



عکس: مرضیه میرزاداد اشهرآرا

خرده‌روایت‌هایی از حضور در تنها مرکز ترک اعتیاد اجباری بانوان
در خراسان رضوی

ما فقط برای مرگ خوبیم خاله‌جان!

۵۶

شهر بانو

۸ صفحه ویژه بانوان مشهد | شماره ۳۳۸ روزنامه شهرآرا

۱۴۰۰ ۰۳ ۱۰

۲۰شنبه

«خبر سیاه»
تهدید علیه
سلامت
روان زنان

صندوق‌های
خانگی، نمونه
کوچک بانکداری
اسلامی حقیقی



شهر

شهربانو

۲۰ شنبه
۱۰ خرداد ۱۴۰۰
۱۹ شوال ۱۴۴۲ شماره ۳۳۹۸

(۲)



ریحانه صادقی
منوچهر

(فروغ)

ترک نیکوتین برای زنان سخت تر است

این منطقه در دومین رده نرخ استفاده دختران (سیزده تا پانزده ساله) از محصولات غیرسیگاری تنباکو از جمله قلیان و توتون بدون دود در جهان قرار دارد (۹ درصد). در برخی کشورها این رقم حتی تا بیش از ۲۰ درصد نیز افزایش یافته است. در بسیاری کشورها، تعداد زنان و دخترانی که از قلیان و توتون بدون دود استفاده می کنند در مقایسه با زنان و دختران سیگاری بیشتر است. پسران در مقایسه با دختران بیشتر به کشیدن سیگار تمایل دارند، اما درباره مصرف تنباکوی غیرسیگاری تفاوت بین پسران و دختران بسیار کمتر است.

تحقیقات نشان می دهند زنان در مقایسه با مردان بسیار آسان تر به نیکوتین اعتیاد پیدا می کنند و ترک نیکوتین برای آن ها سخت تر است. دلیل سخت تر بودن ترک نیکوتین برای زنان ممکن است با عواملی همچون نبود حمایت اجتماعی، ترس از افزایش وزن و اینکه مصرف تنباکو به عنوان سپری در برابر افسردگی در نظر گرفته می شود مرتبط باشد.

چارچوب پیمان نامه کنترل مصرف تنباکوی (FCTC) سازمان سلامت جهانی (WHO) درباره «افزایش مصرف دخانیات و سایر انواع مصرف تنباکو توسط زنان و دختران جوان در سطح جهانی» هشدار می دهد. این سازمان هم چنین می گوید این وظیفه بر دوش همه ماست که از همه گیری استفاده از تنباکو در میان زنان و بگرنج شدن آن به اندازه ای وضعیت مردان، پیش گیری کنیم. در غیر این صورت، شاهد مرگ میلیون ها نفر از هم نوعانمان خواهیم بود، مرگ هایی که می توانستیم از وقوعشان پیش گیری کنیم. زنان این حق را دارند که از آن ها در برابر مضرات مصرف تنباکو محافظت شود.

منبع: سازمان سلامت جهانی

مصرف تنباکو توسط زنان مشکلات جدی و روبه رشد در سرتاسر جهان است. زنان چیزی حدود ۲۰ درصد از جمعیت بیش از یک میلیونی مصرف کنندگان دخانیات جهان را تشکیل می دهند، و این رقم هم چنان در حال افزایش است. استفاده غیرسیگاری از تنباکو، مانند قلیان و توتون بدون دود، نیز در میان زنان بسیاری از کشورها، به ویژه کشورهای حوزه شرقی مدیترانه، در حال افزایش است.

در بسیاری از کشورهای در حال توسعه، نرخ مصرف تنباکو در میان زنان در مقایسه با مردان کمتر بوده است و هنوز هم کمتر است. دلیل این امر سابقه تقبیح مصرف تنباکو از سوی زنان در بافتار سنتی این کشورهاست. با این حال، همراه با تغییر هنجارهای اجتماعی و فرهنگی مرتبط با مصرف تنباکو توسط زنان، تعداد زنانی نیز که به مصرف این ماده به همه اشکال مختلفی که وجود دارد روی می آورند در حال افزایش است.

در سال های اخیر، مصرف تنباکو در میان زنان بسیاری از کشورهای حوزه شرقی مدیترانه، به ویژه در میان دختران جوان، افزایش یافته و در برخی از کشورها به ۳۰ درصد رسیده است. نرخ مصرف دخانیات در زنان بزرگ سال، در اردن تا ۱۰ درصد، در لبنان تا ۷ درصد و در تونس و یمن تا ۶ درصد افزایش یافته است. اگرچه هم چنان تعداد مردان مصرف کننده دخانیات در مقایسه با زنان مصرف کننده در این کشورها بسیار بیشتر است، اطلاعات گردآوری شده درباره مصرف تنباکوی جوانان در سطح جهانی نشان می دهند در برخی کشورها این شکاف جنسیتی در میان جوانان در حال باریک تر شدن است.

مصرف قلیان و توتون بدون دود نیز در میان زنان این منطقه رو به افزایش است.

حمیده وحیدی
روزنامه نگار

(آفاق)



وسط هیاهوی انتخابات در کمپ اعتیاد چه می کنیم؟

این روزها بیشتر خبرهای کشور بین کرونا و انتخابات تقسیم شده است. اگرچه خبرهای مربوط به انتخابات گاهی بین قطعی برق و خبرهایی از تزریق واکسن به افرادی که در دهه ۷۰ زندگی هستند کم رنگ می شود، باز هم توی گرمای آخرین ماه بهار که شاید به اعتبار خشک سالی و استخراج بیت کوین به چله تابستان تنه می زند، انتخاب شدن مدام قد می کشد و خودی نشان می دهد. اگرچه صف های طولانی مرغ هم پایان یافتند و روغن جامد و مایع توی فروشگاه های بزرگ و کوچک خودی نشان دادند، گرانی بد جوری صورت مردم را زخمی کرده است. باز هم خیال مادران خانواده کمی آرام گرفته است و ما همین را به به فال نیک گرفتیم که دردی از دل مردم و زنان، دست کم، کمتر شده است. از طرفی دیگر، خبر حضور ناهید کیانی، تکواندوکار ایرانی، در المپیک کام ما را شیرین کرد و فکر کردیم چه خوب می شد که هر روز به جای بالا و پایین رفتن قیمت ها یک خبر این چنینی یکی در گوشمان می گفت. در مجموع اما، این مسائل هیچ ربطی به کارهایی که در هفته گذشته در شهربانو انجام دادیم ندارد، نه اینکه برایمان اهمیت نداشته باشد چه کسی قرار است رئیس جمهور شود و چه لیست هایی برای شورای شهر بسته شده است. دست بر قضا فرصتی دست داد تا وسط یک بحث در کلاب هاوس بنشینیم و برنامه های انتخاباتی را در فضاهای اطلاع رسانی نگاه کنیم. در میان وعده آن کسی که گفت یارانه را ۴۵۰ هزار تومان خواهد کرد، دودوتا چهارتا کردیم که حرفش شدنی است یا شعار انتخاباتی. اگر شدنی است، چه اندازه از منابع کشور را صرف خواهد کرد و چنین وعده ای به تولید کمک خواهد کرد؟ و با آن کسی که گفت دخترش به دلیل تحصیل در یک رشته تحصیلی که در ایران تدریس نمی شده به بهترین کشور جهان رفته است گوش کردیم و یک دور نقشه سوئیس را بررسی کردیم و اگر فرصت یار بود، بی شک، ریز رشته های تحصیلی کشورمان را هم درمی آوردیم! البته سرکی هم به آدم های که در لیست های مختلف شورای شهر ثبت نام کرده بودند کشیدیم زیرا کار رسانه می طلبد که فرد به آن چیزی که در اطرافش می گذرد آگاه باشد و شعار اینکه «من آدمی سیاسی نیستم» و «من آدمی بی طرفم» دست کم در این زمانه برای فعالان رسانه ای جایی ندارد. باز هم این مسئله اصلی ما نبود زیرا در چند هفته پیش، کارمان شده بود سر زدن به کمپ های نگهداری زنانی که زندگی شان را با اعتیاد قمار کرده اند و حالا در آخرین خانه برای بازگشت به زندگی، یک گوشه نشسته اند و زندگی شان را دوره می کنند، زنانی که از روی نا آگاهی، هر کدام قصه تلخی برای خود نوشته اند و در کمرکش داستان بی پناه مانده اند. کمپ های نگهداری از این زنان که هنوز وسعت مهربانی شان در تلخی زندگی شان ذوب نشده است، با یک تحول در مدیریت، تغییرات مثبتی در خود رقم زده است. همین باعث شد ما هم تصمیم بگیریم به عنوان یک رسانه سهمی برای کمک و حمایت از این زنان داشته باشیم. این سهم می توانست شکل واسطه گری برای آشنایی با زنانی باشد که دغدغه های «جامعه محور» و مسئولیت اجتماعی را در تنگنای مشکلات هنوز به عهده دارند. بنابراین، این روزها تلاش می کنیم با طرحی برای کسب و کار پایدار برای زنان آسیب دیده با نگاه بومی، به دست بانوان متخصصی که ترجیح می دهند نامی از آن ها تا پایان کار برده نشود، شروعی داشته باشیم. اگرچه بخش حمایت از کارتن خواب ها برای آن هایی که به صورت گروهی و به واسطه در دست داشتن چند ظرف غذای یکبار مصرف به همراه دوربین های روشن تلاش می کنند دل های افرادی را که از این جریان دور هستند تکانی دهند ظاهری پرطمطراق دارد، حقیقت امر این است که جز با توانمندسازی و اشتغال، هیچ کاری پیش نمی رود. اکنون اگر کسی وسط این همه های وهوی روزانه، حوصله و تخصصش را دارد و دلش می تپد که دستی را از آخرین خانه برای بازگشت به زندگی بگیرد، با ما همراه شود. هستیم همیشه در شهربانو، تحریریه روزنامه شهرآرا، داخلی ۱۲۲.



