

طلاق، بحران یا پایان زندگی مشترک؟

نسرین صرافان

کارشناسی ارشد روانشناسی

مقدمه

گرچه بعضی اوقات این تصور وجود دارد که طلاق یک پدیده آمریکایی است اما در واقع طلاق حقیقتی است که تقریباً در همه کشورهای جهان وجود دارد و حتی در اکثر جوامع قبیله‌ای نیز متداول شده است. جایگاه طلاق در کشورها بسته به باورهای رایج مذهبی و سنن اجتماعی متفاوت است.

عوامل زمینه‌ساز طلاق

عوامل زمینه‌ساز طلاق مشتمل بر موارد زیر می‌باشد:

□ عوامل اجتماعی - فرهنگی:

روند فعلی ازدواج و طلاق محصول ده‌ها سال تغییرات اجتماعی است. عوامل تاریخی و اجتماعی متعددی در دیدگاه‌های امروزی در ازدواج و طلاق تأثیر دارند.

□ تغییر در نقش خانواده:

تغییرات اجتماعی که در طول قرن گذشته در تمدن غربی روی داده ساختار و کارکردهای ازدواج و خانواده را تغییر شکل داده است.

□ تغییر در شرایط اقتصادی:

لیانا سایر و سوزان بی آنچی با استفاده از داده‌های بدست آمده از یک تحقیق طولی روی بیش از ۳۰۰۰ زنی که در تحقیق ملی خانواده و خانه‌داری شرکت کرده بودند، پی بردند که خود استقلال اقتصادی به طلاق منجر نمی‌شود بلکه رضایت ازدواجی و تعهد بهتر از میزان استقلال اقتصادی می‌تواند احتمال فروپاشی خانواده را پیش‌بینی کند. تحقیقات بعدی نیز اثبات نمود که استقلال اقتصادی زنان به تنهایی باعث طلاق نمی‌گردد.

□ افزایش کار و نیازهای خانواده:

محققان استاسی راجرز و پاول آماتو می‌خواستند بدانند که آیا درگیر شدن خانمها با اشتغال و درآمدزایی می‌تواند موجبات انجام کمتر وظایف منزل و بروز احتمالی طلاق گردیده باشد آنها دو نسل

از زوج‌های متأهل را مورد مقایسه قرار دادند تا ببینند آیا مقتضیات کار و خانواده روی کیفیت خانواده تأثیر می‌گذارد یا خیر (راجرز و آماتو، ۱۹۹۷). گروه اول شامل ۱۱۰۰ زوج بود که در فاصله سالهای ۱۹۶۴ - ۱۹۸۰ ازدواج کرده بودند گروه جوانتر شامل ۳۰۰ زن و شوهر بود که بین سال‌های ۱۹۸۱ تا ۱۹۹۷ متأهل شده بودند گروه جوانتر بیش از گروه مسن ناسازگاری زناشویی نشان می‌دادند و آن به دلیل تعارضات مربوط به متعادل کردن مقتضیات ناشی از کار و خانواده بود. مخصوصاً زوج‌هایی که فکر می‌کردند کارخانه‌داری بطور ناعادلانه توزیع شده چون شوهران در وظایف منزل همکاری نمی‌کردند، ناسازگاری ازدواجی بیشتری را گزارش می‌دادند.

□ عوامل دموگرافیک:

علاوه بر عوامل اجتماعی - فرهنگی در کارکردهای خانواده، نقش‌های اقتصادی و کاری و عوامل دموگرافیک نیز بر احتمال طلاق تأثیر دارند. محققان پی برده‌اند که خصوصیات دموگرافیک نظیر سن، نژاد و مذهب در پایداری ازدواج یا جدایی زوجین تأثیر دارد. نه تنها ازدواج در سن پایین به افزایش طلاق ربط دارد بلکه افراد وقتی جوانتر هستند بیشتر اقدام به طلاق می‌کنند. خطر طلاق برای مردان وقتی بالاترین حد را دارد که سن آنها بین ۲۰ تا ۲۴ سال است و این رقم در مورد زنان ۱۵ تا ۱۹ سال گزارش شده است.

