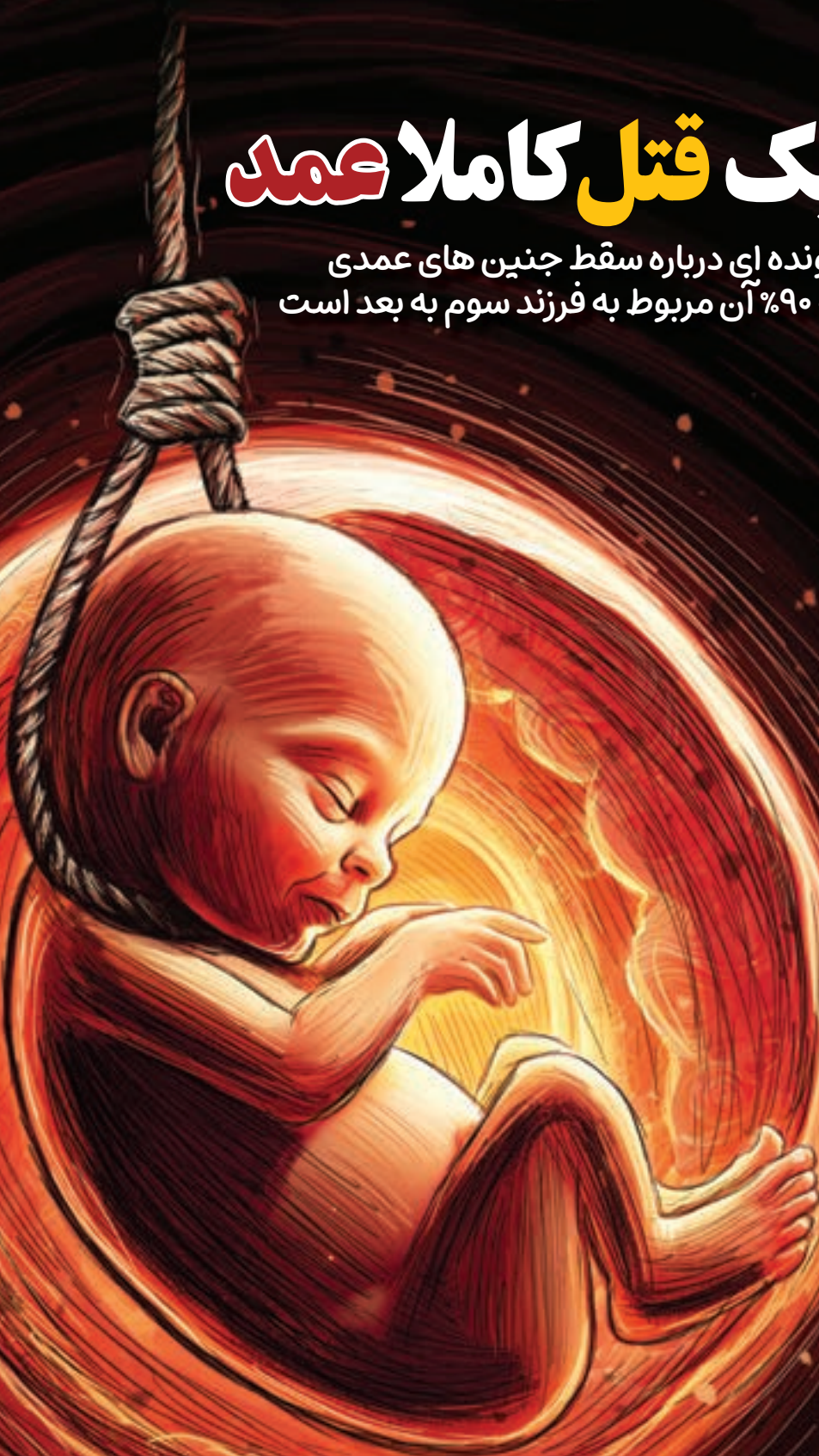


# یک قتل کاملاً عمد

پرونده ای درباره سقط جنین های عمدی  
که ۹۰٪ آن مربوط به فرزند سوم به بعد است



طرح: رضا جنگی | شهرآرا

۲۸

الگو به سبک پینترستی

۱۰

کارآفرین خانواده باشیم

۶

شهیدپرور هنرمند

## + حرف اول

### یک قتل کاملاً عمد

● **لیلا جان قربان** اگر به من بگویند که مادری خود خواسته جنینش را سقط کرد، باور نمی‌کنم؛ شما هم باور نکنید! چرا که امکان ندارد مهربان‌ترین و از خود گذشته‌ترین مخلوق روی زمین، نقشه نابودی موجودی را طراحی کند که از وجود خودش است. حتماً شما هم دیده‌اید، زنانی که پشت بابه همه چیز می‌زنند و حتی از یک ازدواج موقت که می‌دانند بعد از آن نه دیگر پدری است و نه حمایتی؛ باز هم تلاش می‌کنند تا فرزند خود را نگه دارند؛ چرا! چون او را از وجود خودشان می‌دانند؛ چون از همان لحظه‌ای که بزشک می‌گوید مادر شده است، دیگر به خودش به چشم یک مادر نگاه می‌کند. شاید به حرف‌هایم و نوشته‌هایم خرده بگیرید و بگویند در نهایت این همان مادر است که خودش را به دست ساقط می‌سپارد، خواه دارو و قرص باشد خواه وحشیانه تراژ آن‌ها جمعی جسمی؛ ولی این مادر است که در نهایت می‌پذیرد! اما این را هم من نمی‌پذیرم! مادر است اما تحت تأثیر شرایط! پدر یا مردی که مدام توی گوش می‌خواند این بچه جایی برای آمدن ندارد و گفتارها و رفتارها و کردارهایی که او را مجبور می‌کند! بهتر بگویم شریک جرم‌هایی که نه معاونت در این قتل دارند و نه مشارکت بلکه قاتل اصلی هستند! همان‌هایی که کلامشان مثل تیزی شمشیر است؛ نمونه‌اش در خاطرم است. اوایل سال ۸۰ برای تولد نوزاد یکی از دوستان که مشهد تنها بود، بیمارستان رفته بودم و شب را کنارش ماندم. فرزند سومی بود که به دنیا می‌آورد؛ پرستار که آمد پانسمان را عوض کند نگاه‌های به رفیقم انداخت و گفت: خانم این دفعه که کار خودت رو کردی، ولی از این به بعد خودت رو جمع کن! این همه بچه می‌خواهی چه کار کنی! من که از فرط خجالت از اتاق زدم بیرون، رفیقم هم دیگر بچه‌ای به دنیا نیآورد؛ بعداً فهمیدم که چهارمی را سقط کرده! پرسیدم چرا؟ گفت: ترسیدم بیمارستان بروم! بگذریم؛ همان طور که می‌دانید رویکرد به فرزندآوری و در مقابل آن سقط جنین در جهان متنوع و تحت تأثیر عوامل فرهنگی، مذهبی، سیاسی و حقوق بشری است. در حالی که برخی کشورها دسترسی آزاد به سقط جنین را تضمین کرده‌اند، در دیگر کشورها این عمل به شدت محدود یا حتی ممنوع است. مثلاً سقط جنین در فنلاند و آلمان تا هفته دوازدهم بارداری با درخواست مادر مجاز است و پس از آن در صورت وجود دلایل پزشکی یا اجتماعی، امکان پذیر است. یا اینکه فرانسه در مارس ۲۰۲۴ به اولین کشور تبدیل شد که حق سقط جنین را به طور صریح در قانون اساسی خود گنجانده و آن را به عنوان «آزادی تضمین شده» اعلام کرد. اما در کشوری مانند الجزایر، سقط جنین به طور کامل ممنوع است و هیچ استثنایی برای آن وجود ندارد. یا در امارات متحده عربی سقط جنین تنها در پنج مورد خاص مجاز است: تجاوز، فاحشه‌گری، تهدید به زندگی مادر، نقایص جدی جنین یا درخواست مشترک زوجین با تأیید کمیته نظارتی. اما با تمام این قوانین که گاه مانع هستند و گاه راهگشا، طبق گزارش مرکز حقوق باروری، ۴۰ درصد از زنان در جهان در کشورهایی با قوانین محدودکننده سقط جنین زندگی می‌کنند و هر ساله، سازمان بهداشت جهانی تخمین می‌زند که ۳۹,۰۰۰ زن به دلیل پیامدهای سقط جنین‌های غیرایمن جان خود را از دست می‌دهند. این یعنی اینکه زنان قربانی سقط جنین‌هایی هستند که همچنان به اعتقاد من، خودشان خود خواسته آن را انتخاب نکرده‌اند.

در پرونده شهربانوی این ماه برایتان از همین پدیده رنج آور نوشته‌ایم؛ از یک قتل کاملاً عمد! که هیچ‌کسی آن را گردن نمی‌گیرد و تنها مادر است که باید بار آن را بردوش بکشد.

## ت

مدیرکل دفتر امور بانوان و خانواده استانداری سیستان و بلوچستان از راه اندازی کارگروه «دختران نوجوان و جوان» با هدف شناسایی مسائل، ارائه راهکار و انجام اقدامات مؤثر و تخصص محور در حوزه نیازهای این قشر از جامعه در استانداری خبر داد.



### سهم ۴۵ درصدی زنان از جامعه کارمندی

یک میلیون و ۱۹ هزار و ۹۳۳ نفر کارمندان دولت را زنان و یک میلیون و ۲۶۰ هزار و ۹۴۲ نفر را مردان تشکیل می‌دهند. این یعنی ۴۵ درصد جامعه کارمندان را زنان تشکیل می‌دهند، این شاخص در سال ۱۴۰۰ حدود ۴۱ درصد بوده است.

## ایستنا

### چله دعای عهد در پارک ملت مشهد

با هدف احیای فرهنگ عفاف و معرفت اجتماعی، به همت زینب عرفایی، مدیر تشکل شهید عرفایی و دختر شهید عرفایی چله دعای عهد در پارک ملت مشهد هر روز صبح در حال اجراست. این برنامه هر صبح تا پایان ماه ذی القعدة کنار مزار شهید ابرگزار می‌شود و با قرائت دعای عهد آغاز شده و سپس حلقه‌های معرفتی درباره موضوع‌هایی نظیر پوشش، امنیت اجتماعی و سبک زندگی اسلامی برگزار می‌شود و با پذیرایی صبحانه همراه است.

## شهربانو

تعداد متولدین کشور در سال ۱۴۰۳ به کمترین میزان خود از سال ۱۳۵۰ یعنی کمتر از یک میلیون نفر رسیده است.

## دنیای اقتصاد

دولت ۶۰ هزار میلیارد تومان برای اشتغال زنان سرپرست خانوار اختصاص داد.

## ایرنا

مدیرکل عملیات پولی و اعتباری بانک مرکزی از رشد ۶۳ درصدی پرداخت تسهیلات ازدواج و رشد ۳۶ درصدی تسهیلات فرزندآوری از ابتدای سال خبر داد و گفت: از ابتدای امسال تاکنون در مجموع بیش از ۲۱.۴ همت تسهیلات ازدواج و فرزندآوری به متقاضیان پرداخت شده است.

## پژنا

### کاهش ۷ درصدی ولادت در سال ۱۴۰۳

رئیس فراکسیون زنان و خانواده مجلس شورای اسلامی گفت: سال ۱۴۰۳ تعداد ۹۷۹ هزار و ۹۳۰ رویداد ولادت داشتیم که نسبت به سال ۱۴۰۰ که قانون جوانی جمعیت نگارش شده، افزایشی بوده است. اما آمار سال ۱۴۰۳ نسبت به سال ۱۴۰۲ کاهش یافته است و ۷ درصد کاهش ولادت داشتیم، متأسفانه اتفاقات رخ داده در سال گذشته باعث شد مردم نگران مدیریت کشور شوند و همین امر روی آمار ولادت تأثیر داشت.

## ایستنا

رویداد تجلیل از ۴۰ بانوی جهادگر در بولوار توس همزمان با سوم خرداد برگزار شد. در این رویداد از زنانی که از روزهای جنگ تحمیلی تاکنون فعال بوده و همچنان مسیر فعالیت‌های جهادی را ادامه می‌دهند تقدیر شد.

## شهربانو

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی گفت: حق عائله مندی به کارمندان زن پرداخت نمی‌شود و صرفاً به مردان اختصاص دارد. این مسئله اصلاح شود و باید معاونت ریاست جمهوری در امور زنان و خانواده این موضوع را با جدیت پیگیری کند.

## ایرتا



رئيس كميسيون بانوان و خانواده شوراي اسلامي شهر مشهد گفت: آمار طلاق در باشگاه همسران مشهدي، كمتر از يك درصد است.

شهرآرا

## مخالفت دولت با طرح جديد کاهش مهریه به ۱۴ سکه

معاون رئيس جمهور در امور زنان و خانواده گفت: مطالعات نشان داده حتی در دوره ای که ضمانت اجرائی مهریه به ۱۱۰ سکه کاهش یافت، این اقدام به کاهش دعاوی یا میزان مراجعه به دادگاه ها منجر نشد. در واقع، این نوع تصميم ها راهكار مؤثري برای تحکيم خانواده نیست. لذا تغيير و اصلاح ماده ۲۲ قانون حمايت خانواده مصوب ۱۳۹۱ و کاهش سقف اجرائی مهریه از ۱۱۰ به ۱۴ سکه از نظر ابعاد فقهی، حقوقی و اجتماعی آن جای نقد دارد که لازم است پيشنهادهای ديگری جایگزین اصلاح این ماده شود.

مشرق



## واکنش به نسل کشی در جشنواره کن

در حالی که بسیاری از سلبریتی ها و چهره های داخلی در برابر نسل کشی در غزه سکوت کرده اند یک بازیگر فرانسوی، واکنشی متفاوت در جشنواره کن از خود نشان داد. ژولیت بینوش که ریاست هیئت داوران جشنواره فیلم کن امسال را برعهده داشت در مراسم افتتاحیه به فاطمه حسونا، عکاس خبری فلسطینی که به دلیل بمباران اسرائیلی ها کشته شد، ادای احترام کرد و گفت که او «باید امشب با ما می بود. در هر منطقه از جهان، هنرمندان هر روز می جنگند و مقاومت را به هنر تبدیل می کنند.» حسونا عکاس خبری ۲۵ ساله ای بود که ماه گذشته در حمله هوایی اسرائیل به غزه شهید شد. او سوژه مستند «روح را در دست بگذار و قدم بزن» ساخته سپیده فارسی بود، که در بخش جنبی هفتاد و هشتمین جشنواره فیلم کن به نمایش گذاشته شد. ناگفته نماند که بیش از ۳۸۰ چهره سینمایی از جمله رالف فاینز، بازیگر «فهرست شیندلر» و ریچارد گیر، در نامه ای سرگشاده که در آستانه جشنواره فیلم کن منتشر شد، «نسل کشی» در غزه را محکوم کردند.

فارس



## ۷۷ درصد زوجین تمایلی به فرزندآوری ندارند

دبير ستاد ملی جمعيت با اشاره به آمار پيمائش ملی «تمایلات ایرانیان به فرزندآوری» گفت: ۷۷ درصد زوجین تمایلی به فرزندآوری ندارند. مرضیه وحید دستجردی افزود: در بین زنانی که در سن چهل سال و بالاتر ازدواج می کنند، ۱۰۰ درصد تمایل به فرزندآوری وجود دارد، اما مردانی که در سن چهل سال و به بالا ازدواج می کنند تنها ۲۰ درصد تمایل به فرزندآوری دارند. همچنین تمایل بیشتری برای فرزندآوری بین افرادی که در حال تحصیل هستند وجود دارد. در مقایسه قومیت ها نیز ترکمن ها ۵۵ درصد به فرزندآوری تمایل دارند. بعد از آن ها بلوچ ها با ۴۱.۴ درصد و بعد از آن ها عرب ها هستند و کمترین میزان تمایل به فرزندآوری میان آذری ها است. همچنین فرزند اول و فرزند دوم حدود ۷۳ درصد فرزندان را در کشور تشکیل می دهند و فرزند سوم به بعد حدود ۲۷ درصد را تشکیل می دهند.

عق



هجده نوعروس زیارت اولی در ایام دهه کرامت با ضیافت آرایشگران «صیانه» راهی خانه بخت شدند. در این اقدام خداپسندانه حدود ۱۰ آرایشگر در حوزه های مختلف از شنیون گرفته تا میکاپ مشارکت داشتند و تمام این اقدامات رایگان برای نوعروسان انجام شد. گفتنی است که با مشارکت خیاط های صیانه ای نیز لباس این عروسان رایگان در اختیار آن ها قرار گرفت و روسری سپید به آن ها هدیه شد. این نوعروسان به همراه داماد خود از شهر و روستاهای اطراف کرمان باگزینش کمیته امداد امام خمینی (ره) میهمان استان قدس رضوی بودند.

شهریانو



زنی اهل یونان، وقتی هوش مصنوعی چت جی پی تی با خواندن تفاله های ته فنجان قهوه، به او گفت که زنی دیگر در زندگی شوهرش است، پس از دوازده سال زندگی مشترک، تقاضای طلاق داد.

اعتماد

رئيس فراکسيون زنان و خانواده مجلس شوراي اسلامي گفت: ۳۵۷ مرکز «نفس» از سقط ۹۱۸۷ جنين جلوگیری کردند و خوشبختانه پویش های انصراف از سقط جنين تا ۷۵ درصد موفق بوده است.

ایستنا

گفت و گو با اولین خانمی که مرکز مراقبت‌های طولانی مدت را در کشور راه اندازی کرده است

# نقش مهر روی بوم درد

پرستاری که به مراقبت، معنایی دیگر بخشید

راهنما سردار را شاید شما هم به این مشکل برخورد داشته باشید که بعد از یک مدت، در حالی که بیماران هنوز به مراقبت‌های بیمارستانی نیاز دارند، مجبور باشید او را ترخیص کنید. در این شرایط به دنبال یک راه حل یا محلی یا آدم‌هایی هستید که بتوانند کمکتان کنند. جایی که خارجی‌ها به آن می‌گویند «هاسپیس» و به زبان خودمان می‌شود مرکز مراقبت‌های طولانی مدت. در مشهد یک خانم پرستار پیدا شده است که به عنوان اولین زن در این مسیر قدم گذاشته و چند ماهی می‌شود که مرکزی را راه اندازی کرده است. منیره وفائی، هرچند که مسیری پر فراز و نشیب را طی کرده تا توانسته بیست تخت را فعال کند ولی در صدد ۱۰۰ تخت کردن و افزایش خدماتی است که خیلی وقت‌ها سبب نجات از مرگ و زندگی دوباره خیلی از بیماران شده است.



منیره وفائی، متولد ۱۳۶۰، پرستاری با بیش از دو دهه تجربه، مادر دو پسر ۸ و ۱۳ ساله، با سرمایه‌گذاری شخصی و همراهی همسر مهماندارش و تیمی دلسوز، مرکز هاسپیس را در مشهد بنیان نهاده که هدف آن ارائه خدمات مراقبتی است. او معتقد است این کار، بیش از هر چیز نیازمند عشق و خیرخواهی است.

## خانه‌ای برای مراقبت‌های خاص

خود را طی کنند. همچنین بیماران ناتوان، صعب‌العلاج یا وابسته به تخت نیز تحت مراقبت قرار می‌گیرند. نوع خدمات شامل بیماران خوش‌خیمی است که با مراقبت‌های اولیه و کوتاه مدت بهبود می‌یابند، و نیز بیماران بدخیم، که به دلیل عوارض بیماری‌های چندگانه، اختلالات دارویی، یا نیاز به توان بخشی و ارتوپدی، نیازمند مراقبت‌های گسترده تری هستند. در این مدت، طولانی‌ترین دوره بستری مربوط به بیماری بوده که دچار سکت مغزی شده است و همچنین بیمار ۳۸ ساله‌ای که بر اثر تصادف دچار آسیب‌های شدید شده است و به مراقبت طولانی مدت نیاز دارد.

راه اندازی کردیم. رواج فرهنگ استفاده از مراکز درمانی غیربیمارستانی، انگیزه‌ای برای خانم وفائی شد تا مرکزی به سبک هاسپیس راه اندازی کند؛ مرکزی با بیست تخت که در رؤیای توسعه و رسیدن به صد تخت است. «هاسپیس یک مرکز درمانی نیست، بلکه محلی برای مراقبت‌های پس از درمان است. بیماران و مراجعانی پذیرش می‌شوند که به یک ثبات نسبی در روند درمان رسیده باشند و به مراقبت‌های تسکینی نیاز دارند. مرکز ما خدمات مراقبتی به بیمارانی ارائه می‌کند که روند تشخیص و درمانشان در بیمارستان انجام شده و پس از ترخیص، به حمایت نیاز دارند تا دوران نقاهت

خانم وفائی از سال ۹۸ می‌گوید و وحشت از سرایت بیماری کرونا که باعث شد نگهداری از بیماران در فضایی غیر از بیمارستان با استقبال روبه‌رو نشود. «شیوع کرونا، من و همکارانم را به خانه‌های مردم کشاند. البته من هم در همان بچوبه کرونای دلتا گرفتم و تا مرگ پیش رفتم. در دوران کرونا به دلیل اعزام‌هایی که می‌شدم بین مردم اعتماد کسب کردم و اغلب من را شناختند. بعد از آن با همسرم کارمان را در همان سال با خدمات پرستاری شروع کردیم و ابتدا مرکز "ارائه مراقبت‌های پرستاری در منزل" را

## مراقبت درست؛ شرط بهبودی

مستقیم به حلق بیمار می‌ریختند. همین موضوع باعث شده بود غذا وارد ریه‌های این بیمار شود و او با عفونت شدید ریه نزد ما بیاید. خدا را شکر که توانست بهبود پیدا کند.»

خانم وفائی، با خاطره‌ای از ناآگاهی خانواده در مراقبت از بیمارشان همراه می‌شود: «بیماری که سوند معده به او متصل بود، خانواده‌اش فیلمی فرستاده بودند که در آن سوند را برداشته و قیفی را جایگزین کرده بودند؛ سپس سوپ را

«همه چیز درمان نیست؛ گاهی مراقبت از درمان مهم‌تر است.» این جمله، در میان صحبت‌های

## به خاطر ۷۰ هزار تومان

آزاد بودن تعرفه خدمات، مانع بزرگی بر سر راه بیمارانی است که به خدمات هاسپیس نیاز دارند. خانواده بیماران

را پرداخت کرد. یا هنگام ارائه خدمات در منزل، اگر هزینه تزریق سرم ۱۵۰ هزار تومان بود، به دلیل شرایط اقتصادی بیمار، آن را با ۷۰ هزار تومان انجام می دادیم. در دوران کرونا، جان آدم ها ممکن بود به خاطر همین ۷۰ هزار تومان به خطر بیفتد.»

با هزینه های زیادی دست و پنجه نرم می کنند، و ما این مشکل را درک کرده و در ارائه خدمات لحاظ می کنیم. مثلاً بیماری بود که به دلیل شرایط مالی نامساعد، به جای هزینه ۱۰ جلسه فیزیوتراپی فقط هزینه ۳ جلسه

## چالش زن بودن

زن بودن و پرستار بودن، برخلاف تصور رایج، دو مانع بزرگ در مسیر راه اندازی و ثبت مرکز مورد نظر خانم وفائی بود. «فکر می کردم که تأمین نیازهای مالی برای راه اندازی

دولت، به جای مانع تراشی، مشوق و تسهیلگر این فعالیت باشد. این کار یک کسب و کار صرف نیست؛ در این مراکز کالایی فروخته نمی شود، بلکه آنچه اهمیت دارد، ارائه خدمات با کیفیت است و عرضه این خدمات، منوط به همراهی نظام سلامت در تقویت این مراکز خواهد بود.»

این مرکز بزرگ ترین چالش من باشد، اما واقعیت این است که در این مسیر فهمیدم زن بودن و از آن مهم تر، پرستار بودن من، چالش اصلی است. چالش هایی که با توانایی در مدیریت بیماران و جلب اعتماد همکارانم، برطرف شد. از طرفی دیگر انتظار افراد علاقه مند به فعالیت در این حوزه این است که

## مدیون حمایت های همسر

در کنار تمام ناملایمات، همسر همراه خانم وفائی بهترین پناه و پشتیبان او بوده است. «موفقیت هایی که در این چند سال، و به ویژه در هشت ماه گذشته، در مرکز به دست آورده ام، مدیون حمایت های همسرم هستم؛ حمایت هایی همه جانبه که هیچ گاه از من دریغ نکرد. فراموش نمی کنم ساعت سه نیمه شبی که برای رسیدگی به بیماری در شهرک رضویه، بادشواری های زیادی رویه رو شدیم. همسر من راهمراهی کرد و پس از

او دعای مردم را هم در ازای خدماتی که به آن ها داده، عامل مهمی در موفقیتش می شمارد. «خیلی موارد پیش آمده که به بیماری راه دور و با هزینه ناچیز خدمت رسانی کنم و واقعاً همین اسباب برکت و موفقیت من در حل موانع تأسیس این مرکز بوده است.» خانم وفائی دغدغه مهم تر از راه اندازی مرکزش را ارتقای فرهنگ و آگاهی عمومی مردم از حوزه سلامت و پرستاری می داند. «آگاهی خانواده ها از نقش پرستاری تخصصی برای نگهداری بیمارانشان می تواند هم در هزینه های آن ها صرفه جویی کند و هم در طول عمر و بهبود بیمارانشان مؤثر باشد.»

رسیدگی به بیمار، به خانه برگشتیم. این در حالی است که شغل همسر مهمان داری هواپیماست و در سفر و رفت و آمد است. هنگام راه اندازی این مرکز، نخستین بیمار مردی هشتاد ساله بود که از بیمارستان به اینجا آمد. در حالی که به خانواده اش گفته بودند پدرشان زندگی نباتی دارد. آن ها به من اعتماد کردند و خودم پرستاری او را بر عهده گرفتم؛ همسر من نیز کارهای حمام و نظافت او را انجام می داد. کم کم در مدت کوتاهی، بیمار بهبود پیدا کرد و پس از مدتی، خودش به مرکز آمد و تشکر کرد. پس از آن، در طول ۴۵ روز، تعداد بیماران افزایش یافت و همچنین کارکنان بیشتری استخدام کردیم.»

## پس انداز پرستاری

«طلاهای شخصی، پس انداز سال ها کار به عنوان پرستار و خدمات پرستاری در منزل و وام و... همه را برای این مرکز گذاشتم.» این ها بخشی از صحبت های خانم وفائی است وقتی

با وجود این همه هزینه، خانم وفائی سعی دارد هوای بیماران را داشته باشد. برای او، ماجر فقط پول نیست. «خیلی ها کمک کردند؛ از صاحب ملک که شرایطم را فهمید تا کسانی که کمک کردند تجهیزات را ارزان تر گیر آوردم. این ها لطف خدا و دعای خیر مریض هاست.»

از هزینه های راه اندازی مرکز هاسپیس می پرسیم. «حدود ۷ میلیارد تومان برای بازسازی و آماده سازی ساختمانی که برای مرکز اجاره کرده ایم هزینه شد. اجاره ماهیانه اینجا هم حدود ۱۰۰ میلیون تومان است. مجهز کردن مرکز هم به تجهیزات مورد نیاز نزدیک به ۹ میلیارد تومان تا الان بوده است.»

## همراه با تیمی همدل

می خواهند قدم در این راه بگذارند. «این کار درآمد زیادی ندارد، بیشتر حس کمک و خیرخواهی می خواهد. ولی هر کسی بخواهد شروع کند، من تجربه هایم را در اختیارش می گذارم.»

