گزارش

حتما خیلی بدم که مامان سرم داد زد

ایسنا: فریادزدن سر کودک، مساوی است با این جمله که «تو هیچ حقی نداری و تصمیم‌گیرنده نهایی من هستم». یکی از خصلت‌های بد برخی والدین این است که در مواقعی که به هر دلیلی دچار خشم و عصبانیت می‌شوند، این خشم خود را بر سر کودک خالی می‌کنند. اصطلاحا بر سر او فریاد می‌زنند. شاید در نگاه اول مسئله خاصی نباشد و به یک نگاه عادی تقلیل پیدا کند، ولی بر اساس احکام روان‌شناسی، جزء خطرناک‌ترین رفتارهای والدین است که می‌تواند بر روان کودک تأثیر منفی بسیاری بگذارد. کودکان در دنیای کودکی خودشان در حال فعالیت، بازی و لذت‌بردن از زندگی هستند که یک‌دفعه صدایی بلند غافلگیرشان می‌کند. دادزدن سر کودک باعث آسیب‌های جبران‌ناپذیری به آنها می‌شود و مانند تنبیه کودک هیچ تأثیری در اصلاح و بهبود رفتارشان ندارد. در این رابطه با خانم آزیتا دانشوری‌فرد، روان‌شناس کودک و نوجوان، به گفت‌وگو نشستیم که در ادامه می‌خوانید.

فریاد زدن بر سر کودکان چه عوارضی می‌تواند برای آنها داشته باشد؟

شکل‌گیری رفتارهای ازهم‌گسیخته در کودکان یکی از این عوارض است. این رفتار والدین احتمال بروز رفتارهای دردسرساز و مشکلاتی مانند اختلال سلوک در کودکان و نوجوانان را افزایش می‌دهد. فریادزدن باعث می‌شود کودک احساس بی‌ارزش‌بودن کند. تمام افراد در هر سن و سالی باشند، دوست دارند برای دیگران ارزشمند باشند؛ این احساس در کودکان بسیار بیشتر است. وقتی سر کودک داد می‌زنید، توانایی‌ها، قابلیت‌ها و ارزش خود را زیر سؤال می‌برد و عزت‌نفس خود را از دست می‌دهد. در واقع دادزدن سر کودک، سریع‌ترین راهی است که باعث می‌شود احساس بی‌ارزش‌بودن کند. شکل‌گیری افکار منفی و ناامیدی در کودک نیز از عوارض دیگر فریادزدن بر سر کودک است. افکار منفی کودکان بیشتر به نگاه بدبینانه آنها نسبت به خود و توانایی‌هایشان معطوف است. در واقع، کودکان منفی‌باف مدام از خودشان به صورت بی‌رحمانه و غیرواقع‌بینانه‌ای انتقاد می‌کنند؛ مثلا با خودشان می‌گویند: «حتما خیلی بدم که مامان سرم داد زد» یا «اون‌قدر بد بازی کردم که همه خانواده ناراحت شدن». این افکار مثل خوره به جان کودک می‌افتد و کم‌کم او را به سمت هیجانات منفی و ناکارآمدی مانند افسردگی و اضطراب در کودکان سوق می‌دهد.

مشکل در شکل‌گیری اعتمادبه‌نفس

افزایش استرس، اضطراب و ابتلا به افسردگی در آینده هم می‌تواند ناشی از این رفتار والدین باشد. فریادزدن سر کودک، مساوی است با این جمله که «تو هیچ حقی نداری و تصمیم‌گیرنده نهایی من هستم». این سبک از فرزندپروری، شکل‌گیری اعتمادبه‌نفس در کودکان را با مشکل مواجه می‌کند. آنها با احساس گناه، استرس و ناراحتی بزرگ می‌شوند و پتانسیل بیشتری برای ابتلا به مشکلات روانی مختلف دارند. این علائم، علاوه بر افزایش رفتارهای مشکل‌ساز، احتمال وقوع اختلالات رفتاری تخریبی و رفتارهای خودویرانگر، مانند مصرف مواد و ارتکاب جرم را افزایش می‌دهد. افزایش مشکلات جسمانی نیز از عوارض دیگر فریادزدن بر سر کودکان است. امنیت روانی، برای رشد بهنجار مغز و دیگر اندام‌های بدن، ارزشی هم‌پایه با تغذیه مناسب و امنیت فیزیکی دارد. استرس‌های ناشی از فریادزدن سر فرزندان، احتمال ابتلا به مشکلات جسمانی را در بزرگسالی افزایش می‌دهد. دادزدن باعث می‌شود کودک احساس بی‌ارزش‌بودن کند. تمام افراد در هر سن و سالی باشند دوست دارند که برای دیگران ارزشمند باشند؛ این احساس در کودکان بسیار بیشتر است. وقتی سر کودک داد می‌زنید، توانایی‌ها، قابلیت‌ها و ارزش خود را زیر سؤال می‌برد و عزت‌نفس خود را از دست می‌دهد. در واقع دادزدن سر کودک، سریع‌ترین راهی است که باعث می‌شود احساس بی‌ارزش‌بودن کند.

ایجاد پنهان‌کاری در کودکان

دادزدن سر کودک رابطه والدین و کودکان را ضعیف می‌کند. این رفتار، شما و کودک را در دو جبهه مخالف قرار می‌دهد. کودک دیگر مانند گذشته با شما احساس صمیمیت نمی‌کند. برای اینکه واکنش مشابهی از طرف شما دریافت نکند، ممکن است حتی به پنهان‌کاری روی بیاورد. فریادزدن سر کودک، آسیب‌زاست. مطالعات متعدد نشان داده‌اند که این رفتار، به کودکان آسیب می‌رساند. بر اساس این مطالعات، فریادزدن یا جیغ‌زدن به عنوان یکی از معیارهای «انضباط خشن» در خانه شناخته می‌شود و کودکانی که به این شیوه تنبیه می‌شوند، در آینده دچار مشکلاتی مثل عملکرد ضعیف در مدرسه، مشکلات رفتاری و حتی رفتارهای بزهکارانه می‌شوند. افزایش دردهای مزمن نیز از عوارض دیگر دادزدن است. دردهای مزمن ترکیبی از مشکلات روانی و جسمانی پیچیده هستند که شناخت کمی از آنها داریم و درمان قطعی و مؤثری در حال حاضر برایشان وجود ندارد. بر اساس مطالعات، کودکانی که تجربیات منفی بیشتری در زمینه سوءاستفاده کلامی یا دیگر انواع کودک‌آزاری داشته‌اند، به احتمال بیشتری در بزرگسالی به دردهای مزمن دچار می‌شوند. مشکلاتی مانند دردهای ناشی از سیستم عصبی مثل سردرد، گردن‌درد و ناراحتی‌های روانی بلندمدت در آینده و بزرگسالی برایشان ایجاد می‌شود. یکی از بهترین کارهایی که در مواقع عصبانیت می‌توانید انجام دهید، این است که محل را ترک کنید. حتی می‌توانید بروید جای دیگری و فریاد بزنید، ولی هرگز سر کودک داد نزنید.

توصیه‌هایی برای والدین با این شیوه رفتاری

والدین عوامل زمینه‌ساز را شناسایی کنند. شناسایی عوامل بیرونی فریادزدن، در خودداری از انجام آن به والدین کمک می‌کند. هر موضوعی توان تبدیل‌شدن به عامل زمینه‌ساز برای دادزدن را دارد؛ مانند خستگی، فشار کاری، درگیری با یک دوست یا حتی حوصله‌نداشتن برای آشپزی. بنابراین خودآگاهی و شناخت عوامل زمینه‌ساز باعث گسترش دامنه انتخاب‌های والدین می‌شود. یکی از راهکارها این است که والدین قبل از فریادزدن هشدار بدهند. اگر رفتار کودک در حال کلافه‌کردن والدین است، به‌جای دادزدن یا قهر تربیتی، به او هشدار بدهند. مثلا بگویند: «رضا داری هُلم می‌دی، الان دیگه اعصابم خورد می‌شه». اغلب اوقات، همین کار ساده باعث آرام‌شدن فرزندتان می‌شود. آرامش روان و تخلیه هیجانی والدین نیز از روش‌های دیگری است که والدین می‌توانند از آن استفاده کنند. اگر واقعا خیلی عصبی هستید و به تخلیه آن نیاز دارید، شرایطش را برای خودتان مهیا کنید. به‌عنوان مثال، به حمام بروید و با فشار آب فریادهایتان را بشویید. همچنین والدین می‌توانند از تکنیک‌های ریلکسیشن مانند تنفس عمیق استفاده کنند. به خیابان بروند و کمی پیاده‌روی کنند. به ورزش بروند، زیرا انقباض عضلانی در کاهش بار هیجانی مطالب بسیار مؤثر است. والدین باید رفتارهای متناسب با سن کودک را بشناسند. دانستن اینکه چه رفتارهایی در سنین خاصی از کودکی شایع هستند، به کنترل عصبانیت آنها کمک می‌کند. به‌عنوان مثال، در حدود سه‌سالگی، کودکان علاقه زیادی به «نه گفتن» دارند و تا حدودی لجبازی می‌کنند. یکی از بهترین کارهایی که در مواقع عصبانیت می‌توانید انجام دهید، این است که محل را ترک کنید. حتی می‌توانید بروید جای دیگری و فریاد بزنید، ولی هرگز سر کودک داد نزنید. برای کاهش اضطراب و عصبانیت علاوه بر ترک‌کردن محل می‌توانید کارهای دیگری هم انجام دهید، مثلا در فضای باز قدم بزنید و هوا بخورید.