در مورد نقش شغل و درآمد باید گفت هر چند مردان بیشتر تحت فشار اقتصادی قرار گیرند، خشن‌تر می‌گردند و نسبت به همسرشان گرم و حمایت‌گر نیستند. این مسئله باعث نارضایتی زوجه گردیده و احتمال طلاق را افزایش می‌دهد.

در مورد نقش نژاد و قومیت بر طلاق باید گفت الگوهای ازدواج و طلاق براساس نژاد و قومیت فوق دارد. آمریکاییهای آفریقایی تبار از ازدواجشان کمتر راضیند و احتمال طلاقشان بیشتر است. امروزه زنان آمریکایی آفریقایی تبار بیشتر احتمال دارد طلاق بگیرند و این کار را زودتر از زنان سایر گروه - های قومی انجام می‌دهند. نیمی از زنان آمریکایی آفریقایی تبار تا قبل از جشن دهمین سالگرد ازدواجشان طلاق گرفته‌اند. در حالیکه این رقم برای زنان آمریکایی اروپایی تبار و لاتین یک سوم و برای زنان آمریکایی آسیایی تبار یک پنجم است. ازدواج‌های بین نژادی هم بیشتر از ازدواج‌های هم نژادی احتمال فسخ شدن دارند و ازدواج‌های بین نژادی ۱۰ درصد بیشتر از ازدواج‌های هم نژادی احتمال ناکامی در ۱۰ سال اول را دارند.

□ خصوصیات اجتماعی:

فقر اجتماعی عوامل مخاطره‌آمیز را تقویت کرده و فرصت‌های مثبت را کاهش می‌دهد. در اجتماعات فقیر ازدواج زود هنگام رایج است که ممکن است باعث افزایش نرخ طلاق گردد.

□ عوامل فردی و ارتباطی:

وجود زمینه اختلال و مشکلات شخصیتی، عوامل استرس‌زای خاص و سوء مصرف مواد در احتمال بروز طلاق تأثیر دارند.

***طلاق، فرآیند بحران و سوگ**

برعکس دیدگاه بوهانون که حیطه‌های مختلف زندگی را در بر می‌گیرد، ریوا ویسمن روی ابعاد روانشناختی و عاطفی درونی طلاق تمرکز می‌یابد و دیدگاهش را نسبت به طلاق براساس نظریه بحران و توصیف الیزابت کوبلر-راس در مورد فرآیند سوگ بنیان گذاشت (ویسمن، ۱۹۷۵)

ویسمن پنج مرحله را برای طلاق پیشنهاد نمود:

مرحله انکار، فقدان و افسردگی، خشم و تردید، جهت‌گیری مجدد برای سبک زندگی و هویت و پذیرش و یکپارچگی (ویسمن، ۱۹۷۵).

□ انکار:

این مرحله، مرحله قبل از پذیرش آگاهانه‌ی مشکلات ازدواجی است و هنگامی روی می‌دهد که موضوعات تعارض برانگیز نادیده گرفته شده یا به عوامل بیرونی نسبت داده می‌شود. برخی ازدواج‌ها چندین سال در مرحله انکار باقی می‌مانند. به هر حال دیر یا زود، تعادل کاذب شکسته می‌شود و زوجین در مرحله‌ی بحران فرو می‌روند.

□ فقدان و افسردگی:

این مرحله متعاقب زمانی است که یک بحران روی می‌دهد و همسران مجبورند بپذیرند که ازدواجشان مشکلات جدی دارد. واکنش‌های اضطراب و گناه بوسیله فقدان‌ها یا تنهایی قریب‌الوقوع برانگیخته می‌شود.

□ خشم و تردید:

در این مرحله تعاملات میان همسران در بعضی مواقع حالت انتقام جویانه، تنبیه گرایانه و حتی خشونت آمیز می گردد. در عین حال همسران ممکن است در مورد آینده دچار احساس ترس گردند و بین حفظ ازدواج و قرار گرفتن در یک وضعیت نامعلوم مردد می گردند. این مرحله یک دوره‌ی خسارت عاطفی است که اساساً در هنگام تصمیم به جدایی به اوج خود می رسد.

