آسیب های اجتماعی ( 5 یادداشت)

<https://www.irna.ir/news/82716081>

ريشه هاي آسيب هاي اجتماعي كجاست؟ - علي حبيبي\*

تهران - ايرنا - براي رفع معضلي بايد به ريشه هاي پيدايش آن توجه كنيم و در بحث آسيب هاي اجتماعي توجه نكردن به اين ريشه ها است كه حل اين معضل را به تاخير انداخته است.

براي برطرف كردن آسيب هاي اجتماعي ابتدا بايد ببينيم كه سرمنشاء وقوع اين آسيب ها كجاست و اصولا اين معضل به خاطر چه روي داده تا در نهايت به رفع آن بپردازيم.

اعتياد، طلاق، حاشيه نشيني، سرقت، خودكشي، بي خانماني، مهاجرت، فقر و بيكاري از جمله مظاهر آسيب هاي اجتماعي در جامعه است كه ريشه هاي آن تا حدود زيادي به فرهنگ و فرهنگسازي يك جامعه برمي گردد.

براي مثال شما وقوع كداميك از اين آسيب هاي اجتماعي را نمي توانيد بطور نسبي به فرهنگ يك فرد و جامعه ربط دهيد و سرانجام نتيجه بگيريد كه ريشه اين معضلات مي تواند مسائل فرهنگي يك جامعه باشد.

آيا هر يك از آسيب ها بطور مثال اعتياد نمي تواند ريشه فرهنگي داشته باشد هر چند در ميان تحصيل كرده ها نيز مي تواند اعتياد وجود داشته باشد اما در جامعه بيشتر افراد با تحصيلات كمتر به اين عارضه مبتلا هستند در حالي كه شيوع اعتياد در بين تحصيل كرده ها هم مي تواند دليل و مبناي فرهنگي داشته باشد.

بهرحال همه افراد جامعه وارد مدرسه مي شوند و با آموزه هاي اين مكان آشنا هستند و خيلي از رفتارها را نيز از همين مكان مي آموزند و در خانواده و جامعه بروز مي دهند.

كودك پس از خانواده وارد مدرسه مي شود و جامعه پذيري او از همين مكان آغاز مي شود هر چند اين جامعه پذيري كامل نيست. كودك در همين دوره با برخي از آسيب ها آشنا مي شود كه از طريق همسالانش انتقال مي يابد.

مدرسه مكاني است كه بچه ها در خانواده هاي مختلف با تربيت هاي متفاوت پاي به آنجا مي گذارند و به دليل اقتضاي سني از هم تاثير مي پذيرند كه اين تاثير مي تواند مثبت و منفي باشد. كودك قبل از اين، معمولا جامعه بيرون از خانه را نديده و اگر هم تجربه كرده باشد اين آموزه ها چندان در او دروني نشده و مي توان با آموزه هاي مدرسه آن را اصلاح كرد.

همه كودكان جامعه ما وارد مدرسه مي شوند كه محتواي آموزش و تربيت آنان را آموزش و پرورش تدوين و تعيين مي كند. دستكم روزانه 5 ساعت از بهترين زمان هاي زندگي كودكان و نوجوانان در اختيار دستگاه تعليم و تربيت است كه مي تواند به هر شكلي اين آموزه ها را در اختيار آنان قرار دهد.

براي تربيت يك فرد، بخش زيادي از اين وظيفه برعهده خانواده و سپس مدرسه است. خيلي از دانش آموزان؛ معلم و دست اندركاران مدرسه را الگوي خود قرار مي دهند و چنانچه محتواي آموزش را نيز به آن بيافزايم تاثير مدرسه در كودكان دو چندان مي شود.

بنابر اين مدرسه و محتواي آموزش تاثير بي بديلي روي نسل آينده دارد. مدرسه هم مي تواند خود محتواي آموزش صحيح در اختيار دانش آموزان قرار دهد و هم مي تواند به خانواده ها در ارائه اين آموزه ها به دانش آموزان كمك كند.

در بحث آسيب هاي اجتماعي، مدرسه و آموزش و پرورش مي توانند نقش مهمي در اين زمينه ايفا كنند. نسل آينده كشور در اختيار مدرسه است و شخصيت كودك و دانش آموزان نيز از همين سال ها شكل مي گيرد و هر محتواي آموزشي و آموزه اي در اختيار آنان گذاشته شود به همين نحو رشد كرده و تربيت مي شوند.

