

از گوشه و کنار

روزگار سخت معلولان و آشفته بازار لوازم توانبخشی



مشکلات اقتصادی که افراد عادی جامعه را نیز در تأمین هزینه‌های روزمره با مشکل روبه‌رو کرده است، فشار مضاعفی را بر معلولان و خانواده‌های آنها برای تأمین نیازهای ضروری و حیاتی‌شان وارد کرده است. بهروز مروتی یکی از چهره‌های فعال در زمینه پیگیری مطالبات معلولان و مدیر کمپین مناسب‌سازی فضای شهر برای معلولان است که خود نیز از معلولیت رنج می‌برد، درباره وضعیت معلولان در شرایط اقتصادی کنونی کشور، می‌گوید: شرایط برای خانواده‌های دارای معلول بسیار سخت شده است؛ برای نمونه اکنون تهیه پوشک‌برای بیمارانی که دچار ضایعه نخاعی هستند بسیار دشوار است. وی با بیان این که وضعیت تأمین هزینه لوازم بهداشتی خانواده معلولان نیز بسیار سخت شده است، افزود: افزایش قیمت لوازم به کنار، مشکل این است که در برخی موارد، اقلام مورد نیاز در بازار موجود نیست، سازمان بهزیستی قبلاً مقداری از لوازم بهداشتی را در اختیار معلولان قرار می‌داد، اما از جندی پیش که مشکل تهیه و خرید این اقلام پیش آمد، هزینه آن را پرداخت می‌کند که بین ۷۰ تا ۱۰۰ هزار تومان است. این مبلغ تنها کفاف تأمین لوازم بهداشتی برای کمتر از یک هفته تا ۱۰ روز را می‌دهد. این مبلغ با توجه به مبلغ ۱۵۰ هزار تومان مستمری افراد معلول در برابر هزینه‌های کنونی واقعاً ناچیز است. مروتی توضیح می‌دهد: از آن جا که استفاده از لوازم بی کیفیت می‌تواند به جای کمک به وضعیت فرد، معلولیتش را تشدید کند، افراد ترجیح می‌دهند از لوازم خارجی استفاده کنند، چون بسیاری از تجهیزات ساخت داخل کیفیت لازم را ندارد. این در حالی ست که قیمت برخی تجهیزات کمک توانبخشی تا سه برابر افزایش یافته است. بسیاری از تجهیزات مانند انواع پروتز هم که در ایران تولید می‌شود مورد استفاده افراد قطع عضو است، مواد اولیه آن از خارج تأمین می‌شود و اکنون با افزایش قیمت یا کمبود در بازار روبه‌روست. متأسفانه این وضعیت طیف وسیعی از لوازم توانبخشی را در بر می‌گیرد. البته شرایط فعلی، گذران زندگی را برای همه سخت کرده، اما وضعیت معلولان کمی بغرنج‌تر است. شاید بتوان برای بچه‌ها به جای پوشک از کهنه استفاده کرد و مشکلی هم ایجاد نخواهد شد. اما بزرگ‌سالی که دچار ضایعه نخاعی است با آن وزن و اندازه، بدون استفاده از پوشک، مراقبت از او خیلی سخت می‌شود.

کاهش ۳۳ درصدی آب در ایران نسبت به سال گذشته

سپیداله آقاییگی، مدیر کل دفتر مدیریت بحران و پدافند غیر عامل شرکت مدیریت منابع آب ایران اعلام کرد که امسال این کشور با ۱۲ میلیارد و ۵۰۰ میلیون متر مکعب کمبود آب مواجه است که در مقایسه با سال گذشته ۳۳ درصد کاهش داشته است. آقاییگی با اشاره به وضعیت نامناسب آبی استان هرمزگان گفت: در استان هرمزگان میزان خشک‌سالی و کمبود بارش بالای ۶۸ درصد است که تاثیر و آثار بزرگی آن بر استان می‌گذارد. این استان به دلیل خشک‌سالی‌های مداوم و کمبود بارش، بیشترین درگیری را با مقوله خشک‌سالی دارد و سدهای این استان بر خلاف سال آبی گذشته تنها یک میلیون متر مکعب آورده داشته و غیر از سد استقلال میناب، شمیل و نیان هیچ نقطه‌ای دیگری در کشور چنین شرایط بحرانی ندارد.

