

گل آبی!

سلام

نگاهی بر روابط شاختی عاطفی همسران

احمد پدرام

سرشناسه : پدرام، احمد، ۱۳۳۵ -

عنوان و نام پدیدآور : گل آبی سلام!؛ نگاهی بر روابط شناختی عاطفی همسران / احمد پدرام.

مشخصات نشر : اصفهان: ترانه پدرام، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری : ۱۲۸ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵س.م.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۴۸۸-۲-۸

وضعیت فهرست نویسی : فیا

موضوع : شعر فارسی -- قرن ۱۴

موضوع : زناشویی -- ارتباط -- شعر

رده - ی: کنگره : ۱۳۹۴ ۷۹۸۳/د۴۲۶ ۷۹۸۳ PIR

رده بندی دیویی : ۸۱۶/۶۲

شماره کتابشناختی ملی : ۳۹۱۷۶۰۳

گل آبی! سلام

نگاهی بر روابط شناختی عاطفی همسران

مؤلف: احمد پدرام

انتشارات: ترانه پدرام

مجری تولید: وسسا چاپ - نشر سلام

تعداد صفحات / ورقه : ۱۲۸ / ورقه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۴۸۸-۲-۸

نوبت چاپ: ششم / اول ناشر

تاریخ چاپ: پاییز ۱۳۹۴

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

۹
۷
۸
۵
۴
۸
۸
۲
۸

آدرس: اصفهان - خ شیخ صدوق شمالی - حد فاصل
چهارراه نیکبخت و شیخ مفید - ساختمان سرو - طبقه اول

۰۳۱-۳۶۶۴۱۴۲۲-۳



نشر و پخش کتاب

«به نام یگانه هستی بخش»

«زنم حرف مرا نمی‌فهمد»...

«شوهرم به من محل نمی‌گذارد»...

«ما همدیگر را درک نمی‌کنیم»...

این جملات و نظایر آن را بکرات از همسرانی که با یکدیگر
حادثات دارند می‌شنویم.

دنیای عجیبی است: در حالی که به مدد تکنولوژی نوین و
وسایل ارتباطی، سرفته، از تلفن و فاکس گرفته تا کامپیوتر و اینترنت،
دو نفر در دو سری کره زمین به راحتی می‌توانند با هم ارتباط برقرار
کنند، بسیاری از زن و شوهرها در یک اطاق و در زیر یک سقف از
برقراری ارتباط صحیح و مناسب به هم ناتوانند. آنان نمی‌دانند چگونه
نظر خود را به دیگری تفهیم یا منظور طرف مقابل را درک نمایند.
بسیاری از زن و شوهرها از زندگی زناشویی خود ناراضی‌اند چون
نمی‌دانند وقتی تنش از راه می‌رسد، برای حل آن چه باید بکنند.

زنان و مردان نه تنها به گونه‌ای متفاوت فکر می‌کنند، بلکه به
شکل متفاوت نیز ارتباط برقرار می‌سازند و در احساس درک، واکنش
و نحوه ابراز عشق و علاقه نیز با هم تفاوت‌های بسیار دارند. از همین
روست که هر کدام احساس می‌کنند که دیگری درکش نمی‌کند.

ارتباط برقرار کردن به ظاهر امری ساده است، دهانمان را باز
می‌کنیم و کلماتی را پشت سر هم ردیف می‌نمائیم. در واقع در شرایط

عادی و در هنگام شادی، شاید همین طور هم باشد ولی در هنگام اختلاف و بحث و جدل یا وقتی تضادی وجود دارد و یا در هنگام عصبانیت بسیاری از ما نمی‌دانیم چطور گفتگو کنیم و چگونه با طرف مقابل خود ارتباط برقرار نماییم. در یک چنین شرایطی احتمال بسیار دارد که صحبت‌های یکدیگر را سوء تعبیر کرده و ناخواسته و ناخودآگاه آتش اختلاف را دامن زنیم.

آقای احمد پدرام، روانشناس با تجربه و ورزیده‌ای که سالها وقت خود را صرف مشاوره با زن و شوهرها برای حل مشکلاتشان کرده است، بخوبی این نکته را می‌داند و به طرز ظریف و هنرمندانه‌ای آن را در قالب «نظم» به شما رسانده است. از این روست که مطالعه کتاب «گل آبی، سلام» که زبان حل بسیاری از زن و شوهرهاست که همدیگر را دوست دارند ولی نمی‌دانند چطور با هم ارتباط برقرار کنند و چطور اختلافات خود را حل نمایند می‌تواند برای کاهش مشکلاتشان کمک کننده باشد. علاوه بر آن مطالعه این کتاب را به دستیاران روانپزشکی، روانشناسان، مددکاران اجتماعی و کلیه افرادی که به نوعی دست‌اندرکار بهداشت روان هستند توصیه می‌نمایم.