جامعه آينده را همين كودكان و دانش آموزان تشكيل مي دهند كه از مدرسه وارد اجتماع مي شوند. بنابر اين همه كساني كه هم اكنون به عنوان افراد بزرگسال در جامعه حضور دارند و كساني كه در دهه ها و سال هاي آينده به جامعه پاي خواهند گذاشت پرورش يافته همين مدرسه و آموزش و پرورش هستند و از اين لحاظ نقش اين مراكز در تربيت نسل آينده بسيار چشمگير است.

خيلي از همين خروجي هاي آموزش و پرورش و در كل مدرسه، به دانشگاه وارد مي شوند كه البته آموزه هاي دانشگاه مثل مدرسه، مستقيم نيست اما در مجموع برنامه ها همان است. كساني كه آموزه هاي مدرسه را به درستي ياد گرفته باشند تقريبا همان روش و الگو را در دانشگاه ادامه مي دهند بنابر اين نتيجه مي گيريم كه ارائه الگوها به ويژه در دوره كودكي و مدرسه در روند زندگي آينده هر فردي نقش فراواني ايفا مي كند.

همانطور كه گفته شد مدرسه در تربيت نسل آينده نقش اساسي دارد، خيلي از آسيب ها از همين مدرسه (از طريق همسالان) انتقال مي يابد كه مدرسه مي تواند آن را برطرف كند.

به نظر مي رسد مدرسه در بحث آسيب هاي اجتماعي منفعل عمل مي كند به عبارت ساده تر مدرسه در خصوص رفع اين آسيب ها نه تنها يك گام جلوتر از جامعه نيست بلكه چند گام عقب تر نيز هست.

محتواي آموزشي و مدرسه بيشتر در فكر درمان اين پديده است هر چند در مباحث خود عنوان پيشگيري را براي خود انتخاب كرده است. محتواي آموزشي و آموزه هاي مدرسه در زمينه آسيب هاي اجتماعي كاربردي نيست همانطور كه پيشگيري ما عملي نيست.

اين شعار كه پيشگيري بهتر از درمان است اگر در آموزش و پرورش درست انجام مي شد شاهد حضور دانش آموز معتاد در مدرسه نبوديم و يا دستكم كانون مدرسه نبايد مولد اعتياد باشد. آموزه هاي مدرسه و محتواي آموزشي بايد به گونه اي باشد كه همه دانش آموزان نسبت به همديگر در نقش وجدان هاي آگاه عمل كنند و برادرانه در خصوص ابتلا به آسيب هاي اجتماعي كمك رسان هم باشند.

اخراج و برخورد قهري با پديده اعتياد در مدرسه اصلا نمي تواند راه حل رفع اين آسيب اجتماعي باشد زيرا براي مثال چنانچه دانش آموزي بخاطر همين موضوع از مدرسه اخراج شود نه تنها مشكل اعتياد او رفع نمي شود بلكه مي تواند بيشتر در ورطه اين آسيب فرو رود و از طرف ديگر زمينه ابتلا ديگران را هم فراهم كند.

نقش معلمان و مديران مدارس در رفع آسيب هاي اجتماعي بسيار مهم است يعني بانيان مدرسه خود بايد از نظر آسيب هاي اجتماعي كوچكترين لغزشي نداشته باشند تا دانش آموزان از آنان الگو بگيرند.

در زمان حاضر وضعيت جامعه از نظر آسيب هاي اجتماعي رضايت بخش نيست و اين مساله تا حدود زيادي به نداشتن برنامه، محتواي آموزشي كاربردي و غيبت دستگاه بزرگي مثل آموزش و پرورش در برنامه هاي پيشگيري از اين معضلات در جامعه ناشي مي شود.

محتواي آموزشي و آموزه هاي مدرسه بايد چنان قوي و اثرگذار باشد كه دانش آموز را از ورود به آسيب هاي اجتماعي دور كند بطوريكه ضمن دروني كردن اين تفكر در او، خود نيز مروج اين آموزه ها در جامعه باشد.