تیمی از پزشکان و پرستاران، خانم وفائی را همراهی می کنند. «۵ پزشک عمومی در هر شیفت داریم، حدود ۱۰ پرستار و ۳ نفر هم کمکی. همه با عشق کار می کنند و کمک می کنند اینجا پروبال بگیرد.» در پایان، خانم وفائی توصیه ای دارد برای کسانی که

## شیرین جانم امروز چگونه؟

در پایان صحبت هایمان با خانم

وفائی، از بخش بستری مرکز هم دیدن کردیم. صدای بیپ بیپ دستگاه ها با نفس های آهسته بیماران همراه بود. چهره های خسته، اما با نگاهی امیدوار، روی تخت ها حکایت از مبارزه با بیماری و انتظار بهبودی داشت. آنچه به فضای سنگین، روح می بخشید ارتباط صمیمی پرستاران جوان و مهربان با بیماران بود که بیش از یک رابطه درمانی، رنگ و بوی پیوند عاطفی میان والد و فرزند داشت. پیرمردی با صدایی آرام دختر همراه بیمار کناری اش را دل داری می داد: «گریه نکن، من از این بدتر بودم و خوب شدم.» همسر خانم وفائی، آقای قدردان، هم از سه هفته بستری پدرش به خاطر سکته مغزی در این بخش می گفت. در میان بیماران خانم ۹۰ ساله ای بود که به او «شیرین جان» می گفتند. او ۱۰ سال در خانه سالمندان بود و حالا برای دریافت خدمات مراقبتی به هاسپیس آمده بود و چشم از پرستار جوان و دلسوزی که به او رسیدگی می کرد، بر نمی داشت. پرستار به آرامی لب او را می کشید و می گفت: «شیرین جانم امروز چگونه؟»





روایتی از سبک زندگی هنرمندانه مادر شهید منصوب

# شهید پرور هنرمند



**زهرا شریعتی** | خبر که تأیید شد، لباس سپید پوشید، زیورآلات آویخت، دسته‌گل خرید و راهی معراج شد. همان مادری که حاضر نبود خاری به انگشت گل پسرش فرورود. اکنون با پیکر پاره پاره‌اش روبه‌رو بود؛ اما نه تنها خم به ابرو نیاورد، بلکه با قلبی آرام، همسرش را نیز دل‌داری داد. او خود و فرزندانش را چنان آراست که گویی به جشن عروسی پسرش آمده است. پیوسته خدا را شکر می‌گفت و از او درخواست می‌کرد که هدیه‌اش را بپذیرد؛ اصلاً این همه بچه از خدا خواسته بود برای همین، فدا شدن در راه رضای حق.

...

صحبت از بانو فاطمه اعلی، مادر شهید مهدی منصوب نژاد معروف به منصوب است که با گذشت چهار دهه از شهادت فرزند دردانه‌اش همچنان با یاد او روزگار می‌گذراند؛ آن قدر که حتی برای معرفی خودش هم، به جای نام، از عنوان «مادر شهید» استفاده می‌کند. آن طور که روایت می‌کند، در سال ۱۳۲۸ به عنوان نخستین فرزند خانواده‌ای اصیل و مذهبی در ابرده‌شان‌دیز دیده به جهان گشود. تازه پنجم دبستان را به پایان رسانده بود که، مطابق رسم آن روزگار، راهی خانه بخت شد. «مرسوم بود که دختران در نو جوانی ازدواج کنند. همسرم نوزده سال داشت و از آشنایان پدرم بود. یک شب برای خواستگاری آمدند. از والدینم جواب گرفتند و به عقد یکدیگر درآمدیم. آنجا تازه همدیگر را دیدیم. چند ماه بعد زندگی مشترکمان آغاز شد و شکر خدا خوب بود و مشکل خاصی نداشتیم.»

## همواره حامی

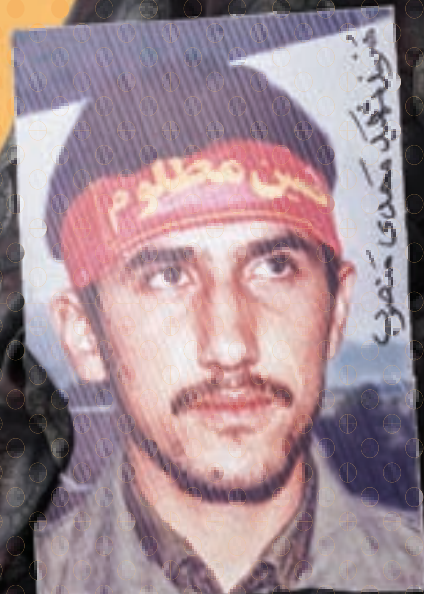
به این مشغله‌های خانه‌داری و بچه‌داری، اضافه کنید کارهای هنری متفرقه‌ای که از سر ذوق و سلیقه برای خانواده و اقوام انجام می‌داد. «علاوه بر نگهداری گل و گیاه در خانه، هنگام رفتن به طبیعت، بچه‌ها را به زیبایی گل‌ها و صداهای موجود در محیط توجه می‌دادم. خیاطی و بافتنی را نیز از روی علاقه، به صورت تجربی یاد گرفته بودم و در حد رفع نیاز فرزندانم انجام می‌دادم. اما در زمینه گلدوزی، از زمانی که چرخ مخصوص خریداری کردم، سفارش‌های دختران فامیل برای سرویس جهازشان نیز به کارهایم اضافه شد.» در این بین بچه‌ها هم پای بساط خیاطی و گلدوزی مادر و روحیه زلال و لطیفش از هنر بی‌نصیب نماندند. مهدی، فرزند ارشد خانواده که در جوانی توفیق شهادت یافت، با وجود تحصیل در هنرستان الکترونیک، نقاشی را به طور خودآموز و به تدریس و تکرار فراگرفت و به کشیدن تابلوهایی از جمله چهره امام خمینی (ره) پرداخت. اوایل دهه ۶۰، در کلاس‌های خطاطی حرم مطهر رضوی شرکت کرد، و مادرش نیز همواره حامی او بود؛ هرگز ایرادی نمی‌گرفت که رنگ‌های ریزد یا خانه نامرتب می‌شود، بلکه استعداد و تأثیر مثبت هنر را می‌دید و همراهی‌اش می‌کرد. احمد، فرزند پنجم خانواده، بعداً، با دیدن طراحی و نقاشی‌های برادر بزرگ‌ترش، در دانشگاه رشته طراحی و نقاشی را انتخاب کرد. او نقاشی‌های زیادی از چهره شهدا روی بوم و دیوارهای شهر نقاشی کرده است.

## کار آسانی نبود

او که اکنون ۹ فرزند، هشت نوه و پنج نتیجه قد و نیم قد دارد، به تحصیل و اشتغال علاقه مند بود، اما نه در حدی که موجب نارضایتی همسر یا آسیب به کانون خانواده شود. بنابراین، شغل شریف خانه‌داری را برگزید و نشست پای زندگی؛ همان ابتدا از خدا خواستم که اسباب زندگی و ۱۰ فرزند به من عطا کند تا از صبح تا شب مشغولشان باشم، و به لطف الهی حاجتم روا شد. ترو خشک کردن این تعداد کودک، با نهایت فاصله سنی دو سه سال، آن هم در غیاب همسر یا خانواده‌ام، کار آسانی نبود. اما چون خودم چنین چیزی را خواسته بودم و هم برای خودم منفعت داشت و هم رضای خدا را در بر می‌گرفت، با آن کنار می‌آمدم و شکایتی نداشتم. یادم هست که تاده، بیست سال در حیاط آب گرم می‌کردم و با دست لباس می‌شستم. وقتی به جوان‌های امروزی نگاه می‌کنم که با وجود امکانات و رفاه بیشتر، در شرایطی که جمعیت کشور به شدت روبه کاهش است، یا فرزند ندارند یا تنها یکی، دو تا دارند، افسوس می‌خورم. زندگی وقتی سخت می‌شود که تجملات و تشریفات باشد، نه فرزند.»

## گلویش را بوسیدم

گذشته از همه این‌ها، ایمان قوی، صبر و استقامت مثال‌زدنی بانو اعلی، به ویژه پس از شهادت مهدی، تأثیر عمیقی بر فرزندان و اطرافیان داشت. «مهدی با توجه به اینکه سربازی نرفته بود، ابتدا گفت می‌خواهد به آموزش سربازی برود. من و پدرش مخالفتی نداشتیم، پس راهی شد. اما همان شب که در ابرده، منزل پدرم بودیم، خبر آوردند که پسران در جبهه کردستان است! (در حال گذراندن آموزش نظامی بود). شوکه شدم، ولی قلباً راضی بودم. مدت کوتاهی بعد، دو پسر دیگرم نیز به او پیوستند. مهدی هر بار از طریق بسیج دانشجویی اعزام می‌شد، اما آخرین مرتبه، طی دو ماه مرخصی در مشهد، در اطلاعات عملیات تیپ ۲۱ امام رضا (ع) ثبت نام کرد تا این بار به عنوان بسیجی از سوی سپاه اعزام شود. هنگامی که وقت عزیمت فرا رسید، چکمه و لباس بسیجی بر تن داشت. کنار قطار که ایستاده بود، همسرم گفت: «چه جوان خوب و رشیدی شده است!» گفتم: «پسر مرا چشم زنی!» و سایلش را در قطار گذاشت. و برگشت پایین. آمدم رو بوسی کنم، که ناگهان فرمایش حضرت زهر (س) به حضرت زینب (س) درباره بوسیدن زیر گلو برادرش به یاد آمد؛ پس سمت راست گلویش را بوسیدم. بعداً، هنگامی که پیکرش را آوردند، شنیدم که همان نقطه را ترکش پاره کرده است.»



## با دسته گل در معراج شهدا

هم زمان با شهادت مهدی، از خواب هایی که می دید، متوجه شهادتش شده بود. داماد و پسرش مجید هم که در جبهه بودند، از این خبر آگاه بودند، اما آن را از او پنهان و انکار می کردند. حتی به تعاون سپاه رفت و گفت: «می دانم پسر شهید شده، وسایلش را به هید تا ببرم»، اما با هماهنگی پسرش، آن ها نیز خبر شهادتش را تأیید نکردند. «آخر خودم از پسر و داماد پرسیدم: مهدی شهید شده؟ اگر شده، عیب ندارد، غصه نخورید. گفتند: نه، این حرف ها چیست؟» در نهایت گفتند که پایش قطع شده و در بیمارستان بستری است. گفتم: نه، من می دانم که شهید شده است. تا صبح نخوا بیدم، در خانه راه می رفتم و بچه ها هم بیدار بودند و نگران من. طاقتم نیامد؛ رفتم طبقه بالا، عکس مهدی را برداشتم و شروع کردم به گریه کردن. داماد گفت: «گریه نکن مادر، خودش دوست داشت؛ سعادتش نصیبش شد.» دیگر مطمئن شدم، اما هنوز به پدرش چیزی نگفته بودم. می دید همسایه ها رفت و آمد دارند، اما فکر می کرد دلیل آن، مجروحیت مهدی است. هر چه می گفتم و قسم می خوردم که مهدی شهید شده، باور نمی کرد؛ می گفت: «نه، تو دلت تنگ شده است. این طور می گویی! در وصیت نامه اش خواسته بود گریه نکنم تا دشمن شاد نشود. بنابراین، با لباس نو و دسته گل راهی دیدارش در معراج شهدا شدم. گل ها را روی تابوت و صورتش گذاشتم. همان طور که کنار تابوت نشسته بودم، دیدم همسرم را در حالی که زیر شانه هایش را گرفته اند، می آورند. مدام تکرار می کرد: «مهدی جان، چرا جوابم را نمی دهی؟» بلند شدم، دست روی صورت و سینه اش کشیدم و پرسیدم چرا گریه می کنی؟ مگر پسرمان را از خانه تیمی گرفته اند؟!

## نمی خواهم دشمن شاد شود

در مراسم تشییع، میان جمعیت کیک پخش می کرد، اما در خلوت خانه، دلش تنگ بود، می سوخت و اشک می ریخت؛ هر چند آن هم، طبق وصیت مهدی، برای آموزگار غریبش، حسین<sup>(۴)</sup> بود. «برای تدفین، به پیشنهاد خانواده، او را به ابرده بردیم؛ جایی که هم اجدادش در آن آرمیده بودند و هم خودش دوست داشت. هنگام دفن، وقتی پیکرش را از روی کفن دیدم، زیر لب با خود گفتم: جوان رشیدم که فکر دامادی اش بودیم، قدش به اندازه یک پسر بچه شده است. یکی از بستگان که بسیار ناراحت بود و شاید سختم را شنیده بود، با دلخوری گفت: «تو او را فرستادی!»

چون گریه نمی کردم، نگرانم شدند و مرا از آنجا بردند؛ داغش روی دلم ماند که لحظه آخر با عزیزم وداع کنم. شب بعد از تدفین، هر چه روضه خواندند، اشکم در نیامد. همه متعجب بودند. یکی از اقوام که روحانی بود، جلو آمد و گفت: «شما چرا گریه نمی کنی که دلت خالی شود؟» گفتم: نمی خواهم دشمن شاد شود. راحتم، در راه دین رفته است. بقیه پسرانم را هم حاضرم در این مسیر بد هم، همسر می گفت: این پسر هارامی فرستی جبهه، اسارت، جانبازی و شهادت دارد. گفتم: درست است ولی راهشان راه خداست؛ نمی توانم مانع شوم.»

## دلسوزی های مادرانه

صحبتمان به لحظات پایانی رسیده است. از اینکه شاید طی مصاحبه خسته شده باشد، عذرخواهی می کنم، اما قاطعانه گمانم را رد می کند و می گوید: «از انقلاب که حرف می زنم، کیف می کنم. تنها چیزی که آزرده یا ناراحت می کند، بیراه رفتن جوانان از خط انقلاب و ارزش هاست.» هم زمان، پسرش احمد آقا از راه می رسد و با خاطراتی که به یاد دارد، مادر را بیشتر به مای شناساند: «از بزرگ ترها شنیده ام که مادر، وقتی مهدی را باردار بود، همراه اقوام به طبیعت رفته بودند، و با اینکه همه از درخت میوه سر راه خوردند، مادر خود داری کرد که مبادا شبهه ناک باشد. با اینکه ظاهراً اسود چندان نداشت، از فهم و درک والایی برخوردار بود و در بزرگسالی، همواره مشاور و راهنمایان بود. معارف ناب را از پدر و پدربزرگش (ملا علی محمد، از روحانیان سرشناس ابرده، که به علت روشننگری هایش توسط ساواک تبعید شد) گرفته بود و بارفتار معتقدانه اش، در عمل به ما منتقل می کرد. البته دغدغه مندی و مهربانی مادر فقط به فرزندان محدود نمی شود، در جمع های فامیلی، دوستانه، روضه ها، مترو و اتوبوس، هم نسبت به اشکالاتی که می بیند، مادرانه دلسوزی می کند و تذکر می دهد. نقد هارامی شنود و قبول دارد، اما بی انصافی و بدگوی راه رگزن، تأکیدش بر تحصیلات عالی به ما نیز برای خدمت به انقلاب بود، نه برای جایگاه اجتماعی، رفاه و... حتی خودش، با اینکه تحصیلات ابتدایی را فراموش کرده بود، برای اطاعت امر امام در زمینه سوادآموزی، با وجود هفت هشت فرزند که اجازه تمرین و انجام تکالیف را به او نمی دادند، در دهه ۶۰ در کلاس های نهضت شرکت کرد. اگر فرصتی پیدا می شد، کتاب و روزنامه می خواند و کمی که دستش راه افتاد، علاقه داشت با دستخط خودش جواب نامه های برادرانم را که در جبهه بودند بنویسد.»

## جهادگر، به سبک مادر

تولدش هم زمان بود با آغاز نهضت اسلامی امام خمینی<sup>(۵)</sup> یعنی سال ۱۳۴۲؛ از همان دوران بارداری، محبتش به دل مادر افتاد. هم اولین فرزند بود، هم بسیار جذاب و خواستنی؛ هر جا وارد می شد، جای خود را باز می کرد و به دل همامی نشست. از زمانی که امام در پاریس بود، به واسطه اعلامیه ای که در خود رو پدر افتاده بود، با ایشان آشنا شد. هنر خطاطی و نقاشی اش را به عنوان یک رسانه، همه جور در خدمت تبلیغ انقلاب اسلامی به کار گرفت. پس از هنرستان، وارد رشته ساخت و تولید در دانشگاه علم و صنعت تهران شد، اما به دلیل کمبود استادان و منابع درسی، این رشته توسط دولت منحل شد. او از این فرصت استفاده کرد و به مدت شش ماه خدمت سربازی خود را در سپاه گذراند. دوباره در کنکور شرکت کرد و در رشته مهندسی عمران دانشگاه شهر رشت پذیرفته شد. با آغاز جنگ تحمیلی، به صف رزمندگان پیوست و از هم زمان شهید کاوه بود. دوستانش تعریف می کردند که چراغ اتاقش در خوابگاه همیشه روشن بود، چرا که تا صبح برای جبهه پرده نویسی می کرد. در جبهه نیز آرام و قرار نداشت؛ یا سخنرانی می کرد، یا درس می داد، یا با توجه به نبود آب شیرین در منطقه، قایق ها را شسته و کف آن ها را پر از شن می کرد تا آب تصفیه و شیرین شود. این دانشجوی مجاهد، در نهایت اسفند ماه سال ۶۶، حین عملیات شناسایی در جزیره مجنون، آسمانی شد.

گفتنی است که خانواده این شهید هر ساله رویداد فرهنگی هنری شهید منصوب را که یکی از رویدادهای ویژه است، در روز تولد فرزند شهید خود برگزار می کنند. جایزه فرهنگی هنری شهید منصوب برای بزرگداشت و تقدیر از مقام هنرمندان در حوزه اپنار و شهادت و انقلاب اسلامی است.

## مراوده با جوانان امروز و دیروز

با نوا علمی، همچون فرزند شهیدش، ارتباط خوبی با نسل جدید دارد؛ از نوه نتیجه ها گرفته تا دوستان و هم دانشگاهیان مهدی. «نوه نتیجه ها اینجا راحت هستند؛ هر از گاهی دور هم جمع می شوند، فوتبال می بینند، بازی می کنند و آزاد هستند؛ اختلاف نظر چندان نداری نداریم. دوستان مهدی هم مرا مادر صدا می کنند، گاهی تماس می گیرند و گاهی از تهران و کاشان همراه خانواده به دیدنم می آیند. حتی تا پیش از شیوع کرونا، کاروان زیارتی دانشجویان دانشگاهش (به نام شهید منصوب) که اصلاً زمان شهادت مهدی نبوده اند و او رانده اند، سالی دو سه بار که مشهد می آمدند، به ما هم سر می زدند. در خانه زیارت عاشورا برگزار می کردیم و پذیرایی داشتیم، سپس با هم سر مزار مهدی می رفتیم. مهدی تا وقتی بود، دغدغه جوانان و راهنمایی آن ها را داشت، خدا عزیزش کرده که نه تنها آن زمان، بلکه تا امروز مهرش در دل جوانان نشسته و به او علاقه مند شده اند.»



# هم خانواده، هم همکار

خانواده شفائی از آن خانواده هایی هستند که کسب و کارشان را به همکاری هم توسعه داده اند

**سرور هادیان** وارد که می شوم بوی عطر مهربانی، همدلی و شادمانی را حس می کنم. اینجا خانه یک مادر است. مادری که سپیدی موهایش گواه سال ها تلاش برای معنا کردن عاشقی های مادرانه است. عشقی که در نگاهش، در کلامش و در رفتارش موج می زند. همین عشق باعث شده تا این خانواده در کنار هم بمانند و همراه و هم پای هم تلاش کنند.



## موفقیت بچه ها، دستاورد زندگی مادر

است و همیشه آن ها را به در کنار هم بودن و با همدلی کار کردن، تشویق کرده ام تا به جای آنکه برای دیگران کار کنند برای خودشان و با هم همکاری کنند و در هر شرایطی علی رغم هر اختلاف سلیقه ای کنار هم بمانند و به یکدیگر کمک کنند.

تحصیل و کار و آینده بچه ها از هیچ تلاشی فروگذار نبود. حاج آقا شفائی ۵۹ ساله بود که سخته کرد. آن زمان نرگس بچه بزرگمان هجده ساله و امین هفت ساله بود. نرگس امور مالی زندگی را در دست گرفت. دام ها و دامداری را فروختیم و با همت نرگس اولین نانوائی که یک زن در مشهد راه اندازی کرد، افتتاح شد. آن قدر به نرگس اطمینان داشتیم که می دانستیم هر چند سخت اما از عهده کار برمی آید. بقیه کارها هم به همت او ایجاد شد و کسب و کار خانوادگی ما راه افتاد و حالا همه بچه ها و حتی نوه ها با هم همکاری می کنند. دعای خیر من و پدرش همیشه همراه بچه هایمان بوده و خواهد بود. آواز زحمات و تلاش های خود و خانواده اش می گوید: موفقیت بچه هایم، بزرگ ترین دستاورد زندگی من

حاجیه خانم رضایی متولد ۱۳۳۳ روستای نرگ در شهرستان فریمان، مادر مهربانی است که حاصل زندگی مشترک او چهار دختر و دو پسر است. نرگس، زهره، فاطمه، علیرضا، فهیمه و امین نتیجه زحماتش را به زیباترین شکل با همدلی هایشان به او نشان می دهند. می گوید: همسرم دامداری داشت، اما چون محل دامداری در روستا بود، به دلیل آنکه در آن زمان فقط تا مقطع ابتدایی در محل زندگی ما درس خواندن میسر بود، همسرم در مشهد خانه ای گرفت تا بچه ها برای ادامه تحصیل دچار مشکلی نشوند و نرگس برای تحصیل بچه ها آن ها را همراهی می کرد. خدا رحمت کند حاج آقا را بین دختر و پسر تفاوتی قائل نمی شد و برای



## هم کار، هم خانواده

کسب و کار خانوادگی شان می گوید: فعالیت های خانوادگی سبب شده است که همواره نزدیک و همدل باشیم. چون خواهر و برادر هستیم و ارتباط خانوادگی و حرفه ای مان باعث حفظ هم بستگی و همکاری مستمر می شود. این همدلی و وابستگی خانوادگی، علاوه بر حفظ روابط، به پیشرفت سریع تر در کسب و کار کمکمان می کند. هر چند ممکن است بینمان گاهی اختلاف نظر باشد، اما با مشورت و رعایت آرامش، چالش ها را به خوبی مدیریت می کنیم. او می گوید که از مادرشان یاد گرفته اند که اتحاد و آرامش را حفظ کنند و این ارزش ها باعث شده است که در کنار هم، با آرامش و همدلی، مسیر کاری و خانوادگی شان را طی کنند.

زهره شفائی، متولد سال ۱۳۶۱، دارای مدرک لیسانس حسابداری است و اکنون در مجموعه بیمه خانوادگی که راه انداخته اند فعالیت می کند. مسئولیت حسابداری بر عهده او است. همچنین رئیس شرکت کارگزاری است و مدیریت مالی شرکت های بیمه خانواده را بر عهده دارد. مدیریت مالی قراردادهای کارگزاری نیز با او است. شفائی توضیح می دهد: سابقه فعالیت من در حوزه مالی و مدیریت بیش از بیست سال می گذرد که شامل کار در شرکت های کارگزاری، نمایندگی های بیمه و سرویس های حمل و نقل است. زهره و خواهرش فاطمه، هر دو در حوزه مدیریت مالی و حسابداری فعالیت می کنند و نقش نایب رئیس کارگزاری در تهران بر عهده فاطمه است که دو دختر به نام مهدیه و مهدیا دارد. زهره یک دختر به نام حدیث دارد که در رشته کامپیوتر دوره دبیرستان را می گذراند که او هم فعال است و اهل کار. زهره درباره



## بچه ها، مدیران آینده

در بایگانی مدارک و کارهای اداری کمک می کنند. در واقع آن ها مدیران آینده این کار خواهند بود. فهیمه شفائی علاقه مندی خود به این شغل را نتیجه آشنایی اولیه خانوادگی و کسب اطلاعات درباره آن می داند. به عبارتی پیشرفت خود را در خانوادگی بودن کارشان می داند.

فهیمه شفائی، متولد سال ۱۳۶۹، دارای مدرک لیسانس مدیریت بازرگانی است و اکنون به عنوان یکی از بیمه ها فعالیت می کند و در کارهای خانوادگی قبلی مانند آژانس بانوان نیز فعال بوده است. او دو دختر به نام زهرا و محیا دارد که آن ها هم در همین کودکی با کار آشنا شده اند و مشغول به کار هستند. او می گوید: بچه ها در فعالیت های مربوط به بیمه مشارکت دارند و به عنوان مثال،



### به روزرسانی کار بانوه ها



یکی از نوه های حاجیه خانم حدیث سپهری، متولد ۱۳۸۶ است که در رشته کامپیوتر در مقطع دبیرستان مشغول به تحصیل است. او می گوید: با توجه به آنکه مادرم (زهره خانم) در زمینه حسابداری این کار خانوادگی مشغول به کار است به او پیشنهاد دادم که در حوزه کاری بهتر است به روز شوند و به صورت آنلاین کار کنند. او با بیان آنکه در ابتدای فعالیت، خانواده شان با چالش هایی مانند مشکلات مربوط به کامپیوتر و فناوری روبه رو بودند پس از مدتی تصمیم گرفتند که حوزه کاری خود را دیجیتال سازی و با شرکت هایی همکاری کنند تا بتوانند کسب و کار خود را آنلاین اداره کنند. این در حالی است که مسئولیت مدیریت این سایت و همکاری با شرکت ها بر عهده حدیث، نسل جدید خانواده شفافائی است. او با اشاره به آنکه از فواید کسب و کار خانوادگی علاوه بر ایجاد کارآفرینی و اشتغال زایی پیدا کردن راه از همان ابتدای تحصیل است، می گوید: برای توسعه و گسترده شدن کار تصمیم به ایجاد شعبه هایی در عمان و دوبی داریم که به طور قطع به روز بودن و استفاده از فناوری جدید می تواند در این راه بسیار مؤثر باشد.

### کار خانوادگی، بدون ساعت

کم کم به معرفی پسرهای خانواده می رسیم. علیرضا شفافائی، متولد ۱۳۶۶، دارای مدرک کارشناسی ارشد مهندسی برق قدرت، مدیرعامل شرکت تعاونی خانوادگی در حوزه برق و تأسیسات است. او از سال ۱۳۹۹ وارد عرصه بیمه شده و فعالیت های خود را در کنار خانواده، به ویژه با همکاری برادرش امین و خواهرش نرگس، ادامه داده است. علیرضا درباره ورودش به این حوزه می گوید: پس از شیوع کرونا و مشکلاتی که در زمینه پیمانکاری ایجاد شد، خواهرم نرگس پیشنهاد همکاری در شرکت بیمه را به من داد. پس از شرکت در آزمون های تخصصی بیمه، موفق به دریافت نمایندگی بیمه شدم و از آن زمان در این عرصه فعالیت دارم. او هم اکنون در کنار خانواده، علاوه بر مدیریت شرکت تعاونی، در حوزه بیمه نیز فعالیت دارد و می گوید: علاقه مند به کوهنوردی و طبیعت هستم. کوهنورد ملی هم هستم و در حوزه برگزاری تور و لیدر بودن آن نیز فعالیت هایی دارم. البته تور لیدر رسمی سازمان گردشگری هم هستم. به نظرم دلسوز بودن، یکدلی و انرژی گذاشتن در کار خانوادگی، بزرگ ترین سرمایه است. یک کارمند به طور طبیعی با پایان یافتن ساعت های کاری به خانه برمی گردد. اما در کسب و کار خانوادگی ساعت کاری معنایی ندارد و گاهی بنا به ضرورت تا پاسی از شب مشغول به کار هستیم و یاد ر نبود بقیه اعضای خانواده کار بر روی زمین نمی ماند، چون همدلی وجود دارد. یکی از مهم ترین ویژگی های کسب و کار خانوادگی خسته نشدن در کار است. زیرا انگیزه وجود دارد و می دانیم که درآمد و پیشرفت برای خانواده است. این کسب و کار خانوادگی به صورت مستقیم برای پانزده نفر و به صورت غیرمستقیم برای بیش از ۲۵ نفر ایجاد اشتغال کرده است.



