

## از گوشه و کنار

## حضور پلیس دوچرخه سوار در منطقه پایتخت



مدیر آموزش همگانی معاونت اجتماعی پلیس راهنمایی و رانندگی تهران بزرگ، از توسعه طرح پلیس دوچرخه سوار در بیشتر از چهار منطقه پایتخت از سال آینده خبر داد. سرگرد سید مسلم موسوی، در گفت و گو با مهر در تشریح طرح پلیس دوچرخه سوار، گفت: در سال ۱۳۹۷ پلیس راهنمایی و رانندگی تهران بزرگ با هدف ارتقای فرهنگ عبور و مرور و روان سازی ترافیک و انضباط ترافیکی به ویژه در معابر پر ترافیک و پر تردد به صورت پایلوت اقدام به راه اندازی پلیس دوچرخه سوار در برخی از خیابان های مناطق ۶ و ۱۲ شهر تهران با همکاری سازمان حمل و نقل شهرداری تهران کرده است. وی افزود: اجرای این طرح با هدف کاهش آلودگی هوا و ایجاد بستری برای مشارکت مردم در استفاده از دوچرخه به خصوص در بخش های مرکزی شهر تهران که حالت کوه پایه ندارد و تردد دوچرخه در آن آسان است، انجام شده است. وی ادامه داد: هدف ما در این حوزه این است خود ما یعنی پلیس، فرهنگ استفاده از دوچرخه را در جامعه توسعه دهیم هر چند در بسیاری از کشورهای دیگر استفاده از پلیس دوچرخه سوار سابقه طولانی دارد و در تاریخچه کشورهای دیگر اگر جست و جو کنید می بینید که هم آوران پلیس برای انجام مأموریت های شان از دوچرخه استفاده می کنند.

## رونمایی از تندیس اهدای عضو در بهشت زهرا (س)

رئیس مرکز مدیریت پیوند و درمان بیماری های وزارت بهداشت گفت: به منظور ترویج فرهنگ اهدای عضو به اهدا کننده عضو یک آرامگاه در قطعه ۳۰۵ بهشت زهرا (س) اهدا می شود. مهدی شادنوش، در حاشیه مراسم رونمایی از تندیس اهدای عضو در بهشت زهرا (س) گفت: در سال ۹۶ که بالاترین اهدا عضو ارجی چند سال اخیر داشتیم تنها ۹۲۶ نفر اعضای خود را اهدا کردند که در برابر حدود چهار هزار مرگ مغزی در کشور که امکان اهدا عضو داشتند تنها ۲۵ درصد به حساب می آیند. این در حالی است که یک فرد می تواند هشت عضو اهدا کند و اگر از این افراد تنها سه عضو اهدا کنند مطمئناً لیست انتظار از میان برداشته خواهد شد. رئیس مرکز مدیریت پیوند و درمان بیماری های وزارت بهداشت با اشاره به این که برای اهدای عضو نیازمند ترویج فرهنگ بیش از پیش آن هستیم تاکید کرد: باید اطلاع رسانی شود کسی که دچار مرگ مغزی می شود تحت هیچ شرایطی امکان بازگشت به حیات را نخواهد داشت و تنها ساعات محدودی برای تصمیم گیری در خصوص اهدا زمان دارند. گفتنی است: قطعه ۳۰۵ بهشت زهرا (س) به عنوان قطعه جدید اهدا کنندگان عضو در نظر گرفته شده است.

## تهیه «سبد نوروزی کالا» برای خانواده های کودکان کار و خیابان



معاون امور اجتماعی بهزیستی استان تهران از تدارک سبد کالا برای کلیه خانواده های کودکان کار و خیابان در آستانه سال نو خبر داد. وی با بیان این که در حال حاضر ۲۱۲۴ کودک کار و خیابان تحت نظارت اداره کل بهزیستی استان تهران هستند، گفت: این کودکان از طریق مراکز و مؤسسات غیر دولتی خدمات مددکاری، روانشناسی، بهداشتی - درمانی، آموزشی - تحصیلی دریافت می کنند. هم چنین اعضای خانواده آن ها حرفه آموزی و سواد آموزی می شوند و خدمات کاهش آسیب و حمایت های مالی دریافت می کنند.