------------------------------------------------------------------------

\*\* دبير سرويس اجتماعي ايرنا

<https://www.irna.ir/news/82390342>

جنس اقتصادي آسيب هاي اجتماعي- علي حبيبي\*

تهران - ايرنا - بخش زيادي از آسيب هاي اجتماعي كه عوارض آن ارتباط مستقيمي با زندگي مردم پيدا مي كند، ريشه هاي اقتصادي دارد اما در موضوع ساماندهي اين حوزه، دستگاه هاي اقتصادي به عنوان غايب بزرگ رفع اين معضل ديده مي شوند.

غيبت دستگاه ها و نهادهاي اقتصادي در اين بخش مي تواند ابعاد و دامنه اين آسيب را در جامعه گسترش دهد، در حالي كه رفع آسيب هاي اجتماعي به ميزان زيادي به تزريق منابع مالي و حمايت دستگاه هاي اقتصادي نياز دارد كه به نظر مي رسد تاكنون كمتر به اين مورد توجه شده است.

بيكاري،طلاق، اعتياد، خودكشي، حاشيه نشيني، روسپيگيري، رشوه خواري، مفاسد اخلاقي و مناطق بحراني و حاد، از جمله آسيب هاي اجتماعي است كه در جامعه وجود دارد. آسيب هاي ياد شده هر چند از نظر شكل و موضوع با هم تفاوت دارند اما از لحاظ علت ايجاد و گسترش مساله، با هم مشترك هستند.

اين آسيب ها غالبا از عواملي مثل بيكاري و مسايل فرهنگي نشات مي گيرد. بطور مثال خود بيكاري كه به عنوان يك آسيب اجتماعي محسوب مي شود ريشه بسياري از آسيب ها است بنابراين وقتي مساله بيكاري در جامعه رفع شود مي توان اميدوار بود كه خيلي از آسيب هاي ديگر نيز امكان گسترش در جامعه پيدا نكند.

اشتغال و بيكاري در موضوع آسيب هاي اجتماعي يكي از عوامل مهم محسوب مي شود اما براي رفع اين آسيب، دستگاه هاي اقتصادي كشور از جمله وزارت تعاون، كار و رفاه اجتماعي كمتر در برنامه هاي ساماندهي اين معضل ديده مي شوند و اگر هم حضور داشته باشند، بسيار نقش كمرنگي در رفع اين آسيب دارند.

در حال حاضر دستگاه هايي مثل بهزيستي، شهرداري، كميته امداد، وزارت كشور، نيروي انتظامي و... در بحث ساماندهي آسيب هاي اجتماعي ديده مي شوند كه با توجه به ماهيت كارشان، كمتر به ريشه رفع آسيب هاي اجتماعي توجه دارند.

همه اين دستگاه ها وظيفه جمع آوري و يا نگهداري آسيب ديدگان را برعهده دارند و كمتر به زمينه اشتغال و كار آنان توجه مي كنند هر چند برخي از نهادها مثل شهرداري و بهزيستي اقدام هايي مثل مهارت آموزي به آسيب ديدگان را انجام مي دهند اما اين برنامه ها و اقدامات وسيع نيست و احتمال بازگشت مجدد آسيب ديده به بزهكاري وجود دارد.

آسيب هاي اجتماعي يك موضوع فراگير و گسترده است و رفع آن نيز از عهده يك يا دو دستگاه خارج است، از اين رو همه دستگاه هاي ذيربط از جمله دستگاه هاي اقتصادي كشور بايد در اين زمينه وارد شوند تا مشكل برطرف شود.

غيبت دستگاه هاي اقتصادي در اين بخش كه مي توانند با تخصيص منابع مالي ساير دستگاه ها را در اين زمينه همراهي كنند، از جمله اشكالات برنامه مقابله با آسيب هاي اجتماعي است. سال ها براي مقابله با آسيب هاي اجتماعي طرح ها و برنامه هاي مختلف به اجرا در آمده اما نه تنها اين مشكل برطرف نشده بلكه هر روزه اين معضل با ابعاد تازه تري در شهر ديده مي شود.

در رفع مساله كاهش آسيب هاي اجتماعي در جامعه اقدام هاي قهري و انتظامي بايد به عنوان آخرين مرحله و برنامه به اجرا گذاشته شود اما اين شيوه در برخي موارد در ابتدا به مورد اجرا گذاشته مي شود و اين يعني پاك كردن صورت مساله.

