



عاقبت تصمیم گرفتن برای ازدواج در پار تی به طلاق در دادگاه خانواده ختم شد

# بگو وبخندهای شوهرم باز نان دیگر تمامی نداشت!

امیر حسین صفدری | پژوهشگر حقوقی

چهره خسته و نگاه افسوس وار دختر جوان به همراه بغض تر کیده اش که کنار در اتاق قاضی در دادگاه خانواده ایستاده و دستش را جلوی دهانش گرفته بود تا صدای حق هق گر یه اش کمتر توجه ها را به خود جلب کند، سکوت سالن دادگاه را تحت تأثیر قرار می داد. کمی آن طرف تر هم مردی دستانش را روی صورتش گرفته بود تا چهره پر از استرس وشو که اش کمتر به چشم دیگران بیاید اما دوست داشت که داستان زندگی اش را بگوید تا مقصر طلاق شان پیدا شود.

❖ **در پار تی با هم آشنا شدیم**

«افشین» با بیان این که ۲۴ سال دارد، بدون معطلی در باره نحوه آشنایی شان می گوید: «خوب یادم هست که سال آخر دانشگاه، «آذر» را در یک پار تی مختلط دیدم. با همان نگاه اول میخکوب او شدم، طوری که همه دوستانم متوجه این اتفاق شدند و دستم انداختند. چندباری در همان مراسم جلور فتم و به بهانه های مختلف خواستم باب آشنایی را بیشتر باز کنم اما روی خوشی به من نشان نمی داد، به قول دوستانم، «آذر» خشک و ضد مرد و کمتر اهل چنین مراسمی بود. همین باعث شد تا لاشم برای رسیدن به او جدی تر شوم. بالاخره به بهانه شروع یک کار مشتر ک و افتتاح یک کافه، قبول کرد کمی با هم صحبت کنیم. در کمتر از یک ماه که متوجه الکی بودن موضوع کافه شد، به قول معروف یخ مان آب شد و من به او پیشنهاد از دواج دادم.

❖ **از افشین، خوشم آمد**

«آذر» با شنیدن صدای افشین، وسط حرف مان پرید و با صدایی بغض گرفته گفت: «با شنیدن آن پیشنهاد، کاملاً شو که شده بودم. نمی دانستم به او چه بگویم؟ چند روز وقت خواستم تا خبر بدهم. کمی فکر کر دم دیدم از افشین و کار هایش خوشم می آید. پسر خوبی به نظر می رسید و خیلی خوب حرف می زد. همین باعث شد پیشنهادش را قبول کنم و رابطه مان البته برای آن دواج آغاز شود».

❖ **خانواده ام از پوشش افشین، اراضی نبودند**

«آذر» که کمی صدایش صاف تر شده بی، وقته به صحبت هایش ادامه می دهد و می گوید: «بعد از چهار، پنج ماه آشنایی و ارتباط دوستانه با رعایت خط قرمز های من، افشین با خانواده اش به خواستگاری ام آمدند. بعد از

❖ **شک تو یک سوء تفاهم مسخره است**

«افشین» با خنده ای که سخره گرفتن از آن می یارد، صدایش را بلند می کند و می گوید: «شکی که هنوز هم نتوانستی به اثباتش برسانی، شک نیست بلکه یک سوء تفاهم مسخره است. من هر از چندگاهی احساس می کر دم در تعقیب هستی ولی به رویت نمی اور دم. هر چند تا حالا هم نتوانستی به قول خودت، مجرم را بگیر ی و هیچ وقت هم نخواهی توانست چون من چیزی برای پنهان کر دن ندارم.»

❖ **افشین مدام با دختران جوان بگو و بخند داشت**

«آذر» در حالی که از کیفش یک قرص در می آورد، می گوید: «نمی فهمم منظورت از این صحبت ها چیست. اگر راست می گویی، الان بگو چند شب در هفته به پار تی می روی و با دختر های آن چنانی، شب را تا تیر وقت می گذرانی؟ تو به پار تی و بگو و بخند با دختر ها عادت کر دی و اصلاً حواسـت نیست. این رفتار را سر کارت هم انجام دادی که اخراجت کر دند. خیانت که

فقط رابطه جنسی نیست. تو مدام می گویی

هیچ دختری جز من در زندگی ات نیست اما چرا رمز گوشه ات را هر روز عوض و چت هایت در لینستاگرام و تلگرام را پاک می کنی؟»

❖ **رابطه من با دختران طبیعی است**

«افشین» یکی از دست هایش را بالای می آورد می گوید: «دوباره این بحث شروع شد. من صد بار گفتم، برای من دختر و پسر فرقی نمی کند. با همه راحتم و رابطه ما با دختران طبیعی است. این چیز عجیبی است؟ من دوست دارم در شب نشینی ها با دوستانم باشم. ما کنار هم لحظات شادی را سپری می کنیم و تمام. هیچ اتفاق خاصی هم نمی افتد که دلیلی برای پنهان کر دنش وجود داشته باشد.»

