج‌های صورت گرفته بین سال های ۹۱ تا ۹۷ به طلاق ختم شده است و ۲/۸ درصد این زوج‌های طلاق گرفته فقط یک سال زندگی کرده‌اند. به تعبیری، میزان طلاق ثبت شده نسبت به از دواج‌های ثبت شده حدود ۲۰ درصد است و میانگین سنی طلاق ۲۵ تا ۲۶ سالگی است یعنی نسل از دواج‌هایی که به طلاق ختم شده به دهه هفتادی‌ها رسیده و حدود نیمی از نسل از دواج‌های زنان که به طلاق منجر شده، مربوط به زنان دهه هفتادی است.(منبع خبر: روزنامه ایران). پر واضح است که همه دختر و پسر ها به امید چشیدن طعم خوشبختی تصمیم به ازدواج می گیرند، اما چه اتفاقی می افتد که مهر تلخ طلاق بر زندگی مشترکشان حک می‌شود؟ به بهانه آمار اعلام شده توسط سازمان ثبت‌احوال در ادامه به متهمان ردیف اول طلاق دهه هفتادی‌ها اشاره خواهیم کرد و این که دختر و پسرهای دم‌پخت باید چه کنند که در آینده نزدیک به این آمار اضافه نشود؟

۱ جدی نگرفتن جلسات خواستگاری
بعضی دختر و پسر های دهه هفتادی بعد از گرفتن تصمیم نهایی برای ازدواج، نه تنها جلسات خواستگاری را جدی نمی گیرند بلکه اطلاعات خودشان را برای نحوه شناخت طرف مقابل و پرسیدن موارد کلیدی در این جلسه سر نوشت ساز بالا نمی برند. ازدواج بدون آگاهی کافی از خود و طرف مقابل، اولین دلیل برای بروز مشکلات در زندگی مشترک است چرا که وقتی دختر

ارسال سوالات به صفحه خانواده پیامک ۰۹۹۹۰۰۰۰ تلگرام: ۰۹۵۲۳۹۴۵۷۶

مشکلی بر ایم پیش امد و فشار زیادی به من وارد شد. ناگهان گریه ام گرفت در حالی که خاتمم کنارم بود. احساس می کنم که خیلی بد شد و این اتفاق روی نگاه و برداشت اواز من تاثیر بدی خواهد گذاشت. ممکن است راهنمایی کنید؟

دکتر رضا یعقوبی | روان شناس بالینی

مشاوره زوجین
جالب است که بدانید از دیدگاه روان شناسی سلامت، یکی از عواملی که باعث می شود مردان عمر کوتاه‌تری نسبت به زنان داشته باشند، سرکوب کردن احساسات و ابراز نکردن هیجانات است. در فرهنگ ایرانی بر برخی ویژگی‌های مردان بسیار تاکید و برخی رفتارها بسیار نهی شده است؛ مثلاً این جمله را یاد شنیده اید: «مرد که گریه نمی کند!» الگویی که از یک مرد در ذهن افراد ساخته شده، فردی است بسیار سرسخت، مقاوم و قدرتمند که می‌تواند در در تحمل کند و در مقابل ناراحتی‌ها و رنج‌ها خوشبختن دار باشد. در این دیدگاه مرد خوب، مردی است که مانند کوه استوار و مانند فولاد سرسخت باشد.



چرا کودک دروغ می گوید؟

پاسخی به نگرانی‌های مادران درباره کودک کانی که راستش را نمی گویند یا حقیقت را پنهان می کنند

عطیه تقوی بجنوردی | روان شناس

بسیاری از مادران نگران این مسئله هستند که کودکشان دروغ می گوید یا موضوعاتی را از آن‌ها پنهان می کند. این نکته قابل ذکر است که آن چه کودکان خردسال (زیر شش سال) می گویند و مادروغ به حساب می آوریم، در واقع دروغ نیستند! بلکه اشتباه در تطبیق است. یعنی کودک خردسال بین حقیقت و مجاز، بیداری و رویا، تخیل و واقعیت فرقی نمی گذارد. بنابراین والدین باید مطلع باشند که در سنین پنج و شش سالگی صحبت‌های کودک دروغ نیست بلکه عملکردی از بخش تازه فعال شده تخیل در شخصیت آن‌هاست. اولین گام برای رفع این مسئله شناسایی علل و ریشه‌های دروغ گویی در کودکان است که در ادامه به آن می‌پردازیم.

