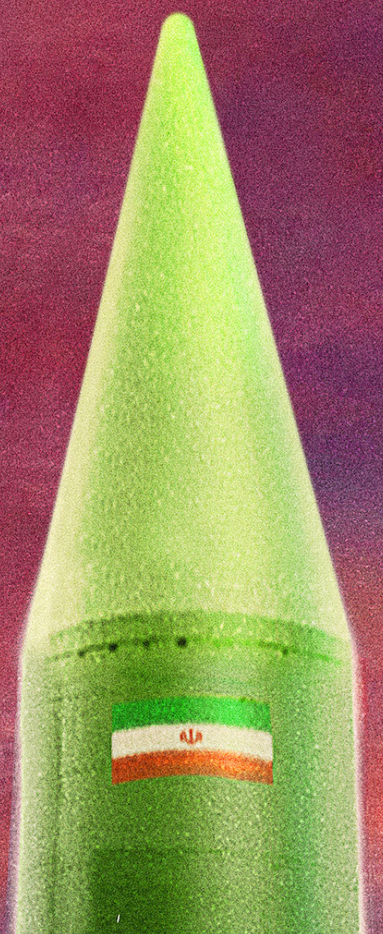




مشاور و دستیار رهبری انقلاب،
تضعیف دولت و رئیس جمهوری
خواست دشمن است

سه شنبه ۴ دی ماه ۱۴۰۳ - ۲۲ جمادی الثانی ۱۴۴۴ - ۲۴ دسامبر ۲۰۲۴ - سال سیزدهم - شماره ۳۰۲۵ - صفحه نسخه دیجیتال



سردار اسلامی:

جبهه مقاومت به کسی تکیه ندارد

خودشان سلاح می سازند



سپهرغرب، گروه خانواده: همیشه لازم نیست روی برگه‌های دادگاه نوشته شود. طلاق، گاهی بدون امضا، پس دادن هدیه‌ها و پرداخت مهریه، طلاق نانوشته‌ای انجام می‌شود و دفتر زندگی دو نفر در ذهنشان آن نیست، ولی به نظر می‌رسد روز به روز بیشتر در بین خانواده‌های ایرانی رواج پیدا می‌کند و در کنار آمار طلاق که در این سال‌ها روند صعودی داشته، خانواده‌ها را تهدید می‌کند. حتی کارشناسان هشدار می‌دهند که این نوع طلاق از جدایی رسمی بسیار بیشتر زندگی و روح و روان همسران را تهدید می‌کند.

طلاق عاطفی وقتی به وجود می‌آید که رابطه زن و شوهر سرد می‌شود. آنها به ظاهر زیر یک سقف کنار هم زندگی می‌کنند و از نظر دیگران زوج هستند اما در واقع دیگر پیوند عاطفی بین شان وجود ندارد. در این رابطه ضعف ارتباط عاطفی زن و شوهر منجر می‌شود به سردی تمامی روابطی که یک زوج می‌توانند با هم داشته باشند مانند رابطه روحی، جسمی، عاطفی و حتی گفتاری. هر دو خط فرمزهایی را برای همدیگر مشخص کرده‌اند و هرکدام در خلوت خود دیگری را متهم می‌کنند.

دکتر جعفر دارابی روانشناسی می‌گوید: «طلاق عاطفی می‌تواند تدریجی باشد یا ناگهانی اتفاق بیفتد. طلاق عاطفی از یک حقیقت سطحی محافضت می‌کند. ازدواج ما دست‌نخورده می‌ماند، زیرا هنوز متاهل هستیم. »

دکتر علیرضا شریفی مشاور خانواده هم درباره دلایل طلاق عاطفی می‌گوید: «یکی از دلایل آن عادی شدن زن و شوهر برای یکدیگر است. یعنی بعضی از افراد در بلند مدت تغییر خاصی از نظر ظاهر، روش و منش، تفریح و ارتباط با شریک زندگی خود ایجاد نمی‌کنند و مانند یک آب راکد می‌مانند و آب راکد قاعتا می‌گندد. عدم شناخت انسان‌ها نسبت به نقش خود در روابط زن و شوهری و نقشی که طرف مقابل دارد و ناتوانی در واقع بینانه نگاه کردن به نقش طرف مقابل هم نقش زیادی در طلاق عاطفی دارد. یعنی ما گاهی برای همسر خود نقشی قائلیم که در واقع نقش غلطی است و یا همسر ما در توانش نیست که آن خواسته‌ها

را که مقداری نامتعارف است برآورده کند. بعد از این‌که چند بار تجربه شد که فرد در برآورده کردن این خواسته‌ها ناتوان است آرام آرام دچار طلاق عاطفی می‌شود.