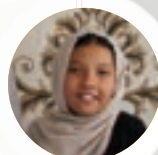
### مادر؛ سبب انسجام و قوام کسب و کار

امین شفافائی، دیگر پسر خانواده، متولد ۱۳۷۲، دارای مدرک کارشناسی مهندسی برق باگرایش ابزار دقیق است. او از سال ۱۳۹۰، در دوران دانشجویی، فعالیت خود را در حوزه تأسیسات برقی آغاز کرد و از سال ۱۳۹۸ به عنوان نماینده رسمی بیمه نیز مشغول به کار شده است. امین با اشاره به همکاری ابتدایی خود با برادرش علیرضا در شرکتی فعال در حوزه تأسیسات برقی، توضیح می دهد که در سال ۱۳۹۵، هم زمان با آغاز فعالیت خواهرش نرگس در دفتر نمایندگی بیمه، نخستین عضو خانواده بود که وارد حوزه بیمه شد. می گوید: خواهرم نرگس نقش کلیدی در انسجام خانواده و تیم کاری دارد. طبیعی است که در روابط خانوادگی و کاری اختلاف نظر وجود داشته باشد و گاهی حتی لازم باشد، اما انسجام و همدلی میان ما، به ویژه به دلیل نقش مادرمان و خواهرم نرگس، حفظ شده است. مادرم همیشه تأکید دارد که اگر خودتان برای یکدیگر دلسوزی نکنید، غریبه ها هیچ وقت برای شما دلسوز نخواهند بود. نرگس نیز به عنوان بزرگ تر و راهنمای خانواده، در حل اختلافات و حفظ اتحاد نقش مؤثری ایفا می کند.



### حقوق های کوچک، پس اندازهای بزرگ

زهره اکبری پارسا، یکی از اعضای خانواده، متولد سال ۱۳۹۲، دانش آموز کلاس ششم است. با توجه به فعالیت مادرش در حوزه بیمه، او نیز تصمیم گرفته که به خانواده کمک کند. زهره به همراه خواهرش، مدارک هویتی از جمله کپی های شناسنامه، کارت ملی و کارت خود را در بیمه ثالث بایگانی می کنند تا در صورت نیاز به دریافت خسارت در آینده، این اسناد مفید واقع شوند. کوچک ترین نوه خانواده، محیا اکبری پارسا، متولد سال ۱۳۹۳ و دانش آموز کلاس چهارم است. او از سن پنج سالگی، در دوران کرونا، همراه با خواهرش زهره در محل دفتر کار مادرشان به تولید صنایع دستی مانند کش مو و زیورات پرداخت. محیا به مرور زمان نقش فعال تری در کنار خانواده در امور مربوط به بیمه و کمک به مادر ایفا کرده است. او با علاقه درباره فعالیت هایش می گوید: دوست دارم در آینده بتوانم به خانواده، به ویژه مادرم، کمک بیشتری کنم. کارم را دوست دارم و در زمان مدرسه کمتر، ولی در تابستان ساعت های بیشتری مشغول کار هستم. برای کاری که انجام می دهم حقوق دریافت می کنم و از پس اندازم نیز برای سرمایه گذاری در آینده استفاده می کنم.



نرگس شفائی یکی از کارآفرین های برتر حوزه زنان در کشور است

# کارآفرین خانواده باشیم

**سرور هادیان** رئیس اتحادیه تعاونی های تولیدکننده استان خراسان رضوی، عضو اتحادیه زنپورداری استان، رئیس کمیسیون بانوان اتاق تعاون خراسان رضوی، نماینده کمیسیون بانوان اتاق تعاونی ایران، عضو و بازرگانی استان، مدیرعامل و رئیس هیئت مدیره شرکت کارگزاری بیمه آتیه سازان نیکان و عضو هیئت مدیره پنج شرکت تعاونی در حوزه های تولیدی، توزیعی، صنعت، کشاورزی و خدمات. این ها سمت های نرگس شفائی، متولد ۱۳۵۷ و اهل فریمان با تحصیلات کارشناسی مدیریت بیمه است؛ فردی که با تلاش های بی وقفه توانسته رزومه ای موفق برای خود رقم بزند و همان طور که در صفحه قبل خواندید، با همت و پشتکار کسب و کاری خانوادگی را راه اندازی کند.



## پیر از ایده بودم

برای او همه چیز از یک اتفاق به ظاهر کوچک شروع شد یعنی درست وقتی که سگته مغزی، پدرش را بیمار و زمین گیر کرد و چشم امید خانواده به فرزند بزرگ خانواده بود. می گوید: اصالت مادرم به فریمان و پدرم، که دامدار بود، به دیار بیرجند بازمی گردد. فرزند اول خانواده بودم و پس از من، سه دختر و دو پسر به دنیا آمدند. بدون اینکه تجربه چندانی از شغل های مختلف داشته باشم، وارد بازار کار شدم و اولین نانوائی تعاونی را راه اندازی کردم. به جرئت می توانم بگویم در سطح شهر مشهد، راه اندازی این کسب و کار ساده نبود، زیرا به سختی توانستم صنف و اتحادیه نانوائیان را متقاعد کنم که فعالیت من به عنوان یک شرکت ثبت شود و پروانه ام باید به صورت حقوقی صادر شود. آن زمان خانه مان در خیابان فداییان اسلام بود و نانوائی را در قاسم آباد اجاره کرده بودیم. مسافتی طولانی که هر روز رفت و آمد می کردم. پخت نان تنوری سنتی را راه انداختم، و اگر شاطر دیر می رسید، خودم دست به کار می شدم. گاهی نان ها را از تنور درمی آوردم و حتی پشت دخیل می ایستادم. پدرم به مرور بهبود پیدا کرد و پس از شش ماه که در بستر بیماری بود، توانست کنار دست من در نانوائی بنشیند، اما من همه فکرم توسعه کارم بود. همیشه پیر از ایده بودم، بنابراین در دکور مغازه تغییراتی دادم و یک پخت دیگر نیز اضافه کردم. از طرفی خواهر و برادرانم کم کم بزرگ می شدند و باید کار می کردند، اما دوست نداشتم در فضای نانوائی مشغول شوند. به دلیل

## از تعاونی تا بیمه

نرگس شفائی در سال ۹۵ یک شرکت تعاونی دیگر به نام آتیه سازان را راه اندازی می کند و نمایندگی بیمه را برعهده می گیرد. به گفته او، تا سال ۹۶ همه خواهر و برادرانش در یکی از مجموعه های تعاونی ای که به همت او رونق گرفته است، مشغول به کار می شوند. او که سمت های مختلفی چون نایب رئیس اتحادیه تعاونی های تولیدکننده استان و همچنین مسئولیت معین های اقتصادی در مشهد، چناران، فریمان و تربت جام از سال ۹۸ را برعهده داشته است، سال ۹۳ مدیرعامل برتر در حوزه حمل و نقل استان شناخته می شود و سال ۹۴ عنوان زن نمونه در استان را کسب می کند. سال ۹۷ به عنوان تعاونگر نمونه در استان انتخاب می شود و همچنین عنوان کارآفرین برتر زنان در کشور را هم در رزومه خویش دارد. شفائی که تاکنون برای راه اندازی هیچ یک از کسب و کارهایش وامی دریافت نکرده است، می گوید: دفتر بیمه ای در تهران راه اندازی کردم و یک دفتر بیمه در مشهد همچنان فعال است. اکنون ۹ سال از عمر این شرکت می گذرد و من به عنوان مدیرعامل و کارگزار فعالیت می کنم. با همراهی و همکاری همسر، آقای اسماعیلی، که ریاست شرکت را برعهده دارد، کار را ادامه می دهیم و همه خواهر و برادرهایم نیز با من همکاری دارند.

اینکه مسئولیت خانواده را برعهده داشتیم، تصمیم گرفتیم کسب و کار جدیدی راه اندازی کنیم. این گونه اولین شرکت حمل و نقل را تأسیس می کند که شامل آژانس بانوان و سرویس دانش آموزی است. با گذشت زمان و دانش آموختگی برادرانش در رشته مهندسی برق، به تأسیس شرکت تعاونی در حوزه انرژی های خورشیدی می پردازد؛ حوزه ای که در آن زمان چندان مورد استقبال قرار نمی گیرد، اما امیدوار است با توجه به اهمیت انرژی های پاک در این دوران، شرکت بتواند بهره برداری خوبی داشته باشد. می گوید: اگرچه چالش های مختلفی در این مسیر پیش رویم بود، اما با تلاش توانستم آن را طی کنم. تا جایی که هیچ یک از اعضای خانواده ام به استخدام و کار برای دیگران فکر نکرده اند و همه مدیران بنگاه های اقتصادی هستند. او بعد ها شرکت تعاونی «شفای سیر رضوان» را نیز به ثبت رساند: «کار را با یک آژانس بانوان آغاز کردم که ۴۵ راننده در حوزه جابه جایی مسافران و ۱۸۰ راننده در سرویس های دانش آموزی مشغول به کار شدند. کارم خوب پیش می رفت تا اینکه با شیوع کرونا، اوضاع حمل و نقل دچار اختلال شد. پس از آن، در شرکت تعاونی «بانو تا کسی» فعالیت را ادامه دادیم و باره اندازی نرم افزار آن، برای تعداد زیادی اشتغال زایی شد. تلاش من برای ایجاد تعاونی به این دلیل بود که بتوانم سرمایه کار پدری خود را حفظ کنم، به گونه ای که پنج خواهر و برادرم نیز از آن سهم ببرند جمع خواهران و برادران، به اضافه مادر، برای راه اندازی تعاونی کافی بود، اما عمر پدرم کفاف نداد و از دنیا رفت.»

## یک کسب و کار کافی نبود

او درباره قضاوت هایی که بارها با آن ها مواجه شده بود، توضیح می دهد: بسیاری می پرسند چرا هم زمان در چند بنگاه اقتصادی فعالیت دارم! برای نرگس شفائی یک کسب و کار کافی بود، اما افتخار می کنم که توانستم برای همه خواهرها و برادرانم، در واقع خانواده هفت نفره ام، کسب و کاری ایجاد کنم. یکی از آرزوهایم این است که خانواده های ایرانی به این باور برسند که هر فرد می تواند برای خانواده خود یک کارآفرین باشد. و در آن زمان، دیگر بیکاری معنا نخواهد داشت. او چالش های اصلی بانوان کارآفرین را شامل نگرش های سنتی، محدودیت های ساختاری و تفاوت های جنسیتی می داند و می گوید: علاوه بر این چالش ها، تعادل بین کار و خانواده، دسترسی محدود به منابع مالی و فشارهای

اجتماعی است که مانع پیشرفت زنان می شود. همچنین، محدودیت های آموزشی و مهارتی نیز بر توانمندی های آنان تأثیر منفی دارد. این بانوی کارآفرین برتر، برای رفع موانع موجود، حمایت های مالی، آموزشی، حقوقی و فرهنگی را ضروری می داند؛ ایجاد صندوق های کارآفرینی ویژه زنان، برگزاری کارگاه های آموزشی، و کاهش بروکراسی در ثبت شرکت های زن محور از جمله اقداماتی است که باید مورد توجه قرار گیرد. او همچنین، نیاز به تصویب قوانین ضد تبعیض و حمایت از توازن کار و زندگی و ایجاد مهد کودک های محل کار و ساعت های کاری منعطف را مهم می داند. شفائی تأکید می کند: هر قدم کوچک در راستای توانمندسازی زنان می تواند تأثیرات مثبتی بر جامعه داشته باشد و به تحول زندگی فردی و اجتماعی کمک کند.



# یک قتل کاملاً عمد

پرونده‌ای درباره سقط جنین‌های عمدی  
که ۹۰٪ آن مربوط به فرزند سوم به بعد است

سقط جنین، واژه‌ای است که نوشتن آن چندان سخت نیست، خواندن آن هم مشکلی ندارد؛ اما وقتی پا به عرصه اجرا می‌گذارد، چیزی فراتر از یک فاجعه انسانی است. یک قتل غیرعمد که خیلی وقت‌ها قاتل مجازات نمی‌شود! آمارهای سقط جنین در ایران یکی از مسائل نگران‌کننده در حوزه سلامت و جمعیت است. در ادامه برایتان در این شماره از شهربانو درباره سقط جنین به خصوص عمدی آن نوشته‌ایم.

## سقط جنین بر جسم و روان اثر می گذارد

# یک فاجعه خاموش

خلیلی-تکلو اسقط جنین، واژه ای است که نوشتن آن چندان سخت نیست، خواندن آن هم مشکلی ندارد؛ اما وقتی پایه عرصه جرمی گذارد، چیزی فراتر از یک فاجعه انسانی است. یک قتل غیر عمد که خیلی وقت ها، قاتل مجازات نمی شود! آمارهای سقط جنین در ایران یکی از مسائل نگران کننده در حوزه سلامت و جمعیت است؛ اما به دلیل ماهیت زیرزمینی و غیررسمی این پدیده، برآوردهای دقیقی از تعداد واقعی سقط ها وجود ندارد. با این حال، مقامات و کارشناسان مختلف، آمارهای متفاوتی ارائه داده اند. به عنوان مثال در بهمن ماه سال گذشته ایران این چنین آمار می دهد که «سالانه ۳۵۰ تا ۷۰۰ هزار مورد سقط جنین در ایران رخ می دهد که ۹۵ درصد آن به صورت غیرقانونی صورت می گیرد و این امر یک فاجعه خاموش تلقی می شود».

● صالح قاسمی، دبیر مرکز مطالعات راهبردی جمعیت، نیز عدد ۳۷۰ هزار سقط جنین در سال را مطرح کرده و اشاره می کند که فقط ۳ درصد از این سقط ها مجوز قانونی دارند. عدد ۲۵۰ تا ۶۵۰ هزار سقط جنین در سال را هم فاطمه محمدیگی، عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس، اعلام کرده است.

● صابر جباری، رئیس مرکز جوانی جمعیت وزارت بهداشت هم اعلام کرده است که ۹۵ درصد سقط ها به صورت عمدی و غیرقانونی انجام می شود. او همچنین اشاره کرده است که سقط های قانونی و خود به خودی کمتر از ۵ درصد سقط ها را تشکیل می دهند.

### مهم ترین دلایل سقط جنین عمدی



بر اساس گزارش های منتشر شده، سه دلیل عمده برای سقط جنین در ایران مطرح است:

- نخواستن فرزند بیشتر: ۴۱٪ از موارد سقط به این دلیل است.
- مشکلات اقتصادی: ۲۱٪ از موارد سقط، به علت مشکلات اقتصادی است.
- زمان نامناسب بارداری: ۲۰٪ از موارد سقط به این دلیل رخ می دهد.

### روش های رایج سقط جنین

باتوجه به بررسی های میدانی و گزارش های رسانه ای نیز سه روش رایج در سقط جنین وجود دارد:

- استفاده از داروهای غیرمجاز: ۶۰٪ سقط ها در منزل با استفاده از قرص های غیرمجاز انجام می شود.
- مطب های پزشکی: ۳۰٪ سقط ها در مطب ها و با استفاده از داروهای گیاهی صورت می گیرد.
- مراکز غیرمجاز: ۱۰٪ سقط ها در عطاری ها و با استفاده از داروهای گیاهی انجام می شود.

من فقط یک شانس برای زندگی دارم  
بذار زنده بمونم!

### زخمی همیشگی بر جسم



سقط جنین، چه ناخواسته باشد و چه حاصل تصمیم آگاهانه با تأیید پزشکان یا انتخاب والدین، می تواند عوارضی به همراه داشته باشد که تا پایان عمر همراه فرد باقی بماند. این عوارض نه تنها جنبه جسمی دارند، بلکه ابعاد روانی را نیز در برمی گیرند. نکته ای که اقدام به سقط جنین را متمایز می کند، فشار روانی ای است که زن پیش از انجام این عمل تجربه می کند. آسیب هایی که قبل از اینکه بر جسم او بنشینند، بر روح و روان او سوار خواهد شد و ممکن است تا پایان عمر همراهش بماند. در موارد غیر عمد زنان معمولاً از حمایت خانواده برخوردار می شوند و همچنین کمک های پزشکی را دریافت و شرایط امنی را تجربه می کنند. به همین دلیل عوارض کمتری را تجربه کرده و زودتر هم بهبود پیدا می کنند. در حالی که در مواردی که سقط به صورت خود خواسته صورت می گیرد، این حمایت ها یا وجود ندارند یا بسیار محدودند. در ادامه برخی از مهم ترین عوارض سقط جنین را مرور خواهیم کرد.

#### عوارض عمدی:

عفونت و خون ریزی شدید، انسداد جریان خون، سوراخ شدن یا ایجاد شکاف در رحم، عوارض بیهوشی، تشنج، خون زوش، جراحات های گردن رحمی و آسیب های مربوط به غدد.

#### عوارض جزئی:

عفونت، خون ریزی، تب، درد مزمن شکمی، اختلالات گوارشی، استفراغ و حساسیت

خوب است بدانیم: عوارض آنی سقط جنین معمولاً علاج دارند. اما عوارض عمدی اغلب می تواند خطرات تولید مثلی را به همراه داشته باشد که یکی از آن عقیم شدن است. همچنین ممکن است فرد در بارداری های بعدی خود سقط جنین ناخواسته را تجربه کند.

### تحقیقات می گویند



احتمال مرگ زنان که تجربه داشته اند، در سقط غیرارادی ۲٪ ارادی ۲۵۲ درصد بیشتر از سایرین است.



خطر ابتلا به سرطان سینه در میان زنانی که حداقل یک بار سقط داشته اند، ۵۰٪ بیشتر از سایر زنان است.

### برخی از عوامل سقط جنین ناخواسته

- اختلالات کروموزومی و ناهنجاری های ژنتیکی
- رشد نکردن جنین یا جفت
- مرگ جنین در رحم
- بیماری های قلبی مادرزادی
- بیماری مادر مانند دیابت کنترل نشده، تیروئید و بیماری های کلیوی
- عفونت یا مشکلات رحم یا دهانه رحم
- وزن بالا یا پایین مادر
- سن بالای مادر
- تجربه سقط جنین های قبلی
- مصرف دخانیات و نوشیدنی های الکلی
- مصرف داروهای مختلف
- انجام فعالیت های شدید یا ورزش های سخت

### روانی که آسیب می بیند

شاید زنان پس از تصمیم به سقط به طور موقت حس خلاصی و رهایی از فشارها را داشته باشند. اما در ادامه درگیر فشارهای روانی منفی خواهند شد. تجربه هایی که گاه با توانایی نداشتن در تصمیم گیری خود را نشان می دهد و معمولاً تابی خوابی و سایر اختلالات عصبی پیش رفته و بسیاری از افراد به همین دلیل به روان درمانی نیاز پیدا می کنند. هر چه سن افراد کمتر بوده این عوارض جدی تر بوده اند. عمده این اختلالات به شرح زیر هستند:

- احساس گناه
- اندوه
- اعتماد به نفس نداشتن
- گریه و زاری مزمن
- نداشتن تمرکز
- تجربه اختلالات عصبی
- تجربه اختلال خواب
- کابوس های شبانه
- اختلال در عملکردهای جنسی
- اضطراب

### سقط

جنین بیشتر در سه ماهه اول بارداری و به دلیل رشد ناقص جنین رخ می دهد.

## هشدار

### سقط

جنین به معنی پایان بارداری فرد قبل از هفته بیست حاملگی است. زنان ممکن است به شکل عمدی یا غیر عمدی این تجربه را داشته باشند.

### چرا آسیب روانی؟

زنان پس از سقط جنین به دلیل برخی از عوامل درونی و بیرونی عوارض روانی را نیز تجربه می کنند. این عوارض به دلایل زیر به سراغ آنان می آید:

- نظام ارزشی فرد و باورهای دینی او
- حس مادری و نیاز عاطفی به فرزند
- شک و تردید هایی که برای تصمیم گیری تجربه می کنند
- تجربه حس تنهایی و انزوا
- فشارهای جامعه و ترس از طرد شدن

### سایه شومی که زنان را تعقیب می کند

هر چند افسردگی بیماری مزمنی است که می تواند زندگی فرد را مختل کند. اما عوارض سقط جنین می تواند دایره وسیع تری از زندگی فرد را تحت تأثیر قرار دهد. عوارضی که سایه اش می تواند روی زندگی آینده فرد هم بیفتد.

- ممکن است از حاملگی مجدد بترسد یا دچار وسواس شدید شود.
- ممکن است پس از فرزندآوری، نتواند با آن ها ارتباط خوبی برقرار کند.
- تجربه سقط جنین در سنین پایین گاه از دواج های شتاب زده را با خود به همراه داشته است.
- آفت شدید در تحصیل یکی دیگر از عوارض سقط جنین در سنین کم است.
- طلاق عاطفی یا جدایی قطعی یکی دیگر از عوارض سقط جنین است.
- متأسفانه تمایل به خودکشی و اقدام به آن یکی از خطرناک ترین عوارض این عمل است.

در برخی از موارد سقط جنین، خطر مرگ مادر نیز وجود دارد

به سقط ۱۰٪ و در سقط زنان است.

روایت‌هایی از زنانی که نمی‌خواستند مادر شوند

# به دنیا نیامدی

## پسرهایم با لگد توی شکم زدند

سال هاست که با هم رفت و آمد داریم. بهانه حرف زدن و باز کردن سر حرف، می‌شود استوری‌ای که دیشب گذاشتم. نوشته بودم اگر تجربه‌ای از سقط جنین دارید، برایم بنویسید؛ می‌خواهم پرونده‌ای در این باره تولید کنیم. آمد به صفحه شخصی‌ام و احوال پرسید. تا پرسیدم چطوری، سر حرف را باز کرد. اصلاً انگار منتظر بود که پرسیم چطوری! خبر بارداری‌اش را در همان جمله اول داد. اما هنوز کامل ذوق نکرده بودم که نوشت: «ولی باید با هم حرف بزنیم. فردا بیایم». قرارمان را یک گوشه از پارک کوهسنگی می‌گذاریم. از راه که می‌رسد، یک برگه در دست دارد. برگه سونوگرافی است. گریه می‌کند، سرش روی شانه‌هایم چند دقیقه‌ای می‌ماند. گریه‌هایش که تمام می‌شود، یک جمله می‌گوید: «دختر بود!» از فعل گذشته‌ای که استفاده می‌کند، نگران می‌شوم! می‌فهمم خبری است! شروع به حرف زدن که می‌کند، می‌بینم که حرف از خبر گذشته است و خبرهایی است! دلش از دست پسرایش پراست. وقتی می‌فهمد حمله است، هر حرفی که فکر کنید، به او می‌زنند. حرف که چه عرض کنم. یک جاهایی توهین است دیگر! برایم عجیب است از یک خانواده فرهنگی که مادر، مدرس چند زبان خارجی است و پسرها همه تحصیل کرده و همسر مردی همراه، این برخوردها عجیب بود! می‌گوید: پسرایم گفتند یا خودت سقط کن یا ما کاری می‌کنیم که بچه نماند! همسر مشکلی نداشت، اما از پس پسرها بر نمی‌آمد. می‌گفتند ما دانشجوی هستیم و در سن ازدواج! با این وضعیت تو، رویمان نمی‌شود سر بلند کنیم! با همه حرف‌هایشان مقاومت کردم، اما آن‌ها کنار نیامدند. هفته پیش یکی‌شان دست‌هایم را گرفت و دیگری شروع کرد با مشت و لگد به شکم زدن. شب که شد، خون ریزی‌هایم شروع شد. یک هفته صبر کردم شاید اوضاع بهتر شود، اما نشد! امروز رفته سونوگرافی. گفتند بچه مرده است و باید کورتاژ کنم. دلم از این می‌سوزد که بعد از دو پسر، خدا به من یک دختر داده بود، آرزویش را داشتم، ولی نگذاشتند برایم بماند.

## گفتم چوب خداست

شوهرم سرباز بود، لب مرز. من در خانه مادرشوهرم بودم که فهمیدم دوماهه باردارم. مادرشوهرم گفت: «این چه وقت بچه دار شدن است؟ می‌خواهی پسر را بدبخت کنی؟» شانزده سالم بود، هنوز مدرسه می‌رفتم. با این وجود، از قهر خدا ترسیدم و گفتم که این بچه هدیه خداست. اما مادرشوهرم کوتاه نمی‌آمد. گفت: «به پسر نگو، باعث می‌شوی سربازی‌اش را رها کند. اگر سربازی نرود، نه به بچه شناسنامه می‌دهند، نه به پدرش کار.» حسابی دلم را خالی کرد. گفت: «هنوز جوانی، می‌توانی ۱۰ تا بچه بیاوری. بگذار پسر سربازی‌اش را تمام کند.» آن قدر گفت و گفت تا قبول کردم. مدام بهم جوشانده داد. بعد مرا پیش قابله خانگی برد. گفت: «کارهای سنگین انجام بده، طناب بزن.» هر کاری گفت، کردم. بچه‌ام را از دست دادم. مادرشوهرم شیرینی خرید و یخش کرد. هر کس پرسید چه شده، بروز نداد. گفت: «بلایی بود که گذشت. این ماجرای من خودمان بماند.» و بین خودمان ماند. شوهرم سربازی‌اش را تمام کرد و برگشت. رفت سر کار و کم‌کم به خانه خودمان رفتیم. هر کاری کردیم، بچه دار نشدم. دکتر گفت رحمم آسیب دیده. گفت: «بد بلایی سر خودت آوردی.» آنجا بود که به شوهرم اعتراف کردم. یادم هست که گریه کرد. گفت: «چرا به من نگفتی؟» گفتم: «تو نبودی.» گفت: «خدا می‌داند که بچه دار نشدم. گفتم این چوب خداست. مادرشوهرم خواست شوهرم را داماد کند. شوهرم گفت نه، دستم را گرفت و از آن شهر به مشهد آمدیم. در صحن امام رضا علیه السلام گفت: «بخشید مت. خدا هم تو را ببخشد.» حالا می‌خواهم یک بچه را به فرزند خواندگی قبول کنیم. ان شاء الله... که خدا قسماً بماند.