□ جهت گیری مجدد برای سبک زندگی و هویت:

این مرحله، زمان رویارویی با واقعیت طلاق است. فرد در این مرحله تصمیم می گیرد که چگونه زندگی کند و در مورد روابط آینده خود فکر می کند. ماهیت انتقالی این مرحله فرد را آسیب پذیر می سازد و برای مبارزه با تنهایی و اضطراب، ممکن است یکسره وارد روابط جنسی با شریک های جدید گردد بدون آنکه هیچگونه سرمایه گذاری عاطفی داشته باشد. بحران هویت در این مرحله فرصتی برای بازشناسی سازنده خود را فراهم می سازد و حرکت به سمت رشد شخصی فراهم می گردد.

□ پذیرش و یکپارچگی:

این مرحله زمانی است که شخصی مطلقه خود را بدون نیاز به استدلال یا دفاع کردن بپذیرد و پذیرش خود، گذشته و دیگران جایگزین خشم می گردد. نظریه ویسمن که طلاق را به عنوان فرایندی از بحران و سوگ هژند ما را به مسائل اصلی شخص مطلقه نزدیک می نماید و عقدهها و تغییر عواطفی را که همراه طلاق است توضیح می دهد. این نظریه نشان می دهد که فرآیند طلاق عمیقاً به حوزه روان گسترش میابد.

***نظریه بوهانون در مورد مراحل شش گانه طلاق**

لبول بوهانون می گوید که افراد برای تکمیل فرآیند طلاق ۶ مرحله موازی را سپری می کنند:

□ طلاق عاطفی:

در این مرحله پیوندها و روابط عاطفی، با رفتارهای بیگانه شدن و کناره گیری از ارتباط عاطفی جایگزین می شود. این مسئله به کاهش تعارض منجر می شود زیرا یکی از همسران علاقه مندی خود را نسبت به حل مسائل از دست می دهد و نیروی خود را در طراحی یک راهبرد خروجی صرف می کند.

□ طلاق قانونی:

این مرحله، گام‌های قانونی برای رسیدن به طلاق، ایجاد توافق‌های قانونی، تسویه حساب‌های مالی، تصمیم‌گیری در مورد حضانت فرزندان و غیره را شامل می‌گردد. چنانچه والدین روی همه موارد اتفاق نظر داشته باشند، فرآیند طلاق اگر راحت نباشد، کاملاً صریح است. به هر حال هر عدم توافقی ممکن است این فرآیند را طولانی و پیچیده نماید و هزینه‌های عاطفی و مالی آن را افزایش دهد.

□ طلاق اقتصادی:

این مرحله شامل گام‌های عملی است که از طریق آن همسران، واحد اقتصادی موجودشان را مجزأ کرده و دو واحد اقتصادی ایجاد می‌کنند.

□ طلاق والدینی:

این مرحله شامل تدوین یک طرح مفصل برای حضانت فرزندان، مشخص کردن نوع حضانت و روشن کردن جزئیات ارتباط کودک با هر یک از والدین است. در این دوره ایجاد یک رابطه عملیاتی با هر دو والد بسیار حساس است، زیرا والدین می‌خواهند فرصت خود را برای بچه‌ها بودن و یا رهایی از آنها به حداکثر برسانند.

□ طلاق اجتماعی:

اثرات طلاق روی روابط اجتماعی همسران و پایگاه اجتماعی بیرون از خانواده به همان اندازه جدا شدن خانواده است. فشارهای روانی ناشی از طلاق ممکن است تقاضاهای بیشتری را از شبکه اجتماعی همسران طلب کند. دوستان ممکن است کناره‌گیری کنند، زیرا احساس می‌کنند طرفداری یا عدم پذیرش این تغییرات زشت است یا از ناحیه دوستان مجرد جدیدشان، احساس تهدید می‌کنند. همچنانکه افراد شبکه‌های آشنایی‌شان را ترک کرده و وارد شبکه‌های جدید می‌گردند دوستی‌های جدید نیز باید برقرار گردد.

□ طلاق روانی:

طلاق روانی اشاره دارد به کسب مجدد خودمختاری روانشناختی از طریق جدایی عاطفی از همسر قبلی. این مرحله شامل ایجاد بصیرت نسبت به سهم خود شخص در شکست ازدواج و فراهم ساختن پایه‌ای برای رشد شخصی است.

