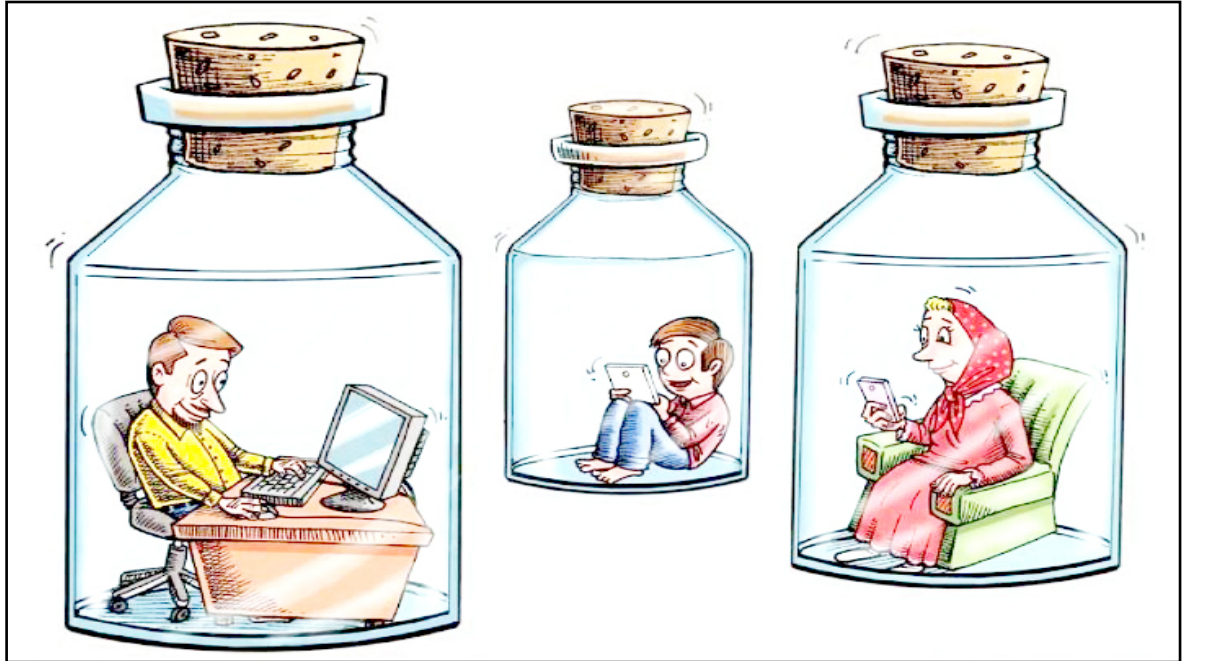


انزوا در فضایی به ظاهر مطمئن

چندسالی است که تغییرات گسترده در بنیان خانواده‌ها رخ داده، به گونه‌ای که امروزه دیگر خانواده‌ها از کار کرد و نقش اصلی خود فاصله گرفته است. هر چند در تحقق این امر عوامل مختلفی مانند اعمال سیاست‌های تک‌فرزندی، فرزندسالاری، وجود دغدغه‌های اقتصادی و مواردی از این دست تاثیر گذار بوده است. بدیهی است، امروزه به دلیل استفاده بیش از حد از شبکه‌های اجتماعی، گسست روابط میان اعضای خانواده بیش از گذشته خودنمایی می‌کند. به گونه‌ای که دیگر اعضای خانواده تنها در کنار هم و در زیر یک سقف زندگی می‌کنند، اما از حال و روز هم اطلاع چندانی ندارند و در مقابل بیشتر تمایل دارند با گروه همسالان، اوقات خود را سپری کنند. این خود می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات بسیاری باشد.



خانواده همیشه و همه‌جا و در بین تمامی جوامع بشری به عنوان اساسی‌ترین نهاد اجتماعی زیربنای جوامع و منشأ فرهنگ‌ها، تمدن‌ها و تاریخ بشر بوده است. پرداختن به این بنای مقدس بنیادین و حمایت و هدایت آن به جایگاه واقعی و متعالی خود، همواره سبب اصلاح خانواده‌ها بزرگ انسانی و غفلت از آن موجب دور شدن بشر از حیات حقیقی و سقوط به ورطه هلاکت و ضلالت بوده است. انسان هادر زندگی خود، از دیگران تاثیر می‌پذیرد و بر آنها تاثیر می‌گذارد. در یک خانواده، از والدین گرفته تا فرزندان، در شکل‌گیری شخصیت و خلق و خوی یکدیگر مؤثر واقع می‌شوند. محیط اجتماعی جامعه، رسانه‌ها، مطبوعات و همه اعضا و عناصر حاضر در صحنه اجتماع که در ارتباط با فردند، در پرورش روحیه و شخصیت وی تاثیر دارند. خلاصه آنکه جریان مزبور در تمام ابعاد زندگی انسان هامشهود است، هر چند که نحوه و چگونگی این فرآیند در بسیاری از موارد دستخیز است.

