گزارش

تنهاتر شده‌ایم

زهره واحدی
روانشناس

یکی از معضلات اصلی که این روزها جامعه ما را درگیر خود کرده‌است، بحث استفاده از موبایل و شبکه‌های موبایلی و تبعاتی است که این امر می‌تواند داشته باشد. شاید باید ریشه این مورد را به زمانی مربوط دانست که این وسیله به ایران آمد و آمدنش درحالی بود که مردم آمادگی استفاده از چنین فضا و وسایلی را نداشتند. این آمادگی پیش از هر چیز باید با آموزش‌های درست همراه می‌شد و این که این وسایل چه معایب و مزایایی دارند. حال آن‌که مانند بسیاری دیگر از امکاناتی که وارد ایران شد، نتوانست فرهنگ استفاده مناسبی یابد. بعدها با گسترش شبکه ارتباطات، به خصوص در سال‌های اخیر، این وسیله بیش از پیش مورد استفاده قرار گرفت و بعضا شاهد استفاده بی‌رویه از آن هستیم. عنصر اصلی اما در عدم وجود همان آگاهی است که از آن نام بردم. به این معنا که افراد هنگام استفاده از وسیله ای، آموزش و آگاهی لازم را داشته باشند. درحال حاضر می‌بینیم استفاده از موبایل و تمامی شبکه‌های موبایلی در سنینی بسیار رایج است که درست و منطقی نیست و از این رو شاید باید گفت تبعات منفی آن بسیار بیشتر از تبعات مثبتاش بوده است. وقتی کودکی از ۶ یا ۷ سالگی با چنین فضایی آشنا می‌شود، دوست‌های مجازی پیدا می‌کند و زندگی دیگری خارج از زندگی واقعی‌اش را تجربه می‌کند و به راحتی می‌تواند در معرض بسیاری از آسیب‌ها قرار گیرد. آسیب‌هایی که در کنار دور شدن از خانواده و صحبت نکردن با پدر و مادر، خود را چند برابر نشان می‌دهند. هرچند فواید وسایل ارتباطی جدید بر هیچ‌کس پوشیده نیست، اما در کنار آن سوء‌استفاده‌هایی انجام می‌شود که می‌تواند تبعات وحشتناکی به همراه داشته باشد که یکی از نمونه‌های آن را بیش از هر چیز در زندگی زناشویی می‌بینیم که گاه همسران را دچار چالش‌های بزرگی می‌کند. من در میان مراجعانم بسیار با چنین مواردی برخورد داشتم که بی‌اعتمادی، سوءتفاهم، غرض‌ورزی نزدیکان و... توانسته یک زندگی را از هم بپاشاند و دلیل آن هم این است که نحوه مصرف درست آموزش داده نشده و هنوز بسیاری به این درک نرسیده‌اند که این وسیله کاملا شخصی است و باید حریم این مسأله را حفظ کنیم و افراد دیگر با ارتباطات نادرست خود باعث ایجاد چنین بی‌اعتمادی‌هایی در طرف مقابل می‌شوند. اما نکته دیگری که اثر سوءاستفاده از چنین وسیله‌ای است، افزایش فردگرایی است. این که دیگر افراد فقط به فکر خود هستند. البته این امر ریشه در روان هر فرد دارد. در حقیقت گرایش به فضاهای اینچنین مجازی به دلیل فرار از تنهایی و واقعیت‌هایی است که در دنیای واقعی وجود دارد.