دکتر محسن معروفی

استادیار روانپزشکی - تابستان ۱۳۸۲

«بنام خداوند جان و خرد»

روابط زناشویی، روابطی آشکار و پنهان است، رازهای ناگفته بسیار دارد و غالباً از افشاء آن ابا داریم. اینکه مشکلات چگونه آغاز می‌شود، علت چیست، و کیست که مشکل را آغاز کرده است بخشی مجامله‌آمیز است که هیچ گاه به نتیجه نخواهد رسید. اگر از دیدگاه سبب‌تمیک به موضوع نگاه نکنیم همواره در آغاز راه خواهیم ماند که چه نسی مشکل را شروع کرده و کی شروع شده است.

اما تحقیقات نشان می‌دهد که مشکلات زناشویی موضوعی دو جانبه است و هر راره رای حل آن لازمست که به هر دو طرف یعنی زن و شوهر توجه شود. می‌دانیم برای یک زندگی سازگارانه و سالم، عشق تنها کافی نیست و زندگی زناشویی نیز مثل هر موضوع دیگری در جهان امروز مهارت‌های لازم یک ارتباط درست را می‌طلبد و نیاز به تلاش هر روزه و دو جانبه دارد.

از آنجا که سرزمین ما ایران، سرزمین اله‌ها و بنفشه‌ها و سوسن و اقاق‌هاست و ادبیات کشور ما حکایت از پیچیدگی زبان و عطر گوناگون لغات دارد، طبعاً با توجه به تاریخ ادبیات و عشق در کشورمان که به هر زبان که می‌شنویم نامکرر است، پس صرف ترجمه‌های متون خارجی که عاری از مایه‌های فرهنگی فوق و غالباً دور از ذهن زن و شوهرهای ایرانی است نیاز به پر کردن این خلاء را در

شرایط کنونی بیش از پیش نشان می‌دهد. چرا که بیشترین سوء تفاهمات بنابر تحقیقات انجام شده بین زن و شوهرها بوجود می‌آید.

و توجه به عوامل فرهنگی در این زمینه حائز اهمیت است. انتظارات ایده‌آل گرایانه با بویی از عشق‌های لیلی و مجنون و خسرو و شیرین و شیرین و فرهاد ویا ادبیات رمانتیک جهان، ممکن است با واقعیت وجود زوج‌هایی که درگیر تلاش‌های معیشتی روزمره می‌شوند سازگار نباشد. در نتیجه بدنبال شکست ایده‌آل‌ها به سنگر تلاش برای تأمین معاش فرزندان پناه برده و در نقش پدر و مادر محبوس شوند و در رابطه‌ی زن و شوهری دچار حرمان شوند. موضوع جدایی و طلاق نیز بحث مفصل دیگری است که خارج از حوصله‌ی این مقوله است اما علم به روابط زناشویی هم از ایده‌آل‌های دست می‌شوید و هم به قول شاعر جهانی والت ویتمن انسان را از محصور بودن بین کفش و کلاه رهایی می‌دهد چرا که با آگاهی و دانش می‌توان این روابط را تعالی بخشید و از لذایذ بیکران آن استفاده مشروع نمود و تصمیمات صحیح و به جا گرفت.

برخوردهای دستوری و آمرانه، محکوم‌سازی یکدیگر، تجمع نمودن مشکلات پیش آمده و عدم تحمل مشکلات، افراط و تفریط در منطق و احساس، گیر افتادن در خطاهای فکری معقول نما «که از ما گذشته است، فایده‌ای ندارد، دیگر دیر شده است» گوشه‌ای از

چگونگی مشکلات شناختی عاطفی همسران است، که با شکستن کاخ
رؤیایی و ایده‌آل گرایانه، آنها را به پذیرفتن احساس شکست، قبول
سرنوشت و اقبال بد و ناکام ماندن و عدم تلاش برای بهبود روابط و
استفاده از امکانات موجود محکوم می‌سازد و در واقع به «تربیت
فرزندان» پناه می‌برند تا کمی اندوه شکست در عشق ایده‌آل خود را
کاهش دهند و این تا سالمندی گریبانگیر آنهاست. در حالی که می‌توان
در هر دوره از روابط زناشویی دوباره از نو آغاز کرد و مشکلات را کاهش
داد.

نگارنده دنبال سالها مشاوره با خانواده‌ها و توجه به بافت خانواده
و از طرفی گوشه چسبی به ادبیات غنی کشورمان تلاش داشته است با
زبانی خطابی، شعر گونه و کوتاه، مختصر به بعضی از نکات که زبان
حال بسیاری از مراجعین خود در کار درمان بوده است به این موضوع
پرداخته و بعنوان مقدمه‌ای بر چگونگی روابط شناختی و عاطفی
همسران گوشه‌ای از مشکلات عمده آنها را طرح نموده. مسلماً این کار با
خلل و کاستی بسیاری همراه است و امید است نگارنده با خوانندگان
و اطلاع‌رسانی آنان نگارنده را در ادامه کار یاری دهد.

احمد پدram

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

E- mail Ahmad_Pedram 1335@ Yahoo.com