«خبر سیاه»

تهدید علیه

سلامت روان زنان

تربیت فرزندان و اداره خانه دارند، بسیار مهم و ضرور است. به طور کلی، سلامت روان زنان به نوعی تضمین کننده سلامت روان خانواده و جامعه است و از این منظر اهمیت بسیار دارد.

✚ مخاطب اخبار سیاه

افزایش دغدغه‌های زندگی، مشکلات اقتصادی، بحران‌های اجتماعی و افزایش نرخ بیکاری، همه و همه، می‌تواند بر وضعیت روحی و روانی زنان آثاری عمیق و پایداری بر جای گذارد. به همه این‌ها باید خبرپراکنی‌ها و اخبار تلخ و گزنده‌ای را که به افزایش بی‌اعتمادی و هراس اجتماعی می‌افزاید اضافه کرد. از آنجا که بنابر نتیجه مطالعات جدید زنان بیش از مردان در فضای مجازی حضور دارند، گذراندن زمان بیشتر در فضای مجازی به معنای این است که زنان بیشتر مخاطب اخبار سیاه و حوادث تلخ و ناگوار هستند. در نتیجه، آسیب‌های بیشتری متوجه آنان است. دلیل این مسئله را می‌توان در ۲ عامل زیر دانست: نخست اینکه تعداد زیادی از قربانیان اخبار سیاه را زنان و دختران تشکیل می‌دهند. این مسئله می‌تواند امکان هم‌ذات‌پنداری و حس همدردی را در زنان به وجود آورد و در نتیجه، زمینه‌ساز سلب اطمینان آن‌ها از نهادهایی چون خانواده شود. با انتشار وسیع این اخبار تلخ، در حالی که قداست و اهمیت نهادهای اجتماعی زیر سؤال می‌رود، هیچ جایگزین قابل اطمینانی برای آن ارائه نمی‌شود. در نتیجه، این بی‌اعتمادی‌ها زمینه بیماری‌های روحی و روانی همچون افسردگی و انزوای اجتماعی را پدید می‌آورد. دوم آنکه رسانه‌ها در آستانه انتخابات، روی مشارکت زنان حساب ویژه‌ای باز کرده‌اند و به طرح وعده‌هایی در حوزه زنان می‌پردازند که امکان‌پذیری آن‌ها به راحتی مقدور نیست. این مسئله همراه با نقد سیاست‌های گذشته، باعث افزایش ناامیدی و احساسی از سرخوردگی در میان زنان می‌شود که خود می‌تواند سلامت روان زنان را به مخاطره افکند.

✚ شبکه‌های اطلاع‌رسانی تأیید شده

در باره اینکه زندگی این روزها سخت‌تر شده و فشارهای روانی گوناگونی بر دوش همه شهروندان بار شده است، تردیدی وجود ندارد. در این میان، تمرکز و برجسته‌سازی اخبار سیاه، و بازنمایی خشونت‌های پنهان در آن سوی دیوار خانواده‌ها موجی از بدبینی و ناامنی به وجود آورده است. اگرچه انتشار اخبار به افزایش آگاهی‌ها و اطلاعات لازم برای رویارویی با مخاطرات احتمالی کمک شایانی می‌کند، در وضعیت کنونی، تنها مشکلی بر مشکلات جامعه می‌افزاید. افزایش سطح تنش و اضطراب به دلیل ایجاد یک تحول سیاسی نیز خود بر افزایش التهاب‌های اجتماعی می‌افزاید و زمینه را برای ایجاد خلأهای روانی فراهم می‌آورد. به نظر می‌رسد برای در امان ماندن از ترکش‌هایی که این اخبار به صورت ناخواسته بر سلامت روان عموم شهروندان به‌ویژه زنان وارد می‌آورند، بهتر است کمی از تحلیل‌ها و بررسی‌های عمیق و جزئی که بعضاً لازم هستند فاصله گرفت. به جای دنبال کردن شبکه‌های اجتماعی که به دنبال افزایش مخاطب و دریافت لایک‌های بیشتر هستند، و با توجه به این هدف به تحریف واقعیت و تشدید جنبه‌های منفی یک رخداد می‌پردازند، می‌توان از شبکه‌های معدود اطلاع‌رسانی، برای کسب آگاهی‌های لازم برای حضور در جامعه و انجام نقش‌های اجتماعی استفاده کرد. پر واضح است که در شرایط کنونی، با توجه به در پیش بودن انتخابات، باید بیش از پیش در برابر اخبار و اطلاعات نادرست که عامدانه و آگاهانه به جامعه تزریق می‌شود ایمن بود و این امر تنها از طریق توجه به سلامت روان و دقت در گزینش منابع اطلاعاتی ممکن می‌شود.



دکتر
محدثه
جزایری

دبیر انجمن
علوم سیاسی
شعبه خراسان

هنگامه

✚ این روزها بیش از همیشه در معرض بمباران اخبار بد قرار گرفته‌ایم، از خشونت‌های خانوادگی گرفته تا قطعی برق، و این بیماری نحسی که انگار قصد رفتن ندارد. در تمام طول روز، رسانه‌ها برای جذب بیشتر مخاطبان، بر اهمیت این حوادث می‌افزایند و تحلیل‌های گوناگون درباره آن‌ها ارائه می‌کنند. هنگامی که در عمق این اطلاعات غوطه‌ور می‌شویم، زندگی را یأس‌آور، بدون تکیه‌گاه و پر از تناقض پیش چشممان می‌بینیم. قداست از همه چیز زدوده می‌شود و حسی از بی‌اعتمادی نسبت به نزدیک‌ترین اعضای خانواده و دوستان جای آن صفا و صمیمیت نوستالژیک زندگی گذشته را می‌گیرد.

✚ نزدیک‌نمایی حوادث، ضربه‌ای که جبران نمی‌شود

واقعیت این است که زندگی روزمره بیشتر انسان‌ها پر از حوادث ریز و درشت است، اما آن چیزی که زندگی افراد را از یکدیگر متفاوت می‌سازد نحوه مقابله و تاب‌آوری در برابر شرایط دشوار است. رسانه‌ها با نزدیک‌نمایی این حوادث، با تأکید بر وجوه تاریک قضیه، شاید به صورت ناخواسته، تهدیدی را متوجه بنیان‌های اجتماعی می‌کنند. همین مسئله می‌تواند آسیب‌های جبران‌ناپذیری برای سلامت روان شهروندان به وجود آورد. سلامت روان از سوی سازمان‌های جهانی به معنای توانایی کامل فرد در انجام وظایف و نقش‌های اجتماعی، روانی و جسمی، و هم‌چنین قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران تعریف شده است که فرد را قادر می‌سازد زندگی مطلوب با نوعی امکان‌پذیری تغییر و اصلاح محیط اطراف خود داشته باشد. به طور خلاصه، منظور از سلامت روان، نوعی انعطاف‌پذیری در رویایی با سختی‌ها و دشواری‌هایی است که زمینه را برای افزایش توانایی‌های فردی و گسترده کردن ارتباطات شخصی و اجتماعی فراهم می‌آورد.

