



■ دکتر احمد به پژوه
استاد روان‌شناسی دانشگاه تهران

چهل عامل تهدید کننده سلامت خانواده



چند سؤال

- شما و همسرتان چقدر به سلامت خانواده‌تان اهمیت می‌دهید و به آن می‌اندیشید؟
- چگونه سلامت خانواده مورد تهدید قرار می‌گیرد؟
- چگونه کانون خانواده آسیب‌پذیر می‌شود؟
- چگونه می‌توان کانون خانواده را از آسیب‌های گوناگون مصون داشت؟
- چرا بعضی از ازدواج‌ها و پیوندها گسسته می‌شوند و از هم فرو می‌پاشند؟

چه عواملی سلامت خانواده را تهدید می‌کند؟

خانواده‌ای در هم و نابسامان را که در آن اختلاف و کشمکش وجود دارد، در ذهن خود مجسم کنید؛ چند لحظه ببیندیشید؛ پیرامون خود را بنگرید؛ ازدواج‌های پایدار موفق، ازدواج‌های پایدار ناموفق و ازدواج‌های ناپایدار ناموفق را زیر نظر بگیرید؛ سعی کنید به سؤال‌های مطرح

شده برگردید و به هر یک از آنها پاسخ دهید. لحظاتی به عوامل آسیب‌زایی خانواده فکر کنید. اگر از مراسم عقدکنان و ازدواج خود فیلم یا عکس تهیه کرده‌اید، به آنها نظری بیفکنید و چند لحظه سعی کنید از آن هنگام تا زمان حال را مرور نمایید. چه شده است؟ کجاست آن عشق‌ها و شادی‌ها؟! در مدت این چند سال و چند ماه چه اتفاقاتی رخ داده است؟!

بدون شک کانون خانواده‌ای که در آن میان زن و شوهر و اعضای خانواده انس و الفت برقرار نباشد، کانونی است همچون جهنم سوزان که به زودی آثار سوء خود را بر سلامت روانی و جسمانی اعضا باقی می‌گذارد. کودکان در چنین خانواده سرد و بی‌روح، از ناامنی، آشفتگی عاطفی و اضطراب رنج می‌برند و احتمال ظهور و بروز نابهنجاری‌های عاطفی و رفتاری در آنها زیاد است؛ زیرا سرنوشت والدین و فرزندان با یکدیگر گره خورده، رفتار هر یک از اعضای خانواده، آثار و پیامدهایی بر رفتار دیگری دارد.



زوج‌های موفق
کسانی اند که
درصد ارضای
نیازهای همسر
خود می‌باشند.
بنابر این هر
زن یا شوهری
وظیفه دارد
نیازهای جسمی
و عاطفی
همسرش را
بشناسد و در
مقام ارضای
آنها بر آید.
ارضای نیازها به
طریق درست
و مطلوب، به
رشد همه جانبه
و ایجاد امنیت
روانی زوجین
منجر می‌شود
و در نتیجه
موجب سلامت
خانواده
می‌شود.

عدم آگاهی نسبت به هدف‌ها و انگیزه‌های مشترک ازدواج، عدم آشنایی با آیین شوهرداری و آیین زن‌داری، پیش‌داوری‌ها، فریبکاری‌ها، عدم احساس مسئولیت و بی‌توجهی به اصول اخلاقی، بنیاد خانواده متزلزل می‌شود (به پژوه، ۱۳۹۴ ب).

۲- سست شدن باورهای مذهبی

شاید مهم‌ترین عاملی که سلامت و استحکام خانواده را تهدید می‌کند، سست شدن باورهای مذهبی و عدم پایبندی به تعهدات اخلاقی است. زن و شوهری که دچار «بحران ارزش‌ها» و «از خود بیگانگی» شده‌اند، ازدواجشان تا چه حد پایدار و موفق خواهد بود؟ هرگاه زن و شوهر در روابط خود، خدا را فراموش کنند و در حضور و غیاب یکدیگر به گونه‌ای برخورد کنند که خدا غایب است، با دست خود کانون خانواده را به سوی تزلزل و نابودی سوق داده‌اند.