روزنامه «آرمان» برای تبیین پیامدهای منفی کاهش روابط خانوادگی و سست شدن بنیان خانواده این پدیده را در گفت‌وگو با ناصرالله منصور، روانشناس و مشاوره خانواده و زهرا بهادری، دکترای تخصصی روانشناسی بررسی کرده است. ناصرالله منصور در گفت‌وگو با «آرمان» در خصوص آسیب‌های

اجتماعی کاهش روابط میان اعضای خانواده می‌گوید: «در بسیاری از موارد افراد به خاطر حاشیه‌هایی همچون فرزند، شغل، افراد جامعه و مواردی از این دست زندگی می‌کنند و خود و نیازهای خود را به ورطه فراموشی می‌سپارند. به عبارت بهتر در صورت وقوع طلاق عاطفی در خانواده، آسیب‌هایی به مراتب جدی‌تر از طلاق رسمی رخ خواهد داد.» او در ادامه تصریح می‌کند: «در حال حاضر برخی از آقایان مجبور به انجام کار طولانی برای تامین مخارج زندگی هستند که این خود باعث تضعیف ارتباط میان اعضای خانواده شده است.»

از سوی دیگر امروزه بسیاری از زنان خواسته یا ناخواسته مجبور به کار کردن در خارج از منزل هستند که این هم انرژی زیادی را از آنها می‌گیرد و می‌تواند باعث شدن توانایی و حوصله پاسخگویی به بسیاری از نیازهای اعضای خانواده را نداشته باشد. منصور در ارتباط با دلایل تمایل نداشتن فرزندان برای وقت‌گردانی با والدین می‌گوید: «امروزه در سایه سیاست‌های تربیتی اشتباه بسیاری از فرزندان تمایل چندانی به حضور در جمع خانوادگی ندارند که این باعث فاصله گرفتن فرزندان از والدین شده است و بالطبع فرزندان خواهان سپری کردن اوقات خود با گروه همسالان هستند.» او ادامه می‌دهد: «در

بسیاری از موارد فرزندان بیشتر وقت خود را در شبکه‌های اجتماعی می‌گذرانند و والدین خود را افرادی بی‌سواد می‌دانند. این دسته از فرزندان بر این باور هستند که دیگر والدین هم سطح آنها نیستند و خود را بالاتر از آنها می‌دانند. از این رو هم از الگوهای رفتارهای والدین تبعیت نمی‌کنند و هم اینکه کمتر در جمع خانواده حاضر می‌شوند. البته در این فرصت باید متذکر شد که خانواده‌ها نیز در این شرایط رفتار مناسبی با فرزندان ندارند و خواسته و ناخواسته در جمع‌های خانوادگی فرزندان را کوچک می‌کنند که ثمره بارز این رفتار علاقه‌نداشتن فرزندان به حضور در میان اقوام خواهد بود.»

فصلی مجازی عامل سردی روابط خانوادگی این روانشناس در ارتباط با نقش استفاده از فضای مجازی را در کم‌نگ شدن روابط میان اعضای خانواده می‌گوید: «افراد زمان بیشتری را در شبکه‌های مجازی سپری می‌کنند، تا جایی که خانواده دیگر از نقش اصلی خود باز مانده است؛ افراد تنها در زیر یک سقف زندگی می‌کنند، اما در عمل کمترین میزان مرادبات و تبادل نظر را با هم دارند که این خود می‌تواند باعث از هم گسسته شدن کانون خانواده شود.» او در ادامه بیان می‌کند: «اعضای خانواده هنگام صرف غذا نیز با هم نیستند و حتی در صورت کنار هم بودن