❖ **افشین از اعتماد سوء استفاده کرد**

آذر با چشم هایی گر د شده که تعجیش را فریادمی زند، رو به من می گوید: «چرا شما نظر تان را نمی گویند؟ به نظر شما عیبی ندارد؟ هنوز چند ماه از زندگی مشتر ک مان نگذشته بود که از افشین خواستم دیگر به چنین مراسمی نرود. بعد کم کم دیر آمدن های افشین شروع شد و هر وقت دلیشل را می پر سیدم، می گفت کار های حساسی ام در شرکت طول کشیده است. باور کر ده بودم تا این که یک شب از نیروی انتظامی با من تماس گرفتند و گفتند اور ادر یک پار تی دستگیر کر ده اند! انگار این خبر، آب سردی بود بر رابطه ما. اوبه من دروغ گفته و از سازه لوحی و اعتماد سوء استفاده کر ده بود. بعد از آن هم که علنی تر می رود و یک بار که با او به پار تی رفتم، تصمیم به طلاق جدی تر شد.»

❖ **حرف آخر افشین و آذر**

افشین به عنوان حرف آخر می گوید: «من فقط دنبال تفریح و خوش گذرانی بودم و اگر مجبورم نمی کر دی، هیچ گاه به تو دروغ نمی گفتم. به هر حال، من همین هستم که تصمیم، با تو ست هر چند و افعا دوست دارم. «آذر هم می گوید: «من دیگر تحمل ادامه این زندگی را ندارم. عقتم به افشین از بین رفته و کنارش بودن از آن می دهد و هر لحظه منتظر م دختری دیگر به خانه بیاید. روز و شب کابوس این اتفاق را می بینم.»

### تحلیل مشاور

## مردانی به دنبال اثبات بر تر بودن خود!



بنفشه دولت آبادی | روان در مانگر و مشاور خانواده

ماجر ا جویی و تمایل به تنوع و هیجان، لوده گری، هرزه گری و بیان بی پر ده روابط نامشروع، مر اوده با افراد بی بند و بار، تماشای حجم وسیعی از سریال ها در رسانه ها و شبکه های ماهواره ای بیکانه، ار ضا نشدن نیاز های جنسی و ویژگی های شخصیتی از عوامل موثر در شکل گیری شخصیت هایی همچون «افشین» است. چنین افرادی که در گیر این گونه روابط هستند از نوعی اختلال شخصیت ضد اجتماعی رنج می برند که یکی از ویژگی های بارز این گونه اختلال زیر پا گذاشتن قوانین، عادی و طبیعی جلوه دادن این گونه روابط، پابیند نبودن به اخلاقیات و بی تعهدی و خیانت به همسر است. داشتن چنین رفتار هایی توسط مر دها، بیابنگر نوعی نیاز عاطفی، جنسی و عقده های فروخور ده مانند کمبود محبت، بی علاقتی به زندگی، از دواج نا آگاهانه و ... است. بی شک کاهش مهارت های زندگی و رفتاری، فقدان آموزش در خصوص عوامل صدمه های جبران ناپذیر به طر ف مقابل، ضعف آموزه های دینی و عقیدتی، کنجکاوی، رابطه های تعریف نشده زن و مر د در جامعه و شکسته شدن حریم ها به بروز چنین اختلالات رفتاری در همسران منجر می شود.

تقلید از فرهنگ پار تی رفتن

در این پرونده خاص باید به طور بارز، به این مسئله اشاره کر د که بر خورد با فرهنگ هایی که مر دم ما برای رویارویی با آن ها هیچ آموز شی ندیده اند، صدمات غیر قابل جبرانی دارد. حضور در مهمانی های شبانه، یکی از این تقلیدهای کور کورانه بعضی جوانان از غرب است. با این حال، ر اهکار مدیریت تنوع طلبی ها و لذت جویی های انسان به ویژه در مردان غلبه بر نفسانیت و فهماندن ارزش عشق به آنان است. تعهد به رابطه زناشویی و وفاداری به همسر، ارزشی بسیار نیکو و الواست که در گام نخست، از بدو تولد با تربیت صحیح و فرهنگ سازی در کالبد خانواده و محیط آموزش نهادینه می شود و این ملکه ذهنی و قوه کنترل درونی، شالوده محکم پابیندی به حرمت ها را برای آینده پی ریزی خواهد کر د.