عامل سوم و اثر گذار بر طلاق عاطفی ناآگاهی زن و شوهرها در مقوله پاسخ‌دهی به نیازهای جنسی همدیگر است. مشکلات و رخداد‌های بیرونی مانند مشکلات اقتصادی و یا شوک‌هایی که از جامعه ممکن است به کانون خانواده وارد شده و باعث شود افراد تا حدی از هم فاصله گیرند هم چهارمین عامل مؤثر بر این مسئله است و در نهایت خواسته‌های نامتعارف با فرهنگ بومی پنجمین عامل است. مثلا خانمی با یک آقا که کاملا زندگی سنتی دارد ازدواج کرده است. این خانم بر اساس اطلاعاتی که از قوم و خویش و سریال‌های تلویزیونی و اینترنت به دست می‌آورد توقع دارد که همسرش مثلا ولنتاین را بشناسد و

می‌گذارد. تغییر عادات غذایی، کم اشتهایی، ایجاد احساس گناه در فرزند، پناه بردن بچه‌ها به تماس‌های تلفنی طولانی با دوستان و چت کردن و وب گردی‌های افراطی، افزایش ضعف درسی بچه‌ها به علت از دست دادن تمرکز،

حمایت از مادران شاغل؛ همراهی دولت با اجرای قانون جوانی جمعیت

سپهرغرب، گروه خانواده: معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهور با اشاره به همراهی دولت در اجرا و رصد قانون جوانی جمعیت و سلامت گفت: ما وظیفه خود می‌دانیم از مادران به ویژه مادران شاغل حمایت کنیم.

زهرا بهروزآذر معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهور در همایش تجلیل از ارتقای موقعیت و جایگاه زنان در خانواده و اجتماع با اشاره به نقش زنان در پیشرفت و رشد ایران در عرصه‌های اجتماعی، اقتصادی علمی و فرهنگی اظهار کرد: زنان با عزمی راسخ در تمامی عرصه‌ها حضور دارند و با فداکاری‌های بی پایان خود به ساختن ایرانی آباد و توسعه یافته کمک می‌کنند.

وی افزود: توسعه‌یافتگی پایدار اقتصاد، فرهنگ و محیط زیست را کنار هم می‌بیند و هیچیک را فدای دیگری نمی‌کند و ما در دولت چهاردهم تمام تلاش خود را می‌کنیم تا با اجرای بند ۱۴ اصل سوم قانون اساسی حقوق همه جانبه افراد از زن و مرد را تأمین کنیم و با استفاده از ظرفیت‌های موجود در کشور تلاش کنیم تا امنیت قضائی عادلانه برای همه و تساوی امور در برابر قانون ایجاد شود.

زن وشوهریم اما فقط روی کاغذ!



حس کردن اولین هشدارها می‌توانیم با آن مبارزه کنیم و گذاریم زندگی‌مان هر روز تلخ‌تر و تلخ‌تر شود. این نشانه‌ها را

از نگاه دکتر بهنام اوحدی، روانپزشک، بخوانید:

۱ - کاهش چشمگیر وقت گذاشتن برای همدیگر و ملاقات‌ها و سرگرمی‌های دوفترة است
۲ - کاهش وابستگی‌ها، دلبستگی‌ها و گبرایی‌های همسران در رابطه با یکدیگر
۳ - افزایش سرگرمی‌های بیرون زناشویی و تمرکز بر مسائل بیرون خانواده
۴ - بیرون از چارچوب خانواده مطرح کردن رازهای پوشیده و پنهان زندگی زناشویی از سوی یک یا هر دو همسر
۵ - کاهش انجام بحث‌های سازنده و

پرخاشگری، رفتار منفی، اضطراب و استرس، مهمترین تأثیراتی است که طلاق عاطفی روی بچه‌ها می‌گذارد و شاید از اینها بدتر، ممکن است بچه‌ها با این شرایط خاتمه‌رو به بزرگاری و خلافکاری بیاورند؛ صدماتی که جبران ناپذیر است.