امروزه اعضای خانواده حتی در صورت کنار هم بودن به صورت فیزیکی، هم وقت و انرژی خود را در شبکه‌های مجازی سپری می‌کنند که این نشان از ارائه آموزش‌های لازم برای چگونگی استفاده از فضای مجازی دارد

به صورت فیزیکی وقت و انرژی خود را در شبکه‌های مجازی سپری می‌کنند که این نشان از جای خالی فرهنگ‌سازی و ارائه آموزش‌های لازم برای چگونگی استفاده از فضای مجازی دارد.» منصور در خصوص تبعات منفی کاهش روابط میان اعضای خانواده می‌گوید: «به‌طور حتم یکی از بارزترین پیامدهای منفی کاهش روابط میان افراد خانواده افزایش دوستی‌های اجتماعی است.» او در ادامه می‌افزاید: «بسیاری از فرزندان تنها به دلیل مناسب کمترین میزان مرادبات و تبادل نظر را با هم دارند که این خود می‌تواند باعث از هم گسسته شدن کانون خانواده شود.» او در ادامه بیان می‌کند: «اعضای خانواده هنگام صرف غذا نیز با هم نیستند و حتی در صورت کنار هم بودن

کاهش روابط خانوادگی دانست، چرا که امروزه خانواده‌ها نقش کم‌رنگی در تصمیم‌گیری فرزندان خود دارند. این امر می‌تواند جای بسی تأمل داشته باشد. در حال حاضر بسیاری از افرادی که طلاق می‌گیرند، تنها به انتخاب و تصمیم خود از دواج کرده‌اند.

از هم گسیختن بافت سنتی جوامع

زهرا بهادری نیز در گفت‌وگو با «آرمان» می‌گوید: «یکی از واقعیت‌های انکارناپذیر جهان امروز دگرگونی در ساختار و کارکردهای نهاد خانواده است که این تحول ساختاری در ابعادی گسترده از تغییر در سبک زندگی و تعاملات و تبادل‌ات ارتباطی تا انتقال ارزش‌ها و دگرگونی در مناسبات فردی، اجتماعی و خانوادگی و... را در بر گرفته است.»

او ادامه می‌دهد: «شاید به جرات بتوان ادعا داشت که این تغییرات بیشترین اثرگذاری را روی کارکرد مثبت خانواده‌ها به‌ویژه به کاهش تعاملات بین فردی خانواده داشته است. آنچه که در باره چرایی کاهش تعاملات والدین و فرزندان و تبعات این کاهش باید در نظر داشت، این است که باید نگاهی چندبعدی و سیستمی به این موضوع صورت بگیرد.» بهادری در ارتباط با دلیل کاهش روابط میان اعضای خانواده می‌گوید: «به‌طور حتم باید در نظر داشت این ارتباط به یکباره سیری کاهشی و شکلی ناآرامی به خود نگرفته است، بلکه با مرور زمان و با اعمال سیاست‌های نادرست به نقطه ناآرامی امروز رسیده است.» او تصریح می‌کند: «از این رو در آسیب‌شناسی و سبب‌شناسی علل زمینه‌ساز و تداوم بخش و تشدیدکننده این بد کار کردی سیستمی، طبقه‌بندی در قالب عوامل فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، روانشناختی، جامعه‌شناختی، سیاست‌گذاری‌های کوتاه‌مدت و بلندمدت کشوری، دیدی تبیینی و تحلیلی برای اتخاذ رویکردهای مداخله‌ای تغییر الگوی تعاملات ناسازگار به تعاملات سازگار خواهد بود.»

بهداری در خصوص کارکردهای خانواده می‌گوید: «خانواده بر اساس نوع رابطه با فرزندان بیشترین تاثیر را در ابتدا بر چگونگی شخصیت روانی، اجتماعی و فرهنگی آنها داشته و در مرحله بعد نیز به صورت غیر مستقیم جامعه را متاثر خواهد کرد. به عبارت ساده‌تر تغییرات در خانواده به مرور زمان فرزندان را تغییر داده و با ورود آنها به عرصه اجتماع، جامعه دگرگون خواهد شد.» او ادامه می‌دهد: «سلامت خانواده، نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت جامعه دارد، چرا که نرخ پایین سطوح ارتباطی

سلامت جامعه در گرو سلامت خانواده

همین امر امروزه بیشترین شکل از روابط بین اعضای خانواده و فاصله‌گیری بیشتر اعضا را موجب شده است. بهادری در پایان می‌گوید: «آنچه که در این میان برای مدیریت تعارضات مطرح شده و همین‌طور کاهش فاصله روانی خانواده ضروری است، امر غنی‌سازی ارتباطات و تبادل‌ات از طریق آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مساله، مدیریت هیجانات منفی، افزایش تاب‌آوری افراد، توانمندسازی برای شناسایی آسیب‌های درون خانوادگی و مداخلات لازم‌مربی امور کردن آنهاست.»

