آبگرمکن، یخچال، فریزر، اجاق گاز و اشیای بلند و بسیار سنگین باید با بست یا تسمه‌های مناسب به کف و دیوار منزل محکم شوند.

در راستای خدمت‌رسانی به زائران اربعین صورت می‌گیرد

آماده‌باش ۴۷۷ پایگاه امداد و نجات داخلی

دبیر کل جمعیت هلال احمر اعلام کرد: امسال در مجموع در ۴۷۷ پایگاه امداد و نجات در داخل کشور و ۴۰ پایگاه درمانی در داخل عراق، خدمات درمانی و امدادی لازم به زائران در اربعین ارایه می‌شود. مهندس محمود محمدی نسب با اشاره به این که پیاده‌روی اربعین سال‌هاست که با رونق بسیار انجام شده و مردم و مشتاقان بسیاری در این مراسم بزرگ شرکت می‌کنند، اظهار کرد: طبیعتا وظیفه دستگاه‌های مختلف است که در جهت تامین هر چه بیشتر امنیت و راحتی زائران تلاش کنند. وی افزود: خدمات امدادی لازم به زائران از جمله اسکان و تغذیه اضطراری و ارایه خدمات درمانی و با بکارگیری تیم‌های نجات، خودروهای نجات، آمبولانس بالگرد و تیم‌های درمانی مجهز و غیره انجام می‌شود که در این زمینه در مجموع امسال در جاده‌ها و سه استان مرزی داخل کشور، ۴۷۷ پایگاه خدمات لازم را به زائران ارایه خواهند داد.

عکس: نسیم اعتمادی / شهروند

«رحمت قاسمی» امدادگر و روانشناس در گفت‌وگو با «شهروند» از آسیب‌های روانی کودکان بعد از حوادث می‌گوید

معجزه‌ای به نام «بازی درمانی»

کودکان در شرایط بحران و پس از وقوع حوادث ناگوار بیش از هر زمان دیگری نیاز به بازی و تفریح دارند

عطیه کریمی | هرجای جهان که باشیم از حوادث طبیعی در امان نیستیم؛ هرروز اخبار حوادث از گوشه و کنار دنیا به گوشمان می‌رسد؛ سیل، زلزله و طوفان هراز گاهی جایی از کره زمین را زخمی می‌کند، بحران می‌آفریند و انسان‌های زیادی را درگیر می‌کند. در این میان بعضا عامل‌های انسانی نیز به این بحران‌ها می‌افزایند و خود منشأ وقوع بلایای غیرطبیعی می‌شوند. جنگ مهمترین و بزرگترین بلای انسان ساخته است. این حوادث هرساله باعث مرگ و میر و آسیب‌های جسمی و روانی هزاران انسان می‌شوند؛ در زمان کوتاهی اتفاق می‌افتند ولی تاثیری طولانی‌مدت بر زندگی افراد خواهند گذاشت. در میان اقشار مردم درگیر در حوادث، کودکان آسیب‌پذیرترین قشر هستند که واکنش‌های شدیدتری از خود بروز می‌دهند. سن کودکی گاه در مورد اشخاص زیر ۱۴ یا ۱۶ سال و در برخی موارد درباره اشخاص زیر ۱۸ سال استفاده می‌شود. اما بر طبق تعریف کنوانسیون حقوق کودک در سال ۱۹۸۹: «کودک، هر انسانی است که کمتر از ۱۸ سال دارد. مگر آنکه طبق قانون قابل اعتماد در مورد کودک سن قانونی کمتر تعیین شده باشد. حال این سوال مطرح می‌شود که این کودکان چه آسیب‌هایی می‌بینند؟ در حین حادثه چگونه باید با آنها رفتار کرد؟ در ماه‌ها و سال‌های بعد از حادثه چه شرایطی دارند و باید چگونه آنها را تحت کمک‌های حمایتی قرار داد تا استرس و شوک عاطفی وارد شده ترمیم شود؟ به همین بهانه با رحمت قاسمی، امدادگر هلال احمر و کارشناس ارشد روانشناسی که تجربه حضور در حوادث طبیعی بسیاری دارد، گفت‌وگویی انجام داده‌ایم که در ادامه می‌خوانید.