## بچه را بیندازید و آبرویمان را نریزید

ده، پانزده سال پیش با حالا خیلی فرق می‌کرد، مخصوصاً برای ما که از شهرستان آمده بودیم و همه چیز برایمان سخت‌تر بود. با پسرعمویم چهار سال در عقد بودیم و قبل از آن هم مدتی نشان کرده بودیم. هزار جور مانع پیش پیمان گذاشتند. از جهاز فلان تا مجلس بهمان. می‌گفتند شما بچه‌های اولمان هستید و هزار تا آرزو داریم. اوایل پدرم خیلی خط و نشان می‌کشید و نمی‌گذاشت شوهرم رفت و آمد کند. اما کم‌کم حضورش عادی شد. چهار سال خودش یک عمر است دیگر. من هم سن و سالی نداشتم و کاری که نباید، شد. در دوران عقد بچه دار شدیم. وقتی فهمیدم، روز و شب نداشتم. یک هفته آن قدر گریه کردم که مادرم حدس زد و گفت: «بابات سرت را می‌برد و خلاص. این چه ننگی بود که به بار آوردی.» بعد هم کتک مفصلی از او خوردم. تمام بدنم سیاه و کبود شد. بابام هم فهمید و اوضاع بدتر شد. زنگ زد، عمو هم آمد. یک طرف خانه را پدرم گرفته بود، طرف دیگر را عمویم. هر کدام می‌گفتند: «بچه تو مقصر بوده.» قیامتی شده بود. مادرم با عصبانیت می‌گفت: «همین را می‌خواستی؟ فامیل را به جان هم انداختی!» هیچ‌کس نبود پیرسد گناه ما این وسط چیست؟ زن و شوهر بودیم دیگر. شوهرم ساکت بود. نمی‌دانم حیا داشت یا می‌ترسید. تا اینکه پدرش گفت: «بچه را بیندازید و آبرویمان را نریزید.» شوهرم سکوت کرد و چیزی نگفت. به هر مکافاتی بود بچه را انداختیم. بعد از آن از هم جدا نشدیم و اتفاقاً دو فرزند به دنیا آوردیم ولی دیگر دلم با همسری که از من حمایت نکرد، نبود.

## کی می‌خواست خرج دوتا بچه را هم‌زمان بدهد؟

بعد از پانزده سال زندگی، تازه یک خانه پنجاه متری خریده بودیم. دخترمان ۱۰ ساله بود و یک پسر سه ساله هم داشتیم. شوهرم یک کارگر ساده بود و حقوقش یخور و نمیر بود. هرطور بود، این پانزده سال را با آبرو گذرانده بودیم.

روزی که شوهرم اجازه داد من هم بروم سر کار، انگار دنیا را بهم داده بودند. گفتم حالا شاید یکم دستان باز شود، و خدا را چه دیدی، شاید ماشین هم خریدیم. سه ماه رفتم، تازه کار فرما را اراضی کرده بودم که برایش بیمه رد کند، که حال خراب شد. معده‌ام درد می‌کرد و مدام تهوع داشتم. رفتم دکتر، گفت: «اول آزمایش بارداری بده». گفتم: «بعید است، من سال هاست آیودی دارم». گفت: «نه، من دکتروم می‌گویم که وضعیت مشکوک است».

رفتم آزمایش و بعد سونو. گفتند چهل روزه بارداری. انگار یکی مطب دکتر را بلند کرد و زد توی سرم. اصلاً باورم نمی‌شد. با دکتر دعوا کردم، با شوهرم، با هر کسی که جلوی راهم بود. دکتر گفت باید هر چه زودتر آیودی را خارج کنیم. یادم هست تمام پولمان ۱۰ هزار تومان هم نمی‌شد. شوهرم از من صبورتر بود، گفت: «کار خداست. من که نمردم، جورش می‌کنم».

یک هفته‌ای رفتم سر کار، حالم بدتر شد. دکتر گفت: «ممکن است دو قلو باشد». دیگر طاقتم تمام شده بود. چطور می‌خواستیم شش نفر آدم در خانه پنجاه متری زندگی کنیم؟ کی قرار بود خرج دو تا بچه را هم‌زمان بدهد؟ کارم چه؟ بعد این همه سال، تازه برای خودم کاری داشتم. می‌دانستم شوهرم قبول نمی‌کند، خواهر و مادری هم نداشتیم. به یکی از همکارهایم گفتم کمک کن این بچه‌ها را سقط کنم. گشتم دنبال دارو، نمی‌خواستیم گناه کنیم. شب‌ها کابوس می‌دیدم. یک دلال گفته بود برایمان قرص‌ها را جور می‌کند، دانه‌ای پانصد هزار تومان. باید سه تا می‌خریدم. گفتم اگر دو میلیون داشتم، که به این کارها فکر نمی‌کردم. یکی از دوستانم گفت بروم قابله خانگی، ترسیدم.

مطب چند دکتر رفتیم، هرکس رقمی گفت. می‌گفتند غیرقانونی است و ارزان انجام نمی‌شود. داشت دیر می‌شد. بچه‌ها و شوهرم کلی شوق و ذوق داشتند، اما من داشتم دق می‌کردم. تا اینکه یک روز، یک زن در کارخانه جلویم را گرفت. گفت: «بچه‌هایت دو قلو هستند، یکی شان مال من». هر درمانی کرده بود، بچه‌اش نشده بود. آن موقع گفت: «دویست میلیون می‌دهم». خیلی پول بود. وسوسه شدم و پنهانی باهاش قول و قرار گذاشتم. با خودم گفتم: «به شوهرم نمی‌گویم که دو قلو هستند». خام بودم. آن زن هم کم‌کم کرد، کم‌کم به من پول می‌داد. دکتر می‌برد. برای بچه‌ها لباس می‌خرید. به شوهرم می‌گفتم مساعده گرفتم. ۹ ماه گذشت، دیگر دوست شده بودیم. مدام کنارم بود. تا اینکه درد زایمان سراغم آمد. خودش مرا به بیمارستان برد. چهار روز تمام درد کشیدم، اما بچه‌ها دنیا نمی‌آمدند. دکتر گفت باید سزارین شوی. ممکن است یکی از دو قلوها مرده باشد. یک‌هوا دلم ریخت. گفتم: «خدا یا، غلط کردم».

متوسل شدم به حضرت زهرا<sup>(س)</sup>. گفتم: «بچه‌ها را نجات بده، من توبه می‌کنم». سزارین کردم و دو قلوهایم سالم بودند. دود دختر. آن زن بالای سرم بود وقتی بچه‌ها را آوردند. گفتم: «ببخشید، من به توقول دادم، اما آبرویم را پیش حضرت زهرا<sup>(س)</sup> گرو گذاشتم». خندید و گفت: «من از اول هم چشمم دنبال بچه مردم نبود، خواستم خواهر نداشته‌ات باشم». همین‌طور هم شد. بچه‌ها حالا پانزده ساله هستند و به او می‌گویند:

«خاله زهره»

## بی‌خبر آمد؛ رونق زندگی‌ام شد

درست چهل و شش سالم بود. چهارده سالگی رفته بودم خانه بخت و سی و چند سال بود که خانه دار بودم. چهار تا بچه داشتم، دو پسر و دو دختر. دخترها را زود فرستاده بودم خانه بخت و حالا هر کدام یکی، دوتا بچه داشتند. پسرها، یکی داماد بود و دیگری نامزد داشت. دیگر داشت برای نوه اول دختری ام خواستگار می‌آمد که من حالم به هم ریخت. چند وقت بود عادت ماهانه‌ام قطع شده بود و می‌گفتم برای سن و سال است. بعد شکمم ورم کرد. هرکسی چیزی می‌گفت. یکی می‌گفت کیست است، دیگری می‌گفت برای یائسگی است. آخر سر د ختم گفتم: «خوب نیست وقت عروسی این طور حالت خراب باشد، برویم دکتر». رفتم و دکتر گفت: «پنج ماه است بارداری». همان جا غش کردم. چشم باز کردم، بیمارستان بودم. افتادم به دست و پای دکتر که نجاتم بدهد، اما گفتم: «نمی‌شود، خانم». بعد، د ختم را قسم دادم که به هیچ‌کس بروز ندهم. طفلک، آن قدر گریه کرد که چشمانش شده بود کاسه خون. انگار سرطان گرفته باشم. آن روزها حتی فکر می‌کردم کاش گرفته بودم. رفتم خانه و هر کاری که گفتند انجام دادم. از نردبان خودم را انداختم، کیسه‌های برنج را مدام از یک طرف انبار به طرف دیگر کشیدم. کیسول گاز بلند کردم، زعفران خوردم. هر کس هر نسخه‌ای پیچید، امتحان کردم، اما فایده‌ای نداشت. بچه‌ام انگار محکم دنیا را جسیده بود. در این میان، چند پزشک را هم دیدیم. گفتم انکوهایم را می‌دهم، زندگی‌ام را می‌دهم، اما هیچ‌کس قبول نکرد. گفتند بچه پنج ماهه است و دیر شده، تازه جان خودت هم در خطر است. فشار خون داشتم، قند هم گرفتم. آن قدر گریه کردم که بالاخره شوهرم فهمید، بعد هم بچه‌ها. از شوهرم بدم می‌آمد، از بچه‌ها خجالت می‌کشیدم، خودم را در خانه حبس کردم. عروسی نوه هم شده بود، قوز بالا قوز. فامیل داماد مدام پیام می‌داد: «تکلیف ما را روشن کنید». د ختم زنگ زد و گفت: «زندگی بچه‌ام را خراب کردی». بهم برخورد. تنها بودم، گفتم می‌روم خودم را می‌اندازم توی حوض، خلاص. تادم حوض رفتم. خانه‌مان چند کوچه با حرم فاصله داشت، دم غروب بود، صدای نقاره خانه آمد. انگار آقا صدایم زده باشد، همان جادری حیاط چادر انداختم سرم و رفتم حرم. تا صبح با آقا حرف زدم، گفتم: «من مجنون شده‌ام، خودت به دادم برس». صبح که برگشتم خانه، بچه‌ها همه ریخته بودند توی حیاط و به سر و کله‌شان می‌زدند. فکر کرده بودند رفته‌ام خودم را گم و گور کنم. شوهرم مرا که دید، همان جادری حیاط سجده شکر کرد. سرش را که بلند کرد، گفت: «هر که این بچه را نمی‌خواهد، برود». همه ماندند. د ختم افتاد به پایم و گفت: «ببخشید». از آن روز، باز کارم شده بود گریه، که نکند با کارهایی که کرده بودم بلایی سر بچه آمده باشد. یک پایم دکتر بود، یک پایم حرم. بالاخره بچه دنیا آمد، یک پسر، سالم، خوشگل، عین قرص ماه. اسمش را گذاشتم غلامرضا. شوهرم فوت کرد. بچه‌ها هر کدام رفتند به طرفی. تازه حکمت آمدن این بچه را فهمیده بودم. رونق زندگی‌ام بود، رفیق بود. با هم درس خواندیم، با هم سفر رفتیم، با هم کارگاه راه انداختیم. با هم انگار از اول زندگی دیگری را شروع کردیم. بی‌خبر آمده بود توی زندگی‌ام، همه زندگی‌ام شد.

## حرف بچه که پیش می‌آمد، تنم می‌لرزید

این بار می‌شود، بار چهارم، در طول ۱۰ سال زندگی مشترک، چهار بار بچه سقط کردم. بار اول تازه یک ماه از ازدواجمان گذشته بود. چنین بیست روزه بود. شوهرم گفت هنوز زود است، خودمان بچه‌ایم. من هم گفتم چنین بیست روزه حتی به اندازه یک عدس نیست. ایرادی ندارد. بار دوم یک سال بعد بود. این بار هم شوهرم اوقات تلخی کرد و گفت هنوز تکلیف کارش معلوم نیست، خانه نداریم. خودش وقت دکتر گرفت. خیلی می‌ترسیدم، این بار نزدیک چهل روز می‌شد. کلی در اینترنت جست و جو کردم تا بفهمم الان بچه‌ام چه اندازه‌ای است. شوهرم گفت هنوز بچه‌ای وجود ندارد. بی‌خود بدبختمان نکن. تو هنوز بیست ساله هم نشده‌ای. دکتر قرص داد و گفت هنگام سقط بالای سرم خواهد بود. یک شب تا صبح درد کشیدم و تهوع داشتم. بالاخره بچه سقط شد. تا مدتی مراقب بودم، اما حال روحی‌ام خوب نبود. قرص ضد بارداری با بدنم سازگار نبود، اما مجبور بودم مصرف کنم. چاق شدم، موهای زائد در آوردم. به شوهرم می‌گفتم دارم از ریختن می‌افتم، اما گوش نمی‌داد. یک بار توی سفر قرص‌ها را فراموش کردم. ترسیدم به شوهرم بگویم. چند وقت بعد دوباره باردار شدم. باورم نمی‌شد. دکتر گفت باید خیلی مراقب باشم؛ دیواره رحم ضعیف شده بود. چند مشکل دیگر هم داشتم. این بار هم شوهرم غوغا به پا کرد. گفت بی‌عرضه‌ام، عرضه ندارم یک قرص را مرتب بخورم. تهدید کرد که طلاق می‌دهد. در خانواده ما، طلاق مثل جنایت است. ترسیدم. افتادم به پایش که ببخشید، هر کاری بگویی انجام می‌دهم.

این بار تادم مرگ رفتم. با خودم گفتم عیبی ندارد، خودم و بچه‌ام با هم می‌میریم. سو می‌راهم از دست دادم، اما نمردم. از استرس، موهایم سفید شد. هرکسی مرا می‌دید، باور نمی‌کرد فقط بیست و چهار ساله‌ام. دیگر گفتم خودم هم بچه نمی‌خواهم.

حرف بچه که پیش می‌آمد، تنم می‌لرزید.

# بنویسیم سقط جنین بخوانیم بحران جمعیتی

بررسی جامعه‌شناسی بحرانی که از نگاه فرهنگی و اجتماعی پنهان مانده است



مشروع و به دلایل مختلفی مانند بارداری ناخواسته، مشکلات اقتصادی یا فرهنگی انجام می‌شود. برای بررسی ابعاد اجتماعی و جمعیتی سقط جنین در ایران، سراغ دکتر غلامرضا حسینی درمیان، عضو هیئت علمی گروه علوم اجتماعی دانشگاه فردوسی مشهد، رفتیم.

قانونی و از سوی پزشکی قانونی انجام می‌شود. نکته قابل توجه این است که حدود ۹۵ درصد از این سقط‌ها غیرقانونی و بدون مجوز هستند. از این میزان، تنها ۳ تا ۴ درصد ناشی از روابط نامشروع و خارج از عرف و خانواده است، در حالی که ۹۱ تا ۹۲ درصد سقط جنین هادر چهارچوب خانواده‌های

محدثه رضایی اسقط جنین در ایران به عنوان یک پدیده اجتماعی و جمعیتی، تأثیر گسترده‌ای بر ساختار جمعیتی و سلامت اجتماعی کشور دارد. بر اساس آمارهای وزارت بهداشت، سالانه بین ۳۵۰ تا ۵۳۰ هزار سقط جنین در کشور رخ می‌دهد که از این تعداد، تنها حدود ۱۰ تا ۱۲ هزار مورد با مجوز

## سقط جنین و ترس از برچسب‌های اجتماعی

این جامعه‌شناس با بیان اینکه سقط جنین پدیده‌ای است که بسته به منشأ آن، در ابعاد مختلف پزشکی، اجتماعی و جمعیتی درخور بررسی است، می‌گوید: بخشی از موارد سقط با تشخیص و تأیید پزشک و در چهارچوب‌های قانونی و درمانی انجام می‌شود که در حوزه تخصصی علوم پزشکی قرار دارد. با این حال، نوع دیگری از سقط‌ها که خودخواسته هستند یا در نتیجه روابط خارج از چهارچوب ازدواج و رفتارهای پرخطر جنسی رخ می‌دهند، جنبه‌ای متفاوت و چالش‌برانگیزتر دارند. تأثیرات این نوع سقط‌ها بر سلامت زنان، چه از نظر جسمی و چه روحی، قابل توجه است. همچنین، در سطح کلان، افزایش آمار سقط‌های عمدی می‌تواند آثار منفی بر رشد جمعیت داشته باشد؛ در این میان، پرسش اساسی این است که ریشه‌های اصلی سقط جنین در یک جامعه چیست؟ از مجموع آماری که منتشر می‌شود، چه سهمی مربوط به سقط‌های اجباری، سقط در اثر حوادث یا موارد ناشی از رفتارهای پرخطر جنسی است؟ از بُعد اجتماعی، موضوع سقط جنین هنگامی نگران‌کننده‌تر می‌شود که ناشی از روابط خارج از چهارچوب ازدواج رسمی باشد. در جوامعی مانند ایران که روابط جنسی اغلب در چهارچوب ازدواج شرعی و قانونی تعریف می‌شوند، بروز بارداری‌های خارج از این چهارچوب با فشارهای شدید فرهنگی و هنجاری همراه است. این فشارها به ویژه بر زنان سنگینی می‌کند و در بسیاری از موارد، موجب تصمیم‌گیری برای سقط جنین می‌شود. برچسب‌های اجتماعی، نگرانی از طرد شدن و حمایت نکردن قانونی و اجتماعی از مادران در این شرایط، همگی از عواملی هستند که احتمال سقط جنین در بارداری‌های خارج از ازدواج رسمی را افزایش می‌دهند.

## سقط جنین و نداشتن مسئولیت‌پذیری جنسی

دکتر حسینی با بیان اینکه سقط جنین در مواردی که بنا بر تشخیص پزشک و به دلیل حفظ جان یا سلامت مادر انجام می‌شود، در جوامع مختلف با پذیرش اجتماعی همراه

جان مادر، زنجیره‌ای از آسیب‌های روانی و اجتماعی رانیز در پی دارد. بنابراین، می‌توان سقط جنین ناشی از روابط پرخطر را نه تنها پیامد، بلکه خود به عنوان یک آسیب اجتماعی تلقی کرد؛ آسیبی که ناشی از نبود آموزش جنسی، فقدان سیاست‌های پیشگیرانه و شکاف فرهنگی میان نسل‌هاست. بر این اساس، لازم است سیاست‌گذاران و فعالان اجتماعی با تمرکز بر آموزش فراگیر، ارتقای سطح آگاهی جنسی در نوجوانان و جوانان و بازتعریف سازوکارهای حمایتی، از شکل‌گیری چرخه معیوب رفتار پرخطر بارداری ناخواسته و سقط جنین پنهان جلوگیری کنند.

## سقط جنین و جایگزینی والدین غیرزیستی

این جامعه‌شناس بیان می‌کند: سقط جنین در جهان معاصر دیگر تنها یک مسئله پزشکی نیست؛ بلکه پدیده‌ای چندبعدی است که تحت تأثیر عوامل متعددی از جمله فرهنگ، اقتصاد، سیاست و روابط اجتماعی قرار دارد. در کشورهای غربی، بخشی از زایمان هادر خارج از چهارچوب ازدواج رسمی اتفاق می‌افتد؛ به طوری که طبق آمار، حدود ۴۰ درصد کودکان در این کشورها خارج از نهاد ازدواج متولد می‌شوند. هم‌زمان، همین درصد از کودکان نیز با والدینی زندگی می‌کنند که والدین زیستی آن‌ها نیستند، پدیده‌ای که به خودی خود، دگرگونی‌های فرهنگی و تربیتی عمیقی را به همراه دارد. سقط جنین در این کشورها گاه نه به دلیل شرایط نامناسب سلامت، بلکه تحت تأثیر مشکلات اقتصادی رخ می‌دهد؛ زوج‌هایی که علی‌رغم مشروعیت رابطه، به دلیل ناتوانی در تأمین هزینه‌های فرزند، تصمیم به سقط می‌گیرند. در برخی موارد نیز ترجیح جنسی خانواده‌ها موجب سقط می‌شود. نمی‌توان از فشارهای اقتصادی در کشور خودمان چشم‌پوشی کرد. برخی خانواده‌ها علی‌رغم وجود رابطه شرعی، به دلیل نگرانی از آینده معیشتی کودک یا خانواده، ممکن است تصمیم به سقط بگیرند. این وضعیت در صورت نبود حمایت‌های اجتماعی، اقتصادی و روانی کافی، می‌تواند به تشدید نرخ سقط و پیامدهای منفی ناشی از آن منجر شود. سقط جنین، بازتابی از وضعیت فرهنگی و اجتماعی جوامع است و برخورد با آن، نیازمند نگاه چندجانبه و رویکردی پیشگیرانه، آگاه‌ساز و حمایت‌محور است.

## سقط جنین و شکاف‌های بلوغ جنسی و اجتماعی

عضو هیئت علمی گروه علوم اجتماعی دانشگاه فردوسی مشهد تصریح می‌کند: از سوی دیگر شکاف میان بلوغ جنسی و بلوغ اجتماعی یکی از چالش‌های مهم عصرگذار خانواده‌ها محسوب می‌شود. این شکاف موجب می‌شود جوانان پیش از رسیدن به بلوغ فکری و مسئولیت‌پذیری اجتماعی، درگیر روابطی شوند که به دلیل فقدان آموزش جنسی مناسب، آگاهی پایین و فشارهای فرهنگی، می‌تواند به بارداری ناخواسته و در نهایت، سقط جنین منجر شود. چنین سقط‌هایی اغلب پنهانی، بدون نظارت پزشکی و در شرایط غیربهداشتی انجام می‌شود که علاوه بر تهدید

## ناخواسته یا خودخواسته

هرسقط، یک زخم عاطفی است

رضایی | سقط جنین، فقط پایان یک بارداری نیست؛ نقطه تلاقی ده‌ها سؤال بی‌پاسخ است. در جامعه‌ای که از یک سو سقط را ممنوع می‌داند و از سوی دیگر، امکانات آموزش جنسی، مشاوره و حمایت‌های خانوادگی در دسترس همگان نیست، زنانی هستند که ناچارند تصمیم‌های بزرگ را در اتاق‌های کوچک و تاریک بگیرند؛ آن‌هم بی‌پزشک، بی‌مشاور و بی‌پناه. آنچه در آمار رسمی ثبت نمی‌شود، صدای زنانی است که بین حفظ فرزندی ناخواسته یا خطایی که مبهم است، راه سومی نمی‌یابند. برای بررسی ابعاد مختلف پدیده سقط جنین به سراغ ملیکا زرین دست، روان‌شناس، رفتیم.

### سقط جنین؛ تصمیمی بین بقا و بحران روانی

این روان‌شناس بالینی و مدرس دانشگاه درباره دلایل روانی و اجتماعی سقط جنین می‌گوید: سقط جنین به طور کلی شامل دو نوع ناخواسته و خودخواسته می‌شود. سقط ناخواسته به معنای خاتمه بارداری به طور طبیعی و بدون دخالت عمدی مادر یا پزشک است که گاهی به دلایل نامشخص و گاهی با دلایل شناخته شده اتفاق می‌افتد. در سقط عمدی یا خودخواسته گاهی در برخی موارد به دلیل تشخیص ابتلای جنین به ناهنجاری‌های ژنتیکی یا بیماری‌های خاص یا تهدید سلامتی مادر، سقط با مجوز پزشکی قانونی انجام می‌شود. به جز علل پزشکی، عوامل متعدد روانی و اجتماعی دیگری مانند بارداری ناخواسته در زمان نامناسب و نداشتن آمادگی لازم زوجین در زمینه‌های مختلف برای پذیرش مسئولیت‌های فرزند جدید، موافق نبودن یا حمایت نکردن همسر، مشکلات

مالی و دغدغه‌های اقتصادی و تعارض با اهداف فردی، تحصیلی، شغلی و... نیز در سقط خودخواسته دخیل هستند. او در پاسخ به این پرسش که آیا اغلب سقط‌ها در چهارچوب روابط مشروع اتفاق می‌افتد، بیان می‌کند: علاوه بر مواردی که در قالب تاهل و ازدواج هستند، بخشی از آمار سقط جنین مربوط به روابط غیررسمی و خارج از ازدواج هستند. طبق آمار مرکز مطالعات راهبردی جمعیت، به طور میانگین سالانه ۳۵۰ تا ۵۰۰ هزار سقط جنین در کشور اتفاق می‌افتد که حدود ۳ تا ۴ درصد در قالب روابط خارج از ازدواج هستند و متأسفانه اغلب این سقط‌ها به صورت پنهانی و در شرایط ناایمن و غیربهداشتی اتفاق می‌افتد که تبعات جسمی و روانی منفی برای افراد به همراه دارند.

### از آسیب‌های روانی تا چالش‌های رابطه‌ای

زرین دست با تأکید بر اینکه سقط جنین تجربه‌ای عمیقاً جسمی و عاطفی است که می‌تواند پیامدهای روانی زیادی برای فرد داشته باشد، می‌گوید: یکی از اصلی‌ترین واکنش‌های هیجانی پس از سقط، احساس اندوه، افسردگی و سوگ است. به‌ویژه در سقط‌های ناخواسته، فرد ممکن است این تجربه را به مثابه از دست دادن یک فرصت مهم برای مادر شدن تلقی کند. اگر پیوند عاطفی با جنین از همان ابتدای بارداری شکل گرفته باشد، احساس دل‌تنگی، غم و سوگ عمیق مانند از دست دادن یک عزیز شکل می‌گیرد. در صورت نبود حمایت عاطفی کافی، این وضعیت ممکن است به افسردگی بالینی منجر شود و به مداخله روان‌شناختی یا حتی روان‌پزشکی نیاز داشته باشد. درباره سقط‌های عمدی یا خودخواسته نیز بسته به میزان وابستگی عاطفی فرد به جنین و شرایطی که تصمیم به سقط را شکل داده، احساساتی مانند غم و افسردگی می‌توانند بروز کنند و تأثیرات روانی زیادی بر فرد داشته باشند.

گاهی این تصمیم‌ها در بستر اجبار و عوامل بیرونی گرفته می‌شوند، مانند فشارهای اقتصادی یا مشکلات اجتماعی. احساس تنهایی و درک نشدن نیز یکی دیگر از واکنش‌های شایع پس از سقط است. این احساس معمولاً زمانی بروز می‌کند که اطرافیان فضای امنی برای همدلی و شنیدن احساسات فرد فراهم نکنند. گاهی با نادیده گرفتن یا کوچک شمردن موضوع، اطرافیان تلاش می‌کنند با امید

### پذیرش، آگاهی و همدلی؛ سه گام برای ترمیم

این مدرس دانشگاه درباره تأثیر سقط بر روابط زن و مرد این‌گونه می‌گوید: در شرایطی که زوجین دلیل محکم مانند ادله پزشکی دارند اگر تصمیم‌گیری برای سقط جنین به طور مشترک و با توافق دوطرفه انجام شده باشد، بسته به میزان درک و همراهی طرفین، می‌توانند نزدیکی و همدلی را بین زوجین رقم بزنند و کنار آمدن با این تجربه را برای طرفین راحت‌تر کنند؛ اما اگر به اجبار یا با مخالفت و نداشتن رضایت یکی از طرفین همراه باشد، می‌تواند به یک چالش جدی در رابطه توأم با تنش و دلخوری و فاصله عاطفی تبدیل شود. بنابراین، هماهنگی زوجین در تصمیم‌گیری و همچنین درک متقابل و همدلی مناسب نقش مهمی در پیشگیری از بروز مشکلات بعدی خواهد داشت. او درباره سقط‌های خارج از رابطه ازدواج می‌گوید: باتوجه به پیشینه فرهنگی، عرفی و تابوهای اجتماعی، در صورتی که قضاوت‌های منفی از طرف اطرافیان و جامعه متوجه فرد باشد، فشار روانی حاصل از آن می‌تواند موجب انزوای اجتماعی و شکل‌گیری اضطراب و اجتناب از ورود به روابط عاطفی یا ازدواج شود. درباره افرادی که دارای چنین تجربه‌ای هستند، مداخلات روان‌شناختی به منظور حل و فصل کردن آسیب‌های ناشی از رابطه قبلی و اصلاح باورهای منفی نسبت به خود و آینده، همچنین حمایت خانوادگی و اجتماعی نقش بسزایی ایفا می‌کند.