• **ترس از والدین**

گاهی اوقات برخی والدین از تنبیه بدنی یا کلامی (توهین، تحقیر، سرزنش بیش از حد) در تربیت فرزندشان زیاد استفاده می کنند. کودکان در چنین خانواده‌هایی ترجیح می دهند از والدین فاصله بگیرند و گاه بیگانه متوسل به دروغ شوند چون نگران و مضطرب هستند که اگر صادقانه صحبت کنند، والدین شان عصبانی شوند.

• **خودنمایی و اظهار وجود**

برخی والدین به علت مشغله‌های شغلی یا مشکلات شخصی و خانوادگی نوعی سبک فرزندپروری سهل گیرانه و بی توجه به فرزندشان دارند و تحسین و تکریم شخصیت کودک را جدی نمی گیرند. فرزند آن با چنین والدینی گاهی متوسل به دروغ، مغلطه و اغراق می‌شوند یا کارهایی را به دروغ به خودشان نسبت می‌دهند تا شاید مورد توجه و دیده شدن قرار بگیرند.

مطلوب حاصل نمی‌شود و این یعنی شروع اختلافات و ناسازگاری‌ها.

۲ تصمیم به ازدواج به محض عاشق شدن

یکی از مهم‌ترین عوامل افزایش آمار طلاق در این سال‌ها، ازدواج‌های نامناسب و ناهمگون بوده است. جالب این که در یک ازدواج نامناسب و ناهمگون حتی اگر مهارت آموزی هم انجام شود، باز هم نتیجه تغییر نمی‌کند چرا که خانه از پای بست ویران است. به طور قطع دخترها و پسر ها برای این انتخاب مهم، به کمک و همراهی نیاز دارند تا بتوانند به درک درستی از ازدواج برسند و درگیر انتخاب‌های احساسی و عجولانه نشوند. بعضی دختر و پسر های دهه هفتادی که به عاشق شدن در یک نگاه باور دارند، به محض مواجهه با آن، تصمیم به ازدواج می‌گیرند! حال این که چگونه به این دختر یا پسر کمک شود، می‌تواند سر نوشت ساز باشد. در بسیاری از موارد حتی خانواده‌ها هم آگاهی و مهارت لازم را برای این کار ندارند یا به جای آن‌ها تصمیم می‌گیرند.

۳ مسئولیت پذیر نبودن

یکی دیگر از دلایل شکست در ازدواج و رسیدن به جدایی در چند سال گذشته، نداشتن بلوغ فکری و عاطفی و کاهش چشمگیر حس مسئولیت‌پذیری بین جوانان است. به نظر می‌رسد هر قدر شرایط ازدواج و انتخاب همسر، انتخاب شغل و اداره زندگی مشترک مشکل‌تر و سخت‌تر شده، به همان نسبت وابستگی افراد به خانواده‌هایشان بیشتر شده است زیرا احساس می‌کنند به تنهایی از عهده این مسئولیت سنگین بر نمی‌آیند. به تدریج نداشتن استقلال باعث می‌شود که فرد بخشی از مسئولیت خود را به گردن خانواده و دیگران بیندازد و به محض قرار گرفتن در تنگنا به طلاق فکر کند.