بيكاري،طلاق، اعتياد، خودكشي، حاشيه نشيني، روسپيگيري، رشوه خواري، مفاسد اخلاقي و مناطق بحراني و حاد، به نوعي با مسايل اقتصادي پيوند پيدا مي كند و يكي از چاره هاي رفع آن نيز اجراي برنامه هاي اقتصادي از جمله اشتغال براي بيكاران است كه اگر غير از اين عمل شود باز آسيب ديدگان راهي خيابان ها خواهند شد.

آسيب هاي اجتماعي جداي از مسايل اقتصادي، ريشه هاي فرهنگي نيز دارد كه اين موضوع بايد از طريق نهادها و دستگاه هاي فرهنگي با اجراي برنامه هاي مختلف برطرف شود.

در خصوص پيشگيري از آسيب هاي اجتماعي وزارتخانه هايي مثل آموزش و پرورش و خاصه مدارس مي توانند با اجراي برنامه هاي آموزشي، تربيتي و پرورشي در اين زمينه فعاليت چشمگيري داشته باشند. تدوين و تصويب قوانين حمايتي كودكان، خانواده ها.. و نظارت بر اجراي اين قوانين و مقررات از ديگر اقدام هايي است كه مي تواند در كاهش آسيب هاي اجتماعي مثمرثمر واقع شود.

آگاهي دادن به خانواده ها براي نظارت و كنترل بيشتر آنان بر فرزندان، اتخاذ تدابير امنيتي بيش‌تر نيروي انتظامي در محل‌هاي جرم خيز و اقداماتي به منظور كمك به خانواده ها، بخصوص نوجوانان و جواناني كه در معرض آسيب قرار دارند نيز مي تواند در اين زمينه موثر باشد.

علاوه بر خانواده، ساير نهادها از جمله قواي مجريه و مقننه نيز در اين زمينه وظايفي دارند كه تخصيص اعتبارات لازم مي تواند در رفع اين آسيب كمك كند.

برنامه ريزي اصولي و صحيح براي اشتغال در جامعه، رفع بي عدالتي، و پيگيري منطقي نيازهاي جوانان، تأمين امنيت و نياز شهروندان، جلوگيري از مهاجرت هاي بي رويه به شهرهاي بزرگ و جلوگيري از رشد شغل هاي كاذب، ايجاد مراكز آموزشي، ورزشي، تفريحي، مشاوره اي براي گذران اوقات فراغت نوجوانان و جوانان، ايجاد تسهيلات لازم براي جوانان و نوجوانان از قبيل وام ازدواج، وام مسكن، وام اشتغال و همچنين ايجاد بيمه همگاني، بيمه بيكاري و برخورداري نوجوانان و جوانان از تسهيلات اجتماعي مي تواند در كاهش آسيب هاي اجتماعي موثر واقع شود.

با اين حال، اين راهكارها در صورتي به سرانجام مي رسد كه نهادهاي اجرايي و قانونگذاري كشور نگاهي عميق و دقيق به رفع مشكل آسيب هاي اجتماعي داشته باشند تا اين معضل براي هميشه از جامعه رخت بربندد.

------------------------------------------------------------------------------

\*\* دبير اجتماعي ايرنا

<https://www.irna.ir/news/82719946>

آسيب هاي بي خانماني - علي حبيبي\*

تهران - ايرنا - بي خانماني به عنوان يك معضل اجتماعي معمولا در زمستان چهره خود را نمايان تر مي سازد اما نمي توان گفت كه اين معضل فقط در اين فصل در شهر وجود دارد.

همه يا اغلب بي خانمان ها زماني خانه دار بوده اند و در كنار خانواده زندگي مي كردند اما حالا پرسش اين است كه چه عواملي سبب پيدايش بي خانماني در جامعه شده است؟

پديده بي خانماني فقط مختص ايران نيست و حتي در كشورهاي پيشرفته نيز وجود دارد؛ نكته مهم اين است كه عوامل پيدايش آن در كشور ما و كشورهاي پيشرفته متفاوت نيست بلكه در خيلي مواقع، زمينه هاي پيدايش يكساني دارند.

بي خانماني زاييده فقر است اما فقر همه عوامل پيدايش آن نيست. عامل بي خانماني هر فردي مي تواند ريشه مهاجرت، ورشكستگي، وقوع جنگ، افزايش جمعيت، بيكاري، اعتياد، بدهكاري و پيامدهاي حوادث طبيعي و غيرطبيعي داشته باشد.