# از خونریزی‌های شدید تا شوک‌هایی که به کما می‌برد

بررسی آسیب‌ها و عوارض سقط جنین در گفت‌وگو با پزشک زنان

● لیلا جانقربان، دکتر مرجان صباغ حسن پور از پزشکانی است که در مناطق حاشیه‌ای شهر فعالیت می‌کند و تخصص خود را در خدمت زنان بسیاری قرار داده است. در گفت‌وگو با او، هنگامی که موضوع سقط جنین را مطرح می‌کنیم، واکنش خاصی نشان می‌دهد و در نخستین جمله می‌گوید: «وقتی خانمی برای سقط مراجعه می‌کند، به او می‌گوییم که چنین کارهایی را به مایه ندادند!، او بر این باور است که یک پزشک متعهد هرگز دست به چنین اقدامی نمی‌زند و بر اساس تجربیاتش اظهار می‌کند که اغلب مراجعہ‌کنندگان برای سقط جنین، زنانی هستند که در ازدواج‌های کوتاه مدت و غیررسمی باردار شده‌اند و درخواست سقط دارند. در ادامه این گفت‌وگو، همراه با این پزشک، به بررسی آسیب‌های سقط جنین و پیامدهای آن بر سلامت زنان پرداخته ایم. در ادامه می‌توانید این نکات را مطالعه کنید و البته این نکته را در ذهن داشته باشید که این گفت‌وگو یک صحبت کارشناسانه در بحث سقط جنین از منظر پزشکی است و شامل تمام موارد می‌شود چه آن‌هایی که پزشکی و قانونی است و چه آن‌هایی که از سراجبار و بدون نظارت پزشک متخصص است. تا اینجا از عوارض اجتماعی و جسمی خواننده آید و از اینجا به بعد درباره جسمی بخوانید که دچار آسیب می‌شود.

## چه عواملی جسمی باعث سقط جنین می‌شود؟

سقط جنین علل متعددی دارد، اما مهم‌ترین عامل آن، رشد نامناسب جنین است که تحت تأثیر شرایط گوناگون قرار می‌گیرد. این باور که عواملی مانند کار سنگین، بلند کردن اجسام، نزدیکی بیش از حد، ورزش کردن و رفتارهای مشابه به سقط جنین منجر می‌شوند، نادرست است؛ چرا که در ۹۹ درصد موارد، این عوامل علت اصلی سقط محسوب نمی‌شوند. سقط قانونی اغلب به دلایلی همچون ناهنجاری‌های کروموزومی و مشکلات آندروژنی (نا باروری و اختلالات جنسی در مردان) انجام می‌شود. همچنین، نامتعادل بودن هورمون‌ها در زنان، عفونت‌هایی نظیر سالمونلا و توکسوپلازما، یا ضربه‌های شدید ناشی از تصادف نیز می‌توانند از عوامل مؤثر در وقوع سقط جنین باشند.

## تا چندبار بعد از سقط امکان مادر شدن و متولد کردن نوزادی سالم و کامل برای زن وجود دارد؟

مکرر یا رایج شناخته می‌شوند که گواه از موضوعی خاص است و نیازمند بررسی‌های دقیق پزشکی هستند. بخشی از کارهایی که ما برای این خانم‌ها انجام می‌دهیم شامل این موارد است: آزمایش‌های ژنتیکی، آزمایش خون و بررسی هورمون‌های تخمدان، هورمون‌های زنانه و مردانه، آزمایش تیروئید و دیگر بررسی‌های مرتبط، بررسی بیماری‌های زمینه‌ای مانند تالاسمی، دیابت و دیگر مشکلات سلامت، سونوگرافی ناحیه تناسلی و تخمدان‌ها، عکسبرداری رنگی برای بررسی باز بودن لوله‌های رحمی، هیستروسکوپی که با استفاده از دوربین ریز، رحم و لوله‌های رحمی بررسی می‌شود. همچنین لاپاراسکوپی که برای ارزیابی داخل رحم از نظر چسبندگی، شکل، فرم و باز بودن مجرا کاربرد دارد.

زنانی که سابقه سقط جنین دارند، در بارداری‌های بعدی ممکن است با مشکلاتی مانند حاملگی خارج از رحم، سقط خود به خود جنین، زایمان زودرس، تولد نوزاد با وزن کم یا در برخی موارد ناباروری ثانویه روبه‌رو شوند. این موارد بیشتر در زنانی دیده می‌شود که سقط‌های مکرر داشته‌اند. خانمی که سه بار یا بیشتر سقط جنین داشته است، باید برای بارداری بعدی حتماً تحت نظر پزشک باشد یا در موارد خاص، از بارداری مجدد پرهیز کند. در چنین شرایطی، مجموعه‌ای از بررسی‌های پزشکی لازم است تا مشخص شود آیا امکان بارداری دوباره وجود دارد یا محدودیت‌هایی برای آن اعمال می‌شود. اما معمولاً تا دو بار سقط خطرناک محسوب نمی‌شود، اما سقط‌های سه بار و بیشتر تحت عنوان سقط‌های



برای آ...



## یادداشت شفاهی

# برات مادری می کنم؛ از روزاول

فاطمه سلیمی؛ رئیس کمیسیون بانوان و خانواده شورای شهر مشهد

متأسفانه در حوزه سقط جنین آمارهایی وجود دارد که گواه از سقط بچه های مشروع و بیشتر در فرزندان سوم و چهارم آن هم به دلیل نگرش هایی است که خانواده ها و به ویژه اطرافیان دارند. حرف ها و گفتارهایی که شاید فکر نمی کنند بر رفتار خانواده ها اثرگذار باشد، اما بسیار تأثیرگذار است و باعث می شود که فرزندی از بین رفته و سقط شود. فرزندی که زبانی برای دفاع از خودش ندارد، درحالی که او هم حق زندگی داشته و می تواند انسانی مؤثر برای جامعه خود باشد و نسلی را پرورش دهد. یک مادر که شاید مهربان ترین نسبت به فرزند است به خاطر حرف اطرافیان فرزند خود را از دست می دهد. اگر بررسی شود و با این مادرها هم کلام شوید خواهید دید که دقیقاً همین حرف مردم و اطرافیان باعث این رفتار مادر نسبت به فرزند شده است، مادری که از زمانی که بچه داخل رحم است حس مادری را دارد. این درحالی است که پدر تا فرزندی به دنیا نیاید، حس پدری ندارد. جالب است که مادر از لحظه ای که متوجه جنین می شود حس مادری دارد اما با تمام حسی که دارد تحت تأثیر حرف دیگران قرار گرفته و به سقط اقدام می کند؛ از همین رفتار ببینید که چقدر حرف مردم می تواند اثرگذار باشد! اما اگر مادری گوشش بدهکار این حرف ها نباشد و فرزند خود را نگه داشته و به دنیا بیاورد فقط یک فرزند به این جامعه هدیه نداده، بلکه نسلی را نجات داده و تربیت کرده و فرصت زندگی و بندگی به فرزندی و نسلی داده است. قطعاً مسائل مختلفی در این پدیده دخیل است. از جامعه بگیرد تا مسائل اقتصادی. پیشنهاد من این است که خانواده ها و مادرانی که فرزند نداشته و از این فرزندخواندگی استقبال می کنند، از این فرصت ها استفاده کنند. بیاییم و فرزندان را که قرار است سقط شوند، بپذیریم و در طرحی مثلاً به نام «برات مادری می کنم از روز اول» یا مثلاً «برات مادری می کنم از یک ماهگی» مسئولیت آن فرزندی که قرار است سقط شود را برعهده گرفته و آن خانواده را تأمین کنیم چه از نظر هزینه ها و چه از نظر روحی و عاطفی. کمک کننده مادر باشیم تا این ۹ ماه را بگذرانند و سپس فرزندی که قرار بوده سقط شود و پدر این دنیا نگذارد، گرفته و در خانواده خود بزرگ کنیم. البته که من فکر می کنم زمان تولد وقتی مادر چشمش به فرزندش بیفتد راضی به سپردن بچه نشده و آن خانواده پذیرنده دو کار خیر کرده است هم فرزندی را از سقط نجات داده و هم سبب زندگی او با مادر زیستی خودش شده است. تجربه نشان داده که خانواده ها بعد از به دنیا آمدن از بچه دل نمی کنند. به نظرم جامعه نسبت به این طرح واکنشی مثبت خواهد داشت. اینکه مادری کنیم برای کسی که قرار است از این دنیا برود. این فرصت زندگی دادن است به فردی که قرار نبوده زندگی کند! این طرحی است که به نظر می شود روی آن کار و مسائل قانونی آن را بررسی کرد. نهادهای مربوط هم می توانند مشارکت کنند تا آمار سقط پایین بیاید. از این طریق افراد می توانند به دفاتر و مراکزی که در بستر قانونی و نهادهای مربوط تعریف می شود مراجعه کنند. چه آن مادری که می خواهد سقط کند و دنبال حامی است و چه آن خانم و خانواده ای که به دنبال فرزند است.

در این مسیر نهادهای مردمی هم می توانند مشارکت کنند که مادر شهرداری و شورای شهر آمادگی خود را برای حمایت از این نهادها اعلام می کنیم. به طور کلی شهرداری از هر تشکلی که در حوزه منع سقط جنین فعالیت می کند حمایت می کند. این تشکل ها با مراجعه به سامانه سما می توانند درخواست های خود را ثبت کنند. این حمایت ها متفاوت است مثلاً تعدادی از تشکل ها درخواست استفاده از ظرفیت فرهنگ سراها برای آموزش را دارند تا اطلاع رسانی در حوزه آسیب های سقط جنین کنند.

برخی هم ظرفیت برنامه ای و حمایت بودجه ای می خواهند که از طریق سامانه در بخش درخواست های مردمی می توانند اقدام کنند. ناگفته نماند که مادر شورای شهر طرحی را به شهرداری با عنوان «صدای پای زندگی» پیشنهاد کردیم که این طرح ویژه مادران باردار بود و از دو ماهگی تا دو سالگی با آموزش های مختلف و برنامه های متنوع مادران را همراهی می کرد؛ امیدوارم به زودی شهرداری اقدامات اجرایی این طرح را انجام دهد.

## تا چه تعداد سقط جنین خطرناک و آسیب زاست؟

همچنین گروه خونی بررسی می شود؛ اگر گروه خونی خانم منفی و همسرش مثبت باشد، باید آمپول روگام تزریق شود تا از سقط در بارداری های بعدی جلوگیری شود. از طرفی، تروما (آسیب های فیزیکی) و ضرباتی که ممکن است به فرد وارد شده باشد نیز بررسی می شود. در صورتی که سقط زیر دوازده هفته باشد، معمولاً ناشی از ناهنجاری های کروموزومی است. اما اگر بیش از دوازده هفته باشد، احتمال دارد که ضربه یا تروما عامل سقط بوده باشد. اطمینان حاصل می شود که فرد آمادگی کافی برای بارداری مجدد را داشته باشد و تا چند ماه از بارداری خودداری کند. همچنین در خانم هایی که سقط کمتر از دوازده هفته داشته اند، بررسی های پزشکی و آزمایش های ژنتیکی انجام می شود تا علت سقط مشخص شود.

در افرادی که یک یا دو بار سقط داشته اند، دو حالت وجود دارد؛ یا سقط در سال های گذشته رخ داده و فرد اکنون قصد بارداری دارد، یا اینکه خانمی در چند هفته گذشته سقط کرده است. درباره خانمی که به تازگی سقط داشته، میزان خون ریزی بررسی می شود و سونوگرافی انجام می گیرد تا مشخص شود که سقط به طور کامل انجام شده یا بخشی از بافت جنین در رحم باقی مانده است. همچنین فشار خون نیز کنترل می شود، زیرا در برخی موارد فشار خون بالا می تواند عامل سقط باشد. به این افراد مکمل هایی مانند آهن و مولتی ویتامین داده می شود و توصیه می شود که بین ۳ تا ۶ ماه از بارداری مجدد جلوگیری کنند. در صورتی که قصد بارداری داشته باشند، مصرف اسید فولیک باید آغاز شود.

## این سقط کردن به ویژه اگر غیر اصولی باشد چه عوارضی برای زنان دارد؟

است که بسیار هم خطرناک است. شوک هیپوولمیک که ناشی از خون ریزی های شدید در سقط غیرقانونی است که نمی توان این خون ریزی ها را کنترل کرد و فرد وارد حالت شوک یا غش می شود، بعضی ها هم متأسفانه به کمای روند. باقی ماندن بخشی از محتوای بارداری در رحم که در سقط های عمدی بسیار رایج است و باعث عفونت می شود. همچنین استفاده از برخی داروها برای سقط می تواند باعث پارگی دهانه رحم شود. در کل سقط اگر قانونی و توسط یک پزشک متخصص در هر شرایطی چه کورتاژ، چه استفاده از دارو و چه عمل انجام شود، کمترین آسیب را برای زنان خواهد داشت. اما اگر سقط غیر اصولی باشد عواقب زیادی خواهد داشت که به آن ها اشاره کردیم.

خون ریزی شدید یکی از عوارض است که به دنبال آن کم خونی را داریم. سوراخ شدن رحم، آسیب به بافت های رحم و ناحیه تناسلی، چسبندگی که به دنبال عفونت ها یا کورتاژهاست، عفونت های باکتری، افسردگی که به دنبال آن کاهش انرژی و حس غم و اندوه و گناه است و در مواردی که سقط غیرقانونی، جنایی و عمدی است نارسایی دهانه رحم اتفاق می افتد که در بارداری های بعدی می تواند باعث سقط های مکرر یا زایمان زودرس شود. همچنین التهاب لگن، عفونت های داخلی لگنی که بسیار خطرناک هستند یا حتی امکان اینکه دیگر نابارور شوند. واکنش آلرژی به دارویی که مصرف کرده اند از عوارض دیگر

## خانم ها تا چه مدت بعد از سقط نباید باردار شوند؟

اگر سقط در سه ماهه اول بارداری رخ داده باشد، توصیه می شود حداقل ۳ ماه برای بارداری صبر شود. اما در صورتی که سقط بین هفته ۱۳ تا ۲۰ بارداری اتفاق افتاده باشد، بهتر است تا شش ماه، جلوگیری انجام شود و باردار نشود.

از نظر جسمی، تخمک گذاری می تواند حدود دو هفته پس از سقط دوباره اتفاق بیفتد و امکان بارداری مجدد وجود دارد. با این حال، توصیه می شود بسته به هفته ای که سقط رخ داده است، بین ۳ تا ۶ ماه از بارداری مجدد خودداری شود.

## خانم هایی که می خواهند مادر شوند اما تجربه سقط داشته اند چه پیشنهادی دارید؟

آموزش می دهیم مانند اینکه در طول روز حتماً ۱۰ لیوان مایعات مصرف کنند، پیاده روی داشته باشند، سحرخیز باشند و تا لنگ ظهر نخوابند! افرادی که قهوه خور هستند نهایت روزی یک فنجان می توانند مصرف کنند، چرا که تحقیقات نشان داده مصرف بیش از حد قهوه منجر به سقط می شود. مصرف فست فودها، نوشابه های گازدار و سس ها را هم باید کاهش دهند، زیرا به سودا و سردی تخمدان ها منجر می شود و برای خانمی که سابقه سقط داشته است چندان جالب نیست.

ممکن است خانمی با وجود اینکه مادر شده و نوزادی هم قبلاً به دنیا آورده، سقط داشته باشد. که برای او پرونده ای تشکیل می دهیم و سوابق بیماری و خانوادگی اش را بررسی می کنیم. بیماری های زمینه ای به ویژه دیابت و فشار خون را بررسی می کنیم و آزمایش ها به ویژه آزمایش تیروئید و گروه خونی را تجویز می کنیم. معاینه واژینال برای بررسی عفونت ها انجام می دهیم. تست پاپ اسمیر می گیریم تا عملکرد دهانه رحم را بررسی کنیم. غیر از این ها درباره سبک زندگی و خورد و خوراک هم نکاتی را به خانم ها



نگاهی جامع به راهکارهای پیشگیری از سقط جنین و حفظ کرامت انسانی

# نگاهی فقهی به پدیده‌ای اجتماعی

**نسرین نقدی** | در آیینة آموزه‌های ناب اسلام، فرزندآوری نه تنها نعمتی الهی و زینت زندگی دنیوی خوانده شده (ألمال والبنون زينة الحياة الدنيا، کهف/۴۶)، بلکه به مثابه ذخیره‌های جمعیتی امت اسلامی، نقشی حیاتی در پویایی تمدن اسلامی ایفا می‌کند. با این حال در تقابلی دردناک با این ارزش متعالی، پدیده سقط جنین که دین اسلام آن را ناقض کرامت انسانی و تعرض به قداست جان انسان می‌داند، به چالشی اخلاقی و فقهی تبدیل شده است.

در این راستا، میزگردی تخصصی با حضور استاد منصوره تقریبی، استاد برجسته فقه و علوم حدیث مؤسسه علمی تحقیقی مکتب نرجس مشهد، و لیلا معاون زاده غزنوی، طلبه درس خارج و پژوهشگر پرآوازه حوزه اخلاق زیستی، برگزار کردیم. این نشست با واکاوی ژرف اندیشانه و با هدف ارائه پاسخ معتبر دینی به پرسش‌های کلیدی از جمله: فقه امامیه چگونه میان حرمت مطلق سقط جنین به عنوان خط قرمز شریعت و ضرورت‌های اجتناب ناپذیر پزشکی اجتماعی تعادل برقرار می‌سازد؟ راهکارهای بدیل اسلام برای پیشگیری از بارداری‌های ناخواسته، بر کدام مبانی استوار است؟ برگزار شده است. همچنین، در این میزگرد، راهکارهای پیشنهادی اسلام برای پیشگیری از بارداری‌های ناخواسته بررسی شده و مبانی دینی و اجتماعی این راهکارها بحث می‌شود. این گفت‌وگو، تلاشی برای واکاوی عمیق و ارائه دیدگاه‌های مستدل درباره یکی از چالش‌های اخلاقی و فقهی جامعه است. با ما همراه باشید تا در ادامه از رهیافت‌های ناب دینی در مواجهه با چالش اجتماعی سقط جنین آگاه شوید و با نگاهی نظام‌مند، راهکارهای شرعی این مسئله را به نظاره بنشینید.

## حرمت مطلق یا جواز مشروط؟

صادر کرده‌اند. این شرایط معمولاً شامل تشخیص قطعی توسط کمیسیون پزشکی متخصص و تأیید مرجع تقلید است. آیت‌ا... سیستانی در «منهاج الصالحین» تصریح کرده‌اند که در صورت اثبات قطعی وجود نقص‌های شدید که زندگی بسیار دردناکی را برای کودک به همراه خواهد داشت، سقط قبل از دمیده شدن روح جایز است. مسئله تجاوز به عنف نیز از موضوع‌های چالش برانگیز در این حوزه است. برخی از مراجع مانند آیت‌ا... مکارم شیرازی در استفتائات جدید، در موارد ثابت شده تجاوز قبل از رسیدن جنین به مرحله نفخ روح، بارعایت تشریفات قانونی و تأیید مراجع ذی صلاح، سقط را جایز شمرده‌اند. این دیدگاه به پیامدهای روانی و اجتماعی چنین حوادثی برای زنان آسیب دیده توجه دارد.

در ادامه خانم لیلا معاون زاده غزنوی، پژوهشگر حوزوی، در پاسخ به پرسش دوم این گفت‌وگو با محوریت جواز سقط جنین در موارد استثنایی به شرح دقیق مبانی و مصادیق این مسئله می‌پردازد. او تأکید بر حرمت ذاتی سقط جنین به عنوان اصل مسلم در فقه امامیه، می‌گوید: این نگاه متوازن، از سویی کرامت ذاتی جنین را پاس می‌دارد و از سوی دیگر به مصالح اهمی مانند حفظ جان مادر و رفع حرج شدید توجه دارد. بر این اساس، در مواردی که حیات مادر در خطر باشد، فقهای امامیه به صورت اجماعی حتی پس از مرحله نفخ روح (۱۲۰ روزگی) سقط را جایز می‌دانند. این حکم مستند به روایاتی است که حفظ نفس را از واجبات شمرده‌اند و همچنین قاعده دفع افسد به فاسد که در تعارض بین دو ضرر، اهم را مقدم می‌دارد. درباره نقص‌های شدید جنینی، اغلب مراجع معاصر قبل از مرحله دمیده شدن روح، در صورتی که نقص‌ها درمان‌ناشدنی و موجب حرج شدید باشد، با شرایط خاصی جواز سقط را

## فقه و مرزبندی حرمت سقط جنین

پزشکی «پرداخته و ادامه می‌دهد: سقط جنین بر اساس مراحل تکامل جنین به سه بخش تقسیم می‌شود. در مرحله اول (قبل از ۴۰ روز)، در صورت وجود ضرورت مهم، سقط با رعایت احتیاط جایز است. در مرحله دوم (۴۰ تا ۱۲۰ روز)، سقط تنها در موارد خاص مانند نقص‌های شدید جنینی یا خطر جانی برای مادر مجاز شمرده می‌شود. اما در مرحله سوم (پس از ۱۲۰ روز)، سقط مطلقاً حرام است، مگر با هدف نجات جان مادر. دیدگاه دیگری نیز وجود دارد که تلفیقی از شرع و علم بوده و بر پایه یافته‌های پزشکی بنا شده است. خانم تقریبی با تأکید بر اختلاف مبانی استنباطی به عنوان عامل اصلی تفاوت آرای فقها، می‌گوید: فقه اسلامی با حفظ اصول ثابت شرعی، توانایی تطبیق با شرایط جدید را دارد. رویکرد تدریجی به حرمت سقط جنین که هم ارزش ذاتی حیات و هم واقعیت‌های علمی-اجتماعی را مدنظر می‌گیرد، می‌تواند الگویی برای قانون‌گذاری در کشورهای اسلامی باشد. البته در این راه بررسی تبعات اخلاقی و اجتماعی این دیدگاه‌ها ضروری است.

استاد منصوره تقریبی، استاد فقه و علوم حدیث، در پاسخ به نخستین پرسش، با اشاره به سه دیدگاه کلان فقهی درباره سقط جنین، می‌گوید: نخستین دیدگاه مبتنی بر روایت نفخ روح و نظر مشهور فقهاست. بر اساس روایات معتبر و نظریه رایج فقهای امامیه، حرمت سقط جنین پس از گذشت ۱۲۰ روز (۴ ماه) از تشکیل نطفه و با وقوع نفخ روح، قطعی است. در این زمینه، آیت‌ا... العظمی ناصر مکارم شیرازی در کتاب احکام پزشکی تصریح می‌کند: «سقط جنین پس از چهار ماهگی بدون دلیل موجه، هم حرام است و هم موجب دیه کامل می‌شود؛ زیرا در این مرحله، جنین دارای روح انسانی محسوب می‌شود.» نکته بعدی، دیدگاه فقهای معاصر با رویکرد مرحله‌بندی (نظر آیت‌ا... سیستانی) است. خانم تقریبی به بررسی نظر آیت‌ا... العظمی علی سیستانی در کتاب «مسائل مستحدثه

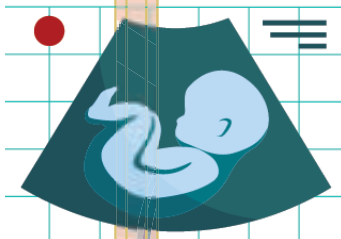
لیلا معاون زاده غزنوی  
پژوهشگر حوزوی

منصوره  
تقریبی  
استاد فقه و  
علوم حدیث



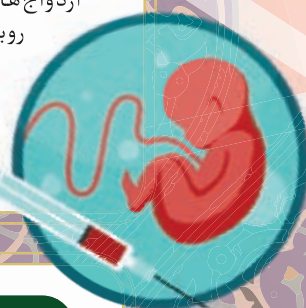
## توکل به خدا؛ راهکار نهایی

در پاسخ به این پرسش مهم که خانواده‌ها در مواجهه با بارداری ناخواسته و مشکلات اقتصادی چه باید بکنند، خانم معاون زاده با ارائه مفهوم توکل به خداوند؛ راهکاری متعالی و اخلاقی پیشنهاد می‌دهد. این دیدگاه بر پایه‌های استوار اعتقادی، اخلاقی و اجتماعی اسلام بنا شده است. او می‌گوید: از منظر قرآنی، توکل تنها یک توصیه اخلاقی نیست، بلکه اساس رابطه انسان با خالقش است. آیه «وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ» (طلاق: ۳) به روشنی بیان می‌کند که توکل واقعی به خداوند، کفایت همه امور را به همراه دارد. این مفهوم وقتی با آیه «وَلَا تَقُولُوا أَوْلَادُكُمُ خَشْيَةُ إِمْلَاقٍ تُحْمَلُونَ لَهُمْ وَإِذَا كُنُمْ لَهُمْ لِقَاءَ أَمْعَالِكُمْ تَصْحَابُهَا» (اسراء: ۳۱) ترکیب می‌شود، نشان می‌دهد که نگرانی‌های مادی هرگز نمی‌تواند توجهی برای سلب حیات باشد. در روایات معصومین<sup>(ع)</sup> توکل به عنوان یک نظام فکری و عملی معرفی شده است. امام علی<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «الصبر من الايمان بمنزلة الرأس من الجسد» (غررالحکم، حدیث ۶۶) که نشان دهنده جایگاه رفیع توکل در سلسله مراتب ایمان است. این نگاه، توکل را از حالتی انفعالی به اقدامی فعالانه تبدیل می‌کند که هم شامل تلاش و کوشش می‌شود و هم اعتماد به خداوند. از دیدگاه اخلاقی، توکل چند مزیت عمده نسبت به راه حل سقط جنین دارد. ابتدا اینکه سبب حفظ کرامت ذاتی انسان با تأکید بر آیه ۷۰ سوره اسراء دارد «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ». دیگر اینکه سبب تقویت فضایل اخلاقی مانند صبر، مقاومت و امیدواری شده و توسعه مسئولیت‌پذیری اجتماعی از طریق نهاد هایی مانند زکات، خمس و وقف به همراه دارد. در بُعد عملی نیز توکل به معنای استفاده از همه ظرفیت‌های موجود است. طبق آیه ۱۵۹ سوره آل عمران «وَسَاوِهُمْ فِي الْأَمْرِ». مشورت با متخصصان؛ بهره‌گیری از پزشکی پیشرفته در موارد ضروری و استفاده از حمایت‌های اجتماعی مانند صندوق‌های قرض الحسنه، تجربه تاریخی جوامع اسلامی نشان داده این رویکرد توأم با توکل و مسئولیت‌پذیری، نه تنها از بسیاری سقط‌های جنین جلوگیری کرده، بلکه جامعه را به سمت هم‌بستگی بیشتر سوق داده است. در مقابل، نگاه مادی‌گرایانه به کاهش ارزش حیات انسان و فردگرایی افراطی منجر شده است. توکل به خداوند راه حلی جامع است که هم حقوق جنین را حفظ می‌کند، هم به دغدغه‌های والدین پاسخ می‌دهد و هم جامعه را مسئولیت‌پذیرتر می‌سازد. این نگاه متوازن که ریشه در متون اصیل اسلامی دارد، الگویی مناسب برای مواجهه با چالش بارداری‌های ناخواسته ارائه می‌دهد.