طبیعت ایران در حال از بین رفتن است

احمد مسجد جامعی، عضو شورای شهر تهران با تاکید بر مشکلات آب که در ایران گفت: طبیعت ایران در حال از بین رفتن است. با کسی تعارف نداریم؛ زاینده رود و چشمه علی (در جنوب تهران) خشک شدند و کارون در معرض آسیب قرار دارد. آقای مسجد جامعی اضافه کرد: چرا از مترو برای خشک شدن چشمه علی شکایت نمی‌شود در حالی که باید از تمام کسانی که باعث از بین رفتن آثار ایران می‌شوند، شکایت شود. عضو شورای شهر تهران با اشاره به تابلوی خطر مرگ در کنار بستر خشک زاینده رود افزود: مرگ ناشی از خشک شدن زاینده رود به مراتب سخت‌تر از خفگی در آب زاینده رود است که تابلوی آن از گذشته در کنار زاینده رود باقیمانده است.

در جهان مدرن، رنجی به نام «معمولی بودن» وجود دارد. افراد اصرار دارند بگویند من شبیه آن دیگران انبوه نیستم. من مانند مردم نیستم. من مانند مادر یا پدر سنتی ام نیستم. من چیزی دارم که مرا از دیگران متمایز می‌کند

شبکه‌های اجتماعی این رنج را پررنگ‌تر کرده‌اند. افراد باید در معرفی خودشان چیزی بنویسند. «فردیت» باید در صفحات شخصی پرخته باشد.

من، «خودم» هستم و «شخصیت متمایز خودم» را دارم به نظر می‌رسد در ایران امروز، رنجی به نام معمولی بودن غلیظ‌تر از جهان پیشرفته است. در جهان پیشرفته زندگی در دل شهرهای بزرگ، وجود سازمان‌های عظیم بوروکراتیک و اجرای بندبند مقررات و نظم، تهدیدکننده فردیت فردند و یکسان‌سازی یکی از پیامدهای احتمالی آن هاست و

به همین دلیل در صحنه اجتماعی تلاش پررنگی برای احیاء و حفظ «فردیت» به چشم می‌خورد. ظهور سلیقه‌های مختلف و متفاوت در همه عرصه‌های زندگی نظیر افکار، جهان‌بینی، هالیاس، غذا، چیدمان خانه و غیره پاسخی به همان فشار یکسان‌سازی و تلاشی برای یکنایی و کاستن از رنجی به نام معمولی بودن است. در ایران، علاوه بر همه این‌ها، نهادهای رسمی هم از منظر ای‌دنولوژیک، تمام تلاش خود را برای «یکسان‌سازی» اعمال می‌کنند. در واقع در ایران فرد، هم با الزامات زندگی مدرن مواجه است که منظم، قانونمند و عقلانی بودن را از او طلب می‌کند و هم با نهادهای ای‌دنولوژیک مواجه است که قصد دارند در نهایت انسانی ای‌دنولوژیک طبق خواسته خودشان تولید کنند. در این شرایط، فردیت از دو جهت مورد تهدید واقع شده است و به همین دلیل، تلاش برای یکنایی، در مقابل فشار برای یکسانی، در ایران غلیظ‌تر می‌شود.

در جهان، کاربران شبکه‌های اجتماعی می‌گویند که من آدم متفاوتی هستم؛ ولی در ایران این کاربران، هم می‌گویند که من آدم متفاوتی هستم و هم اصرار دارند بگویند که من آنی نیستم که سیستم ای‌دنولوژیک تلاش می‌کند بسازد. و علت این حرکت‌ها و رفتارهای متناقض، دویارگی و چندپارگی انسان امروز ایرانی و رنجی که از این بابت می‌برد، شاید همین مقاومت در برابر یکسان‌سازی و نشان دادن تفاوت و فردیت باشد.