هر كدام از اين عوامل مي تواند افراد را بي خانمان كند كه بايد به ريشه هاي وقوع اين عوامل توجه كرد. بي خانماني هر چند خود زاييده عوامل ديگر است اما مي تواند منشاء خيلي از معضلات ديگر جامعه نيز باشد.

بطور مثال بيكاري سرمنشاء بسياري از معضلات و آسيب هاي اجتماعي از جمله بي خانماني است كه چنانچه فرد فاقد شغل باشد، مي تواند مشكلات او بعدها در اشكال مختلف از جمله مهاجرت خود را نشان دهد و همين مهاجرت نيز آسيب هاي اجتماعي ديگر از جمله فقر، حاشيه نشيني و ... براي او به همراه داشته باشد، بنابراين آسيب هاي اجتماعي به نحوي با يكديگر در ارتباط هستند و بطور مثال نمي توان گفت كه اگر يك آسيب اجتماعي برطرف شود، ديگر آسيب ها نيز رفع خواهد شد زيرا ممكن است چند آسيب اجتماعي گريبانگير يك فرد در جامعه باشد.

فردي كه بي خانمان و از خانواده دور است، يك يا چند آسيب اجتماعي را با هم دارد. يكي از معضلات بي خانماني اين است كه همسر يا فرزندان و خانواده خود را كم مي بيند و يا اصلا نمي بيند و اين آشكارترين مشكل فردي است كه خانه و كاشانه ندارد. فرزندان چنين خانواده هايي قطعا با مشكلات زيادي روبرو خواهند بود كه از تامين نيازهاي ضروري زندگي شروع و تا رسيدگي به تحصيلات فرزندان آنان ادامه مي يابد.

اين خانواده ها براي ادامه حيات چاره اي جز تامين نيازهاي ضروري خود از راه هاي مختلف ندارند كه خيلي از اين راه ها مي تواند از طريق شغل هاي كاذب حاصل شود كه مشكلات فرد و جامعه را افزايش مي دهد. اعضاي خانواده فرد بي خانمان، كاملا مستعد ادامه راه او هستند بنابراين چنانچه مشكل رفع نشود، به اعضاي خانواده و سپس كل جامعه قابل تسري و گسترش خواهد بود.

به بيان ساده تر مشكل بي خانماني اين افراد به آنها ختم نمي شود بلكه به خانواده و جامعه نيز تسري پيدا مي كند و هر لحظه در حال تكثير خواهد بود.

بي خانمان به افرادي گفته مي شود كه خانه نداشته باشند و در كنار خانواده زندگي نكنند. خانه مكان آسايش و آرامش است و افرادي كه اين مكان را نداشته باشند يعني آرامش و آسايش را به عنوان يكي از مهمترين نيازها ندارند. كسي كه آرامش نداشته باشد، مستعد پرخاشگري، خشونت، بزهكاري و زير پاگذاشتن عرف و ارزش ها و هنجارهاي جامعه است.

خانه فقط يك مكان فيزيكي نيست بلكه مامني براي رسيدن به آرامش است. بي خانماني رابطه مستقيمي با ثبات نداشتن كانون خانواده دارد. اختلافات خانوادگي، مشاجرات خانوادگي، بگو و مگوهاي زن و شوهر، شكاكي، طلاق هاي عاطفي همه اينها مي تواند در گسترش بي خانماني در جامعه تاثير داشته باشد.

براي گسترش نيافتن بي خانماني به عنوان يكي از آسيب هاي اجتماعي، بايد برنامه هاي مختلف براي پايداري و استحكام خانواده و زندگي و انجام مشاوره هاي رايگان در جامعه در پيش گرفت.

گسترش طلاق و كاهش ازدواج و از طرف ديگر فقر، مي تواند به افزايش بي خانماني در جامعه دامن بزند از اين رو مساله بي خانماني و خيلي ديگر از آسيب هاي اجتماعي به طور مستقيم بر يكديگر تاثيرگذارند و براي حل اين مساله بايد به مجموعه آسيب هاي اجتماعي نگاه كرد.

نگاه تك بعدي به آسيب هاي اجتماعي در واقع پاك كردن صورت مساله است و مادامي كه نتوانيم رابطه بين تاثير اشكال آسيب هاي اجتماعي بر يكديگر را به خوبي تشخيص دهيم اين مسائل به قوت خود باقي خواهد ماند.