اولین هشدارهای طلاق عاطفی

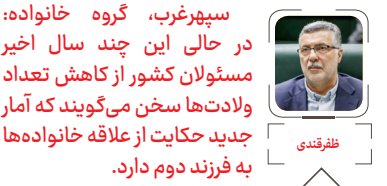
طلاق عاطفی نشانه‌هایی دارد و اینطور نیست که به یک باره سر از زندگی ما در بیاورد و همه چیز را بهم بریزد. اگر این نشانه‌ها را بدانیم با

در این روز به او هدیه دهد. در حالی که مرد این موارد را نمی‌شناسد. چون خانم این توقعات و انتظارات را دارد باعث می‌شود که آرام آرام فرد زده شود و همسرش نیز این تغییرات را حس می‌کند و جدایی و دوری را باعث می‌شود.»

اگر خانواده‌ای فرزند داشته باشند، اثرات و نتایج منفی این طلاق عاطفی بیشتر خودش را نشان می‌دهد. بچه‌ها به خوبی این سردی رابطه بین پدر و مادر را متوجه می‌شوند و کم کم این مسئله روی رفتار و زندگی آنها تأثیر

تک فرزندی در حال حذف شدن

این در حالی است که مرکز رصد جمعیت کشور سازمان ثبت احوال روز شنبه خبر داد که «در ۸ ماهه سال ۱۴۰۳ بیشترین تعداد ولادت‌ها با ۸/۳۶ درصد مربوط به دومین فرزند خانواده‌ها است». با این وجود در ۹ ماهه سال ۱۴۰۲ بیشترین تعداد ولادت‌ها با ۲۹۶ هزار و ۸۸۶ نوزاد مربوط به فرزند دوم بوده که ۹/۳۸ درصد را به خود اختصاص داده بود. البته طبق آمار منتشر شده از ۶۶۵ هزار و ۹۰۳ ولادت ثبت شده در ۸ ماهه کل کشوردر سال جاری سهم تعداد ولادت‌ها برحسب مرتبه تولد،



موالید در ایران به عنوان تهدیدی جدی، آینده اقتصادی، سیاسی و اجتماعی کشور را تحت تأثیر قرار خواهد داد.» این را وزیر بهداشت محمدرضا ظفرقندی می‌گوید.

۳۶ درصد مربوط به فرزند اول، ۷/۸ درصد مربوط به فرزند سوم، ۵/۸ درصد مربوط به فرزند چهارم و بیشتر است.

از ۷۰ سال پیش تا به امروز، نرخ باروری در جهان نیز روندی نزولی به خود گرفته و در مجموع ۵۰ درصد کاهش یافته است. به عنوان نمونه اگرچه در سال ۱۹۵۲ میلادی، متوسط خانواده‌های جهانی پنج فرزند داشتند، اکنون آن‌ها کمتر از سه فرزند دارند. جمعیت‌شناس شهلا کاظمی‌پور می‌گوید که «تا زمانی که ثبات اقتصادی نوزاد مربوط به فرزند دوم بوده که ۹/۳۸ درصد را به خود اختصاص داده بود. البته طبق آمار منتشر شده از ۶۶۵ هزار و ۹۰۳ ولادت ثبت شده در ۸ ماهه کل کشوردر سال جاری سهم تعداد ولادت‌ها برحسب مرتبه تولد،

سبک زندگی قانون‌مدارانه؛ کلید ساختن جامعه‌ای سالم

خانواده‌ها به عنوان یک الگوی رفتاری، نه تنها به تقویت بنیان‌های خانواده کمک می‌کنند، بلکه به شکل‌گیری یک جامعه قانون‌مدار و منظم نیز منجر می‌شود. اگر والدین به قوانین احترام بگذارند و این احترام را به فرزندان خود منتقل کنند، نسل‌های آینده به راحتی می‌توانند در یک جامعه سالم و قانون‌مدار زندگی کنند.»

