کد خبر: ۴۰۰۰۱۰
یکشنبه ۱۵ خرداد ۱۴۰۱ ۱۸:۲۴

رسیدن زمان مناسب طلاق چه نشانه هایی دارد؟

چه زمانی طلاق خوب است؟ در مواقعی که باید طلاق گرفت لازم است تمام جوانب را بسنجید. طلاق، واژه‌ای شاید ترسناک و شاید شیرین؛ شاید رهایی و شاید اسارتی تازه باشد.

به گزارش سایت خبری پرسون، گاهی زندگی مشترک برای زن و شوهر آنقدر پر تلاطم و آسیب زا می‌شود که راهی جز جدایی باقی نمی‌ماند. در این شرایط جدایی و طلاق می‌تواند زندگی هر دو نفر و حتی فرزندان آن‌ها را نجات دهد. اما اینکه چه زمانی تصمیم شما برای طلاق درست است و چه زمانی باید طلاق بگیرید، مباحثی است که در این مقاله به آن پرداخته‌ایم. توجه کنید که پیش از هر اقدامی در این زمینه لازم است از آسیب‌های این مسئله آگاه باشید و برای کاهش آن‌ها اقداماتی را در نظر بگیرید. مشاوره طلاق می تواند در این زمینه بسیار کمک کننده باشد.

به درستی طلاق پی ببرید!

در ابتدا باید این مسئله را بررسی کنید که آیا طلاق آخرین راه شماست یا نه؟ در چه صورت می‌توانید به این نتیجه برسید؟ برای رسیدن به پاسخ موارد زیر را بررسی کنید:

_اگر هنوز احساس مثبت و محبتی به همسرتان دارید، دست نگه دارید و بجای جدایی به اصلاح فکر کنید.

_اگر همیشه راهتان از هم جدا نبوده و دوره‌های خوبی در زندگی داشتید، هنوز زمان طلاق نیست.

_منطقی یا احساسی بودن دلایل طلاق تان را بررسی کنید. تصمیم‌گیری احساسی معمولا نتیجه خوبی نمی‌دهند.

_آیا برای جدایی و زندگی بعد از طلاق انگیزه فراوان دارید یا نه؟ اگر بعد از طلاق زندگیتان به بهبود و پیشرفت محسوسی می‌رسد می‌توانید درباره طلاق فکر کنید.

_آیا شرایطتان بعد از طلاق نسبت به زندگی بهتر است یا نه؟ اگر مطمئنید بهتر است پس می‌توانید به سمت طلاق بروید.

_اگر دو طرف مواضع مشترکی درباره طلاق دارید، به طلاق فکر کنید. طلاق بدون توافق معمولا آسیب آن به دو طرف می‌رسد. طلاق تـــوافقی می‌تواند تا حدودی آسیب‌های طلاق را کاهش دهد.

هرگز نمی‌توانید بنابر تصمیم خودتان و صلاح دید اطرافیان به سمت طلاق بروید. مخصوصا اگر صاحب فرزندی باشید. هیچ طلاق خوب و بدون آسیبی بدون بررسی توسط روانشناس و اطمینان گرفتن از او اتفاق نخواهد افتاد. برخی از مواردی که نشان می‌دهد شما لازم است به جدایی فکر کنید به شرح زیر می‌باشد:

۱. عدم امید به اصلاح

گاهی مشکلات شما آنقدر اساسی است و یکی از طرفین یا هر دو می‌دانند که نمی‌توانند آن را برطرف کنند. بنابراین در این شرایط زوجین باید تصمیم برای طلاق را جدی تر بررسی کنند. گاهی مشکلات آنقدر بزرگ نیست که قابل حل نباشد اما به مرور زمان به دلیل نا آگاهی زوجین و عدم درخواست کمک از متخصص، مشکلات کوچک تبدیل به غده‌ای بزرگ و غیر قابل حل می‌شود.

۲. مطمئن شدن از اشتباه بودن انتخاب

زمانی که از انتخاب اشتباهتان مطمئن می‌شوید، به طلاق فکر کنید. اطمینان از اشتباه یعنی زمانی که شما هیچ اشتراکی با همسرتان ندارید و اختلافات در ازدواج شما به حدی است که می‌دانید که هیچ گاه اختلافات از بین نرفته و هیچ اشتراکی به وجود نخواهد آمد.

۳. خیانت بدون پشیمانی از مواقعی که باید طلاق گرفت

خیانت، مسئله ایست که شاید به خودی خود دلیلی برای طلاق نباشد؛ اما زمانی که همسرتان علاوه بر نیاز جنسی، به دنبال ارضای نیاز عاطفی خود هم بوده باید درباره آن فکر کرد. علاوه بر آن باید فرد خیانتکار عمیقا اشتباه خود را بپذیرد، ارتباط خود با فرد سوم را قطع کرده و اطمینان دهد که هرگز دیگر این اتفاق تکرار نخواهد شد. در غیر این صورت می‌توانید به طلاق فکر کنید.