معاون امور اجتماعی بهزیستی استان تهران با اشاره به این که بهزیستی در آستانه سال نو، در حال تدارک سبد کالا برای کلیه این خانواده ها است، تصریح کرد: همچنین اغلب مراکز برای این کودکان و خانواده هایشان لباس نو و هم چنین سبد کالا فراهم کرده اند.

## بازدید از خانه سالمندان، نمایشی که هر سال نو، تکرار می شود

## شو آفی برای بیداری وجدان خفته جامعه

رسانه امروز با تکرار نمایش های پر سوز و گداز از خانه سالمندان، مسئله را برای مردم عادی کرده و قبح آن را از بین برده است؛ همین که خانواده های بیند سالمندان در یک آسایشگاه دور هم جمع شده اند با کتاب ها و وسایل مورد علاقه شان و یادوستانی که آن جا پیدا کرده اند، سرگردمند، تشویق می شوند شانه خود را از فشار این مسئولیت سبک کنند. از قضا مردم با دیدن اشک و حسرت سالمندان در برابر دور بین به این نتیجه می رسند که در خانه سالمندان، افرادی دور هم جمع شده اند که حوصله شنیدن در دلد همدیگر را دارند و ساعت ها می توانند با هم حرف بزنند و گوش های شنوای خوبی برای هم هستند، چیزی که خانواده و فرزندان و نوه ها به آنان نمی دهند.



آذر فخری

در ایام عید، با طمطراق و نمایشی به دیدار و ملاقات شان می روند. انگار که این تنها یک تکلیف اجتماعی است که باید در موعد مقرر خود انجام شود و در روزهای دیگر سال کلابه فراموشی سپرده می شود. برنار دشاو طنزنویس انگلیسی در جایی گفته است هر مجسمه می سازند و البته او در این کلامش طعنه ای به مجسمه آزادی در آمریکا دارد؛ اما وضعیت کنونی جامعه ما هم در مناسبت هایی مثل عید که مردم در رسانه به خانه سالمندان رفته و با هر ضرب و زوری که شده اشکی از آنان درمی آورند و به ملت نمایش می دهند تا دل شان بسوزد و به رحم آید، هم چندان بی شباهت به این سخن شاونیست، سالمندان ما گاهی در متن و بستر واقعی خانواده و جامعه حرمت و کرامتی ندارند، اما در مناسبت هایی مانند عید، مورد تکریم قرار می گیرند.

**باور کنیم آن ها هنوز زنده اند!**  
در خانه سالمندان، به خصوص اگر خصوصی باشد و یا خانواده سالمند توان مالی خوبی داشته باشد، رسیدگی های خوبی به سالمندی می شود و او خدمات مختلف بهداشتی، پزشکی، غذایی و حتی ورزشی دریافت می کند. اما پرواضح است که بسیاری از افرادی که دچار سالمندی می شوند والدین سالمند خود را به خانه سالمندان دولتی یا خیرمحمور

## یادداشت

## نگاهی به دید و باز دیدهای عید و تاثیر آن بر سلامت روان

## عید؛ فرصت ترمیم پیوندها

فاطمه ناصح، دکترای روانشناسی عمومی

عید نزدیک است؛ لحظه های ناب و زیبایی که تنها یکبار در سال تکرار می شوند؛ اما افسوس که حال و هوای جامعه و سبک زندگی اجتماعی افراد به گونه ای تغییر کرده که رنگ و بوی دید و باز دیدها در ایام نوروز کمرنگ شده اند، گویی این سنت در حال فراموشی است و چندان رغبتی به آن نشان داده نمی شود. یادش بخیر ایامی که زندگی های با تقدیر سخت نشده بود فضای مجازی و صفحات اجتماعی رنگارنگ هنوز جایگزین تعاملات و معاشرت های رودر رو و ملموس نشده بودند؛ قبل ترها به واقع یعنی زمانیکه فضای مجازی در زندگی خانواده های ایرانی چیره نشده بود و مردم به لحاظ معیشت در تگنا و فشار اقتصادی به