۴ درگیر شدن با یک سری توهمات درباره مسائل ناشویی

مانی توانیم درک متقابل زن و شوهر از یکدیگر را که سبب آرامش آن‌ها می‌شود، از غریز جنسی تفکیک کنیم. این‌ها در هم تنیده هستند و روی هم تاثیر می‌گذارند. درک جنسی و عاطفی همسر، انسان را به آرامش می‌رساند و اگر در ازضای غریز جنسی هر یک مشکلی وجود داشته باشد، روی روابط ناشویی

آن‌ان تاثیر فراوانی می‌گذارد. باید توجه کرد که از ضای غریز جنسی در زندگی ناشویی شبیه چسب زندگی است و باعث می‌شود زن و شوهر بیشتر

در کنار هم احساس صمیمیت و آرامش کنند و از یکدیگر لذت ببرند. عده‌ای تصور می‌کنند که با خواندن چند مطلب یا دیدن چند کلیپ از این ماجرا اطلاعات کافی کسب کرده‌اند در صورتی که نحوه ازضای غریز جنسی در زن و مرد کاملاً با هم متفاوت است و متأسفانه بعضی جوانان به خصوصی دهه هفتادی‌ها، یک سری توهمات و باورهای اشتباه درباره مسائل زناشویی دارند که برای‌شان در دسرساز خواهد شد.

۵ آشنا نبودن با مهارت‌های همسر داری

یکی دیگر از دلایل شکست خوردن یک ازدواج، نداشتن مهارت‌های لازم از سوی زن و شوهر است. همان‌طور که اگر یک کارگر بدون ابزار کافی وارد محل کار شود، نمی‌تواند کار خود را پیش ببرد، زن و شوهر هم اگر بدون داشتن مهارت و توانایی‌های کافی در زمینه‌های ارتباطی و حل مسئله وارد زندگی مشترک شوند نمی‌توانند با یکدیگر ارتباط موثر برقرار کنند و در نتیجه مشکلات به جای حل شدن روز به روز پیچیده‌تر و گسترده‌تر می‌شود. زوج‌ها برای ادامه یک ارتباط رضایت بخش باید از مهارت‌های زندگی مانند گفت و گو، گوش دادن و توانایی حل مسئله آگاهی داشته باشند چرا که وجود مشکل و اختلاف سلیقه در زندگی طبیعی است ولی نکته حائز اهمیت نحوه برخورد با این مشکلات است. گفت‌وگو یک عامل مهم در ازدواج موفق و زندگی مشترک است. زوج‌هایی که بیشتر اهل گفت و گو هستند، توانایی حل مسئله را نیز دارند.

۶ کم اهمیت دانستن معناد بودن طرف مقابل

اگر مخاطب همیشگی صفحه خانواده و مشاوره باشید، به خصوص در چند وقت اخیر حتماً پیامک‌های زن و شوهرهایی را دیده‌اید که یکی از آن‌ها معتاد است و پایداری زندگی مشترکشان به خطر افتاده است. اعتیاد همواره در صدر دلایل جدایی زن و شوهر ها قرار داشته و دارد. به همین دلیل به هیچ‌وجه نباید به امید ترک کردن بامردیازنی ازدواج کرد و به قدرت عشق برای اصلاح طرف مقابل، ایمان آورد. وقتی یک عضو و به خصوص مرد خانواده گرفتار اعتیاد می‌شود، نمی‌تواند وظایف خود را در محل کار و محیط خانواده به درستی انجام دهد بنابراین نتیجه این کاهش عملکرد

در محل کار ممکن است اخراج و بیکاری باشد و در خانواده هم بی‌توجهی به همسر و فرزندان که این بی‌توجهی مقدمه‌ای است برای بروز اختلاف و درگیری بین زن و شوهر.



زندگی مشترک سفارش شده، داشتن اقتدار است. اقتدار نه به معنای مستبد و خودرای بودن بلکه به معنای قابل تکیه بودن است. مقتدر بودن یک ویژگی است که زن‌ها بسیار دوست دارند، همسرشان داشته باشد. عواملی که باعث از بین رفتن این اقتدار شود، به رابطه ناشویی و احساسات زن به مرد لطمه می‌زند. مردی که برای مشکلات کوچک بارها مقابل همسرش گریه کند، ممکن است اقتدارش را از دست بدهد و همسرش او را قابل اتکا نداند.