بطور مثال براي رفع بي خانماني بايد مساله بيكاري جامعه رفع شود زيرا بخش زيادي از معضل بي خانماني نتيجه گسترش بيكاري در جامعه است.

همانطور كه در بالا اشاره شد بي خانمان ها معمولا در فصل سرما و زمستان تجميع مي شوند و در محل هاي مشخص و بويژه در گرمخانه ها كه زير نظر دستگاه هاي خدماتي شهر از جمله شهرداري است، حضور مي يابند و اين دوره زماني، بهترين موقعيت براي ساماندهي آنها است.

حرفه آموزي و ساير مهارت هاي كار از جمله برنامه هايي است كه بايد براي توانمندسازي بي خانمان ها در اين مراكز انجام داد تا اين قشر از جامعه بتوانند در بازار كار جذب شوند.

اگر به رفع آسيب هاي اجتماعي مثل بي خانماني توجه نشود، ابعاد اين مساله به تدريج در كل شهر قابل گسترش خواهد بود كه معضلات آن تا عمق لايه هاي جامعه و كانون خانواده ها تسري مي يابد.

----------------------------------------------------------------------------

\*\*دبير سرويس اجتماعي ايرنا

<https://www.irna.ir/news/82667113/>

آسيب هاي جامعه مضطرب - علي حبيبي\*

تهران - ايرنا - استرس از جمله عارضه هايي است كه نه تنها در بسياري از موارد مانع انجام درست كارها مي شود، بلكه عامل خيلي از بيماري ها در انسان است.

خيلي از فعاليت ها و كارها را مي توان بدون اضطراب و استرس انجام داد اما عوامل دروني و بيروني محيط كار مانع اين عمل مي شود بنابر اين در چنين شرايطي فرد نمي تواند بخوبي از انجام وظايف خود بر آيد. با وجود اين، وقتي فرد خود مضطرب باشد و در محيط استرس زا نيز قرار گيرد اين اضطراب دو چندان مي شود و بهره وري كار او نيز به شدت پايين مي آيد.

اضطراب و استرس فقط به فرد زيان نمي رساند بلكه عوارض اين استرس به محيط كار نيز سرايت مي كند و اين موضوع مي تواند بهره وري يك مجموعه را تحت تاثير قرار دهد.

آسيب ها و صدمات استرس در محيط هاي مختلف با هم تفاوت دارد براي مثال استرس در محيط هاي فكري با محيط توليد يك محصول صنعتي با تفاوت هايي روبرو است. در محيط هاي صنعتي اضطراب مي تواند صدمات جسمي جبران ناپذيري به فرد وارد كند در حالي كه استرس در محيط هاي فكري به صدمات روحي و رواني در فرد منجر مي شود.

اضطراب و استرس محصول ناتواني يك فرد و يا يك مجموعه نسبت به انجام كار محوله هست به بيان ساده تر وقتي فردي از كارآمدي و توانمندي لازم براي انجام يك فعاليت برخوردار باشد در آن محيط كمتر دچار استرس مي شود و از اين رو اين اضطراب را به سايرين انتقال نمي دهد.

در مقابل وقتي فردي از توانمندي و كارايي و اطلاعات كامل در حوزه كاري خود برخوردار باشد اين اضطراب و استرس كمتر به اطرافيان انتقال مي يابد.

با اين حال فارغ از محيط كار، اكنون زمينه هاي ايجاد استرس و اضطراب در محيط هاي شهري بسيار فراوان ديده مي شود كه صدمات زيادي به شهروندان وارد مي كند. اين استرس تا عمق لايه هاي جامعه و همچنين خانواده ها مي تواند گسترش يابد كه يكي از متاثرين آن مي تواند كودكان و افراد سالمند باشند.

به تازگي شوراي پنجم شهر تهران طرحي براي تهران بدون استرس را در دستور كار خود قرار داده تا اين عامل مضر رو به كاهش گذارد.

همانطور كه گفته شد خيلي از بيماري هاي شهروندان از استرس و اضطراب نشات مي گيرد بنابر اين هر اقدامي كه در مقابل بروز اين عامل انجام شود به معني كاهش خيلي از بيماري ها خواهد بود و در نتيجه صدمات روحي حاصل از آن و همچنين خسارات فراوان به سيستم درمان كشور كاهش خواهد يافت.