جایگاه تئاتر حرفه‌ای در الگوی فراغت

از نگرش سلبی تا مواجهه دوگانه

زهرا اکبری
پژوهشگر پژوهشکده دانشگاه صنعتی شریف

فراغت، گذران لحظاتی است که آزادانه با درجاتی از شوق و رغبت و خارج از چارچوب کار عادی، حرفه‌ای و تخصصی افراد صورت می‌گیرد. فراغت، متضمن تصمیم‌گیری واقعی است و این تصمیم‌گیری از انگیزه‌های درونی فرد (رهایی از بند قالب‌های تحمیلی، شریک‌شدن لحظات با دوستان و خانواده و...) منبعث و وابسته به نحوه زیست و نگرش او در ساختار اجتماع تعیین می‌شود. ساختارهای اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و اقتصادی دارای اثرگذاری جدی در نحوه تعیین فراغت، نوع یا شکل آن برای اعضای جامعه‌اند. تئاتر یکی از پایگاه‌های فراغتی است که افراد در ایام فراغت و خارج از قلمرو ضرورت، برای تماشای آن اقدام می‌کنند. بررسی‌های کمّی و کیفی نشان می‌دهد تماشای تئاتر به تنهایی یا در قیاس با سایر گونه‌های فراغت نظیر سینما فاقد جایگاه درخور در سبد مصرف فرهنگی خانوار ایرانی است؛ به گونه‌ای که طی پنج سال با افت جدی مخاطب مواجه بوده است. اداره کل هنرهای نمایشی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در آخرین گزارش عملکرد خود، فروش بلیت تئاتر در سال ۱۴۰۲ را سه‌میلیون و صد هزار عدد اعلام کرد. این در حالی است که در سال ۱۳۹۷ فروش بلیت تئاتر، هشت‌میلیون و ۲۰۰ هزار عدد بوده است. بر اساس آخرین نتایج پیمایش ملی مصرف رسانه‌ای مردم در سال ۱۴۰۰ با حجم نمونه ۱۴هزارو ۲۷ نفری، تنها ۶٫۱ درصد از پاسخ‌گویان در سال به تئاتر رفته‌اند یا تئاتر را به صورت آنلاین تماشا کرده‌اند. میانگین دفعات رفتن به تئاتر در این گروه، کمتر از یک بار (۰٫۱۷ دفعه) برآورد شده است (مرکز تحقیقات صداوسیما، ۱۴۰۰). در این نوشتار، بر آنیم تا به بررسی علل چندگانه مسئله حلقه مفقوده تئاتر حرفه‌ای در الگوی فراغت مصرف‌کننده ایرانی بپردازیم. مقصود از تئاتر حرفه‌ای آن قسم از تئاتر است که فراتر از جنبه سرگرم‌کننده آن، صحنه‌ای برای آفرینش زندگی جمعی، تجلی‌گاه اندیشه، محملی برای عمیق‌شدن در کُنه وقایع جامعه و فراغتی توأم با تفکر است.

۱. عدم شناخت و وجود رگه‌هایی از نگرش سلبی بدنه سیاست‌گذاری نسبت به تئاتر حرفه‌ای

هنر قسمی از فرهنگ و منتقل‌کننده و آموزش‌دهنده مفاهیم و معناهایی است که در تعامل با سایر عناصر فرهنگ شکل می‌گیرند. تئاتر به‌عنوان نمودی از هنر، به واسطه آنکه در تعامل مستقیم با مخاطب است، نقش آموزش‌دهنده فرهنگ و عنصر آگاه‌ساز جامعه را نیز ایفا می‌کند. تئاتر، بستر پیوندساز حیات اجتماعی با صحنه و ایجادکننده جریان مشترکی بین هر دو است؛ به‌گونه‌ای که هیچ رسانه دیگری به میزان تئاتر به سبب زنده اجراشدن، دارای تأثرات عمیق بر مسائل اجتماعی نیست. درگیرکردن ذهن، تخیل و تمام حواس تماشاگر و وادارکردن او به تفکر، او را از حالت منفعل به کنشگر مبدل می‌کند و همین مشارکت‌جویی و کنشگری به معنای آزادی هنگام تماشا و حتی پس از آن است. دو وینیو، نظریه‌پرداز جامعه‌شناسی هنر در اثر خود با عنوان «جامعه‌شناسی تئاتر» می‌نویسد:

«هیچ هنر دیگری همچون تئاتر نمی‌تواند با نمایش نقش‌های اجتماعی، این‌چنین برانگیزنده اعتراض، انکار، تصدیق و مشارکت مخاطبان خود باشد. بنابراین تئاتر بده‌بستانی دائمی با تماشاگران دارد. صحنه نمایش تنها جایی نیست که تماشاگران درگیر تئاتر هستند. کاربندی اجتماعی تئاتر تمام جامعه و نهادهایش را تحت تأثیر قرار می‌دهد و موجب برقراری ارتباط میان زیبایی‌شناسی و حیات اجتماعی می‌شود. در زندگی اجتماعی می‌توان اشکال مختلف تئاتری‌کردن هستی را یافت که از اعمال حیاتی تا مناسک سیاسی و عرفی یک جامعه را در بر خواهد گرفت». مرور تاریخی تئاتر در ایران گویای این مهم است که همچنان تئاتر به‌عنوان یک مقوله فرهنگی، عنصر آگاه‌ساز جامعه و در جایگاه ضلعی از الگوی فراغت و در قیاس با سایر عرصه‌ها به‌ویژه از جانب نهادهای متولی، پذیرفته نشده است. زیرساخت‌های توسعه تئاتر حرفه‌ای اعم از سالن‌های نمایش، نسبت جمعیت به صندلی و بسترسازی برای آموزش تئاتر در مدارس در کمترین حالت خود فراهم شده است. طبق آخرین آمارهای رسمی، مجموع سالن‌های دولتی و خصوصی تئاتر در کشور ۵۰۶ سالن بوده و در مقایسه با سالن‌های سینما، ۲۴۵ سالن کمتر است. باید در نظر داشت در این آمار، سالن‌های غیراختصاصی تئاتر اعم از سرای محلات، هتل‌ها، تالارهای همایش، فرهنگسراها و... نیز در نظر گرفته شده است. تعداد صندلی‌های فعال تئاتر در کشور ۱۰۸هزارو ۸۲۸ عدد (به ازای هر ۷۸۱ نفر یک صندلی) اعلام شده است (گزارش عملکرد اداره کل هنرهای نمایشی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۴۰۲) که ۲۳ هزار عدد کمتر از صندلی‌های فعال سینماست. بسیاری از سالن‌های دارای قدمت و بااصالت تئاتر ازجمله تئاتر شهر، فاقد استانداردهای لازم برای نمایش‌اند و اقدام مؤثری در زمینه بازسازی و نوکردن تجهیزات و بهبود معماری آن صورت نگرفته است. پروژه‌های عمرانی نیمه‌کاره احداث سالن‌های جدید ازجمله ساخت سالن تخصصی تئاتر زنجان که با گذشت ۱۸ سال، تکمیل آن با پیشرفت فیزیکی حدود ۱۳ درصد متوقف مانده نیز مسئله دیگری است که غفلت متولیان این حوزه را برجسته می‌کند. با وجود آنکه چند سالی است تئاتر برای مخاطب کودک رواج یافته، اما زیرساخت آموزش تئاتر در مدارس به‌منظور پرورش خلاقیت کودک، جامعه‌پذیری و بهبود تعاملات اجتماعی او از سنین پایین ممکن نشده است. فعالیت سایر نهادها اعم از کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان که دیرزمانی مدخل اصلی آموزش تئاتر به کودک بوده است، به قوت گذشته نیست. این در حالی است که کشورهای پیشرو در توسعه تئاتر، با فرانگری نسبت به تئاتر به مثابه سرگرمی، آموزش تئاتر به کودکان مدارس را سرلوحه برنامه‌های بنیادین آموزشی خود قرار داده و در مراحل پیشرفته‌تر با اتخاذ رویکردهای نوین آموزشی نظیر تئاتردرمانی، موجبات ارتقای سلامت روحی کودک را فراهم کرده‌اند.