بی‌قانونی و تأثیرات منفی آن بر جامعه

بی‌قانونی در خانواده می‌تواند تأثیرات جدی بر

دهند. عادی‌سازی نادرستی؛ اگر اعضای خانواده به رفتارهای نادرست مانند دروغ گفتن عادت کنند، این رفتارها ممکن است به عنوان یک هنجار در نظر گرفته شوند و در نهایت به تضعیف ارزش‌های اجتماعی منجر شوند. افزایش خشونت: خانواده‌هایی که یا خودشان خشونت را ترویج می‌دهند و آستانه تحمل پایینی دارند و سریع پرخاشگری می‌کنند می‌توانند به ایجاد فرهنگی از خشونت کمک کنند.این چرخه در جامعه ادامه یابد.

سوء مصرف مواد؛ خانواده‌هایی که به سوء مصرف مواد دامن می‌زنند، می‌توانند به افزایش نرخ اعتیاد در جامعه کمک کنند. این موضوع نه تنها به سلامت فردی آسیب می‌زند، بلکه به بحران‌های اجتماعی و بهداشتی نیز منجر می‌شود.

راهکارهایی برای ترویج سبک‌زندگی قانون‌مدارانه

همانطور که گفتیم خانواده اولین مکتبی است که می‌تواند قانون‌مداری را آموزش دهد؛ والدین باید با رعایت قوانین و اصول اخلاقی، الگوی مناسبی برای فرزندان خود باشند. این آموزش از سنین پایین می‌تواند تأثیرات عمیقی بر رفتار آینده فرزندان داشته باشد.

دومین راهکار برای ترویج سبک زندگی قانون‌مدارانه برگزاری کارگاه‌های آموزشی است؛



برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی در مدارس و مراکز اجتماعی می‌تواند به افزایش آگاهی افراد از قوانین کمک کند. این کارگاه‌ها می‌توانند به افراد ابزارهای لازم برای رعایت قوانین را ارائه دهند.

مهدی محقق، جامعه‌شناس نیز به چالش‌های موجود در این زمینه اشاره کرده و می‌گوید: «غفلت از فرهنگ‌سازی و آموزش در خانواده‌ها می‌تواند مانع از پذیرش کامل قوانین شود. بنابراین، نیاز است که نهادهای آموزشی و اجتماعی به ترویج فرهنگ قانون‌مداری بپردازند.»

سومین سکوی ترویج قانون‌مداری تشویق به مشارکت اجتماعی است. افراد باید به مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و سیاسی تشویق شوند تا احساس مسئولیت بیشتری نسبت به جامعه خود داشته باشند. این مشارکت می‌تواند به تقویت حس تعلق به جامعه کمک کند و افراد را به رعایت قوانین ترغیب کند. چهارمین راهکار نیز نظارت بر اجرای قوانین است؛ نهادهای دولتی و قانونی باید نظارت دقیقی بر اجرای قوانین داشته باشند تا افراد به رعایت آن‌ها ترغیب شوند. این نظارت می‌تواند به ایجاد حس اعتماد به سیستم قانونی کمک کند و افراد را به رعایت قوانین تشویق کند.

پنجمین راهکار و مهمترین کار نیز این است که اولین کسانی که قوانین را مورد اطاعت قرار داده و آنها را به اجرا در می‌آورند خود قانونگذاران و دولتمردان باشند تا مردم را با اصول و روح قوانین آشنا کنند.

در پایان باید گفت که قانون‌مداری به عنوان یک اصل اساسی در زندگی اجتماعی، نیازمند توجه و تلاش جمعی است. طبق نظر روانشناسان با حل چالش‌های موجود و ترویج سبک زندگی قانون‌مدارانه می‌توان به سمت ایجاد جامعه‌ای قانون‌مدار و منظم حرکت کرد. این امر نه تنها به بهبود کیفیت زندگی افراد کمک می‌کند، بلکه به توسعه پایدار جامعه نیز منجر خواهد شد. با ترویج فرهنگ قانون‌مداری در خانواده‌ها و جامعه، می‌توان به ایجاد یک محیط سالم و امن برای نسل‌های آینده دست یافت.

