



ازدواج مجدد

اما ازدواج دوباره والد یا والدۀ یکی از چالش‌ها در زندگی تک‌والدی است که هم والد یا والدۀ و هم فرزند را درگیر می‌کند؛ تصمیمی که می‌تواند ابعادی متفاوت در زندگی آنها داشته باشد.

درواقع در بعضی موارد، ازدواج مجدد با انتخابی مطمئن و درست، راه چاره‌ای برای ارتقای کیفیت زندگی خواهد بود؛ باری از دوش والد یا والدۀ برداشته می‌شود، نیازهای عاطفی والد یا والدۀ و فرزند تا حدودی برطرف می‌شود و می‌تواند شکل و شمایل از خانواده معمول را به خودش بگیرد.

اما مواردی هم بوده است که فرزندان نه تنها با خلأ عاطفی پدر یا مادرشان کنار نیامده‌اند بلکه با مشکل جدیدی به نام والد یا والدۀ جدید روبه‌رو شده‌اند و آن را نمی‌پذیرند؛ موضوعی که می‌تواند همان آرامش محدود دوره تک‌والدی را هم از والد یا والدۀ تنها و فرزندش بگیرد.

پس مراقب باشید قدمی در راه حل چالش‌های معمولی بردارید نه این‌که وارد چالش بزرگ‌تری شوید.

ارتباطات را دریا بید

«دور خودتان و فرزندان خط قرمز نکشید.» این را افضل می‌گوید و معتقد است نباید اجازه بدهیم زندگی‌مان روبه‌تنهایی و افسردگی برود؛ یعنی در زمانی که دوره بحران را پشت سر گذاشتیم، باید ارتباطات اجتماعی والد یا والدۀ و فرزند به حالت عادی برگردد یا کمی بیشتر از حالت عادی هم باشد.

گذراندن زمان با پدربزرگ و مادربزرگ و دیگر افراد خانواده می‌تواند زندگی را به حالت معمول برگرداند. در چنین موقعیتی هم کودک احساس نیاز عشق و محبت را از دایره گسترده‌تری از افراد امن و مورد اطمینان می‌گیرد و هم والد یا والدۀ از سمت آنها حمایت می‌شود و گذران زندگی به تنهایی برایش قابل تحمل‌تر می‌شود. به‌طور کلی ارتباطات اجتماعی گاهی می‌تواند همان برگ برنده‌ای باشد که والد یا والدۀ و فرزند را از چالش‌های احتمالی پیش‌رویشان حفظ کند.

الگو برداری یک‌طرفه

پیدا کردن خصلت‌های زنانه یا مردانه در کودکان یکی از چالش‌هایی است که در زندگی‌ها تک‌والد بروز پیدا می‌کند. در خانواده‌ای که پدر حضور نداشته باشد، بچه‌ها با ویژگی‌های مادر و در زندگی‌هایی که مادر خانواده حضور ندارد، با ویژگی‌های مردانه پدر خو می‌گیرند.

گاهی این خو گرفتن آنقدر پیش‌روی می‌کند که پسر بچه‌ها خصلت‌های زنانه و دختر بچه‌ها خصلت‌های مردانه پیدا می‌کنند.

درواقع کودک فقط یک الگوی قهرمان پیش‌رویش دارد و همان هم برایش دیکته می‌شود؛ اتفاقی که اگر کودک در سنین پایین با تک‌والدی روبه‌رو شود، احتمالاً شدت بیشتری پیدا خواهد کرد. اما در این میان شاید قهرمان‌سازی و الگو یابی در کتاب‌ها، فیلم‌ها، قصه‌ها، اقوام و دوستان بتواند او را با جنبه‌های تازه‌ای از خصلت‌های انسانی آشنا کند.

تحصیل بدون زور



قرار نیست کسی تک‌والد بودن شخصی را قضاوت کند و اتفاقاً اگر این کار را بکنند هم اهمیتی ندارد؛ شما والد یا والدۀ کودک هستید و در حالتی معقول، خیر و صلاح زندگی خود و فرزندان را می‌خواهید؛ پس فشاری مضاعف بر کودک نیارید که حتماً در درس و تحصیلش بهترین باشد و نشان دهد که شما والدی موفق بوده‌اید و به تنهایی از پس همه چیز برآمده‌اید. سعی کنید همه چیز را عادی پیش ببرید. قطعاً همه والدین دوست دارند فرزندشان نتایج خوبی در مدرسه بگیرد و شما هم یکی مثل آن‌ها؛ همین. پس فشاری بیشتر از معمول بر کودک وارد نکنید که بی‌شک نتیجه عکس خواهید گرفت. در این راه از تشویق کردن کودک، از بالا بردن اعتماد به نفسش و نشان دادن عملی اثرات درس خواندن در زندگی استفاده کنید که حتماً اثرات بهتری از فشار و زور خواهد داشت. در واقع اجازه ندهید موضوع درس و تحصیل، به چالشی در زندگی‌تان تبدیل شود؛ در عوض با راهکارهایی علمی، آن را به مقوله‌ای شیرین برای کودک تبدیل کنید تا آنجا که گاهی علاقه‌اش به درس و آموختن، چالشی از چالش‌های زندگی‌تان کم کند.