✚ سلامت روان زنان تضمین‌کننده خانواده و جامعه

سلامت روان شهروندان به طور مستقیم با کیفیت محیط شهری در ارتباط است. البته در بحران همه‌گیری کنونی که سطح ارتباطات اجتماعی و رودررو را کاهش داده و شهروندان را به محدوده فضای مجازی محدود کرده است، این کیفیت اخبار و اطلاعات منتشر شده در فضای مجازی است که نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت روح و روان شهروندان دارد. این امر مهم در آستانه رخدادهای تحول‌آفرین سیاسی مثل انتخابات تشدید می‌شود. حالا که به انتخابات نزدیک می‌شویم، چندوچون برگزاری انتخابات، برنامه‌های نامزدها و هزار اتفاق و تحلیل کوچک و بزرگ دیگر، که دست بر قضا با نقد دوران گذشته و نا کارآمدی‌های پیشین شروع می‌شود، مشکلی بر مشکلات موجود می‌افزایند. در دنیایی که روز به روز به واسطه سیطره فناوری کوچک و کوچک‌تر می‌شود، شهروندانی که در محاصره چنین اخبارهای سیاهی قرار دارند، بیش از گذشته در معرض مخاطرات روانی قرار می‌گیرند. در این میان، توجه به سلامت روح و روان زنان با توجه به نقش و تأثیری که بر



شهربانو

۲۳ شنبه
۱۴۰۰ خرداد
۱۹ شول ۱۴۴۲ شماره ۳۳۹۸

(۴)



عکس: مرضیه میرزاد/شهرآرا

خرده روایت هایی از حضور در تنها مرکز ترک اعتیاد اجباری بانوان در خراسان رضوی

ما فقط برای مرگ خوبیم، خاله جان!

از دریچه مستطیل شکل در فلزی، درون محوطه پیداست. اینجا جایی است که زنان آن سال ها پیش قید زنانگی خود را می زنند و این روزها تنها با ته مانده لطافتی که برایشان باقی مانده روزها را یکی پس از دیگری می گذرانند. بیشترشان برای فرار از رنجی ناخواسته به آتش و دود پناه می برند، غافل از اینکه رنج را پایانی نیست. حال، سیه چرده شده اند. انگار که دوده های سال ها اعتیاد هر بار لایه سیاه رنگی روی پوستشان کشیده است. نقطه اشتراکشان صدای زمخت و نگاه های بی روحی است که می بینیم. این جماعت از نظر خودشان دیگر چیزی برای باختن ندارند. مدت هاست که از سوی آشنا و غریبه طرد شده و به نقطه ای رسیده اند که دیگر برای هیچ کس مهم نیستند. حتی دیگر خودشان هم برای خودشان تره خرد نمی کنند و تا پیش از اینکه به این چهار دیواری پا بگذارند، سراسر اولویت و اهمیت زندگی شان به همان چند گرم مواد مخدری ختم می شد که از نان شب برایشان واجب تر بود. در این گزارش، خرده روایت هایی از زنان، مادران و دخترانی می خوانید که در کمپ ترک اعتیاد اجباری بانوان مشهد سعی می کنند خود را از گرداب اعتیاد رها کنند. این کمپ به عنوان تنها مرکز ماده ۱۶ بانوان در استان فعالیت می کند و مراکز دیگر مانند مغنیه و اقدسیه به صورت موقت خدمت رسانی می کنند. مراکز ماده ۱۵ مربوط به مصرف کنندگانی است که با اختیار خود و با وجود خانواده ای حمایتگر اقدام به ترک می کنند، اما افرادی که سر و کارشان به مراکز ماده ۱۶ می افتد، با اختیار خود قادر به ترک نمی شوند. به همین دلیل قانون در این زمینه وارد می شود. دادگستری، نیروی انتظامی، شهرداری، بهزیستی و سازمان فنی و حرفه ای جزو کمیته رسیدگی به معتادان متجاهر هستند.



سعیده آل ابراهیم

➤ اشتغال زایی در کنار آموزش مهارت

این مرکز، ظرفیت نگهداری از ۲۵۰ زن مصرف کننده را دارد که در حال حاضر ۲۴۰ نفر در آن روزگار سپری می کنند. کسانی که وارد این مرکز می شوند دست کم ۳ ماه و حداکثر یک سال در آن می مانند که البته تعیین زمان به نظر کارشناسی گروه درمان و مقام قضایی بستگی دارد. همه خدماتی که در این مرکز ارائه می شود رایگان است و حتی در زمینه اشتغال زایی برای این مددجویان نیز فعالیت می شود. اکنون ۶۰ نفر از زنان این کمپ بیرون از اینجاسر کار می روند و به حساب خود حقوق دریافت می کنند. البته حقوق آن ها پیش مدیران کمپ امانت می ماند و به این ترتیب، برای تهیه مواد و وسوسه نمی شوند. ضمن اینکه در کنار تجربه کار در بیرون از محیط کمپ، به آن ها مهارت هایی مانند «نه» گفتن هم آموزش داده می شود تا به افرادی سازنده و قابل قبول برای جامعه تبدیل شوند.

➤ جایی در خانواده ندارند

آفتاب خودش را روی آسفالت محوطه پهن کرده

➤ ما فقط برای مرگ خوبیم!

۲ سوله بزرگ با تخت های دوفره برای گروه سنی ۱۸ تا ۳۵ و دیگری برای سنین ۳۵ تا ۶۰ سال وجود دارد. نزدیک ظهر، حیاط کمپ شلوغ تر می شود. پیرزنی را می بینم که چهره اش حتی در بیرون از اینجا هم از چند فرسختی داد می زند که اعتیاد وجودش را تسخیر کرده است. لاغر اندام است و چروک های روی پوستش به شیارهایی عمیق تبدیل شده است. یکی از زنان دیگر با سیگارش سیگار پیرزن را روشن می کند. ملوک اعتیادش را با بیماری توجیه می کند. «۳۰ سال است که گرفتارم خاله جان. دیگر ۷۰ سالی دارم. بین آخر عمری عاقبتم به کجا رسیده است. پدر بچه هایم فوت کرده بود و خودم آن ها را بزرگ کردم. همیشه به بچه هایم گفتم که من چشم امیدم به شماست. یکی از آن ها معتاد شده بود. خودم تحویلش دادم و گفتم شما مانند من نشوید. اگر با این سن و سال از اینجا بروم، زندگی به من نمی ماند. ما دیگر فقط برای مرگ خوبیم خاله جان!»

است. محیط زنانه است، اما انگار بیشترشان حوصله و رمقی برای آراستگی و آرایش خود ندارند. روسری را کج و کوله سر کرده اند یا شال انداخته اند. میان آن ها زنانی هم هستند که هنوز به لطافت زنانه شان امید دارند، پشت چشم هایشان سرمه می کشند یا رژ لب می زنند. بعضی در لاک خود فرو می روند و در گوشه ای از حیاط کز می کنند، اما برخی دیگر دورهم می نشینند و با دهان هایی بی دندان با هم بگویند می کنند.

بانوانی که در این کمپ نگهداری می شوند مصرف کنندگان متجاهری هستند که خانواده و جا و مکان ندارند یا اینکه خانواده دارند، اما از سوی آن ها طرد می شوند. معمولاً آن ها تخریب زیادی را تجربه می کنند به این معنا که یکی دو دهه یا بیشتر در منجلاب اعتیاد به سر می برده اند. بیشتر آن ها بعد از مدتی کارتن خواب شده و یکی از شب ها و روز هایی که در کوچه و خیابان، پاتوق و ... به قول خودشان «متاع» مصرف می کرده اند، به این مکان منتقل می شوند.



کمپ ترک اعتیاد اجباری بانوان خراسان رضوی ظرفیت نگهداری از ۲۵۰ زن مصرف کننده را دارد که در حال حاضر ۲۴۰ نفر در آن روزگار سپری می کنند. کسانی که وارد این مرکز می شوند دست کم ۳ ماه و حداکثر یک سال در آن می مانند

✚ فکر می‌کردم مواد لواشک است

ملیحه مقنعه و لباس مشکی بر تن دارد. دست‌هایش را در مقابل آفتاب، سایه‌بان سر می‌کند و در همین حوالی پرسه می‌زند. پوست صورت سبزه‌اش پر از جوش‌های غرور جوانی است. سنی ندارد و به‌تازگی وارد نوزده‌سالگی شده است. وقتی به دنیا آمد، خانواده‌اش از پدر گرفته تا مادر و برادرش با اعتیاد عقد اخوت بسته بودند. «من با اینکه موادمخدر را دیده بودم، نمی‌دانستم چیست. فکر می‌کردم یک نوع لواشک است که روی سیم می‌پیچند. اولین بار عمه‌ام به من شیر تریاک داد و بعد از چند وقت که فهمید معتاد شده‌ام، هر بار از او جنس می‌خواستم، می‌گفت برو با پول بیا.»