۳- عدم صداقت، فریبکاری و پنهان‌کاری

جوهره روابط سالم میان زن و شوهر مبتنی بر صداقت است. صداقت، اعتماد را بنیاد می‌نهد. زن یا شوهری که با همسر خود صادق نیست و با دادن وعده‌ها و وعیدها می‌خواهد زندگی کند، با رفتار خود، کانون گرم و صمیمی خانواده را دچار تزلزل می‌کند. پنهان کردن حقایق (مخفی کاری) و فریب دادن (فریب کاری) موجب می‌شود ارکان

متأسفانه یکی از بزرگ‌ترین مشکلات اجتماعی در جامعه کنونی انسان‌ها، ستیزه‌ها و مشاجرات خانوادگی است که ارکان خانواده را متزلزل می‌کند و سلامت روانی اعضای آن را به خطر می‌اندازد. آسیب‌ها و ستیزه‌های خانوادگی، پدیده‌ای بسیار پیچیده و چندوجهی است و باید آن را از دیدگاه‌های گوناگون فرهنگی، روانی، اجتماعی، اقتصادی، حقوقی و ارتباطی مورد مطالعه قرار داد. شاید همان‌طور که هر انسانی یکتا و منحصر به فرد است، زندگی خانوادگی هر زوجی نیز یکتا و منحصر به نوع خودش باشد. با وجود این، پرداختن به موضوع آسیب‌شناسی خانواده به منظور شناسایی علت‌ها و دست یافتن به راه‌حل‌ها و راهبردهای پیشگیری، یکی از مهم‌ترین ضروریات و دغدغه‌های آموزش خانواده محسوب می‌شود؛ چون بدون شناخت علت‌ها، دستیابی به راه‌های درمان و اصلاح امکان‌پذیر نخواهد بود.

عوامل متعدد به شرح زیر، سلامت خانواده‌ها را تهدید می‌کنند و در انحلال بنیان خانواده دخالت دارند و آثار گوناگون آنی یا با تأخیر، بر جا می‌گذارند:

۱- عدم شناخت و آگاهی به اصول زندگی مشترک

«توانایی» در «دانایی» است. برای ازدواج و زندگی مشترک موفق، کسب دانایی‌هایی لازم است و مانند هر امر دیگر باید مهارت‌های مربوط به آن را کسب کرد و در فرایند زندگی مشترک به کار برد. در برخی از خانواده‌ها، به علت عدم شناخت زن و شوهر نسبت به یکدیگر،

خانواده متزلزل شود و روابط زن و شوهر آسیب ببینند.

۴- عدم توجه به نیازهای همسر

زوج‌های موفق کسانی‌اند که درصدد ارضای نیازهای همسر خود می‌باشند. بنابراین هر زن یا شوهری وظیفه دارد نیازهای جسمی و عاطفی همسرش را بشناسد و در مقام ارضای آنها برآید. ارضای نیازها به طریق درست و مطلوب، به رشد همه جانبه و ایجاد امنیت روانی زوجین منجر می‌شود و در نتیجه موجب سلامت خانواده می‌شود. بدیهی است توجه به نیازهای همسر، فقط به ارضای نیازهای جنسی ختم نمی‌شود. توجه به نیازهای روانی، ابراز محبت به شکل‌های گوناگون، احترام و پذیرش، نگاه مهربان به یکدیگر، در کنار هم حضور داشتن، مشارکت داشتن در برنامه‌های خانوادگی و نظایر آن نیز ضروری‌اند.

۵- ابهام و افراط در انتظاراتها

به طور معمول مشخص کردن انتظاراتها در روابط، باعث معین شدن وظایف و حدود روابط افراد می‌شود. در خانواده‌هایی که انتظاراتهای متقابل زن و شوهر تصریح نشده است، روابط آنان آسیب‌پذیر است و دقیقاً نمی‌دانند نسبت به یکدیگر چه وظایفی به عهده دارند. توصیه مؤکد

می‌شود مقاله به پژوه، احمد (۱۳۹۳) تحت عنوان: شما از همسران چه انتظاراتی دارید؟ را مطالعه کنید. در هر صورت ابهام، افراط و تعارض در انتظارات موجب می‌شود فضایی نامساعد و کینه‌توزانه به وجود آید. گاهی اوقات داشتن توقعات بیش از حد از همسر، سلامت خانواده را در معرض تهدید قرار می‌دهد.