فردگرایی را تاب‌بیاور دوه‌همین دلیل، بنیان‌های خانوادگی، به شدت سست شده‌اند و به راحتی از هم می‌پاشند چون افراد، هر دو وجه فردگرایی و نیز حمایت و حضور در جمع را می‌خواهند؛ بی آن که از فردیت خود مایه بگذارند، و طبیعتاً دچار تضادها و تعارض‌هایی می‌شوند. دکتر ساروخانی به مورد جالبی اشاره می‌کند: به این که ما، به عنوان ایرانی، چگونه در میان فردیت و جمع گرایی جامعه خود، گیر افتاده‌ایم و مدام بین این دو فاصه خاص از هستی‌شناسی انسانی در رفت و آمدیم و از هیچ کدام هم، آن چنان که باید، طرفی نمی‌بندیم؛ آیا تا به حال با خودتان فکر کرده‌اید که این همه ایرانیانی که در شبکه‌های اجتماعی آماده‌اند تا به صفحات هر کسی در هر نقطه از جهان حمله کنند، در کجای زندگی می‌کنند؟ چرا ما این‌ها را در کوچه و خیابان نمی‌بینیم؟ آن کسانی که در استادبوم‌های ورزشی هر چه پیدا می‌کنند به وسط زمین پرتاب می‌کنند و پس از بازی هاهم هر چه را پیدای می‌کنند می‌شکنند، در روزهای عادی کجا هستند؟ آن همه مردمی که زیر صفحه سلبریتی‌ها و بازیگران ما حرف‌های رکیک می‌زنند، در واقعیت کجاستند؟ چرا در اطراف آن‌ها فقط عده‌ای شاد و شاداب می‌بینیم که برای سلفی گرفتن صف کشیده‌اند؟ در رفتارهای بالا، ما نشانی از فرد نمی‌بینیم، بلکه تمام رفتار هانشان از فردیت دایی دارند.

من معمولی نیستم!

فردیت، شاید برای ما از آن جهت تا این حد مهم شده، که در شرایطی قرار گرفته‌ایم که معمولی بودن، دیگر مورد قبول نیست. حکمی که اکثر والدین برای فرزندان خود صادر می‌کنند این است که تو باید نفر اول باشی. رتبه تو باید تکریمی باشد. مایا دیگران فرق داریم. صفحات اینستاگرامی پسر از افرادی است که هر کاری می‌کنند تا متفاوت و غیر معمولی باشند؛ چون اگر غیر معمولی نباشند، دیده نمی‌شوند! دکتر فردین علیخو، جامعه‌شناس، با مقدمه‌ای، وارد این بحث می‌شود: در جهان مدرن، رنجی به نام «معمولی بودن» وجود دارد. افراد اصرار دارند بگویند من شبیه آن دیگران انبوه نیستم، من مانند مردم نیستم. من مانند مادر یا پدر سنتی ام نیستم. من چیزی دارم که مرا از دیگران متمایز می‌کند. شاید به همین دلیل است که افراد بسیاری خودشان را به آب آتش می‌زنند و حتی خارج از ساعات اداری با کاری‌شان، برای خودشان سرگرمی یا تفننی دست و پا می‌کنند. به کلاسی می‌روند و به عمد خود را در معرض هنری قرار می‌دهند. چرا که باید چیزی یا پاهانه‌ای برای عرضه یافت و از «رنج معمولی» بودن کاست.

