جامعه توانمند

توانمندی جانبازان بخشی از توانمندی جامعه است

علیرضا دهقان | کارگردان تئاتر

مدت‌هاست همراه حامد زارعان، کارگردان و نمایشنامه‌نویس به‌عنوان مدرسان تئاتر درمانی برای جانبازان اعصاب و روان با حمایت موسسه توسعه هنرهای معاصر و معاونت هنری وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی به فعالیت مشغولم. همکاری من با حامد زارعان در زمینه تئاتر درمانی برای جانبازان اعصاب و روان به زمان برگزاری جشنواره نمایش درمانی جانبازان اعصاب و روان با همکاری بنیاد شهید و جانبازان انقلاب اسلامی بر می‌گردد. آن جشنواره با حمایت بیمارستان نیایش، تئاتر شهر و... به اجرا درآمد. مدت‌هاست کلاس‌های تئاتر را برای جانبازان اعصاب و روان برگزار می‌کنیم. هدف اصلی ما در این کلاس‌ها توانمندسازی روحی این عزیزان است. مبنا و اساس کار ما در این کلاس‌ها بیشتر تئاتر خلاق است که بر این اساس از ترفندهای مختلف تئاتر درمانی همچون فراهم کردن گفت‌وگو و مکالمه میان جانبازان با یکدیگر، شعر و ترانه‌هایی که برای جانبازان آشنا و به بیانی نوستالژیک است و نیز اجرای پانتومیم استفاده می‌کنیم. از آن‌جا که این جانبازان گاهی در کل سال در محیطی غیر از بیمارستان حضور ندارند و به صورت دوره‌ای تحت درمان قرار می‌گیرند، جدای از درمان‌های دارویی که همواره برایشان انجام می‌گیرد، برنامه‌هایی تحت عنوان کلاس‌های گروه درمانی (که شامل فعالیت‌هایی همچون نقاشی، منبت کاری و حتی ورزش می‌شود) برای آنها در نظر گرفته شده است. در بخش تئاتر درمانی که من به همراه حامد زارعان در این بخش مشغول فعالیت هستیم، بیشتر سعی می‌کنیم با استفاده از اتودهای مختلف و نمونه کارهای کوتاه تئاتر اندکی ذهن جانبازان را باز کنیم و فضای شادی را برای آنها فراهم بیاوریم که از حالت یکنواختی که بر بخشی از زندگی آنها سایه افکنده خارج شوند. استفاده از موسیقی یکی دیگر از ابزارهایی است که برای روان درمانگری جانبازان اعصاب و روان به کار گرفته می‌شود. در این میان جدای از تئاتر درمانی، رقص‌های محلی و برگزاری آیین‌های محلی با استفاده از موسیقی‌های محلی مناطق مختلف کشورمان بخش‌هایی از کلاس‌های ما را تشکیل می‌دهد. کار با جانبازان اعصاب و روان اگرچه با سختی‌هایی همراه است اما در کنار خود شیرینی‌هایی هم دارد که کار را برای ما سهل و آسان می‌کند. اگرچه ضروری است که این جانبازان برای بهبود خود از داروهای خاصی استفاده کنند اما تمام تلاش ما بر این است که بهبود آنها بیشتر با روش روان درمانی صورت پذیرد، از این رو هرگاه از روش‌هایی همچون استفاده از موسیقی و اجرای برنامه‌های شاد استفاده کردیم، مشاهده شد که جانبازان دست کم از سیاه‌بینی و یکنواختی خارج شده‌اند. بخش‌هایی از اتودهایی که ما در کلاس‌ها اجرا می‌کنیم به اتودهای ساده زندگی نظیر نوع برخورد این جانبازان با دیگران بر می‌گردد که براساس آن به نوعی «این‌همانی» می‌کنند و خود را جای طرف مقابل خود قرار می‌دهند. موارد فراوانی وجود داشته که ما توانسته‌ایم از هنر جانبازان در جهت درمان خود آنها استفاده کنیم و سعی کردیم در کنار درمان‌های دارویی یا حتی بدون استفاده از دارو کاری کنیم که اراده در این جانبازان زنده شود. مسأله اصلی این است که ما نباید به جانبازان اعصاب و روان به‌عنوان آدم‌های بزوله نگاه کنیم. گرچه این جانبازان به‌عنوان بیماران بزوله در بیمارستان جانبازان اعصاب و روان زندگی می‌کنند و شب و روز خود را در آن‌جا می‌گذرانند اما در پاره‌ای موارد با رفتارهایی از جنس رفتارهای بالا این دوستان را به زندگی برمی‌گرداند و می‌تواند تغییری اساسی در نگاه منفی که برخی از آنها به زندگی داشته‌اند، ایجاد کند. نحوه کار کردن با این جانبازان به‌فراخور میزان بیماری و شرایط آنها متفاوت است. با توجه به این که این جانبازان تحت درمان داروهای شیمیایی هم قرار می‌گیرند ما ناچار هستیم به فراخور حال این بیماران کارهایمان را کمی قوی‌تر و پیشرفته‌تر پیش ببریم و این بسته به حال عمومی این بیماران و شرایطی که جانباز طی کرده‌اند متفاوت است. به هر روی توانمندی جامعه، به توانمندی این بخش از جامعه مانیز بستگی دارد. جانبازان نباید بخش فراموش شده جامعه ما باشند. این توصیه به همه دوستان و مسئولین محترم وجود دارد که هر از گاهی به دیدار این دوستان بیایند. جانبازان جنگ تحمیلی به دانستن این موضوع که هنوز فراموش نشده‌اند برای آنها بسیار دلخوش هستند. بنابراین چنین کارهایی ارزشمند است و روحیه و امید را در آنها زنده نگه می‌دارد.