در نگرشی عمیق‌تر به مسئله می‌توان گفت تئاتر کشور در طول حیات خود، قربانی سیاست‌گذاری‌های فرهنگی نابخردانه، عدم ثبات مدیریتی و برخوردهای سلیقه‌ای مدیران شده است. بسیاری از فعالان تئاتر و به طور خاص پیش‌کسوتان این حوزه، تیشه ممیزی بر ریشه تئاتر را مخل فرایند توسعه تئاتر و عامل انزوای اهالی آن می‌دانند. سانسور نمایش‌نامه (که خود زمینه‌ساز بی‌انگیزگی نمایش‌نامه‌نویسان و روی‌آوری کارگردانان به استفاده از نمایش‌نامه‌های ترجمه‌ای است) و لغو مجوز نمایش (به دلایلی همچون پخش موسیقی، مختلط‌بودن بازیگران، پوشش بازیگران یا تماشاچیان)، تنها نمونه‌هایی از این مسئله است. در یک نمونه معروف، پرفروش‌ترین تئاتر حرفه‌ای بعد از انقلاب (در دهه ۷۰) «پیروزی در شیکاگو» را می‌توان نام برد که در سال ۱۳۷۱ پس از ۳۰ شب اجرا به دستور رئیس وقت مجموعه تئاتر شهر زودتر از موعد و بدون هیچ توضیحی متوقف شد. در ماه‌های اخیر، نقض حریم تئاتر شهر، بنایی که ثبت ملی شده است، با واکنش‌های بسیاری از سوی اهالی تئاتر و پژوهشگران همراه بود. برخی، این طرح را دارای سابقه ۱۰ساله و در راستای سیاست‌های انقباضی حریم‌ها در محدوده شهرها از سوی وزارت میراث فرهنگی می‌دانند. اغلب معتقدند افتراق تئاتر شهر از شهر، مصداق بارز تعرض به نمادهای ملی و فرهنگی است و جان تئاتر کشور را نحیف‌تر می‌کند.

مخلص کلام آنکه تئاتر به‌عنوان میدانی از جامعه متأثر از نوع نیروها و نگرش حاکم بر بافتار سیاسی، می‌تواند افول یا قوام یابد. چه‌بسا نیم‌نگاهی به تاریخ هنر نشان می‌دهد تئاتر در غرب (با پیشگامی رم و یونان) که برآمده از دل اسطوره‌ها و آیین‌ها دوره اوج خود را به‌ویژه در بستر کنشگرانه می‌گذراند، بعد از امپراتوری رم و اوج قدرت کلیسا و تا حدود ۷۰۰ سال به معنای واقعی کلمه از میان رفت. مانند آنکه نمایش‌های دارای قدمت در ایران، مانند سیاه‌بازی، تخت‌حوضی، روحوضی، نقالی، پرده‌خوانی، تعزیه و... امروزه به میزان زیادی رو به زوال رفته است. این مهم نه‌تنها به واسطه تحولات درونی هنر، بلکه به موجب ساختارهای سیاست‌گذاری و شیوه تصمیم‌گیری از جانب متولیان عرصه تئاتر کشور حاصل شده است. اساسا نوعی شکاف عمیق نسبت به ادراک سیاست‌مداران با مقوله هنر و فرهنگ و عدم شناخت نسبت به ذائقه فرهنگی همه اقشار اجتماعی از یک سو و زیست هنرمندان جامعه از سوی دیگر قابل رصد است که تئاتر نیز از این قاعده کلی مستثنا نیست. ادراک ضعیف بدنه سیاست‌گذاری و در رأس آن اداره کل هنرهای نمایشی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی نسبت به تئاتر حرفه‌ای و اثرپذیری و اثرگذاری ویژه آن بر مخاطبان که می‌تواند آزادانه محفلی برای بیان افکار عمومی باشد، منجر به حفظ یا تسری نگرش سلبی نسبت به توسعه تئاتر شده است. تئاتر همچنان بیش از آنکه نوعی رسانه آگاهی‌بخش و مکمل الگوی فراغت شناخته شود، گویی عنصری تهدیدآمیز تلقی می‌شود که برهم‌زننده نظم اجتماعی است. این در حالی است که تئاتر، مفری برای رهاسازی موقعیت‌های سرکوب‌شده و به میان نهادن دیدگاه‌های بدیع در مورد وقایع اجتماعی است. کارکرد تئاتر در قالب تسهیل‌کننده گفت‌وگو میان گروه‌های اجتماعی و دادن صدا به گروه‌های خاموش جامعه، موجب می‌شود تا در یک فضای آگاهی‌بخش، یکپارچگی اجتماعی رقم بخورد. ماحصل این مهم، اعتلای تولید فرهنگی یعنی شکل‌گیری، توزیع و حفاظت از عناصر نمادین فرهنگ است که از طریق ابقا و توسعه ابزارها و سازوکارهای درونی آن صورت می‌گیرد.

۲. اقتصاد نحیف تئاتر حرفه‌ای

تئاتر نوعی محصول یا کالای هنری-فرهنگی است که موجودیت آن متضمن برهم‌کنش انتقال معانی فرهنگی و مؤلفه‌های اقتصادی (تولید، توزیع و مصرف) در یک نظام انسجام‌یافته است. این تعریف، منشعب از اقتصاد فرهنگ به این معنا که «اثر فرهنگی» منوط به بسترسازی اقتصادی برای مبدل‌شدن به «کالای فرهنگی» است، قوام یافته است. زنجیره ارزش تئاتر در ایران در هر مرحله از زمان تولید (نمایش‌نامه) و توزیع (سالن‌های تئاتر و تالارهای نمایش) تا حلقه نهایی یعنی تماشای نمایش از سوی مصرف‌کننده (مخاطب)، دچار اختلالاتی است که فرایند بازدهی اقتصادی و رونق بازار تئاتر را به تأخیر می‌اندازد. آمار رسمی و شفاف از حجم بازار تئاتر در ایران در دسترس نیست. با این وجود، برخی آمارها درباره فروش، نظیر تعداد بلیت‌های فروخته‌شده یا عدد پرفروش‌ترین تئاترهای چند سال اخیر و وضعیت اشتغال اهالی تئاتر، نمایی از وضعیت بازار تئاتر را روشن می‌کند. همان‌گونه که در مقدمه نوشتار حاضر اشاره شد، در سال ۱۴۰۲ سه‌میلیون و صد هزار بلیت در تئاتر و ۲۶٫۸ میلیون بلیت در سینما به فروش رفته است (نقشه وضعیت سینما، نمافر، ۱۴۰۲). همچنین پنج‌هزارو ۴۲۱ عنوان تئاتر در ۵۲هزارو ۷۵۳ نوبت در کل استان‌های کشور در همین سال به اجرا درآمد (گزارش عملکرد اداره کل هنرهای نمایشی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۴۰۲). علاوه بر تفاوت فاحش فروش بلیت سینما در قیاس با تئاتر و فاصله نزدیک به ۹برابری، پرسش اساسی این است که با وجود تعداد عناوین بالا و به دفعات نسبتا زیاد، چرا و چگونه فروش اندک بلیت و کم‌رونقی بازار تئاتر رقم خورده است؟ هزینه تولید اثر نمایشی و اجرای تئاتر حرفه‌ای به سبب وجود دست‌اندرکاران متعدد بالا بوده، اما درآمد آن جز در موارد معدود با هزینه‌ها همخوانی ندارد. پرفروش‌ترین تئاترهای حرفه‌ای کشور با توجه به تغییرات درخورتوجه تورم، در بررسی پنج‌ساله از مرز هفت میلیارد تومان گذر نکرده است.