زن در آینه ادب پارسی

سپهرغرب، گروه خانواده: زن در ادبیات ایران مظهر عشق و فداکاری است. فرقی هم نمی‌کند در چه جایگاهی باشد؛ چه مادر چه همسر و چه دختر. با نگاهی به گذشته‌های دور و بررسی آثار ادبی چون «شاهنامه» فردوسی درمی‌یابیم که به وفور از تأثیری که زنان روی همسر و فرزندان‌شان دارند سخن گفته شده است. آنها زمانی چون «گردآفرید» در میدان نبرد نقش آفرینی می‌کردند یا مانند «فرانک» مادر فریدون پسران دلبری تربیت می‌کردند که پرچمدار مبارزه با ظلم و ستم باشند. سده‌ی هم از نویسندگان برجسته نثر کلاسیک است که همواره سخن گفتن از زنان را در اولویت قرار داده. در آثار منتور، منظوم و حتی تعلیمی، شخصیت‌های کلی زن در تمام نقش‌ها مثل مادر، همسر، دختر و خواهر مطرح می‌شود. حتی سعدی در بوستان اشعار در بیان مشخصات زن خوب و زن بد هم دارد. از منظر سعدی زن خوب ویژگی‌هایی چون؛ پارسایی، عقیق، پاکدامن، غمگسار، یکنل، خوش‌سخن، امانتدار و آبادکننده‌ی خانه دارد. کمالین‌که سعدی بر این باور بود که زن خوب و شایسته می‌تواند یک درویش را هم توانمند کند. او در این باره در بوستان می‌گوید: «برو پنج نوبت بز بن برد / چو یاری موافق بود در برت» در نگاهی به متون کلاسیک می‌توان گفت نویسندگان آنها به هیچ‌وجه منکر نقش زن در خانواده نمی‌شدند.

sepehrgharb.news@gmail.com

ما، در خانه یک کودک کم توان داریم!

کودک دچار ناتوانی در خانواده می‌تواند مشکلات مالی و عاطفی به وجود آورد. به دلیل اختصاص یافتن منابع مالی و حمایت عاطفی بیشتر والدین با کودک دچار ناتوانی است که خواهر و برادرهایش می‌پندارند در حقشان اجحاف می‌شود. فرزندی که توجه کمتر، عدم تأیید بیشتر و منابع مادی کمتری از والدین دریافت کند، از خواهر و برادری که برخورد بهتری با او شده است، می‌رنجد. از این رو، فرزندی که در حقشان اجحاف شده، از پدر و مادر کینه به دل می‌گیرد و احتمالاً

واکنش نافرمانی خواهند داشت. فرزندی که نادیده گرفته شده‌اند، احساس عدم امنیت، اضطراب و ناراحتی می‌کنند. به طوری که می‌تواند منجر به اختلال‌های روانی گردد. پدر و مادر باید بدانند که می‌توانند احساسات مثبتشان و هیجانات مثبتشان را نسبت به فرزندی که دوست دارند، ابراز کنند اما این رفتار را برای لحظاتی بگذارند که فقط خودشان دو تا باشند. برای



مدرک قانع‌کننده‌ای مبنی بر برد بودن داشتن خواهر یا برادر دچار ناتوانی وجود ندارد. در چنین شرایطی، حتی ممکن است فوایدی هم داشته باشید. البته، اثرات مثبت آن به ویژگی‌های شخصیتی خواهر و برادرها بستگی دارد. بیش از پنجاه سال است که ثابت شده کودک دچار ناتوانی در خانواده می‌تواند مشکلات مالی و عاطفی به وجود آورد.

خواهر و برادرها، گوش کردن به این تمجیدها و دیدن این رفتارها بسیار سخت است. کودکانی که می‌خواستند خواهر یا برادری داشته باشند که با آنها هم‌بازی شود، با داشتن چنین خواهر یا برادر ناتوانی دچار «احساس تنهایی» خواهند شد. وقتی خواهر و برادرهای سالم با خود فکر می‌کنند اگر

زندگی شادتر و آرام‌تر با عینک خوشبینی

زندیک‌بین، حتی استفاده از ابزاری مانند عینک نمی‌تواند هیچ کمک به ما بکند و حتی می‌تواند شرایط را برای ما بدتر هم بکند. به عنوان مثال با مشکل تاری دید و تشخصی در خیابان و جاده‌ای که داریم با عینک نزدیک‌بین رانندگی می‌کنیم، تصادف کنیم یا با زدن عینک دوربین برای مطالعه به مشکل برمی‌خوریم و نمی‌توانیم کلماتی که پیش چشممان مان ردیف شده‌اند را به‌درستی ببینیم. حالا بیایید از این مثال به زندگی عاطفی،

چطور از خانه به عنوان آینه درون استفاده کنیم

همسر، همچنان همان همسر است و فرزند همان فرزند، بنابراین ملال را به خانه نسبت می‌دهند در حالی که اگر فرد آگاه باشد درمی‌یابد که در واقع خانه و آدم‌هایش نیستند که دچار ملال شده‌اند بلکه خانه فرصتی به فرد می‌دهد که فرد در آن آینه خود واقعی‌اش را تماشا کند.