عاقبت تصور طبیعی بودن رابطه با نان دیگر

کمرنگ شدن ارزش های اخلاقی در جامعه باعث گسترش روز افزون پدیده های غیر اخلاقی و غیر شرعی شده است. تغییر سبک زندگی از الگوی اسلامی – ایرانی به الگوی رفتاری غربی، اتفاقی است که برای افشین در این پرونده افتاده است. متأسفانه برخی افراد که بدون وابستگی اخلاقی، در فرهنگ و اجتماعی هستند، این گونه روابط فرا زناشویی را بسیار طبیعی و به نوعی پیشرفت و امروزی بودن قلمداد می کنند، در صورتی که آسیب های چنین رفتار هایی اصل یاداری خانواده را نشان می رود. عجیب است که بعضی مر دها می گویند این گونه ارتباطات و گپ و گفت ها در همه افراد وجود دار د و بیشتر به خاطر سر گرمی است ولی بی شک هدف این گونه روابط پیشی گرفتن بر دیگر مر دان و اثبات برتری خودشنستن است. این نکته روان شناسانه این ماجرا است که کمتر به آن توجه می شود.

# استرسم از بی نهایت هم بیشتر است

دختری ۱۷ ساله و بسیار استرسی هستم. موقع نوشتن، دست هایم الکی می لرزد. بسیاری از کار های مورد علاقه ام را به دلیل استرس فراوان نمی توانم انجام دهم. این مشکل باعث شده زندگی روزمره ام با مشکلات فراوانی روبه رو نشود. در روز حالت تهوع دارم و گاهی به حال خودم گریه می کنم. قابل درمان؟

فریا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

### مشاوره فردی

❖ **توکل بر خدا**

ارتباط روحی و معنوی با خدا و توکل بر او، در کنار تلاش برای موقعیت، موجب آرامش عمیق

همراه باخشودنی می شود و از یاس و اضطراب فر دمی کاهد. این توصیه اول من به شماست.

❖ **عوامل استرس را از کم کنید**

سعی کنید عوامل استرس تان را بشناسید و درصدد کم کردن آن برآیید. به طور مثال بابت چه عواملی و به خاطر قرار گرفتن در چه شرایطی، بیشتر استرسی می شوید. آن ها را حل شناسایی کنید.

❖ **از وقایع اطراف خود با اطلاع شوید**

بی اطلاعی و نادیده گرفتن حوادث و وقایع اطراف، دلیل بر شادی و نداشتن مشکل نیست. گاهی اوقات آن چه به علت ناآگاهی خود یکی از عوامل افزایش استرس است. با توجه به ترتیب اهمیت، برنامه ها را دسته بندی کنید و یکی را پس از دیگری انجام دهید.

❖ **بر نامه های زندگی خود را اولویت بندی کنید**

هنگامی که با انبوهی از مشکلات و کار هایی که باید به طور همزمان انجام دهید، و به رومی شوید، دچار آشفتگی و بی نظمی می شوید که خود یکی از عوامل افزایش استرس است. با توجه به ترتیب اهمیت، برنامه ها را دسته بندی کنید و یکی را پس از دیگری انجام دهید.

❖ **مشکلات را بپذیرید**

باید پذیرفت بر خشی اوقات، شرایط طاقت فرسایی در زندگی پیش می آید که کاری از دست ما بر نمی آید. در این شرایط باید با صبر و پذیرش مشکل و دگرگون کردن موقعیت، بار عاطفی مشکل را کم کنید.

❖ **روابط اجتماعی خود را گسترش دهید**

در زمانی که استرس دارید، پناه بر دن به گوشه تنهایی، کار اشتباهی است چون گوشه گیری باعث می شود بیشتر جوانان را بر مشکلات و افکار منفی که به حاس حل آن به تشدید استرس کمک می کند، متمرکز کنید.

### ترجمه

## پول توجیبی؛ چرا، از چه سنی و چقدر؟

مترجم:فاطمه قاسمی

منبع:سایت فرانسوی parents.fr

هر قدر زودتر برای بچه ها پول توجیبی در نظر بگیریم، آن ها هم زودتر با ارزش مادی چیزهای دور و برشان آشنا خواهند شد و این کار به آن ها اجازه خواهد داد تا در کنند پول توجیبی شان باروش تصمیم شان برای خرج کر دنش ارتباط مستقیم دار داماسن ایده آل برای پول توجیبی دادن چقدر است؟

❖ **سن ایده آل برای شروع پول توجیبی دادن**

حدودشش-هفت سالگی که آموزش واحد پول در سرفصل های در س ریاضی بچه ها پیش بینی شده است، بهترین سن برای این اتفاق است.