فراگیر شدن شبکه‌های ارتباطی، تنوع و سهولت دسترسی و نیز عدم التزام به تعهدات حاکم بر روابط انسانی در ارتباطات مجازی، اقبال بیشتر خانواده‌ها به سمت این ارتباطات رادری داشته تا جایی که استفاده از فضای مجازی به شکلی آسیب‌زا جایگزین روابط و تعاملات زنده انسانی شده است

در خانواده نشان‌دهنده تعارضات حل نشده درون خانوادگی است. با این اوصاف می‌توان به این نکته نیز اشاره کرد که امروزه تنش‌ها و تعارضات در میان اعضای خانواده افزایش یافته است. این در حالی است که در گذشته بیشترین وفاق و اتحاد میان افراد یک خانواده وجود داشته است، به گونه‌ای که کوچک‌ترین تصمیم‌گیری‌ها در کانون خانواده اتخاذ می‌شد. پس در خانواده‌هایی که تعارضات بین والدین در آنها زیاد است به احتمال قوی نمی‌توانند رفتارهای مناسب اجتماعی را به فرزندان خود آموزش دهند، اما در مقابل با وجود روابط والدینی که به باز تعریف حد و مرزهای روابط اعضای پرازند، به حفظ و تداوم روابط سالم می‌انجامد.

ارتباطات مجازی جایگزین روابط انسانی

این روانشناس در ارتباط با نقش استفاده بیش از اندازه از شبکه‌های اجتماعی می‌گوید: «امروزه نمی‌توان از نقش بی‌بدیل استفاده از شبکه‌های اجتماعی در کاهش روابط میان اعضای خانواده غفلت کرد، چرا که فراگیر شدن شبکه‌های ارتباطی، تنوع و سهولت دسترسی و بدون ساختار بودن این فضاها و نیز عدم التزام به تعهدات حاکم بر روابط انسانی در ارتباطات مجازی، اقبال بیشتر خانواده‌ها به سمت این ارتباطات را در پی داشته تا جایی که استفاده از فضای مجازی به شکلی آسیب‌زا جایگزین روابط و تعاملات زنده انسانی شده است.»

همین امر امروزه بیشترین شکل از روابط بین اعضای خانواده و فاصله‌گیری بیشتر اعضا را موجب شده است. بهادری در پایان می‌گوید: «آنچه که در این میان برای مدیریت تعارضات مطرح شده و همین‌طور کاهش فاصله روانی خانواده ضروری است، امر غنی‌سازی ارتباطات و تبادل‌ات از طریق آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مساله، مدیریت هیجانات منفی، افزایش تاب‌آوری افراد، توانمندسازی برای شناسایی آسیب‌های درون خانوادگی و مداخلات لازم‌مربی امور کردن آنهاست.»

نیم نگاه

راهکارهایی برای ترک سیگار نوجوانان: گفت‌وگوی صادقانه محدود کردن دسترسی



اگر گروه دوستان و همسالان نوجوان سیگار کشیدن را کاری جالب بدانند، ممکن است فرد به مصرف آن روی آورد. آن‌ها تصور می‌کنند سیگار کشیدن نشانه جرات داشتن، بزرگ و متفاوت بودن است. برخی از نوجوانان نیز می‌خواهند با مصرف سیگار از دستورات بزرگ‌ترها تخطی کنند و اقتدار خود را نشان دهند. بر این اساس ترس، نگرانی، خشم و رفتار پر خاشاکانه از جمله واکنش‌هایی به شمار می‌آیند که ممکن است والدین به هنگام مشاهده فرزند خویش در حال سیگار کشیدن از خود نشان دهند. یک روانشناس در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران اظهار کرد: به کار بردن کلمات توهین‌آمیز و فریاد زدن نوجوان را برای ترک سیگار قانع نمی‌کند.