بنا به اعلام پزشكي قانوني در زمان حاضر دو عامل سرطان و بيماري هاي قلبي، مهمترين عامل مرگ و مير پايتخت نشينان مي باشد كه هر دوي آنها ناشي از استرس و اضطراب است بنابر اين چنانچه بتوانيم ميزان استرس و اضطراب شهروندان را كاهش دهيم به ميزان زيادي از مشكلات و هزينه هاي جامعه كاسته ايم.

براي كاهش استرس و اضطراب در جامعه ابتدا بايد بررسي كنيم كه منشاي ايجاد اين پديده كجاست تا به درمان آن بپردازيم.

مهاجرت بخاطر كمبود درآمد، وضعيت مالي و امكانات شهري و فقر از عوامل ايجاد استرس در جوامع است. همه اين عوامل به ميزان رفاه يك جامعه بر مي گردد، يعني چنانچه افراد از نظر رفاه در وضعيت نسبي قرار داشته باشند اين استرس ها تا حد زيادي با كاهش روبرو خواهد شد.

هر چند ممكن است كه برخي از افراد بگويند كه ثروتمندها نيز دچار استرس و اضطراب هستند، بايد گفت كه بخش اعظم استرس و اضطراب آنان ناشي از ذغدغه حفظ همين دارايي است بنابر اين باز هم مي توان گفت كه عامل استرس تا حد زيادي به ميزان اندوخته مالي يك فرد وابسته است.

با اين حال ترافيك، دير رسيدن به مقصد و محل كار، توبيخ در محل كار، مسافركشي، بوق هاي ممتد در خيابان، تردد در خيابان و.. همه مي تواند از عوامل استرس در جامعه باشد كه مي توان با اندكي گذشت خيلي از اين مسايل مرتبط با اين عوامل را رفع كرد.

براي كاهش استرس در جامعه بايد افراد مهارت كنترل اضطراب را فراگيرند و دستگاه ها و ارگان هاي ذي ربط از جمله شهرداري ها با برگزاري چنين دوره هايي، شهروندان را در آگاه سازي روش هاي مختلف كاهش استرس ياري كنند.

مدارس و دانشگاه ها نيز بايد به فراگيران بياموزند كه استرس و اضطراب مخل انجام هر فعاليت و كاري هست و امورات در محيط هاي آرام و كم تنش بهتر انجام مي شود.

پيش بيني فضاي سبز كافي، مراكز تفريحي و سرگرمي در شهرها، نمايش فيلم هاي آرامبخش، تقويت ايمان افراد و ايجاد اشتغال در جامعه از راه هاي كاهش استرس در جامعه است كه بايد تلاش ها را براي رسيدن به جامعه آرام مضاعف كرد.

هيچ جامعه اي در محيط تنش آلود و پراسترس به رشد و شكوفايي نرسيده است، از اين رو همه بايد تلاش كنند كه محيط هاي آرام و كم تنش در محل كار و فعاليت فراهم كنند تا افراد بدون دغدغه راه پيشرفت و توسعه را در پيش گيرند.

\* دبير اجتماعي ايرنا

<https://www.irna.ir/news/82635855/>

ريشه خشونت در جامعه كجاست؟ \* علي حبيبي

تهران - ايرنا - بعيد است شما در طول يك روز از ميدان، خيابان و يا كوچه اي عبور كنيد ولي خشونت و تندخويي را نبينيد، اين خشونت مي تواند كلامي و يا فيزيكي باشد كه هر دو براي سلامت جامعه مضر و زيان آور است.

جامعه ما با مشكلات زيادي روبرو است اما راه حل رفع اين مشكلات، خشونت نيست. خشونت و تندخويي مي تواند مسايل را زيادتر كند اما نمي تواند آن را رفع كند، اين موضوع را علم و تجربه ثابت كرده است.

چرا چيزي كه علم و تجربه آن را ثابت كرده باز هم در جامعه ما تكرار و تكرار مي شود. ريشه تكرار اين مكررات چيست؟ جامعه ما ديني است و دين، خشونت را نفي مي كند پس چرا به آن عمل نمي كنيم.

آناني كه دست به خشونت مي زنند خيلي زود پيشمان مي شوند، اما وقتي پيشمان مي شوند كه مشكلات آنان بواسط همين خشونت چند برابر شده است.