• در مورد آسیب‌های روانی که کودکان بعد از حوادثی مثل زلزله، سیل، جنگ و غیره می‌بینند، شما به عنوان امدادگر و روانشناس چه تجربه یا مطالعه‌ای در این موضوع دارید؟ کودکان در معرض چه آسیب‌هایی قرار دارند؟ اینگونه حوادث معمولا در سیستم روحی و روانی کودکان باقی می‌ماند یا بعد از مدتی اثرهای آن از بین می‌رود؟

کودکان چون شناختی از حوادث ندارند، وقتی حادثه‌ای یکباره برای آنها اتفاق می‌افتد، حالت شوک به آنها وارد می‌شود، این پرسش آنی برای آنها پیش می‌آید که این چیست، حالا من باید چه کار کنم، یا واکنش‌های آنی برای بدنشان و روحشان ایجاد می‌شود. معمولا کودکان سنین خیلی پایین‌تر، ناآگاهی و سردرگمی‌شان بر می‌گردد به واکنش‌های والدین که در اطراف آنها هستند و هیاهو می‌کنند. قطعا حوادثی مثل زلزله، سیل، طوفان، تصادف و جنگ، ترس و اضطراب را در کودکان و والدین که در چتر امنیتی آنها هستند ایجاد می‌کنند. اگر ما بتوانیم در قالب بازی‌های آموزشی و خانگی، بچه‌ها را نسبت به محیط‌هایی که در آن زندگی می‌کنند مثل مناطق کوهستانی یا کویری و به طور کلی مناطقی که حادثه خیزتر هستند از نظر زلزله، سیل و ... آموزش دهیم و آگاهشان کنیم، هنگام مواجه شدن با حوادث می‌توانند آگاهانه با آن برخورد کنند تا بتوانند جان خود و حتی خانواده را نجات دهند. مثلا وقتی زلزله می‌آید، والدین فریاد می‌زنند زلزله، کودک وقتی آگاهی داشته باشد می‌داند که الان این زلزله است پس باید یا فرار کند یا در جای امنی پناه بگیرد و خودش را در شرایطی قرار بدهد که ایمن باشد.

• پس یعنی سلامت روان والدین و واکنش‌هایی که نشان می‌دهند تاثیر زیادی بر روی کودک دارد؟

صددرصد. ما باید در درجه اول آگاهی و آموزش را به والدین بدهیم تا بتوانند به کودکان انتقال دهند. همچنین باید در مدارس ابتدایی و به خصوص مهد کودک‌ها که پایه اول حضور کودک در فضای‌های اجتماعی است، اطلاعات جامعی به کودک داده شود. در واقع سن آموزش را باید پایین‌تر بیاریم. بچه‌های کوچکتر نیز باید آگاهی و اطلاعات لازم را داشته باشند. به طور طبیعی آنها دچار ترس می‌شوند و از والدین نیز اضطراب و نگرانی به آنها منتقل می‌شود و نگرانی‌هایی برای آنها پیش می‌آید، ولی داشتن آگاهی‌های لازم آنها را برای خو گرفتن با شرایط این چنینی آماده می‌کند. بهترین کار این است که در مرحله اول به والدین آموزش‌هایی که منظور همان آموزش‌های قبل از بحران است را بدهیم و سپس به کودکانمان شناخت محیطی بدهیم. برای مثال اگر در جاده‌ای در حال حرکت هستیم و با سرعت زیاد رانندگی می‌کنیم، به کودک تذکر دهیم که این سرعت ممکن است به ما آسیب بزند و باعث تصادف شود. اگر این مسائل را برای کودک توضیح دهیم می‌تواند برایش بسیار مفید باشد. البته اینها آموزش‌های پیش از حادثه هستند.