> **جانبازان نباید بخش فراموش شده جامعه ما باشند. این توصیه به همه دوستان و مسئولین محترم موجود دارد که هر از گاهی به دیدار این دوستان بیایند. جانبازان جنگ تحمیلی به دانستن این موضوع که هنوز فراموش نشده‌اند برای آنها بسیار دلخوش هستند. بنابراین چنین کارهایی ارزشمند است و روحیه و امید را در آنها زنده نگه می‌دارد.**

نگاه فرهنگی

انسان عاطفی؛ شخصیت جامعه‌پذیر

مجید صفاری‌نیا
روانشناس

یکی از جنبه‌های روح و نفس انسان، «ساحت عاطفی انسان» است. «عاطفه» به‌معنای محبت و مهربانی است و بیشتر تحت‌تأثیر عناصر و عوامل مختلف از قبیل عشق، حس جمال و مهر و محبت قرار می‌گیرد و نوعی میل است که جهت آن، به‌سوی غیر باشد. با این مقدمه کوتاه، این که گفته شود فردی عاطفه دارد و دیگری نه؛ مفهومی علمی نیست و از نظر روانشناسان، همه آدم‌ها و حتی حیوانات هم دارای عاطفه هستند. البته در این زمینه طبقه‌بندی‌های دیگری وجود دارد به‌عنوان مثال، موضوعی با عنوان سبک تعامل وجود دارد که در این بحث، افراد را براساس تعامل‌شان با دیگران طبقه‌بندی می‌کنیم؛ عده‌ای در تعاملاتشان دنبال منافع شخصی هستند. عده‌ای دنبال رابطه برد-برد و عده‌ای دیگر، دنبال گرفتن تأیید و سرویس‌دادن به طرف مقابل هستند، بنابراین ما بحثی با عنوان این که فردی عاطفی تر باشد و دیگری نه، نداریم. در کنار این سبک‌های تعامل در روابط اجتماعی، مفهوم دیگری داریم به نام شخصیت جامعه‌پذیر. این شخصیت جامعه‌پذیر ۵ ویژگی دارد؛ یکی این که مسئولیت‌پذیری اجتماعی زیادی دارد یعنی وقتی فقیری را ببیند که نیاز به کمک دارد نمی‌تواند به او کمک نکند چون اگر کمک نکند احساس گناه دارد. این افراد باور به جهان عادل دارند یعنی معتقدند که با هر دستی بدهند با همان دست هم خواهند گرفت. این افراد از خودشیفتگی کمتری برخوردارند. خودشیفتگی مولفه‌ای است که وقتی در شخصی وجود داشته باشد، آن فرد نمی‌تواند عواطف خود را بروز دهد؛ افرادی که این خودشیفتگی را ندارند یا از خودشیفتگی کمتری بهره می‌برند، راحت‌تر می‌توانند عاطفه خرج کنند و هزینه‌های عاطفی را در روابط خود و تعاملاتشان با خانواده و دیگران پرداخت می‌کنند. افرادی که شخصیت جامعه‌پذیر دارند با دیگران حس همدلی دارند. به‌عنوان مثال اگر کسی عزیزی را از دست داده باشد، گویی آن عزیز، عزیز خودشان است که از دست داده‌اند.