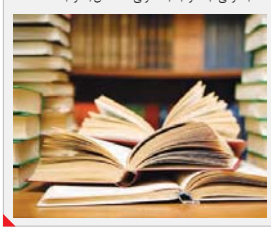
در این فضا می‌شود هرچیزی را ارایه داد و فرصت مانور بالایی دارد. اما این تنهایی باعث می‌شود فرد از ارتباطات منطقی جدا شود و علت اساسی این که این فضاها در سال‌های اخیر رشد پیدا کرده این است که افراد بسیار تنها هستند. برای مثال چه دلیلی وجود دارد که یک آقا بیاید خود را خانم معرفی کند و در گروهی زنانه عضو شود؟ ریشه‌های روانی این امر بسیار زیاد است. زمانی که فرد به این وسایل وابسته می‌شود، از دوستانش فاصله می‌گیرد، باید بدانیم که ما در قرن ۲۱ نه‌تنها از تنهایی جدا نشدیم که هر روز تنهاتر شدیم. زندگی اجتماعی ما به صورت رو در رو نیست و دیگر شبکه‌های موبایلی، راه ارتباطی ما با جهان شده‌اند. پدر و مادرها هم در این تغییر تأثیر داشته‌اند. موبایل را به دست فرزندانشان می‌دهند، بچه را ساکت می‌کنند تا خودشان به کارهای شخصی خود بپردازند و کودکی که چاپی برای بازی ندارد، به بیرون نمی‌برندش و در آپارتمان نمی‌تواند بدود، می‌نشیند پای موبایل. دوستان مجازی پیدا می‌کند و وقت خود را با آنها سپری می‌کند. بچه‌ها از جایگاه خود فاصله گرفته‌اند. بچه‌های امروزی همگی دچار عدم تحرک‌اند و حتی تغذیه مناسب هم ندارند. برخی پدر و مادرها صبح‌ها حتی صبحانه هم آماده نمی‌کنند و به بچه کیک آماده می‌دهند. این است که کودکان جدید بسیار چاق‌اند و در خود فرو رفته‌اند. عدم وجود این آموزش صحیح باعث شده تا پدر و مادرها هم مدام در فضای مجازی باشند. چنین افرادی قطعا نمی‌توانند کودکان سالمی تربیت کنند. چرا که این تنهایی را از سنین کودکی آموزش می‌دهند در صورتی که باید خانواده و در جمع بودن را آموزش دهیم. راهکار هم بدون‌شک آموزش درست و فرهنگ‌سازی است. خانواده‌ها باید در سنین کم برای بچه‌ها کتاب بخرند. رسانه‌ها به صورت کلی باید عواقب و چشم‌انداز چنین مصرف بی‌رویه از فضای مجازی را نشان دهند. اگر چنین پیش برویم، در آینده خانواده‌های از هم گسسته‌ای خواهیم داشت که بیماری‌های روانی گسترده، تنهایی و وابسته به تکنولوژی و... از جمله نتایج آن خواهد بود. درحال حاضر در بعضی از کشورها خانه به خانه، مددکارانی این امر را آموزش می‌دهند و در صددند تا بیاموزند که خانواده ریشه ما است و بدون آن امکان زیست درست را نخواهیم داشت. اکنون اما پرخاشگری از سنین کم آغاز شده و این یعنی روش‌های تربیتی ما دچار مشکل است. کودک تخلیه انرژی نمی‌کند. تغذیه‌اش نامناسب است و تمام مدت نشسته و زل زده به صفحه موبایلش. در حقیقت فرهنگ نادرست در تمام وجوه شکل گرفته و این درحالی است که بسیاری از کشورهای اروپایی خانواده گسسته را سال‌ها پیش تجربه کرده‌اند و دانستند که اشتباه است و مشغول برگشتن هستند و حالا ما در جایگاه سال‌ها پیش آنها قرار داریم و فکر می‌کنیم جدا شدن از خانواده ارزش است چرا که ما هرگز از تجربیات دیگران استفاده نکرده و نمی‌کنیم.

نگاه

از این راه نشد؛ از آن راه...

