



تکنم جاوید
کارشناس ارشد روان شناسی

فروغ

درد کدام خلأ را به دوش می کشیم؟

خانه پر است از وسایلی و لباس هایی که از این صفحه و آن مزون و در تخفیف های فلان فروشگاه خریده اند. دوره های دوستانه دارند و گردش های مداوم، تفریح و حقوق ماهیانه اما وقتی پای صحبت هایشان می نشیند، شاد به نظر نمی رسند. انگار شادی عمیق در لباسی است که هنوز نخریده اند یا کاری که انجام نداده اند. نتیجه این است که هم چنان به همان مسیر می روند اما حس و حالشان تغییر نمی کند. به اینجا که می رسیم، باید از کیفیت زندگی بگویم، کیفیتی که این روزها خیلی از ما با وجود موقعیت کاری، شغلی یا خانوادگی مطلوب، از آن بی نصیب مانده ایم.

بحران «بی هدفی مشترک»

چرا پدر و مادرها بعد از رفتن فرزندان شان تنهایی شوند



عکس: محمد گلستانه

به نظر می رسد با این همه اسباب و اثاثیه، میزان رفاه ما در این زندگی ماشینی افزایش یافته اما کیفیت زندگی مان به همان میزان بالا نرفته است. شاید هم چون از ما یک مصرف کننده صرف ساخته است، در حال آسیب زدن به ماست. علت آن خیلی پیچیده نیست. وقتی شما به یک مصرف کننده تبدیل می شوید، انگیزه های خلاقیت و پیشرفت در وجودتان کاهش پیدا می کند و این با روحیه انسان متفاوت است.

از روزهای قرنطینه و خانه نشینی در پی بیماری کرونا چندان دور نشده ایم اما بسیاری از ما با وجود این دوری از تفریحات قبل، در آن روزهای تنهایی، لذت هایی را تجربه کردیم که حال ما را خوب کرد: پختن غذاهایی برای اولین بار، دوختن لباس هایی که هیچ گاه فرستش را نداشتیم و خلاصه کارهایی که ما را یاد روزگار بدون فناوری و شلوغی زندگی مادران و مادر بزرگ های ما انداخت. کار کردیم و از این کار کردن لذت بردیم و این همان کیفیت زندگی خوب است.

می گویند کیفیت زندگی شاخصی مهم برای تعیین خوب و بد حوزه های مختلف زندگی است. این یک سطح استاندارد مورد انتظار است که شامل انتظارات یک فرد یا جامعه برای یک زندگی خوب است، یک مفهوم ذهنی و چتدبعدی که سطح استاندارد برای رفاه

عاطفی، جسمی، مادی و اجتماعی تعریف می کند. اگر شما هم به عنوان یک زن به دلایل مختلف درونی و بیرونی از کیفیت زندگی تان راضی نیستید، از جست و جوی چیزهایی در بیرون از خودتان که «فکر می کنید» خوشحالتان می کند دست بردارید. همه آن ابزارها و اثاثیه زندگی و تجملات ریز و درشت می تواند در زندگی شما باشد و با آن ها هنوز احساس غمگینی، افسردگی، دل مردگی یا خستگی کنید.

بیشتر پژوهشگران بر این باورند که کیفیت بالای زندگی شامل حقایق مثبت و منفی زندگی همراه با هم است و ابعاد زیادی دارد. در حقیقت درک خود فرد از سطوح شادی و رضایت مشخص کننده سطح کیفیت زندگی اش خواهد بود. بر این مبنای کیفیت زندگی هر زنی هم تحت تأثیر خصوصیات زمینه ای و محیطی او قرار دارد. بپذیرید که آرامش و شادمانی درون شماست و اگر نتوانید علت شادی واقعی خود را پیدا کنید، هیچ چیزی بیرون از خودتان نمی تواند واقعا احساس خوبی در شما ایجاد کند. شکست های مداوم در زندگی های مشترک و طلاق، اختلالات فردی و مشکلات روحی و روانی شخصی، همه، نشانه کم بودن کیفیت زندگی است. شخصیت شما با نگرش های تان و اینکه چگونه و برای چه چیزهایی وقت می گذارید شکل می گیرد و شادی واقعی هم همین است. ●



دکتر فرزاد علیخواه
جامعه شناس

یکی از آشنایان که زوجی تحصیل کرده اند ۲ دختر هشت و یازده ساله دارند. گاهی آن ها را به خانه مادر بزرگشان می برند و کودکان با فشار و اصرار شب را در کنار مادر بزرگ می گذرانند و به خانه بر نمی گردند. می گویند شب هایی که دختران در خانه نیستند به معنای واقعی کلمه دچار یأس فلسفی و بی معنایی در زندگی می شوند. در خانه بی هدف راه می روند. حواسشان نیست و گاهی با همدیگر برخورد می کنند. بی جهت به همدیگر گیر می دهند. مدام با خانه مادر بزرگ تماس می گیرند و در کل، نمی دانند که در نبود دختران حتی نسبتشان با همدیگر چیست و چرا با هم اند!