ما هنوز همان آدم‌هایی هستیم که برای گرفتن نذری، در ماه‌های مبارک، قابلمه‌های مان را به سر و کول هم می‌زنیم. پس گرفتن این همه ژست و دم از فردیت زدن، چندان به قامت عاریتی که برای خود ساخته و پر داخته‌ایم نمی‌آید

و سرمایه اجتماعی به صفر می‌رسد. یک خانواده متفرد دارای افراد منفک است که ابعاد مقدس و پایای خانواده را از بین می‌برد. خانواده در گرا، خانواده مطلوب ما نیست. و این یعنی «فرهنگ» خاص جامعه ما با چنین فردگرایی، همساز و همخوانی ندارد و نمی‌تواند آن را بپذیرد و تحمل کند. هر چند بسیاری از جوانان و خانواده‌های جوان، امروز، به رین فردیت و فردگرایی تاکید دارند و سعی می‌کنند بازگشته است. در حالی که تولد فردیت نگرانی از بین رفتن کارکردهای خانواده را دامن می‌زند. در خانواده فردگرا، قدرت مددکاری و حمایتی خانواده از بین می‌رود و شیرازه خانواده از هم می‌پاشد

جامعه‌شناسی چنین آغاز می‌کند: جمع، مولد فرهنگ است ادامه داد: اولین فسرآورده جمع کوچک بشری که شکل گرفته است، فرهنگ است که مجموعه‌ای از ارزش‌ها، هنجارها و قواعد زندگی است. به نسبتی که فرهنگ قوی‌تر می‌شود، ابعاد «فردیت» انسان گرفته می‌شود و انسان فرهنگی که فرهنگ، فردیت او را از او گرفته است، اتم اجتماع و کوچک‌ترین واحد آن است. در نتیجه فردیت انسان از بدو تولد، مدام از او گرفته می‌شود و آرام آرام غول بزرگی به نام «فرهنگ» فردیت را از بین می‌برد. در اعتراض به این فردیت از دست رفته، مکتب «گزینستاسیالیسم» به وجود آمد که جمله معروف آن این بود: «سعی کن خودت باشی نه تقلید کم رنگی از دیگران». هم چنین «آنا رشیسم» در راستای از بین بردن قاعده‌های اجتماعی به وجود آمد اکنون در عصر پست مدرن، جامعه صنعتی با و مانیسم در حال پررنگ کردن فردیت فراموش شده است. اکنون آرام آرام فردیت به درون خانواده‌ها بازگشته است. در حالی که تولد فردیت نگرانی از بین رفتن کارکردهای خانواده را دامن می‌زند. در خانواده فردگرا، قدرت مددکاری و حمایتی خانواده از بین می‌رود و شیرازه خانواده از هم می‌پاشد

می‌دهند و نظر ما هم معمولاً رفرنس دارند و هوایی صادر نشده‌اند و چون هوایی صادر نشده‌اند، حتی اگر رفرنس معتبری داشته باشند، وحی منزل نیستند. در چنین گروهی، هم «فرد» به نمایندگی از خودش حضور دارد و هم به نمایندگی از جمعی که انتخاب کرده‌با آن‌ها باشد. بنابراین تمام افراد گروه، هم به فردیت هم احترام می‌گذارند و هم به جمعیت حاضر در گروه. اما متأسفانه این روزها با «فرد»هایی مواجهیم که گرچه نظر و رای خود را با دیگران به اشتراک می‌گذارند، اما انتظار و تحمل انتقاد و اصلاح ندارند. به نظر می‌رسد، در جامعه ما برداشت درستی از فردیت وجود ندارد. اوضاع مان از فردیت دارد به الوهیت انزدیک می‌شود. انگار حرف و رای و نظر هر کدام از ما وحی منزل است که نشود و نباید در موردش چون و چرا کرد و باید به‌طور مطلق پذیرفته شود. ما هنوز همان آدم‌هایی هستیم که برای گرفتن نذری، در ماه‌های مبارک، قابلمه‌های مان را به سر و کول هم می‌زنیم. پس گرفتن این همه ژست و دم از فردیت زدن، چندان به قامت عاریتی که برای خود ساخته و پر داخته‌ایم نمی‌آید.

