

در صفحه ۱۲ بخوانید...

از سردلتنگی... | گاوّه گوهرین

اولین پول | معجید مظفری

ایده آلم جامعه اخلاقی است | علی بیگدلی

... و ...



جابر مُستوفی: یکی از قدم‌هایی که به صورت تجربی در عرصه ترغیب ذهنی مردم نسبت به فعالیت‌های داوطلبانه و خیرخواهانه و جلب توجه آنها نسبت به این امر انجام شده است، برجسته کردن نیازهای اولیه‌ای است که مددکاران ما از آن بی‌بهره‌اند. **الله معتقدی:** کاری که ما در این عرصه کردیم را می‌توان همذات‌پنداری نامید؛ ما از طریق همانندسازی مردم را متوجه این قضیه می‌کنیم که سالمندی دوره‌ای است که همه ما انسان‌ها به ناچار تجربه‌اش می‌کنیم و راه گریزی از آن نیست. **زهره واحدی:** کسی که نقاشی بلد است و به بچه‌های بی‌بضاعت نقاشی کردن یاد می‌دهد تأثیر بسزایی در زندگی بچه‌ها می‌گذارد چون نقاشی کردن یکی از راه‌هایی است که می‌تواند هیجانات بچه‌ها را تخلیه کند. **پرویز روزبانی:** موسسات خیریه و افراد خیر باید توجه کنند که اگر کارشان مثبت و مورد تأیید مردم باشد طبیعتاً مردم هم جلب می‌شوند و اگر روزی احساس کنند که تنها شده‌اند باید بگردند و دلیل آن را پیدا کنند و ببینند چه شده که مردم کمتر کمک می‌کنند. باید کار درست انجام بدهند، افراد خیر محله را جمع کنند، با آنها صحبت کنند و نظرات آنها را بگیرند

جستاری در فرهنگ کار خیر و امور داوطلبانه

به عمل کار بر آید...



عکس: امیر جدیدی / شهر روز

گفت‌وگو با حامد محمدی کنگرانی، عضو کمیته روان‌درمانی و کمیته رسانه انجمن روانپزشکان

عملگرایی مثبت و هدفمند زمینه‌ساز کار داوطلبانه

افراد که در عملیات داوطلبانه شرکت می‌کنند، تا حدودی باید خود محور بوده و اعتماد به نفس داشته باشند. اصلاً برخی افراد برای به‌دست آوردن اعتماد به نفس در عملیات داوطلبانه شرکت می‌کنند که نوعی مکانیزم دفاعی است، یعنی نوع دوستی که فرد با انجام آن، ارضاء می‌شود...



به مردم مسئولیت بدهیم

پرویز روزبانی | روانشناس

باشند و به حرف و توصیه‌های آنها توجه کنند. مردم را بیاورند و وارد سیستم کارشان کنند و به آنها مسئولیت بدهند. فقط در مسائل مالی از آنها کمک نخواهند بلکه در تصمیم‌گیری‌ها و انواع کار خیر نظر آنها را بخواهند. از کسانی که مدیر خوبی هستند و تجربه و توصیه‌های خوبی دارند، استفاده کنند.

ما هنوز در زمینه کار خیر اول کار هستیم. الگوهای خوبی مثل حضرت علی(ع) داریم، خوب است توجه کنیم که ایشان چطور کمک می‌کرد که وقتی ضرت خوردند تازه به مردم فهمیدند به چه کسانی کمک می‌کرد. این خیلی مهم است.

بنابراین باید تلاش کنیم که اسرار مردم را فاش نکنیم و اعتماد آنها را جلب و حفظ کنیم. بعد از کار خودمان آنها را شرکت دهم و این بهترین روش و کردار است. بعضی‌ها به خاطر معروف شدن می‌آیند کمک می‌کنند، البته این برای تبلیغ بد نیست که بتوانیم مردم را ترغیب به کار خیر کنیم. مثلاً چند نفر که مدرسه ساخته‌اند بیاوریم برای تشویق دیگران به کار خیر زیرا شده‌اند باید بگردند و دلیل آن را پیدا کنند و ببینند چه شده که مردم کمتر کمک می‌کنند. باید کار درست انجام بدهند، افراد خیر محله را جمع کنند، با آنها صحبت کنند و نظرات آنها را بگیرند، خودشان هم انتقادپذیر

