زندگی سلام

ZENDEGI-SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

شنبه • ۴ اسفند ۱۳۹۷

۱۷ جمادی‌الثانی ۱۴۴۰ • ۲۳ فوریه ۲۰۱۹

شماره ۲۰۰۴۴

۱۲۶۷

تحلیل روان شناسانه ماجرای عجیب و غریب زوجی که
۲۷ بار درخواست طلاق داده بودند و پخش آن از برنامه «فرمول یک»

این رسم آسیب شناسی نیست

پرونده

«امیر» و «مریم» زوج جالب و تا حدی عجیب هستند که در طول ۲۵ سال زندگی مشترک، ۲۷ بار درخواست طلاق داده‌اند و بعدش بدون حل زیربنایی مشکلات آشتی کرده‌اند و جالب‌تر این که یک بار هم طلاق گرفته‌اند اما دوری هم را تاب نمی‌آورند و بعد از گذشت دو ماه مجدد با هم ازدواج می‌کنند! این زوج که به تازگی مهمان برنامه «فرمول یک» هم بودند، نکاتی از زندگی مشترک‌شان مطرح کردند که از لحاظ روان‌شناسی قابل بررسی است. در این بین کاربران شبکه‌های اجتماعی، به‌نشان دادن این زوج در یکی از برنامه‌های پرمخاطب تلویزیون واکنش نشان دادند و به تهیه‌کنندگان این برنامه معترض شدند. در ادامه گوشه‌ای از صحبت‌های این زن و شوهر، سپس تحلیل یک مشاور و یک روان‌شناس را درباره این زوج و درست یا نادرست بودن پخش این برنامه از تلویزیون خواهید خواند.

عکس از فارس

گزیده‌ای از آن چه که «امیر» و «مریم» درباره زندگی متفاوت‌شان گفته‌اند

سر هر چیزی با هم می‌جنگیدیم

آقای محمدی بیست و یکی دو ساله و سرباز بوده که عاشق همسرش می‌شود. فارس با این مقدمه می‌نویسد که اولین دعوای این زن و شوهر دو ساعت بعد از ثبت شناسنامه‌ای عقدشان بود، آن هم در خیابان! آقای محمدی می‌گوید: «شب اول که عقد کردیم سر این موضوع که آن شب را در منزل مادر من بمانیم یا به خانه مادر همسرم برویم، دعوای مان شد و اولین کتک زندگی را همان جا زدم.» با گذشت زمان اختلافات آن‌ها بالا می‌گیرد. وقتی درباره موضوع اختلافات شان از آن‌ها می‌پرسم، خانم مبینی می‌گوید: «مثلا همین اختلافات بین عروس و مادرشوهر، این که زود به من برمی‌خورد یا این که چرا از خانواده‌ات دفاع می‌کنی. در دسرتان ندهم ما از همان ابتدا سر هر چیزی می‌جنگیدیم. هر چیزی می‌توانست یک دعوای بزرگ بین ما راه بیندازد.»

ماهواره را جمع کردیم، خلاص شدیم!

حالا که زندگی خوب و خوش است دنبال تفاوت می‌گردم و می‌پرسم چه چیزهایی اوضاع بین تان را خراب می‌کرد که حالا دیگر نیست؟ آقای محمدی با خنده می‌گوید: «ماهواره، واقعا تاثیر بدی روی ما داشت. آن وقت‌ها هم به این نتیجه رسیده بودم. از بس شک و خیانت را نشان می‌داد روی همسرم عجیب تاثیر داشت.» خنده‌ام می‌گیرد و می‌گویم شبیه پیام‌های اخلاقی تلویزیون است که این حرف‌ها را می‌زنند و بعد آتش زدن ماهواره را نشان می‌دهند که خانم مبینی خیلی جدی تایید می‌کند و می‌گوید: «راست می‌گویند. من آن قدر تاثیر می‌گرفتم و وابسته شده بودم که حد نداشت. شوهرم ماهواره را از کار انداخته بود، اما من یاد گرفته بودم چطوری درستش کنم. وقتی صبح می‌رفت من ماهواره را درستش می‌کردم و وقتی می‌آمد دوباره از کار می‌انداختم تا نفهمد. وقتی هم قرار شد دوباره زندگی را شروع کنیم دیگر ماهواره نگرفتیم.»