۴. دور شدن بیش از حد

بسیار ناخوشایند است که شما احساس کنید دیگر هیچ احساس و وابستگی به همسر خود ندارید. این مسئله زمانی حاد می‌شود که شما نشانه‌های این دور شدن را در ابتدای مسیر جدی نگیرید و منتظر باشید خودش درست شود. خودش درست نمی‌شود و به مرور زمان کار به جایی می‌رسد که برگشت ممکن نیست. معمولا مواردی که به عنوان پیش بینی کننده های طلاق در زندگی مشترک نمایان می شوند، مستقیما در جدایی و طلاق تاثیرگذارند.

۵. آزارهای روحی و جسمی

اگر همسرتان به طور دائم با سوء استفاده فیزیکی و روحی اقدام به هـمسر آزاری می کند و برای اصلاح نیز کاری نمی‌کند باید به طلاق فکر کنید. گاهی این رفتار در قالب کتک زدن و درگیری فیزیکی است. اما مشکل اصلی زمانی است که همسرتان به طور دائم با صحبت‌هایش روح و روان شما را بهم می‌ریزد. احترام، عزت نفس، غرور و آرامش شما را با چالش رو به رو کرده است. در این شرایط می‌توان گفت طلاق خوب است و راه نجات شماست.

۶. عدم تفاهم در فرزند آوری از جمله مواقعی است که باید طلاق گرفت

مسئله دیگر زمانی است که یکی از زوجین بچه می‌خواهد و دیگری نمی‌خواهد. طبیعتا وجود یک فرد دیگر که باب میل یک طرف نیست، آسیب‌های زیادی به فرزند و بعد از آن به جامعه وارد می‌کند. حتی ممکن است این حس عدم تمایل به مرور زمان به احساس تـــنفر از فرزند تبدیل شود. فرزندی که محبت یکی از والدینش را نداشته باشد بسیار مستعد آسیب است.

۷. عدم نتیجه بخشی راه‌کارهای ممکن

اگر مطمئن هستید که تمام راه‌ها برای اصلاح مشکلات و زندگی خود را امتحان کرده اید و دیگر هیچ راهی برای رفتن وجود ندارد، طلاق بهترین راه است. اگر تمام اقدامات شما در خصوص بهبود روابط عاطفی نتیجه بخش نبوده است و همچنان با مسائل زیادی در زمینه مشکلات روابط زناشویی دست به گریبان هستید، شاید طلاق بهترین راه حل باشد. زیرا زندگی در یک تنش دائمی می تواند سلامت روان طرفین را به خطر انداخته و حتی فرزندان نیز در چنین خانواده ای متحمل آسیب های روانی بسیاری خواهند شد.

مواقعی که باید طلاق گرفت | طلاق در دوران عقد

طلاق در دوران عقد، به دلیل عمیق نشدن رابطه و نبودن فرزند، آسیب کمتری به زوجین وارد می‌کند. برخی از دلایل طلاق در دوران عقد، هزینه‌های زیاد شروع زندگی، نداشتن شناخت کافی از همسر، تفاوت واقعیات زندگی با تصورات شما و به طور کلی پشیمانی بعد از عقد می‌باشد. بنابراین لازم است که در ابتدا و قبل از هرگونه پیوند رسمی، از مشاوره قبل از ازدواج استفاده کنید تا بتوانید تا حد زیادی از جدایی‌ها و مشکلات آینده پیشگیری کنید.

ضرورت مشاوره قبل از طلاق

مشاوره قبل از طلاق به ارزیابی صحیح و کارآمد زوجین کمک می کند. آسیب های طلاق تاثیرات منفی زیادی بر اعضای خانواده و فرزندان وارد می کند. گاهی علت طلاق ها عدم آموزش مهارت های زندگی و سو تفاهم های جزئی است. این موارد با چندین جلسه زوج درمانی و مشاوره قابل حل است.شما با مشاوره قبل از طلاق می توانید بهترین تصمیم را بگیرید تا کم ترین آسیب را تجربه کنید. در مواردی مشاوره طلاق منجر به تجدید نظر زوجین می شود.

به زندگی بعد از طلاق فکر کنید

هر قدر طلاق، بهترین راه برای ادامه زندگی دو طرف باشد، باید از آسیب‌های آن آگاه بوده و تمام جوانب طلاق را بررسی کنید. اینکه بعد از طلاق پشیمان می‌شوید یا نه؟ در صورت داشتن فرزند به آسیب‌هایی که فرزندان طلاق می بینند فکر کرده‌اید؟ آیا از نظر حمایتی و مالی توانایی‌های لازم را دارید یا خیر؟ به هر حال در نظر گرفتن تمام جوانب به تنهایی امکان پذیر نیست. صحبت با روانشناسان متخصص، تمام جنبه‌های طلاق را برای شما روشن خواهند کرد. مشاور بدون قضاوت و با دید بازتری مسائل را می‌سنجد و به شما برای اتخاذ تصمیم عاقلانه کمک می‌کند.

سخن آخر

طلاق از مهم ترین انتخاب های زندگی است. طلاق آسیب و صدمات روحی و روانی به افراد وارد می کند. پیامدهای طلاق تمام وجوه زندگی را تحت شعاع قرار می دهد؛ ازجمله مشکلات مالی و اجتماعی و همچنین اختلالات روانی مانند افسردگی بعد از طلاق که آسیب های جدی ایجاد می کند. بنابراین در انتخاب آن باید نهایت توجه را کرد.