بسیارند به قشر متوسط جامعه تعلق دارند؛ خانواده هایی که هر دو والد مشغول کارند تا چرخ خانواده بچرخد. چنین خانواده های فرصت رسیدگی به فرزندان خود را ندارد، چه برسد به والدین پیر و گاه ناتوان. و این گونه است که سالمندان به نهادهایی سپرده می شوند تا وظیفه نگهداری از آنان را به عهده بگیرند و طبعاً در چنین خانه هایی امکانات محدود و نیرو کم است. اتاق ها چند نفره اند و همه هم البته اغلب پیر و ناتوان و بیمار هستند و تصور کنید سال ها زندگی کردن در چنین فضایی را بدون این که این افراد بتوانند با جامعه بیرون ارتباط مستمر و سازنده داشته باشند، صبح تا شب را به تکرار خاطرات خود برای یکدیگر می گذرانند بی آن که این واگوییها و یادآوری ها برای خود آنان سودی جز درد و آه و افسوس داشته باشد.

مشکل بزرگ ما در ارتباط با سالمندان این است که فکر می کنیم آن ها عمر مفید خود را کرده اند و حالا بهتر است مطلقاً استراحت کنند و با هم سن و سال های خودشان حشر و نشر داشته باشند، زیرا نقش مهم پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها را در تربیت کودکان و راهنمایی نوجوانان و جوانان از یاد برده ایم. از یاد برده ایم که ایان، با خرد و حکمتی که در طول سالیان عمر دراز خود کسب کرده اند، چه ذخایر گران بهایی از صبر و حوصله اند و به راحتی می توانند در دل نواگان خود

پراکنده گی خانواده های سنتی، محدودیت های شغلی و فرهنگ آپارتمان نشینی و کوچک شدن سفره زندگانی مردم سبب شده دید و باز دیدهای نوروزی کاهش یابند و سهم خاطرات ایام گذشته، فقط یک یادش بخیر باشد. بر این اساس مطالعات حوزه روانشناسی می توان گفت دید و باز دید با اقوام و خویشاوندان تاثیر شگرفی بر مغز آدمی می گذارد و به خوشحالی و شادمانی را برای افراد به ارمغان می آورد و منجر به شارژ روحی نیز می شود. به باور کارشناسان روانشناس دیدار با اعضای خانواده و یا حتی تماشای عکس های آنها نیز می تواند بخشی از مغز را که بیانگر احساسات آدمی درباره فامیل، دوستان و حتی خود شخص است را برانگیزد. بنابراین از آنجا که انسان موجودی اجتماعی است و دوست دارد که هم دوست داشته شود و هم دوست بدارد، به همین دلیل دید و باز دید نوروزی را نظر روانشناسی موجب دوست داشتن و دوست داشته شدن خواهد شد. به این ترتیب دید و باز دیدهای ایام عید نه تنها موجب ایجاد روحیه «تعلق» و «پیوند» در فرد می شود بلکه موضوع «دوست داشتن» را نیز در وجود فرد تقویت می کند و سبب می شود روابط انسان ها از حالت خشک و بی روح، خارج شود.

## این بسیار طبیعی است که یک پدر نخواهد سربار فرزندان باشد، اما این طبیعی نیست که فرزندان هم باور کنند و ببینند والدین شان واقعا سربار و باعث حمت در زندگی آنان شده اند

جایز کرده و نقش ویژه تربیتی خود را ایفا کنند، زیرا آنان هم قصه گوهایی ماهر می هستند و هم قصه های زیادی از زندگی بلندک تعریف کنند. ما با سپردن آنان به خانه سالمندان، عملاً به خودشان و فرزندان مان چنین القامی کنیم که تاریخ مصرف این افراد گذشته است و باید کنار گذاشته شوند تا نوبت مرگ شان فرا برسد، داستانی که حتماً در خوش بینانه ترین حالت، برای خودمان تکرار خواهد شد.