كنترل خشم و عصبانيت باعث پخته تر شدن انسان مي شود و كساني كه چنين رويه اي در پيش گيرند در زندگي موفق ترند. افرادي كه زود عصباني مي شوند به همه زيان مي رسانند كه اين آسيب به فرد عصباني بيشتر است.

پس از فرد عصباني، بيشترين عوارض حركت اين افراد به كودكان و نوجوانان كه آينده سازان جامعه هستند مي رسد كه با هيچ چيز ديگر قابل جبران نيست.

كنترل خشم امروز از نيازهاي جامعه ما است. مهارت كنترل خشم و تندخويي امروز از ضروري ترين نيازها براي رسيدن به جامعه آرام است. جامعه آرام مي تواند به خيلي از نيازهاي اساسي انسان از جمله محيط مساعد براي رشد استعدادها و پيشرفت پاسخ دهد اما جامعه ناآرام و متلاطم هرگز چنين دستاوردي براي بشريت به همراه ندارد.

هر منطقه اي از شهر و جامعه ما از نظر خشونت با تفاوت هايي روبرو هستند. خشونت كلامي هر چه به پايين شهر نزديك تر شويم بخاطر انبوه جمعيت بيشتر مي شود. ازدحام نامتعارف جمعيت در منطقه اي، آسيب ها را بالا مي برد كه يكي از اين زيان ها، خشونت است.

هر چه خانه ها كوچكتر، مسافرت، اماكن ورزشي و وسايل تفريحي و گذاران اوقات فراغت و همچنين مكان هاي هنري از جمله سينما و هنرهاي تجسمي در منطقه اي كمتر شود، جامعه به خشونت هاي بيشتري روي مي آورد، بنابراين نتيجه مي گيريم كه انسان در كنار كار و تلاش بايد از اين امكانات براي آرامش نيز بهره گيري كند.

اگر فكري به حال افزايش اماكن ياد شده نكنيم، دامنه اين خشونت ها حداقل كمتر نخواهد شد و آيا هرگز فكر كرده ايم اين خشونت ها همين طور به نسل هاي آينده نيز منتقل مي شود.

براي كاهش خشونت بايد چگونگي دستيابي انسان به فضايل و مكارم اخلاقي از آموزش هاي مدرسه شروع شود به عبارت ديگر بايد محتواي آموزشي طوري تدوين شود كه خشونت ها در آن نهي شود و رفتارهاي مبتني بر ارزش هاي جامعه ترويج گردد.

افراد بايد مهارت هاي كنترل خشم را بياموزند و ياد بگيرند كه در مورد هر مساله اي زود رنجيده خاطر نشوند و در چنين زمان هايي موقعيت خود را تغيير دهند.

تعيين مبحث درسي در كتاب هاي دوره ها و پايه هاي مختلف تحصيلي يكي از ضروري ترين نيازهاي جامعه است كه مي تواند از كودكي به فرد آموزش داده شود كه چگونه بر خشم خود غلبه كنند.

شايد يكي از عوامل مهمي كه مي تواند خشونت و تندخويي در جامعه، خانواده و ساير مكان ها را كاهش دهد، «گذشت» باشد. گذشت نه تنها ضعف نيست بلكه نشانه قوت فرد است. خيلي از افراد قدرتمند گذشت مي كنند كه همين عامل شخصيت و بزرگواري آنان را در نزد ديگران بالا مي برد و در عين حال خيلي از افراد ضعيف، در مقابل مسايل زندگي و جامعه گذشت ندارند و مردم به نيكي از آنان ياد نمي كنند. بنابر اين گذشت نشانه بزرگ بودن انسان است.

خيلي از افراد حتي در زندگي خصوصي و خانواده نيز گذشت ندارند كه همين مساله مشكلات آنان را افزايش داده و بخاطر همين موضوع مسايل كوچك به مسايل بزرگ و لاينحل تبديل شده ولي خيلي از افراد نيز هستند كه با گذشت مسايل بزرگ را رفع كرده اند كه اين مساله تفاوت بين گذشت كردن و نكردن را به ما يادآوري مي كند.

در پايان اين نكته را ياد آوري مي كنم كه هيچ دليلي براي بد بودن و خشونت نداريم ولي هزار دليل براي خوب بودن و گذشت داريم كه اگر گذشت كنيم در نزد همه عزيزيم حتي آنهايي كه در نزد مردم بد تصور مي شوند.

\*\* دبير اجتماعي ايرنا