به میزان آنکه ساختارهای اقتصادی جوامع متکی بر مداخله دولت یا بخش خصوصی باشد، اقتصاد تئاتر موجودیت متفاوتی به خود می‌گیرد. این‌گونه که برمی‌آید، علاوه بر آنکه حدود مداخله دولت در اقتصاد تئاتر ایران شفاف نیست، تجربه دو دهه اخیر تئاتر خصوصی نیز کارساز نبوده است.

نتایج مطالعه‌ای تا دهه ۱۳۹۰ نشان می‌دهد سرمایه‌گذاری بخش خصوصی و اهداف اقتصادی برای تئاتر از مواردی بوده‌اند که در مصوبات دولت‌ها کمتر به آن توجه شده است (دهقان‌پیشه و اسماعیلی، ۱۳۹۰). در آن دوره، ضرورت گزینش شیوه‌های اصولی دولت برای حمایت و تشویق سرمایه و اندیشه‌های اقتصادی مناسب بخش خصوصی مطرح بود، به‌ویژه آنکه دولت توان مالی قابل توجه برای ارتقای کیفیت این هنر نداشت (افشار، ۱۳۹۲). اما در دو دهه اخیر، به راه افتادن جریان خصوصی‌سازی از دید اهل فن تئاتر، تجربه موفقی به شمار نمی‌رود، چراکه وابسته به سرشت خصوصی‌سازی در ایران و در اغلب عرصه‌های فرهنگی، آثار نمایشی نیز به اقتضائات بازار و صرف پول‌سازی تن سپرده است (روزخوش و رازقی، ۱۳۹۸).

کمبود عرضه و تقاضا در میدان اقتصاد تئاتر، متأثر از سیاست ناکارا و ناکارآمد مدیریت توزیع که عملا قادر به اداره شبکه‌های مختلف توزیع نبوده است، یکی از عوامل اصلی شکل‌گیری اقتصاد نحیف تئاتر محسوب می‌شود. افشار بیان می‌دارد چهار شبکه در نظام توزیع تئاتر وجود دارد: شبکه کالبد فیزیکی، شبکه مالی، شبکه اطلاع‌رسانی و شبکه ارتباطات. منظور از شبکه کالبد فیزیکی، تالارهای نمایش است و بدیهی است که نحوه توزیع جغرافیایی تالارهای نمایش تئاتر و امکان دسترسی مخاطب به این تالارها بر توزیع و مصرف تئاتر تأثیر مستقیم می‌گذارد (افشار، ۱۳۹۲). براساس آمارهای رسمی از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، تعداد کثیری از سالن‌های تئاتر در تهران واقع شده و بیش از یک‌سوم تعداد صندلی‌های تئاتر کشور را به خود اختصاص داده است. چهارهزارو ۵۰۶ عنوان نمایش در سال ۱۴۰۱ به اجرا درآمده که از این میان استان تهران با هزارو ۱۷۳ عنوان با اختلاف در صدر ایستاده است و استان خوزستان با ۳۱۹ عنوان در رده بعدی قرار دارد (سالنامه آماری فرهنگ و هنر، ۱۴۰۲). بنابراین طبیعی می‌نماید که شکاف عمیق بین شهروندان تهرانی برای تماشای تئاتر و سایر استان‌ها حاکم باشد. نتایج پیمایش ملی مصرف رسانه‌ای مردم حاکی از آن است که بیشترین دفعات رفتن به تئاتر یا تماشای آنلاین آن مربوط به شهر تهران (۰٫۳۵) و کمترین دفعات، مربوط به شهرهای بندرعباس و قم (به ترتیب ۰٫۰۶ و ۰٫۰۷ بار) بوده است (مرکز تحقیقات صداوسیما، ۱۴۰۰). قسم مهمی از گزاره «اختصاص تئاتر به قشر یا طبقه خاص»، خود ناشی از نابرابری فضایی و دسترسی نامتوازن تمامی اقشار جامعه به تئاتر است. اینجاست که می‌توان گفت نابرابری جغرافیایی در موضوع تئاتر، خالق نابرابری فرهنگی و مؤلفه تشدیدکننده آن است و الگوهای متفاوتی از فراغت فرهنگی را شکل می‌دهد.

بررسی اشتغال اهالی تئاتر به‌عنوان برایندی از وضعیت اقتصاد تئاتر نشان می‌دهد تنها ۱۷ هزار نفر از ۱۵۰ هزار نفر فارغ‌التحصیل رشته تئاتر در صحنه نمایش مشغول به کار هستند (گزارش عملکرد اداره کل هنرهای نمایشی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۴۰۲). پربیراه نیست که بسیاری از بازیگران جوان، تئاتر را به‌عنوان سکوی پرتابی برای ورود به سینما تلقی می‌کنند چراکه جنبه درآمدزایی افزون‌تر آن عامل اصلی انگیزه انتقال است. به نظر می‌رسد بازگشت یا رفت و آمد بازیگران سینما به صحنه تئاتر، اغلب به جهت پایبندی به رسالت هنری حادث می‌شود و نشانه تعلق خاطر بازیگران مجرب به‌ویژه پیش‌کسوتان، برای انتقال تجربه و دانش به بازیگران جوان و تازه‌کار است. ذکر این موضوع نیز لازم است که حضور افراد فاقد پشتوانه هنری و آموزشی به صحنه تئاتر نظیر اینفلوئنسرها و شاخ‌های مجازی به وضعیت نامساعد اشتغال تئاتر و انگیزه ورود بازیگران کاربلد و حرفه‌ای دامن می‌زند.

۳. فربهی تئاتر آزاد و قدرت اندک تئاتر حرفه‌ای؛ مواجههای دوگانه

در قسمت اول این بخش به یکی از دلایل پا نگرفتن تئاتر حرفه‌ای در کشور به واسطه نگرش متصلب‌گونه دستگاه سیاست‌گذاری فرهنگی کشور پرداخته شد؛ اما در نگاه عمیق‌تر و بسته به شواهدی می‌توان گفت نگرش نهادهای ذی‌مدخل در موضوع تئاتر در باب تمام انواع آن یکسان نیست و مواجهه دوگانه‌ای در مواجهه با اقسام تئاتر محرز است. تعدد عناوین، اجراها و نوبت‌ها که آمار دقیق آن در ابتدای این بخش ذکر شد، لزوما معنای کیفیت و عمق هنری و فرهنگی نمایش‌ها را مستفاد نمی‌کند، بلکه نشانگر رواج گونه‌هایی از تئاتر است که از آن به‌عنوان «تئاتر آزاد» یاد می‌شود. به همان میزان که تئاتر حرفه‌ای بر شالوده تفکر، اثرگذاری و انتقال نمادهای اصیل فرهنگی استوار است، تئاتر آزاد موجودیت خود را بر مبنای نازل‌ترین شوخی‌ها و صرف سرگرمی و خنداندن لحظه‌ای و گذرای مخاطبان تعریف می‌کند.