> کودک با حادثه خو می‌گیرد و خودش را مقایسه می‌کند با همسایه‌ها یا دوستان و اطرافیانش یا از روی داستان‌هایی که از نقاط دیگر می‌شنود که مشابه این حادثه در آنجا اتفاق افتاده و این باعث می‌شود تا بتواند با حادثه پیش آمده خو بگیرد

• بعد از حادثه چطور؟ کودک چگونه می‌تواند با خرابی‌های بسیار و در موارد جدی‌تر، از دست دادن عزیزانش کنار بیاید؟

بعد از حادثه، کودک در یک شوکی قرار دارد و می‌بیند که خیلی چیزها در اطرافش از بین رفته و خراب شده است، ولی چیزی که آن لحظه ممکن است شرایط را برای کودک قابل تحمل کند و به اصطلاح حالت ایستایی ایجاد کند، میزان حوادثی است که در چشم کودک می‌آید. به طور مثال لحظه‌ای می‌بیند مادرش نیست، پدرش نیست، یا اینکه پدر و مادرش زنده هستند، اما خانه‌شان خراب شده، در آن لحظه ممکن است خراب شدن خانه را بپذیرد چون می‌بیند خانواده و عزیزانش زنده هستند. بنابراین باید در مرحله اول میزان آسیبی را که به کودک وارد شده است و میزان پذیرشی را که دارد برای خودمان در نظر بگیریم؛ اینکه کودک چه میزان توانایی پذیرش آسیب را دارد و می‌تواند با آن کنار بیاید و تا چه حد نتوانسته با حادثه کنار بیاید. با مشخص کردن میزان آسیب وارد شده می‌دانیم که چه مقدار باید به کودک حق بدهیم. کودکی که دچار بحران شده است، عصبی و رنجور است و از خود پرخاشگری نشان می‌دهد.

• کودکان در حین حادثه چه شرایطی دارند و باید با آنها چگونه برخورد کرد؟ بعد از چند ماه یا چند سال چه شرایطی ممکن است داشته باشند؟

نخستین مرحله، خوگیری است که اتفاق می‌افتد؛ کودک با حادثه خو می‌گیرد و خودش را مقایسه می‌کند با همسایه‌ها یا دوستان و اطرافیانش یا از روی داستان‌هایی که از نقاط دیگر می‌شنود که مشابه این حادثه در آنجا اتفاق افتاده و این باعث می‌شود تا بتواند با حادثه پیش آمده خو بگیرد. در این زمان می‌توان اقداماتی در زمینه ایمان درمانی و سختکوشی آنها انجام داد. کودک به مرور زمان سنش بالا می‌رود، آگاهی‌اش بیشتر می‌شود، در نتیجه پذیرفتن واقعه برایش آسان‌تر می‌شود. معمولا دو چیز در پروسه آموزشی بسیار به ما کمک می‌کند: یکی زمان و دیگری زبان است. زبانی که به کودک گفته می‌شود و زمانی که تداوم داشته باشد، قطعا این کودک پذیراتر می‌شود. هرچند حادثه در ذهنش خواهد ماند و فراموش نمی‌شود، اما می‌تواند بعد از حادثه مقابله خوبی داشته باشد. باید این ایمان در کودک تقویت شود که مثلا اگر خانه ما به شکل دیگری ساخته می‌شد پدر من زنده می‌ماند. پس من باید در آینده خانه خودم را بهتر بسازم. این همان ایمان است و همچنین این زمان است که کمک می‌کند یک تجربه تلخ را تبدیل کند به یک آزمون سخت‌تر و ایمان قوی‌تر که بتواند زندگی خودش را در آینده بهتر پیش ببرد.