* پیامدهای طلاق:

طلاق بر دو گروه سنی بزرگسالان و فرزندان تأثیر می‌گذارد که به ترتیب نقش و تأثیر آن را بر هر یک از این گروه‌های سنی مورد بررسی قرار می‌دهیم:

□ تأثیر بر بزرگسالان:

تأثیر بر بزرگسالان مشتمل است بر:

○ تغییر در شبکه اجتماعی بزرگسالان:

طلاق، در زندگی اجتماعی فرد تأثیرات شگرفی ایجاد می‌کند. قبل از هر مورد فرد همسر خود را از دست می‌دهد. بنابراین فعالیت‌های زناشویی او کاهش می‌یابد. علاوه بر آن ارتباط با خانواده همسر هم کاهش می‌یابد و یا احتمالاً قطع می‌گردد. در کنار از دست رفتن ارتباط با همسر و خانواده او، اکثر مطلقه‌ها در می‌یابند که به همین نسبت، دوستان را از دست می‌دهند بخصوص اگر رابطه دوستی در طول مدت ازدواج شکل گرفته باشد و یا دوست مشترک با همسر سابق باشد. افراد مطلقه بنابر دلایل بسیار منزوی‌تر می‌گردند و بیشتر از متأهلین احساس تنهایی می‌کنند.

○ تغییر در وضعیت اقتصادی:

درآمد سرانه خانوادگی زنان بعد از طلاق کاهش می‌یابد و اساساً کمتر از درآمد زنان متأهل می‌گردد. درآمد سرانه یا سطح زندگی در مردان بالعکس بعد از طلاق افزایش می‌یابد. به هر حال اگر چه ممکن است درآمد سرانه مردان نسبت به زنان افزایش نشان دهد ولی با وجود این درآمد خانوادگی مردان طلاق پایتیر از مردان متأهل است چرا که درآمد همسرشان را از دست می‌دهند و غالباً به خاطر برخی حمایت‌ها از فرزندان که با همسر زندگی می‌کنند باید به همان میزان به همسر پردازند (پالوک و استراب، ۱۹۹۶).

○ تغییر در نقش بزرگسالان:

طلاق، در نقش افراد تغییرات بنیادی ایجاد می‌کند، بخصوص اگر زن و شوهر در طول ازدواج از نقش‌های جنسیتی سنتی پیروی کرده باشند. طلاق نقش زنان خانه‌دار را به نقش نان‌آور تبدیل می‌کند در حالی که مردانی که فقط والد «پشتیبان» بوده‌اند خودشان را در مرز فرزندپروری (حداقل در پایان هفته) احساس می‌کنند. بعد از طلاق احتمال استخدام زنان دو برابر می‌گردد. بیش از ۸۰ درصد مادران مطلقه کار می‌کنند در مقایسه با میزان کمتر از ۴۰ درصد قبل از طلاق و زنانی که قبل

از طلاق تمام وقت کار می کرده‌اند، بعد از طلاق حتی چند ساعت افزایش زمینبندی کار پیدا می کنند (آندرسون-خیف، ۱۹۸۲؛ نورتون و گلیک، ۱۹۸۶؛ فاسیگر، ۱۹۸۹).

زنان مطلقه در پذیرش نقش‌های جدید مشکلات زیاد و درمورد فرزندان نگرانی‌های زیادی دارند. آنها در مقابل مسئولیت‌های شغلی جدید احساس عصبانیت و ناکامی داشته‌اند از اینکه همراه فرزندان نیستند احساس گناه می‌کنند و احساس دو گانه‌ای نسبت به شغل خود دارند. پدرانی که حضانت فرزند را بر عهده ندارند معمولاً بعد از طلاق برای ملاقات با فرزند دچار محدودیت می‌گردند و یک‌چهارم آن‌ها فرزندشان را یک‌بار در هفته ملاقات می‌کنند اما مادرانی که حضانت ندارند نسبت به پدران بی‌حضانت دو برابر بیشتر با فرزندان تماس دارند و موفقیت زندگی‌شان را به گونه‌ای ترتیب می‌دهند که ملاقات بچه‌هایشان آسان‌تر شود (هترینگتون و جول، ۱۹۹۴).