جایش به ۵ نفر کمک کردم. او با این کار و این توجیه سر خودش را دارد کلاه می‌گذارد. البته کمک کردن به مردم و کار خیر خود به خود در فرد احساس رضایت ایجاد می‌کند، اعتماد به نفس او را بالا می‌برد و احساس می‌کند کاری را می‌کند که دستور خداست و دل کسی را شاد می‌کند. اهمیت این مسأله از نظر روانشناسی در این است که وقتی فرد احساس رضایت و اعتماد به نفس داشته باشد و در طرف مقابل یعنی کمک گیرنده هم این احساس را ایجاد کند دیگر ما در جامعه دروغ نمی‌بینیم. چیزی که باعث این احساس می‌شود کار مثبت است. موسسات خیریه و افراد خیر باید توجه کنند که اگر کارشان مثبت و مورد تأیید مردم باشد طبیعتاً روزی احساس کنند که تنها شده‌اند باید بگردند و دلیل آن را پیدا کنند و ببینند چه شده که مردم کمتر کمک می‌کنند. باید کار درست انجام بدهند، افراد خیر محله را جمع کنند، با آنها صحبت کنند و نظرات آنها را بگیرند، خودشان هم انتقادپذیر

ما هنوز در زمینه کار خیر اول کار هستیم. الگوهای خوبی مثل حضرت علی(ع) داریم، خوب است توجه کنیم که ایشان چطور کمک می‌کرد که وقتی ضرت خوردند تازه مردم فهمیدند به چه کسانی کمک می‌کرد. این خیلی مهم است. بنابراین باید تلاش کنیم که اسرار مردم را فاش نکنیم و اعتماد آنها را جلب و حفظ کنیم

دوامی کند، این در حالی است که بعضی وقت‌ها همین کمک‌ها طوری صورت می‌گیرد که تمام اهالی محل متوجه می‌شوند. اگر کمک‌ها طوری باشد که کسی متوجه نشوند و عزت نفس فرد کمک‌گیرنده و اعتماد به نفس او حفظ شود، دیگر افراد دست به گدایی نمی‌زنند و این مسأله خیلی مهم است چرا که یک نفر وقتی یکبار گدایی کند دیگر عادت می‌کند. پس قبل از این که اتفاقی بیفتد و کسی متوجه کمک‌گیری شود، اگر طوری کمک کنیم که اراده، ذات و شخصیت کمک‌گیرنده را حفظ کنیم این خود بهترین کمک است. از طرف دیگر توجه کنیم که کمک باید طوری باشد که رفیع نیاز کند نه این که فقط به این قصد صورت گیرد که خودمان احساس خوبی داشته باشیم. این رفتاری است که خیلی از کاسب‌کارها

برای این کار خیر در جامعه دینی ما بر کسی پوشیده نیست. اگر به توضیحات و دستورات دین توجه و آنها را رعایت کنیم و ما از سخنان بزرگان دینی مانماند پیامبر و امامان را به یاد بیآوریم اهمیت این ماجرا برایمان بیشتر مشخص می‌شود. رفتن به مکه و به جا آوردن حج برای ما ارزش و اعتبار زیادی دارد و این‌جا اهمیت کمک به همنوع معلوم می‌شود که می‌گویند باید از احوال مردمان چند کوزه بالاتر و پایین‌تر از خودتان با خبر باشید و نزدیک خانه‌تان بررسی کنید که اگر نیازی دارند به آنها کمک کنید که این مسأله واجب‌تر از حج است. اهمیت این مسأله که بگذریم به شیوه‌های کمک و ترغیب مردم به کمک به افراد مستمند و نیازمندی می‌رسیم. اول این است که باید افراد نیازمند را پیدا کنید. یکی از وظایف مساجد محلات این است که مردم بتوانند راحت‌تر از اوضاع هم با خبر شوند و این وظیفه را بعضی از انجمن‌های خیریه هم ایفا می‌کنند. مسأله دوم پس از تشخیص نیازمندان این است که چطور کمک کنیم که به شخصیت طرف بر نخورد و عزت نفس او خدشه‌دار نشود. بعضی‌ها که از موسسات و نهادهای دولتی و مردم‌نهاد خیریه کمک می‌گیرند به دلیل شیوه کمک ناراضی‌اند. اولین رضایتی به دلیل مقدار کمک است که گاه خیلی کم است و کمتر دردی از آنها