این افراد، آدم‌های نوعدوستی هستند. وقتی کسی نیاز به کمک یا مشکلی داشته باشد، اگر این گروه افراد برای حل موضوع مداخله نکنند و کمکی که می‌توانند را انجام ندهند، خودشان حالشان خوب نیست، بنابراین نمی‌توانیم بگوییم این شخص عاطفی است بلکه باید به شخصیت او توجه کرد، بنابراین مطابق یافته‌های علمی، همه انسان‌ها و همه حیوانات عاطفه دارند. البته در مورد حیوانات این مسأله غریزی است. اما انسان‌هایی که رفتار جامعه‌پسند بهتری دارند، افرادی که جامعه‌پسندتر هستند یا افرادی که سبک تبادلشان حداقل یک رابطه برد-برد است و آدم‌هایی که از نظر صفت‌های شخصیتی خودشیفتگی کمتری دارند یا به عبارتی دیگر افرادی که از نظر شخصیتی- ما مولفه‌ای به نام توافق و مولفه‌ای به نام خوشایندی داریم- خوشایندی بیشتری دارند؛ اینها در نظر مردم دیگر، آدم‌های عاطفی‌تری هستند.

درواقع اینها تعریف عاطفی بودن است. عاطفی بودن ابزاری دارد. اگر بخواهیم شخص عاطفی‌ای را بسنجیم باید این مولفه‌ها را داشته باشد. گاهی به وفور از آدم‌های اطرافمان می‌شنویم که فلان فرد آدم دلسوزی است این موضوع هم از منظر روانشناسان در همان جامعه‌پذیر بودن فرد جامی گیرد و متلاسفانه جامعه ما امروزه به سمتی می‌رود که ما این افراد دلسوز را کمتر می‌بینیم. درواقع نوع تربیت خانوادگی و نوع فضای حاکم بر جامعه که درواقع ترویج ما دی گرایی و... است، این شخصیت را نمی‌خواهد. یعنی این سیستم چنین فردی را تربیت نمی‌کند. ما باید دنبال این باشیم که این شخصیت‌ها را زیاد کنیم. این افراد نوعدوست و کمک‌رسان هستند. خودشیفتگی در آنها کم است عزت‌نفس بالایی دارند. این افراد با کارهاو شخصیتی که دارند باعث نمی‌شوند به خودشان آسیب برسد بلکه شخصیت آنها دیگر دوست است. این افراد به سالمندان و کودکان بیشتر کمک می‌کنند. البته همه ما می‌دانیم که یک جامعه صنعتی- اتفاقی که در روند صنعتی شدن افتاده است- الزاما به تناسب پیچیدگی‌هایش، در رفتار مردم هم تحول ایجاد کرده است. از طرفی سیستمی که وجود دارد یعنی سیستم مدیریتی تعامل، که در حال تربیت مدیریت است، خیلی به این مسأله نمی‌پردازد و به آن بها نمی‌دهد، خیلی بلد نیست یا شاید اصلا فهمش را ندارد. این انتقادی است که ما به آموزش‌وپرورش می‌کنیم. ما به آموزش‌وپرورش انتقاد می‌کنیم، ما به شرایط حاکم جامعه انتقاد می‌کنیم. در جامعه‌ای که شما اختلاس چندهزار میلیاردی دارید، چطور می‌توانید رفتار جامعه‌پسند ارایه کنید؟ اینها در فضای تحولات اجتماعی و صنعتی اتفاق می‌افتد، البته برخی جوامع این دوران گذار را طی کرده‌اند. این مسائل در کره یا ژاپن هم اتفاق می‌افتد ولی آنها سعی می‌کنند آن را کنترل کنند. بیشتر کشورهایی که آنها را نقد می‌کنیم، جوامعی هستند که جوابز مختلفی را برای افرادی که رفتار جامعه‌پسندی دارند، در نظر می‌گیرند.