ابراهیم عمران
روزنامه‌نگار

... «چگونه کودکمان شیک‌پوش شود؟» با ارسال عدد فلان به شماره فلان و با قیمت سی و پنج تومان به این دانستن آگاه شوید! یکی از دم دست‌ترین پیامک‌هایی که هرروز به گوشی‌هایمان ارسال می‌شود. در این نوع ارسال کردن‌ها لاجرم، فاعلان آن به دنبال کسب سود ودر آمد هستند و برایشان تفاوتی نمی‌کند که چه می‌فرستند و نیک آگاهند از جمعیت میلیونی «گوشی بازها» هستند کسانی که در پی این موارد روزمره بروند و بدانند که چه باید انجام دهند. دست بر قضا زمانی که این چند خط نوشته می شود ، پیام دیگری آمد مبنی بر اینکه ریزه‌کاری‌های شست‌وشو ونکات خانه‌داری چیست؟! در اپامی هستیم که «گاه کتاب» شده و قرار است در «نمایش» آن شرکت کنیم و اگر بعد از صرف «ساندویچ» وقتی شد و«اشانتیون» گرفتن‌مان به پایان رسید ، کتابی هم بخریم و «پز» رفتن به چنین مناسبتی را هم بدهیم . فارغ از اینکه اگر پیمان برنخورد ؛ آن کتاب را تا پایان سال نخواهیم خواند! این یک وجه داستان است که بی‌مقدمه نوشته شد و موخره در ابتدا آمد... اما وقتی چنین امکان ارتباطی (پیامک) موجود است چرا بانیان آن در عرصه فرهنگ و هنر استفاده درستی از آن نمی‌برند؟ و در این مدت به تبلیغ اصولی نمی‌پردازند؟ مگر نه این است که سرازیر کردن حجم زیادی از تبلیغ در یک موضوع خاص ،«شرطی شدن» را به قول روانشناسان، حاصل می کند؟ پس چه می‌شود از خیل موبایل‌داران استفاده کاراتری کرد و حمل بر این گذاشت که شاید «زد و گرفت» و عده‌ای کتاب‌خوان شدند؟ وقتی با سمینار و نشست و همانديشی نتوان کاری انجام داد ؛ در پی ساده انگاری رفتن موضوع ،می‌تواند در برخی موارد جواگوو باشد. هرچند شاید در نگاه برخی این گونه نگرستن به موضوع کتاب‌خوانی ، به صواب نباشد ولی امتحانش به ثواب است.



داستانک

خندید تا اشکش را نبینند

علی نامجو | پسرک کوتاه قامت بیشتر شبیه نوجوانی روس بود. آن‌قدر ریزمیزه بود که سنش را به سختی می‌شد بیشتر از چهارده‌سال دانست. جنب‌وجوش زیادی داشت و همه جا دیده می‌شد. بلوک‌های سیمانی موسوم به «لیکا» را در هر دستش دوتا دوتا می‌گرفت و به طبقه پنجم ساختمان می‌برد. آن روز بالابر خراب شده بود و کارگران مجبور بودند با دست مصالح را به طبقات برسانند. هنوز پله‌های ساختمان تکمیل نشده بود و کارگران می‌بایست از پاکوفته‌های موقتی که در راه پله‌ها ساخته شده و به سختی می‌شد حتی با دستان خالی روی آنها حرکت کرد، بلوک‌ها را بالا ببرند. او همه ما را مهندس صدا می‌زد. خنده همیشه با لبانش همنشین بود حتی در همان روزی که چشمانش به خاطر برق جوشکاری قرمز شده بود و مجبور شد استراحت کند. مظلومانه نگاه می‌کرد و زیر چشمی مراقب بود. شاید به غضب مرسوم طبقه مهندسان نسبت به گروه کارگران و به‌خصوص طبقه‌ای که به آن تعلق داشت یعنی مهاجران غیرقانونی عادت کرده بود با منتظر پاسخی محبت‌آمیز از کارفرمایان بود تا خیالش درباره کاری که به تازگی و با هزار زحمت پیدا کرده بود، برای مدتی راحت شود. ساعت که از ۴ بعدازظهر گذشت کم‌کم بدن ضعیفش،