۶- دخالت دیگران و عدم استقلال

اکثر پژوهش‌های انجام شده در ایران درباره طلاق، این حقیقت را منعکس کرده‌اند که دخالت دیگران، مانند اقوام و آشنایان، والدین زن یا شوهر موجب شعله‌ور شدن اختلاف زن و شوهر می‌گردد و در نهایت به طلاق و جدایی منجر خواهد شد (فرجاد، ۱۳۷۲؛ ساروخانی، ۱۳۷۶). متأسفانه گاهی زن یا شوهر، به ویژه در اوایل زندگی مشترک، توسط دیگران به طور ناشیانه راهنمایی یا در برخی موارد تحریک می‌شوند.

۷- مسائل اقتصادی و مالی

زندگی زناشویی بر پایه اشتراک بنا شده است. از این رو به کار بردن عبارتهایی از قبیل «مال من»، «جهیزیۀ من»، «مال تو» و نظایر آن پایه اشتراک را متزلزل و به تفرق و جدایی تبدیل می‌کند. قدیمی‌ها جمله زیبایی گفته‌اند: «آدم نان خالی بخورد، اما دلش خوش باشد.» این جمله بیانگر آن است که نیازهای مادی انسان در حد متوسط تأمین شود، اما نیازهای روانی باید در حد بالا مورد توجه قرار گیرد. گاهی اوقات مسایل مالی و اقتصادی بهانه‌اند و زمانی که از زن یا شوهر سؤال می‌شود که چرا با یکدیگر سازش ندارید، به این گونه مسایل اشاره می‌نمایند و در نهایت «عدم توافق» و «عدم تفاهم» را عامل اصلی طلاق و جدایی معرفی می‌کنند.

۸- موانع فرهنگی و طبقاتی

گاهی موانع و محدودیت‌های فرهنگی و قومیت‌گرایی زن یا مرد، سلامت خانواده را تهدید می‌کند. برای مثال، ناهماهنگی فرهنگی و طبقاتی زن و شوهر (مانند فرهنگ شهری در مقابل فرهنگ روستایی) گاهی باعث تهدید بنیاد خانواده می‌شود. از سوی دیگر، گاه به علت شهرنشینی، صنعتی شدن و جهانی شدن،



بدون شک
کانون
خانواده‌ای که
در آن میان
زن و شوهر و
اعضای خانواده
انس و الفت
برقرار نباشد،
کانونی است
همچون جهنم
سوزان که به
زودی آثار
سوء خود را بر
سلامت روانی
و جسمانی اعضا
باقی می‌گذارد.
کودکان در
چنین خانواده
سرد و بی
روح، از ناامنی،
آشفتگی عاطفی
و اضطراب
رنج می‌برند
و احتمال
ظهور و بروز
ناهنجاری‌های
عاطفی و
رفتاری در آنها
زیاد است؛



یکی از عواملی که کانون مقدس خانواده را تهدید می‌کند، آمدن به خانه، به ویژه از طرف شوهر است. شوهری که ساعت‌های متوالی، زنش را تنها در خانه رها می‌کند و وقت خود را با دوستان مجرد خود به خوش گذرانی می‌گذراند، موجب می‌شود که روابط خانوادگی اش مخدوش گردد.

بنیاد ارزش‌ها سست می‌شود؛ افراد به تعهدات اخلاقی و ارزش‌های حاکم مقید نیستند و این مسئله موجب می‌شود زن و شوهر در ظاهر زیر یک سقف با یکدیگر زندگی کنند، اما روح آنها از همدیگر فاصله داشته باشد (به‌پژوه، ۱۳۹۴ الف).