برنامه‌ریزی مالی

یکی از ابعاد سخت تک‌والد بودن و پذیرفتن مسئولیت‌های فرزند به تنهایی، تأمین آینده فرزندان است؛ آینده‌ای که در کنار همه جنبه‌های اخلاقی، به پشتوانه مالی هم نیاز دارد. هزینه‌های تحصیل و نیازهای روزمره کودکان از یک‌طرف و هزینه‌های زندگی در شرایط اقتصادی امروز از طرف دیگر، موضوعی نیست که بشود به‌سادگی از کنار آن گذشت.

تجربه نشان داده است که در مواردی والد یا والدۀ برای جبران نیازهای زندگی به هزینه‌های اضافی برای خود و فرزندش روی می‌آورد در صورتی که چنین کاری، تنها تسکینی موقت بوده که ممکن است به آینده خطرناکی برسد. درواقع در زندگی‌های تک‌والدی، همدفتر خرج کردن، یکی از مسأله‌های مهم زندگی خواهد بود.

پس برنامه‌ریزی مالی باید یکی از اولویت‌های والد یا والدۀ باشد تا بتواند هم زندگی امروز را به خوبی بگذراند و هم چشم‌اندازی برای آینده فرزند یا فرزندان داشته باشد.

فعالیت‌های مشترک

در این بین فقط کودک نیست که با چالش تک‌والد داشتن روبه‌رو شده است. پدر یا مادر هم با چالشی عمیق‌تر مواجه هستند که باید راه‌هایی برای کنار آمدن با معضل نبود همسر در زندگی پیدا کنند و شاید یکی از این راه‌ها، انجام فعالیت‌های مشترک با فرزند و فرزندان است. تفریحات مادر و فرزندی یا پدر و فرزندی می‌تواند در خیلی از موارد برای هردو طرف کارساز باشد و بسیاری از نیازهایشان را برطرف کند.

مثلاً شرکت در کلاس‌ها و کارگاه‌های مادر و کودک یا پدر و کودک، یکی از فعالیت‌های مشترکی است که نتایج مثبتی برای هر دو خواهد داشت. موضوع مهم این است که فعالیت مشترک باعث می‌شود که هم کودک جای خالی نفر دومی که می‌توانست ارتباط خوشایندی برای کودک داشته باشد را به مرور زمان کمتر احساس کند و هم والد یا والدۀ تجربه‌های دوفره‌ای را از سرمی‌گذراند که قطعاً می‌تواند بهبودی در وضعیت ذهنی و آرامش روحی‌اش داشته باشد. پس تأدیر نشده فعالیت‌های مشترک را دریابید.

وامایک همت دسته‌جمعی

در زندگی‌های تک‌والدی انواع متفاوتی از خانواده‌ها در آن با چالش‌های متعددی روبه‌رو شده و تنها بعضی از این مشکلات در دسته‌بندی‌های علمی و روان‌شناسی جای می‌گیرد و تعداد زیادی از آنها دیده نمی‌شود و اختصاصی و تنها متعلق به خانواده‌ای خاص است؛ موضوعی که شامل حال خانواده‌های

تک‌والد هم می‌شود؛ خانواده‌هایی که چالش‌های عاطفی، مالی، تحصیلی، ارتباطی و... پررنگ‌ترین خصیصه آنهاست اما این مسائل تنها چالش‌های آنها نیست.

شاید برای همین است که ارائه پیشنهاد و سیاست‌گذاری حمایتی و بلندمدت از چنین خانواده‌هایی می‌تواند کمکی برای حل این بحران‌های اساسی باشد تا آنها فرصتی برای فکر به دیگر چالش‌های احتمالی‌شان

زندگی شخصی این کودکان با حضور در جامعه عمیق‌تر نشود.

داشته باشند. نهادهای حمایتی مانند سازمان بهزیستی و دیگر سازمان‌های مردم‌نهاد می‌توانند مرکز اصلی این حمایت‌ها به خانواده‌های تک‌والد و فرزندان‌شان باشند؛ ضمن این‌که فراموش نکنیم سیاست اجرایی در تمام محیط‌های آموزشی، تحصیلی و تفریحی که کودکان در آن حضور دارند، باید به‌گونه‌ای باشد که شرایط بهره‌مندی کودکان از امکانات به یک اندازه صورت بگیرد تا حفره‌های

سند کمیانی و برگ سبز خودرو پراید سایپا ۱۱۴۱ ای، مدل ۱۳۸۸، به رنگ نوک‌مدادی شماره انتظامی ایران ۵۳-۲۷۵ س۱، شماره موتور 3029733، شماره شاسی 51482288298531 به نام علیرضا نوریان رامشه مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.