○ مشکلات روانشناختی بزرگسالان:

اکثر مردان و زنان مطلقه عصبانیت، اضطراب و افسردگی و احساس تنهایی را احساس می‌کنند (هترینگتون، ۲۰۰۲). طلاق آشفتگی عاطفی و حتی بیماری روانی ایجاد می‌کند (آماتو، ۲۰۰۰) در سراسر جهان میزان خودکشی و اقدام به خودکشی در میان مردان و زنان مطلقه بالاتر است (اسپاتیر و تامپسون، ۱۹۸۴).

افراد مطلقه الکل بیشتری هم مصرف می‌کنند و بیشتر معتاد می‌گردند (پاور، ۱۹۹۹).

○ مشکلات جسمانی بزرگسالان:

مشکلات سلامت جسمی افراد مطلقه در مقایسه با افراد متأهل بیشتر است و احتمال دارد زودتر بمیرند (آماتو، ۲۰۰۰). افراد مطلقه در یک تحقیق، کاهش وزن، بهم خوردن معده، دردهای بدنی، فرسودگی، بی‌میلی، سردرد و مشکلات خواب را گزارش دادند (بلوم، هاگز، کالدول، ۱۹۸۳). در واقع این تفاوتها در سلامت جسمانی نشانه‌ی پیوندهای فیزیولوژیک میان طلاق و سیستم ایمنی است (کیکولت، گلاسر و همکاران، ۱۹۸۷، ۱۹۸۸).

افراد مطلقه و متارکه کرده سلول‌های مقاوم کمتری در مقابل تومورها و باکتری‌ها دارند و سلول‌های بیشتری دارند که مستعد ابتلا به ویروس هستند. سیستم ایمنی آنها نسبت به سیستم ایمنی افراد متأهل در مقابل بیماری‌ها مقاومت مؤثر ندارند. زنان مطلقه میان سال نسبت به زنانی که رضایت زناشویی

دارند، نمودارهای بیشتری در مورد کلسترول و چاقی دارند، بیشتر سیگار می کشند و کمتر ورزش می کنند (گالو و همکاران، ۲۰۰۳)

بطور خلاصه، میان طلاق و سلامت جسمانی پیوندهایی وجود دارد که نشان می دهد طلاق همان - طور که برای سلامت روانی مخاطره آمیز است یک عامل خطر ساز برای ضعف جسمانی نیز بشمار می رود.

□ تأثیر طلاق بر فرزندان:

نتایج حاصل از مطالعات سال ۲۰۰۱ حاکی از آن بود که بطور متوسط فرزندان والدین مطلقه نسبت به فرزندان خانواده های سالم از لحاظ پیشرفت تحصیلی، اعتماد به نفس، وجهه اجتماعی، برقراری ارتباط با دوستان، بد رفتاری، افسردگی و نگرانی از مشکلات زلّدی رنج می برند.

○ واکنش کودکان پیش دبستانی به طلاق:

این کودکان درک درستی از کلمه طلاق و جدایی ندارند و حتی نمی توانند علت ترک پدر و یا گریه مادر را درک کنند. در این سن هنگامیکه اولیا آنها را ترک می کنند ترس سراسر وجودشان را فرا می گیرد و از اینکه تنها گذاشته شوند و یا اطرافیان از آنها دوری کنند احساس نگرانی می کنند.

○ واکنش کودکان دبستانی به طلاق:

فرزندان طلاق سنین اوایل دبستان (۶ تا ۸ ساله) نسبت به فرزندان خانواده های سالم نگران تر و افسرده تر می باشند (هایت و همکاران، ۱۹۹۰) و نسبت به از دست دادن پدرشان به شدت تحت تأثیر قرار می گیرند و نسبت به او ابراز علاقه می کنند و در ملاء عام غصه می خورند و آرزو می کنند زمان بیشتری را در کنار پدر سپری کنند (والرشتاین، ۱۹۸۴؛ هینگست، ۱۹۸۱). کودکان (۹ تا ۱۱ ساله) کمتر اندوه و ناراحتی خود را به زبان می آورند و رایج ترین واکنش آنها عصبانیت است. (هینگست، ۱۹۸۴؛ والرشتاین، ۱۹۸۳).