## راهکارهای جامع اسلام

یکی دیگر از موارد مهم راهکارهای اسلامی برای مواجهه با مسائل اقتصادی و اجتماعی است. خانم تقریبی در این باره بیان می‌کند: اسلام مجموعه‌ای از راهکارهای عملی و اخلاقی را برای خانواده‌هایی که با این مسئله روبه‌رو هستند ارائه می‌دهد. این راهکارها در چهار حوزه اصلی دسته‌بندی می‌شود. ابتدا راهکارهای پیشگیرانه و مشورتی است. در اسلام، پیشگیری از بارداری ناخواسته با رعایت ضوابط شرعی مجاز شمرده شده است. فقهای امامیه با استناد به قاعده لاضرر و نفی عسر و حرج، استفاده از روش‌های مطمئن و موقت پیشگیری را در شرایط خاص جایز دانسته‌اند. همچنین تأکید ویژه‌ای بر مشاوره پیش از ازدواج و ارزیابی واقع‌بینانه توانایی‌های اقتصادی شده است. نکته دیگر نظام حمایتی اسلام است. اسلام با ایجاد شبکه ایمنی اجتماعی گسترده، بار مسئولیت را از دوش خانواده به جامعه منتقل می‌کند. این نظام شامل نمونه‌های زیر است: واجبات مالی مانند زکات و خمس که حدود ۲۰ مورد مصرف مشروع دارد. مستحبات مؤکد مانند قرض الحسنه و وقف. مسئولیت‌های حکومتی، در تأمین حداقل معیشت (قاعده ضمان الکفاف). امیرالمؤمنین<sup>(ع)</sup> در این باره می‌فرماید «ا... فی الفقراء» (نهج البلاغه، نامه ۴۷) که نشان دهنده اولویت حمایت از نیازمندان در نظام اسلامی است. این استاد فقه و حدیث ادامه می‌دهد: راهکارهای تربیتی و معنوی نیز در این راه وجود دارد و تغییر نگرش و تقویت باورهای دینی، محور اصلی این راهکارهاست. از جمله: تقویت توکل به خداوند با استناد به آیه «وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ» (طلاق: ۳). «تکریم مقام فرزند» با تأسی به حدیث «الولد الصالح ریحانة من ریحان الجنة» (الوافی، ج ۲، ص ۱۲۹). «تسهیل ازدواج‌ها» با الهام از سیره پیامبر<sup>(ص)</sup>. او تصریح می‌کند: راه حل‌های ارائه شده در اسلام با رویکردهای رایج در سایر جوامع تفاوت‌های بنیادین دارد. چرا که اسلام به جای حذف جنین، به رفع علل نگرانی می‌پردازد. مسئولیت را صرفاً متوجه خانواده نمی‌داند، بلکه آن را به صورت جمعی و اجتماعی سامان دهی می‌کند. و در نهایت با حفظ کرامت انسانی، راه حل‌های عادلانه، مادی و معنوی ارائه می‌دهد که پاسخگوی نیازهای عاطفی و روانی خانواده‌هاست.



## پاسخ اسلام به توجیه سقط جنین برای جلوگیری از رنج آینده کودک

در ادامه گفت‌وگو، این پرسش مطرح می‌شود که دین اسلام چگونه به استدلال سقط جنین برای جلوگیری از رنج آینده کودک پاسخ می‌دهد؟ خانم تقریبی، استاد برجسته فقه و حدیث، با اشاره به مبانی دینی توضیح می‌دهد: اسلام در قالب مفاهیم اعتقادی، اخلاقی و فقهی، پاسخ روشنی به این استدلال ارائه می‌کند. قرآن کریم حیات انسان را مقدس می‌شمرد و هرگونه بهانه تراشی برای سلب آن را رد می‌کند. آیه ۳۱ سوره اسراء به صراحت می‌فرماید «وَلَا تَقُولُوا أَوْلَادُكُمُ خَشْيَةُ إِمْلَاقٍ تُحْمَلُونَ لَهُمْ وَإِذَا كُنُمْ لَهُمْ لِقَاءَ أَمْعَالِكُمْ تَصْحَابُهَا» (نکشد، ما به آن‌ها و شمار روزی می‌دهیم. این آیه نه تنها سقط جنین به دلیل نگرانی‌های مالی را نفی می‌کند، بلکه تأکید می‌کند که روزی‌رسانی خداوند تضمین شده است. همچنین آیه ۴۹ سوره قمر می‌فرماید «إِنَّا كُلُّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ» ما هر چیزی را به اندازه آفریدیم. که نشان دهنده حکمت الهی در آفرینش است. بر این اساس، حتی تولد کودکی با شرایط خاص نیز در چارچوب تقدیر الهی قرار دارد و انسان‌ها با دانش محدود خود نمی‌توانند درباره ارزش زندگی او داوری کنند. امام صادق<sup>(ع)</sup> در حدیثی فرموده‌اند «هیچ فرزندی جز بر فطرت پاک متولد نمی‌شود»؛ که بر ظرفیت‌های معنوی هر کودک، فارغ از شرایط جسمی او، تأکید دارد. فقه امامیه نیز با توجه به محدودیت پیش‌بینی‌های بشری و احتمال خطا در تشخیص‌های پزشکی، به شدت با استدلال جلوگیری از رنج آینده برای سقط جنین مخالفت کرده است. در آموزه‌های اسلامی، صبر و امیدواری به لطف الهی جایگاه ویژه‌ای دارد. قرآن در آیه ۱۴۶ سوره آل عمران می‌فرماید «وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ» خداوند صابران را دوست دارد. روایات متعدد نیز به پاداش الهی برای والدینی که از کودکان دارای معلولیت نگهداری می‌کنند اشاره کرده‌اند. اسلام نه تنها با سقط جنین به این دلایل مخالف است، بلکه با طراحی نظام اجتماعی حمایتی (مانند وجوب زکات، خمس، استحباب قرض الحسنه و دیگر سازوکارهای اقتصادی) شبکه ایمنی برای خانواده‌های نیازمند فراهم می‌کند.

# این هدیه ارزشمند است

درباره مرکزی مردمی که مانع از سقط جنین می شود

**معصومه فرمانی کیا | دل آشوبه دارد. حالش خوش نیست. از تصمیمی که گرفته، هراس دارد. می ترسد. خیلی هم... اما حالا وقت مادر شدنش نیست و باید به هر شکل ممکن، این قضیه را پایان دهد. فکرش را نمی کرد روزی برسد که بخواهد فرصت زندگی و نفس کشیدن را از جگرگوشه اش بگیرد. او و همسرش برای دو فرزند برنامه ریزی کرده بودند. بعد از مهلا، که ناخواسته به دنیا آمده بود، تصور نمی کرد برای چهارمین بار مادر شود و تمام این بیدار خوابی ها و... برایش تکرار شود. اما حالا مهلا روی زانوهایش نشسته است. یکی از قشنگ ترین و دل انگیزترین بهانه های زندگی او و همسرش.**



## دنیا به دنیا آمد

پافشاری دنیا هم بالاخره کارساز شد تا خانواده اش را هشت نفره کند و حال هرکسی که از سر عشق گوشه لپش را می گیرد خنده ای تحویل می دهد. یعنی اینکه بالاخره من آمدم. مامان دنیا تعریف می کند بارداری های خیلی سخت و خطرناکی دارم. فشارم بالا می رود تا آن اندازه که به بستر می افتم. پشت بندش سردرد و تهوع است و... اما همسرم خیلی بچه دوست

## پیشگیری از یک اتفاق نامبارک

شاید باورش مشکل باشد. اما راه اندازی پویشی به نام «نفس» در دو سال اخیر توانست بیش از ۲ هزار تولد را در استان رقم بزند که پدر و مادرشان تصمیم داشتند مانع از به دنیا آمدن و زندگی آن ها شوند. طرح مردمی نفس که محصول تدبیر افرادی دغدغه مند و در عین حال متخصص در حوزه های روان شناسی، زنان و زایمان است سال ۱۴۰۰ در مشهد کلید خورد و به سرعت راه و مسیر خود را در دیگر شهرها پیدا کرد و توانست خیلی از خانواده ها را به مراکز متصل کند که فعالان آن حوزه، دیدگاه و باورشان را نسبت به یک مسئله تغییر دادند. کسانی که نگذاشتند نوزادان، از آغوش مادر جا بمانند. آن ها

## طرحی برای کاهش آمار سقط

ذاکریان توضیح می دهد: طرح نفس با هدف کاهش آمار سقط است. هر چند در برخی از انواع بارداری ها و با تشخیص پزشک، شرایط ادامه بارداری وجود ندارد. اینکه جنین ناقص یا مبتلا به برخی از ناهنجاری ها است یا اینکه حاملگی برای مادر و جنین خطرناک است و پدر و مادر ناگزیر از پذیرش

## این نفس ها مقدس است

او توضیحاتش را این طور ادامه می دهد: سقط جنین موضوعی نیست که وزارت بهداشت به تنهایی با آن مقابله کند، عمده سقط هادر محیط های درمانی اتفاق نمی افتد و دسترسی به آن ها وجود ندارد. اما بعد از اینکه عوارض رخ می دهد بیمار را به بیمارستان می آورند. این خانواده ها نیازهای زیادی دارند. اما تمرکز «نفس» بر فعالیت های روان شناختی و روان شناسانه است. ذاکریان توضیحاتش را ادامه می دهد: نفس هایی که در

## نیاز به فرهنگ سازی

ذاکریان هرازگاهی و بین کلام تأکید می کند که این کار به فرهنگ سازی نیاز دارد و می گوید فرهنگ سازی در همه سطوح و بین همه گروه ها است



است و این پنج بچه قد و نیم قد هم به خاطر همین عشق پدرانه هستند. اما باورم نمی شد دوباره بخواهم مادر شوم. جواب آزمایش بارداری که مثبت شد انگار دنیا را روی سرم خراب کردند. به هر دری زدم که اوسقط شود. به یکی از ماماها در مرکز بهداشت مراجعه کردم و خواستم راهنمایی ام کند و او واسطه شد تا با مرکز «نفس» آشنا شوم. نه برای اینکه بخواهد منصرفم کند، بلکه برای کمک به تصمیم گیری. اما

حالا دنیای پدر و مادرهایشان را تغییر داده اند. قند ته دلشان آب می شود وقتی به چشم های قدیم نورسیده شان لبخند می زنند و حظش را می برند. در کنار پویش های متعددی که به مناسبت های مختلف در گوشه و کنار شهر راه افتاد نام «نفس» هم ماندگار شد و اکنون ۳۰۰ مرکز فعال پیرامون آن در کشور فعال است. محسن ذاکریان به عنوان دبیر قراگاه طرح نفس (نجات فرزندان سقط) این طرح را با همت گروهی در مشهد راه انداخت و گرچه پس از مدتی مسئولیت اصلی را به دیگران واگذار کرد. اما هنوز هم یکی از فعالان این حوزه است و پویش بزرگی را همراهی می کند که افراد و خدمتگزاران آن ها برای مجاب کردن پدر و مادرها آستین بالا زده اند و پادرمیانی می کنند تا فرزندان را نجات دهند.

موضوع پیش آمده هستند و بر اساس قانونی که مصوب مجلس شورای اسلامی است و بعد از تأیید شورای نگهبان، وزارت بهداشت آن را ابلاغ کرده است. عمل سقط توسط پزشک قانونی انجام می شود. گرچه در هیچ شرایطی بعد از پایان بیست هفتگی بارداری امکان سقط جنین وجود ندارد. مگر اینکه مادر یا جنین شرایط خیلی خاص و حادی داشته باشند که بیم از دست دادن جان یکی از آن ها پیش بیاید.

بطن وجود مادر هر لحظه و ثانیه دمیده می شود مقدس است. به همین خاطر سعی کردیم بزنگاه هایی که ختم به این اقدام می شوند به والدین نشان دهیم. با آن ها حرف بزنیم. مشورتشان بدهیم و به نتیجه برسایمشان که این هدیه ارزشمند تر از آن است که به آن دست رد بزنیم و آن را رد کنیم. البته ما کار قضایی نمی کنیم. کار «نفس» فرهنگ سازی و شیوه ماکاملاقتناعی است. به گروه های شناسایی شده، بعد عاطفی و مادرانه آن ها را یادآوری می کنیم. اینکه پدر و مادر بودن به معنای احساس مالکیت نیست. به آن ها می گوئیم جنینی که در بطن شماست بایک انسان عادی

کم کم خودم به این نتیجه رسیدم: نعمتی را که خدایم دهد برگرداندنش خوب نیست. مادر آزاد تا یک سال قبل قرار بود به بارداری اش خاتمه دهد. اما حالا حاضر نیست لحظه ای او را از آغوشش پایین بگذارد. آزاد به قدری شیرین است که اقوام هم دلشان برای بچه تنگ می شود. با بهانه و بی بهانه برای دیدنش به خانه آن ها می آیند. آزاد نگاه او را به زندگی قشنگ تر و تماشایی تر کرده است.

او در همان ابتدای سخن، در یک خلاصه کوتاه اعلام می کند که سالانه بین ۳۵۰ تا ۵۳۰ هزار مورد سقط جنین در کشور گزارش می شود. این در حالی است که برخی خانواده ها واقعا مشکلی برای نگه داشتن فرزند ندارند. مأموریت «نفس» دقیقاً همین است: پیشگیری از وقوع یک اتفاق نامبارک. پس از این توضیح، لازم می داند نکته ای را روشن کند. برخلاف باور برخی که تصور می کنند سقط جنین تنها نتیجه روابط غیرمشروع است، باید از نگاه پژوهشی گفت که ۹۳ درصد از این نوع بارداری ها مربوط به خانواده هایی هستند که ازدواج دائمی، شرعی و قانونی دارند.

او یک بار دیگر یادآوری می کند: خارج از همه این ماجراها موضوعی به نام سقط عمد پیش می آید که بایک بارداری ساده و بی خطر روبه رو هستیم که حفظ بارداری برای مادر و جنین مشکلی ندارد. اما والدین تمایلی به داشتن این فرزند ندارند و ترجیح می دهند او را قبل از به دنیا آمدن از میان بردارند و دلایل متعددی در این باره وجود دارد و فعالان مرکز نفس در این راستا فعال هستند.

فرقی نمی کند و حیاتش شبیه دیگران است و از بین بردن آن ها قتل محسوب می شود. در مواردی هم که لازم باشد اقدامات حمایتی از آن ها انجام می شود و سعی می کنیم خیال آن ها را از خیلی از موضوع ها راحت کنیم. معیشتی برایشان جفت و جور می کنیم. اگر دختر است در دوران عقد هستند شرایط ازدواج و زندگی فراهم می شود و سیستمی و... برایشان خلاصه کاری می کنیم که لبخند کودک

شاید هنوز هم خیلی ها ندانند کودکان زیادی در این شهر حیات و زندگی خود را مدیون تلاش های بی منت و مزد کسانی هستند که در پویش مردمی برای نجات جان جنین های ناخواسته تلاش می کنند. همان هایی که بعد از دنیا آمدنش همه غصه دنیایشان می شود؛ غصه قد کشیدن و بزرگ شدن او.

و فعالیت های نفس در همین راستا متمرکز شده است: اول اینکه شناسایی خانواده های هدف از طریق مراکز بهداشتی، پزشک متخصص زنان، ماماها و بهورزها و صحبت کردن و مشاوره با آن ها و تولید محتوا در فضای مجازی و... یادآور شدن اینکه هیچ کس هدیه را پس نمی زند و هدیه خدا که روح دارد و از بین بردنش جرم است.



# پویشی برای آگاهی بخشی

اینجا جایی برای تربیت مشاوران پیشگیری از سقط جنین است



بنیاد کرامت آستان قدس رضوی، درباره این پویش می‌گوید: مسئله سقط جنین در جامعه امروز به نوعی عادی انگاری شده است. تعدادی از مادران بنا به دلایل مختلف و بدون داشتن آگاهی لازم تصمیم به انجام این کار می‌گیرند. در چنین شرایطی مشاوران متخصص در این حوزه می‌توانند با آگاهی بخشی به بانوان و بررسی ریشه‌های این تصمیم، راهکار جایگزینی ارائه دهند. مطابق آماری که ما به دست آوردیم، نخواستن فرزندان، با حدود ۴۰ درصد بیشترین سقط جنین بوده است و علل اقتصادی ۲۱ درصد و بد موقع بودن بارداری با ۲۰ درصد در دردهای بعدی علل سقط جنین هستند.

**شیرین ایران دوست** متأسفانه برخی مادران بدون آگاهی از پیامدهای جسمی، روانی و شرعی سقط جنین، اقدام به این کار می‌کنند. آگاهی بخشی به موقع به این گروه از بانوان می‌تواند از اجرایی شدن این تصمیم جلوگیری کند. به سبب اهمیت این موضوع، کارگروه جوانی جمعیت بنیاد کرامت آستان قدس رضوی پویشی را با نام «پویش ملی ناجی» راه اندازی کرده است تا به مقابله با این معضل بپردازد. این پویش با هدف تربیت مشاوران انصراف از سقط جنین شکل گرفته است تا با راه‌نمایی صحیح بتواند مانع از این اتفاق شوند. علی‌اکبر روحی گل ختمی، دبیر کارگروه جوانی جمعیت

## مشاوران باید متخصص باشند

«ناجی» نامی است که برای مشاورانی انتخاب شده که در این طرح همراه مادران خواهند بود و به آن‌ها مشاوره می‌دهند. وظیفه آن‌ها برقراری ارتباط مؤثر با این گروه از مادران و منصرف کردنشان از این اقدام است. برای این کار، در دوره‌های آموزشی شرکت کرده‌اند تا فرایند مشاوره به صورت اصولی و درست پیش برود. روحی گل ختمی در این باره توضیح می‌دهد: پویش ملی «ناجی» در قالب دوره‌های آموزشی شرکت کرده‌اند تا فرایند مشاوره به صورت اصولی و درست پیش برود. تربیت شوند. در نخستین مرحله اجرایی این پویش، دوره‌های ۶ و ۷ ماهه در دانشگاه امام رضا<sup>(ع)</sup> برگزار شد. ۲۵۰ نفر از مشاوران، روان‌شناسان، فعالان حوزه بهداشت و درمان، بهورزان، ماماها و دیگر متخصصان در این مرحله از طرح شرکت کردند. در این دوره، اهمیت حفظ حیات جنین، جریان‌شناسی جمعیت، تاریخچه موضوع سقط، احکام فقهی مرتبط با آن، پیامدهای فردی و اجتماعی سقط جنین، و ابعاد مختلف این موضوع بررسی شد. آزمون پایانی برگزار شد و ۲۶۰۰ نفر از شرکت‌کنندگان برای ورود به دوره تکمیلی انتخاب شدند، که این مرحله پایان بخش دوره‌های آموزشی این پویش بود.

## ارائه آموزش‌های تخصصی

آموزش مشاوران پویش ملی ناجی ادامه یافت و دومین مرحله آن در بهمن ماه سال گذشته در دانشگاه امام رضا<sup>(ع)</sup> برگزار شد. دبیر کارگروه جوانی جمعیت بنیاد کرامت آستان قدس رضوی درباره این مرحله توضیح می‌دهد: در دوره تکمیلی، نیازسنجی‌های دقیقی انجام شد تا مباحث ارائه شده کاملاً کاربردی و متناسب با شرایط واقعی جامعه باشد. یکی از موضوع‌های کلیدی، آموزش روش‌های اقناع‌سازی و تبلیغ چهره به چهره بود که توسط حجت الاسلام والمسلمین صالحی پورو، نویسنده کتاب «تبلیغ چهره به چهره»، ارائه شد. منتخبین در ادامه دوره تکمیلی در کارگاه‌های شرکت کردند که دکتر فهیمه فداکار، عضو هیئت علمی دانشگاه علامه طباطبائی، روان‌شناس، خانواده درمانگر و نویسنده کتب حوزه روان‌شناسی اسلامی، در آن به بررسی زمینه‌های روان‌شناختی سقط جنین پرداخت. آموزش فنون تسهیل‌گری و شیوه‌های مواجهه با مادرانی که قصد سقط جنین دارند نیز بخش دیگری از این دوره بود که با حضور حجت الاسلام دکتر علی‌گودرزی، معاون بنیاد ملی خانواده، برگزار شد. «تجربه‌گردانی» نیز یکی از بخش‌های ویژه این دوره بود که برای نخستین بار در کشور برگزار شد. فرصتی ارزشمند که طی آن پیرامون دانش و تجربه متخصصان و راهکارهای عملی گفت‌وگو شد. روحی درباره آن می‌گوید: این بخش با هدف انتقال تجربه و با حضور مدیران پویش‌ها و تشکلات حوزه حفظ حیات جنین از سراسر کشور برگزار شد. فعالانی از بخش‌ها و پویش‌های مختلفی همچون حوزه جمعیت نیشابور، مرکز نفس نیشابور، پویش طریقه جوان بمان، پویش حسنا تهران و پویش ناجی، تجربیات خود را در مواجهه با مادرانی که تصمیم به سقط جنین داشته‌اند، ارائه کردند.

## برنامه‌های آینده پویش ناجی

دبیر کارگروه جوانی جمعیت بنیاد کرامت آستان قدس رضوی، پویش ملی ناجی را حرکتی نوین در مسیر حفظ حیات و افزایش آگاهی جامعه نسبت به ارزش جان انسان می‌داند. او معتقد است این پویش، با بهره‌گیری از آموزش‌های تخصصی و شبکه‌سازی گسترده، تلاش می‌کند تا با ایجاد تغییر در نگرش‌ها، آینده‌ای روشن‌تر را برای مادران و فرزندان این سرزمین رقم بزند. داوطلبانی که می‌خواهند تحت نام این پویش در حوزه جلوگیری از سقط جنین فعالیت کنند بعد از اتمام دوره‌های آموزشی در یک آزمون نهایی شرکت می‌کنند و می‌شوند ناجی کودکانی که قرار نبوده به دنیا بیایند. شبکه خادم یاری و کانون سلامت بنیاد کرامت رضوی جایی است که قرار است آن‌ها به کمک جامعه بیایند و در آن نقش آفرینی کنند. روحی گل ختمی می‌گوید: برای شرکت‌کنندگان برگزیده، گواهی حضور در این پویش صادر می‌شود. ناجیان آموزش دیده در شبکه خادم یاری و کانون سلامت بنیاد کرامت رضوی مشغول به فعالیت می‌شوند و در صورت عضو نشدن در این شبکه، به عنوان یاوران رضوی باتشکل‌های مردمی همکاری و خدمات مشاوره‌ای ارائه می‌کنند. هدف این است که این افراد، به عنوان مشاوران انصراف از سقط جنین، در سراسر کشور فعالیت کنند و جان‌های بسیاری رانجات دهند. در همین راستا، خادمایان رضوی در اجرای طرح جوانی جمعیت و پویش ملی ناجی، همیار مرکز مردمی نفس (نجات فرزندان سقط) در سراسر کشور شدند و توانسته‌اند نوزادان بسیاری را از سقط نجات دهند.

روایت کارآفرینی که با روح و روان بازی می‌کند

# عروسکی برای دخترم

این زنان کارآفرین از قبضه بازار به وسیله عروسک‌های خارجی گلایه دارند

● ریحانه بنازاده! اینکه از یک جایی به دنبال علاقه‌ات بروی آن هم با تلاش و پشتکار خیلی مهم است. به قول خودمان ماهی را هر وقت از آب بگیری تازه است. ریحانه بزازیان و زهرا خلیل زاده دو بانوی هنرمندی هستند که در رشته عروسک‌سازی تصمیم به کارآفرینی گرفته‌اند و حالا چندین نفر از بانوان سرپرست خانوار را تحت پوشش فعالیت‌های هنری خود قرار داده‌اند. آن‌ها به دنبال این هستند عروسکی تولید کنند برای دختران ایرانی. به عبارتی عروسکی برای دخترم.

## اعداد را دوست نداشتم

دور تا دور قفسه‌هایی است که داخل آن پارچه‌های رنگی، عروسک‌های کوچک و بزرگ گذاشته شده و چرخ خیاطی سفید لابه‌لای عروسک‌ها گم شده است. بزازیان حرف را این طور شروع می‌کند: متأهل و مادر هستم. کارشناسی گرافیک دارم و مدرس آموزشگاه‌های مختلف و فرهنگ‌سراهای شهر در رشته عروسک‌سازی هستم. از همان اول هنر با روحم سروکار داشت، مداد‌های رنگی همیشه رفیقم بودند. بعد از دانشگاه با همسرم وارد کار بیمه شدم. اما اعداد و ارقام را دوست نداشتم. تا اینکه دوره‌های آموزش عروسک‌سازی مجازی در تهران را به صورت آنلاین گذراندم. شب‌ها که بچه‌هایم می‌خوابیدند تا صبح کار می‌کردم. به نظرم رسید همه چیز از بچه‌ها شروع می‌شود. وقتی دست دخترم عروسک‌های باری را با شوق و ذوق می‌دیدم با خودم گفتم درست است که این عروسک‌ها زیبا هستند، ولی چرا عروسک‌های ایرانی خودمان دست فرزندانمان نباشد.

## اجاره‌نشینی، مصیبت کارآفرینی

اومدت زیادی را صرف تدریس عروسک‌سازی کرد تا اینکه اشتیاق شاگردانش به اشتغال زایی را دید و تصمیم گرفت به صورت جدی کار خود را در زمینه طراحی و تولید عروسک آغاز کند. می‌گوید: از سال ۱۴۰۱ فعالیت خود را به طور جدی شروع کردم و از هنرجویان علاقه‌مند نیز دعوت کردم تا با ما همکاری کنند. نوروز همان سال، در یکی از غرفه‌های صنایع دستی شرکت کردم که با استقبال زیادی روبه‌رو شد. در همان سال برخی مسئولان نیز حضور پیدا کردند. پس از بازدید از غرفه عروسک‌ها، قول همکاری و تأمین مکان رایگان به مدت شش ماه را به ما دادند. چنین حمایتی، حتی اگر فقط برای شش ماه باشد، برای هنرمندانی که نیازمند حمایت هستند، خوش حال‌کننده است. اما این امید کوتاه مدت تنها تا پایان تعطیلات دوام داشت. بزازیان با ناراحتی از آن یاد می‌کند و می‌گوید: متأسفانه پس از تعطیلات نوروز، به ما اعلام کردند که باید غرفه را تخلیه کنیم یا ماهیانه مبلغ ۵ میلیون تومان پرداخت کنیم!

در ادامه صحبتش می‌گوید: مشکل اصلی ما اجاره کردن یک

مکان کوچک با قیمت مناسب بود. مدتی کارگاهی کوچک در ویرانی و بعد در شاندیز اجاره کردیم که متأسفانه آنجا هم اجاره‌اش را بالا بردند و مجبور شدیم از آنجا هم نقل مکان کنیم. در شرایطی که مافارار است تولید ملی داشته باشیم و کالا با قیمت مناسب به دست مصرف‌کننده برسانیم، بدون حمایت‌چطور این کار انجام شود؟ این را بزازیان می‌گوید و ادامه می‌دهد: ما مجوز میراث و اداره کار را داریم، اما متأسفانه هیچ کمکی به ما نشده است. حتی نمایشگاهی که قرار است با عنوان صنایع دستی برگزار شود هر غرفه را متری یک میلیون و ۳۰۰ هزار تومان قیمت دادند. در واقع یک غرفه ۹ متری برای ما ۱۲ میلیون می‌شود که از عهده ما بر نمی‌آید.