۲۷ بار برای طلاق اقدام کردیم

آقای محمدی و خانم مبینی در زندگی شان ۲۷ بار برای طلاق به دادگاه مراجعه کرده‌اند اما قصه طلاق وقتی جدی می‌شود که آقای محمدی و خانم مبینی بعد از بیست و چندمین بار باز هم به دادگاه می‌روند و این بار خیلی جدی تصمیم می‌گیرند طلاق بگیرند. البته بعد از مدت کوتاهی، دلتنگی و فشار دوری کار خودش را می‌کند. بالاخره یک روز آقای محمدی تلفنش را برمی‌دارد و به همسر سابقش زنگ می‌زند و می‌گوید: «من می‌خواهم ازدواج کنم و بهترین آدم برای ازدواج با من تو هستی. من پیش مشاور هم رفتم، او گفت بهترین گزینه ازدواج برای من تو هستی. حالا هم جواب نده. ۱۰ روز فکر کن و خبر بده. بعد از چندین تماس همسرم قانع شد و با هم رفتیم به همان رستورانی که در خوشی‌های مان قبلا می‌رفتیم.»

خودتان را تغییر بدهید، طرف مقابل تغییر می‌کند

همه حرف‌ها را که شنیدم به آقای محمدی و خانم مبینی گفتم که دنبال یک جمله کوتاه می‌گردم که بعدها بگویم من زن و شوهری را می‌شناسم که ۲۷ بار رفته‌اند از هم طلاق بگیرند آخر هم جدا شدند اما یک چیزی زندگی شان را زیرورو کرد و برگشتند. خانم مبینی می‌گوید: «خودت را درست کن، طرف مقابل خودش درست می‌شود.» آقای محمدی می‌گوید: «دنبال مقصر نگردید. اصلا هم نگردید. اصلا مهم نیست. سعی کنید درستش کنید. بروید بگویید من مقصرم بیا درستش کنیم. همه چیز خودش درست می‌شود. اگر غیر از این تا کنید درست نمی‌شود.»

نظر یک روان شناس درباره اشتباهات این زن و شوهر در زندگی مشترک شان

عاقبت آشتی کردن‌های غیر اصولی

دکتر رضا یعقوبی | روان شناس

وقتی یک زوج ۲۷ بار اقدام به طلاق کرده‌اند، لزوماً به معنای تصمیم جدی آن‌ها برای طلاق نبوده بلکه حداقل ۲۷ بار به مرحله‌ای رسیده‌اند که امیدشان را برای ادامه زندگی از دست داده و ترجیح داده‌اند که تنها شوند. در این بین، تصمیم این زوج برای برگشت به زندگی بعد از یک بار اقدام به طلاق، نشان دهنده یک نیاز قوی است که بعد از جدایی متوجه آن شده‌اند. دقیقاً مانند برخی از سرمایه‌های ما در زندگی که وقتی آن‌ها را از دست می‌دهیم، قدرشان را می‌دانیم. واقعیت این است که برخورد با مشکلات ارتباطی با دیگر مشکلات متفاوت است.

فرمول طلایی اصلاح زندگی زناشویی

یکی دیگر از نکاتی که در این رابطه وجود دارد، این است که آشتی کردن به معنای حل مشکل نیست. شاید در رابطه آقای محمدی با همسرش، ۲۷ بار آشتی انجام شده اما اقدام درستی برای اصلاح رابطه صورت نگرفته و به همین دلیل هر بار منجر به اقدام دیگری برای طلاق شده است. زمانی این زن و شوهر در کنار یکدیگر احساس آرامش می‌کنند که به گفته خودشان تصمیم می‌گیرند، خودشان را تغییر دهند نه طرف مقابل را و این همان اصلاح رابطه است. زمانی این رابطه پایدار می‌شود که این زن و شوهر تصمیم می‌گیرند نقاط ضعف خود را بشناسند و برای اصلاح آن اقدام جدی انجام دهند. مثلاً آن جا که آقای محمدی می‌گوید: «حالا اگر بخواهم به کسی بگویم که اشتباهات مرا تکرار نکند، می‌گویم هرگز در عصبانیت تصمیم نگیر و کاری نکن.» این خود بخشی از تغییر است.