ناخن‌هایش را نامرتب لاک صورتی زده است. هر روز قوطی سم شیش را مانند گردن‌بندی از خودش آویزان می‌کند و سیگارهایش را در آن نگه می‌دارد. «پدرم بیشتر وقت‌ها زاهدان است و آجا کار می‌کند. مادرم را یک سال است که به این کمپ آورده‌اند و حالا باید خانواده به دنبالش بیاید تا بگذارند بیرون برود، اما خانواده او من و برادرم هستیم که ما هم در کمپ نگهداری می‌شویم.»

✚ بارداری همراه با خماری

به اتاق مادران باردار که جدا از محوطه اصلی است می‌رویم. اسم، جنسیت بچه و تاریخ ورود مادر به مرکز روی در اتاق چسبانده می‌شود. ۶ مادر باردار در این اتاق هستند که البته یکی از آن‌ها به تازگی زایمان کرده است. خوشبختانه این اتاق چند تخت خالی هم دارد. مادری که همین تازگی‌ها زایمان کرده، روی تخت مچاله شده و به خواب رفته است. خماری خوابش را آن‌قدر عمیق می‌کند که حتی متوجه حضور ما نمی‌شود. نوزادش همین چند روز پیش معتاد به دنیا می‌آید. به گفته هم‌اتاقی‌هایش، از همان روز تولد، بچه‌اش را نمی‌بیند زیرا به دلیل اعتیاد مادر، نوزاد را به شیرخوارگاه منتقل می‌کنند.

شکم‌های این مادران یکی کمتر و یکی بیشتر برآمده است. حنیفه روزهای آخر ماه نهم را سپری می‌کند و امروز فردا زایمان می‌کند. سفیدی چشم‌هایش مانند ماه در آسمان تاریک صورتش برق می‌زند. چادر رنگی به سر می‌کند و رویش را از دوربین می‌پوشاند. «شاید سیزده‌ساله بودم که اولین بار مصرف کردم. نامادری‌ام معتاد بود و به من هم کریستال می‌داد تا بکشم. پدرم زمانی که متوجه شد او معتاد است، طلاقش داد، اما من از همان سال به بعد دیگر نتوانستم ترک کنم.»

معنی اسمش را که می‌پرسم، چشم‌هایش از تعجب گرد می‌شود. انگار که هیچ‌وقت هیچ گوشه‌ای از ذهنش به این موضوع فکر نکرده است. حنیفه را در اینترنت جست‌وجو می‌کنم. به معنی «دختر درست، پاک و راستین» است و حالا ۳۱ ماه است که پاک شده و مصداق عینی معنای اسم خودش شده است. «تاریخش یادم نمی‌آید، اما سال‌های زیادی است که ازدواج کرده‌ام. شوهرم هم به خاطر من پای بساط می‌نشست و کم‌کم معتاد شد. شوهرم کارگر کوره آجرپزی بود. من هم گاهی با او در کوره و بعضی اوقات در کارخانه‌ها یا باز یافت کار می‌کردم. ۲ پسر یازده و شش‌ساله دارم که حالا مادرشوهرم از آن‌ها نگهداری می‌کند.»

✚ هیچ‌وقت با بچه‌هایم بدرفتاری نکردم

ناخن یکی از انگشتان کوچک دست حنیفه لاک صورتی دارد. خودش می‌گوید شیطنت هم‌اتاقی‌هایش است و آن‌قدر زنانگی برایش نامأنوس شده است که از دست لاک‌زده‌اش خجالت می‌کشد و آن را پنهان می‌کند. با وجود این، حس مادری‌اش هنوز در وجودش می‌تپد و وقتی از دلتنگی برای بچه‌هایش می‌گوید، قطره‌های اشک گودی زیر چشمانش را خیس می‌کند. «از وقتی که به اینجا آمده‌ام، بچه‌هایم را ندیده‌ام. دلم خیلی برایشان تنگ شده است. با اینکه معتاد بودم، با آن‌ها بدرفتاری نمی‌کردم و تا به حال یک بار هم کتکشان نزده‌ام. اگر عصبانی بودم، با شوهرم دعوا می‌کردم. حالا دیگر متادون مصرف نمی‌کنم تا نوزادم را به شیرخوارگاه نبرند.»

تناقض میان صحبت‌های یکی از عوارض اعتیاد است که گاهی میان صحبت‌های مصرف‌کنندگان شنیده می‌شود، مانند حنیفه که به گفته خودش، سن شناسنامه‌ای او ۳۵ سال اما سن خودش ۲۷ سال است، در حالی که به گفته کارکنان کمپ، او امسال وارد چهل و پنج‌سالگی می‌شود. «مرتبۀ آخری که من را دستگیر کردند تا به کمپ ببرند، وقتی متوجه شدند که باردارم، رهایم کردند، اما خودم اصرار کردم من را به کمپ ببرند زیرا خسته شده بودم و می‌خواستم ترک کنم.»

✚ دلسوزی‌ای که به قیمت زندگی‌ام تمام شد

مردمک چشم‌های الهه بر اثر عوارض مصرف موادمخدر گشاد شده است و به اطراف خیره نگاه می‌کند. رنگ پریده است و لب‌های باریکی دارد. به دلیل لاغری، در ماه هفتم بارداری شکم کوچکی دارد. چهره و حرکات بدن او حس بی‌قراری را نشان می‌دهد. «مشکل من این است که از کودکی نمی‌دانستم چطور فکر را آزاد کنم. دوازده‌ساله که بودم، پدرم فوت کرد و درگیری ذهنی‌ام بیشتر شد. حتی شب‌ها خواب نمی‌برد. شوهر خاله‌ام اعتیاد داشت و از سر دلسوزی به من چند دود داد تا بتوانم راحت بخوابم، اما این دلسوزی به قیمت زندگی‌ام تمام شد و هرشب کارم همین بود. اوایل شیر، تریاک و بعد کریستال و شیشه مصرف می‌کردم.»

او پشت سر هم داستان زندگی‌اش را برایم روایت می‌کند. انگار این صحبت‌ها را مانند نواری در ذهن خودش ضبط کرده است و هر روز مرور می‌کند. او شهریور امسال سی‌وشش‌ساله می‌شود. «سال‌ها گذشت و زمانی که برای ناراحتی اعصاب به سراغ مشاور رفتم، متوجه شدم کار از کار گذشته است و معتاد شده‌ام. تا به حال ۲ مرتبه سکنه مغزی را رد کرده‌ام.»

الهه وقتی از جنین درون شکم خود، یعنی بچه سومش، صحبت می‌کند، برق شادی در چشمانش یا ذوقی در صدایش نیست. بی‌روح و سرد می‌گوید که فکر می‌کند این بچه‌اش برخلاف ۲ فرزند قبلی‌اش دختر باشد. اواخر، پیش از اینکه او را به این کمپ بیاورند، کارتن خوابی می‌کرد و در بی‌خبری از خانواده‌اش به سر می‌برد. «هر روز کار می‌کردم و خرج مواد را درمی‌آوردم. شب‌به‌شب هم به یک خانه در حاشیه شهر کرایه می‌دادم و آنجا می‌خوابیدم. حالا یک ماه است به این کمپ آمده‌ام.»

✚ آمدن با اجبار، خواستن با اختیار

در این کمپ، زنانی هستند که به اجبار یا به اینجا می‌گذارند، اما حالا با اختیار خود مایل به ترک هستند. خیلی‌هایشان به یاد می‌آورند ساعت‌هایی را که به دور از خلسه مواد، در حال عادی، از خودشان بدشان می‌آمده است مانند اعظم که پیش روی خانواده‌اش شرمندۀ است بابت رفتار و کارهایی که ناشی از مصرف موادمخدر انجام می‌داده است.