ما هم از اینگونه مراسم‌ها داریم ولی نتیجه آنها رنگ ندارد. اکثر ما از دوران کودکی ریزعلی فداکار را به‌خاطر داریم ولی در فضای کنونی، این جوابگو نیست بلکه سیستم مدیریتی ما باید تلاش کند اینها بازسازی شوند و برای ترغیب مردم به اخلاقیاتی از آن نوع، برنامه داشته باشد. در بسیاری از مناطق دنیا، برای یک پرستار فداکار یا آتش‌نشان وظیفه‌شناس، جایزه در نظر می‌گیرند و آن فرد را اسطوره می‌کنند منتها ما این موارد را در کشور خودمان شاهد نیستیم. شاید صدها اتفاق از این جنس در همین شهر تهران بیفتد ولی متاسفانه کسی از آن خبردار نمی‌شود. آن اتفاقی که شهری و صنعتی شدن ایجاد می‌کند، درواقع در روانشناسی شهری کمتر شدن رفتار جامعه‌پسند است، به این دلیل که ازدحام و تراکم جمعیت زیاد است و برای همین هم حادثه سعادت‌آباد اتفاق می‌افتد. حوادثی که مردم در آن بی‌تفاوت هستند و تنها عکس‌العملی که نشان می‌دهند این است که با موبایل‌شان فیلم می‌گیرند.

مجموع چنین شرایطی و آنچه در جامعه رایج است، به ما گوشزد می‌کند که باید فضای مناسب ایجاد شود، وجود این فضا خیلی مهم است، خود این فضا یک سیستم، یک خط فکری، یک جهت‌دهی است. در گیرشدن رسانه و آگاهسازی نیز در این مسیر، نیاز ضروری است. ما مقتدرترین گزینش مشاغل یاری‌دهنده مانند وکالت، پزشکی، آتش‌نشانی، روانشناسی و... همه باید از تیپ شخصیتی آدم‌های مردم‌پسند باشند.