مشکلات سال‌های اول ازدواج نشانه نداشتن تفاهم نیست

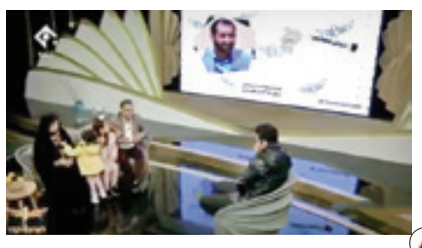
نکته بعد این که اول ازدواج مشکلات زوج‌ها بیشتر است. وقتی دو انسان از دو جنس متفاوت از دو خانواده متفاوت با یکدیگر ازدواج می‌کنند، قطعاً در سال‌های اول زندگی به خاطر ناآشنایی با روحیات و نیازهای یکدیگر، مشکلات بیشتری نسبت به سال‌های بعد خواهند داشت و معمولاً سال‌های اول زندگی با تمام لذتی که دارد، همراه با تنش‌های زیادی است و زوج‌ها باید در نظر داشته باشند که چنان چه از این مرحله با موفقیت بگذرند، سال‌های بعد احساس متفاوتی راجع به همسرشان خواهند داشت. متاسفانه برخی از زوج‌ها این تفاوت‌ها و نبود شناخت را به منزله ناسازگاری و نشانه‌ای برای طلاق در نظر می‌گیرند.

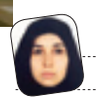
از اهمیت مهارت حل مسئله غافل نشوید

یکی دیگر از نکاتی که درباره داستان این زوج اهمیت دارد، این است که روش‌های «حل مسئله» را یاد نداشته‌اند. حل مسئله نوعی مهارت روان شناختی است که به فرد کمک می‌کند تا در هر شرایطی از جمله شرایط بحرانی و خاص بتواند بهترین تصمیم را بگیرد. مثلاً در شرایطی مانند خشم و عصبانیت، تصمیم گیری کار سخت‌تری است و اقدام درست می‌تواند سرنوشت یک فرد را رقم بزند. هرچند جای خوشحالی است که زندگی این زوج، روزهای خوبش را طی می‌کند اما کاش تلویزیون از پیشگیری و مهارت ارتباط موثر بگوید؛ خوب است در هر مرحله‌ای که هستیم، بتوانیم زندگی مان را حفظ کنیم اما از این بهتر آن است که اصلا چنین تجربه‌های تلخی را از سر نگذرانیم.

چرا «ضیا» نباید این خانواده را به تلویزیون می‌آورد و دست بزن داشتن را بی اهمیت جلوه می‌داد؟

آسیب‌شناسی آداب خود را دارد





نرگس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره

باتوجه به داستان امیر و مریم، در این مطلب ما به دنبال طرح سه نکته هستیم؛ نکته‌ای خطاب به همسران جوان، نکته‌ای برای اهالی رسانه که چنین موضوعاتی را تحت پوشش قرار می‌دهند و در آخر نکته‌ای خطاب به والدینی که کودکانی خردسال دارند.

