

طلاق والدین چه عوارض و تأثیراتی بر فرزندان می گذارد

اکثر تحقیقاتی که انجام گرفته است؛ همگی حاکی از تأثیرات نامطلوب طلاق بر سلامت روان فرزندان هستند. به عبارتی، زمانی که یکی از والدین در خانواده حضور نداشته باشد؛ رشد عاطفی و اجتماعی و حتی عقلی کودکان آسیب می بیند. طلاق و ازهم گسیختگی خانواده سبب ایجاد اضطراب، ناامنی، بی اعتمادی و همچنین بدبینی و سوءظن و احساس محرومیت دائم از پدر و مادر می شود.

همچنین بررسی ها نشان می دهد که، فروپاشی یک خانواده با افسردگی در دوران کودکی پیوند می خورد. طبق نظر روان شناسان در حالت کلی، طلاق والدین، سرپرستی توسط یکی از والدین، پایگاه اجتماعی و اقتصادی پایین، تجربه فقدان های مکرر، اختلافات والد و کودک، اختلافات زن و شوهر در مورد بچه داری، کنترل بیش از حد والدین به رفتار کودک و ارتباط آسیب دیده با همسالان در بروز افسردگی دوران کودکی نقش دارد.

در ادامه مواردی را بیان می کنیم که ممکن است بعد از طلاق والدین در فرزندان مشاهده شود:

• ترس از طرد و ترک شدن

پس از طلاق والدین، این حس معمولاً در فرزندان اتفاق می افتد. در این حالت فرد بیشتر ترس از محرومیت عاطفی و توجه افرادی که برایش مهم هستند را دارد. این نوع افراد دائم درگیر این افکارند که از کودکی هیچکس، نه تنها پدر و مادر بلکه، اطرافیان هم به آنها بی توجهی کرده اند. همه این افکار منجر به اضطراب در کودک می شود.

• پرخاشگری و مشکلات رفتاری

یکی از پیامدهای طلاق والدین، محرومیت از مهر و محبت والدین است. در این نوع بیماری، چون نوجوان امکان مذاکره حضوری و مستقیم و متقابل با پدر و مادر خود را نمی یابد و از طرفی سؤال های خود را بی جواب می بیند، روحیه عصیان و پرخاشگری در او بوجود می آید. روان شناسان بیان می کنند که علت این امر ممکن است نیاموختن مهارت های مناسب و کنار آمدن با چالش های ارتباطی نیز باشد. این افراد وقتی با دوستانشان مشکل دارند، از روش های نامناسبی که والدینشان به کار می بردند، استفاده می کنند. ولی نمی توانند چنین بینشی داشته باشند که این روش ها در خانواده خودشان به نتیجه مطلوب نرسیده و منجر به طلاق شده است. رفتارهای پرخاشگرانه در اعمال و گفتار نوجوانانی که خانواده های آنان از همدیگر جدا شده اند، کاملاً مشهود است.

• عملکرد تحصیلی

طلاق والدین؛ بر عملکرد تحصیلی فرزندان، یعنی توانایی آن ها در پاسخ دهی به مسائل مربوط به موضوع یا موضوع های خاص پیش بینی شده برای یک دوره آموزشی، تأثیر دارد. طلاق والدین باعث افت تحصیلی، فرار از مدرسه و مشکلات تحصیلی متعددی برای فرزندان می شود.

• ترس از آینده

فرزندان پس از طلاق والدین؛ به دلیل تجاربی که دارند، نوعی احساس دلهره را تجربه می کنند مانند ترس نسبت به تکرار تجارب و تکرار فقدان. یکی از مهم ترین کشمکش ها در این سنین

از دست دادن پدر و مادر یا هر دوی آن‌ها است. بزرگ‌ترین ترس کودکان این است که در سالهای کودکی و نیاز به محبت پدر و مادر محروم بوده‌اند و والدین آن‌ها را ترک کرده‌اند و تنها گذاشته‌اند.

این ترس می‌تواند به موقعیت‌های دیگر و به روابط با افراد بیرون از خانواده نیز تعمیم پیدا کند. جروبخت والدین نیز باعث می‌گردد که در بسیاری از موقعیت‌ها، کودک نادیده گرفته شود و بعد از طلاق و جدایی پدر و مادر نیز، کودکی که با یکی از والدین زندگی می‌کند و حس حمایت در او کم‌رنگ می‌گردد باعث می‌شود احساس پوچی و عدم اهمیت در او تقویت شود.

• بی‌اعتمادی

زمانی که خانواده و روابط زوجین بوسیله طلاق گسسته می‌شود؛ اثرات جبران‌ناپذیری بر روان فرزندان می‌گذارد و آن‌ها را در مسیر بی‌اعتمادی به اطرافیان و دوستان قرار می‌دهد. از آن‌جا که در خانواده‌های طلاق زندگی والدین بر پایه تفاهم و اعتماد و گذشت و فداکاری و محبت و عشق به یکدیگر نیست، شاهد بی‌اعتمادی در فرزندان خواهیم بود.