جامعه و خانواده؛ عوامل اصلی انجام کار خیر

علیر ضاسالک | روانشناس

کمک به دیگران برایشان نه به‌عنوان یک اصلی اخلاقی و زیستی که به‌عنوان امری اجباری موردنظر قرار می‌گیرد. به این ترتیب چنانچه بخواهیم عوامل روانی لازم برای انجام کارهای خیر و داوطلبانه را مورد بررسی قرار دهیم، باید به ۲ عامل اصلی تأکید کنیم. نخستین عامل، آموزش‌های خانوادگی و در مدارس است و عامل دوم هم وضع اجتماعی مناسب است. وضعیتی که در ایجاد آن، هم تک‌تک شهروندان یک جامعه و هم مسئولان امر مقصرند و به همین دلیل نیز باید بسیار بر آن تأکید کرد. در نهایت باید گفت چنانچه این دو عامل رعایت شود، افراد از جهت روانی به موقعیتی دست می‌یابند که برای انجام کارهای خیر و داوطلبانه آمادگی لازم را به دست آورده و به راحتی دست‌به‌چنین فعالیت‌هایی می‌زنند.

آموزش و زندگی خانوادگی و فردی است. افرادی که به‌راحتی به دیگران کمک می‌کنند و در حقیقت زندگی دیگران برایشان با اهمیت است، دارای شخصیتی هستند که در گام نخست این شخصیت در خانواده شکل گرفته‌است. زمانی که فرد از کودکی توسط پدر و مادرش به کمک به همسن و سالانش تشویق شود، زمانی که او را از خودخواهی بر حذر دارند و به او زندگی درست و اصولی با دیگران را آموزش دهند، بدون شک چنین شخصیتی زمانی که در جامعه قرار می‌گیرد، به‌راحتی برای کمک به دیگران داوطلب می‌شود. چراکه چنین امری از کودکی درورش نهادینه‌شده و برای انجام آن آموزش‌های لازم را دیده‌است. حال آن‌که بسیاری از افرادی که دارای چنین خصوصیت اخلاقی نیستند،

نداشته‌باشند، نمی‌توان انتظار داشت که فرد به سمت انجام کارهای خیر رود. چرا که شرایط نامناسب روانی عاملی شده‌است که روان فرد نیز درگیر شرایط دشواری شود و نتواند به دلیل مشکلات اجتماعی که با آن درگیر است، بخشی از زندگی و فکر خود را به انجام ایگوئنه کارها اختصاص دهد. در این میان اما باید به چرایی و شرایطی که فرد در آن به سمت انجام کارهای خیر و داوطلبی تشویق می‌شود، تأکید کرد و آن هم چیزی نیست جز سیستم اجتماعی مناسب. زمانی که عدالت اجتماعی، شرایط شکوفایی استعدادها، اخلاقمنداری و... در جامعه‌ای وجود داشته باشد، افراد آن جامعه برای انجام کار ترغیب می‌شوند. اما بخش دیگری که به‌اندازه بعد اجتماعی در این زمینه دارای اهمیت است، همانا بحث

کار خیر و داوطلبانه نه تنها دارای ابعاد گسترده اجتماعی است، بلکه انجام فعالیت داوطلبی ویژگی‌های روانی خاص خود را می‌طلبد. ممکن است فردی در جامعه‌ای زندگی کند که در آن کار خیر به‌عنوان یکی از اصلی‌ترین مولفه‌های زیست اجتماعی مورد پذیرش باشد و همچنین از تمامی افراد جامعه نیز این توقع برود که در کارهای خیر و داوطلبانه حضور به هم رسانند، در چنین جامعه‌ای اما چنانچه فرد به صورت ذاتی خواستار حرکت به سمت انجام چنین کارهایی نباشد، نمی‌توان انتظار داشت که به‌سمت کارهای داوطلبی حرکت کند. با این وجود اما شرایط اجتماعی و روانی انجام کار خیر، بیش از پیش باید یکدیگر گره خورده‌اند و تا زمانی که شرایط اجتماعی مناسب برای زیست فرد وجود

یادداشت

اطلاخ رسانی و گسترش فعالیت داوطلبانه

زهره واحدی | روانشناس

مردم این روزها گرفتاری‌های خاص خودشان را دارند. از مشکلات اقتصادی حرف می‌زنند و این که فرصتی برای انجام کار خیر ندارند. البته همه اینها پنهان است برای این که آدم‌ها بخواهند شرکت‌کنند در کارهای عام‌المنفعه را توجیه کنند.