در اینجا باید اشاره داشت ازدیاد یا متداول‌شدن تئاترهای آزاد، همچنان به معنای قرارگیری تئاتر در الگوی فراغت مخاطب در ساختار کلی تئاتر نیست. همان‌طور که ملاحظه شد تنها ۶٫۱ درصد در سال به تئاتر می‌روند؛ مقصود آن است در سال‌های اخیر این قسم از تئاتر در قیاس با تئاتر حرفه‌ای به واسطه بستری که برای گسترش آن فراهم است، تماشاچیان بیشتری را به خود جذب کرده است. بررسی‌ها و گفت‌وگو با فعالان تئاتر نشان می‌دهد وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی به لحاظ ساختاری، کارگروه تئاتر آزاد را در بدنه خود به رسمیت شناخته است و از طرف دیگر قراردادهای این عرصه نیز بین یک تا دو سال انعقاد می‌شود. زمینه برای فروش این گونه از تئاتر به گونه‌ای اختصاصی فراهم است و تنها در یک بررسی، سه سایت ایران‌تیک، گیشه ۷ و بیلیتکو به صورت مشخص تنها برای فروش بلیت تئاترهای آزاد ایجاد شده‌اند و در سایت‌هایی نظیر تخفیفان و نت‌برگ نیز با تخفیف ویژه، تئاترهای آزاد عرضه می‌شود. تنها در موارد معدود نظیر سایت تیوال به عنوان مرجع رسمی توزیع نمایش، به صورت محدود اقدام به بلیت‌فروشی نمایش‌های آزاد می‌شود و این سایت پایه اصلی خود را بر فروش تئاتر حرفه‌ای بنا نهاده است. اقتصاد نابسامان تئاتر، متأثر از عدم اتخاذ سیاست‌های مشخص و به‌کارگیری تصمیم‌گیری‌های متناقض در میدان آشفته سیاست‌گذاری فرهنگی، ساحت پول‌شویی‌ها و سرمایه مشکوک را شکل می‌دهد که نه‌تنها فراهم‌کننده فرصتی برای فراغت نیست، بلکه به قیمت ابتذال هنر، زوال سلیقه مخاطب، تهدید تفکر و تنزل فرهنگی تمام می‌شود. از طرف دیگر گرایش تماشاچیان و انگیزه آنان در انتخاب نوع تئاتر وابسته به تغییرات اجتماعی است. در شرایط هم‌آیندی بحران‌ها به‌ویژه فشارهای اقتصادی، گویی مخاطب به دنبال راه گریزی برای رهایی و «پرت‌شدگی لحظه‌ای ذهن از مشقات زندگی» است. حال در بستری که سیاست‌گذاری فرهنگی به بی‌تفکری و ابتذال فرهنگی تن داده و چنین میدانی را برای عده‌ای سودآور می‌بیند و حتی به لحاظ ساختاری در بدنه خود این سبک از تئاتر را به رسمیت شناخته است، ایده «پرت‌شدگی لحظه‌ای ذهن از مشقات زندگی» تقویت شده و رواج سبک‌های تئاتر آزاد، بدیهی می‌نماید. این عامل نیز توجیه‌کننده ارزان‌کردن هزینه بلیت تئاتر آزاد در مقایسه با تئاتر حرفه‌ای است.

جمع‌بندی و ارائه پیشنهادها

تئاتر حرفه‌ای، فراغتی متکی بر تفکر است و واکاوی این نوشتار نشان داد این نوع فراغت، وابسته به سه علل ساختاری در پیوند با یکدیگر، فاقد جایگاه مناسب در الگوی فراغت ایرانیان است. فراغت تئاتر، امری خارج از قلمرو ضرورت قلمداد می‌شود و افزون بر تمایلات و برنامه‌ریزی‌های شخصی، بستر و جامعه‌ای که تئاتر از آن برخاسته است، نقش تعیین‌کننده‌ای در حفظ و توسعه یا در نقطه مقابل، به انزوا کشیدن آن دارد. در ادامه برحسب مسئله‌یابی نوشتار، پیشنهادهایی به منظور بهبود وضعیت تئاتر حرفه‌ای کشور ارائه خواهد شد:

۱. پیوند سست و متزلزل میدان سیاست با عرصه تئاتر حرفه‌ای ایران، نظامی از مسائل از قبیل سانسور، لغو مجوز نمایش و بی‌مبالاتی در حفظ آثار و بناهای اصیل تئاتر و... را حاصل کرده و نگرش سلبی نسبت به این عرصه فرهنگی را توسعه داده است. ازاین‌رو تجدیدنظر در رویه‌ها و تمهیداتی نوین در فرایند سیاست فرهنگی ضروری است. حضور جدی تسهیلگران و واسطه‌های فرهنگی که به طور مثال در سینما فعال عمل کرده‌اند، از یک طرف می‌تواند تا حدی شکاف موجود بین سیاست‌گذاران و هنرمندان را تقلیل دهد و از طرف دیگر، منجر به تقویت ادراک آن گروه نسبت به ذائقه مخاطب و تماشاگر تئاتر باشد. هم این ادراک، سبب شناخت عمیق ماهیت و کارکرد تئاتر و به‌رسمیت‌شناختن آن در آموزش و پرورش، پایگاه‌های فراغتی، تبلیغات رسانه‌ای و به‌طور کلی در متن و بطن زندگی روزمره تمامی اقشار جامعه خواهد شد. در چنین شرایطی می‌توان انتظار ورود نامخاطبان تئاتر به تماشای تئاتر و شکل‌دادن الگوهای نوینی از فراغت در برنامه‌هایشان را داشت. هم‌گرایی و هم‌افزایی نهادهای متولی در هر سه سطح فراقوه، سه قوه و سازمان‌های غیردولتی و مستقل، ساختمندی تئاتر در یک فضای منسجم را رقم خواهد زد و قوام‌یافتن گروه‌های تئاتری دارای هویت حقوقی معین و مستقل یکی از پیامدهای مثبت این هم‌افزایی خواهد بود.

۱. عطف به گفته‌های پیشین، اقتصاد تئاتر به معنای اخص کلمه در ایران شکل نگرفته و به همین منظور اطلاق واژه صنعت برای تئاتر به معنای نظامی از تولید، بازاریابی و توزیع منابع فرهنگی و مادی، مدخلیت ندارد. حدود مداخله دولت و نقش بخش خصوصی در تأمین هزینه‌ها و سرمایه‌گذاری‌ها مشخص نبوده و حتی می‌توان گفت در پس فربهی تئاترهای آزاد و کاستن از قدرت تئاتر حرفه‌ای، فعل‌وانفعالاتی از سودجویی‌ها و کسب منفعت به شیوه‌های ناهمسو با هنر ارزشی پی‌ریزی شده و اقتصاد تئاتر را وارد چرخه‌های معیوبی کرده است. چنین سازوکاری به‌مخاطره‌افتادن ماهیت فرهنگی تئاتر از یک سو و عقیم‌شدن تأثرات و تضمنات فرهنگی تئاتر بر ساحت اجتماع را منجر شده است.

ازاین‌رو ضمن شفافیت در نحوه تخصیص و جریان‌های مالی تئاتر، بسترسازی برای شکل‌گیری سندیکاها و نهادهای مستقل از بازار جهت تأمین بخشی از هزینه‌ها، اتخاذ راهکارهایی از جنس ثبات در سرمایه‌گذاری و ایجاد انگیزه برای نهادهای دولتی، غیردولتی و خصوصی برای توسعه زیرساخت‌ها می‌تواند اثربخش باشد. همچنین بازنگری در نظام مدیریت توزیع، گامی در مسیر توسعه متوازن شهرها از منظر توزیع برابر سالن‌های تئاتر است. تئاتر ایران نه‌تنها دارای قابلیت کسب سود از طریق سرمایه‌گذاری در بخش تولید است، بلکه در صورت توزیع جغرافیایی برابر، منجر به جذب بیشتر تماشاچیان خواهد شد. تمامی این راهکارها، خود از قِبَل دغدغه‌مندی نظام حکمرانی نسبت به موضوع تئاتر و به رسمیت شناختن آن به عنوان یکی از مبانی تقویت هویت هنری و فرهنگی توسط سازمان‌های اصلی ذی‌مدخل حاصل می‌شود.

۲. نقد وارده این نوشتار به بستر فراهم‌شده برای رواج تئاترهای آزاد و زوال سلیقه مخاطب این نکته را محرز می‌کند که گویی اساسا هیچ متر و معیار مشخصی برای سنجش کیفیت آثار وجود ندارد. چه بسا که در صورت وجود این مهم، تئاتر در این سبک در عین ظرافت در بذله‌گویی با کارکرد انتقادی و آگاهی‌بخشی همراه می‌شد. پیشینه تاریخ هنر در ایران گویای آن است، تئاتر تخت‌حوضی از چنین کارکردی برخوردار بوده است اما تئاترهای عامه‌پسند امروزی با غلبه جنبه سرگرمی‌گونه، جذابیت کاذب ایجاد کرده است؛ ازاین‌رو ارزیابی منسجم کیفیت آثار از طریق انجام پژوهش‌های کاربردی و حمایت از آن که متکی بر روش‌های دقیق علمی است و به شناسایی ادراک مخاطبان از تئاترهای حرفه‌ای و آزاد پس از تماشای نمایش می‌پردازد، ضروری می‌نماید و خود در مسیر پیونددادن پژوهش با تئاتر است. از طرف دیگر، به همان میزان که آموزش در موضوع تئاتر حرفه‌ای ضعیف عمل کرده است، تبلیغات رسانه‌ای و محیطی نیز ورود جدی نداشته است؛ بنابراین وجود سیاستی کارا در برنامه‌های فرهنگی، آموزشی و تبلیغاتی به منظور بازیابی گونه‌های فراموش‌شده تئاتر در ایران از یک سو و نشان‌دادن اثربخشی‌ها، ضرورت‌ها و کارکردهای اصلی تئاتر به اهالی تئاتر و مخاطبان آن، حائز اهمیت است.