• **گریه کردن تان نباید یاد تکرار شود**
لازم است که زن و مرد در کنار هم احساس امنیت کنند و حتی درباره بیان احساس‌شان هم با یکدیگر راحت باشند. این اتفاق می‌تواند صمیمیت را در رابطه افزایش دهد اما بیان احساسات منفی مانند گریه کردن اگر زیاد تکرار شود، صمیمیت را به نفع تبدیل خواهد کرد. افرادی که دچار مشکلات اساسی هستند و ممکن است تادمت‌ها درگیر افسردگی باشند و به همین دلیل زیاد گریه کنند، شایسته است با روان‌شناس در ارتباط باشند تا مشکل‌شان به صورت حرفه‌ای حل شود.

• **کمال گرایی والدین**

بعضی والدین انتظارات بیش از حدی از فرزندشان دارند. مثل این که باید همیشه دختر / پسر خوبی باشد، به همه احترام بگذارد، به موقع بخوابد و... باید‌های بیش از حد و وضع قوانین سخت برای کودک دشوار و ممکن است دوست داشتنی بودن یا پذیرش را صرفاً در عایت موارد تعیین شده از طرف والدینش تصور کند و برای رسیدن به آن‌هاوارائه تصویر کامل و بدون نقص از خودش به دروغ‌گویی روی آورد. با این کار از انتقادهای بیش از حد والدینش هم‌راهی پیدا می‌کند.

• **الگو برداری از والدین**

ممکن است در مواردی کودک که شاهد این موضوع باشد که پدر یا مادرش برای مسئله‌ای بی‌اهمیت یا در قالب شوخی به یکدیگر یا دیگران دروغ بگویند. در بعضی موارد برخی والدین در مکالمات خود از عبارات: «دروغ‌گو! دروغ میگی! چه دروغ! عجب دروغ گویی» استفاده می‌کنند. همه این موارد در حافظه یادگیری مشاهده‌ای کودک ثبت می‌شوند و ممکن است نتیجه‌گیری کند که دروغ گفتن کار ناپسندی نیست و می‌شود گاهی از آن استفاده کرد یا می‌شود امتحانش کرد.

قرار و مدار

روز سر زدن به آرشیو سی‌دی‌ها

بیشتر مایک آرشیو از سی‌دی‌ها و دی‌وی‌دی‌های فیلم‌هایی که دیده ایم، داریم. امروز یک سری بهشتون برزین، شاید ترغیب شدین بعضی‌هاشون رو دوباره ببینین. یک پیشنهاد هم اینه، اون‌هایی رو که به نظرتون ارزش دیدن داره و جالبه قرض بدین به دوست، آشنا و فامیل

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی‌سلام: پیامک ۰۹۹۹۰۰۰۲۰۰
وتلگرام ۰۹۳۵۲۳۹۴۵۷۶

* درباره پرونده زندگی‌سلام، کاش پرسپولیس و استقلال رو هم مثل همین شاهین بندرامری، بدهند دست خود مردم تا اداره‌اش کنن و این قدر پول بیت‌المال رو هدر ندن. الان کی می‌دونه که چند میلیارد باید جریمه بدن این دو تیم؟ حیف و صدحیف. * تاسف باره که یک دختر بچه در سن ۹ یا ۸ سالگی دست به چنین کار خطرناکی زده. من این کلیپ رو دیدم که در صفحه خانواده درباره‌اش نوشتید، یک جای اون میگه که برای بار نهم یا دهم دارم کلیپ رو ضبط می‌کنم و امیدوارم مسموم نشم!