همه ما خوب می‌دانیم که تمام ۲۴ ساعت کار نمی‌کنیم و اگر مشکلات اقتصادی را بهانه کمک نکردن می‌کنیم، خوب می‌دانیم کارهایی هستند که به‌صورت معنوی می‌توانند از آدم‌های نیازمند دستگیری کند و هیچ هزینه مادی هم ندارد. اما این که چطور می‌توان مردم را تشویق کرد تا به سمت کارهای داوطلبانه پیش روند از نظر من تبلیغات درست و آگاهی‌رسانی است. افرادی که یکبار طعم کمک به دیگران را می‌چشند، دیگر نمی‌توانند از این کار دل بکنند. آمارها هم این مسأله را تأیید می‌کند. دل‌کنند از کارهای معنوی برای کسانی که طعم خوب و دلنشین کمک کردن به دیگران را درک کرده‌اند، سخت است.

قدم اول تشویق مردم برای رفتن به سمت کارهای خیر مهم‌ترین و کلیدی‌ترین کاری است که برای کارهای داوطلبانه عام‌المنفعه می‌توان انجام داد. حضور هنرمندان و ورزشکاران و کسانی که الگوی مردم هستند هم در این میان نقش بسزایی دارند. آنها می‌توانند روی افراد جامعه تأثیر بگذارند و مسیر درست را به آنها نشان دهند. این افراد باید بیشتر در این کارها حضور داشته‌باشند تا مردم را هم به کارهای خیر تشویق کنند

این تشویق البته نباید تنها در مورد افراد بزرگسال صورت بگیرد. اگر به مناسبت‌های مختلف افرادی که در کارهای خیر شرکت داشتند به مدارس بروند و از تجربیات و احساس خوب خود بگویند قطعاً می‌توانند در ضمیر این بچه‌ها تأثیر بگذارند و آنها را برای آینده آماده کنند.

خیلی‌ها را می‌شناسم که با تخصص‌های خود وارد مراکز مختلف می‌شوند و کارهایی انجام می‌دهند که صبر برابر اقدامات مادی اهمیت دارد.

کسی که نقاشی بلد است و به بچه‌های بی‌بضاعت نقاشی کردن یاد می‌دهد تأثیر بسزایی در زندگی بچه‌ها می‌گذارد چون نقاشی کردن یکی از راه‌هایی است که می‌تواند هیجانات بچه‌ها را تخلیه کند. اگر تمام این موضوعات برای مردم باز شود و این نگاه مادی‌گرا که در همه مراحل زندگی با ما است از بین برود، قطعاً تحول بزرگی در کارهای عام‌المنفعه به وجود می‌آید. خیلی‌ها هستند که نمی‌دانند تخصص‌هایشان تا چه اندازه در جامعه و برای کمک به دیگران کاربردی است. اگر اطلاع‌رسانی و تبلیغ درست در این زمینه صورت بگیرد، کارهای داوطلبانه گسترش پیدا می‌کند و از طرفی دیگر نسلی که در آینده قرار است زمام امور کشور را در دست بگیرد، نگاه مثبت‌تر و روشن‌تری نسبت به کارهای داوطلبانه دارد و در آینده‌ای نه‌چندان دور می‌تواند زمینه‌های گسترش چنین فعالیت‌هایی را فراهم کند.

برای همین قدم اول تشویق مردم برای رفتن به سمت کارهای خیر مهم‌ترین و کلیدی‌ترین کاری است که برای گسترش کارهای داوطلبانه و عام‌المنفعه می‌توان انجام داد. حضور هنرمندان و ورزشکاران و کسانی که الگوی مردم هستند هم در این میان نقش بسزایی دارند. آنها می‌توانند روی افراد جامعه تأثیر بگذارند و مسیر درست را به آنها نشان دهند. این افراد باید بیشتر در این کارها حضور داشته‌باشند تا مردم را هم به کارهای خیر تشویق کنند.