ممکن است برخی افراد موضوع را به

خستگی جسمانی ربط دهند و گویند که مثلا فرد ۱۰ ساعت در بیرون کار کرده و حالا خسته است. اما خستگی جسمانی با نیم یا یک ساعت استراحت می‌تواند حل و فصل شود پس چرا آدم‌های بسیاری هستند که ساعات حضور در خانه آن‌ها با هیچ استراحتی زلال نمی‌شود و جان دوباره نمی‌گیرد؟

خانه، مرا به من نشان می‌دهد

بهر است از یک زاویه مثبت که البته زاویه واقع بینانه هم است به داستان نگاه کنیم. این یک فرصت خوبی است که ما رابطه مان با خانه را این طور نگاه کنیم که خانه مرا به من نشان می‌دهد. در واقع اگر من در خانه نقش بازی نمی‌کنم و خودم هستم پس می‌تواند به مثابه یک آینه مرا به من نشان بدهد و به من بگوید که نقص‌های من کجاست.

فرض کنید من در بیرون از خانه وقتی همکارم سخن می‌گوید یا وقتی نزد رئیس رفتم چنان دقیق گوش می‌دهم که هیچ کلمه‌ای را از دست نمی‌دهم اما وقتی به خانه می‌روم و همسر با من سخن می‌گوید،

«احساسات» به خود بگیرد. برخی خواهر و برادرهای سالم، به دلیل عدم توجه و حمایت عاطفی والدین دچار رنجش شدید می‌شوند. «عصبانیت» می‌شوند. برای برخی دیگر از خواهر و برادرهای سالم، بزرگ شدن در کنار خواهر یا برادر ناتوان با محدود شدن فعالیت‌ها و روابط اجتماعی و تفریحی همراه است که می‌تواند موجب «احساس محرومیت» در آنان گردد. خواهر و برادرهایی که اعتقاد دارند موظف به مراقبت از خواهر یا برادر ناتوانشان هستند، فکر می‌کنند کوتاهی در فراهم کردن چنین مراقبتی ممکن است آنها را بد یا غیراخلاقی جلوه دهد؛ به این ترتیب، ممکن است دربارهٔ احساسات واقعی خود نسبت به خواهر یا برادر ناتوانشان نظیر بی‌زاری، ناکامی، خشم و حسرت، «احساس گناه» کنند. واقعیت این است که بسیاری از والدین نسبت به بروز چنین احساساتی،

کنند. بنابراین، احتمالاً برای شاگرد اول شدن یا موفقیت در فعالیت‌های درسی یا هنری خاص، فشار بیش از اندازه‌ای را تحمل می‌کنند. چنین احساس فشاری می‌تواند تأثیر عمیقی بر بهداشت جسمی و روانی آنها داشته باشد.