۹- تنوع طلبی و هوس رانی

عامل دیگری که سبب آسیب‌زایی در خانواده می‌شود، تنوع طلبی و هوس‌رانی زن یا شوهر است. شوهر یا زن به فرمان احساسات خود با زن یا مرد دیگری ارتباط نزدیک برقرار می‌کند و رابطه خود با همسر قبلی را سست می‌نماید. در این شرایط عواملی از قبیل کشش‌های روانی-جنسی، زیبایی یا ثروت طرف مقابل، موجب گرایش به روابطی خارج از چهارچوب خانواده یا برقراری روابط پنهانی می‌گردد. این وضعیت موجب می‌شود روابط زن و شوهر مخدوش گردد، بنیاد خانواده سست شود و سرنوشت فرزندان به خطر افتد.

۱۰- سوء تفاهم و سوء ارتباط

مهمترین عامل آسیب‌پذیری خانواده، بروز سوء تفاهم‌ها و سوء ارتباطات است. بنابراین هم زن و هم شوهر به سهم خود مسئولیت دارند که از به وجود آمدن سوء تفاهم‌ها و سوء ارتباطات پیشگیری کنند و در اولین فرصت ممکن به حل و فصل آنها بپردازند؛ زیرا سوء تفاهم‌ها و سوء ارتباطات به صورت یک فرایند مخرب و پیش‌رونده عمل می‌کنند. گاهی یک سوء تفاهم ساده در صورت مرتفع نشدن همچون یک گلوله برفی کوچک به تدریج به یک بهمن بزرگ تبدیل می‌شود و بنیاد زندگی زناشویی را از بیخ و

بن بر می‌کند و متلاشی می‌سازد.

۱۱- انتقام‌گیری و بهانه‌جویی

انتقام‌گیری، بهانه‌گیری و عیب‌جویی از مهم‌ترین عوامل آسیب‌زا در خانواده و روابط زن و شوهر به شمار می‌آیند. طرح مکرر «دلخوری‌ها» و نقاط ضعف و نارسایی‌ها، ساختار روابط زناشویی را تهدید و تخریب می‌کند. در مواقع اختلاف و خطا سعی کنید گذشته را فراموش کنید، همسران را عفو کنید، نقاط مثبت او را ببینید و «کهنه قباله‌ها» را پیش نکشید و زنده نکنید! همچنین سعی کنید به قول معروف از «کاه»، «کوه» نسازید و با دیده اغماض به رفتار و گفتار یکدیگر نگاه کنید و بدانید که هیچ کس کامل نیست.

۱۲- سلطه‌گری شوهر یا زن

خانواده، کانون محبت، آزادی، تفاهم و مشورت است. هرگاه روش شوهر یا زن در زندگی مشترک، مبتنی بر سلطه‌جویی و سلطه‌گری باشد و هر کدام بخواهند نظریات خود را به اعضای خانواده تحمیل کنند و بر کرسی بنشانند، فضای خانواده به یک فضای استبدادی و نامطلوب تبدیل می‌شود. در چنین فضایی شوهر یا زن مرتب به دیگران دستور می‌دهند و امر و نهی می‌کنند. این وضعیت سلامت خانواده را به خطر می‌اندازد و در نتیجه موجب سرکشی، نافرمانی و لجاجت در رفتار اعضای خانواده خواهد بود. در چنین خانواده‌ای مشارکت و مشاورت معنا ندارد و شوهر یا زن، تنها تصمیم‌گیرنده و همه‌کاره است! متأسفانه در این گونه خانواده‌ها، از «عقل



انتقام‌گیری و
بها نه‌گیری و
عیب‌جویی
از مهم‌ترین
عوامل آسیب‌زا
در خانواده
و روابط زن
و شوهر به
شمار می‌آیند.
طرح‌مکرر
«دلخوری‌ها»
و نقاط ضعف
و نارسایی‌ها،
ساختار روابط
زنشویی
را تهدید
و تخریب
می‌کند. در
موافق اختلاف
و خطا سعی
کنید گذشته‌را
فراموش کنید،
همسرتان را
عفو کنید، نقاط
مثبت او را
ببینید و «کهنه
قباله‌ها» را پیش
تکشید و زنده
تکنید!