* بچه پنج ساله من تازه یاد گرفته بود که روز در میان، صفحه کودک روز نامه خراسان چاپ میشه و می‌رفت سراغش که حذف شد. نمیشه آبنبات روروز در میان چاپ کنین؟

* بعد از خواندن پرونده فوتبالی‌ترین روستای ایران، دلم برای زندگی روستایی تنگ شد. چقدر خوب بود. خاطر اتم همه زنده شد. هر چند نزدیک ۱۵ ساله اودمدم شهر. از صفا و صمیمیتی که بین همسایه‌ها و... بود، هیچ خبری در زندگی شهری نیست.

* آقای مربی تیم ملی، اگر پرونده امروز زندگی‌سلام به دستت رسید، به جای این که بری دنبال بازیکن های دورگو و خارجی، برو بازی تیم‌هایی مثل شاهین بندرعامری رو ببین. یک عالمه استعداد ناب داره که دیده نمیشن.

ویدئو تدریس معلم‌ها در شاد

رادست به دست نکند

رفتار غلطی که به تازگی رایج شده و می‌تواند باعث افت کیفیت آموزش شود بنابراین پیش از این که دیر شود باید زنجیره انتشارشان را قطع کنیم

تدریس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره

منتشر کردن فایل تدریس معلم‌ها از نیمه دوم سال تحصیلی قبل آغاز شد و داستان یکی از موارد آن قدر بالا گرفت که دیگر تقریباً همه ما با واژه «یالاند» آشنا شدیم. عبارتی که حتی به گوش وزیر هم رسید و باعث شد تا او به دلجویی از معلمی که دلسوزانه در پی استفاده از فضای مجازی بود، بر بیاید. حالا امسال و در شرایطی که حدود یک ماه از شروع سال تحصیلی می‌گذرد، داستان انتشار فایل‌های صوتی دوباره در حال بالا گرفتن است؛ به خصوص معلم عربی که دانشم‌ش‌های زیادی بر اساس شیوه آموزشی‌اش ساخته شد. دلایل متعددی وجود دارد که این موضوع را انتخابی غلط و به شدت آسیب‌رسان در نظر بگیریم.

• **دست‌وپای معلم را نبندید**

در آموزش به‌ویژه در تدریس به کودکان دبستانی، معلم‌ان می‌توانند خلاقیت‌های خاصی در رفتار خود داشته باشند؛ از تغییر صدا، تا تعریف داستان‌های بامزه یا آوردن شخصیتی جذاب برای تدریس. اما اغلب معلم‌ها تنها در صورتی این کارها را انجام می‌دهند که احساس امنیت کافی در فضای کاری خود داشته باشند. زمانی که معلم احساس کند دایم زیر نگاه ابرادگیر دیگران است، کمتر حاضر می‌شود تا فعالیت جدیدی را امتحان کند. به عبارت دیگر با انتشار فایل‌های تدریس معلم‌فرزندان، ما او را از داشتن معلمی خلاق و با اعتماد به نفس محروم می‌کنیم؛ کاری که در طولانی مدت باعث می‌شود فرزندان آسیب ببیند.

• **آن‌چه برای خود نمی‌پسندی...**

در نهایت بیابید یک بار دیگر به جمله معروفی نگاه کنیم که زی‌اد آن را شنیده‌ایم؛ «آن‌چه برای خود نمی‌پسندی، برای دیگران هم نپسند». آیا خودمان دوست داریم فایل صوتی مربوط به ما که چون به دیگران اعتماد داشته‌ایم در اختیار آن‌ها گذاشته‌ایم، بدون اجازه‌مان منتشر شود و دست‌مایه شوخی و خنده قرار بگیرد؟ آیا در صورتی که این اتفاق پیش بیاید، آن را تجاوز به حریم خصوصی خود در نظر نمی‌گیریم؟



زندگی‌سلام
یک شبیه
۱۳ مهر ۱۳۹۹
شماره ۱۷۱۱

خانواده و مشاوره