طی یک تحقیق، فرزندان خانواده های طلاق تست های خواندن، املا و یادگیری ریاضی را نسبت به بقیه بچه ها بدتر انجام دادند. آنها از میان شانزده تست سنجش رفتار کلاسی در پانزده مورد آن بدترین نمرات را کسب کردند. حضورشان در کلاس نامنظم بوده و از لحاظ اجتماعی قابلیت چندانی نداشتند. معلمان آنها را نسبت به سایر کودکان پر خاشگرت تر و سرکش تر می دانستند (آلیسون و فورستنبرگ، ۱۹۸۹).

○ واکنش نوجوانان نسبت به طلاق:

با فرارسیدن دوران بلوغ، میزان آگاهی از مشکلات والدین بیشتر می‌شود اما این، لزوماً به معنای کاهش اندوه، ناراحتی و ترس آنها از پایان پیوند زناشویی والدین نمی‌باشد. اوایل دوران نوجوانی، اوج آسیب‌پذیری نوجوانان است. بچه‌های طلاق در این دوره از اعتماد به نفس، خودمختاری و بی‌ثباتی بهره‌مندند. آنها در برخورد با طلاق والدینشان واکنشی شدید همراه با اضطراب و نگرانی نامعقول بروز می‌دهند. آنها در دوران خود محوری نوجوانی تنها نیازهای خود را می‌بینند و احساس می‌کنند تمامی چشم‌های جهان در حال نظاره کردن آنهاست. به همین دلیل والدین را به باد ناسزا می‌گیرند (اسپرینگر و والرشتاین، ۱۹۸۳؛ درکمن و بیر، ۱۹۹۲). در این دوران والدین به آنها کار اضافه واگذار می‌کنند و آنها دچار احساس بلوغ کاذب می‌گردند. این نوجوانان بدلیل عدم توانایی در کنترل وضعیت موجود، احساس عصبانیت می‌کنند و مجذوب رفتارهای خطرناک مانند رابطه جنسی، مصرف دارو و الکل می‌گردند (اسپرینگر و والرشتاین، ۱۹۸۳).

○ واکنش جوانان نسبت به طلاق:

آنها تا چند سال بعد از طلاق ناراحت هستند و مدام نگران سلامتی والدینشان به خصوص مادرشان هستند (بانکوسکی، ۱۹۸۹) آنها نیاز به سرپرستی والدینشان را بعد از طلاق از جمله عوامل اضطراب-آور و ناراحت کننده می‌دانند (پریور، ۱۹۹۹). افرادی که در سنین جوانی والدینشان از یکدیگر جدا شده‌اند احتمال افسردگی در آنها بیش از افرادی است که والدینشان پیوند زناشویی را حفظ نموده - اند (راجرز، ۱۹۹۴). این افراد ممکن است در آینده از شریک زندگی شان جدا شده و یا خسارت مالی به آنها وارد شود و در مردان این گروه احتمال بیکاری وجود دارد (فورستبرگ و کیرنان، ۲۰۰۱).

چگونه می‌توان میزان طلاق را کاهش داد؟

- اتخاذ سیاست‌هایی جهت تقویت ازدواج می‌تواند خود به خود خطر طلاق را کاهش دهد.
- کاهش مقتضیات شغلی و افزایش انعطاف‌پذیری در کار می‌تواند به افراد متأهل اجازه دهد به نیازهای خانواده‌شان توجه بیشتری نمایند (کار پارموقت و کار با ساعات تغییرپذیر به خصوص کار پاوقت با مزایا به افراد متأهل امکان می‌دهد برنامه‌هایشان را تنظیم کنند و برای کارهای خانه وقت آزاد داشته باشند

- وجود امنیت اجتماعی و مالیاتی به والدینی که می‌خواهند در منزل بمانند و از کودکان خردسال مراقبت کنند کمک می‌کند و از طلاق جلوگیری می‌کند.
- وجود حمایت‌های بیرونی همچون کارگاه‌ها، سخنرانی‌ها و کتابها به تقویت خانواده‌های آسیب دیده کمک می‌کند و طلاق را کاهش می‌دهد.
- تقویت سیاست‌های مربوط به آماده‌سازی افراد برای ازدواج خود بخود منجر به کاهش طلاق می‌گردد (آموزش‌های قبل از ازدواج).
- تقویت سیاست کند کردن روند ازدواج عجولانه منجر به کاهش طلاق در مراحل بعدگوهی