نگاه روز

جامعه مدنی؛ از ذهنیت تا عینیت

ادامه از صفحه ۹

بخش دیگر بحث می‌تواند به شعار سال ارتباط داشته باشد. امسال، سال همدلی دولت و ملت است؛ اوج این همدلی در جامعه‌ای مدنی اتفاق می‌افتد. جامعه‌مدنی کجاست؟ جامعه‌مدنی، جامعه‌ای است که در بستری از اعتماد، مردم با یکدیگر و با مسئولان همدلی و تعامل داشته و در مقابل نیز مسئولان با مردم در تعامل مثبت باشند. این رویه هرچند ممکن است تاحدی برقرار باشد اما رواج برخی از رفتارها، آفت آن است. متاسفانه رفتاری نامطلوب اجتماعی چندی است در جامعه ما (به ویژه در دوره دولت قبل) رواج یافته، که دروغ گفتن است. دروغ چنان رواج پیدا کرد که حالا به ابزاری تبدیل شده است که هرکس تلاش می‌کند برای پیشبرد اهداف خود، از آن استفاده کند. اینها با موضوعات رایج در جامعه مدنی، مغایر است. جامعه مدنی، جامعه‌ای است که سرمایه اجتماعی فراوانی دارد. یکی از شاخصه‌های سرمایه اجتماعی صداقت است و راستگویی در رفتار، کردار و پندار. زمانی می‌توان ادعا کرد که در یک جامعه‌مدنی زندگی می‌کنیم که صداقت را اصل رفتار خود بدانیم نه دروغ را. برخی برای توجیه وضع موجود، دروغ مصلحتی را قایل گفتن می‌دانند! اما باید توجه داشت زمانی که ما می‌گوییم دروغ بد است دیگر مصلحتی بودن آن معنا ندارد، متاسفانه این ریشه تاریخی دارد و مربوط به امروز و دیروز نیست. رفتار غیرمدنی و رایج دیگر، چشم و همچشمی یا تعارفات متداول است. همه اینها رفتارهای رایج در جامعه ما هستند. به نظر من برای رسیدن به یک جامعه مدنی باید بسیاری از رفتارهای نامطلوب و اشتباه اجتماعی خود را کنار بگذاریم، تنبلی، تن‌پروری و نظایر آن از این جمله‌اند. همه این اصلاحات که از آن نام بردیم، زمانی اتفاق می‌افتد که ما در نگرش‌مان و در ذهنیت‌هایمان بتوانیم مدنیت جامعه و در کنار آن، حقوق دیگران را به رسمیت بشناسیم تا برای رسیدن به هدف خودمان کاری انجام ندهیم که حقوق دیگران نادیده گرفته شود. در جامعه‌مدنی شایسته‌سالاری اصل است، نه این که افراد براساس ارتباط با اهالی قدرت و رانت، در جایگاهی قرار بگیرند که شایستگی آن را ندارند، بنابراین در جامعه‌مدنی باید به بحث درباره مفهوم سرمایه‌اجتماعی خیلی توجه شود و باید بحث شایسته‌سالاری مدنظر باشد. در این زمینه، بحث همبستگی و همدلی مردم از مقوله‌های مهم در جامعه‌مدنی است. اگر مردم و مسئولان، در تعاملی دوسویه در بستر سرمایه‌اجتماعی با یکدیگر حرکت کنند- شاخص‌های سرمایه‌های اجتماعی اعتماد، مشارکت، همدلی، انسجام، انضباط اجتماعی است- می‌توانند حرکتی به سوی جامعه‌مدنی داشته باشند.

مردم با جهت‌گیری علمی و مدنی در کارهایشان می‌توانند جامعه را به سوی مدنیت سوق دهند، بنابراین برای رفتن به سوی جامعه مدنی، ابتدا باید در ذهنیت افراد تغییراتی از جنسی که گفته شد، رخ بدهد تا بعد در عینیت اجتماعی بتوان آثار این تغییرات را مشاهده کرد. بدیهی است رفتارهایی که ما و کنشگران جامعه داریم برخاسته از کنشی درونی است، کنشی که ذهنیتی آن را هدایت می‌کند. به‌طور طبیعی، اگر فردی به جامعه، اعضایش و همه امور نگاه انسانی داشته باشند، نشان‌دهنده حرکت ما به سوی جامعه‌مدنی است. شاخصه‌های جامعه‌مدنی این است که افراد نسبت به هم اعتماد داشته باشند. مردم در مسائل و مشکلات یکدیگر، همکاری و مشارکت داشته باشند. در جامعه مدنی، جهت‌گیری افراد، فردی نیست بلکه عام‌گرایانه و در جهت کمک به اجتماع و حل مسائل مردم است. درحقیقت زمانی که سرمایه‌اجتماعی در یک جامعه، افزایش یابد می‌توان گفت بستری مهیا برای حرکت مردم به‌سوی جامعه‌مدنی، ایجاد شده است؛ تا زمانی که این موضوعات در جامعه رواج نداشته باشد، هرگونه حرف‌زدن درباره جامعه‌مدنی یک بحث دور از ذهن است.