روایت «شرق» درباره افسردگی و نبود تسکین‌دهنده‌ای به نام تفریح

سهم ما افسردگی است

نسترن فرخه

راویان این گزارش، رهگذرانی هستند که هر روز در سطح شهر از کنار آنها می‌گذریم یا در ایستگاه مترو و تاکسی هم‌سفر می‌شویم. آنها شاید بدنه اصلی جامعه باشند. آدم‌هایی که به اشکال مختلف افسردگی در بطن زندگی‌شان چنبره زده و راه فراری از آن هم ندارند. با کوله‌باری از رنج‌های روحی در محل کار حاضر می‌شوند، در خیابان قدم می‌زنند و بعد به خانه بازمی‌گردند. پیر و جوان‌هایی که به دلیل گرانی‌های افسارگسیخته حتی دسترسی به کوچک‌ترین تفریح‌ها را هم از دست داده‌اند. درواقع نبود امکان فراغت برای اقشار طبقه متوسط و رو به پایین جامعه به‌نوعی این مشکلات روحی و روانی جمعی را تشدید می‌کند که برخی از آنها، همین روزمره خود را برای ما روایت کردند.

تفریح این روزهای من خوابیدن است

لباس سربازی کمی بزرگ‌تر از جثه‌اش به نظر می‌رسد. با خستگی، کوچه‌پس‌کوچه‌های نارمک را طی می‌کند تا زودتر برای جبران شب‌بیداری‌هایش به تختخواب خانه برسد. حالا یک سال به پایان سربازی‌اش مانده و یک روز در میان چهارو نیم صبح از خانه بیرون می‌زند تا به پادگان برسد. امیرعلی منتظر است تا این یک سال هم به‌سرعت تمام شود. خودش از اوقات فراغت این روزهایش با خنده یاد می‌کند: «قبل از سربازی چه تفریحی داشتیم که حالا نداشته باشیم؟ اساسا ما جوان‌ها چه تفریح خاصی داریم؟ الان که من سرباز هستم، شرایطم کمی بدتر هم شده، چون نه‌تنها پولی ندارم و افسردگی‌ام برای این ماجراها بیشتر است، بلکه وقت خاصی هم ندارم. یک روز کامل بیدارم و یک نصف روز آزادم که ترجیح می‌دهم آن نصف روز را هم فقط بخوابم. پول چندانی هم که ندارم تا بیرون بروم و با دوستانم وقت بگذرانم. هزار فکر در سرم رفت‌وآمد می‌کند؛ اصلا نمی‌دانم در آینده قرار است در زندگی من چه اتفاقی بیفتد. لحظه‌شماری می‌کنم سربازی تمام شود تا حداقل شرایط روحی و مالی‌ام کمی بهتر شود. خلاصه در این شرایطی که من هستم، تنها تفریحم خوابیدن است».

تفریح زنان خانه‌دار؛ هیچ

کنار بقیه مادرها ایستاده تا کلاس زبان آموزشگاه تمام شود و با پسرش به خانه بروند. کیسه سیب‌های زردی را که در دست دارد، به بقیه مادرها تعارف می‌کند و با خنده می‌گوید اینها را همین الان خریدم. شیوا مادر جوانی است که فرزند دومش را سه‌ماهه باردار است. برنامه طول هفته‌اش تقریبا صرف کلاس‌های فرزندش می‌شود. در بین دیگر مادرها وقتی می‌خواهد درباره اوقات خصوصی و فراغتش بگوید، با خنده به مادرهای دیگر نگاه می‌کند «فکر کنم همه مادرهایی که اینجا هستند، شرایط‌شان مثل خودم است. اوقات خصوصی و فراغتی نداریم. دست‌کم کسانی که مثل من همسرشان صبح تا شب سر کار است، شرایط خیلی سختی داریم. من کل روز را درگیر خانه و بچه هستم. خیلی سال است که دیگر تفریح خاصی ندارم، برای همین خودم می‌بینم که چطور هر روز بیشتر از قبل روح و روانم خسته‌تر شده. همه جای شهر تبلیغ به فرزندآوری می‌کنند، حداقل یک جایی را برای ما مادرها درست کنند که چند ساعت فرزندمان را بگذاریم در امنیت بمانند و ما هم تفریحی کنیم. حالا شاید الان هم چنین چیزی باشد ولی برای آدم‌های پولدار است و نه ما. موضوع دردناکش هم همین است که هیچ‌کس این شرایط سخت روحی ما زنان خانه‌دار را اصلا نمی‌بیند».

تفریح ما پیرمردها فقط پارک است

پیرمرد با موهای سفیدش کنار جدول‌های پارک نشسته است، پشت هم سیگار دود می‌کند تا دوستانش از راه برسند. بعد از چند دقیقه سروکله مردهایی هم‌سن‌وسال خودش پیدا می‌شود و همه دور نیمکتی جمع می‌شوند. همه بازنشسته‌هایی هستند که معمولا هر روز عصر دور هم جمع می‌شوند. یکی از آنها درباره اوقاتی که در طول روز می‌گذراند، حرف می‌زند «تنها تفریح ما همین پارک است. خود شما بگو غیر این ما چه کار دیگری می‌توانیم انجام دهیم؟ طبق چیزی که ما شنیده‌ایم، در کشورهای دیگر برای آدم‌های هم‌سن ما احترام قائل هستند، چهارتا تفریح مخصوص سن ما در نظر می‌گیرند ولی اینجا هیچ چیز، قشنگ بعد از بازنشستگی منتظرند ما بمیریم تا خرج اضافی بر دوش دولت نداشته باشیم. بیشتر دوستان ما مریضی و بیماری دارند، چند وقت یک بار خبر فوت یکی از دوستان‌مان را می‌شنویم، همه اینها ما را افسرده کرده ولی باز هم دور هم جمع می‌شویم. کسی که به فکر ما نیست، حداقل خودمان باید روحیه‌ها را حفظ کنیم. همین دورهمی در پارک هم که نباشد، نابود می‌شویم».

تفریحی جز خوردن ندارم

نازنین صورت گردی دارد، در بین مکالمه مدام از هیکلش ایراد می‌گیرد و از دکترهای تغذیه و عمل‌های لاغری می‌گوید که دغدغه این روزهای او شده. حالا در یکی از کافه‌های اطراف بلوار کشاورز نشسته تا چیزی برای خوردن سفارش دهد. به‌تازگی برای کارشناسی در شهر دیگر قبول شده و در حال تدارک رفتن به خوابگاه است. از نگرانی برای نبود فضای فراغت در جایی غیر از تهران می‌گوید: «من دو ماه رژیم گرفتم و برای همین دیگر به کافه و رستوران نمی‌رفتم. همین باعث شد ببینم که واقعا هیچ تفریحی غیر از خوردن نداریم. جالب است که به‌عنوان یک جوان بالغ که من از چاقی بدنم ناراحتم ولی تفریحی جز خوردن ندارم. دیدم با هر گروه از دوستانم که ارتباط داشتم و دارم، جایی جز برای خوردن نمی‌رویم. حالا یک جاهایی مثل اسکیت روی یخ و تنیس و چیزهایی شبیه به این هم هرازگاه می‌رویم، ولی به دلیل هزینه خیلی بالای آن، هرازگاه پیش می‌آید. الان هم که باید جمع کنم و از اول مهر به یزد بروم. می‌دانم در یزد همان تفریحات تهران را هم نداریم».