خط قرمزهای شما چیست؟

خط قرمزهای همسران در زندگی چه باید باشد؟ این نکته‌ای است که متاسفانه در بسیاری از مواقع افراد به آن توجهی نداشته و تعریفی نیز برای آن ندارند. منظور از خط قرمز مواردی است که در صورت زیر پا گذاشته شدن، فرد به آن رابطه پایان می‌دهد یا درباره آن، تجدید نظری اساسی می‌کند. آیا شما در زندگی این زوج خط قرمزی می‌بینید؟ دو نفر با هم تا حد کتک کاری دعوا و آسیب‌هایی جدی به جسم و روان همدیگر وارد می‌کرده‌اند و در نهایت باز برای در کنار هم بودن، پیشقدم می‌شدند. آیا این رفتار نشانه رفتاری پخته است؟ این که در نهایت به نظر می‌رسد این زوج مسیر درست را پیدا کرده‌اند و به مدد مشاوره متوجه اشتباهات خود شده‌اند جای خوشوقتی است اما سوالی که همه همسران و به ویژه زوج‌های جوان لازم است در همان ابتدای ازدواج به آن پاسخ دهند این است که خط قرمزهای من چیست و اگر چه اتفاقی در این رابطه بیفتد من ناچار از ترک آن خواهم بود؟ در زمان پاسخ به این سوال توجه داشته باشید همان قدر که نداشتن هیچ خط قرمزی نشانه نپختگی است، داشتن خط قرمزهای متعدد نیز نشان می‌دهد شما تصور درستی از ازدواج و زندگی مشترک ندارید.

بیان آسیب‌ها، ظرافت بیشتری می‌طلبد

جدای از نوع رابطه این زوج، موضوع قابل تامل دیگر نوع پرداخت برخی رسانه‌ها اعم از تلویزیون از داستان این رابطه بود. یادمان باشد خشونت بین همسران، امری مذموم برای همه زمان‌هاست. نمی‌شود به عنوان موضوعی جذاب و با لحنی سرخوشانه درباره آن صحبت کرد و با لبخند از داستان کتک‌زدن همسر پرسید و بعد انتظار داشت که در ذهن مخاطب، به ویژه مخاطب کم سن و سال، همسرآزاری به عنوان امری مذموم جا بیفتد. پرداختن به چنین موضوعاتی نیازمند ظرافت‌های بیشتری است که متاسفانه به نظر می‌رسد در این باره چندان مورد توجه برنامه‌سازان قرار نگرفته است.

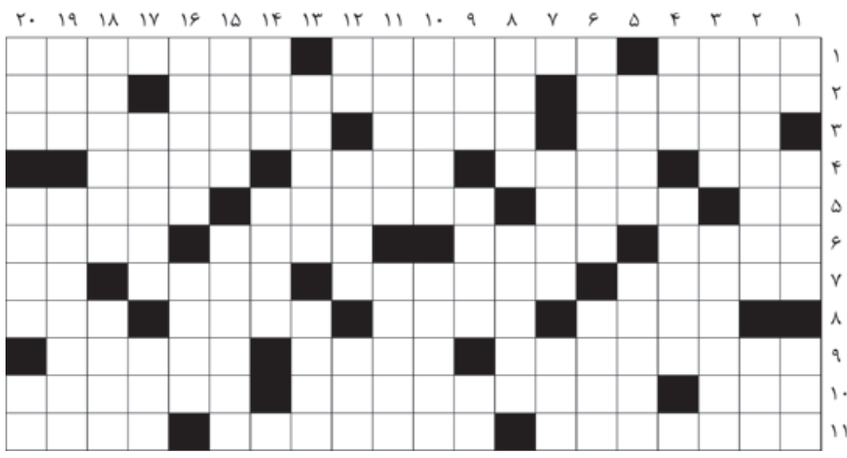
حریم شخصی کودکان را جدی بگیریم

اما موضوع آخر، بحث حریم شخصی کودکان در چنین مواردی است. ای کاش والدین در کنار برنامه‌سازان به این نکته توجه داشتند که طرح موضوع زوجی با پا به سن گذاشته که به اختیار خود به برنامه‌ای آمده‌اند یک چیز است و پخش تصویر یا ویدئوی کودکانی که حتی متوجه تمام ابعاد این حضور تلویزیونی نیز نیستند، چیز دیگری است. به نظر می‌رسد حفظ حریم خصوصی کودکان در چنین برنامه‌هایی که موضوعات مطرح شده، محل مناقشه است، نیاز به توجه بیشتری دارد. در این باره هم والدین باید به حریم شخصی کودکان خود و هم اهالی رسانه، به این موضوعات توجه بیشتری نشان دهند.