گپ روز

جامعه‌ای که حقوق شهروندی را محترم نداند، آرام نیست

ادامه از صفحه ۹

نمی‌توان با حذف تکنولوژی و فناوری‌های جدید دوباره به روش‌های قدیمی و طبیعی برای تولید انرژی بازگشت. واقعیت این است که چنین امکانی وجود ندارد و بشر روندی را طی کرده و در این فرآیند، تغییر چیزهای جدیدی را پذیرفته و اکنون در این نقطه است. به نظر من جامعه باید خودش را برای پذیرش فردگرایی و ارزش‌های فردی آماده کند به‌جای آن که آن را به شکل آسیب ببیند و تلاش کند آن را از میان بردارد یا با شیوه‌های مختلف مانند اجبار و محدود کردن جامعه، از ۳۰ یا ۵۰ سال قبل برگرداند.

نمی‌توان گفت این فرآیند فردگرایی در جامعه، به نوعی با فعالیت‌های مدنی تناقض دارد؟

به هیچ‌وجه به این دلیل که فردگرایی به این معنا نیست که هر کسی ساز خودش را در جامعه بزند. فردگرایی به این معناست که فرد در بستر جامعه این امکان را داشته باشد که بهترین انتخاب و تصمیم را برای خود بگیرد. بی‌تردید معنای فردگرایی این نیست که هیچ الزام اجتماعی و هیچ چارچوبی وجود ندارد. به بیان دیگر بودن در گروه یک نیاز است و نیاز به اتخاذ انتخاب‌های شخصی یک نیاز دیگر. با این حال حالت اول پیش می‌آید؛ این که مثلا ما می‌گوییم در جامعه تنها یک حزب وجود دارد و همه به آن حزب می‌پیوندند و تنها یک صدا از جامعه بیرون می‌آید. این حالت پذیرفته نیست. در جامعه ۱۰ تا ۲۰ حزب می‌تواند وجود داشته باشد که هر کدام می‌تواند از ظرفیت رسانه برخوردار باشند و حرف‌شان و مطالبات‌شان را بزنند و گروه و حزب خود را توسعه دهند. بنابراین فردگرایی این مفهوم را دارد که هر فرد امکان داشته باشد دیدگاه خودش را پیگیری کند. طبیعتا آدم‌ها همدیگر را پیدا می‌کنند؛ جمع و گروه تشکیل می‌دهند. پس فردگرایی به این معنا نیست که هر ۷ میلیارد جمعیت کره خاکی هر کدام حرف خودش را بزند. به هر حال انسان‌ها مشترکات زیادی دارند و احساس تعلق به گروه است که آنها را کنار هم قرار می‌دهد.

جامعه ایرانی چقدر با جامعه آرامی که مولفه‌های جامعه‌مدنی را دارد، فاصله دارد؟

مولفه‌هایی که در تضاد با آرامش و سلامت روان محسوب می‌شود، متاسفانه در جامعه کنونی ما بسیار زیاد است. البته این به این معنا نیست که موانع دشواری پیش رو داریم. فاصله ما زیاد است ولی می‌توان این فاصله را با آرامش طی کرد. نیاز اصلی ما یک تغییر نگرش حاکمیتی است. دستگاه‌های دولتی و به‌طور کلی حاکمیت باید نگاهشان را در باره نقش مردم و مشارکت افراد و ارزش‌های فردگرایانه تغییر دهند. اگر این بستر فراهم شود بی‌تردید جامعه می‌تواند آرام‌تر شود. یک مثال می‌تواند این مفهوم را روشن‌تر کند. بعد از انتخابات سال ۹۲، تیم فوتبال ما به جام جهانی راه پیدا کرد و تیم والیبال هم چند پیروزی ارزشمند به دست آورد. براساس گزارش‌های رسانه‌ها و نهادهای نظارتی چند روز در شهر تهران وضع ترافیک و رعایت حق تقدم بهتر شد. وقتی مردم از نظر عمومی احساس امید کنند و باور کنند در سرنوشت خود سهم دارند و می‌توانند نتیجه انتخاباتی را تغییر دهند یا این که از نظر ملی پیروزی‌هایی به‌دست می‌آید و احساس امنیت ملی در جامعه ایجاد می‌شود، با این تغییرات می‌بینیم جامعه حتی در حوزه‌هایی مثل قانونمداری که مورد انتقاد است هم هست، خوب عمل می‌کند و مردم حقوق دیگران را رعایت می‌کنند.