تمام تفریح من دیدن تلویزیون است

روسری را محکم گره کرده، چادر مشکی به سر انداخته و به زحمت با کیسه‌های میوه از خیابان می‌گذرد. می‌گوید که قرار است امشب نوه و فرزندانش شام به خانه‌اش بیایند. منصوره چند سالی است که تنها زندگی می‌کند و مونس تمام این سال‌هایش را تلویزیون داخل خانه می‌داند. در پیاده‌رو آرام قدم برمی‌دارد و نفس‌زنان از اینکه اوقاتش را چطور می‌گذراند، می‌گوید: «برای من همه روزها تکراری می‌گذرد. معمولا هر روز صبح یک ساعتی پیاده‌روی می‌کنم و کارهای بیرون از خانه را انجام می‌دهم، بعد هم مشغول درست‌کردن و غذا هستم. بقیه روز را هم جلوی تلویزیون می‌نشینم و می‌خوابم. تفریح من همین تلویزیون است که بیشتر وقت‌ها هم چرت و پرت نشان می‌دهد. ولی من عادت کردم، یعنی چاره‌ای ندارم. جوان که بودم با دوستانم گاهی به سینما یا پارک می‌رفتیم، اما حالا دوستانم یا فوت کرده‌اند یا مثل خودم حال و روز چندانی ندارند. اگر هنوز دل و دماغ داشتم سفری می‌رفتم یا چه می‌دانم خلاصه یک کاری می‌کردم. ولی اینکه در طول روز من هستم و یک تلویزیون گاهی خسته و بی‌حوصله‌ام می‌کند. دلم می‌خواهد کاری کنم، بعد می‌گویم اصلا برای امثال من چه تفریحی هست که انجام دهم. هرچه سنم بالاتر رفت و بنیه‌ام کمتر شد، حس کردم تنهاتر شدم. یعنی روزها دلم می‌خواهد یک کاری کنم ولی کاری نیست، البته آن‌قدر بی‌حوصله هستم که اگر کار جدیدی هم بود می‌دانم احتمالا انجام نمی‌دادم...».

من تفریحی ندارم

در مطب نشسته تا نوبتش شود. به ساعت روی دیوار نگاه می‌کند و از منشی درمورد نوبت خودش می‌پرسد. خودش را نگین معرفی می‌کند. دختر جوانی که بعد از مرگ پدرش حالا سه سالی است که تنها زندگی می‌کند.

در شروع صحبت از مشکلات روحی خود می‌گوید که حتی قرص‌های آرام‌بخش هم کمکی نمی‌کند و تفریح خاصی هم در طول هفته ندارد تا شاید کمی شرایطش را بهتر کند: «کلا ماهی ۱۵ میلیون درآمد دارم و خودم هستم و تمام خرج خانه، فقط هفت میلیون اجاره خانه می‌دهم که یعنی نصف پولم به این شکل می‌رود. با بقیه پولم هم جز خرج اصلی برای خانه کار دیگری نمی‌توانم انجام دهم. حتی هزینه برای یک شب سینما رفتن هم برای من سخت است. چند شب پیش فکر می‌کردم واقعا هیچ تفریح ارزانی وجود ندارد. آدم‌هایی با شرایط مالی من باید بمیرند. به خودم می‌گویم خیر سرت جوانی و این روزها دیگر برنمی‌گردد که با افسردگی و حال بد می‌گذرانی. بعد می‌خواهم کاری کنم، می‌بینم اصلا پولی ندارم. شاید بتوانم به جرئت بگویم هیچ تفریحی ندارم و همین معاشرت‌های ساده را هم برای بی‌پولی کمتر کردم».

مگر تفریحی غیر از کافه و رستوران داریم؟

تازه ازدواج کرده و بین حرف‌هایش مدام از دغدغه مالی این روزهایش حرف می‌زند. مسئول سفارشات یک لوازم‌التحریر فروشی است که چند دقیقه یک بار برای پاسخ‌دادن به مشتری از جا بلند می‌شود و دقایقی بعد برمی‌گردد. علی جوانی ۲۹ساله است که خودش از اوقاتی که می‌گذراند می‌گوید «تقریبا تمام طول هفته را من و همسرم درگیر کارکردن هستیم و روزهای آخر هفته که تعطیل هستیم هم هیچ جایی غیر رفتن به رستوران و کافه نداریم. حتی با دوستانمان هم همین برنامه را داریم. نه شهربازی درست و حسابی داریم، نه فیلم‌های خوبی در سینما پخش می‌شود، نه کنسرت خوبی داریم. همین چیزهایی هم که الان هست قیمت‌های بالایی دارد. خلاصه همه چیز گران است. ما یک ساعت بولینگ بازی کردیم که حدود ۶۰۰ هزار تومان شد. همه جای دنیا تفریح جزء نیازهای مهم جوان‌هایش است، اما واقعا هیچ تفریح درست و حسابی نداریم. الان با قطعیت می‌گویم که همه دوستان من حال روحی بدی دارند که بیشتر آن به خاطر شرایط اقتصادی و اجتماعی است که نداشتن تفریح درست این حال آنها را تشدید می‌کند».

پول تفریح‌کردن هم نداریم

حمید پدر میانسالی است که به‌تازگی صاحب فرزند سوم شده است. در ایستگاه بی‌آرتی نشسته تا اتوبوس‌های تجریش - راه‌آهن زودتر از راه برسند. با خستگی کلمات را ادا می‌کند، از همسر خانه‌دارش می‌گوید که کل کارهای خانه را انجام می‌دهد و راه جبرانی برای زحمات او ندارد «وقتی به خانه می‌رسم دیگر شب شده است. آن‌قدر خسته هستم که توان انجام کاری را ندارم. بزرگ‌کردن سه تا بچه واقعا کار سختی است. برای همین دلم می‌خواهد مثلا ماهی یک بار خانوادگی بیرون برویم و تفریحی کنیم ولی هزینه‌ها آن‌قدر زیاد است که با ترس و لرز به همسرم پیشنهاد می‌دهم. من مثل بقیه کارمندان درآمد آن‌چنانی ندارم و هزینه یک شب بیرون شام‌خوردن حدود یک میلیون می‌شود. یعنی تنها تفریح خانوادگی همین شام بیرون خوردن است که حتی هزینه همان هم برای ما زیاد است. دخترم چند روز قبل می‌گفت دوستش با خانواده به ترکیه رفته‌اند و چرا ما نمی‌رویم؟ به خدا مانده بودم چه جوابی بدهم. ما هزینه سفر تا رشت را هم نداریم، به دخترم چه بگویم؟».

تفریح ما سیگارکشیدن است

چند پسر و دختر جوان دور یکی از میدان‌های نارمک جمع شده‌اند، صدای خنده‌هایشان در بخشی از میدان می‌پیچد. دست هرکدام سیگاری است که در تاریکی هوا، فقط آتشش دیده می‌شود. بعد از چند دقیقه رول‌های گل را از جیبشان بیرون می‌آورند و شروع به کشیدن می‌کنند. طبق حرف‌هایشان بیشتر روزها اینجا دور هم جمع می‌شوند و تا شب با هم هستند. یکی از آنها اضافه می‌کند: «به جای کافه و رستوران رفتن ما معمولا اینجا دور هم جمع می‌شویم. همه ما هم‌کلاسی بودیم. با هم کلاس زبان می‌رفتیم و هم‌زمان بعد از مدرسه دانشگاه قبول شدیم. از نوجوانی با هم دوست هستیم و برای همین معمولا هر روز عصر یکدیگر را می‌بینیم. اوایل هر روز کافه می‌رفتیم ولی دیدیم در طول ماه هزینه زیادی می‌شود، برای همین حالا سعی می‌کنیم فقط هفته‌ای یک بار به کافه برویم و بقیه را همین‌جا دور هم باشیم یا مثلا به خانه یکی از بچه‌ها برویم. راستش کافه حداقل باید نفری ۲۰۰ هزار تومان هزینه کنیم، در صورتی که همین الان با صد هزار تومان گلی که خریدیم شش نفری تفریح کردیم. ما واقعا تفریح خاصی نداریم. هنوز هم همه ما سر کار نمی‌رویم چون تازه ترم دوم دانشگاه هستیم، کاری بلد نیستیم انجام دهیم و خیلی جیبمان پر پول نیست که هر تفریحی انجام دهیم. درحال‌حاضر تفریح جدی ما سیگارکشیدن است».

شرایط روحی ویران‌کننده در برابر نبود هیچ‌گونه تفریح سازنده در جامعه

شاید بتوان گفت مصاحبه‌شوندگان این گزارش از گروه‌های سنی مختلفی هستند که هرکدام براساس روحیات خود شروع به گفت‌وگو کردند. اما در بین مکالمات همه آنها شرایط نامناسب روحی و فشارهای روانی حاکم در جامعه عیان است. افرادی که به دلایل اقتصادی و اجتماعی دچار فشارهای شدید روحی هستند و در ازای آن حتی تفریح سازنده و مؤثری در جامعه نمی‌بینند تا باعث کاهش فشار آنها شود. از افراد مسن تا زنان و مردان جوان که هرکدام به‌نوعی با وجود فشارهای اجتماعی به دنبال راهی برای گذراندن فراغت خود هستند. این در حالی است که وجود تفریح و امکانات فراغت در جامعه به شکل مستقیم و غیرمستقیم بر کاهش بیماری‌های سلامت روان اثر خواهد داشت.