## جایی برای زنان سرپرست

«مهرسانا» نام برندی است که برای عروسک‌هایشان انتخاب کرده‌اند. بانوان زیادی با آن‌ها همکاری می‌کنند که بیشتر آن‌ها سرپرست خانوار هستند. بزازیان درباره این همکاری‌ها این طور صحبت می‌کند: حدود ۳۵ نفر از بانوان مناطق مختلف شهر با ما همکاری می‌کنند که اغلب آن‌ها سرپرست خانوار هستند و



## از بازنشستگی تا عروسک‌سازی

عروسک‌های خارجی بازار را قبضه کرده‌اند و انگار هیچ نهادی نیست که جلوی این آسیب فرهنگی را بگیرد. تبلیغات فرهنگ غربی خیلی بیشتر از معرفی هویت ملی ماست. عروسک‌هایی که یک بانوی ایرانی خلق می‌کند بسیار متفاوت با عروسک‌های خارجی است. برای مقابله با این تهاجم فرهنگی، مدتی ما عروسک‌هایی را با پوشش سنتی زدیم که متأسفانه استقبال چندانی نشد و مجبور شدیم به لباس‌های پرنسسی رویاوریم. او در ادامه می‌افزاید: هدفمان این است روی شخصیت‌های شاهنامه کار کنیم. حتی تصمیم داشتیم عروسک‌هایی به همراه کتاب تولید کنیم که خانواده محور باشد و روی نقش‌های خانوادگی تأکید کند، اما باز هم منبع حمایتی نداشتیم. به یکی از نهادها پیشنهاد عروسک‌های ملی را دادیم و خواستیم که یک تیم به ما بدهند. در جواب به ما گفتند همه طرح را بنید و به ما بدهید! این جمله را زیاد شنیده‌ایم! نمی‌دانم چرا بعضی از سازمان‌ها خیال می‌کنند ایده‌ای که خلق کرده‌ای برای ارزشی ندارد!

با شکل‌های مختلف کنار هم نشسته‌اند؛ یکی چادر به سر دارد، دیگری پاهای بلندی دارد، برخی لباس‌های پرنسسی پوشیده‌اند و برخی دیگر مانند بچه‌زنگ‌ها عینک به چشم دارند. خلیل زاده درباره تنوع عروسک‌هایشان می‌گوید: عروسک‌های ما، هم از نظر طراحی و هم از نظر پوشش، تنوع بالایی دارند؛ برخی محجبه‌اند، برخی پرنسسی، تعدادی سنتی، عروسک‌های خانواده، حاجی فیروز و... اکنون مشغول ساخت عروسک خادم‌الرضا<sup>(ع)</sup> هستیم که قصد داریم آن را در تعداد بالاتولید و عرضه کنیم. وقتی از او می‌پرسم چرا پیش از تولید کارهای خاص و مناسبی، پیشنهاد همکاری به سازمان‌ها نمی‌دهد، پاسخ می‌دهد: برخی ایده‌ها را به نهاد‌هایی ارائه کرده‌ایم. طرح را از ما خواسته‌اند، اما حاضر به مشارکت در هزینه تولید نشده‌اند. اینکه طرح را بگیرند، حمایت محسوب نمی‌شود. بنابراین، ناچارند ابتدا خودشان تعداد زیادی را تولید و سپس برای فروش اقدام کنند.

### عروسک‌هایی از دل شاهنامه

ساخت عروسک‌های ملی با هویت ایرانی برنامه آینده‌مان است این را خلیل زاده می‌گوید و ادامه می‌دهد: متأسفانه

زهرآ لیل زاده، بازنشسته آموزش و پرورش، از دوران نوجوانی به کارهای هنری علاقه‌مند بوده است. او می‌گوید: یادم است که چون هنرستان از منظران دور بود، مادرم اجازه نداد به هنرستان بروم. بنابراین، در رشته علوم تجربی تحصیل کردم و معلم شدم.

پس از بازنشستگی، دوباره به علاقه دوران نوجوانی‌اش روی آورد؛ بعد از بازنشستگی با خانم بزازیان آشنا شد و دوره عروسک‌سازی را گذراند. پس از آن، در کنار او دوره‌های دیگری را نیز طی کرد. مدارک را گرفت، و در نهایت با هم دوست و همکار شدند. مادرم بچه‌ای داشت که پراز تکه پارچه‌های رنگی بود و من همیشه با آن‌ها لباس برای عروسک‌هایم می‌دوختم. این را خلیل زاده می‌گوید و ادامه می‌دهد: اکنون نیز بیشتر لباس عروسک‌ها را خودم می‌دوزم. کار کردن برای بچه‌ها را خیلی دوست دارم و وقتی عروسک‌های خودشان را با اشتیاق در دستشان می‌بینم، کلی ذوق می‌کنم. او در ادامه می‌افزاید: وقتی عروسکی را طراحی می‌کنم، حس خیلی خوبی دارم. تعدادی عروسک در خانه دارم که تمام کارهایش را خودم انجام داده‌ام و آن‌طور طراحی کرده‌ام که دوست دارم.

### از بچه‌زنگ تا حاجی فیروز

این دو بانوی هنرمند پنجه طلا، با دستان هنرمندانه و ایده‌هایی خلاقانه، خودشان طراحی عروسک‌ها را انجام می‌دهند و برای هر موجود فانتزی که خلق کرده‌اند، ایده‌ای منحصر به فرد داشته‌اند. اکنون در کارگاه آن‌ها، عروسک‌هایی



سرشان پراز حرف‌های ناامیدکننده است. اما دلی پرامید دارند. این دو بانوی هنرمند امیدوار هستند با خلق عروسک‌های ملی، کودکان و نوجوان‌ها را با فرهنگ ایرانی آشنا کنند. همچنین شخصیت‌های تاریخی و ملی ایرانی جایگاه خود را در دنیای عروسک‌ها پیدا کنند.



## عروسک بسازید

از خانم بزازیان می‌خواهیم دوخت یک عروسک ساده را به خانم‌هایی که شهربانو می‌خوانند آموزش دهد. او دوخت عروسک بچه‌ای یا جاسوئیچی را به ساده‌ترین شکل و با کمترین وسایل توضیح می‌دهد.

### وسایل مورد نیاز

- پارچه ساده و گلداز
- لایکو
- نخ و سوزن
- کاموا
- چسب

### دوخت:

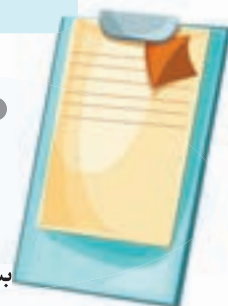
- دو دایره به قطر ۱۲ و ۲۰ سانتی‌متر می‌کشیم. از پارچه رنگ بدن (ترجیحاً کشی باشد) دایره‌ای به قطر ۱۲ سانتی‌متر و پارچه رنگی به قطر ۲۰ سانتی‌متر می‌کشیم.
- دور پارچه‌ها را چین کش می‌کنیم. داخلش را با لایکو پر می‌کنیم. بعد با چسب هر دو قسمت را به هم می‌چسبانیم و در آخر از کاموا برای موهایش استفاده می‌کنیم.



آنچه درباره زگیل تناسلی و عفونت‌های زنانه باید بدانید

# شایع و دردسرساز

زهرا خنداندل | «اچ پی وی» کلمه‌ای ناخوشایند است که این روزها زیاد می‌شنویم. بیماری که راه اصلی انتقال آن مقاربت جنسی است؛ اما این روزها رفتن به استخرها و باشگاه‌ها هم بی‌خطر نیست. چون زگیل تناسلی یک بیماری مقاربتی شایع است که از طریق تماس پوست با پوست و غشاهای مخاطی در طول رابطه جنسی منتقل می‌شود و در واقع زگیل تناسلی اغلب از طریق تماس جنسی از جمله رابطه واژینال، مقعدی و دهانی منتقل می‌شود. اما نکته همین است که اگر این غشاهای مخاطی تازمانی که ویروس زنده و فعال است در دیواره‌های استخر، لبه استخر و سکوه‌های آن یا ترشحات روی دو چرخه‌های باشگاهی یا وزنه‌های مخصوصی که برای استفاده از آن‌ها باید روی صندلی‌های باشگاه بشینیم وجود داشته باشد امکان انتقال بسیار بالایی دارد.



## می‌خواستم بی‌نقص باشم

HPV یا ویروس پاپیلوما‌ی انسانی یک عفونت ویروسی است که می‌تواند به بیماری‌های مختلفی از جمله سرطان دهانه رحم و سایر سرطان‌ها و زگیل تناسلی منجر شود و حالا که فصل استخر رفتن است و با آغاز سال نو آدم میل به نوشدن دارد و دوست دارد که ورزش را شروع کند، احتمال شیوع این بیماری و بیماری‌های عفونی بیشتر می‌شود. برای اینکه بیشتر از این ویروس و دیگر عفونت‌ها آگاه شویم پای صحبت کسانی نشسته ایم که احتمال می‌رود از مکان‌های عمومی دچار عفونت واژینال و ویروس اچ پی وی شده‌اند. میم، ۲۲ سال دارد هنوز ازدواج نکرده است و تأکید می‌کند که با کسی رابطه نداشته، اما دچار اچ پی وی شده است.

که مدام تأکید می‌کرد اصلی‌ترین روش انتقال، رابطه جنسی است. دکترم توضیح داد که امکان انتقال از استخر و باشگاه هرچند بسیار کم هست، اما محتمل است. خلاصه‌بالی‌زدرمانی مشکلم حل شد هرچند می‌گویند این بیماری دائم خوب نمی‌شود و ممکن است دوباره عود کند. اما همین که الان حدود یک سال است خبری از آن زگیل‌های وحشتناک نیست بسیار خوش‌حالم. باور تان نمی‌شود ایدا جرئت گفتن به خانواده را نداشتم و هنوز هم ندارم. اما بهداشت راد و برابر دیگران رعایت می‌کنم تا یک موقع خانواده نگیرند. مادرم می‌گوید وسواس گرفته‌ای! به آن‌ها نمی‌توانم بگویم اما اینکه مردم بدانند شیوع این بیماری در کشور بسیار زیاد شده واقعاً برایم مهم است. اطلاع رسانی مهم است اگر بدانیم شاید خیلی بیشتر مراقبت کنیم و بهداشت در مکان‌های عمومی را جدی‌تر بگیریم.

می‌گویند: بدنم زیبا و آن چیزهایی که در اینستاگرام می‌دیدم برایم مهم بود. کلاً اینکه هرکاری می‌کنم بهترین باشم، در رشته تحصیلی ام عالی باشم، توی خانه بدون نقص باشم شاید برای همین خدایه من این ایراد را داد تا بدانم آدمیزاد هرگز بی‌نقص نبوده است. فقط می‌توانم بگویم که هم سالن ورزشی می‌رفتم، هم شنا می‌کردم. اما نمی‌دانم که از کجا گرفتم! یک روز که قسمت تناسلی ام خیلی می‌خارید متوجه یک برآمدگی گوشتی زیر انگشتانم شدم. فکر می‌کردم به علت پوشیدن لباس‌های ورزشی چسبان جوش زده باشم، اما جوش نبود چون بعد از چند وقت متوجه بزرگ‌تر شدن و بیشتر شدنشان شدم. خیلی ترسیده بودم. وقتی به دکتر رفتم و برایم موضوع را توضیح داد شوکه شدم و بی‌اختیار اشک می‌ریختم اصلاً باورم نمی‌شد مخصوصاً



## +کارشناسانه

### باید این بیماری را جدی گرفت

همیشه می‌گویید پیشگیری بهتر از درمان است، چون سلامتی گوهری است که اگر از دست برود ممکن است خیلی زمان ببرد تا دوباره به دست بیاید و در بعضی از موارد اصلاً برنگردد. برای همین با خانم دکتر صباغ، متخصص زنان، به‌گپ و گفت نشستیم تا درباره سؤالاتی که ممکن است ذهن ما و شما را درگیر کرده باشد بپرسیم و جواب بگیریم.

#### خانم دکتر مسئله واگیر از مکان‌های عمومی مثل استخر، لیزر و باشگاه‌های بدن‌سازی چقدر جدی است؟

واقعیت این است که از لحاظ علمی اصلاً ممکن نیست و آنچه من در تحقیقات دانشگاه علوم پزشکی و تحقیقات علمی خوانده‌ام تنها راه انتقال تماس پوست با پوست است که در رابطه جنسی اتفاق می‌افتد. اما خود من تا به حال دو مبتلای معاینه کرده‌ام که می‌گفتند رابطه جنسی نداشته‌اند. یکی شان دختر بود و باکره و تأکید داشت که اصلاً رابطه جنسی نداشته است. با این شرایط ممکن است علم هم گاهی اشتباه کند و باید همه جوانب را سنجید.

#### توصیه‌های شما به عنوان یک متخصص چیست؟

ویروس اچ‌پی‌وی یکی از دلایل ابتلا به سرطان دهانه رحم است. پس برای یک زن مبتلا شدن به آن بسیار ریسک بالایی دارد در نتیجه بسیار زیاد توصیه می‌کنم به بانوان کشورم که واکسیناسیون را جدی بگیرند. این اولین و مهم‌ترین اقدام برای پیشگیری است. اما بعد از آن برای رفتن به مکان‌های عمومی مثل استخر حتماً بهداشت مجموعه مطمئن شوید. جاهای کم جمعیت تر و تمیزتر بروید. برای رفتن به باشگاه‌ها وسایل شخصی داشته باشید، بازهم تأکید می‌کنم علم درباره مکان‌های عمومی و انتقال این ویروس چیزی نمی‌گوید، اما احتیاط شرط عقل است.

#### اگر مبتلا شدیم چگونه از ابتلای دیگر افراد خانواده جلوگیری کنیم؟

سؤال بسیار خوبی پرسیدید. اول اینکه تا زمانی که زگیل فعال داریم از داشتن رابطه جنسی خودداری کنیم. استفاده از کاندوم را جدی بگیریم. شست و شوی دست‌ها پس از لمس ناحیه مبتلا و تمیز نگه داشتن سطوح مشترک در خانه (برای احتیاط بیشتر) می‌تواند به پیشگیری از گسترش ویروس کمک کند. همین‌طور اطلاع‌رسانی به اعضای خانواده درباره نحوه انتقال ویروس می‌تواند به کاهش نگرانی‌ها و پیشگیری از انتقال کمک کند.

#### خانم دکتر زگیل تناسلی درمان صد درصدی دارد؟

متأسفانه خیر. درمان قطعی برای این ویروس وجود ندارد. این ویروس مانند هپاتیت و اچ‌آی‌وی، ویروسی است که وقتی وارد بدن می‌شود به صورت قطعی درمان نمی‌شود و اثرات آن در داخل بدن به صورت نهفته باقی می‌ماند و زمانی که سیستم ایمنی در بدن افت پیدا کند خود را نشان می‌دهد.

#### حرف آخر و توصیه‌های شما درباره این بیماری چیست؟

منشأ زگیل تناسلی ویروس HPV است که انواع پرخطر آن بعضی سویه‌های ۱۸، ۱۶ و ۳۲ هستند از این موارد سویه ۱۶ و ۱۸ موجب ابتلا به سرطان سرویکس یا همان دهانه رحم می‌شود که بیشتر افراد جوان را درگیر می‌کند و بسیار نگران‌کننده است.

انجام تست پاپ اسمیر دوره‌ای همراه اچ‌پی‌وی تایپینگ برای تشخیص این بیماری از اهمیت زیادی برخوردار است. در این روش‌ها اگر فرد مبتلا به ویروس تشخیص داده شود، به بررسی بیشتری نیاز دارد و از روش‌های دیگری مثل کولپوسکوپی و مطالعه دوره‌ای HPV در راستای کنترل و ادامه مراحل درمان کمک می‌گیرند.

همین‌طور باید بگویم که واکسنی که برای اچ‌پی‌وی در دنیا مورد تأیید قرار گرفته، واکسن گارداسیل است، البته نوع ایرانی این واکسن یعنی پاپیلوگارد هم وجود دارد که فقط روی دو سویه پرخطر ۱۶ و ۱۸ اثر می‌گذارد. ولی واکسن گارداسیل روی سویه‌های دیگری هم تأثیرگذار است.

### شاید از استخر بزرگسالان بود

هدی از اتفاق تلخی که در تابستان برای دختر پنج‌ساله اش رخ داده، می‌گوید: با دخترم به استخر می‌رفتم چون او عاشق آب بازی بود مثل همه بچه‌های دیگر. گاهی هم توی استخر بزرگ سالان می‌آمد و من خوش حال بغلش می‌کردم و یواشکی دور از چشم غریب نجات‌ها با او در آب دور می‌زدم. اما بعد فهمیدم که این رفتار محبت به کودکم نبود و حتی ممکن بود خطرناک باشد. حالانمی دانم از استخر بزرگ سالان بود یا همان استخر کودکان، اما چند وقتی بود لباس زیر کودکم را که می‌شستم داخلش ترشحات می‌دیدم، ابتدا جدی نگرفتم تا اینکه دیدم سبزرنگ شده و بسیار زیاد است! خیلی ترسیدم. این جست و جو کردن در گوگل هم که بیشتر اعصاب آدم را بهم می‌ریزد. در نهایت وقت ویزیت پزشک زنان گرفتم و علائم را به خانم دکتر گفتم. پزشک گفت که اجازه معاینه کودک را ندارد، چون طبق قوانین، این کار کودک‌آزاری محسوب می‌شود. عکس لباس زیر و ترشحات را که نشان دادم گفت عفونت شدید قارچی است و برای دخترم نوعی کپسول تجویز کرد که باید با آب زیاد مصرف کند. بعد از آن تمام لباس‌های زیرش را دور ریختم و لباس‌های جدید برایش خریدم. خلاصه که آن قدر وحشت در وجودم رخنه کرده که حالا، باگذشت دو سال و رسیدن دخترم به سن هفت سالگی، ما رفتن به استخر را ممنوع کرده ایم؛ چون مطمئن هستیم که این مشکل از استخر نشئت گرفته بود.

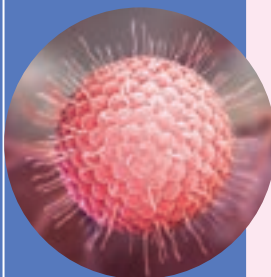
### همسر ناقل بود

رالف ۳۷ ساله است. می‌گوید که بیماری را از همسرش گرفته است. اما نمی‌داند که چه کسی او را آلوده کرده است. او درباره این ماجرا توضیح می‌دهد: «وقتی متوجه بیماری همسرم شدم، خیلی کلافه و عصبانی شدم. خودم را بررسی کردم و دیدم که من هم مبتلا شده‌ام. همسرم مردی بسیار مذهبی است و بیش از هرکس به او اعتماد دارم. خودش هم بارها قسم خورده و می‌گوید که اصلاً نمی‌داند از کجا گرفته است. تنها جاهایی که به طور معمول می‌رود، باشگاه و کافه برای قلیان کشیدن است. من هم نمی‌دانم این ویروس از کجا آمده است. اوایل فکر می‌کردم که انتقال این بیماری از استخر و باشگاه فقط یک شایعه است، اما بعد در اینستاگرام چندین کلیپ از پزشکان و متخصصان دیدم که درباره این موضوع هشدار داده بودند و فهمیدم که واقعاً امکان انتقال وجود دارد. وقتی به پزشک مراجعه کردم، گفت که این بیماری به سرعت در حال افزایش است و تنها من نیستم که گرفتار آن شده‌ام. او تأکید داشت که گسترش این بیماری ممکن است مانند یک سونامی، ایران را در بر بگیرد.

حرف‌های پزشک باعث شد فقط یک سؤال در ذهنم شکل بگیرد: چرا واکسن این بیماری در برنامه واکسیناسیون عمومی قرار نمی‌گیرد؟ چرا این واکسن رایگان نیست و چرا هزینه آن این قدر بالاست؟

من، که مادر دودختر هستم، اکنون همراه با همسرم در پروسه درمان هستیم. اگر خوب شویم که بعید به نظر می‌رسد، باید به صورت جدی به فکر واکسیناسیون دودخترمان باشیم. می‌دانید چه هزینه‌های سنگینی به خاطر این بیماری به خانواده چهار نفره ما تحمیل شده است؟

حالا فکر کنید خانواده‌هایی که نه هزینه درمان دارند نه هزینه واکسیناسیون این‌ها وقتی مبتلا شوند چه می‌کنند؟ به نظر من این دقیقاً مصداق حق الناس است که برگردن مسئولان بهداشت کشور است.



کپی برداری

مثبت و منفی‌های از زندگی‌های مجازی از زبان دختران دهه هشتادی

# الگو به سبک پینترستی

محیا جعفری این روزها در بسیاری از جمع‌های دخترانه، صحبت از بلاگرهایی است که لحظه به لحظه زندگی خود را در فضای مجازی به اشتراک می‌گذارند. این سبک زندگی به الگویی برای بسیاری از دختران تبدیل شده است و درست یا غلط، کپی برداری می‌کنند. در این شماره از پرونده دهه هشتادی‌ها، به بررسی سبک زندگی پینترستی پرداخته ایم. همان‌طور که می‌دانید، پینترست یکی از محبوب‌ترین پلتفرم‌های جهانی برای اشتراک‌گذاری تصاویر است. در این فضای دیجیتال، عکس‌های متنوعی از تیپ‌ها، پوشش‌ها و سبک‌های مختلف زندگی دیده می‌شود که کاربران با مشاهده آن‌ها و ترکیب بخش‌های گوناگون می‌توانند سبک (استایل) شخصی خود را خلق کنند.

دلایل متعددی برای جذابیت این سبک زندگی در میان دختران وجود دارد، که شاید بعضی از آن‌ها به گوش شما هم خورده باشد. در یک دورهمی دخترانه، به بررسی همین دلایل پرداختیم و نظرات مختلفی را درباره علاقه به سبک زندگی پینترستی شنیدیم. در این جمع، سه دختر شانزده ساله و یک دختر بیست ساله حضور داشتند که هر کدام دیدگاه‌های متفاوتی داشتند. در ادامه، با نظرات دو خواهر دوقلو، فهیمه و فریده موسوی حجازی، ریحانه ضرابی و فاطمه نوری مقدم آشنا می‌شویم. فهیمه، فریده و ریحانه شانزده سال دارند که فانتزی‌های روتین زندگی بلاگرها را به گونه‌ای متفاوت می‌بینند و فاطمه که بیست ساله است عقیده متفاوتی از دنیای بلاگری تا دنیای واقعی دارد.

## حستان از تماشای محتوای

### سبک زندگی‌های (لایف استایل) فانتزی چیست؟

**فاطمه:** دختر بیست ساله جمع، درباره این موضوع چنین می‌گوید: هنگام تماشای ویدئوها، توجه فرد به خودش و اشتراک‌گذاری همان یک برش از زندگی‌اش، حس صمیمیت و خودمانی بودن را برایم ایجاد می‌کند. به نظر من، همه چیز در این نوع محتواها بسیار زیبا، شفاف و جذاب به نظر می‌رسد. چنینش بصری، هماهنگی رنگ‌ها و انتخاب موسیقی‌های دلنشین، همگی تأثیرگذارند و توجه مرا جلب می‌کنند. در مجموع، می‌توانم بگویم که هنگام تماشای این محتواها حس خوبی دریافت می‌کنم.

**فریده:** دختر شانزده ساله پراز شور و هیجان، درباره این نوع محتواها می‌گوید: به نظرم، این محتواها جنبه رقابتی دارند و با زندگی واقعی ما فاصله زیادی دارند. با این حال، چیزی که مرا جذب می‌کند، نظم موجود در این سبک زندگی (لایف استایل) است. زندگی‌های ما به این اندازه منظم نیستند و این فضای رنگی و سازمان یافته، حس مثبتی به من منتقل می‌کند.

**ریحانه:** یکی دیگر از دختران شانزده ساله جمع، می‌گوید: من هنگام تماشای این ویدئوهای یک دقیقه‌ای بیشتر دنبال این هستم که ببینم افراد به چه رستوران‌ها و کافی شاپ‌هایی می‌روند و چه خوراکی‌هایی را امتحان می‌کنند.

### انتخاب‌های آن‌ها، گزینه‌های مناسب برای خرید کردن هستند؟

**فاطمه:** برخی از این افراد به کافه‌هایی می‌روند که برای من جذاب به نظر می‌رسد و می‌تواند گزینه بعدی من برای بیرون رفتن با دوستانم باشد.

**ریحانه:** که علاقه مندی به مد و استایل است، گفت: به نظرم حتی در این ویدئوها، دکوراسیون اتاق این افراد مشخص است و من می‌توانم ایده‌های خوبی برای چنین اتاقم پیدا کنم. به عنوان مثال، چند هفته پیش ویدئویی دیدم که یک بلاگر جلوی دوربین چند دست لباس عوض کرد تا لباس مورد نظرش را انتخاب کند. من در حین تماشای این ویدئو، یکی از مدل‌های لباس هایش را پسندیدم و همان‌ها را برای خودم خریدم.

**فریده:** به نظرم اینکه چه فردی را دنبال می‌کنید مهم است، چون هر چقدر به آن فرد علاقه مند باشید، معرفی هایش هم برای شما قطعاً جذاب خواهد بود. در واقع، شخصیت آن فرد مهم است.

**ریحانه:** قرار نیست این افراد همه کارهای مورد علاقه ما را انجام بدهند. مثلاً اگر من قسمتی از آرایش کردن او را پسندم، انجام نمی‌دهم.

### سبک زندگی همه این افراد مناسب است؟

**فاطمه:** من سعی می‌کنم در دنبال کردن بلاگرهای مختلف، تفکیکی قائل شوم؛ یعنی تفکر و عقیده شخص را از آنچه که در سبک زندگی‌اش به نمایش می‌گذارد جدا کنم. در برخی مواقع، افرادی بوده‌اند که به طور کلی ضد اعتقادات من بودند، و تصمیم گرفتم دیگر آن‌ها را دنبال نکنم.

**فریده:** تا به حال در چنین موقعیتی قرار گرفته‌ام. به عنوان مثال، بلاگری را دنبال می‌کنم که با بعضی از حرف‌هایش موافقم و با برخی دیگر مخالفت دارم. ویدئوهایی را که صحبت هایش را قبول دارم، می‌پسندم (لایک کرده) و به اشتراک می‌گذارم، اما محتوایی را که با عقاید من همخوانی ندارد، نمی‌پسندم (لایک نمی‌کنم).

فاطمه نوری مقدم

فهیمه موسوی حجازی

**فهیمة:** اگر با عقاید و تفکرات کسی مخالف باشم، یا تفاوت زیادی با من داشته باشد، ترجیح می دهم او را دنبال نکنم (فالو نکنم). اما از طرفی، آشنایی با دیدگاه های متفاوت دیگران هم برایم جالب است.

### برای این سبک زندگی، توانایی مالی و پول هم مهم است؟

**فاطمه:** من معتقدم فردی که دنبال می کنم یک بلاگر است که در قبال معرفی و استفاده از محصولات در روتین (برنامه روزانه) زندگی اش، دستمزد دریافت می کند. این سبک زندگی خاص، نوعی مصرف گرایی را ترویج می دهد که با شیوه زندگی من متفاوت است. من این مسئله را برای خودم تفکیک کرده ام؛ یعنی هرآنچه که آن فرد می خرد، من قرار نیست خریداری کنم.