اعظم کنار زنان دیگر، در آشپزخانه برای مددجویان طالبی برش می‌دهد اما وقتی دوربین را می‌بیند، کار را رها می‌کند و سراغ ما می‌آید به این امید که درباره پرسش صحبت کند و شاید او صدای مادرش را بشنود. جوان است، اما نمی‌داند اعتیاد چند سال به سن او اضافه کرده است که این قدر شکسته نشان می‌دهد. تقریباً همه دندان‌های فک بالایش را از دست داده است. «من ازدواج کرده بودم. زندگی‌مان معمولی بود، اما درست همان سال که پسرم به دنیا آمد، شوهرم از دنیا رفت. مشکلات من را به سمتی برد که حالا ۸ سال می‌شود درگیر اعتیاد هستم.»

✚ برای پسرم مادری نکردم

حالا یک ماهی می‌شود که پسرش را نمی‌بیند. البته دلتنگی‌اش بیش از این مدت است، به اندازه همه روزهایی که بچه‌اش کنار دست او بود اما توجهی به او نمی‌کرد زیرا خمار مواد بود. حالا دلتنگی آن روزها بغضش را می‌ترکاند. «هیچ‌وقت برای بچه‌ام مادری نکردم. فقط می‌خواهم بدانم که خیلی دوستش دارم، اما حالا قسم خورده‌ام که از این به بعد پاک زندگی کنم زیرا می‌خواهم برایش مادری کنم. مادرم را هم خیلی اذیت کردم و جلو چشمانش مواد مصرف می‌کردم و مانند شمع، او را آب کردم. امیدوارم که من را ببخشد. برایم دعا کنید خانواده‌ام من را ببخشند تا بتوانم برایشان جبران کنم.»

✚ مأمنی برای مادرانی که ترک می‌کنند

وقتی پای مادری در میان باشد، روز و شب و حتی ثانیه‌ای را که فرزندت در کنارت یا در وجودت نفس کشیده باشد به خاطر داری، مگر اینکه در جست‌وجوی موادمخدر، زندگی فرزندانت که هیچ، زندگی خودت را هم فراموش کرده باشی. اینجا برای مادرانی که زایمان می‌کنند و به درمان تن می‌دهند، مأمنی در نظر گرفته‌اند که به هیچ‌وجه شبیه یک کمپ ترک اعتیاد نیست بلکه خانه‌ای است با تمام اسباب و وسایلی که برای یک زندگی لازم است. در خانه قفل، و کلید آن تنها در اختیار کارکنان کمپ است. البته شب‌ها و بیشتر مواقع در روزها، یکی از کارکنان کمپ در کنار آن‌ها حضور دارد. اسمش را خانه توانمندسازی گذاشته‌اند، یعنی جایی که مادران در اوج بی‌پناهی و تجربه‌های تلخی که از اعتیاد برایشان به جای مانده است، دوباره یا حتی برای اولین بار، مادری را تجربه می‌کنند. آن‌ها فارغ از اینکه چه روز و شب‌هایی را در بی‌خبری از روز و ماه گذرانده‌اند، حالا تاریخ دقیق تولد نوزاد یا بهتر بگوییم انگیزه زندگی‌شان را خوب به خاطر دارند.

در راه پله‌های خانه تابلوهای کوچک رنگی و گل‌دان به چشم می‌خورد. روی در ورودی هم اسامی مادران و نوزادان، نام پدر و تاریخ ورودشان به این خانه راثبت می‌کنند. در پذیرایی، خانه، تخت‌های مادران و نوزادان کنار هم قرار دارد. کنار تخت‌ها، شیرخشک، پوشک، لباس و هر چیزی که برای نگهداری از نوزادان لازم است پیدا می‌شود. اینجا، خبری از خماری یا بی‌قراری در چهره‌های مادران نیست. آن‌ها مسکن قوی‌تر و امید به زندگی خود را در نگاه فرزندانشان می‌بینند.

✚ ازدواج در چهارده‌سالگی

پدر طاهره به دلیل اعتیاد همسرش از او جدا می‌شود. اما طاهره، کوچک بود و معنی اعتیاد را نمی‌دانست. به همین دلیل، می‌خواست که با مادر زندگی کند. حالا همان دختر کوچک که رؤیای زندگی آرام در کنار مادر را در سر می‌پروراند، جلوم‌ن‌نشسته است و رنج سال‌ها اعتیاد در صدا و سیمایش پیداست. چشم‌های ریزی دارد و قسمت‌هایی از پوستش که مقابل آفتاب بی‌دفاع بوده، سوخته و تیره شده است. بچه‌اش تازه به دنیا آمده است و جثه ظریفی دارد. «بارها دیده بودم که مادرم موادمخدر مصرف می‌کند، اما دیگر چاره‌ای نداشتم. پدر، خواهر و برادرانم



✚ شهربانو

۲۰ شهریور
۱۴۰۰ خرداد
۱۹ شول ۱۴۴۴ شماره ۳۳۸

(۵)





شهربانو

۲۳ شنبه
۱۵ خرداد ۱۴۰۰
۱۹ شوال ۱۴۴۲ شماره ۳۳۹۸

(۶)



به این دلیل که پیش مادرم رفته بودم، من را طرد کرده بودند. چهارده ساله بودم که ازدواج کردم. شوهرم جوشکار بود و از همان اول می دانست مواد مصرف می کنم. آن ها سر خانه و زندگی شان می روند و کم کم شوهر طاهره متوجه می شود که مصرف مواد مخدر برای همسرش تفرنی نیست بلکه همیشگی است. اما او امیدوار می ماند که همسرش در کنار او بتواند ترک کند. بارها هم تلاش می کند او را از دام اعتیاد رها کند. حتی خدا به آن ها یک دختر می دهد، اما باز هم نمی توانست ترک کند. «هیچ وقت با دخترم بد رفتاری نکردم. حتی یک بار هم او را سراغ خرید سیگار نفرستادم. مادرم هم همیشه به من می گفت اگر مواد بکشی، اعصاب آرام می شود و هر موقع حرف از ترک می زدم، می گفت تو باید مواد مخدر مصرف کنی تا بتوانی زندگی کنی.»

رنج سال ها تنهایی

جره ای که طاهره را راضی به ترک می کرد این بود که آخرین بار، زمانی که همسرش نبود، دخترش را از او می گیرند و به بهزیستی منتقل می کنند. او ای می کشد و می گوید: «در این سال ها خیلی تنهایی کشیدم. حالا که دوباره هم مادر شده ام، نمی خواهم به روزهای قبل برگردم. خوشبختانه شوهرم هم پای من ایستاده و دخترمان را بزرگ می کند تا وقتی من برگردم. این بار تصمیم جدی گرفتم و حتی در ماه آخر بارداری ام متادون مصرف نکردم تا بچه ام را به شیرخوارگاه نبرند. در بیمارستان برای زایمان خیلی اذیت شدم زیرا علاوه بر درد زایمان، درد ترک را هم تحمل می کردم. می خواستند به من مورفین بزنند، اما نگذاشتیم.»

حالا طاهره می خواهد اسم فرزند دوشم را طوفان بگذارد، نوزادی که با آمدنش به زندگی او طوفان به پا می کند و دوباره امید را به دل مادرش برمی گرداند. به گفته خودش، او بعد از ترک تصمیم می گیرد دیگر هیچ وقت مادرش را نبیند مبادا دوباره به سمت مواد لغزش کند.

قصه مادر دوقلوها

چند قدم آن طرف تر مادرانی را می دیدیم که ماه بارداری شان را حدودی می دانستند و برای بعضی هایشان بود و نبود بچه فرقی نمی کرد، اما در این خانه مادرانی را می بینیم که با هر بار تعریف ما از بچه هایشان، قند در دلشان آب می شود. اینجا ۵ مادر و ۶ فرزند زندگی می کنند زیرا یکی از مادران ۲ دختر به دنیا آورده است. دوقلوها پنج ماهه هستند و با پیراهن های چین دار صورتی روی تخت خوابیده اند. مادرشان یک سال و ۳ روزی می شود که در این کمپ است و از زمانی که زایمان کرده، در خانه توانمندسازی زندگی می کند. مریم اهل شمال کشور است. وقتی دوساله بود پدر و مادرش از هم جدا می شوند و او تا پانزده سالگی نمی دانسته زنی که هر روز به او مادر می گفته است، در واقع نامادری اش است.

مریم از باقی مادران سرحال تر و شاداب تر است. شال رنگی روی سر انداخته است و لبخند روی لبانش محو نمی شود. با اینکه زحمت دوقلوها بیش از یک بچه است، خم به ابرو نمی آورد زیرا از این به بعد در زندگی اش هدف دارد. «مادرم بعد از طلاق به مشهد آمده بود و وقتی در نوجوانی متوجه شدم که مادر واقعی ام کسی دیگر است، به مشهد آمدم. ملاقات خوبی نداشتم. مادرم اوضاع خوبی نداشت و کریستال و شیشه مصرف می کرد. به همین دلیل، پیش پدرم برگشتم.»