• چه کسانی بهتر می‌توانند به کودکان آسیب‌دیده کمک کنند؟

این کودکان صددرصد باید مورد توجه و حمایت عاطفی و اجتماعی مردم و مسئولان باشند و ما بیشتر تاکیدمان به مردم است در واقع کسانی که اطراف بچه‌ها هستند. مثلا در حادثه کرمانشاه مشاهده کردیم که خود مردم کرمانشاه خیلی به همدیگر کمک می‌کردند. کمک و حمایت روانی زیادی نسبت به یکدیگر داشتند. حس همدردی و اعتمادی که به یکدیگر می‌دادند، خیلی به حفظ روحیه آنها کمک می‌کرد و این باعث می‌شد پذیرش بیشتری داشته باشند و خیلی راحت‌تر با حادثه کنار بیایند.

• اگر بخواهیم رده‌بندی سنی داشته باشیم، کودکان در چه سنی بیشترین آسیب را می‌بینند و این آسیب‌ها چگونه است؟ منظور بچه‌های کوچکتر پیش از دبستان یا بچه‌های دبستانی است؟

در گروه سنی پیش از دبستان به پروسه حمایتی خیلی بیشتر باید توجه داشته باشیم. معمولا بچه‌های دوره ابتدایی و دوره دوم ما پذیراتر می‌شوند، برای این است که می‌توانند احساسات و حالت‌های روحی خود را بروز دهند، ولی بچه‌های کوچکتر درون ریزتر هستند و این تبدیل به عقده یا اختلالات دیگر در آنها می‌شود. اختلالات اضطرابی ایجاد می‌کند یا پروسه فوبیا را برای آنها به وجود می‌آورد که دایم در حال ترس هستند و فوبیا دارند که هر لحظه برای زندگیشان چه اتفاقی پیش می‌آید. همچنین دچار وسواس می‌شوند. بنابراین بچه‌های کوچکتر باید بیشتر مورد حمایت قرار بگیرند. مثلا ما در هلال احمر یک پروژه را ایجاد کرده‌ایم با عنوان غنچه‌های امدادگر و اسمش را برای بازی گذاشته‌ایم جهش و پرش. بحث پرش فیزیکی و جهش ذهنی است. در این روش با استفاده از وسایل بازی مختلف، بچه‌ها را در شرایط سخت قرار می‌دهیم. کودکان در این شرایط می‌آموزند که در هنگام حادثه چگونه به خود و دیگران کمک کنند. در حقیقت با شیوه‌های بازی درمانی می‌توانیم بسیار به آنها کمک کنیم. چون بهترین گزینه برای کودکان بازی است.

• می‌توانیم بین آسیب‌هایی که کودکان در جنگ می‌بینند با آسیب‌هایی که در حوادث طبیعی می‌بینند تفکیک قایل شویم؟

آسیب‌هایی که در پروسه زلزله و حوادث طبیعی اتفاق می‌افتد با آسیب‌های جنگ تفاوت‌هایی دارد. چون در جنگ می‌گویند آدم‌ها حمله کردند ولی در زلزله می‌دانند که طبیعت باعثش بوده. کودک طبیعت را پذیراست ولی انسان را پذیرا نیست. پیش خودش فکر می‌کند که چرا آن آقا باید می‌آمد خانه ما را خراب می‌کرد یا پدر من را می‌کشت. آسیب‌های جنگ غیرقابل پذیرش است و ممکن است کودک انتقام‌گیر شود و بار روانی منفی برایش ایجاد شود. اما در پروسه طبیعت بچه قصد انتقام‌گیری ندارد و سعی می‌کند توانایی خود را در مقابل حوادث تقویت کند.