• احساس افسردگی

افسردگی به دنبال احساس تنهایی، اندوه، ترس از دیده نشدن که از تأثیرات مستقیم طلاق والدین است، اتفاق می‌افتد. در واقع زمانی که کودک آمادگی موضوع طلاق را نداشته باشد، دچار این آسیب می‌شود. افسردگی در هر سنی ممکن است با علائم متفاوتی خود را نشان دهد؛ اگر کودک در سن پایین‌تر باشد در قالب تغییر الگوی غذایی یا حواس‌پرتی و با وجود خواب در ساعت‌های طولانی بازهم احساس خواب‌آلودگی می‌کند. افسردگی در سنین مدرسه باعث می‌شود، کودک نتواند با هم‌سن و سالان و هم‌نوعشان ارتباط بگیرد. در سن نوجوانی یا بلوغ ممکن است، خطر مصرف مواد و یا در مواردی حتی دست به خودکشی را به دنبال داشته باشد.

• بزهکاری و رفتارهای انحرافی

از دیگر مسائل آسیب‌های اجتماعی در طلاق والدین است که ازهم‌گسیختگی خانواده و نزاع درون آن‌ها برای کودکان به همراه دارد، گسترش بزهکاری کودکان، رفتارهای انحرافی، فرار کودکان، خودکشی، کار خیابانی و مصرف مواد و الکل است. برخی از بزهکاران جوان، متعلق به خانواده‌هایی هستند که دچار تعارض و کشمکش‌های خانوادگی و اختلالات روانی و رفتاری هستند. وجود این‌گونه تنش‌ها در خانواده می‌تواند آن‌ها را وادار به فرار از خانه کند. زیرا که کودکان طلاق از امنیت روانی و عاطفی برخوردار نبوده و وجود جانشین مادر در محیط خانواده منجر به ناسازگاری، انحراف و فرار کودک از محیط خانواده می‌شود.

• احساس عدم امنیت

افراد نوعی دل‌نگرانی در رابطه با آینده نامعلوم خود ابراز می‌کنند. مسائلی نظیر، مشکلات مالی، مسکن، مدرسه، زندگی و ازدواج مجدد والد سرپرست می‌باشد و مشغولیت‌های ذهنی که قرار است در صورت تمایل و تصمیم به ازدواج مجدد والد سرپرست، در کجا زندگی کنند و چه آینده‌ای در پیش خواهند داشت.

طلاق و سن فرزند و تأثیر آنها

توصیه‌ای برای والدینی که تصمیم نهایی را برای جدایی خود گرفته‌اند این است که، حداقل سن فرزندان خود را در نظر بگیرند. چه‌بسا والدینی هستند که به دنبال شناسایی بهترین سن آمادگی بچه‌ها برای طلاق صبر می‌کنند. این را باید به یاد داشته باشید که طلاق در هر حالتی و در هر سنی نمی‌تواند برای فرزند اتفاق خوشایندی باشد. اما گاهی والدین در مقابل آسیب‌های بدتری بین گزینه بد و بدتر گزینه بد را انتخاب می‌کنند.

نکته قابل‌توجه این است که هیچ سن را نمی‌توان به‌عنوان سن مناسب طلاق والدین دانست. زیرا هر سنی شرایط و بحرانی را همراه خود دارد که بازهم بسته به میزان آسیب، می‌توان هر سنی را جداگانه مورد بررسی قرارداد:

کودکان زیر ۳ سال: معمولاً دچار اضطراب و بی‌اعتمادی می‌شوند که این اختلالات خود عواقبی چون شب‌ادراری، اختلال در خواب و تیک عصبی را به دنبال دارد.

تا ۶ سالگی: بحران این سنین تأثیر در کاهش اعتمادبه‌نفس کودکان است. حال اگر این جدایی بدون تنش اتفاق بیفتد و کودک با کمک روان‌شناس و مهدکودک بتواند روند بهتری را طی کند، دچار آسیب کمتری خواهد شد.

تا ۱۲ سالگی: در سنین مدرسه کودک ممکن است در ابتدا خود را مقصر و احساس غم و اندوه کند که در برخورد با هم‌نوعانش به شکل خشم و نفرت و بدخلقی جلوه می‌کند.

سن بلوغ: سن بلوغ تقریباً حساس‌ترین سن برای جدایی والدین محسوب می‌شود. بحران شخصیت و تخریب هویتی، که در قالب رفتارهای پرخطر ممکن است بروز کند پیامدهایی به دنبال خواهد داشت، مثل روی‌آوردن به مصرف مواد، افت تحصیلی شدید، خودکشی، رفتارهای پرخطر جنسی و... .

نکته: استفاده از مشاورین در سن بلوغ فرزند از اساسی‌ترین نیاز نوجوان است. در این سن نوجوان هم باید از سوی مشاور و هم از سوی والدین نسبت به این جدایی توجیه و قانع شود.

پس از ۱۸ سالگی: فرزندان در این سن بیشتر توانایی درک و پذیرش موضوعات را دارند یا شاید بهتر قانع شوند. با این تفاسیر که در این سن دیگر شما نمی‌توانید کنترلی روی رفتار او داشته باشید چرا که فرزند شما ممکن است توصیه‌ها و مسیرهای شما را ناموفق بداند.

در آخر شما عزیزان می‌توانید برای کنترل فرزندان خود در موقعیت حساس طلاق به روان‌شناسان کودک و نوجوان نیز مراجعه کنید. این عزیزان که در زمینه‌های [مشاوره روانشناسی](#) کودک تخصص دارند می‌توانند شما را به بهترین نحو راهنمایی کنند. مرکز مشاوره راز ماندگار با همکاری مشاوران متخصص خود در این زمینه می‌تواند شما عزیزان را نیز راهنمایی کند.