### در ادامه، از جمعی از دختران پرسیدم: اگر ۱۰۰ میلیون تومان در اختیار داشته باشید، چه مقدار از آن را صرف خرید محصولات معرفی شده توسط این افراد می کنید؟

**فاطمه:** من یک چهارم این مبلغ را برای خرید کنار می گذارم و محصولات را تهیه می کنم که واقعا علاقه زیادی به آن ها دارم. حتی برخی از این کالاها را مدت ها در البوم تصاویر گوشی ام به صورت تصویر صفحه (اسکرین شات) نگه داشته ام. **فهیمة:** بستگی دارد که چقدر به آن لباس یا سایر چیزهایی که دیده ام نیاز داشته باشم، اما ترجیح می دهم همان یک چهارم را خرج کنم، زیرا علاقه ای ندارم که حتما چیزی را که آن بلاگر معرفی کرده، خریداری کنم.

**فریده:** من معمولا از معرفی های بلاگرهای محبوبم، چیزهای زیادی را می پسندم، اما همیشه بودجه کافی برای خرید آن ها را ندارم. اگر چنین پولی داشته باشم، چیزی را خریداری می کنم که بیشتر از همه دوستش دارم و شاید برای همان یک قلم، نصف این پول را هزینه کنم.

**ریحانه:** من معمولا افراد زیادی را دنبال می کنم و از هر کدام، محصولات را از معرفی هایشان می پسندم. بر اساس سلیقه شخصی ام، دوست دارم آن ها را خریداری کنم و فکر می کنم بیش از نصف این مبلغ را برای خرید این برند ها هزینه کنم.

### انتخاب یا دنباله روی؟

**فاطمه:** به عنوان مثال من در این محتواها دیدم که خوردن هشت لیوان آب مفید است و این بلاگر به دنبال کنندگانش پیشنهاد کرده بود که حتما انجام دهند چون برای بدن مفید است و اگر دوست دارید به این جمع اضافه شوید، به بدنتان اهمیت دهید. اما طبق نیاز خودم و با تحقیق کردن این روتین سالم را انتخاب می کنم.

**ریحانه:** جدا از بحث رژیم هایی غذایی که معرفی می کنند و روتین های سالمی که برای بدن و لاغری است من عاشق غذا هستم و دستورهای آشپزی مختلفی را برای خودم همیشه ذخیره می کنم و همه این غذاها، دسر ها و کیک ها را درست کردم و خیلی لذت بردم، مثلا پاستا پنه خیلی دوست دارم و برای خودم درست کردم و دستورش را از فضای مجازی که خیلی همه گیر (وایرال) شده است پیدا کردم.

### نتیجه مثبتی هم کسب کرده اید؟

**ریحانه:** در بسیاری از محتواهایی که بلاگرهای مختلف منتشر می کنند، بخشی از آن به نوشتن اهداف سالانه، ماهانه و روزانه اختصاص دارد. آن ها حتی در یک دفتر برنامه ریزی با طرح های فانتزی، هنگام نوشتن اهدافشان، محتوایی برای صفحه شخصی شان تهیه می کنند.

**فاطمه:** اتفاقا من هم این گونه محتواها را زیاد دیده ام و به نوشتن تشویق شده ام. در واقع، برای من الهام بخش بوده، اما تاکنون آن را انجام نداده ام.

**فهیمة:** من هم دیده و حتی انجام داده ام، اما پس از مدتی آن را رها کردم. برای برخی از اهدافی که نوشته بودم، نتیجه مثبتی گرفتم، اما به بعضی از اهداف نرسیدم و برای تحقق آن ها به زمان بیشتری نیاز داشتم.

**ریحانه:** من بلاگری را دنبال می کردم که حدود دو سال از ما بزرگ تر بود. او در یک ویدئو، "سیگار نکشیدن" را به عنوان یک هدف علامت زده بود، اما قبل از عمل بینی اش مشخص شد که مصرف سیگار را دوباره از سر گرفته است. سپس این موضوع را مجددا اعلام کرد. به همین دلیل، به این نتیجه رسیدم که نباید به چنین محتواهای هدف گذاری این افراد اعتنا کرد.

**فریده:** اولین حسی که از ویدئوهای روتین زندگی بلاگرهای لایف استایل دریافت می کنیم، خودمراقبتی است. فریده درباره این موضوع نظر جالبی داشت و در ادامه گفت: برای من این حس خودمراقبتی جذاب است، چون خودمراقبتی ندارم! به همه اهمیت می دهم و آخرین نفری که سراغش می روم، خودم هستم. در واقع، این گونه ویدئوهای خودمراقبتی برای من حسرت بوده، چون به خودم می گویم: «بین فریده، توبه خودت اصلا اهمیت نمی دهی.» و اگر هم اهمیت بدهم، در چهار چوب حرف دیگران است؛ اینکه فلانی چه دوست دارد تا من هم همان گونه باشم.

### نظر والدینتان درباره دنبال کردن بلاگرهای مختلف چیست؟

**ریحانه:** خانواده من ذاتا سخت گیر هستند، اما سعی می کنند با من مدارا کنند و تا جایی که بتوانند مراد رک کنند. به عنوان مثال، مادرم چادری است، اما پوشش من مانند او نیست، همیشه به من می گوید: «به گونه ای در مسیر زندگی قدم بردار که کارهایت آسیبی به خودت وارد نکند.» مثلا من فردی را دنبال می کردم و هنگامی که او را به مادرم نشان دادم، گفت: «اگر تأثیر مثبتی روی تو گذاشته، خیلی خوب است؛ اما می دانم که تو آن قدر عاقل هستی که تأثیرات منفی اش را نپذیری!» در واقع، سعی کرده اند شخصیت مرا مستقل بار بیاورند.

**فهیمة:** کمتر پیش می آید که بگویم چیزی را از فلان محتوای بلاگری پسندیدم چون باید خودشان متوجه شوند.

**فریده:** خیلی مواقع دوست نداریم بیان کنیم چون از واکنش آن هاترس داریم و والدین دنبال علت هستند.



ریحانه ضرابی

فریده موسوی حجازی



# ظاهر فضایی، باطن هیچ چی

بررسی کارشناسانه ظاهر جذاب لایف استایل ها که در باطن تهدیدی است برای نوجوانان

جعفری ادرنباي امروز، شبکه های اجتماعی به بخش جدایی ناپذیر زندگی افراد تبدیل شده اند. اینستاگرام، باتمركز بر تصاویر و ویدیوها، یکی از محبوب ترین سکور پلتفرم های اجتماعی محسوب می شود که هم تأثیرات مثبت و هم چالش های خاص خود را دارد. به ویژه برای قشر نوجوان و جوان. زندگی پینترستی، یا همان سبک زندگی فانتزی همراه با روتین های مختلف، این روزها توجه بسیاری از دختران را به خود جلب کرده است. این سبک زندگی، در کنار جذابیت های بصری اش، خطراتی نیز در بر دارد. برای بررسی این موضوع مهم، با نرگس چاره ای، متخصص طرحواره درمانی کودک و نوجوان، گفت و گو کردیم و به تحلیل نکات مهمی درباره تأثیرات این سبک زندگی پرداختیم.

## مثبت نگر باشیم و از ویژگی های مثبت لایف استایل های مجازی اول بگویید!

اگر بخواهیم تأثیرات مثبت سبک زندگی (لایف استایل) های اینستاگرامی را بررسی کنیم، ابتدا باید آن ها را به عنوان یک منبع الهام بخش در نظر بگیریم؛ منبعی که می تواند حس خود مراقبتی را تقویت کند. این حس مثبت را می توان از محتواهایی مانند روتین های مراقبتی جسمی و روحی، ایجاد نظم در زندگی و برنامه ریزی روزانه، ماهانه و سالانه دریافت کرد.

یکی دیگر از تأثیرات مثبت این نوع محتواها در فضای مجازی، افزایش خلاقیت و ارائه ایده به دختران نوجوان است؛ برای مثال، ایده دادن در زمینه طراحی، سبک پوشش و مد متناسب با فرهنگ، که همگی در حوزه خلاقیت قرار می گیرند. افزون بر این، دختران

نوجوان با دنبال کردن افراد مختلف که دارای مشاغل گوناگون هستند، می توانند دیدگاه وسیع تری نسبت به علاقه مندی هایشان و اینکه در نهایت به چه افرادی تبدیل خواهند شد به دست بیاورند.

مسئله بعدی، انگیزه است؛ با کسب انگیزه، افرادی می توانند شرایط فعلی خود را بهبود ببخشند. برای مثال، کاهش وزن یا حتی ارتباط احساسی با فردی که محتوا را تولید می کند، می تواند باعث همدلی و احساس همراهی در دختران نوجوان شود. همه این ها می توانند منابع مثبتی برای نوجوانان و جوانان باشند، اما به شرط آنکه صرفاً الهام بخش باشند و نه یک معیار برای مقایسه خود با بلاگرهای مختلف.

## چرا این زندگی فانتزی لایف استایل ها جذاب است؟

امروزه بسیاری از دختران نوجوان بلاگرهای مختلفی را در فضای مجازی دنبال می کنند و ویدیوهای متعددی درباره روتین های زندگی ذخیره می کنند، زیرا جذب محتوای آن ها شده اند. در واقع، این نوع محتواها برای دختران نوجوان بسیار جذاب هستند و نخستین عاملی که توجه آن ها را جلب می کند، زیبایی بصری است. زیرا مغز انسان به طور طبیعی به این جذابیت ها واکنش نشان می دهد. تصاویر و ویدیوهای ویرایش شده، نورپردازی دقیق، استفاده از رنگ های مکمل همگی در ایجاد زیبایی بصری نقش دارند و حس جذابیت و آرامش را به دختران القا می کنند. در دوره نوجوانی، افراد برای شکل دهی به هویت خود نیاز دارند دیده یا تأیید شوند و این نیاز به تأیید اجتماعی می تواند مسئله مهمی باشد. نوجوان مشاهده می کند که افراد با داشتن این سبک زندگی تحسین می شوند و در نتیجه، این باور در ذهن او تقویت می شود که اگر شبیه دیگران

باشد، پذیرفته خواهد شد. در واقع، افراد حاضر در فضای مجازی به الگوهای او تبدیل می شوند و گاهی به شکل افراطی از آن ها پیروی می کنند. مهم ترین عامل در شکل گیری هویت در سنین نوجوانی، محیط دوستانه و اطرافیان است و نیاز به تأیید اجتماعی از سوی آن ها نقش بسزایی در این فرایند ایفا می کند.

## تأثیرات منفی پیروی افراطی از لایف استایل ها چیست؟

زیاده روی کردن در پیروی از این گونه افراد در فضای مجازی و تبدیل شدن به یک وسواس و کمال گراییانه نگاه کردن یک مسئله مهم است. دو مفهوم در تأیید خودمان وجود دارد که یکی خود واقعی و دیگری خود آرمانی است. زمانی که ما خودی که الان هستیم را نگاه می کنیم و یک الگوی عجیب غریب را به عنوان خود آرمانی قرار می دهیم، فاصله میان خود واقعی و آرمانی خیلی زیاد است و هر چقدر این فاصله بیشتر باشد میزان اضطراب، استرس و وسواس هم در دختران بیشتر می شود.

## چرا خود مراقبتی مفید است؟

یک رابطه مستقیمی میان این خود مراقبتی و حس ارزشمندی است. هر چقدر که یک نوجوان به خودش، محیط اطرافش و روابطش بتواند حساس شود و با دقت آن ها را بررسی کند و به خودش این رسیدگی را داشته باشد حس ارزشمندی اش بالا می رود و این برعکسش هم اتفاق می افتد یعنی هر چقدر خودش را ببیند و خواسته هایش را سرکوب کند میزان رضایت مندی از زندگی کاهش پیدا می کند. اما هر چقدر به دنبال بهتر و بهتر شدن باشند مشکل پیدا می کند چون به روح و جسم خود آسیب وارد می کنند.

## تشخیص زندگی لوکس تقلبی و اصلی

با توجه به جذابیت بصری این محتواها، طبیعی است که نوجوانان تمایل داشته باشند زندگی ای لوکس و پرزرق و برق را تجربه کنند. اما اینکه چقدر می توانیم خواسته هایمان را با آنچه که واقعیت دارد مطابقت دهیم، مسئله مهمی است. دختران باید آگاه باشند که آنچه از سبک زندگی افراد در فضای مجازی مشاهده می کنند، نسخه ای ویرایش شده و گلچین شده از زندگی آن ها است. حتی باید بدانند آن شخصی که الگوی خود قرار می دهد تمام زندگی اش نیست بلکه کم و کاستی هایی دارد و شما صرفاً گلچین شده تماشا و همان قسمت ها حس خوب دریافت می کنید. در واقع باید گفت افراد بهترین جنبه خود در فضای عمومی را نمایش می دهند و نقص ها را می پوشانند.



طرح: مجید صالحی

+ یادداشت

## اینستاگرام؛ اعتیادآورتر از سیگار

● محیا جعفری ثانی

بلاگری در اینستاگرام عمر زیادی ندارد، ولی به عنوان یکی از مشاغل پردرآمد در دنیا شناخته شده است. اکنون بلاگرهای زیادی در اینستاگرام در زمینه های مختلف مشغول فعالیت هستند و خیلی خوب توانسته اند به درآمد بالایی برسند. بلاگری انواع مختلفی دارد و اغلب بلاگرها در یک زمینه خاص مشغول هستند. بلاگرها با نمایش جنبه های مختلف زندگی روزمره خود و تبلیغ محصولات یا خدمات، علاوه بر درآمدزایی، سبک جدیدی از زندگی را برای مخاطبان به تصویر می کشند. این مخاطبان، گاهی با دنبال کردن صفحات بلاگرها، واقعیت های زندگی خود را فراموش می کنند و به نوعی دچار روزمرگی مجازی می شوند.

آن ها محتوایی که به اشتراک می گذارند شامل روتین های پوستی، تغذیه و سلامت، استایل و قسمت های گزیده ای از زندگی روزمره شان است. گاهی اوقات، تماشای چنین محتواهایی جالب است و گاهی نیز تعجب برانگیز و حتی مایوس کننده، زیرا همه افراد امکان دستیابی به این روتین های گران قیمت و سبک زندگی فانتزی را ندارند.

در مقاله های جالبی که در رسانه ها فاین گتن پست منتشر شده بود، آمده است: «شبکه های اجتماعی، که طبق بررسی های صورت گرفته اعتیادآورتر از سیگار و الکل هستند، اکنون به شدت در زندگی جوانان نفوذ کرده اند؛ تا جایی که هنگام صحبت درباره سلامت روانی جوانان، نمی توان از تأثیر مهم شبکه های اجتماعی بر این موضوع چشم پوشی کرد.»

نکته این یافته این است که اگر شبکه های اجتماعی به شکلی درست، استفاده نشوند، می توانند همان آثار را روی ما داشته باشند که الکل و حتی مواد مخدر روی مصرف کنندگان شان دارند. هر موقع کسی پست های ما را لایک می کند یا زیر آن ها نظر می گذارد، در بدنامان دوپامین ترشح می شود و احساس لذت می کنیم. دوپامین در واقع ترکیبی آلی است که نقشی حیاتی در بدن و مغز دارد؛ تحقیقات علمی زیادی، ارتباط بین اجتماعی بودن و میزان ترشح دوپامین در بدن را اثبات کرده اند. دوپامین همچنین نقش پررنگی در اضطراب اجتماعی دارد. همین لذت ناشی از دوپامین می تواند وابستگی ایجاد کند و حالتی اعتیادآور به خود بگیرد.

دیگر مشکل اینجاست که اغلب مردم با خودشان سراسر نیستند و در حقیقت خود واقعی شان را در فضای آنلاین نشان نمی دهند. کاربران این شبکه اجتماعی نباید هنگام حضور در آن، شخصیتی جدید برای خود بسازند و خود را مانند کس دیگری نشان دهند تا صرفاً بتوانند فالوورهای خود را راضی نگه دارند؛ فالوورهایی که در هر صورت حتی اگر پست هایتان را نیز لایک کنند، در واقعیت آن طوری که فکرش را می کنید برای شما اهمیت قائل نیستند.



### چقدر باید برای دنبال کردن لایف استایل ها زمان گذاشت؟

اگر یک نوجوان تمام وقت خود را صرف بازسازی و تقلید این الگوها کند یاد آنم در تلاش باشد که زندگی ای فانتزی داشته باشد، ممکن است فراموش کند که رشد شخصی چگونه است؟ و واقعا به چه چیزی علاقه دارد. روتین پوستی یا تغذیه سالم، هر کدام به جای خود مهم هستند، اما باید توجه داشت که رشد فردی یک موضوع کاملاً شخصی است. هر فرد باید بر اساس شرایط مالی و فرهنگی خود، برنامه ای مناسب برای رشد شخصی تدوین و روتین زندگی اش را مشخص کند. لایف استایل های مجازی می توانند تنها به عنوان منبعی برای دریافت ایده ها، استفاده شوند، اما همه افراد نمی توانند دقیقاً مشابه یکدیگر زندگی کنند؛ زیرا مسیر رشد هر شخص، همانند اثر انگشت، منحصر به فرد است.

### مسئله مالی انکارناپذیر است؟

فردی را در نظر بگیرید که دائم احساس می کند هر آنچه می بیند از دسترس او خارج است. این وضعیت به یک ناهنجاری شناختی منجر می شود که فرد را گرفتار افکاری چون «دنیا ناکام کننده است»، «من هرگز به خواسته هایم نمی رسم»، «من با دیگران متفاوت هستم»، «دیگران موفق شده اند و من از آن ها عقب مانده ام» و سایر باورهای مشابه می کند. این افکار به تدریج رضایت از زندگی را کاهش داده، اضطراب را افزایش می دهد و فرد را به سمت انزوای اجتماعی سوق می دهند.

به ویژه، تفکر «من متفاوت از دیگران هستم» تأثیر مستقیمی بر تشدید انزوای اجتماعی دارد و شاید بدترین اتفاقی است که می تواند برای این فرد بیفتد. از سوی دیگر، فشارهای اجتماعی، به ویژه در نوجوانان، ممکن است به قدری افزایش یابد که آن ها تحت تأثیر قرار گرفته و به خانواده فشار وارد کنند و ممکن است تصمیم های غیرعقلانی بگیرد؛ به عنوان مثال، پول قرض بگیرد تا دوستانش را مهمان کند، یک لباس برند خریداری کند، یا اقدامات مشابهی را انجام دهد.

### ترویج باورهای غلط در سبک زندگی سالم

تبلیغات نادرست در فضای مجازی، شدت پیدا کرده است. بسیاری از بلاگرها در ازای دریافت هزینه محصولات خاصی را تبلیغ می کنند. اما برای نوجوانان، این تبلیغات به گونه ای تداعی می شود که گویی این محصولات لازمه داشتن سبک زندگی سالم هستند. این بلاگرها سبک زندگی سالمی را نمایش می دهند که به مصرف یک محصول خاص وابسته است. در حالی که جنبه های منفی این تبلیغات از دید نوجوانان پنهان می ماند یا به آن توجه نمی شود. متأسفانه، لایف استایل های اینستاگرامی ارزش گذاری های نادرستی را در فضای مجازی رواج داده اند؛ به عنوان مثال، تأکید بیش از حد بر ظاهر، در حالی که ارزش واقعی شامل جنبه هایی همچون سلامت روح و روان و بهداشت فردی است نه صرفاً داشتن یک روتین پوستی!





صاحب امتیاز:  
مدیر مسئول:  
سرمدییر:  
دیر ضمائم:  
دیر شهریانو:  
مدیرهنری:

شهرداری مشهد  
سید میثم موسوی مهر  
سید سجاد طلوع هاشمی  
ارژنگ حاتمی  
لیلا جانقریان  
سید هاشم دقیق

صفحه آرایی:  
عکاسان:  
ویراستاری:  
نشانی:  
روابط عمومی:  
شماره پیامک:

فاطمه سادات هوشیار امامی، حنا مستوفی، حامد خاکپور  
فهیمه فرخی، نرجس شاکری و فاطمه جاهدی حداد  
راهله سردار  
خیابان کوهسنگی - نبش کوهسنگی ۱۵  
۰۵۱-۳۸۴۸۳۷۵۲  
۳۰۰۷۲۸۹

موفق ترین مربی مشهدی فوتسال در سال گذشته، از سختی های راهش می گوید

## از رویای کودکی تا کاپ قهرمانی



مژده رنگیان مثل تمام دختران کوچکی که برای یک بار هم که شده با برادرشان فوتبال بازی کرده اند، مرضیه نیز بخشی از کودکی اش را با یک توپ در کنار برادر هایش در خانه پدری گذرانده است. آن روزها به عشق عکس های کوچک فوتبالی، همه پول هایش را جمع می کرد و آدامس می خرید تا مجموعه و آلبوم بازیکنانش را با عکس های داخل آن ها تکمیل کند. احمد رضا عابدزاده، دروازه بان تیم ملی، الگویی برای انتخاب پست گلری بود. آن زمان خبری از فوتبال و فوتسال برای دختران نبود، حتی فکرش را هم نمی کرد روزی بتواند در دنیای واقعی، در یک تیم واقعی، پایه توپ شود، چه برسد به بالا بردن جام قهرمانی! برای همین، به تمام رشته های دیگر از بسکتبال تا شناسری زدو حتی مربی موفقی در هندبال شد. اما بالاخره راهی به سوی تعبیر آرزوی کودکی اش باز شد و به قول خودش: خاک فوتسال او را گرفت.



### از گلری تا مربیگری

مرضیه جانقریبانیان درباره حضورش در دنیای فوتبال و فوتسال می گوید: در زمان دانشجویی توانستم به صورت حرفه ای فوتسال را آغاز کنم. البته، آن زمان به دلیل محدودیت های مختلف، از جمله نبود فضا و مربی، فعالیت دشوار بود. با این حال، در تیم های مختلف بازی کردم. اما همیشه یک ترس همراه من بود؛ اینکه روزی نتوانم فوتسال بازی کنم. این ترس رنگ واقعیت گرفت؛ با آسیب شدید زانوئ پای راست، مجبور به خدا حافظی با دنیای بازیکنی شدم. اما تسلیم نشدم و مسیر مربیگری را انتخاب کردم. از سال ۹۵ از رده های پایه شروع کردم؛ بعد از مدتی باشگاه خودم را راه اندازی کردم و حالا در کنار تیم و بازیکنان با استعدادم، در میادین کشوری و استانی فعالیت می کنم.

### مربی تاریخ ساز فوتسال مشهد

به جرئت می توان گفت موفق ترین مربی فوتسال خراسان رضوی در سال ۱۴۰۳ مرضیه جانقریبانیان بود؛ کسی که با دختران نوجوانش توانست تمام لیگ ها و جام ها را فتح کند و حالا یک جین کاپ طلایی در ویتترین افتخاراتش دارد. از قهرمانی در کشور گرفته تا قهرمانی در خراسان رضوی و مشهد. او تنهامربی مشهدی است که توانسته در تاریخ فوتسال بانوان این شهر، در لیگ کشوری قهرمان شود و نامش برای همیشه در تاریخ ورزش مشهد ثبت شود. نکته جالب درباره شاگردان جانقریبانیان این است که آن ها در تمام دیدار هایشان در لیگ یک کشور، از مرحله نخست تا مرحله پایانی، پیروز شدند و حتی یک تساوی یا شکست در کارنامه شان ثبت نشد و با رکورد فوق العاده «صد درصد برد»، قهرمان ایران شدند.

### رکوردهای جذاب برای مربی جوان

بانوی با تجربه مشهد در کارنامه خود افتخارات متعددی در سطوح مختلف دارد. اما نقطه اشتراک همه آن ها رنگ طلایی جام و عنوان قهرمانی است. به جز قهرمانی در سطح خراسان رضوی و مشهد، در لیگ های جوانان کشور نیز خوش درخشیده و در نهایت به میدان سخت و دشوار لیگ کشور پا گذاشت. او دو سال پیش مربی تیم فوتسال نفت امیدیه بود و توانست همراه با آن ها قهرمانی لیگ یک کشور را تجربه کند. پس از آن، فرصتی فراهم شد تا این افتخار آفرینی را در مشهد نیز رقم بزند. زمستان ۱۴۰۳، مرضیه با تلاش خود، تیم شهرش را به لیگ برتر رساند و رکوردی در خور توجه در کارنامه اش ثبت کرد. در دو سال اخیر، عنوان قهرمانی لیگ فوتسال خراسان رضوی و جام رمضان را در کارنامه ثبت کرده و همان بازیکنان جوان و با انگیزه اش در لیگ یک کشور نیز رکورد شکنی کردند. در جام رمضان امسال هم، او همراه با دخترانش در تیم «تکنیک برتر» توانست برای سومین سال پیاپی جام قهرمانی را بالای سر ببرد و به قول ورزشی ها، «هتریک» کند!

### سختی های بانوان در این مسیر

کار کردن در ورزش حرفه ای بانوان سختی های خاص خود را دارد؛ همه زندگی ام را در این راه گذاشته ام و چندین سال است که در هر رقابتی عنوان قهرمانی را کسب می کنیم، اما دیده نمی شویم، کسی تلاش ما را نمی بیند، از ما تقدیر نمی شود و از همه مهم تر حامی مالی نداریم. حتی این همه موفقیت برایشان عجیب است و ما را تحت فشار می گذارند تا متوقف شویم. با همه تلاشی که برای تیم دختران شهرمان کشیدیم و به لیگ برتر صعود کردیم، ممکن است امسال به دلیل نبود حامی (اسپانسر مالی) امتیاز مشهد از بین برود و سقوط کنیم.

### خانم ها بفرمایید فوتسال

از جانقریبانیان درباره مسیر دختران در رشته فوتسال می پرسیم. او می گوید: فوتسال برای دختران مانند سایر رشته های ورزشی نیست. در اولین گام، باید استعداد آن در خون شما باشد و علاقه مند به کار با پا و توپ باشید. از نظر هزینه باید بگویم از بقیه رشته ها بسیار کم هزینه تر است! در ابتدای راه، تنها وسیله ضروری یک جفت کفش است. آن هم نه کفش های حرفه ای و با مبلغی از ۶۰۰ هزار تومان به بالا تهیه می شود. توپ نیز باید به تدریج همراه همیشگی بازیکن شود که آن هم با حدود ۵۰۰ هزار تومان در ابتدای راه می توان تهیه کرد. با ورود به سطح حرفه ای، مسیر و ابزارها تغییر می کنند. بهترین و طلایی ترین زمان برای شروع این رشته ۱۰ تا ۱۱ سالگی است و نباید این فرصت را از دست داد.

داد. البته از سنین بالاتر هم می توان شروع کرد. برای رسیدن به رده های بالاتر کار سخت تری دارند. مدارس می توانند نقش مهمی در شناسایی استعداد ها داشته باشند. اما برای آموزش و ادامه مسیر، والدین باید دختران خود را به باشگاه ها بفرستند تا زیر نظر مربیان حرفه ای فوتسال تمرین کنند. ادامه مسیر در صورت پشتکار و تمرین تا تیم های ملی نیز می توانند برسند. از جانقریبانیان می پرسیم فوتبال یا فوتسال؟ او می گوید: نظر شخصی من فوتسال است. فوتسال تکنیک را بالایا می برد و بازیکن خوش تکنیک می شود. به نظر من دختران با فوتسال شروع کنند و بعد از یاد گرفتن کار با توپ در صورت داشتن علاقه و مشورت با مربی می توانند راهی فوتبال و زمین چمن شوند.

### افتخارات مرضیه جانقریبانیان

قهرمانی در لیگ دسته یک فوتسال بانوان کشور

صعود به لیگ برتر فوتسال بانوان کشور

قهرمانی در لیگ دسته یک با تیم نفت امیدیه

قهرمانی اولین دوره لیگ برتر فوتسال بانوان خراسان رضوی

قهرمانی در دوره های دوم، سوم و چهارم جام رمضان مشهد

