

شرق

روزنامه

اراضی پناهگاه حیات وحش و تالاب میانکاله در شرق مازندران برای نهمین بار طی سال جاری دچار حریق شد. عکس: مهدی محبی‌پور، میزان



صاف و ساده

در حسرت یک بوس و یک بغل

چندماه‌می بود مدام‌ر با ندیده بودم. آن روز به دیدنش رفتم. به خاطر کرونا نباید دست می‌دادم و می‌بوسیدم. لحظاتی همدیگر را نگاه کردیم و مادم نتوانست خودش را نگه دارد. گفت، حاضر بمیرم، ولی نمی‌توانم بچه‌هایم را نبوسم و بغل نکنم. واقعا کرونا چه لذت بزرگی را از ما انسان‌ها گرفته و چقدر دلتگ لمس عزیزانمان هستیم. نمی‌توانستم از بغل مادم جدا شوم و آیا لذتی بالاتر از این هم هست؟

حس لامسه، وسیع‌ترین حس موجود در بدن ما را تشکیل می‌دهد و قادرمان می‌کند تا عمق، ضخامت و شکل اشیا را درک کنیم. ما توسط گیرنده‌های عصبی موجود در پوست بدن خود، عمل حس‌کردن را انجام می‌دهیم، تنفر و عشق می‌ورزیم، لمس می‌کنیم و لمس می‌شویم. نوازش‌کردن، نیشگون‌گرفتن، دست‌کشیدن به مو و صورت، بوسیدن، لیسیدن، گرفتن دست و بازو، بغل‌کردن و دست در دست هم انداختن، همه دارای پیام خاص ارتباط غیرکلامی است. هرچه ارتباط با یک نفر، به سوی صمیمیت می‌رود، از لمس بیشتر استفاده می‌شود.

لمس‌کردن مردان خدا، در تمام فرهنگ‌ها و در تمام زمان‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار بوده است. در این مورد از لمس و نوازش کردن حضرت عیسی (ع) تا حواریون و سپس پاپ و مردان کلیسا در فرهنگ غرب یا لمس‌کردن و بوسیدن دست علمای بزرگ و مراجع عظام در فرهنگ اسلامی می‌توان یاد کرد. در آیین بودا



رشد طبیعی کودکان خود کمک می‌کنند.



قادر باستانی
پژوهشگر علوم ارتباطات

حتم دارم شما هم مثل من، دلتان برای دست‌دادن و بوسیدن و بغل‌کردن، تنگ شده است. کرونای لعنتی، ایسن لذات روزمره را از ما گرفته و عزیزترین کسان‌مان را هم نمی‌توانیم لمس کنیم. در علم ارتباطات، در مبحث ارتباطات غیرکلامی، زبان لامسه، بیانگر صمیمیت است. حس لامسه، حس مادر است و بقیه حواس انسان، از آن سرچشمه می‌گیرد. مهم‌ترین حسی که کودک پس از تولد می‌آموزد، لمس‌کردن است و اولین تجربه ارتباطی او با دیگران، از طریق این حس پدید می‌آید.

زندگی‌کردن، بدون حس لامسه سخت است. پژوهشگران مشاهده کردند که کودکان مراکز شبانه‌روزی، بیشتر از کودکان درون خانواده، بیمار می‌شوند و رشدشان به نسبت کمتر است. درحالی‌که تغذیه آن کودکان بهتر است و مراقبت‌های پزشکی و بهداشتی بهتری دارند. تنها تفاوت کودکان خانواده و کودکان مراکز شبانه‌روزی، در این است که کودکان خانواده لمس می‌شوند. این کودکان را می‌پوسند، بغل می‌کنند و آن کودکان، از ناز و نوازش محرومند. لمس کودکان، رشد جسمی و حتی رشد اجتماعی و عاطفی آنها را بالا می‌برد.

پزشکان می‌گویند وقتی کودکان مورد ناز و نوازش قرار می‌گیرند، هورمون‌های رشد شروع به ترشح می‌کنند. گویا با مهر و علاقه، کودک به ارزش زنده‌بودن و حیات خود پی می‌برد. زمانی که مورد محبت دیگران قرار می‌گیریم، سیستم ایمنی بدن، شروع به فعالیت می‌کند. مادران با ماساژدادن، ناز و نوازش کردن، قلم دوش گرفتن، روی زانو بالا و پایین انداختن، قلقلک دادن، درآغوش گرفتن، لالایی‌خواندن، شانه‌کردن موهای کودک، تاب‌دادن و نظایر اینها، به رشد طبیعی کودکان خود کمک می‌کنند.

سه‌شنبه ۲۸ مرداد ۱۳۹۹ • ۲۸ ذی‌الحجه ۱۴۴۱ • ۱۸ آگوست ۲۰۲۰
سال هفدهم • شماره ۳۷۹۵ • ۱۲ صفحه
اذان ظهر تهران ۱۳:۰۸ • اذان مغرب ۲۰:۰۹
اذان صبح فردا ۴:۵۶ • طلوع آفتاب ۶:۲۶

fardashargh@gmail.com

روزنامه‌فردا

نورنوشت

سالم‌هاست که با مسئله‌ای به نام مهاجرت

ایرانی‌های تحصیل‌کرده یا همان «فرار مغزها» روبه‌رو هستیم. چراغ بحث را هم احسان نراقی با تحقیقی برای یونسکو روشن کرد. از آن زمان سال‌ها می‌گذرد و این مسئله نه‌تنها تمام نشده، بلکه به نظر می‌رسد ابعاد وسیع‌تری یافته است و اکنون بسیاری از مغزها و غیرمغزها به فکر مهاجرت بوده و البته تعداد در‌خورد توجهی از آنها نیز واقعا اقدام به دل‌کندن از وطن کرده و به هر قیمتی حتی پناهنده‌شدن و محصورشدن طولانی در جزیره‌-زندان‌های بی‌نام‌و‌نشان در اقیانوس آرام می‌روند. برخی گزارش‌ها می‌گویند تا پیش از سال ۱۳۵۷ حدود نیم‌میلیون مهاجر ایرانی در کشورهای دیگر یافت می‌شد که اکنون این تعداد سه میلیون نفر است. به عبارت دیگر، نسبت مهاجران به کل جمعیت کشور از ۱.۳ درصد به ۳.۸ درصد رسیده است. آماری غیررسمی حکایت از مهاجرت حدود هزاران نفر دانش‌آموخته و متخصص به‌طور سالانه از کشور دارد. مقصد آنها عموما کشورهای توسعه‌یافته‌ای از شرق تا غرب جهان است؛ جاهایی مثل استرالیا، آلمان، بریتانیا، آمریکا و کانادا. اگر در دهه ۵۰ خورشیدی حدود ۹۰ درصد از دانشجویان ایرانی که در خارج درس می‌خواندند به کشور برمی‌گشتند، امروزه این رقم به حدود ۱۰ درصد رسیده؛ یعنی از هر ۱۰ جوان ایرانی که برای درس‌خواندن به خارج می‌رود، فقط یک نفر به کشور برمی‌گردد. دیاسپورا یا جماعت ایرانیان مهاجر در سراسر گیتی، دیگر یک واقعیت روشن است و کمتر خانواده‌ای را در طبقات متوسط و بالا می‌توان سراغ گرفت که یک یا چند نفر از اعضای جوان آن در سال‌های دور و نزدیک مهاجرت نکرده باشند. تعدادی از مهاجران هم در کشورهای مقصد به موفقیت‌هایی می‌رسند و دروطن‌مانده‌ها اخبار کامیابی‌های آنها را با اشتیاق دنبال می‌کنند؛ هرچند این توفیقات پدید مال کشور میزبان است که توانسته فرصت و امکان موفقیت برای یک مهاجر جهان‌سومی را فراهم‌کند و طبق رویای قابل بحث زندگی آمریکایی نشان بدهد مهاجر هم که باشی، اگر اهل و تلاش هستی به موفقیت خواهی رسید. درباره ایرانیان مهاجر بحث و مطلب کم نیست، اما درباره دروطن‌مانده‌ها چسه؟ آنهایی که نتوانسته یا نخواسته‌اند به هر دلیلی دل از دیار حبیب برکنند و در اینجا به زندگی مشغول‌اند. نیروی



حسین ایمانی‌جارجی

سلام به فردا

غربی در دیار حبیب

حکایت ایرانی‌های دروطن‌مانده

فشار برای مهاجرت از کشور آن‌قدر قدرتمند است که به نظر می‌رسد درخانه‌مانده‌ها با فشارهای مختلفی مواجه باشند که چرا با وجودی که امکان و توان رفتن داشتند، نرفته و برخلاف عقل سلیم اینجا مانده‌اند. کمی درباره این مسئله فکر می‌کنیم، یکی از مسائلی که به مهاجرت دامن می‌زند، وضعیت آینده جامعه است. اگر افراد جامعه تصور مثبتی از آینده داشته باشند، برای ماندن می‌کوشند و به هر قیمتی حاضر به ترک سرزمین خود نمی‌شوند. چیزهای زیادی است که تو را به خاکت وصل می‌کند؛ تاریخ، شبکه خانواده، خویشان و دوستان، موقعیت اجتماعی و انواع انگیزش‌ها برای انجام کاری مهم در جایی که تو کسی هستی و آشنا محسوب می‌شوی. از سسوی دیگر، هر بحران سیاسی یا اقتصادی می‌تواند انگیزه‌ها برای مهاجرت را بیشتر کرده و منابع انسانی کشور را بیش از پیش خالی‌کند. مشکلات مزمنی هم مثل فساد، تبعیض و خویشاوندگرایی در بهره‌برداری از فرصت‌ها و منابع، سوخت موتور مهاجرت را همواره روشن نگه می‌دارند. البته برای آنهایی که ماندند و همه این مسائل را می‌دانند، انگیزه‌ها متفاوت است؛ برخی شخصی است و برخی اجتماعی. عده‌ای مانده‌اند چون احساس می‌کنند هر روز باید برای تغییر اوضاع تلاش کنند و با مشکلات بجنگند. خارج بدون مشکل نیست، اما حداقل خیلی‌ها از آرامش و زندگی راحت در آنجا حرف می‌زنند. این دسته دروطن‌مانده، بد یا خوب، همین ستنز روزمره با مشکلات و خارج‌شدن از دایره راحت‌طلبی را دوست دارند. آنها دلیلی برای بودن خود در خاک آشنا پیدا کرده‌اند و به رویاهای بزرگی فکر می‌کنند که به زندگی آنها معنا می‌دهد. عده‌ای دیگر هم تحمل درجه‌دوبدن یا تقلیل به برده‌های فکری مدرن شدن را در کشورهای بیگانه نداشته و ترجیح داده‌اند با تحمل همه مشکلات در وطن بمانند. روزی از دوستی که در کشوری اروپایی درس خوانده و امکان ماندن در آنجا دارد که در شغلی خوب و دانشگاهی داشت، پرسیدم چرا نماند و آمد؟ پاسخش خیلی روشن بود؛ گفت من آنجا همیشه درجه دو محسوب می‌شدم حتی اگر دستاوردهای کارم از همکاران بومی بالاتر بود. اما اینجا در ایران درجه یکم؛ چند نفر مثل من اینجا پیدا می‌شود؟ درحال این بحث بسیار مفصل است و با یادداشتی کوتاه نمی‌توان همه ابعاد آن را کاوید. جای آن دارد که دسته دروطن‌مانده‌ها به توضیح ملل و دلایل این انتخاب خود بپردازند؛ شاید همین موجبی شود تا خیلی‌ها که در حال دل‌کندن از وطن هستند پیش از گرفتن تصمیم نهایی، کمی تأمل پیشه کنند درباره چیزهایی که از دست خواهند داد و چیزهایی که به دست خواهند آورد.

روایت

چگونه از شخصی که مورد آزار قرار گرفته حمایت کنیم؟

سامان موحدی‌راد: هفته گذشته در فضای شبکه‌های اجتماعی فارسی‌زبان‌ها به‌ویژه در توئیتر فارسی بحث مفصلی درباره آزار جنسی داغ شده بود. ماجرا از افشاشی چند کاربر درباره مورد تعرض یا آزار قرارگرفتن از سوی چند میکرو سلبریتی شروع شد و بعد دامنه وسیعی از افراد را در برگرفت. از بهمان‌آدم نمن چند معلم معروف مدارس تا چند روزنامه‌نگار و بازیگرهای سینما و تئاتر همه‌ومه موجب شد تا مسئله آزار جنسی و انواع آن و همچنین وظیفه مسئولان و افراد در برابر چنین پدیده‌ای به سوزه اصلی بحث‌های کاربران فارسی‌زبان تبدیل شود. مشابه آنچه چند سال پیش در جنبش «MeToo» به آمریکا شروع شده بود و نهایتا علاوه بر چندین و چند پرونده پرسروصدا مثل ماجرای هاروی واینستاین به آگاهی‌بخشی عمومی درباره آزار جنسی تبدیل شد؛ صحبت درباره اینکه چه رفتارهایی مصادق آزار است و فرد آزاردیده بعد از واقعه چه باید بکند و اطرافیان آن در قبال چنین رویدیدی چه وظیفه‌ای دارند. یکی از موضوعات مهم که البته درباره آن هم بحث‌های طولانی صورت گرفته، این است که نقش اطرافیان در برابر شخص آزاردیده چیست و برای او باید چه کاری انجام دهند. نیویورک‌تایمز پیش‌ترها و در بحبوحه جنبش «MeToo» یک‌جور راهنمای کوچک و کاربردی در این زمینه منتشر کرده بود که در آن در سلسله دستورالعمل‌های نیویورک‌تایمز در این‌گونه مسائل را یادآوری کرده بود که شاید مرورش این‌روزها بد نباشد. از آنجایی که مسئله تربیت جنسی در ایران اغلب جزء موارد خطوط قرمز بوده و سانسور شده است، شاید بسیاری هنوز ندانند که با قرارگرفتن در چنین موقعیت‌هایی باید چه کاری بکنند و حتی ممکن است تحت‌تأثیر کلیشه‌های موجود در جامعه، به‌جای دلداری‌دادن به زخمی روی زخم‌های شخص آزاردیده تبدیل شود. در راهنمای نیویورک‌تایمز و در اولین گام به این مسئله توجه می‌شود که به شخص آزاردیده فرصت صحبت‌کردن بدهید. واقعیت این است که صحبت‌کردن درباره آزار یا هر سختی و رنج دیگری که انسان‌ها روی دوش‌شان حمل می‌کنند، کمک فراوانی به راحتی و آسودگی افراد می‌کند. باین‌حال در این مسئله نباید شخص آزاردیده را تحت‌فشار قرار داد یا حتی فضولانه از او جزئیات ماجرا را خواست. باید گذاشت اگر خودش تمایلی دارد، دراین‌باره با شما حرف بزند و شما بیش از هر زمانی باید نقش یک گوش شنوا را برایش بازی کنید. اگر می‌بینید که شریک زندگی یا دوست صمیمی‌تان تلاش

دغدغه‌های طبیبانه

طبیبانه‌های کنکور در زمانه کرونا



عبدالرضا ناصر‌مقدسی
متخصص مغز و اعصاب

• متأسفانه ناتوانی تصمیم‌گیری در همه جای مدیریت کشورمان نمود دارد؛ حالا هم دامان کنکور و سایر آزمون‌های مشابه را گرفته است؛ بدون اینکه توجه شود این سردرگمی و تناقض‌گویی‌ها می‌تواند با روح و روان دانش‌آموزان و دانشجویان بازی کند. دقیقا بعد از اعلام اینکه کنکور برگزار نمی‌شود، دختری جوان با گرزگ دست‌پیش من آمد؛ دختری ۱۸ساله که یک سال متمادی را برای کنکور با آرزوی پزشک‌شدن خوانده بود و وقتی شنیده بود کنکور را لغو کرده‌اند، دستش شروع به گرزگ کرده بود. خیلی سریع ام‌آرآی از او به عمل آمد و مشخص شد مبتلا به ام‌اس شده است. البته این استرس بزرگ عامل ایجاد بیماری نبود، اما مانند یک تلنگر شدید، به عاملی مستعدکننده بدل شده و در نهایت بیماری را نشان داد. حالا این دختر نه‌تنها با استرس کنکور و برگزاری و برگزارنشدن آن روبه‌رو بود، بیماری‌ای را هم پیش‌رو می‌دید که می‌توانست تمام زندگی‌اش را تحت تأثیر قرار دهد. کاملا مشخص است که برای یک پزشک، آرام‌کردن چنین بیماری و دادن امید به او تا چه اندازه سخت و دشوار است؛ بدتر اینکه یک روز بعد اعلام شد کنکور برگزار می‌شود؛ یک سردرگمی مضاعف، یک استرس تشدیدشده و نتیجه چیزی نیست جز هزاران جوان سرخورده در این مملکت. موضوعی که قابل مدیریت بود، مانند هزار چیز دیگر در مملکت ما به کلاف سردرگمی بدل شد که در نهایت می‌تواند نه‌تنها جان بسیاری را از نظر ابتلا به کرونا مورد مخاطره قرار دهد، بلکه با واردکردن استرس‌های بی‌شمار، جوان‌هایی را تحویل جامعه بدهد که شخصیت روانی‌شان به‌شدت خرد شده است. این در حالی است که همه اینها قابل حل بود. حداقل می‌شد یک تصمیم گرفت و بر سر آن ایستاد؛ نه اینکه هر روز تصمیمات در این مملکت عوض شود و هر کسی هم ساز خود را بزند. این سردرگمی در برگزاری کنکور به دلیل اینکه افراد زیادی را درگیر می‌کند، مورد توجه بسیاری قرار گرفته است. درحالی‌که آزمون‌های دیگر هم بهتر از این مدیریت نشدند. یکی از بدترین تصمیم‌ها که با مخالفت شدید جامعه پزشکی روبه‌رو شد، حذف کبشه و بدون کارشناسی امتحان بدون تخصصی بود؛ مورد تخصصی سخت‌ترین امتحانی است که یک نفر می‌تواند در تمام طول زندگی‌اش بدهد؛ از سویی استرسی شدید به دانشجویان تخصصی برای گذراندن مورد وارد می‌شود و همین استرس سختی امتحان را دوچندان می‌کند. ناگهان اعلام شد وزارت محترم بهداشت تصمیم به لغو این امتحان گرفته و همه ریزدنت‌های سال چهار باید از اول مرداد به‌عنوان متخصص شروع به کار کنند. این در حالی بود که این دستیاران یک سال به صورت بی‌وقفه برای این امتحان خوانده بودند و موعد امتحان آنها نیز شهریور بود. گرچه این تصمیم یک‌شبه وزارت بهداشت با اعتراض شدید روبه‌رو و لغو شد، اما حاصل آن فقط و فقط سرخوردگی عمیق دستیارانی بود که بهترین سال‌های زندگی‌شان را در حرفه سخت پزشکی گذرانده و حالا خود را با وزارتخانه‌ای روبه‌رو می‌دیدند که هیچ اهمیتی برای آنها قائل نیست. حتی وقتی اعلام شد امتحان مورد در موعد مقرر خود برگزار می‌شود، هنوز هم دستیاران نمی‌دانستند سرانجام این تصمیم‌گیری‌های شتاب‌زده به کجا خواهد انجامید. حق هم داشتند؛ هیچ بعید نبود که مانند بسیاری دیگر از تصمیمات، دوباره عوض شود. کسانی که این راه را رفته‌اند، می‌دانند که بدترین چیز برهم‌زدن آرامش ذهنی یک دانشجو آن‌هم در زمانه‌ای است که باید خود را برای یک امتحان مهم آماده کند. دیگر آرامشی باقی نمانده است.

واقعا پاسخ این همه سرخوردگی را چه کسی خواهد داد؟ آیا مسئولان تابه‌حال از خود پرسیده‌اند کدامیک از این تصمیمات یک‌شبه آنها به نتیجه مثبتی رسیده است؟ آیا نباید از استادن دانشگاه، دستیاران و دانشجویان برای چنین تصمیماتی نظرخواهی کرد؟ اگر جانفشانی‌های کادر درمان نبود، کرونا خیلی خیلی بیشتر از اینها قربانی می‌گرفت؛ چرا ما خودمان به خستگی‌ها و فرسودگی‌های کادر درمان می‌افزاییم؟ چراهایی که بارها پرسیده شده و همواره نیز بدون جواب مانده است.