توانش را از دست داد و در حین انجام کار تلوتلو می‌خورد. در لحظات خستگی تبدیل به نوجوان خنگی می‌شد که اگر قبل از آن او را ندیده بودم فکر می‌کردم آدمی غیرعادی است و با دیگران از لحاظ ذهنی فرق دارد، اما واقعیت این بود که او تاب و توان کار سختی را که انجام می‌داد نداشت،با این‌حال تسلیم نمی‌شد و بدون پذیرش ناتوانی بدنش به جنگ ادامه می‌داد. در این شرایط به‌طور غیرعادی اشتباهاتش بیشتر می‌شد و گاهی به زمین می‌خورد، سیمی در یک چشمه به هم زدن برمی‌خاست، لباسش را می‌تکاند و عذرخواهی می‌کرد. به خاطر ناتوانیش، به خاطر سن و سال کمش و به دلیل این‌که با تمام ضعفش به این کار نیاز داشت تا خرج خانواده‌اش که در قرچک ورامین زندگی می‌کردند را درآورد. هر چند در کارگری ساختمان کاملا ناشی به نظر می‌رسید اما تلاشش را هیچ وقت رها نمی‌کرد. دوستانش او را «فتاح» صدا می‌زدند. نوجوان افغان با خانواده‌اش به ایران آمده بود تا بتواند زندگی سختی که تا امروز بر آنها گذشته کمی رو به راه کند. همشهری‌هایش که در همین ساختمان با او کار می‌کردند، همیشه دستش می‌انداختند و در هر فرصتی که می‌یافتند، مسخره‌اش می‌کردند. او باز هم لبخند می‌زد و با تندی پاسخی می‌داد تا شاید دلش کمی خنک شود. حاضر جوابی او در دفاع از خودش موجب خنده دوباره دور و بری‌هایش می‌شد و آنان تا تسلیم کامل فتاح به این استهزاء ادامه می‌دادند. این بار هم خنده روی چهره‌اش نقش می‌بست. خنده‌ای که نقاب نوجوان غریبه بود تا اشک‌هایش را نبینند و ضعفش را به رویش نیاورند. خنده‌ای که به کارفرما نشان دهد او می‌تواند کارهای سخت انجام دهد تا بگذارند به کارش ادامه دهد. شرط می‌بندم که هیچ‌کس قبل از این‌که او لب به سخن باز کند نمی‌توانست بفهمد او افغان است. چهره بور، موهای قهوه‌ای روشن و چشمان آسمانی رنگش او را به یک عروسک با نمک شبیه می‌کرد. اما سرنوشت، او را برای مرد خانه بودن انتخاب کرده بود. یکی از استاد کارانمان در ساختمان اما همیشه به او توهین می‌کرد. او ایرانی بود و پول و امکانات را حق خودش می‌دانست. به فتاح و هموطنان او بد و بیراه می‌گفت. در نظر او این قوم غاصبینی بودند که پول وطن ما را بدون کوچکترین حقی صاحب می‌شدند. چه وطن پرستی عجیبی داشت این استاد کار!

امروز با سعدی شیراز

نظر کن در احوال زندانیان

نه بر حکم شرع آب خوردن خطاست — وگر خون به فتوی بریزی رواست
کرا شرع فتوی دهد بر هلاک — الا تا ندای ز کشتنش باک
وگر دانی اندر تبارش کسان — برایشان ببخشای و راحت رسان
گنه بود مرد ستمگاره را — چه تاوان زن و طفل بیچاره را؟
تنت زورمندست و لشکر گران — ولیکن در اقلیم دشمن مران
که وی بر حصاری گریزد بلند — رسد کشوری بی گنه را گزند
نظر کن در احوال زندانیان — که ممکن بود بی‌گنه در میان

یک خبر | یک نگاه

محرومیت بی‌سوادان از برخی امکانات دولتی

وزیر آموزش و پرورش گفت: بر اساس مصوبه دولت، قرار است از سال ۹۵ اگر فرد بالای ۵۰ سال، بی سواد باشد، از برخی امکانات دولت محروم شود. به گزارش ایسنا، علی اصغر فانی در نشست خبری در زاهدان افزود: دولت برای سواد آموزی و رفع بی سوادی در کشور مصوباتی دارد که در پی آن اگر فردی برای آموزش سواد به شخص دیگری تلاش کند، حق الزحمه پرداخت می شود و فرد فراگیرنده نیز مبلغی به عنوان هدیه دریافت خواهد کرد.