• اگر بخواهیم جمع بندی کلی داشته باشیم، چه مواردی را برای حمایت از کودکان پس از حوادث پیشنهاد می‌دهید؟

در مرحله اول والدین باید آموزش‌های لازم را ببینند، چون کودک به محض اینکه به دنیا می‌آید خواه ناخواه از بدو تولدش دچار حوادث مختلفی می‌شود، چه طبیعی و چه غیرطبیعی، که غیرطبیعی بودنش به دست بشر ساخته می‌شود و از خود والدینم هم شروع می‌شود. با شناخت و آگاهی که به دست می‌آورند می‌توانند مانع از آسیب‌های شدید برای خود و خانواد شوند. بهترین راه این است که فرآیند آموزش به خانواده را از مهد کودک‌ها و مدارس ابتدایی شروع کنیم. مثل کشورهای جنوب شرق آسیا که بسیار در زمینه آموزش‌های خانواده در مدارس تاکید دارند و کار می‌کنند زیرا والدین سفیران آرامش هستند برای کودکانشان. ما باید طرح یک، دو، سه را انجام دهیم؛ یک والدین، دو کودکان و سه مربیان. اگر بتوانیم آموزش‌های سلسله مراتب را بدهیم و شناخت کودکان را از شرایط محیطی بالا ببریم، به آنها کمک می‌کند که هم در قبل از حادثه و هم بعد از بحران خود را آماده کنند.

یادداشت

چطور با خشونت کودکان در بحران مواجه شویم؟

محمد مصباحی‌موحد - کارشناس ارشد روانشناسی | ایران جزو ۱۰ کشور بلاخیز دنیاست. حوادثی مانند سیل، زلزله، رانش زمین و آتش‌سوزی‌های گسترده از رویدادهایی هستند که هرساله منجر به مرگ‌ومیر و آسیب‌های جسمی و روانی هزاران انسان می‌شوند. این حوادث می‌توانند تنش روانی قابل توجهی برای بازماندگان ایجاد کنند، ازجمله این عوارض به آسیب‌های روانی می‌توان اشاره کرد که در کودکان به جا می‌ماند و آنها را از سلامت روان دور می‌کند.

خشونت علیه کودکان بعد از شرایط اضطراری و بحران‌ها افزایش می‌یابد و مشکلات ناشی از عدم‌دسترسی مناسب به نیازهای اولیه برای خانواده‌ها باعث تشدید آن می‌شود. با توجه به اینکه خانواده و مراقبان کودک ازجمله اصلی‌ترین مرتکبان خشونت علیه کودکان در این شرایط هستند، توجه به این موضوع در مداخلات بشردوستانه می‌تواند به کاهش خشونت کمک کند. ایران کشوری پرحادثه بوده که همه ساله بلایای طبیعی مختلفی در آن رخ می‌دهد، با این حال تاکنون در این خصوص تحقیقی صورت نگرفته است. خشونت علیه کودکان به‌عنوان یکی از معضلات مربوط به کودکان بعد از زلزله افزایش می‌یابد و مشکلات ناشی از عدم‌دسترسی مناسب به نیازهای اولیه برای خانواده‌ها باعث تشدید آن می‌شود. با توجه به اینکه خانواده و مراقبان کودک ازجمله اصلی‌ترین مرتکبان خشونت علیه کودکان در این شرایط هستند، توجه به این موضوع در مداخلات بشردوستانه می‌تواند به کاهش خشونت کمک کند. تقریبا اکثر مطالعات در زمینه خشونت علیه کودکان بیان می‌کنند که بعد از بلایا، کودکان شاهد خشونت‌های اعضای خانواده هستند و این هم به‌نوعی خشونت روانی برای آنان به حساب می‌آید. اغلب خانواده‌هایی که در بلایای طبیعی مورد آسیب قرار گرفته‌اند، به‌ویژه افرادی که در شرایط اقتصادی - اجتماعی پایین‌تری قرار دارند، زیر فشارهای اقتصادی و اجتماعی به‌ویژه غذا و سرپناه، خشونت بیشتری در خانواده به‌ویژه در مورد کودکان داشته‌اند. واقعیت‌هایی که نباید از نظر دور داشت این است که کودک از طریق مواجهه با فناوری‌های تصویری خشونت‌بار، بیشتر از سایر منابع در معرض خشونت قرار می‌گیرد.