## نمایشی که هر سال تکرار می شود

یکی دور بین روی شانهاش گذاشته و دیگری میکروفون در دست دارد و در میان سالمندان می چرخد تا خوش سخن ترین و دوست داشتنی ترین آنان را انتخاب کنند و با پرسش های جهت دار خود آنان را وامی دارند از درد و اندوه و تنهایی و حسرت رهاشدگی شان در مقابل دور بین «اعتراف» کنند. حتی

این سالمندان نازک دل با یادآوری خاطرات شان، اشک هم می ریزند و خوراکی مناسبی برای رسانه می شوند. اما رسانه بجز نشان دادن چنین تصاویر ترجم انگیزی رسالت دیگری در مورد این افراد ندارد؟ آیا نباید با دعوت از آسیب شناسان، جامعه شناسان و روان کلان، رواج چنین رویکردی در جامعه را واکاوی کنند، چنان جذاب واکاوی کنند که به همان اندازه اشک و آه گرفتن از سالمندان برای بینندگان جذاب و تاثیر گذار باشد و آنان را متحول کند؟ در حالی که تکرار هر ساله نمایش تحویل سال و عید دیدنی سالمندان، دیگر به سوزهای بی تاثیر و نغمه بدل شده است.

پیر مرد خوش صحبتی که با واکر راه می رود می گوید: «دل می خواست کنار خانواده ام بودم اما شرایطش را ندارم. وضعیت جسمی ام نیاز به رسیدگی دائم دارد و فرزندانم از عهده آن بر نمی آیند. هر کدام مشکلات خودشان را دارند.» این بسیار طبیعی است که یک پدر نخواهد سربار فرزندان باشد، اما این طبیعی نیست که فرزندان هم باور کنند و ببینند والدین شان واقعا سربار و باعث حمت در زندگی آنان شده اند. این پیر مرد و به دور بین اعتراف می کند فرزندانش ثمره زندگی اش هستند، اما حالا که از آب و گل در آمده اند سوری به او نمی زنند و رهاش کرده اند، اما بنا به گفته مجید ابهری آسیب شناس و رفتار شناس اجتماعی، «هنگامی که دانش و بردباری و خرد و تجربه با هم بیامیزند، می توانند پایه گذار دوری های عادلانه باشند. استفاده از دوری پیرانی که تجربه های بسیار اندوخته اند و می کوشند در زندگی، استوار تر گام بردارند، در باز کردن گره مشکل مردم و حفظ و دوام جامعه، اهمیت زیادی دارد. مسائلی در خانواده و جامعه اتفاق می افتند که اگر داور یک فرد ریش باگیس سفید با تجربه نباشد، کار به دادگاه می کشد و حل شدن آن، هزینه های سنگینی برای دولت و جامعه و خود مردم دارد.

اهمیت زیادی دارد. مسائلی در خانواده و جامعه اتفاق می افتند که اگر داور یک فرد ریش باگیس سفید با تجربه نباشد، کار به دادگاه می کشد و حل شدن آن، هزینه های سنگینی برای دولت و جامعه و خود مردم دارد. در حالی که تا همین چند سال پیش این سالمند خانواده بود که نقش داور و باعث بهبود روابط خانوادگی می شد و نمی گذاشت کار به دادگاه و در نهایت به دعوا و اطلاق بکشد.»