نسیم نجفی با بیان اینکه به کار بردن کلمات توهین‌آمیز و فریاد زدن نوجوان را برای ترک سیگار قانع نمی‌کند، افزود: سه‌مرحله «گفت‌وگو با نوجوان درباره پیامدهای سیگار کشیدن، محدود کردن دسترسی نوجوانان به سیگار، برقراری یک رابطه صادقانه با آن‌ها» در نحوه کمک کردن به نوجوانان برای ترک سیگار وجود دارد.

نجفی خاطر نشان کرد: در مرحله نخست باید با نوجوان درباره صدمات جسمانی و بیماری‌های ناشی از مصرف سیگار صحبت شود.

وی با بیان اینکه خودمحموری چالش مهمی است که در دوران نوجوانی توسط نوجوانان اتفاق می‌افتد، افزود: برخی از افراد در دوره نوجوانی بر این باورند که آسیب‌پذیر نیستند و دست به انجام رفتارهای پرخطر می‌زنند. نجفی گفت: صحبت کردن درباره صدمات جسمانی ناشی از سیگار کشیدن برای نوجوانانی که فکر می‌کنند هیچ خطری آن‌ها را تهدید نمی‌کند، تاثیر چندانی ندارد. این روانشناس تصریح کرد: در مرحله دوم باید توجه نوجوانان به سمت آسیب‌های روزی که زودتر رخ می‌دهند جلب شود که یکی از این آسیب‌ها، آسیب تحصیلی است. وی با بیان اینکه نوجوانانی که سیگار می‌کشند در کلاس درس تمرکز کافی ندارند، عنوان کرد: نوجوانان در زمانی که به مصرف سیگار احتیاج دارند، اگر سیگار نکشند، تمرکز خود را از دست می‌دهند. نجفی گفت: آن‌ها ممکن است این حالت را تحمل کنند و یا برای سیگار کشیدن از مدرسه خارج شوند. این افراد در دراز مدت بافت تحصیلی مواجه خواهند شد. وی افزود: باید به نوجوانان گفت که با مصرف سیگار در انجام فعالیت‌های ورزشی نیز دچار مشکل می‌شوند و ممکن است دیگر نتوانند از پس فعالیت‌هایی که همسالان‌شان به راحتی آنها را انجام می‌دهند، برآیند.

این روانشناس ادامه داد: پایداری که می‌تواند برای نوجوانان بازدارنده‌تر باشد این است که در باره آثار مخرب سیگار بر ظاهر و چهره آن‌ها صحبت کنیم، همچنین در مرحله بعد، یکی از بستگان و آشنایانی که سال‌های زیادی سیگار کشیده را به عنوان نمونه بارز به نوجوان معرفی و درباره او و مشکلات صحبت کنیم. همچنین می‌توانیم به نوجوان پیشنهاد دهیم که با آن فرد در خصوص عوارض سیگار کشیدن صحبت کنند.

عضو کمیسیون فرهنگی مجلس خبر داد پیشنهاد نمایندگان برای افزایش وام ازدواج

عضو کمیسیون فرهنگی مجلس از پیشنهاد نمایندگان برای افزایش وام ازدواج هر یک از زوجین به ۲۰ میلیون خبر داد. حجت‌الاسلام نصرالله پژمانفر در گفت‌وگو با تسنیم، با بیان اینکه دولت در بودجه سال ۹۸ وام ازدواج هر یک از زوج را مانند سال جاری ۱۵ میلیون در نظر گرفته است، گفت: برخی نمایندگان پیشنهاد افزایش وام ازدواج را مطرح کرده‌اند. وی افزود: با توجه به افزایش تورم و بالا رفتن قیمت‌ها، برخی از نمایندگان پیشنهاد افزایش وام ازدواج هر یک از زوج به ۲۰ میلیون را مطرح کرده‌اند که برای بررسی به کمیسیون تلفیق ارائه می‌شود تا درباره این پیشنهاد تصمیم‌گیری شود.

عضو کمیسیون فرهنگی مجلس با تاکید بر اینکه با بالا رفتن قیمت‌ها قطعاً وام ۱۵ میلیونی برای ازدواج کافی نیست، گفت: چندین هزار نفر در نوبت دریافت وام ازدواج هستند؛ از این رو با توجه به اینکه هزینه‌های معیشتی برای تامین نیازهای اولیه و اساسی آغاز زندگی بسیار بالاست، افزایش وام ازدواج می‌تواند عاملی برای تشویق جوانان به ازدواج و تشکیل خانواده باشد.