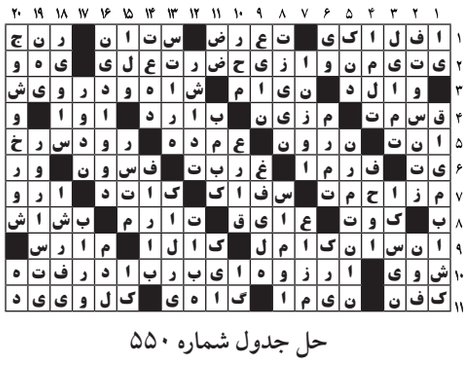
جدول سخت [شماره ۵۵۱]

افقی:
۱ – تکاپوی بسیار و بی‌حاصل – شاهکار معماری سلجوقی در شهر مراغه – پادشاه بابل و اولین قانون‌گذار تاریخ ۲ – نوعی کباب – نویسنده آلمانی رمان مشهور عقاید یک دلقک – پشت سر ۳ – موسس سلسله گورکانیان – خواست قلبی – سردار شجاع ایرانی که در مقابل اسکندر مردانه ایستادگی کرد ۴ – سخت و دشوار – رویه لباس – ورزشی گروهی – عقیم ۵ – ضمیر غایب – دروغی – خاصیت مقاومت جسم در برابر تغییر سرعت – پیچک ۶ – چاشنی غذایی تند – میله باریک برای تمیز کردن لوله تفنگ – نام قائم منتظر (عج) – امامان ۷ – راستگویی – گیاهی علفی از خانواده نرگس – جست‌وجو – عضو رونده ۸ – اهل تلاش و فعالیت – جای بلند – دیسک فشرده – زیان ۹ – دسته‌ای از حشرات با زندگی اجتماعی و دگردیسی ناقص – همان سانتی متر است – ارزن ۱۰ – طرز و شیوه – کودتای ناموفق آمریکا علیه حکومت فیدل کاسترو در کوبا – ارتوپد سنتی ۱۱ – ماده منفجره – پادزهر – شیوه تلفظ

عمودی:
۱ – کام – برجسته و ممتاز – لشکر ۲ – نقل قول – ریشه احکام اسلامی ۳ – باریک بین – نوعی پارچه از مواد ترکیبی ۴ – نوعی تسهیلات بانکی – لقب ها ۵ – نابودی – از امراض چشمی ۶ – جعبه دنده – وقت خود را به بطالت گذراندن ۷ – طوقه فولادی چرخ خودرو – نشانه ۸ – نفع و فایده – کار دشوار ۹ – بسیار گرم – شغال در گویش عرب – کتف ۱۰ – منطقه‌ای سردسیر در شمال روسیه – پهلوان اساطیری یونان ۱۱ – کاشف اشعه ایکس – مراعات آداب و رسوم ۱۲ – حیوان بارکش – نام سابق میانمار – بازداشتن از انجام کاری ۱۳ – زن نازا – شاخه نورسته ۱۴ – پنجاه و نهمین سوره قرآن – زاپاس ۱۵ – آشکار کننده – مجله ادبی عباس اقبال آشتیانی ۱۶ – داد و فریاد کردن – حالتی مخصوص زن باردار ۱۷ – نوعی آبگوشت – جنبش و حرکت ۱۸ – از خانواده‌های اصلی زبانی – برخورد ناگهانی ۱۹ – زراعت – دستگاهی برای اندازه‌گیری شدت جریان برق ۲۰ – سخنان بیمار تب‌دار – شاعر مشهور دوره مشروطه – روستا