ابهری معتقد است رسانه امروز با تکرار چنین نمایش های پرسوز و گداز اتفاقاً مسئله را برای مردم عادی کرده و قبح آن را زین برده است: «همین که خانواده ها می بینند سالمندان در یک آسایشگاه دور هم جمع شده اند با کتاب ها و وسایل مورد علاقه شان و با دوستانی که آن جا پیدا کرده اند، سرگردمند، تشویق می شوند شانه خود را از فشار این مسئولیت سبک کنند. از قضا مردم با دیدن اشک و حسرت

## بسیاری از جوانان امروزی، سالمندان را افرادی می دانند که تنها هستند، در برابر تغییرات جدید اجتماعی، اخلاقی و تکنولوژیک مقاومت می کنند و نیروی بدنی و ذهنی خود را از دست داده اند. امروز حتی والدین هم به فرزندان خود چهره مطلوبی از سالمندان ارائه نمی دهند

سالمندان در برابر دور بین به این نتیجه می رسند که در خانه سالمندان، افرادی دور هم جمع شده اند که حوصله شنیدن در دلد همدیگر را دارند و ساعت ها می توانند با هم حرف بزنند و گوش های شنوای خوبی برای هم هستند، چیزی که خانواده و فرزندان و نوه ها به آنان نمی دهند.»

## جامعه امروز

## و نگاه غلط به سالمند

ابهری در نهایت به یک آسیب مهم اشاره می کند: «در جوامع انسانی امروز بر خلاف گذشته، نگاه مثبتی نسبت به سالمند و پدیده سالمندی وجود ندارد. بیشتر مردم، سالمندان را از نظر بدنی و عقلی، افرادی ناتوان، دمدمی مزاج، لجوج و خرافاتی می دانند که مصرف کننده محض هستند.

بسیاری از جوانان امروزی، سالمندان را افرادی می دانند که تنها هستند، در برابر تغییرات جدید اجتماعی، اخلاقی و تکنولوژیک مقاومت می کنند و نیروی بدنی و ذهنی خود را از دست داده اند. امروز حتی والدین هم به فرزندان خود چهره مطلوبی از سالمندان ارائه نمی دهند. در این میان، نقش رسانه در تقویت این برداشت و نگاه نادرست، کاملاً محسوس است. رادیو و تلویزیون با نمایش تصاویر های نازیبا از سالمند - تنها، گریان، ناتوان، غرغرو و ... بر نگرش افراد جامعه نسبت به سالمندان، تأثیر منفی گذاشته اند. در اغلب سریال ها و فیلم ها، مردان سالمند، افرادی یک تنه، لچ باز و مال دوست و زنان سالمند، انسان هایی خرافاتی و اهل ورد و جادو، نشان داده می شوند. این گونه بر خوردها، دیواری از بی اعتمادی میان سالمند و جامعه پدید می آورد و سالمند را زیر فشارهای روانی فراوانی قرار می دهد.» چنین است که در نهایت هر دو سوی این ماجرا تر جیح می دهند در دو طرف ایسن دیوار بمانند و هنگام نوا شدن سال طی یک مراسم فرمالیته و نمایشی، وجدان خفته خود را تسلط دهند و تمام.

باتوجه به مطالب مطرح شده می توان گفت عید نوروز یک فرصت و بهانه مناسب است؛ بهانه ای برای دیدار اقوام و دوستان و دلجویی از کسانی که شاید غمی در دلشان نهفته باشد؛ در حقیقت نوروز، سنتی برای بهبود روابط خویشاوندی است و بهتر است از این فرصت طلایی به راحتی گذر نشود. زیرا از منظر روانشناسی افراد جامعه در مرادوات با یکدیگر علاوه بر اینکه نیازها و مایحتاج زندگی خویش را فراهم می کنند، از نظر عاطفی، روحی و روانی نیز می توانند خود را اغنا کنند.

به عنوان نکته پایانی تاکید می شود برای آنکه از خطر ابتلا به آسیبها و اختلالات روانی همچون افسردگی و اضطراب و اختلالات خلقی و ... در امان بمانید، بهتر است از عید دیدنی و دید و باز دیدهای عید غافل نشوید؛ چرا که یکی از مهم ترین عوامل پیشگیری از افسردگی، در جمع اطرافیان بودن و کسب احساس آرامش و امنیت از آنها است که به این ترتیب دید و باز دید نوروزی و صلح رحم می تواند در بروز این بیماری مزمن نقش و سهم بسزایی داشته باشد و ظهور و نمود آن را به حداقل برساند.