

# درخواست طلاق

## پس از رژیم مرد میانسال



**سیمافراهانی** / **تپش**  
رژیم و ورزش های خشایار برایش دردسر ساز شد. این مرد ۶۰ ساله وقتی تصمیم گرفت به اندام خود برسد، ورزش و رژیم را شروع کرد و هرگز تصورش را هم نمی کرد که همسرش به خاطر این موضوع خواستار جدایی شود. این زوج میانسال هفته گذشته درخواست طلاق خود را در دادگاه خانواده مطرح کردند.

خوشمزه می پزم اما او لب نمی زند. در عوض برای خودش سالاد یا غذاهای رژیمی درست می کند. من هم تمام ذوقم کور می شود و احساس می کنم به من توهین شده است. دیگر اطمینان دارم که شوهرم به من خیانت می کند. برای همین تصمیم گرفتم برای همیشه از این مرد جدا شوم.

در ادامه شوهر این زن نیز به قاضی گفت: آقای قاضی همسر من به من تهمت می زند. من بعد از بازنشستگی تصمیم گرفتم سبک زندگی ام را کمی تغییر دهم. خیلی جاق شده بودم. وقتی سن که بالا می رود، چاقی تاثیر بدی بر سلامت آدم می گذارد. من هم خواستم با کمی ورزش و رژیم لاغر شوم و از طرفی غذاهای سالم بخورم. دیگر دلم نمی خواست غذاهای چرب بخورم و سلامت من را به خطر بیندازم. این چه ارتباطی به خیانت دارد، ولی همسرم گوشش به این حرف ها بدهکار نیست. مرتب حرف خودش را می زند. به من شک کرده و توهیم زده است. هرچه با او صحبت می کنم و می گویم که اینها ربطی به خیانت ندارد، فایده ای ندارد.

او هر شب با این که می داند دیگر غذاهای چرب نمی خورم، ولی از عمد غذاهای پر کالری و چرب درست می کند و از من می خواهد از آن غذاها بخورم. وقتی هم نمی خورم، دعوا به راه می اندازد. من هم دیگر از این رفتارهایش خسته شدم و می خواهم از این زن جدا شوم. در پایان نیز قاضی دلیل این زوج برای جدایی را کافی ندانست و از آنها خواست با مشاور خانواده مشورت کنند.



### سارا شقاقی، روان شناس:

**از ابتدای ازدواج و به هر میزان**

**که از زمان ازدواج می گذرد زن**

**و شوهر باید تلاش کنند که**

**انتقادگری، تحقیر و توهین به**

**همسر را در زندگی زناشویی**

**وارد نکنند یا تلاش در حذف**

**آن کنند تا در طول زمان**

**علاقه و احساس مثبت در**

**آنها کمرنگ تر نشود. یکی**

**از الزامات روابط مطلوب**

**زناشویی، داشتن تفریحات**

**مشترک و مورد علاقه**

**طرفین است**

### از زندگی مشترک تان مراقبت کنید

#### نظر کارشناس

بعد از سال ها زندگی اکنون در اوج لذت و کامیابی باشند. در حالی که این یک توقع و انتظار افراطی است. از ابتدای ازدواج و به هر میزان که از زمان ازدواج می گذرد زن و شوهر باید تلاش کنند که انتقادگری، تحقیر و توهین به همسر را در زندگی زناشویی وارد نکنند یا تلاش در حذف آن کنند تا در طول زمان علاقه و احساس مثبت در آنها کمرنگ تر نشود.

یکی از الزامات روابط مطلوب زناشویی، داشتن تفریحات مشترک و مورد علاقه طرفین است. زن و شوهر باید بلد باشند که پس از سال ها زندگی در کنار هم چطور صمیمیت و روابط دوستانه خود را ارتقا دهند. در این صورت است که می توان از ازدواج و زندگی مشترک پس از سال ها همچنان مراقبت کرد.



سارا شقاقی، روان شناس در این خصوص می گوید: اغلب تصور می شود زن و مرد در یک زندگی با سابقه طولانی ازدواج، به یکدیگر خو گرفته و در اصطلاح با بد و خوب هم ساخته اند. همچنین تصور می شود که وابستگی در این سنین بین زوج ها بیشتر است و آنها به زندگی در کنار هم عادت کرده اند، ولی گاهی اوقات این طور نیست. گاهی زوج ها

با وجود فرزندان بزرگ و سال ها زندگی در کنار هم از یکدیگر جدا می شوند. تبعات این طلاق ها اغلب فقط متوجه خود این زوج ها نیست و دامن خانواده گسترده آنها را هم می گیرد. اغلب افراد میان سالی که تمایل به ترک زندگی دارند بیشترین دلیل درخواست طلاق را ناکافی بودن پاسخگویی همسر خود می دانند و انتظار دارند

زن میانسال وقتی در مقابل قاضی دادگاه خانواده تهران قرار گرفت، درباره ماجرای زندگی اش گفت: آقای قاضی من مطمئن هستم که شوهرم سر پیری دارد به من خیانت می کند. او با زن دیگری در ارتباط است و شاید حتی زن دوم داشته باشد. چون خشایار به طور ناگهانی رفتارش تغییر کرد. او مردی نبود که به این چیزها اهمیت بدهد، ولی از چند وقت پیش به طور ناگهانی تصمیم گرفت ورزش کند و رژیم بگیرد. خشایار خیلی به غذا اهمیت می داد اما سبک زندگی اش را تغییر داد. به خودش سختی می داد برای این که کم غذا بخورد و لاغر شود. خیلی تعجب کردم. هر بار از او درباره این تغییر ناگهانی اش سؤال می پرسیدم، می گفت تصمیم گرفته به اندامش رسیدگی کند اما هیچ وقت دلیلش را نمی گفت. خشایار به همین رژیم هم اکتفا نکرد. در کمال تعجب دیدم که باشگاه ورزشی ثبت نام کرد. هر روز برای پیاده روی صبح زود از خانه بیرون می زد. از طرف دیگر لباس های مرتب و شیک می پوشید. برای خودش کلی خرید می کرد. عطرها خوب می زد. خلاصه در کل زندگی اش از این روبه آن رو شد و من دیگر دلیلی به جز خیانت برای این کارهایش پیدا نکردم. مگر می شود یک شبه این همه تغییر کرد. انگار که می خواست جوان و خوش تیپ به نظر بیاید. اوایل کاری با او نداشتم، ولی حالا دیگر از این رفتارهایش خسته شدم. وقتی در خانه هستم با اشتیاق غذاهای

خانواده

تپش

۸ | ویژه نامه حوادث | روزنامه جام جم

چهارشنبه ۱۹ مهر ۱۴۰۲ | شماره ۱۰۳۴

شناسنامه

سر دبیر تپش: محمد غمخور

مدیر هنری:

حمیدرضا خاتونی

تحریریه:

لیلا حسین زاده، هلیا نصرتی

امیرعلی حقیقت طلب

مجید غمخور

زینب علیپور طهرانی

معصومه ملکی، سیمافراهانی

آدرینا ایرانمنش

گرافیک عکس: زرناز حسینی

صفحه آرایی: علی طالبی

جلد: سپهر سپاهی فرد

رسانه های نو: رضا آراین

ویراستار: سید مهدی یکسادات



تپش را در شبکه های اجتماعی

دنبال کنید



@TAPESH\_JAMEJAM

شماره تلفن های پذیرش | ۴۹۱۰۵۰۰۰



امور آگهی های روزنامه جام جم