طراح جدول: بیژن گورانی

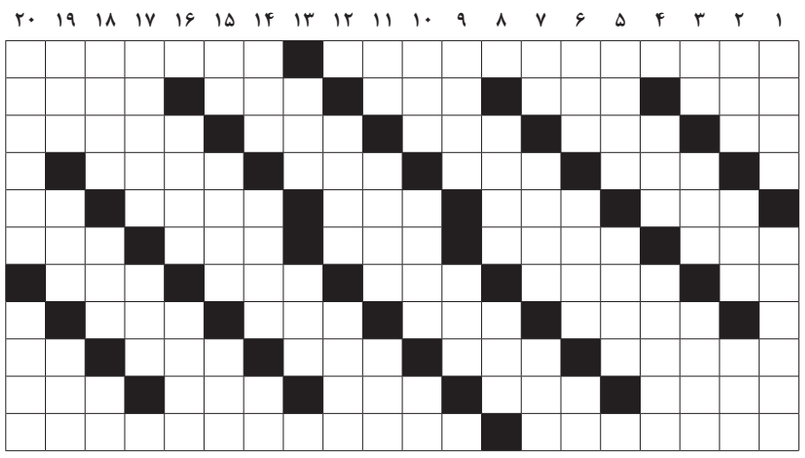


حل جدول شماره ۵۵۰

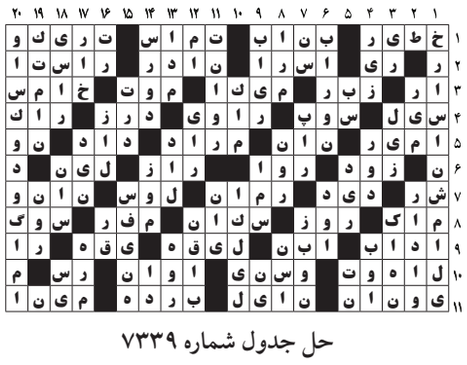
جدول متوسط [شماره ۷۳۴۰]

افقی:
۱ – بازیگر سریال دلنوازان – بند باز ۲ – طایفه – سر – رنجور – اقبال – بیرون کشیدن و برافراشتن ۳ – دریا – پایتخت اروپایی – وخیم – نابینا – درجه‌ای در ارتش ۴ – مقابل – شادمانی – خودستایی – شهری در استان قزوین ۵ – از صورت‌های فلکی جنوبی – با اهمیت – نقره – زیبا و دلپذیر – اتمسفر ۶ – سرما – نوعی خودرو – ریگ نرم – گل نومیدی – مات ۷ – از حروف الفبای انگلیسی – حقه – جد – آداب – ماده جامد، سفیدرنگ و سمّی با بوی تند که در صنایع پلاستیک کاربرد دارد ۸ – اسم مصدر از باریدن – آقا – ساز – سرحد ۹ – پایتخت آسیایی – جادو – ننگ – ابوالبشر – جوی خون ۱۰ – ستیزه جو – نوبت بازی – رشد – آسمان – منها ۱۱ – سبزینه – خالق موریانه

عمودی:
۱ – حجاب – از شهرهای خوزستان ۲ – کشت به امید باران – پیرامون – اگر برعکس شود به معنی گل و لای است ۳ – پهلوان – برنامه پرطرفدار ورزشی – یقین ۴ – نیتروژن – شهرت طلب ۵ – از دین برگشته – نوبت ۶ – برکت – سرودنظامی – روز گذشته ۷ – گل سرخ – سالک – سنه ۸ – پشتیبان – نابود ۹ – مطایبه – تابناک ۱۰ – خاطر – تخت – دل آزار کهنه ۱۱ – جنس خشن – پایتخت پرو – سن ۱۲ – درست و تمام – سرباز نیروی دریایی ۱۳ – جغد – بزم ۱۴ – پایان – شیشه – کشنده بی صدا ۱۵ – شانه – اکنون – پیروان ۱۶ – پوست برنج – دوایر فرضی موازی باخط استوا ۱۷ – تورم رگ‌های پا – قالب و صورت ۱۸ – کابوس – گنج – چه وقت ۱۹ – آینده – کشمکش – طناب ۲۰ – کاهل – ژاله



طراح جدول: مجید شادروح



حل جدول شماره ۷۳۳۹