بیا بکش، مورفین ندارد

پدر او که فوت می کند، راهی مشهد می شود. حقوق پدر به او تعلق می گرفت، به این دلیل که خواهر و برادران دیگرش ازدواج کرده بودند. می تواند خانه ای اجاره کند و کم کم در یک آرایشگاه هم مشغول به کار می شود. «در همان آرایشگاه با دختری دوست شدم و او بعد از مدتی من را به خانه اش دعوت کرد. او با برادرش جلو من نشسته بودند و شیشه می کشیدند. دوستم به من گفت: تو هم بیا بکش، این مواد مورفین ندارد. این حرف او به این معنی بود که این ماده مخدر این طور نیست که اگر نتوانی بکشی درد داشته باشی، و تنها وقتی این ماده را مصرف نکنی، به خواب می روی.»

همسرم رفیق مصرف بود

مریم به خیال خودش تفریحی مصرف می کرد، اما به محض اینکه مدتی می گذشت، دوباره فکر این مواد در سرش جولان می داد. همین مصرف تفریحی

او را گرفتار ۶ سال اعتیاد می کند که ۴ سال آن را با کارتن خوابی می گذراند. بعد از مدتی با مردی آشنا می شود که او هم مواد مصرف می کرده است و مریم همسر دوم او می شود. «مواد مخدر تنها نقطه اشتراک ما بود. خیلی با هم اختلاف داشتیم. از وقتی به این کمپ آمده ام، بارها می خواسته ام از او جدا شوم، اما مددکاران به من گفته اند صبر کنم. اورفیق مصرف بود و به درد زندگی مشترک نمی خورد. بعد از ترک، به ما می گویند که باید رفیق، ابزار و مکان های مصرف را دور بریزیم.»

او در ۴ سال بی جاومکانی به پاتوق های زیادی می رود که حالا اتفاقات آن روزها را گوشه ای از ذهنش پنهان می کند، اما وقتی به آن فکر می کند، این صحبت ها بر زبانش جاری می شود که «مگر می شود برای آدم بی پناه اتفاق بدی رخ ندهد؟ مگر می شود همیشه آدم روی خوشی را ببیند؟ نه، نمی شود. همه چیز یک روی بد هم دارد. ترک مواد سخت بود، اما سختی اش به داشتن ۲ دخترم می ارزید. من تا به حال مادر شدن را تجربه نکرده بودم، اما حالا متوجه شده ام که وقتی مادر می شوی، مواد مخدر که هیچ، حتی قدرت این را داری که همه خواسته های خود را نادیده بگیری و فقط به بچه هایت توجه کنی. از این به بعد، از زندگی فقط یک چیز می خواهم. آن هم این است که بچه هایم کنارم باشند و بس.»

اعتیاد پس از ازدواج

بچه فریا ۲ روز دیگر دوماهه و خودش ۹ روز دیگر سی و پنج ساله می شود. او جزو معدود کسانی است که خودمعرف به دادسرا می رود تا برای ترک اعتیاد در این کمپ به او نامه بدهند. از وقتی یادش می آید، تنهایی را زیاد تجربه می کرده است. شاید به همین دلیل با عجله ازدواج می کند و بعد از آنکه کار از کار می گذرد، متوجه می شود شوهرش مصرف کننده است. «در همان دوران ازدواج، تصادف کردم و دست و پایم را پلاتین گذاشتند. مدتی که در بیمارستان بودم و درد داشتم، همسر در جای من تریاک حل می کرد و به من می داد. می گفت داروی گیاهی است و دردم را ساکت می کند.»

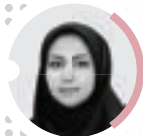
به همین دلیل که شوهرش عامل اعتیاد او هم بود، بعد از ۴ سال از او جدا می شود، اما تنهایی و شکست در زندگی اش، آزارش می داد و برای جبران کمبودهایش به این مسیر ادامه می داد. «اعتیاد از سیاه (تریاک) شروع شد. بعد به الکل و کریستال رسید. وقتی خانواده از اعتیادم خبردار شدند، چند بار برای ترک بستری ام کردند، اما هنوز خسته نشده بودم. دوباره ازدواج کردم، اما شوهرم هم معتاد بود و ترک مواد سخت تر شد.»

نزدیک بود بچه ام از سرما سقط شود

آن زمان اتفاقات ناخوشایندی پشت سر هم رخ می داد. خانواده فریا او را طرد می کردند. شوهرش به زندان می افتاد و او آواره کوچ و خیابان می شد در حالی که باردار بود. هنوز به یاد می آورد که در ماه هفتم بارداری، نزدیک بود بچه اش از فرط سرما سقط شود. «یک شب از سرما کنار آشغال ها بیهوش شده بودم و یک انجمن که از مصرف کنندگان حمایت می کند، من را پیدا کرد و به بیمارستان برد. خدا را شکر مشکلی برای بچه ام پیش نیامد. از همان جا تصمیم گرفتم به خاطر بچه ام ترک کنم. قبل از اینکه مصرف کننده شوم، در کلینیک ها کار می کردم، اما همه چیزم را به دلیل اعتیاد از دست دادم.»

فریا می داند که خانواده اش همین حالا او را نمی پذیرند زیرا مهر ۱۲ سال اعتیاد بر پیشانی اش چیزی نیست که به راحتی پاک شود، اما هم اکنون او و همسرش، هردو، مراحل پایانی ترک را سپری می کنند و هر روز تصمیمشان را با خود مرور می کنند تا به خود و خانواده شان ثابت کنند می خواهند به زندگی عادی شان برگردند. «تا همین حالا هم خدا به ما کمک کرده است زیرا مواد را ترک کرده ام و در این کمپ، جزو اولین کسانی هستم که بچه هایشان را به آن ها می دهند.» همه زنانی که حالا در این کمپ دور هم جمع می شوند، روزگاری برای خود رؤیاهای زیادی تصور می کردند. شاید هیچ کدامشان در آن زمان باور نمی کردند روزی گذرشان به کمپ ترک اعتیاد بیفتد. بخشی یا نیمی از عمر خود را زیر پل، پارک، بیابان، پشت شمشادها و هر خرابه ای که گیرشان می آمد گذرانده اند و به هیچ آینده ای فکر نمی کردند. حالا در کنار همدردان خود روزهای پاکی شان را می گذرانند و باز هم برای رسیدن به زندگی بهتر تلاش می کنند، اما نگرانی شان از آن روزی است که از این چهاردیواری بیرون می روند و ناچار می شوند نگاه های منفی و تحقیرآمیز را تحمل کنند. کاش اجازه می دادیم این افراد هم فارغ از هر قضاوتی، دوباره خود را محک بزنند.





سخن گفتن از زنانه ترس دنیا

است اما نزدیک به ۶ درصد زنان باردار چنین ترس بیمارگونه‌ای را تجربه می‌کنند. نشانه‌های این ترس آشفتگی هنگام خواب، مشکل در تمرکز روی کار یا فعالیت‌های خانوادگی، حملات اضطرابی، کابوس و رفتارهای نامتعادل است.

اگر دوران بارداری را سپری می‌کنید و احساس می‌کنید این ترس که در ماه‌های اول طبیعی بود، حالا به یک فکر مداوم در ذهن شما تبدیل شده است و لحظه‌ای رهایتان نمی‌کند یا با یادآوری زایمان دچار استرس شدید می‌شوید، لازم است از همین حالا با یک روان‌شناس مشورت کنید. خطر تجربه چنین ترسی در بارداری این است که بعد از تولد، با افسردگی بعد از زایمان همراه شوید و به شدت مختل کننده زندگی عادی است.

برای آن دسته از زنانی که هنوز باردار نشده یا بارداری قبلی سختی داشته‌اند و حالا ترس از آن تجربه را با خود به همراه می‌برند، کمک گرفتن از روان‌شناس ضرور است. درمان فوبی‌ها یا هراس‌ها بیشتر همراه با مشاوره روان‌شناس به دارودرمانی هم نیاز دارد که روان‌پزشک آن را تشخیص می‌دهد. فوبیا یا ترس مرضی در صورت درمان نشدن به دلیل توانایی اضطراب‌زایی شدید می‌تواند به اندازه‌ای در یک زن افزایش پیدا کند که تصمیم بگیرد خود را برای همیشه از بارداری و داشتن فرزند محروم یا به داشتن تک‌فرزند اکتفا کند.