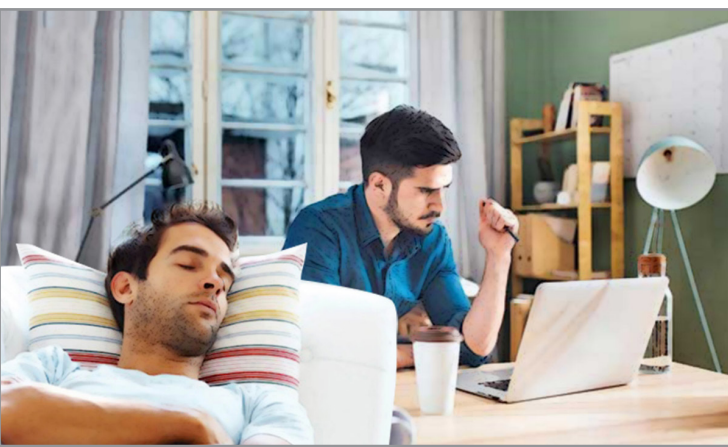
به طور کلی، خواهر و برادرهای کودکان دچار ناتوانی از تجربهٔ چنین شرایطی احساس مثبت تری دارند. آنان در مقایسه با همسالان‌شان رشد و پختگی، قدرت تحمل و آگاهی از تفاوت‌ها، مراقبت و خلق و خوی غمخواری بیشتری دارند و قدران سلامتی و توانایی‌هایشان هستند. آنها باور دارند که تجربه داشتن خواهر یا برادر دچار ناتوانی باعث می‌شود به افراد بهتری تبدیل شوند. بسیاری از خواهر و برادرهای سالم در رشد ذهنی، اجتماعی و عاطفی خواهر یا برادر ناتوان خود نقش مهمی ایفاء می‌کنند. طی پژوهشی مشخص شد که سطوح بالایی از درگیری در سراسر دوره زندگی خواهر و برادرهای سالم با خواهر یا برادر سندرم داون وجود دارد؛ به طوری که ۴۱ درصد، هفته‌ای یک بار با خواهر یا برادر دچار سندرم داون خود عیادت داشتند؛ ۳۰ درصد، هفته‌ای یک بار تماس تلفنی داشتند؛ ۵۸ درصد، به اندازه ۳۰ دقیقه با برادر یا خواهرشان زندگی می‌کردند؛ از بین خواهر و برادرها، بیشتر از همه خواهرها درگیر بودند. خواهر و برادرهایی که وقت بیشتری را با هم گذرانده بودند، به احتمال بیشتری می‌پذیرفتند که با هم زندگی کنند، پیوند خواهر و برادر در تمام مدتی که خواهر یا برادر ناتوانشان را به جای سبزه بودند، بسیار قوی باقی ماند.

والدین‌شان زنده نباشند یا نتوانند از فرزند ناتوان نگهداری کنند، چه کسی از خواهر یا برادر ناتوانشان مراقبت خواهد کرد، دچار «اضطراب» می‌شوند. بسیاری از خواهر و برادرها از وقت و توجهی که والدین صرف خواهر یا برادر ناتوانشان می‌کنند، آزرده می‌شوند و این آزدگی می‌تواند شکل

واکنش منفی نشان می‌دهند. به همین دلیل است که خواهر و برادرها، این احساسات را برای مدت طولانی در درون خود تحمل می‌کنند. خواهر و برادرهای کودکان دچار ناتوانی بر این باورند که باید ناامیدی والدین خود را در زمینه داشتن کودک دچار ناتوانی جبران کنند.

عینک‌هایی که ما در طول شبانه روز ناگزیریم برای مواجهه با افراد و موقعیت‌ها از آن استفاده کنیم طیف گسترده‌ای دارند اما شاید حتی بتوان با یکی از این عینک‌ها روزگار را سرگرد و زندگی بهتر و مثبت‌تری را تجربه کنیم و بی‌تردید این عینک همان عینک خوشبینی است.

با عینک خوشبینی بسیاری از رفتارها را بهتر می‌توانیم تحمل کنیم و برآیمان قابل هضم تر خواهد بود؛ این‌که اگر کسی با ما روابط اجتماعی ما با خانواده، همکاران و دیگر محیط‌هایی که در آنها حضور داریم، می‌توانید برای ما بسیار کمک کننده باشد و در بهبود روابط و سلامت روانمان تأثیرات بسیار مثبتی داشته باشد.



فردی منظم و قانون مدار تبدیل می‌شوم. حال خانه می‌تواند به من نشان دهد که منشأ این نظم و قانون‌مداری، درونی است یا نظارت بیرونی؟ اگر من همچنان در خانه هم همان آدم باحوصله و خندان هستم، اگر در خانه هم همان آدم منظم هستم و مثلا به قول و فرارهایی که به همسرم یا فرزندم



www.sepehrpress.ir

تحلیل

حقی که نباید از والدین سلب شود!

سپهرغرب، گروه خانواده: مدتی پیش مراجعی داشتیم با داستانی عاشقانه و غم انگیز. خانمی حدود ۵۵ساله که ۱۵ سال پیش همسرش را از دست داده و در تمام این سال‌ها به تنهایی فرزندانش را بزرگ کرده بود...