دریچه

تأملی کوتاه بر تئاتردرمانی

شرق: تئاتردرمانی راه‌حل بسیاری از متخصص‌هاست که با کودکان درگیر آسیب کار می‌کنند و معمولا افرادی که در این حوزه به شکل حرفه‌ای کار می‌کنند نتیجه‌های مؤثری را دریافت کردند. در واقع تئاتردرمانی تنها برای کودکان آسیب‌دیده مناسب نیست بلکه برای افراد دیگر همچون بزرگسالان هم کاربرد دارد. به طور کل کودکان از طریق بازی جهان پیرامون خود را کشف می‌کنند و اگر از تئاتردرمانی یا بازی برای یادگیری آنان استفاده کنید، نتیجه بسیار مطلوبی دریافت می‌کنید. تئاتردرمانی برای کودکان یکی از مؤثرترین روش‌های روان‌درمانی است. و شما از طریق تئاتردرمانی به راحتی می‌توانید از مسائلی که به رشد سالم کودک شما آسیب وارد می‌کنند جلوگیری کنید.

تفریحی مؤثر و کارآمد

طبق این گزارش که بخشی از داده‌های آن از مقاله مرکز روان‌تحلیلی ایرانیان استخراج شده، توضیح می‌دهد که تئاتردرمانی یا نمایش‌درمانی یکی از روش‌های روان‌درمانی است که از عناصر تئاتر و نمایش برای حل بحران‌های روحی، روانی و اجتماعی فرد استفاده می‌کند. در این روش افراد به گونه‌ای پویا در در فعالیت‌های نمایشی شرکت می‌کنند؛ از این طریق است که به نحو مستقیم یا غیرمستقیم باعث تغییر و بهبود وضعیت روانی آنان می‌شود. در این رویکرد درمانی، گروه تحت رهبری یک روان‌درمانگر یا گروهی از روان‌درمانگران قرار می‌گیرد تا تمامی فعالیت‌ها هدفمند طراحی و اجرا شوند. تئاتردرمانی یا سایکودرام در جلسات گروهی و کارگاه‌های فردی قابل اجراست.

نکته قابل توجه در رابطه با نمایش‌درمانی این است که از این رویکرد برای درمان بیماری‌هایی مانند: اضطراب، افسردگی، اختلالات پرخوری، افزایش اعتمادبه‌نفس و بهبود ارتباطات اجتماعی استفاده می‌شود. نمایش‌درمانی برای کودکان را اغلب به نحو بازی و نمایش‌های آموزنده، نقش‌آفرینی، تمرینات انعطاف‌پذیری و ارتباطی و تمرینات هویتی انجام می‌دهند تا به نحو تأثیرگذاری به کودکان کمک کنند تا مشکلات خود را بررسی کنند و برای آنان راه‌حلی بیندیشند.

همان‌طور که تئاتردرمانی برای بزرگسالان، در دهه‌های اخیر وارد فرهنگ ایران شده است؛ تئاتردرمانی برای کودکان نیز قدمتی طولانی ندارد. هرچند در جهان هم مدت زیادی از این رویکرد درمانی نمی‌گذرد. تنها امری که موجب شد تئاتردرمانی یا سایکودرام در این سال‌ها توسعه بسیاری داشته باشد، تأثیرگذاری بسیار بالا بر روی روان فرد بود.

نمایش‌درمانی ابتدا به عنوان یک ایده در دهه‌های پس از جنگ جهانی دوم در اروپا و آمریکا پا گرفت و سپس به مرور زمان به دیگر مناطق جهان گسترش یافت.

این ایده در دهه‌های اخیر در ایران به وجود آمده است و توسط مربیان تئاتر، روان‌شناسان و متخصصان در حوزه کودکان و نوجوانان مورد بررسی و توسعه قرار گرفته است.

در سال‌های اخیر تلاش‌های فراوانی برای برگزاری برنامه‌های مفید و تأثیرگذار شده است. این برنامه‌ها بیشتر بر تمرینات نقش‌آفرینی، بازی‌های نمایشی، تمرینات ارتباطی و فعالیت‌های هنری متنوع استوار است که به کودکان و نوجوانان کمک می‌کند تا مهارت‌های اجتماعی، انعطاف‌پذیری و احساسات خود را شناسایی و بهبود ببخشند.

در دراماتراپی انرژی کودک در جهت مثبت و آموزنده‌ای تخلیه می‌شود که تأثیر مثبتی بر روان و افکار او دارد.

در سنین کودکی و نوجوانی افراد از طریق بازی دنیای پیرامون خود را کشف می‌کنند؛ از این جهت بهترین روش برای آموزش بازی و نمایش است. با سایکودرام کودکان می‌توانید اعتمادبه‌نفس، کاهش استرس و اضطراب، تقویت مهارت‌های ارتباطی، تسهیل فرایند رشد و تکامل شخصیتی کودکان و نوجوانان را فراهم کنید.

دراماتراپی به عنوان یکی از زمینه‌های پویا در ایران و به دلیل تأثیرات مثبتی که برای کودکان و نوجوانان داشته است به عنوان یکی از روش‌های درمانی محبوب بین والدین و روان‌شناسان کودک است. فراموش نکنید که باید کودک خود را در دستان یک متخصص ماهر در این زمینه بسپارید تا بهترین نتیجه را دریافت کنید.

وابسته به گروه سنی کودک و نوجوان، روش‌های نمایش‌درمانی یا سایکودرام متفاوت است. همان‌طور که تا این لحظه چندین بار تکرار کردیم که هدف اصلی نمایش‌درمانی بهبود شرایط اجتماعی و روانی جامعه هدف است که با صلاحدید روان‌درمانگر ممکن است از شیوه‌های موجود استفاده می‌شود. اما در اینجا چند شیوه معمول برگزاری تئاتردرمانی را با هم مرور می‌کنیم.

در این شیوه از دراماتراپی کودکان و نوجوانان با انجام تمرینات نمایشی و نقش‌آفرینی فرصتی برای بیان احساسات، تجربیات و مسائل خود پیدا می‌کنند. آنها با بازی‌کردن نقش‌های مختلف و همکاری با دیگران در تمرینات و نمایش‌ها نه تنها فرصتی برای بیان احساسات مختلف خود پیدا می‌کنند بلکه به درک عمیق‌تری از روابط انسانی می‌رسند.

از طریق استفاده از داستان‌های متفاوت کودکان تجربیات احساسی گوناگونی را تجربه کرده و ادبیات این امکان را برایشان فراهم می‌کند تا فن بیان قوی‌تری پیدا کنند.

استفاده از بازی‌های هنری مانند نقاشی، ساخت طرح‌های هنری، ساخت‌وساز بازی‌های خلاقانه به کودکان و نوجوانان اجازه می‌دهد تا احساسات و تجربیات خود را به صورت غیرکلامی بیان کنند و از خلاقیت خود استفاده کنند.

کودکان و نوجوانان در تمام مدت‌زمانی در فرایند نمایش درمانی مشارکت می‌کنند در حال انجام فعالیت گروهی در قالب بازی و نمایش هستند؛ همین موضوع به آنان کمک می‌کند تا مهارت‌های ارتباطی و همکاری را بهتر بیاموزند و احساس تعلق به گروه را تجربه کنند.

در برخی از موارد نمایش‌درمانی برای کودکان و نوجوانان از لوازم و وسایل تکنولوژی‌های نوین و وسایل دیجیتالی استفاده می‌شود تا محیطی تعاملی و جذاب‌تر را برای آنان فراهم کنند.

تئاتردرمانی، یک راه درمانی

در بین فعالان اجتماعی هم بسیاری باور دارند تئاتردرمانی راه خوبی برای افزایش عزت نفس و راه ارتباطی خوبی با کودکان است. بنابراین کودکان آسیب‌دیده یا در معرض آسیب را به وادی تئاتر وارد می‌کنند. طبق بررسی‌ها هم بسیاری از مربی‌های این کودکان بعد از مدتی گزارش می‌کنند که خلق و خوی این کودکان به شکل باورنکردنی تغییر کرده و به سمت اصلاح رفتار پیش می‌روند. بنابراین ورود کودکان به عرصه هنر با هر هدفی، به طور کل در شرایط روحی و فکری آنها مؤثر خواهد بود.