علت‌های ناباروری مربوط به زن و حدود ده درصد مربوط به هر دو می‌باشد و تقریباً ده درصد علت‌ها ناشناخته‌اند. ناباروری زن یا شوهر موجب می‌شود که روابط زنشویی مختل یا منجر به انحلال خانواده گردد.

۱۶- ناتوانی‌های جنسی

یکی از هدف‌های ازدواج، پاسخگویی درست به نیازهای جنسی است. متأسفانه برخی از افراد به دلایل گوناگون دچار ناتوانی‌های جنسی و سرد مزاجی‌اند و قادر به ارضای مطلوب نیازهای جنسی همسر خود نیستند. این وضعیت در دراز مدت آسیب‌زاست و هر یک از زوجین باید با شناخت و با شجاعت و صداقت به این مشکل توجه کنند و ضمن مشورت با افراد متخصص، مانند روان‌پزشک، متخصص غدد، متخصص زنان، متخصص کلیه و مجاری ادرار و متخصص روان‌شناسی و مشاوره خانواده به حل و فصل آن بپردازند. سرد مزاجی یکی از شایع‌ترین اختلالات در کار غدد جنسی است و اغلب جنبه روانی دارد (ایزدی، ۱۳۵۶). گفتنی است که رابطه جنسی نوعی مبادله عاطفی و ارتباط عاطفی میان زن و شوهر است، نه صرفاً یک ارتباط جسمانی و فیزیولوژیک.

عوامل تهدیدکننده دیگر

افزون بر عواملی که ذکر شد، عوامل گوناگون دیگری وجود دارد که سلامت خانواده را تهدید می‌کنند و بر شمردن همه آنها کار دشواری است و به طور کامل نمی‌توان آنها را مورد بحث قرار داد. با وجود این، توصیه می‌شود عوامل زیر نیز مورد توجه قرار گیرند:

۱۷- ازدواج ناموفق و عدم رعایت تناسب‌ها در ازدواج

سالاری و «حق سالاری» خبری نیست! گفتنی است که «مرد سالاری» یا «زن سالاری» بنیاد خانواده را متزلزل می‌کند و موجب بروز ستیزه‌های خانوادگی می‌گردد.

۱۳- بی‌نظمی و عدم مسئولیت در آمدن به خانه

یکی از عواملی که کانون مقدس خانواده را تهدید می‌کند، بی‌نظمی در آمدن به خانه، به ویژه از طرف شوهر است. شوهری که ساعت‌های متوالی، زنش را تنها در خانه رها می‌کند و وقت خود را با دوستان مجرد خود به خوش‌گذرانی می‌گذراند، موجب می‌شود که روابط خانوادگی‌اش مخدوش گردد.

۱۴- عدم توجه به امور خانه و خانواده

گاهی اوقات بی‌توجهی به برخی مسائل، عدم توجه به امور خانه و عدم مشارکت در فعالیت‌های خانوادگی موجب می‌شود زن یا شوهر این وضعیت را به شخص خود نسبت یا تعمیم دهد و به بی‌توجهی و بی‌علاقگی همسر تفسیر کند.

۱۵- عدم فرزند آوری و نازایی

یکی از هدف‌های ازدواج و تشکیل خانواده، تولید مثل و فرزندآوری است. اما متأسفانه حدود ده تا پانزده درصد از زنان و شوهران به دلایل گوناگون توانایی باروری ندارند و نابارورند. اصطلاح ناباروری زوجین، زمانی مطرح می‌شود که زوجین با داشتن دو بار آمیزش جنسی در هفته برای یک سال و بدون استفاده از روش‌های پیشگیری، زن باردار نشود. حدود سی درصد مشکلات ناباروری مربوط به مرد، حدود سی درصد یا پنجاه درصد

مهمترین عامل آسیب‌پذیری خانواده، بروز سوءتفاهم‌ها و سوءارتباطات است. بنابراین هم زن و هم شوهر به سهم خود مسئولیت دارند که از به وجود آمدن سوءتفاهم‌ها و سوءارتباطات پیشگیری کنند و در اولین فرصت ممکن به حل و فصل آنها بپردازند؛ زیرا سوءتفاهم‌ها و سوءارتباطات به صورت یک فرایند مخرب و پیش‌رونده عمل می‌کنند.