هر چند طبق آمار، بخش چشمگیری از طلاق ها بین ۵ تا ۱۰ سال نخست پس از ازدواج رخ می دهد، به این معنا نیست که زوج هایی با ۲۰ یا ۳۰ سال زندگی مشترک از هم جدا نمی شوند. مصاحبه های پراکنده ام با بعضی زوج ها که طلاق در سنین بالا یا به تعبیری «طلاق پس از استقلال فرزند» را تجربه کرده اند بیانگر آن است که پس از استقلال اقتصادی و مکانی فرزندان، گرد بحران «بی هدفی مشترک» بر خانه پاشیده می شود. در این وضعیت، زوج های کهنه کار و پایه سن گذشته همچون پرستاران کودکی می مانند که با بزرگ شدن او باید چمدان خود را ببندند و با میزبان خدا حافظی کنند. یادآوری می کنم که این امر گمانی جامعه شناختی و تنها یکی از دلایل طلاق زوج های قدیمی است و شناخت بیشتر آن تحقیقات میدانی و وسیعی را می طلبد.

هر چند در جهان جدید نقش پدری و نقش مادری در مقایسه با گذشته رفته رفته وسیع تر شده است به طوری که برخی محققان جهان جدید را جهان «والدین مضطرب» می نامند، دوشادوش آن، دیدگاه هایی نیز بیان می شوند که مردان و زنان را به تجربه لذت ها و خوشی های مشترک و ایجاد فضایی برای خود جدا از نقش پدری و مادری شان - دعوت

می کنند. نکته آن است که در جهان جدید به طور خاص از ۳ پروژه صحبت به میان می آید: پروژه خود به عنوان فرد (من نباید خودم را فراموش کنم)، پروژه زندگی مشترک (من و همسرم باید لذت ها و فضای خاص خودمان را داشته باشیم) و سوم پروژه فرزندان (ما به عنوان والدین وظیفه خطیری بر عهده داریم). بی تردید حفظ تعادل بین این ۳ عرصه آسان نیست.

طلاق پس از استقلال فرزند بزرگ بیانشان زوج هایی است که همه تخم مرغ هایشان را تنها در یک سبد گذاشته اند. اینچاس از رفتن فرزندان توجیه این گروه از زوج ها برای بودن در کنار هم ضعیف می شود و بی اساس نیست اگر بگویم حتی گاهی درباره نسبتشان با همدیگر نیز دچار شک و تردید می شوند. به طور خلاصه، در این زوج ها هویت پدر مادری یا والدینی به شکل وسیعی بر هویت فردی و هویت همسری آنان چیره شده و در واقع مجال برای شکوفایی ۲ هویت اخیر نمانده است. در پایان، آیا می توان گفت ادامه پدر مادری کردن به شکل مادام العمر بین زوج های ایرانی پس از استقلال فرزندان به دلیل هراس از مواجهه با بحران تلخ «بی هدفی مشترک» یا «بحران بی نسبی» است؟

اسلامی ایران.

نقش زنان در نهضت امام خمینی

تاریخ روایتگر حضور زنان در رویدادهای مهم پیش از انقلاب اسلامی است. اگرچه به روایت تاریخ سنتی، زنان همواره متهم بودند که در توطئه ها و سیاست های تنبک دربارها و حرمسراها نقش دارند، کسی مشارکت زنان در نهضت تنباکو و نیز حضور اثرگذارشان در انقلاب مشروطه را از یاد نمی برد. بعدتر نیز در برخورد با سیاست کشف حجاب رضاخانی، زنان حضور فعالی در عرصه داشتند که این مشارکت به شکل گسترده تری در مبارزات ضد رژیم شاهنشاهی امتداد یافت تا به روزهای انقلاب اسلامی رسید. دومین کتاب این مجموعه با عنوان نقش زنان در نهضت امام خمینی «تلاش می کند این نقش آفرینی تاریخی در مبارزه علیه استبداد را با تکیه بر اسناد و مصاحبه ها به تصویر بکشد.

حقوق سیاسی و اجتماعی زنان قبل و بعد از پیروزی انقلاب

تفکر سنتی درباره زنان، به معنای حذف زنان از عرصه اجتماع و حبس آن ها در خانه، سال های طولانی به اسم دین و دین داری در افکار عمومی جامعه ایران رسوخ کرده بود. زنان به هیچ وجه بر حقوق سیاسی و اجتماعی خود آگاهی نیافتند اما از دوره مشروطه به بعد، تلاش هایی برای بازشناسی حقوق زنان انجام گرفت و در دوران پهلوی اول و دوم، این مباحثات داغ تر شد. اگرچه تلاش ها و رویدادهایی که برای حقوق زنان انجام می گرفت خالی از مناقشه نبود. انقلاب اسلامی تلاش کرد تفکر رایج را بشکند و حقوقی را برای



نقش زنان در نهضت امام خمینی (ع)

حقوق سیاسی و اجتماعی زنان قبل و بعد از پیروزی انقلاب

طلاق پس از استقلال فرزند

بیانگر زوج هایی است که همه تخم مرغ هایشان را تنها در یک سبد گذاشته اند

داستان مبارزان سراسر دنیا

انقلاب با خود جوی ایجاد کرده بود که افراد کتاب می خوانند. کتاب های شهید مطهری و شریعتی را می خواندم و رنگ و بوی مبارزه را در کتاب های دکتر آفریقا بود. همراه همسر در راهپیمایی های دوران انقلاب و پخش اعلامیه های امام (ره) شرکت می کردم. در دوران انقلاب، بیشتر شب ها به همراه همسر پای منبر و سخنرانی آیت... هاشمی نژاد و بقیه می نشستیم.

خونم به زندگی کارگر حیات بخشید

بعد از انقلاب، عضو انجمن مراکز درمانی شدم. آن زمان، انجمن پرستاری تأسیس کردیم و ماجراهای بسیاری با مناققان داشتیم. آن ها خیلی ما را اذیت کردند اما به کارمان ادامه می دادیم و نتیجه اش تأسیس ۵ بیمارستان بود. بیمارستان های طالقانی، حضرت زینب و شریعتی از جمله این بیمارستان ها هستند. در اولین اعزام کاری خود، به یکی از مناطق محروم رفته بودم که مردمش بسیار فقیر بودند. معدن آنجا فرو ریخته و یکی از کارگران خون ریزی داخلی کرده بود و به خون نیاز داشت. برای نجات آن کارگر، از من خون گرفتند و خونم را به او وصل کردم. وقتی زندگی دوباره کارگر معدن را با چشمان خودم دیدم، بسیار خوشحال شدم.

از انقلاب تا روزهای جنگ

در دوران جنگ مسئول اعزام نیروهای درمانی به جبهه بودم. بیست و چهار ساعته کار می کردم و با اینکه ۲ فرزند داشتم، اصلا خانه نمی رفتم. همسرم مجبور بود از فرزندانمان نگهداری کند. سال ۶۱ بود که برای سرکشی به اورژانس های خط و نیروهای که اعزام کرده بودیم به جبهه رفتم. به همراه سپاه ۱۰ روزی در مناطق جنگی آبادان بودیم، جایی که در پنجاه متری مان تیراندازی می کردند. در مشهد هم اوضاع سختی داشتیم. بعد از یکی از عملیات ها یک هواپیمای ایرپاس ای ۳۳۰ محرومان را به مشهد آورد و آن ها به بیمارستان شریعتی منتقل شدند. ما باید برایشان نگاهتاه درست می کردیم، و بعد از درست کردن نگاهتاه، از آن ها پرستاری می کردیم. شرایط روحی خوبی نبود اما از همه توان خود استفاده می کردیم.

ایران خدمت



الهام یوسفی
مربی ورزش

پرستاران گمنام روزهای انقلاب!

مربوری کوتاه بر زندگی و خاطرات «صفت ناظمی» پرستار روزهای انقلاب و جنگ



تاریخ به یک انسان شباهت دارد، انسانی میلیون هاساله که همچنان ما را می نگرند. او تن زنده ای دارد که خون رگ هایش را از آدم هایی می گیرد که مدخل زیستشان حیات بخش است، آدم هایی که به هر آنچه باور داشته عمل کرده اند. در گستره تاریخ، آدم های بسیاری زیسته اند و به جان او حیات بخشیده اند، زنان و مردان بسیاری. فرقی نمی کند در کدام جغرافیا باشند، اینجا باشد، ایران، در زمانه انقلاب علیه ظلم یا جنگ علیه متجاوز! در این میان نیز زنان بسیاری بودند که پرچم دار این حیات بخشی شدند. زنانی که همسران و پسران بسیاری را به میدان های نبرد فرستادند، خودشان نیز به تماشا نشستند و وارد مبارزه شدند. به بهانه فرارسیدن روزهای تاریخی انقلاب ایران و به بهانه رویدادهای زمانه خودمان که پرستاران را برای همه ما به اسطوره مقاومت و بردباری و تلاش تبدیل کرد، می خواهیم خاطرات کوتاه یک پرستار روزهای انقلاب و جنگ را مرور کنیم. خانم غفت ناظمی، متولد ۱۳۳۰ در بیرجند، فوق لیسانس مدیریت پرستاری، استاد بازنشسته دانشگاه پرستاری و مامایی مشهد، مادر ۶ فرزند و پرستار روزهای انقلاب و جنگ.

روزهای انقلاب به روایت پرستار انقلابی!

۱۴ خردادماه، امام خمینی (ره) اطلاعیه داده بودند که ۱۵ خردادماه نیز تعطیل است. در بیمارستان ما کسی امام خمینی (ره) را نمی شناخت. اطلاعیه اسام (ره) را در جیب مانتویم گذاشتم و یواشکی روی تابلوی اعلانات بیمارستان چسباندیم و بعد وارد سالن شدم. هنگام چسباندن اطلاعیه امام (ره) روی تابلو، آن قدر آیه الکرسی خواندم که مستخدم من را نبیند. بعد از اتمام مأموریتم، به بهانه ای جلوی تابلو ایستادم و پرستاران را صدا کردم و گفتم که فردا تعطیل است. یکی از همکارانم که ساواکی بود، با دیدن اطلاعیه به سمت آمد و گفت: «چسباندن اعلامیه کار توهنه؟» من هم خودم را به آن در زدم و به گونه ای خودم را بی خبر نشان دادم که قانع شد. روزهای کاری سختی داشتیم. برای مبارزه تلاش می کردیم، راهپیمایی می رفتم و اعلامیه های امام (ره) را با هزار درد سر پخش می کردیم.

دکتر شریعتی، داستان مبارزان سراسر دنیا

انقلاب با خود جوی ایجاد کرده بود که افراد کتاب می خوانند. کتاب های شهید مطهری و شریعتی را می خواندم و رنگ و بوی مبارزه را در کتاب های دکتر آفریقا بود. همراه همسر در راهپیمایی های دوران انقلاب و پخش اعلامیه های امام (ره) شرکت می کردم. در دوران انقلاب، بیشتر شب ها به همراه همسر پای منبر و سخنرانی آیت... هاشمی نژاد و بقیه می نشستیم.

خونم به زندگی کارگر حیات بخشید

بعد از انقلاب، عضو انجمن مراکز درمانی شدم. آن زمان، انجمن پرستاری تأسیس کردیم و ماجراهای بسیاری با مناققان داشتیم. آن ها خیلی ما را اذیت کردند اما به کارمان ادامه می دادیم و نتیجه اش تأسیس ۵ بیمارستان بود. بیمارستان های طالقانی، حضرت زینب و شریعتی از جمله این بیمارستان ها هستند. در اولین اعزام کاری خود، به یکی از مناطق محروم رفته بودم که مردمش بسیار فقیر بودند. معدن آنجا فرو ریخته و یکی از کارگران خون ریزی داخلی کرده بود و به خون نیاز داشت. برای نجات آن کارگر، از من خون گرفتند و خونم را به او وصل کردم. وقتی زندگی دوباره کارگر معدن را با چشمان خودم دیدم، بسیار خوشحال شدم.

از انقلاب تا روزهای جنگ

در دوران جنگ مسئول اعزام نیروهای درمانی به جبهه بودم. بیست و چهار ساعته کار می کردم و با اینکه ۲ فرزند داشتم، اصلا خانه نمی رفتم. همسرم مجبور بود از فرزندانمان نگهداری کند. سال ۶۱ بود که برای سرکشی به اورژانس های خط و نیروهای که اعزام کرده بودیم به جبهه رفتم. به همراه سپاه ۱۰ روزی در مناطق جنگی آبادان بودیم، جایی که در پنجاه متری مان تیراندازی می کردند. در مشهد هم اوضاع سختی داشتیم. بعد از یکی از عملیات ها یک هواپیمای ایرپاس ای ۳۳۰ محرومان را به مشهد آورد و آن ها به بیمارستان شریعتی منتقل شدند. ما باید برایشان نگاهتاه درست می کردیم، و بعد از درست کردن نگاهتاه، از آن ها پرستاری می کردیم. شرایط روحی خوبی نبود اما از همه توان خود استفاده می کردیم.

۲۳ خرداد ۱۳۶۹

۹ خرداد ۱۳۶۹ شماره ۲۱۸

شهربانو

تاریخ شفاهی مبارزات سیاسی زنان مسلمان

تدوین: زهرا میرزا حاصلی، خانم