درمان ترس‌های بیمارگونه یا مرضی به زمان بیشتری نیاز دارد زیرا بسته به وضعیت فرد، سابقه اختلالات قبلی، شرایط خانوادگی و جسمی و بسیاری موارد دیگر متغیر است. همه این‌ها دلایل مهمی برای این هستند که ترس‌های خود را جدی بگیرید.

درست نقطه مقابل زنانی که از کودکی به مادر شدن، انتخاب نام فرزند و رویاپردازی با کودک خیالی ذهنی زندگی می‌کنند و در بزرگسالی یکی از هدف‌هایشان در ازدواج بچه آوردن است، ترس از همین مادر شدن، کابوس شب و روز برخی دیگر است.

بعضی‌ها از فرزند آوردن نه فقط بیزارند بلکه به شدت هراس دارند. از بارداری، زایمان یا هردو می‌ترسند. از تصور زایمان به خصوص زایمان طبیعی وحشت دارند. گاهی حتی فکر کردن به این مراحل آنان را دچار استرس و اضطراب شدید می‌کند.

نگرانی از چگونه طی شدن دوران بارداری، به سلامت گذارندن زایمان و بازگشتن به خانه با نوزاد سالم برای هر زنی تجربه‌شدنی است اما آنچه ما از آن می‌گوییم یک ترس مرضی است به نام «توکوفوبیا» که به یک ترس زنانه در دنیا مشهور است زیرا به زایمان و بارداری مربوط می‌شود. توکوفوبیا نوعی فوبیای خاص و اختلال پانیک محسوب می‌شود که ترس غیرمنطقی و کلافه کننده به فرد می‌دهد. این ترس در زنانی که هرگز بچه‌دار نشده یا آنان که تجربه یک زایمان سخت داشته‌اند اتفاق می‌افتد.

استرس‌های مشخص و نامشخص قبلی، ترس از درد، نداشتن حمایت خانوادگی، ترس از مرگ نوزاد یا مادر، بی‌اعتمادی به پزشکان یا نظام درمانی و گرفتن اطلاعات ناقص برخی از ریشه‌های به وجود آمدن این ترس بیمارگونه هستند. توکوفوبیا سبب می‌شود فرد پیوسته بارداری خود را به بهانه‌های مختلف به تأخیر بیندازد یا در صورت بارداری، به روش زایمان با سزارین اصرار کند. ترس از زایمان در همه زنان باردار دیده می‌شود و طبیعی

شهربانو

۲۳ شنبه
۱۵ خرداد ۱۴۰۰
۱۹ شوال ۱۴۴۲ شماره ۳۳۹۸

(۷)



صندوق‌های خانگی نمونه کوچک بانکداری اسلامی حقیقی

به دنبال افزایش نرخ سود و بهره و ضوابط خاص ضمانت‌های بانکی، مردم در گروه‌های مختلف دوستان، اقوام و همسایگان، به تشکیل صندوق‌های وام اقدام کردند، صندوق‌هایی که قالب غیررسمی دارند و براساس اعتماد، اعتبار اجتماعی و پیوند خانوادگی و دوستی شکل می‌گیرند. همه ما صندوق‌های فراوانی میان دوستان و خانواده خود سراغ داریم که یک زن رئیس آن است و چندین سال است که کار رتق و فتق امور وام خانواده یا دوستانش را به صورت ماهیانه برعهده دارد.

لازم است فردی که عهده‌دار چنین مسئولیتی می‌شود، به لحاظ خصوصیات فردی، شخصی با تعامل اجتماعی بالا و زیرک باشد چون به دلیل همان پیوندهای دوستی و خانوادگی که مبنای پیدایش چنین صندوق‌هایی است، ممکن است افرادی در این صندوق‌ها عضو شوند که نسبت به پرداخت اقساط یا سهم وام خود پایبندی نداشته باشند و مشکلاتی را برای رئیس صندوق و سایر اعضا به وجود آورند. این مسئله نیازمند فردی مدیر و پیگیر در رأس صندوق است تا با روحیه تعامل بتواند در صورت اقتضا، درباره ادامه حضور چنین افرادی در صندوق تصمیم بگیرند و با یک رفتار و حرکت اشتباه، به کاهش تعداد اعضای صندوق و در نهایت خسارت به سایر اعضا منجر نشود.

این صندوق‌ها که همگی با هدف قرض الحسنه و به نیت کار راه اندازی تشکیل می‌شوند، به ۲ صورت فعالیت می‌کنند: دسته اول صندوق‌هایی است که در آن افراد همراه گردهم جمع می‌شوند و طبق توافق قبلی، هر فرد رقم تعیین شده را پرداخت می‌کند و بر اساس قرعه، جمع ارقام به شخصی که در قرعه کشی برنده شود پرداخت می‌شود.

دسته دیگر، صندوق‌هایی هستند که رقمی به عنوان آئینمان یا حق اشتراک دارند و از ماه اول، مبلغی که تجمیع می‌شود براساس قرعه به فرد برنده تعلق می‌گیرد، با این تفاوت که فرد وام گیرنده، موظف به بازپرداخت مبلغ وام در قالب اقساط از پیش تعیین شده است. چنین صندوق‌هایی به مرور شاهد رشد خوبی خواهد بود و در صورت وجود روحیه کار گروهی، تعهد و خوش‌حسابی میان اعضا، سالیان سال ادامه پیدا می‌کند.

با پیشرفت صندوق‌ها به لحاظ مالی و افزایش تعداد اعضا، میزان تقاضا برای دریافت وام نیز افزایش می‌یابد که این موضوع نیازمند ضمانت اجرا برای بازپس‌گیری اقساط و وجه اشتراک خواهد بود. معمولاً رؤسای صندوق‌ها طبق شرایط و ضوابط خود، قوانینی برای نحوه عضویت وضع می‌کنند از جمله اینکه محدودیت افزایش تعداد اعضا، گرفتن سفته یا ضمانت بانکی یا شرطی با عنوان نسبت خانوادگی میان اعضا برای صندوق خود قائل می‌شوند.

همان‌طور که تجمیع توان مالی افراد خانواده و دوستان در چنین صندوق‌هایی که با نیت قرض الحسنه تشکیل می‌شود بسیار مفید و کارگشاست، افراد باید دقت کافی برای راه‌اندازی این کار و نحوه عضوگیری خود داشته باشند تا دچار ضرر و زیان نشوند. در نهایت، آنچه اهمیت دارد این است که تشکیل این صندوق‌ها و عضویت در آن‌ها می‌تواند به درآمدزایی و سهیم شدن زنان در دارایی‌های خانواده و گروه دوستان، افزایش قدرت تصمیم‌گیری، حفظ و تداوم کار گروهی و گسترش آن به امور دیگر منتج شود.

از آنجایی که مبنای این صندوق‌ها بر پایه قرض الحسنه است و شامل سود و بهره نمی‌شود، می‌توان گفت الگو و نمونه کوچک‌شده‌ای از بانکداری اسلامی به معنای واقعی کلمه است.

راه نوین جایی برای شروع تازه زندگی

مرکز توانمندسازی زنان و دختران آسیب‌دیده اجتماعی «راه نوین» از سال ۱۳۹۷، با هدف کمک و شناسایی زنان آسیب‌دیده در مجتمع شوق زندگی فعال است. مشاوره تخصصی روان‌شناسی با هدف خانواده درمانی، مددکاری، بازدید از منزل به جهت شناسایی نیازها، دارودرمانی، اشتغال‌زایی و ... گوشه‌ای از عملکرد این مؤسسه است. نیکوکاران و خیران محترم می‌توانند با شماره تلفن ۳۷۴۲۹۲۰۳ داخلی ۱۸۳ تماس بگیرند.



پاسخ به پرسش‌های حقوقی



زهرا شوشتری
کارشناس حقوق

در این ستون به پرسش‌های حقوقی مخاطبان عزیز که با پیامک یا تلفن ثبت شده باشد پاسخ داده می‌شود. مخاطبان گرامی می‌توانند برای اطلاع بیشتر، با روابط عمومی شهرآرا به شماره ۳۷۲۸۸۸۸۱ تماس بگیرند یا به شماره پیامک ۳۰۰۷۲۸۹ پیام دهند.