- ۱۸- عدم علاقه زوجین نسبت به یکدیگر و ازدواج تحمیلی، مصلحتی و شتاب‌زده
- ۱۹- عدم شناخت زوجین از ویژگی‌های یکدیگر
- ۲۰- اختلاف زیاد زوجین از نظر سن و تحصیلات و پایین بودن سن زن یا شوهر
- ۲۱- بد اخلاقی و عدم تحمل اخلاق یکدیگر و عدم توافق اخلاقی
- ۲۲- افراط و تفریط در نظم و انضباط
- ۲۳- بیکاری و عدم اشتغال شوهر و در نتیجه ندادن نفقه و عدم تأمین نیازهای مادی
- ۲۴- کار و اشتغال بیش از حد شوهر یا زن و یکنواختی در زندگی
- ۲۵- خودپسندی‌ها و خودخواهی‌ها
- ۲۶- عدم آشنایی و توجه به حقوق و وظایف یکدیگر و عمل نکردن به مسئولیت‌ها و وظایف
- ۲۷- توجه به ظواهر و امور مادی و چشم و هم‌چشمی
- ۲۸- عدم تعادل روانی و عاطفی و عدم بلوغ عقلی و عاطفی
- ۲۹- بیماری‌های جسمانی و روانی زن یا شوهر و بیماری‌های مسری و عفونی
- ۳۰- اعتیاد به مواد مخدر و الکل و کشیدن سیگار
- ۳۱- غیبت‌های طولانی و زندانی بودن زوج یا زوجه
- ۳۲- احساس بی‌هویتی و بی‌بندوباری در معاشرت‌ها و داشتن روابط آزاد
- ۳۳- اختلال‌های روانی و شخصیتی (مانند: افسردگی، وسواس، لجاجت و غرور کاذب)

- ۳۴- مصرف‌گرایی و تجمل‌گرایی بیش از حد
- ۳۵- عدم رعایت عدالت و انصاف
- ۳۶- خشونت مرد علیه زن و خشونت زن علیه مرد و بدبینی و سوءظن زوجین نسبت به یکدیگر
- ۳۷- عدم استقلال مالی و فکری خانواده
- ۳۸- اشتغال زن در خارج از خانه بدون رضایت شوهر
- ۳۹- پیروی از آرزوها و استمرار برنامه‌های دوران مجرد
- ۴۰- تحقیر، سرزنش و تمسخر همسر

منابع

- ایزدی، سیروس (۱۳۵۶). بحران‌های زندگی زن. تهران: انتشارات چهر.
- بک، آرون تی (۱۹۹۰). عشق هرگز کافی نیست: روش‌های نو برای حل مشکلات زناشویی و خانوادگی بر اساس شناخت درمانی. ترجمه مهدی قراچه داغی (۱۳۷۰). تهران: انتشارات نیوند.
- به‌پژوه، احمد (۱۳۹۴ الف). ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟ (چاپ چهارم). تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- به‌پژوه، احمد (۱۳۹۴ ب). چند توصیه به زنان: آیین شوهرداری. ماهنامه پیوند (وزارت آموزش و پرورش، انجمن اولیا و مربیان)، شماره پیاپی ۴۳۳، ۱۰-۱۱.
- به‌پژوه، احمد (۱۳۹۳). شما از همسران چه انتظارهایی دارید؟. ماهنامه پیوند (وزارت آموزش و پرورش، انجمن اولیا و مربیان)، شماره‌های پیاپی ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹ و ۱۳-۱۸.
- ساروخانی، باقر (۱۳۷۶). طلاق: پژوهشی در شناخت واقعیت و عوامل آن (ویرایش دوم). تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- فرجاد، محمد حسین (۱۳۷۲). آسیب‌شناسی اجتماعی: ستیزه‌های خانواده و طلاق. تهران: انتشارات منصوری. ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟

