

حیوانات

حمایت از حیوانات در روزهای جنگ

سپهرسیلیمی

در میانه جنگ صحبت از حفظ محیط زیست و به‌ویژه حمایت از حیوانات، اگرچه ضروری اما بسیار سخت است. دولت، سیاست‌مداران و رسانه‌ها همه تلاش خود را برای موفقیت در جنگ به کار می‌بندند و اولویت‌های کشور به‌طور کلی تغییر پیدا می‌کند. شهروندان نیز در این روزها همه توجه‌شان معطوف به میدان جنگ است و فضای اضطراب و نگرانی از آینده موجب می‌شود افراد به چیزی جز نجات جان و مال خود نیندیشند. این شرایط نباید باعث شود از این مسئله نگوییم و غافل شویم. در شرایط بحرانی و حوادث، گروه‌های ضعیف بیش از دیگران آسیب می‌بینند؛ گروه‌هایی که در حفاظت از خود کم‌توان هستند و صدایی برای شنیده‌شدن در میان هیاهوی جنگ ندارند. از این‌رو است که در جنگ‌ها کودکان، سالمندان و حیوانات از مهم‌ترین گروه‌های آسیب‌پذیر هستند.

آسیب جنگ به حیوانات پیش از هر جنگی آغاز می‌شود؛ آنجا که حیوانات بسیاری در مراحل ساخت سلاح‌های جنگی مورد استفاده و آزمایش قرار می‌گیرند. جنگ باعث آسیب مستقیم به زیستگاه‌های طبیعی می‌شود.

آلودگی‌های شیمیایی جنگ‌ها گاهی تا سال‌ها قربانی می‌گیرد، حیوانات در باغ‌وحش‌ها فراموش می‌شوند، متحمل آسیب جسمی مستقیم یا آسیب‌های روانی می‌شوند. در جنگ اگرچه بسیاری از فعالیت‌های روزمره شهروندان تغییر می‌کند، اما تجربه نشان داده به واسطه شرایط خاص، قاجاق و شکار حیات وحش نه‌تنها کمتر نمی‌شود بلکه شاید بیشتر شود.

در روزهای جنگ ۱۲روزه، علی‌رغم غافلگیری و محدودیت‌های بسیار اینترنتی، شاهد توجه بخشی از شهروندان به وضعیت حیوانات شهری و خانگی بودیم. در سخت‌ترین روزهای جنگ ۱۲روزه شاهد بودیم برخی از حامیان حیوانات، دلیل ماندن خود در شهرهای بزرگ را داشتن حیوان خانگی و کمک‌رسانی به حیوانات شهری اعلام کردند. این افراد با اطلاع‌رسانی درخصوص شرایط ویژه به‌وجودآمده برای این زیست‌مندان، از شهروندان دعوت می‌کردند تا حد امکان نسبت به تهیه آب و غذا برای حیوانات شهری اقدام کنند و در صورت مشاهده حیوان آسیب‌دیده، آن را به کلینیک دامپزشکی منتقل کنند. هم‌زمان کلینیک‌های دامپزشکی و بانسیون‌های حیوانات در نقاط مختلف کشور درخصوص کمک‌رسانی داوطلبانه یا با حداقل هزینه اعلام آمادگی کردند. ضمن اینکه دامپزشکانی از سراسر ایران و جهان برای درمان یا مشاوره برای درمان حیوانات اطلاع‌رسانی انجام دادند. گفتنی است سابقه آگاهی‌رسانی عمومی برای امدادرسانی به حیوانات در شرایط بحرانی به تابستان ۱۳۹۱ و زلزلهٔ آذربایجان شرقی برمی‌گردد که دیدبان حقوق حیوانات با اعزام یک تیم تخصصی، اقدام به نجات و درمان حیوانات آسیب‌دیده در منطقه کرد. در کنار این موارد، شاهد تولید محتوا درباره پیشگیری از آسیب‌های جسمانی و روانی به حیوانات خانگی بودیم. مثابه این نوع آگاهی‌رسانی سال‌هاست هم‌زمان با چهارشنبه‌سوری انجام می‌شود و مورد جدیدی نیست، اما اینکه در شرایط جنگی مورد توجه قرار بگیرد، ارزشمند و درخور توجه است. متأسفانه و دردمندانه در روزهای سخت جنگ صدها نفر از هم‌وطنانمان جان خود را از دست دادند، افراد زیادی دچار آسیب‌های جسمی، روانی و مادی شدند، اما در کنار همه این سختی‌ها و سیاهی‌ها آنچه باعث امید است و توان‌بخشی برای بخشی از زخم‌ها باشد، عملکرد و هوشیاری شهروندان و جامعه مدنی در حوزه‌های مختلف است؛ جامعه‌ای که حتی در شرایط جنگ نیز تلاش دارد مراقب و محافظ بخشی از زیست‌مندان بی‌صدای این کشور باشد.

خبر

هشدار نسبت به هک اطلاعات بیماران

ایلنا، عضو هیئت‌مدیره انجمن داروسازان ایران گفت: «از شهریور سال گذشته تا خرداد امسال، عددی بیش از چهار همت چک داروخانه‌ها نزد شرکت‌های توزیع‌کننده برگشت خورده است». هادی احمدی دربارهٔ وضعیت پرداخت مطالبات داروخانه‌ها از سازمان‌های بیمه‌گر توضیح داد: «سازمان‌های بیمه‌گر از جمله تأمین اجتماعی و بیمه سلامت، مطالبات داروخانه‌ها را از حدود اسفند سال گذشته تسویه کردند، اما سهم ارزی دارو از اسفند همچنان پرداخت نشده است. در حال حاضر حدود چهار ماه است که سازمان‌های بیمه‌گر نسبت به سهم ارزی خود به داروخانه‌ها بدهکار هستند و سازمان نیروهای مسلح نیز حدود یک تا دو ماه از این سازمان‌ها عقب‌تر است». او افزود: «در کل، حدود چهار ماه است که مطالبات داروخانه‌ها عملاً پرداخت نشده است و این مسئله چرخه تأمین دارو را دچار مشکل می‌کند. این موضوع یک هشدار جدی است که ما به مسئولان اعلام می‌کنیم، اگر مطالبات داروخانه‌ها به‌موقع پرداخت نشود، داروخانه‌ها با کمبود نقدینگی مواجه خواهند شد. در نتیجه قادر به خرید دارو نخواهند بود و این موضوع منجر به ایجاد یک کمبود کاذب در بازار دارویی خواهد شد. دارو وجود دارد، اما قدرت خرید داروخانه‌ها کاهش می‌یابد و در این وضعیت، آنچه آسیب می‌بیند، مردم هستند». او تأکید کرد: «بنابراین، ما توصیه می‌کنیم هم سازمان هدفمندسازی بارانه‌ها و هم سازمان‌های بیمه‌گر، مطالبات داروخانه‌ها را مطابق قانون و به‌موقع پرداخت کنند. این تأخیر بیش از حد، باعث می‌شود داروخانه‌ها نتوانند خدمات خود را ادامه دهند و چرخه تأمین دارو با مشکل مواجه می‌شود». احمدی با اشاره به مبلغ چک‌های برگشتی داروخانه‌ها گفت: «از شهریور سال گذشته تا خرداد امسال، رقمی بالغ بر چهار همت، معادل چهار هزار میلیارد تومان چک داروخانه‌ها نزد شرکت‌های توزیع‌کننده برگشت خورده است. به دنبال آن چک شرکت‌های توزیع‌کننده دارو نیز نزد تأمین‌کنندگان برگشت می‌خورد و در نتیجه چرخه تأمین دارو دچار اشکال می‌شود». او اضافه کرد: «به همین دلیل، ما توصیه می‌کنیم برای آنکه بتوانیم همچنان ایستادگی کنیم و خدمات خود را ادامه دهیم، مطالبات ما حتماً به‌موقع پرداخت شود. قرار نیست از ما به‌طور مستمر خواسته شود که خدمات ارائه دهیم، اما از نسوی دیگر، مطالبات ما پرداخت نشود. این دو موضوع با یکدیگر در تناقض هستند». عضو هیئت‌مدیره انجمن داروسازان ایران گفت: «اگر قرار است داروخانه‌ها خدمات ارائه دهند، آن‌هم در هر زمانی که لازم باشد، حتی زیر توپ و تانک و بمباران که تا امروز همواره این کار را انجام داده‌اند و کوتاهی نکرده‌اند، انتظار ما این است که مطالبات داروخانه‌ها به‌موقع پرداخت نشود تا بتوانند به فعالیت خود ادامه دهند. داروخانه‌ها در این فرایند واقعا متضرر شده‌اند و متأسفانه تاکنون هیچ‌گونه حمایتی از آنها صورت نگرفته است». او ادامه داد: «ما اثبات کرده‌ایم داروخانه‌ها در هر زمانی در هر مقطع و حتی در شرایط جنگی، خدمات خود را ارائه می‌دهند و هیچ‌گاه کوتاهی نمی‌کنند. در آن ۱۲ روز نیز مشخص شد که داروخانه‌ها به‌طور مداوم در حال ارائه خدمت بوده‌اند و همین مسئله باعث شد که مردم دچار مشکل دارویی نشوند». براساس اعلام او، همچنین به‌خوبی ثابت شد که داروخانه‌ها بهترین محل برای خرید دارو هستند و حتی پلتفرم‌ها نیز نمی‌توانند جایگزین مناسبی برای آنها باشند. بنابراین، این ایده که پلتفرم‌ها باید وارد عرصه توزیع دارو شوند، باید از ذهنشان خارج شود. با اینکه اطلاعات بیماران در معرض خطر هک شدن قرار دارد و این مسئله می‌تواند بسیاری از مشکلات را برای حاکمیت ایجاد کند، توصیه ما این است که قدر داروخانه‌ها را بدانند و از خدماتی که داروخانه‌ها به صورت شبانه‌روزی ارائه می‌دهند، پشتیبانی کنند.

شادی مکی: در ۱۲ روز جنگ، ۶۹هزارو ۵۰۳ تماس با سامانه ۱۴۸۰ (خط مشاوره تلفنی سازمان بهزیستی) و ۱۱ هزار تماس با سامانه ۱۵۷۰ (مرکز مشاوره آموزش و پرورش) برقرار شد. اغلب تماس‌گیرندگان زنان بودند و دلیل تماس بیشترشان «اضطراب ناشی از جنگ» و «ترس از جنگ» بود. روان‌درمانگران فعال در این حوزه به «شرق» می‌گویند که همچنان تروماهای روانی در میان افراد دیده می‌شود؛ آنها ترس از شروع دوباره جنگ دارند. برخی با شنیدن صدای آژیر آتش‌نشانی دچار اضطراب می‌شوند، اختلال خواب پیدا کرده‌اند و پریشان شده‌اند. روان‌درمانگران اما تنها پاسخ‌گوی تماس‌ها نبودند؛ آنها به میدان هم رفتند. یکی از مکان‌ها شهرک شهید چمران بود: «کودکان معمولاً بی‌قراری و گریه می‌کردند. ما باید کمک می‌کردیم تا آنها به مرحله پذیرش برسند». آنها کودکان را سرگرم می‌کردند تا رنج والدینشان را نبینند. امدادگران هم رفتار شرایط بودند، مخصوصاً امدادگری که سگ زنده‌یابش را در پی بمباران‌های پی‌درپی از دست داد. سگ سخته کرد و جان داد، «این حادثه برای مربی سگ، بسیار دشوار بود».

کارشناسان در گفت‌وگو با «شرق» از نگرانی‌ها، ترس‌ها و تجربه‌هایی می‌گویند که شهروندان در روزهای جنگ و بعد از آن پشت سر گذاشته‌اند. آنها از شرایط سخت افرادی می‌گویند که به دلیل ابتلای خود یا عزیزانشان به معلولیت یا بیماری‌های سخت، امکان جابه‌جایی و رفتن به منطقه‌ای امن را نداشته‌اند و شرایط روانی هولناکی را تجربه کرده‌اند.

بیش از ۶۹ هزار تماس‌گیرنده مضطرب

افزایش فعالیت سامانه ۱۴۸۰ سازمان بهزیستی کشور هم ازجمله تمهیداتی بود که برای برطرف‌کردن نیازهای اضطراری شهروندان به حمایت‌های روانی در نظر گرفته شد. ابراهیم غفاری، مدیرکل دفتر مشاوره و امور روان‌شناختی سازمان بهزیستی کشور، در گفت‌وگو با «شرق» به ۶۹هزارو ۵۰۳ تماسی اشاره می‌کند که از آغاز حملات اسرائیل در تاریخ ۲۳ خرداد تا ۱۱ تیرماه با این سامانه برقرار شد: «اغلب تماس‌گیرندگان زنان بودند و بیشترشان هم به دلیل «اضطراب ناشی از جنگ» و «ترس از جنگ» بود. همچنین برخی از تماس‌ها برای دریافت راهنمایی و مشاوره درخصوص نحوه برخورد با کودکان و چگونگی کمک به سالمندان در شرایط جنگی بود. تعدادی از تماس‌ها هم از سوی افرادی گرفته می‌شد که به نوعی دچار آسیب شده‌اند. به هر حال، با توجه به اهمیت این مداخلات روان‌شناختی، اولین اقدامی که در سامانه ۱۴۸۰ انجام دادیم، شبانه‌روزی‌شدن سامانه بود؛ به این معنا که از ۱۲ شب تا هشت صبح تلفن‌های ما در راستای حمایت از شهروندان فعال شد. جالب آنکه بیش از هزار تماس تلفنی برقرارشده با ما در این سامانه به همین بازه زمانی شب تا صبح بوده است». براساس اعلام او، استان‌های تهران، اصفهان، البرز، فارس، ایلام، کرمان و سیستان بیشترین آمار تماس‌ها را ثبت کرده‌اند. او ادامه می‌دهد: «برای شبانه‌روزی‌شدن فعالیت‌های این سامانه ۳۰۰ روان‌شناس متخصص و دارای شماره نظام روان‌شناسی داوطلب شدند که در ساعات فراغت خود به ما کمک کنند و به این ترتیب تعداد نیروهای ما در این سامانه به ۸۱۰ نفر رسید». براساس اعلام غفاری، گاهی راهنمایی همکاران ما به صورت تلفنی مشکل فردی را که دچار استرس و اضطراب ناشی از جنگ شده بود، برطرف می‌کرد، اما مشکل برخی افراد ممکن است تبدیل به اختلال شود. «این افراد نیاز به درمان‌های طولانی‌مدت دارند. روان‌شناسان ما برای درمان این افراد از روش‌های درمانی خاصی مانند درمان‌های شناختی- رفتاری و ... استفاده می‌کنند. این درمان‌ها ممکن است حداقل حدود هشت تا ۱۰ جلسه طول بکشد». مدیرکل دفتر مشاوره سازمان بهزیستی درباره فعالیت تیم‌های محب این سازمان که در وظیفه حمایت و مداخلات روانی اجتماعی از شهروندان را در زمان‌های بحران بر عهده دارد، توضیح می‌دهد: «۸۲۲ تیم محب ما در سراسر کشور برای بازدید از خانه‌های آسیب‌دیده و افرادی که یکی از اعضایشان شهید یا جانباز شده، در نظر گرفته شده‌اند. همکاران ما در این تیم‌ها مداخلات خود را از این هفته شروع کرده‌اند و به کودک تا سالمند خدمات خود را ارائه می‌دهند. البته این مداخلات درباره شهروندان عادی و آسیب‌دیده است، اما درباره افراد و خانواده‌های آسیب‌دیده‌ای که به دلایلی با محدودیت مواجه هستند، به‌ویژه درباره موضوعات امنیتی، تیم‌های ما اجازه مداخله ندارند». او این را هم می‌گوید که در مقطع جنگ ۱۲روزه، فقط مشاوره‌های تلفنی فعال بودند: «مراجعه حضوری مربوط به مناطق بود که خیلی درگیر جنگ نبودند. در شهرهایی مانند تهران، اصفهان و سایر استان‌های درگیر، معمولاً در روزهای حمله، مردم نیاز به مراجعه حضوری نداشتند؛ اما بعد از آن روزها قطعاً چنین نیازی احساس می‌شود، به همین دلیل ما از هفته گذشته دوره‌های بازآموزی را برای تیم‌های محب برگزار کرده‌ایم تا بهترین نحو ممکن به شهروندان خدمت‌رسانی کنند». به گفته غفاری، در روزهای آینده به احتمال بسیار زیاد بهزیستی مراجعینی خواهد داشت که از آسیب‌های ناشی از جنگ یا «PTSD» رنج می‌برند: «در حال حاضر برای حمایت از این افراد هم برنامه‌ریزی کرده‌ایم و آنها می‌توانند با مراجعه به سازمان بهزیستی از خدمات رایگان ما در حوزه روان‌شناسی بهره بگیرند. همچنین مراکز مشاوره دولتی و غیردولتی ما به صورت حضوری در خدمت افرادی خواهد بود که نیاز به خدمات طولانی‌مدت داشته و آسیب‌های ناشی از جنگ بر آنها تأثیری طولانی گذاشته است. معمولاً PTSD بعد از بحران ظهور و بروز می‌یابد».

تماس ۱۱ هزار دانش‌آموز با سامانه مشاوره

در میان شماره‌هایی که از سوی دولت برای ارائه حمایت‌های روان‌شناختی اعلام شد، شماره ۱۵۷۰ آموزش و پرورش که قرار بود پاسخ‌گوی دانش‌آموزان و معلمان باشد، دیده شد. این شماره در شرایطی اعلام شد که تعدادی از قربانیان و جان‌باختگان حوادث اخیر را کودکان و دانش‌آموزان تشکیل می‌دادند. براساس اعلام سسمیه ابراهیمی، مدیرکل امور تربیتی، مشاوره و مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی وزارت آموزش و پرورش، به «شرق» در روزهای جنگ، حدود ۱۱ هزار تماس از طریق خط ملی «نماد» به شماره ۱۵۷۰ برقرار شد که ۱۵ درصد تماس‌گیرندگان والدین، ۶۰ درصد دانش‌آموزان دختر و ۲۵ درصد دانش‌آموزان پسر بودند.

«شرق» از جزئیات آمار ۳ سامانه مشاوره روان جنگ‌زده‌ها گزارش می‌دهد

۸۰ هزار تماس با سامانه‌های مشاوره

پیش‌بینی می‌شود در روزهای آینده تعداد مراجعه‌کنندگان با «اختلال استرس پس از سانحه» یا «PTSD» بالا رود



به گفته این مسئول در آموزش و پرورش، عمده این تماس‌ها درباره نگرانی‌های درسی بود و تنها تعدادی از تماس‌ها درباره مدت‌زمان جنگ و نگرانی از آن بود: «بیشتر تماس‌ها با محوریت تحصیلی و تغییر برنامه‌ها بود. تماس‌گیرندگان در این رابطه سؤالاتی مانند اینکه آزمون کنکور سراسری چه زمانی خواهد بود؟ برنامه‌ریزی برای حفظ و تثبیت مطالعات انجام‌شده تا برگزاری کنکور چگونه باشد و بهتر است چه منابع و تست‌هایی را مطالعه کنند؟ آزمون مدارس نمونه و تیزهوشان چه زمانی برگزار می‌شود؟ پرسیده‌اند. پیگیری امتحانات باقی‌مانده نیز یکی دیگر از دغدغه‌های دانش‌آموزان در این شرایط بود». ابراهیمی اضافه می‌کند: «تماس‌ها از زمان آغاز حملات به صورت روزانه دریافت می‌شد. همچنین با توجه به افزایش تماس‌ها، در راستای پاسخ‌گویی مناسب و بهبود شرایط، وزارت آموزش و پرورش سعی کرد از حضور پاسخ‌گویان بیشتر استفاده کرده و فعالیت این سامانه در روزهای جمعه نیز ادامه یابد».

دلخوشی‌واهی نمی‌دهیم

در میان سامانه و گروه‌هایی که در زمینه سلامت روان فعالیت می‌کنند، گروه «سحر» هم شایان توجه است؛ سحر مخفف «سفیران حمایت‌های روانی-اجتماعی» هلال‌احمر است که کارش را چند ساعت پس از وقوع حوادث شروع می‌کند. براساس گفته‌های روح‌الله تکلیلو، مدرس تیم‌های سحر جمعیت هلال‌احمر، به «شرق»، وظیفه آنها کمک به افرادی است که به‌تازگی در معرض شرایط استرس‌زا قرار گرفته‌اند؛ «ما نیازها و نگرانی‌های افرادی را که در محل حادثه حضور دارند، ارزیابی کرده و مورد سنجش قرار می‌دهیم و بسته به نوع نیاز آنها، اقدام به ارائه خدمات حمایتی می‌کنیم. به بیان دیگر، کار ما آرامش‌دادن به آسیب‌دیدگان حوادث است و این فعالیت‌ها به صورت حضوری انجام می‌پذیرد». او از فعالیت‌های تیم سحر از آغاز حملات می‌گوید: «پروتکل حضور تیم‌های سحر در محل حادثه مربوط به زمانی است که امنیت نسبی در منطقه برقرار باشد. بنابراین فعالیت این گروه از روز ۲۴ خرداد آغاز شد. در سه روز نخست آغاز جنگ، شدت حملات کمتر و امکان حضور در محل فراهم بود. در این مدت هم در مناطقی مانند شهرک چمران، شهرآر، خیابان صابونچی و سایر مکان‌هایی که امکان ارائه خدمت وجود داشت، حضور یافتیم. نتیجه این فعالیت‌ها بسیار مثبت بود». تکلیلو از نگرانی‌ها و ترس افرادی می‌گوید که عزیزان‌شان بر اثر حمله زیر آوار مانده بودند: «آنها با اضطراب و ترس شدیدی دست به گریبان بودند و حتی گاهی پرخاشگری می‌کردند، به‌ویژه اگر نیروهای امداد کمی دیرتر می‌رسیدند، قاعداً میزان اضطراب آنها افزایش می‌یافت، اینها رفتارهایی است که به صورت طبیعی در صحنه هر حادثه‌ای رخ می‌دهد. ما به آنها اطمینان می‌دادیم که حضورشان در صحنه حادثه یا محل ریزش، تأثیر مستقیمی در عملیات نخواهد داشت. به آنها توصیه می‌کردیم در مکان امن‌تری حضور آورند؛ برای این که بتوانند خدمات خود را در صحنه انجام دهند. ما تلاش می‌کردیم در حفظ آرامش به آنها کمک کنیم. روش‌های ما براساس واقعیت است و به افراد دلخوشی‌واهی نمی‌دهیم، بلکه با زبانی مناسب حقایق موجود در صحنه را برای آنها توضیح می‌دهیم. ما به آنها روحیه می‌دهیم تا به‌تدریج بتوانند از وضعیت استرس‌زا خارج شوند». به گفته او، شبویه برخورد با آسیب‌دیدگان از جنگ و آسیب‌دیدگان از حوادث طبیعی متفاوت است: «در شرایط جنگ، وضعیت متفاوت است؛ به لحظه امکان حمله مجدد وجود دارد. در این شرایط ما امکان چنین اقداماتی را نداریم، بلکه تلاش می‌کنیم که در مکان امنی مستقر شوند و آرامش خود را حفظ کنند تا نیروهای امدادی بتوانند وظایف خود را به‌درستی انجام دهند». این روان‌شناس به شرایط کودکان آسیب‌دیده جنگ اشاره می‌کند: «کودکان معمولاً بی‌قراری و گریه می‌کردند. ما باید کمک می‌کردیم تا آنها به مرحله پذیرش برسند. برای کمک به کودکان که در شهرک شهید چمران حضور داشتیم، در تلاش بودیم کودکان را با فعالیت‌هایی مانند نقاشی و سرگرمی‌های مورد علاقه‌شان مشغول کنیم. زیرا کودکانی که در معرض صحنه آوار قرار می‌گرفتند، شرایط خوبی را تجربه نمی‌کردند. دیدن این صحنه موجب افزایش بی‌قراری، گریه و سایر واکنش‌های احساسی در کودکان می‌شود. ما سعی می‌کردیم حواس کودکان را از شرایط موجود پرت کنیم تا به‌تدریج با رسیدن به اصل پذیرش به زندگی عادی خود بازگردند. همچنین با خانواده‌هایی که درباره وضعیت روانی فرزندان‌شان بی‌توجه بودند، صحبت کردیم و کودکان را به مکان امنی که در همان نزدیکی بود، منتقل کردیم. کودکان را تحت مراقبت قرار می‌دادیم و معمولاً بعد از گذشت چند ساعت، شاهد بهبود وضعیت روحی کودکان بودیم».

تأثیر شرایط بر روان امدادگران

تکلیلو از وضعیت امدادگران حاضر در صحنه و نیاز آنها به حمایت‌های روان می‌گوید: «تعدادی از تیم‌های ما در صحنه حادثه حاضر می‌شدند و حمایت روانی خود را ارائه می‌دادند. تعدادی دیگر از تیم‌ها را هم در مراکز مستقر کرده بودیم که نیروها از آن مراکز به محل حادثه اعزام شده بودند. وقتی امدادگران از عملیات بازمی‌گشتند، همکاران ما با آنها قدم زده و گفت‌وگو می‌کردند و حتی آموزش‌های لازم را برای کمک به بهبود شرایط روانی به آنها ارائه می‌دادند. مثلاً در همان روزهای اول، دو نفر از امدادگران شهید شدند و این موضوع باعث کاهش

شدید روحیه تیم‌های اعزامی شده بود. در این موارد، همکاران ما با امدادگران همراه شده و ضمن ارتباط روانی با آنها تلاش می‌کردند این افراد را آرام کنند تا کم‌کم از آن فضای سنگین خارج شوند». مدرس تیم‌های «سحر» به تأثیر از دست‌رفتن دو سگ زنده‌یاب بر روحیه امدادگران هم اشاره می‌کند: «سگ‌هایی که در محل حادثه فعالیت می‌کردند، معمولاً آموزش‌دیده بودند، اما در یکی از مناطق چند مرحله بمباران شد و صداهای مهیب ناشی از آن باعث سخته یکی از سگ‌ها شد. این اتفاق برای مربی او که شب و روز با آن سگ کار کرده بود و مانند همراه همیشگی به او وابسته بود، بسیار دشوار بود. همکاران ما با آن مربی گفت‌وگوهای زیادی کردند و چند روز همراه او بودند تا بتواند شوک ناشی از فقدان سگ را تحمل کند. از دست‌رفتن سگ‌ها حتی بر روحیه سایر امدادگران نیز تأثیر داشته بود». او تأکید می‌کند که با گذر از روزهای جنگ هنوز هم برخی افراد با ترومای (آسیب) روانی مواجهاند و تصور می‌کنند که جنگ ادامه دارد یا ممکن است دوباره آغاز شود: «همچنان برخی افراد دچار اضطراب هستند و مثلاً با شنیدن صدای آژیر آتش‌نشانی که ممکن است صرفاً برای اطفای یک آتش‌سوزی معمولی باشد، دچار اضطراب شده و با ما تماس می‌گیرند. برخی از مراجعان نیز از اختلالات خواب رنج می‌برند که توصیه می‌شود برای درمان، به روان‌پزشک مراجعه کنند. ما به این افراد توصیه می‌کنیم پالس‌های مثبت به ذهن خود ارسال کنند و به یاد داشته باشند که قرار نیست حتماً دوباره جنگی رخ دهد؛ یا حوادث ناگوارتری اتفاق بیفتد. سعی ما بر این است که با اطلاع‌رسانی صحیح، به بازگشت آرامش به جامعه کمک کنیم».

افزایش ۳۰ درصدی مراجعه به روان‌درمانگران

علی نیکجو، روان‌پزشک روان‌درمانگر، یکی از افرادی است که با شروع روزهای جنگ اعلام کرد که در کنار تعدادی از همکارانش آماده ارائه خدمات روان‌درمانی به آسیب‌دیدگان است. او به «شرق» می‌گوید: «قطعا این روزها تمام مراجعه‌کنندگان درگیر این اتفاقات بودند اما به صورت مشخص بعد از اعلام آمادگی ما، شاهد افزایش بیش از ۳۰ درصدی مراجعه‌کنندگان‌مان نسبت به آمار همیشگی بودیم. این آمار تقریباً میان من و همکارانم مشترک است. این روند همچنان هم ادامه دارد». به گفته این روان‌درمانگر، همواره درخواست کمک در این حوزه از سوی زنان بیش از مردان بوده است: «مشاهدات من نشان می‌دهد که زنان برای دریافت کمک در راستای حمایت از خانواده و فرزندان‌شان پیش‌قدم شده بودند. در این مدت کودکان احساس ناامنی بیشتری کردند، به نحوی که خانواده متوجه رفتارهای ناشی از بی‌قراری، خشم، شب‌ادراری و جلدن ناخن‌فرزندن می‌شد. بسیاری از کودکان با شنیدن در صدای پدر یا مادر خود می‌پریدند و حتی مقاومت‌شان در برابر اعضای خانواده بیشتر شده بود. برخی از کودکان هم انگیزه خود برای حضور در کلاس‌ها و برنامه‌های تابستانی را از دست داده بودند. از آنجایی که مادران درباره این نشانه‌ها حساس‌ترند، به ما مراجعه کرده و شرایط فرزندشان را با ما در میان می‌گذاشتند».

احساس فراگیر ناامنی

او به گروهی از مراجعان اشاره می‌کند که بیشتر به صورت تلفنی با این روان‌درمانگران در ارتباط بوده و از آنها حمایت روانی دریافت می‌کردند: «این افراد معمولاً به دلیل ابتلای خود یا فرزندان‌شان به معلولیت یا بیماری سخت امکان جابه‌جایی نداشتند و به‌همین‌دلیل هم رنج فراوانی را در شرایط جنگ متحمل شده بودند. برخی دیگر هم نیاز به مراقب داشتند، درحالی‌که مراقب‌ها علت مراجعه‌ها در شرایط جنگ و عوارضی که مراجعه‌کنندگان به آنها دچار شده بودند، می‌گوید: «درحال‌حاضر، آنچه بیش از هر چیز روان جامعه را تهدید می‌کند، احساس ناامنی درباره آینده است. ما در وضعیتی ویژه قرار داریم؛ یعنی نه در دوران پس از آسیب قرار داریم و نه در شرایط پیش از آسیب. حتی می‌توانیم مرحله‌ای را که در آن قرار داریم، نام‌گذاری کنیم. از یک سو گفته می‌شود جنگ به پایان رسیده، از سوی دیگر مردم گمان می‌کنند که هنوز جنگ ادامه خواهد داشت. در کنار همه اینها باید به زندگی عادی بازگردیم». او بر این باور است که جامعه همچنان در شرایط پس‌آسیب قرار داشته و زود است بگوییم جامعه دچار اختلال «PTSD» یا استرس بعد از حادثه شده است: «آنچه کمیت‌های می‌شود، بی‌انگیزگی، ملال، اختلال خواب، بی‌داری شبانه، بیگیری نکردن برنامه‌های قبلی، درگیری شدید ذهنی درباره اتفاقات رخ داده، نسنخوار فکری، خودمؤاخذگی و خودتنبیهِی درباره تصمیماتی است که در گذشته گرفته‌اند. مثلاً فرد می‌گوید چرا مهاجرت نکرده یا چرا فرزندآوری کرده». این روان‌پزشک درباره تأثیر بحران‌های گذشته بر آسیب‌های روانی ناشی از جنگ ۱۲روزه هم می‌گوید: «پیش‌ازاین هم جامعه در وضعیتی قرار داشت که شاهد مواردی مانند نرخ خودکشی بالا، کاهش میل به زندگی در برخی اقشار، تجربه‌های پی‌درپی ناامیدی اجتماعی بودیم. اتفاقاتی مانند افزایش تورم، کم‌آبی، کاهش ارزش پول ملی، حوادث دی‌ماه ۹۶، آبان ۹۸، سقوط هواپیمای اوکرائنی، حمله و شرایط خاص ایران در آن زمان و در نهایت حوادث ۱۴۰۱ همگی مواردی بودند که ذهنیت عمومی جامعه را به‌شدت مستهلک کردند و باعث شدند جامعه احساس سرخوردگی عمیقی را تجربه کند. با چنین پیشینه‌ای انتظار می‌رفت درگیری با جنگ، شرایط را بدتر کند. اما شاید وجود یک دشمن خارجی که به سفاکبودن مشهور است، کمک کرد تا ذهن مردم در برابر او متحده شود و سلامت روانی مردم آن سیر قهقراپی را که انتظار می‌رفت، طی نکند. اگر مدت‌زمان این جنگ افزایش می‌یافت، شاهد شرایط روانی بدتری برای جامعه بودیم، اما در یک نگاه کلی قطعاً جامعه‌ای که از قبل آسیب دیده بوده، تاب‌آوری کمتری برای کمر راست‌کردن در برابر چنین رخدادهایی دارد. اگرچه کشور ما با توجه به پیشینه تاریخی خود سعی کرده که در برابر همه مشکلات سر پا بایستد».

شرق

خبر روز

افزایش باد، آلودگی هوا را تشدید کرد

مهتر: سرپرست دبیر ستاد ملی سیاست‌گذاری مدیریت پدیده گرد و غبار، جزئیات جدیدی از منشأ آلودگی تابستانه هوای تهران ارائه داد. بهزاد رایگانی با اشاره به وضعیت کنونی آلودگی هوای تهران در فصل تابستان گفت: «وضعیتی که اکنون در کلان‌شهر تهران شاهد آن هستیم، عمدتاً به دلیل گرد و خاک‌های محلی است. اسمال طبق گزارش‌های ارائه‌شده از سوی همکاران در سازمان هواشناسی، پنجمین سال خشک‌سالی متوالی کشور است و شدت خشک‌سالی در سال جاری نسبت به سال‌های گذشته بیشتر بوده است. این شرایط موجب فعال‌شدن کانون‌های گرد و غبار محلی شده است». رایگانی ادامه داد: «درباره شهر تهران، کانون‌های محلی متعددی وجود دارند که بر وضعیت هوای این شهر تأثیرگذار هستند و همین عامل باعث تشدید وضعیت فعلی شده است. علاوه بر این، یک عامل دیگر نیز در این زمینه تأثیرگذار بوده است: نوع جریان هوایی که این روزها با آن مواجه هستیم از نوع جریان هوای سرد است و همین موضوع باعث شده شدت باد نیز تا حدی افزایش یابد که این افزایش باد، به تشدید گرد و خاک دامن زده است». براساس اعلام او، مسئله گرد و غبار، یک پدیده انسانی نیست. اگر منشأ آن عوامل انسانی مانند تردد یا مصرف مازوت بود، امکان مدیریت و کنترل آن در کوتاه‌مدت وجود داشت. اما علت اصلی این آلودگی‌ها، ذرات معلق ناشی از خاک هستند که از سطح زمین بلند می‌شوند. او با اشاره به کاهش شدید بارش‌ها در کشور گفت: «در شرایطی که بارندگی وجود نداشته باشد، خاک سطح زمین رطوبت لازم را ندارد و به‌شدت مستعد جابه‌جایی توسط جریان‌های بادی می‌شود. از سوی دیگر، کاهش پوشش گیاهی نیز در تشدید این وضعیت مؤثر است. این عوامل در کنار یکدیگر باعث می‌شوند ما شاهد وقوع پدیده گرد و خاک باشیم». رایگانی تأکید کرد: «برنامه‌هایی که در ستاد ملی گرد و غبار پیش‌بینی شده، عمدتاً بلندمدت هستند، چراکه وقتی با یک عارضه طبیعی مواجه هستیم، نمی‌توان آن را در کوتاه‌مدت با راندامن بالا کنترل کرد. به همین دلیل، ما اجباری برنامه‌های بلندمدت هستیم تا بتوانیم این پدیده را به‌طور مؤثر مدیریت کنیم». او در تشریح اقدامات ستاد گفت: «ما برای کانون‌های فصال گرد و غبار، برنامه‌هایی مانند نهال‌کاری، بَست‌کاری، احداث بادشکن‌های زنده و غیرزنده، ایجاد تله‌های رسوب‌گیر، غرقو (محصورسازی) محدوده‌های مرتعی و کاشت نهال و بذر را در دستور کار قرار داده‌ایم. این اقدامات برای عرصه‌هایی که امکان مدیریت گرد و خاک در آنها وجود دارد، در حال اجراست». سرپرست دبیر ستاد ملی سیاست‌گذاری و هماهنگی مدیریت پدیده گرد و غبار اعلام کرد: «برای ایجاد هماهنگی و هم‌صدایی با ارائه گزارش‌ها و تحلیل‌های مرتبط به پدیده گرد و غبار، تصمیم گرفته شد کمیته‌ای تخصصی با حضور نمایندگان نهادهای مرتبط تشکیل شود». او گفت: «اتفاقی که افتاد این بود که برای اینکه یک‌صدایی وجود داشته باشد، گزارش‌ها به‌صورت علمی و مستند ارائه شود و هم‌صدایی در اطلاع‌رسانی شکل بگیرد، مقرر شد یک کمیته مشترک تشکیل شود». رایگانی افزود: «در این کمیته نمایندگان از سازمان هواشناسی، سازمان حفاظت محیط زیست، دبیرخانه ستاد ملی گرد و غبار، شهرداری تهران حضور دارند. هدف از تشکیل این کمیته، اشتراک‌گذاری اطلاعات میان نهادهای مسئول است تا در صورت وجود ابهام در نوع و شرایط آلودگی، این ابهامات رفع شود و تصمیم‌گیری‌ها به‌صورت یکپارچه انجام گیرد. با این اقدام، نهادهای مسئول قادر خواهند بود اطلاعات هماهنگ و دقیقی را در اختیار رسانه‌ها قرار دهند و از انتشار اطلاعات متناقض جلوگیری کنند».