در مرتبه دوم، کودک با خشونت‌هایی که در محله یا مدرسه وجود دارد، مواجه می‌شود. بین سه متغیر مرتبط با والدین، میانگین متغیر استرس بیشتر از دو متغیر دیگر است و در مرتبه بعد افسردگی قرار دارد. به عبارتی می‌توان گفت والدین کودکان در زندگی خود استرس را به میزان بیشتری تجربه کرده‌اند و در مرتبه بعد تجربه افسردگی قرار دارد. کودکان والدینی که استرس بیشتری داشته‌اند، با خشونت بیشتری مواجه بوده‌اند. در خانواده‌هایی که والدین با افسردگی، اضطراب و استرس بیشتری مواجه بوده‌اند، کودکان به میزان بیشتری در خشونت والدین درگیر شده‌اند. والدینی که افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند، فرزندان آنها بیشتر در معرض خشونت پدر علیه مادر هستند. والدینی که افسردگی و اضطراب بیشتری را تجربه می‌کنند، دارای فرزندانی هستند که در مواجهه بیشتری با مشاجره والدین هستند. والدینی که استرس و اضطراب بیشتری را تجربه می‌کنند، فرزندان آنها در مواجهه بیشتری با انواع خشونت هستند.

تاثیر اضطراب والدین بر مواجهه کودک با انواع خشونت، بیشتر از تاثیر متغیر استرس است، بنابراین باید گفت بلایا موجب تشدید خشونت علیه کودکان می‌شود. شناسایی خشونت و بررسی ریشه‌های آن باعث می‌شود در طراحی مداخلات امدادی و حمایت‌های روانی اجتماعی پس از بلایا، به این موضوع توجه ویژه شده و در تمامی مراحل، از آمادگی برای بلایا (قبل از وقوع)، در حین بلایا و مرحله بازگشت به شرایط عادی، در سیاست‌ها این موارد جاری و ساری شود که با انجام مطالعاتی از این قبیل می‌توان گام‌هایی موثر در راستای امدادرسانی روحی و روانی هرچه بهتر در موقع مناسب به کودکان برداشت و آنها را از تهدیدهای احتمالی آینده رها ساخت.

آگهی مزایده عمومی

شرکت سرمایه‌گذاری هلال احمر ایران
شماره ثبت ۲۸۸۵۲۲

شرکت سرمایه‌گذاری هلال احمر ایران درنظر دارد نسبت به واگذاری تعدادی از واحدهای تجاری و پارکینگ طبقاتی پروژه تندیس خود واقع در شهرستان شیراز، با موقعیت عالی از طریق مزایده به صورت یکجا و یا موردی اقدام نماید. لذا بدینوسیله از کلیه متقاضیان دعوت می‌شود در صورت تمایل جهت شرکت در مزایده فوق‌الذکر حداکثر ظرف مدت ۵ روز از تاریخ چاپ آگهی جهت دریافت اسناد مزایده با دردست داشتن فیش واریزی به مبلغ ۱,۰۰۰,۰۰۰ ریال به حساب جاری ۱-۵۰۶۰۷۰۰۰-۸۳۴-۱۶۲ بانک اقتصاد نوین شعبه خیابان مطهری (کد ۱۶۲) به نام این شرکت، به نشانی: تهران خیابان شهید دکتر بهشتی، خیابان قائم‌مقام فراهانی، کوچه شهید میرزاحسنی، پلاک ۱۶، ساختمان هلال، واحد دبیرخانه شرکت سرمایه‌گذاری هلال احمر ایران مراجعه و یا جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۱۱ - ۸۸۷۰۱۰۱۰ تماس حاصل نمایند.

• ضمناً ارائه معرفینامه برای اشخاص حقوقی جهت دریافت اسناد مزایده الزامی می‌باشد.
• هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مزایده می‌باشد و شرکت سرمایه‌گذاری هلال احمر ایران در رد یا قبول هریک از پیشنهادها مختار است.

شرکت سرمایه‌گذاری هلال احمر ایران