فرد و فردیت: تو هم یا واقعیت! دکتر باقر ساروخانی استاد



آذر فخری، روزنامه‌نگار

مثل همه دوستان و اعضای فامیل، مثل تمام آن‌هایی که با هم در یک کلاس یا کارگاه شرکت می‌کنند و گروه تلگرامی تشکیل می‌دهند؛ ما هم تعدادی هم‌کلاسی هستیم که یک سالی از آشنایی مان در یک کارگاه روان‌شناسی و تشکیل گروه تلگرامی مان می‌گذرد. معمولاً گروه‌های تلگرامی، مکان مناسبی برای تبادل اخبار و اتفاقات و همین‌طور صحبت در مورد مسائل مختلف و البته مشترک در بین اعضای گروه است. این گروه‌ها تا جایی خوب‌اند و بازه مناسبی دارند که هر عضو آن با احترام به آرا و نظرات دیگران، نظر خودش را هم بگوید؛ حالا در تایید یا در نقد. و فضای هر گروه تا وقتی قابل تحمل است که هر کدام از اعضا، بتوانند نقد و نظر دیگران را در مورد موضوع مورد بحث یا نظری که خودش داده، بپذیرد، در مورد آن فکر کنند و از این چالش گروهی بدون هیچ احساس بدخواهی و بدبینی، شرکت کنند.

به‌طور معمول، وقتی موضوعی مورد بحث قرار می‌گیرد، همه درباره آن نظر

یادداشت

احساس تنهایی بلاخیز است؛ نه تنهایی!



فاطمه ناصح، دکترای روانشناسی عمومی

در روزگار دنیای امروز، با وجود آنکه می‌توان از روش‌های متفاوتی برای برقراری ارتباط و تعاملات بین فردی بهره‌برد، چرا با افرادی روبرو می‌شویم با وجود دسترسی به فضای مجازی و اپلیکیشن‌های مختلف به عنوان ابزاری برای برقراری تماس، باز هم از «احساس تنهایی» می‌نالند؟! شاید در پاسخ بتوان گفت یکی از ویژگی‌های عصر دیجیتال همین «تنهایی» است؛ رسانه‌های اجتماعی انسان‌ها را به سمتی کشانده‌اند که به جای رودرودن، لمس یکدیگر و معاشرت‌های حضوری مجبور باشند برای قربان صدقه رفتن یکدیگر، ابراز غم و یاشادی و همچنین بیان جملات محبت‌آمیز و... به استیکرهای موجود در فضای مجازی بسنده کنند و با آنها تعامل‌شان را پیش ببرند. امروزه با توجه به دنیای مدرن ارتباطات و تکنولوژی میزان «احساس تنهایی» در میان افراد بیشتر از گذشته دیده می‌شود. روزگار امروز انسان‌ها را در یک تکنولوژی به اندازه یک کف دست محبوس کرده و آنها را در جستجوی محبت خواهی و رفع احساس تنهایی‌شان در دالان‌های متنوع فضای مجازی به امید

آنکه از احساس تنهایی درونی‌شان کاسته شود، سرگردان کرده است. آنچه که دقیقاً سبب تفاوت نسل گذشته با نسل حاضر شده است هم زیر سر همین تکنولوژی دنیای دیجیتال است؛ افراد نسل قبل شاید تعداد دوستان‌شان به تعداد انگشت‌های یک دست هم نمی‌رسید اما با یکدیگر احساس نزدیکی و صمیمیت خالصانه‌ای داشتند و با گرفتاری‌هایی که متخصص دنیای تکنولوژی است مثل «احساس تنهایی» دست به گریبان نبودند. باتوجه به توضیحات مطرح شده «احساس تنهایی» ربطی به سن، جنسیت، وضعیت تاهل و نوع شغل افراد ندارد؛ درواقع «تنهایی» نوعی احساس تهی بودن و خلأ درونی است که در چنین وضعیتی شما حس انزوا را تجربه می‌کنید؛ و می‌خواهید از دنیا و همه کسانی که دلتان می‌خواست با آنها رابطه داشته باشید، جدا شوید. البته نکته حائز اهمیت آن است که «احساس تنهایی» مساوی و برابر با «تنهایی بودن» نیست و ضرورت است میان این دو مفهوم با یکدیگر تمایز قائل شویم؛ زیرا «تنهایی بودن» یعنی شما به خواست و انتخاب خودتان ترجیح می‌دهید بدون برقراری ارتباط و تماس با دیگران، خوشحال زندگی کنید و البته لازم به ذکر است این نوع تنهایی هیچ آسیب اجتماعی و اختلالی را به همراه ندارد؛ «تنهایی» زمانی مساله، مشکل و یا اختلال محسوب می‌شود که شما در میان جمع

باشید ولی بطرز عجیبی از «احساس تنهایی» رنج ببرید، در چنین حالتی باید تعاملات و ارتباطاتتان را رصد کنید و دنبال گیر و گرفتاری در آنها باشید.