مخدر در راستای اجتماعی شدن مبارزه با است، آموزش و اطلاع‌رسانی گسترده، ایجاد امکانات درماتی در مراقبت‌های بعد از خروج معتادان از مراکز ترک اعتیاد و بازپروری و همکاری نزدیک خانواده‌ها با دست‌اندر کاران امر مبارزه با مواد مخدر، افزایش امکانات پیشگیری، تشدید تبلیغات دروغ‌راخورند. وی تاکید کرد: پررنگ شدن نقش مردم و مشارکت آنها در مبارزه با مواد مخدر بسیار مهم است. آموزش و اطلاع‌رسانی گسترده، ایجاد امکانات درماتی در مراقبت‌های بعد از خروج معتادان از مراکز ترک اعتیاد و بازپروری و همکاری نزدیک خانواده‌ها با دست‌اندر کاران امر مبارزه با مواد مخدر، افزایش امکانات پیشگیری، تشدید تبلیغات دروغ‌راخورند. وی تاکید کرد: پررنگ شدن نقش مردم و مشارکت آنها در مبارزه با مواد مخدر بسیار مهم است. آموزش و اطلاع‌رسانی گسترده، ایجاد امکانات درماتی در مراقبت‌های بعد از خروج معتادان از مراکز ترک اعتیاد و بازپروری و همکاری نزدیک خانواده‌ها با دست‌اندر کاران امر مبارزه با مواد مخدر، افزایش امکانات پیشگیری، تشدید تبلیغات دروغ‌راخورند. وی تاکید کرد: پررنگ شدن نقش مردم و مشارکت آنها در مبارزه با مواد مخدر بسیار مهم است.

مصرف مواد مخدر صنعتی در پی دارد مرگ‌های ناگهانی و شعله‌ور شدن بیماری‌های روانی

انواع مواد مخدر صنعتی و شیمیایی بسیار تخریب‌کننده هستند و تجربه یک‌بار مصرف این مواد باعث شعله‌ور شدن بیماری‌های روانی و مرگ‌های ناگهانی می‌شود. به گزارش ایستا، استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: اعتیاد نوعی بیماری مغزی مزمن، پیش‌رونده و عودکننده است که باعث می‌شود با وجود پی‌آمدهای ناگوار مصرف مواد، فرد معتاد باز هم برای به دست آوردن با مصرف مواد مخدر شیمیایی خود را به دردی برزند. احمد جلیلی اظهار کرد: اعتیاد از آن جهت بیماری محسوب می‌شود که مصرف مواد مخدر، ساختار مغز و نحوه فعالیت آن را تغییر می‌دهد. این روانپزشک توضیح داد: تغییراتی که بر صنعتی و روان‌گردان راحت‌ترین و نزدیک‌ترین راه برای به بیراهه کشاند نوجوانان و جوانان و ابتدای آنها به مرگ‌های ناگهانی و بیماری‌های روانی بوده است، ادامه داد: این هدف از سوی باندهای مافیایی و شبکه‌های هدفمند دنبال می‌شود. به گفته جلیلی، تغییر اسم و ظاهر مواد مخدر صنعتی و شیمیایی که از سوی شبکه‌های اجتماعی و مجازی منتشر می‌شود نباید باعث فریب جوانان شود، زیرا ریشه این مواد مخدر یکسان بوده و وجود مواد شیمیایی در این گونه مواد باعث بروز عکس‌العمل‌های غیرعادی و متفاوت می‌شود، لذا والدین باید با آگاهی از این مسایل، به فرزندان خود آموزش دهند تا فریب تبلیغات دروغ‌راخورند. وی تاکید کرد: پررنگ شدن نقش مردم و مشارکت آنها در مبارزه با مواد مخدر بسیار مهم است. آموزش و اطلاع‌رسانی گسترده، ایجاد امکانات درماتی در مراقبت‌های بعد از خروج معتادان از مراکز ترک اعتیاد و بازپروری و همکاری نزدیک خانواده‌ها با دست‌اندر کاران امر مبارزه با مواد مخدر، افزایش امکانات پیشگیری، تشدید تبلیغات دروغ‌راخورند. وی تاکید کرد: پررنگ شدن نقش مردم و مشارکت آنها در مبارزه با مواد مخدر بسیار مهم است.