حقی‌الدین

بچه‌ها هرکدام سر خانه و زندگی‌شان رفته بودند و گاهی به مادرشان سر می‌زدند. یک سال پیش در سفر مشهد با آقای همسن و سال خودش آشنا شده بود که او هم همسرش را در یک تصادف از دست داده بود. تنهایی هر دوی آن‌ها را به سمت هم کشیده بود اما برای ازدواج مجدد یک مانع بزرگ سر راهشان بود.

فرزندان خانم به شدت مخالف بودند. دخترها می‌گفتند جواب شوهر و خانواده شوهر را چه بدیمیم و پسرها می‌گفتند آبروی ما و پدرمان را برده‌ای. این روزها، صحبت‌های چندین ماه پیش نیکی مظفری از بازیگران کشورمان در این باره در شبکه‌های اجتماعی پر بازدید شده که فرصتی برای بررسی دوباره موقعیت‌های این چینی است.

احتمالا شما هم با پدر یا مادر میان سال یا سالمندی روبه‌رو بوده‌اید که همسرش را از دست داده یا طلاق گرفته‌است و می‌خواهد دوباره ازدواج کند اما فرزندانش مخالف هستند.

این روزها با توجه به افزایش جمعیت میان سالان و سالمندان بیشتر شاهد این موارد هستیم.

سالمندان تنها و مجرد به یکی از مهم‌ترین چالش‌های جامعه و نظام سلامت ما تبدیل شده‌اند. به همین دلیل لازم است جامعه منطقی و منصفانه به ازدواج مجدد والدین و افراد مسن نگاه کند.



سالمندان بی‌نیاز از همسر و همد نیستند

یکی از اساسی‌ترین نیازهای انسان، نیاز به صمیمیت و حمایت عاطفی، روانی و جسمانی است. این نیاز ربطی به سن و سال ندارد. برخلاف نظر عموم، این‌گونه نیست که میان سالان و سالمندان نیازی به داشتن همسر و همد نداشته باشند و بچه‌ها و نوه‌ها برای آن‌ها کافی باشند. میان سالان و سالمندان مجرد در معرض انواع بیماری‌های جسمی و روانی قرار دارند.

آمار نشان می‌دهد نرخ افسردگی، بیماری‌های قلبی عروقی و فشار خون بالا در سالمندان تنها بیشتر از سالمندانی است که با همسرشان زندگی می‌کنند. بنابراین برخلاف تصور عموم، ازدواج فقط برای رفیع نیاز جنسی و فرزندآوری نیست بلکه انسان ذاتا به همد و حامی عاطفی نیاز دارد.

این آرامش، حمایت عاطفی و صمیمیت برای سلامت جسم و روان هر انسانی در هر سنی ضروری است. با توجه به محدود شدن روابط اجتماعی سالمندان، نیاز به داشتن همد و همسر در این سنین بیشتر است.

خشونت علیه سالمندان فقط کتک زدن نیست

این‌که فرزندان با عناوینی چون «جواب مردم را چه بدیم»، «نمی‌توانیم فرد دیگری را جای پدر یا مادرمان ببینیم» یا «آبروی ما می‌رود» حق ازدواج مجدد را از والدین سلب کنند، قطعا نوعی تجاوز به حریم خصوصی و خشونت علیه آنها به شمار می‌آید. خشونت علیه سالمندان فقط کتک زدن یا بی‌توجهی به سلامت آن‌ها نیست.

هیچ انسانی حق ندارد انسان دیگری را وادار کند که در تنهایی زندگی کند و نیازهای خود را نادیده بگیرد. فرزند و نوه جای یک همسر دلسوز و همراه را نمی‌گیرند. میان سالان و سالمندان متاهل ارتباط بهتری با فرزندان خود دارند. بیشتر از سلامتی خود مراقبت می‌کنند، کمتر افسرده می‌شوند و هزینه‌های مراقبتی و پزشکی کمتری بر خانواده و جامعه تحمیل می‌کنند.

بنابراین بهتر است فرزندان در دیدگاه خود تجدید نظر کنند. به نیازها و حقوق طبیعی والدین خود احترام بگذارند و آن‌ها را تشویق به ازدواج مجدد کنند.

حتی می‌توانند خودشان دست به کار شوند و فردی را که فکر می‌کنند مناسب خانواده آن‌هاست، به والدین خود معرفی کنند.