وی با اشاره به مصوبه دولت مبنی بر اینکه از سال ۹۵ اگر فرد بالای ۵۰ سال، بی سواد باشد، از برخی امکانات دولت محروم خواهد شد، افزود: به همین علت لازم است اداره کل آموزش و پرورش سیستان و بلوچستان با همکاری استانداری طرح استان بدون بی سواد را با جدیت آغاز و پیش ببرند.

وزیر آموزش و پرورش با بیان اینکه انسداد مبادی بی‌سوادی از مهم‌ترین اقدامات وزارت آموزش و پرورش است، اظهار کرد: بی‌سوادی عامل بسیاری از مشکلات فرهنگی، سیاسی و اجتماعی است.

به گفته فانی، توسعه روستا مرکزی و مدارس شبانه‌روزی در مناطق محروم که فاصله زیادی تا مدارس دارند، در اولویت قرار دارد.

مصوبه دولت برای از بین بردن بی‌سوادی، در نگاه اول، قدم بسیار خوبی به نظر می‌رسد. اما باید به جد پیگیری شود تا نتایج آن حاصل آید. اما به نظر می‌رسد در نظر گرفتن سن «۵۰»، انتخاب خوبی نیست. بنا به دو دلیل؛ اول آن که در این سن، بسیاری افراد، دیگر نمی‌توانند یا حوصله و انرژی تحصیل و آموزش را ندارند؛ دوم اینکه، یک فرد ۴۰ ساله بی‌سواد، می‌تواند با این امید که ۱۰ سال دیگر فرصت سواد آموختن دارد، کوتاهی کند و بنابراین در این ۱۰ سال، عملا به رفع بی‌سوادی کمکی نکرده‌ایم.

پیشنهاد می‌شود که دولت، یک بازه سنی تعریف کند و سن پایین‌تری را برای اعمال محرومیت‌ها و محدودیت‌ها قرار دهد؛ مثلا ۲۰ سال، و از طرف دیگر، این بازه سنی را تا ۵۰ سالگی در نظر بگیرند. به این ترتیب خصوصا جوانان ۲۰ تا ۳۰ ساله ای که در سن بزهکاری قرار دارند نیز به تحصیل مجبور می‌شوند و می‌توان امید داشت که تا حدی، آمار جرم، کاهش یابد.

برش

دلم تنگ می‌شود

مصطفی مستور

دلم تنگ می‌شود، گاهی؛ برای حرف‌های معمولی؛ برای حرف‌های ساده
برای «چه هوای خوبی»!/ «دیشب‌شام چه خوردی؟» برای «راستی! ماندا را عروسی کرد.»/ «شادی پسرزایید.»
و چقدر خسته‌ام از «چرا؟» از «چگونه!»
خسته‌ام از سوال‌های سخت، پاسخ‌های پیچیده؛ از کلمات سنگین؛ فکرهای عمیق؛
پیچ‌های تند؛ نشانه‌های با معنا بی‌معنا
دلم تنگ می‌شود، گاهی برای یک «دوست دارم» ساده؛ دو «فنجان قهوه داغ»! سه «روز» تعطیلی در زمستان؛ چهار «خنده‌ی» بلند
و پنج «انگشت» دوست داشتنی.

برشی از کتاب
«دست‌هایت بوی نور می‌دهند»

شاتر

رودخانه زاینده‌رود

مسابقات ملی رفتینگ ایران به میزبانی شهرستان سامان چهارمحال و بختیاری روی رودخانه زاینده‌رود به مدت سه روز برگزار شد.

عکس: خبرگزاری ایرنا