+ پدری قصد واگذاری ملک خود به یکی از فرزندان را دارد ولی چون سند در رهن بوده انتقال صورت نگرفته است. آیا وراثت دیگر می‌توانند ادعایی نسبت به آن کنند و جلو این انتقال را بگیرند؟

اگر در زمان حیات پدر به دلیل اینکه سند در رهن بانک بوده است فرصتی برای انتقال آن صورت نگرفته و هیچ گونه اقدام اولیه‌ای (برای مثال قولنامه یا صلح) بین پدر و پسر نوشته نشده باشد، در حال حاضر چون هنوز سند ملک به نام پدر است، جزو ماترک می‌باشد و همه وراثت از آن سهم می‌برند. البته با توجه به اینکه سؤال به صورت کامل

مطرح نشده است و در مورد اینکه در حال حاضر ورثه دیگر چه موضعی نسبت به این قضیه دارند و آیا موافق واگذاری ملک توسط پدر در زمان حیات به این فرزند هستند یا نه سخنی بیان نشده است. بنابراین باید این موضوع را در نظر گرفت که اگر ورثه دیگر قبول داشته باشند ملک واگذار شده است، دیگر ادعا و حقی نسبت به ملک مذکور ندارند.

+ اگر اصل قرارداد نباشد می‌توان به کپی آن استناد کرد؟

اصل اسناد باید در جلسه رسیدگی ارائه شود زیرا در صورت ادعای انکار یا تردید یا جعل از سوی طرف مقابل دعوی، امکان کارشناسی تنها از روی اصل سند وجود دارد نه کپی آن، حتی اگر فرض بر این باشد که کپی برابر اصل است. این موضوع را نیز باید در نظر داشت که در فرض سؤال، امکان پذیرش کپی به عنوان مدرک وجود دارد در صورتی که ادعایی از جانب طرف مقابل قرارداد مبنی بر تناقض آن وجود نداشته و هم چنین با کپی‌ای که طرف مقابل ارائه می‌دهد همچواهی داشته باشد، قابل استناد خواهد بود.

+ ۳ ماه است به دلیل اختلافات در منزل پدرم هستم. در این مدت، یک بار به منزل همسر

رفتم جهت تمکین. آیا همسر بنده می‌تواند علیه خانواده‌ام شکایت کند مبنی بر اینکه خانواده من مانع برگشت به زندگی‌ام هستند؟ در صورتی که ایشان از حضور بنده در منزل فیلم گرفته باشد، می‌تواند طرح شکایت کند؟

خیر، امکان طرح شکایت علیه خانواده زوجه در این خصوص وجود ندارد و صرفاً در فرض سؤال، زوج می‌تواند دادخواست عدم تمکین به طرفیت زوجه (زن) دهد.

+ آیا مادرم می‌تواند با ارائه پرینت بانکی مبلغی که با رضایت خود به حسابم واریز کرده است، از من شکایت و حساب‌هایم را مسدود کند؟ من دختری مجرد و بیست و هفت ساله هستم. مادرم با رضایت خودش (شفاهی) ۳۰ میلیون به حسابم واریز کرد و من با آن مبلغ زمینی تهیه کردم. حالا مادرم قصد دارد از من شکایت کند. آیا امکان این کار را دارد؟

به صورت کلی، اصل بر این است که وقتی فردی وجهی به حساب دیگری واریز می‌کند، مدیون بوده است. در غیر این صورت، باید خلاف آن را ثابت کند. در این سؤال، اگر مادر بتواند اثبات کند وجه به صورت قرض یا ... است، امکان مطالبه آن وجود دارد اما امکان طرح شکایت کیفری در این باره نیست زیرا واریز وجه جنبه مجرمانه ندارد.

شهربانو

۲شنبه
۱۵ خرداد ۱۴۰۰
۱۹ شوال ۱۴۴۲ شماره ۳۹۸



شهرزاد

الهام یوسفی
فعال فرهنگی



پیش روی خود دارند، گذشته آن‌ها چیست و اصلاً واقعا چه چیزی از زندگی می‌خواهند، پادر این سفر قهرمانی مردانه گذاشته‌اند و در همه زندگی خود، برای کسب خوشنودی دیگران و تأیید گرفتن از جامعه‌ای که ارزش‌های متفاوتی بر آن حاکم است، زندگی زنانه خود را فدا کرده‌اند. پایان این نوع از نگرش و سبک زندگی چیزی نبوده است جز نارضایتی و احساس سرشکستگی و ناکامی، و البته بیش از همه احساس گمشدگی! البته که ممکن است همه زنان چنین حسی نداشته باشند. کتاب «ژرفای زن بودن» می‌خواهد به ما کمک کند در آرامشی آگاهانه بنشینیم و از دل این نارضایتی درونی، بدون قضاوت و داوری به گذشته بنگریم، گذشته‌ای که در آن به عنوان یک زن مسیری را انتخاب کرده‌ایم و زنانگی مان در آن گم شده است. مورین مورداک، نویسنده کتاب، که خود آسیب‌خورده سفر مردانه است، در این کتاب نقشه «سفر قهرمانی زن» را ترسیم می‌کند. او با بهره‌گیری از تئوری روان‌شناسی تحلیلی کارل گوستاو یونگ، نقشه‌ای ارائه می‌کند که به زن احساس حرکت در مسیر تکامل و در عین حال احساس خرسندی و رضایت از روند مسیر را می‌دهد.

بعد زنانه یکی از پیچیده‌ترین ابعاد انسانی است که فروید هم آن را قلمروی تاریک می‌داند. کتاب اعتقاد دارد زنانگی سفر به روی آب‌های بی نقشه است. اگر خیلی تند برویم و حواسمان به خودمان نباشد، مقصد را گم می‌کنیم. کتاب در ۱۰ فصل نوشته شده است. در آغاز می‌خواهد به ما بگوید جدایی از زنانگی به چه معناست. به مرور، جاده امتحانات دشوار را به ما نشان می‌دهد، امتحاناتی که به وسیله آن می‌توانیم ژرفای زن بودن خودمان را کشف کنیم - مهم نیست که زن باشیم یا مرد - در پایان کتاب نویسنده می‌خواهد فراسوی این دوگانگی روانی را به ما نشان دهد تا بدانیم به راستی کیستیم و از زندگی چه می‌خواهیم.

قصد اصلی این کتاب این است که به مخاطب خود که زنان عصر حاضر هستند کمک کند تا بتواند رفتار و اهداف خود را از دست عقده‌ها و سایه‌شان نجات دهد و دل و عقل به خویشتن حقیقی دهند تا عمری را در سایه آرامش و امنیت و شادی درونی به سر برند.

بخشی از کتاب:

«زن قوی مثل ماهی تشنه آب، تشنه عشق است. او به شدت عشق می‌ورزد و به شدت اشک می‌ریزد و به شدت می‌ترسد. او مانند سنگ قوی نیست. او مانند ماده گرگی که بچه‌اش را شیر می‌دهد قوی است. آنچه او را تسلی می‌دهد این است که دیگران او را هم به خاطر قدرت و هم ضعف‌هایش دوست بدارند!»

گمشدگی میان ۲ خود

نگاهی کوتاه به کتاب «ژرفای زن بودن»

+ «مرد وزن درون شما در جنگ هستند، هردوی آن‌ها زخمی‌اند، خسته‌اند و نیاز به توجه و رسیدگی دارند. اکنون زمان آن رسیده که شمشیری را که آن‌ها را به ۲ نیم کرده است زمین بگذاریم.»

این نوشته کوتاه که شبیه شعری ساده است، واقعیت روان‌آدمی را از منظر روان‌شناسی یونگ بیان می‌کند، روانی که بعد زنانه و مردانه دارد و ما همواره میان این ۲ خود سردرگمیم. ایده اصلی کتابی که این هفته معرفی می‌کنیم از این سردرگمی منشأ گرفته است. شاید این سردرگمی برای زنان بیشتر باشد، از آن روی که ارزش‌های مردانه جامعه تعیین‌کننده موفقیت‌های شغلی و مالی هستند، آن هم در دنیای معاصر که زنان در پی کسب موفقیت‌های بیشتر بوده‌اند. شاید بسیاری از زنان بی‌آنکه بدانند چه چیزی



ژرفای زن بودن

• نویسنده: مورین مورداک
• ترجمه: سیمین موحد

ضمیمه روزنامه شهرآرا
صاحب امتیاز:
شهرداری مشهد
مدیر مسئول
سید هادی فیاضی
سردبیر:
ارژنگ حاتمی
مسئول ضمیمه
حمیده وحیدی