کارشناسان روانشناس و رواندرمانگر بر اساس پژوهش‌ها و تحقیقات انجام شده اظهار دارند، هر از گاهی تجربه «احساس تنهایی» در زندگی شخصی افراد امری طبیعی قلمداد می‌شود؛ حال آنکه اگر این احساس تنهایی از حد معمول فراتر رود و به صورت مداوم در زندگی شخصی تداوم پیدا کند به منزله‌ی زنگ خطر است که از وجود یک سری مشکلات و اختلالات در روابط میان فردی آن شخص خبر می‌دهد. بنابر گفته کارشناسان و متخصصین روانشناس منزوی بودن و احساس تنهایی شدید، تاثیرات منفی شگرفی بر سلامت جسمانی و روانی فرد دارد و این احساس ممکن است به بروز اختلالات آسیب‌های روانی از قبیل اضطراب و افسردگی نیز منجر شود. کارشناسان پیر و مطالب عنوان شده معتقدند دلایل بسیاری در شکل‌گیری و پدید آمدن «احساس تنهایی» خیل هستند که اثرات متفاوتی هم بر افراد مختلف بر جای می‌گذارد. درواقع در راستای مطالعات انجام شده در حوزه روانشناسی می‌توان گفت «احساس تنهایی» برابر با وجود شکافی میان تعاملات اجتماعی و ارتباطات بین فردی مورد انتظار شخص با آنچه در واقعیت موجود است، تعریف می‌شود. بر این اساس رویکرد روان تحلیلی معتقد است «احساس تنهایی» که از درون فرد و اعماق وجودش سرچشمه می‌گیرد سبب می‌شود فرد

نتواند خودش را دوست داشته باشد و یا نتواند از سوی دیگران دوست داشته شود؛ پیر و همین مطالب می‌توان تاکید کرد این احساس دوست داشتنی نبودن و منزوی بودن به دوران کودکی فرد و به تعاملاتش با والدینش بر می‌گردد که آنها نطفه دوست داشتنی نبودن را از همان اوان کودکی در ضمیر ناخودآگاه وی بنهاده‌اند، بطوریکه همین فرد در بزرگسالی نیز همچنان احساس دوست داشتنی نبودن و خلوت‌گزین بودن را به عنوان الگوی ثابت در تمام روابطش حفظ می‌کند. البته ناگفته نماند عوامل دیگری از جمله نوع شغل و کاری که فرد بطور روزانه با آن سروکار دارد، همچنین لوازم و تجهیزات دیجیتال و شبکه‌های مجازی نیز به نوبه‌ی خود در بروز احساس تنهایی نقش موثری دارند و اغلب مواقع به عنوان یکی از موانع کلیدی تعاملات رودررو حضوری نام برده می‌شوند. بطور کلی کارشناسان و متخصصان روانشناس تاکید دارند باتوجه به ماهیت اجتماعی انسان، نیاز به برقراری تماس اجتماعی و داشتن ارتباطات احساسی از فاکتورهای مهمی است که برای بقای گونه‌ی انسان امری ضروری تلقی می‌شود؛ از اینرو افرادی که از «احساس تنهایی» مداوم و پایدار رنج می‌برند باید از طریق مشاوره و رواندرمانی، عوامل محرک احساس تنهایی‌شان را ریشه‌یابی و شناسایی کنند و با بهره‌بردن از راهکارهای ارائه شده از سوی متخصصین بر احساس تنهایی‌شان فائق آیند تا به این ترتیب بتوانند طعم لذت‌بخش خوشبختی را بچشند.