❖ **چقدر پول توجیبی بدهیم؟**

مطمئناً پاسخ این سوال به شرایط مالی شما بستگی دارد اما بهتر است به مقدار کم و به طور منظم در تاریخی مشخص وبدون در نظر گرفتن جریمه ها و پاداش پرداخت شود چرا که در واقع پول توجیبی، پاداشی برای انجام کار های کوچک و بزرگ روزانه یا در ازای نمره خوب در مدرسه نیست. برای این کار بهتر است یک کادوی کوچولو که با پول توجیبی او اشتباه گرفته نشود یا پولی اضافه تر اما در زمانی غیر از زمان مقریر پول توجیبی، در نظر گرفت. پول توجیبی باهر مبلغی برای کودک شماسیار بار ارزش و تاثیر دار است چرا که با این روش، آغاز استقلال کودک شمار قم خواهد خورد.

❖ **فایده و قوانین پول توجیبی دادن**

با پول توجیبی دادن، در واقع آن مفهوم صرفه جویی و خرج این پول را در باره زمانی خاص یاد می گیر ند، خواسته های خود را مدیریت می کنند، تصمیم می گیر ند و نهایت انتخاب می کنند. به این ترتیب پدر ها و مادر ها هم از بهانه های کوچک وبزرگو غیر منطقی آن ها موقع خرید خلاص می شوند. در ضمن، شاید در دفعات اول کودک در برابر خرج کر دن پول خود مقاومتی نشان ندهد ولی کم کم از خرید های اضافه خود، خیلی زود پشیمان خواهد شد و این خود نشانه خوبی است. داشتن یک قلک پول هم در کنار این آموزش ها برای کودک تان بد نیست. این کار به وی اجازه خواهد داد که از نزدیک شاهد پس انداز خود باشد. همچنین به یاد داشته باشید در برابر بعضی قوانین وضع شده در این باره انعطاف پذیر نباشید. مثلاً مبلغ تعیین شده ثابت باشد و بنا به خواسته های کودک تان تغییر نکند. همچنین از دادن پول اضافه به عنوان قرض به او جلوگیری کنید.

### موقعیت

## اصل «پار تو» چگونه زندگی را تغییر می دهد؟

تقریباً هر روز با چالش منابع محدود مواجه ایم و همیشه همه تقصیر ها را گردن زمان و ضیق وقت می اندازیم اما واقعیت این است که بیشتر ماحتی نمی توانیم چگونه از زمان استفاده کنیم. در ست است که نمی توانیم ساعات بیشتری به ساعات روزانه مان اضافه کنیم اما می توانیم با تمرکز بر چیز هایی که مهم هستند، از همان ساعاتی که داریم بهترین استفاده را بکنیم. این جاست که اصل پار تو می تواند به ما کمک کند. اصلی که به ما کمک می کند هر چه سریع تر به اهداف مان برسیم.

❖ **اصل پار تو چیست؟**

ویلفردوپار تو یک اقتصاد دان ایتالیایی بود که متوجه شد تنها ۲۰ در صد خانواده های ایتالیایی صاحب ۸۰ در صد پول کشور هستند. او با الهام از این واقعیت شروع به استفاده قانن ۲۰ / ۸۰ در تمام امور زندگی اش کرد. به عنوان مثال با ۲۰ درصد کاشت در باغش، ۸۰ درصد محصول برداشت می کند. به نظر می رسد این الگور ا می توان در تمام شرایط زندگی به کار بر د. شاید از خودتان بر سر سید ۸۰ در صد محصول چه ارتباطی به زمان و توانایی موقعیت ما دارد؟ شاید این موضوع در ابتدا کمی گیج کننده باشد اما اگر از اصل پار تو بر روی کنیم متوجه می شویم که ۲۰ درصد تلاش ۸۰ درصد نتیجه می دهد. این یعنی از بین ۱۰۰ کاری که قرار است در روز انجام دهید، هشت تا از آن ها مهم نیستند. کاری که باید انجام دهید این است که آن دو کار مهم تر را تعیین و با آن ها شروع کنید. اگر روی ۲۰ درصد تمرکز نکنید، ۸۰ درصد از زمان تان را از دست خواهید داد.

❖ **از کجا بدانم چه کاری مهم تر است؟**

برای این کار باید با داده و مصمم باشید. مهم ترین کار ها معمولاً سخت ترین و پیچیده ترین آن هاست. این جاست که ذهن مان قفل می کند و به جای به کار بردن تلاش و انرژی مان در فعالیت هایی که برایمان مهم هستند، کار های راحت تری را که مهم نیستند، انجام می دهیم. برای شروع شش اولویت روع رد را روی کاغذ بنویسید و روی مورد پنج به بعد خط بکشید. حالا اولویت های باقی مانده را روی یک کاغذ یادداشت بنویسید و در جایی جلوی دیدتان قرار دهید. روز تان را با کار هایی که در اولویت هستند، شروع کنید و اجازه ندهید چیزی جواستان را پرت کند و به هیچ کار دیگری فکر نکنید.



- زندگی سلام
- شنبه
- ۲۷ مرداد ۱۳۹۷
- شماره ۱۱۱۷

### خانواده مشاوره