



سانا بازمی

ابعاد روانی و اجتماعی قرنطینه خانگی ناشی از کرونا در گفت‌وگو با دکتر امان‌الله قزایی مقدم

مادران تعلق خاطر خانواده‌ها را در این روزهای کرونایی بالا ببرند

■ **لیلاجعفری**

درد مشترک مردم جهان، سوغات و بیروسی از ووهان چین، بسا آزادی ما چه کرده است؟ گر فثاری مشترک مردم جهان، از وجود کووید ۱۹ برای ما چه می گوید؟ کدام دسته از اقشار جامعه به توجه بیشتری در روزها یا ماه‌های قرنطینه نیاز دارند؟ آیا نوجوانان و جوانان بیش از سایرین از پیامدهای ناشی از خانه‌نشینی رنج می‌برند؟ جهان در طی اعصار گذشته چه بر خوردی با محدودیت‌ها داشته است؟ وضعیت‌های مشابه در جهان چه تأثیری بر مردم داشته است؟ آیا می توان به دلایل شخصی قرنطینه را زیر پا گذاشت؟ آیا مقررات ویژه این روزها به قانون تبدیل می‌شود؟ نقش بانوان در خانه ماندن دیگر اعضای خانواده چیست؟ آیا این عنصر مهم خانواده این روزها نقش متفاوتی را نسبت به گذشته ایفا می‌کند؟ دکتر امان‌الله قزایی مقدم، عضو هیئت علمی دانشگاه خوارزمی، جامعه‌شناس و روانشناس اجتماعی در صفحه سبک زندگی با ماست تا درباره این موارد با ما سخن بگوید. وی معتقد است قرنطینه در شرایط حساس کنونی که بحث سلامت مردم در میان می‌باشد نه تنها مغایر با آزادی مردم نیست بلکه عین دموکراسی است. وی همچنین نقش زنان را در حفظ سلامت روانی اعضای خانواده در شرایط قرنطینه بسیار مهم می‌داند. در ادامه، گفت‌وگوی ما را با این مؤلف و پژوهشگر می‌خوانید.

با تدابیری که در نظر گرفته شده است و محدودیت‌هایی که برای مردم در جهان از سوی دولت‌ها و در بعضی موارد خود مردم به وجود آمده است، آیا می‌توانیم بگوییم آزادی مردم در شیوه و سبک زندگی زیر سؤال رفته است؟

خیر. این قرنطینه عین دموکراسی است چون برای حفظ سلامت جامعه است. توسعه‌یافتگی جامعه نخستین عنصر و اساسی‌ترین آن، دموکراسی و آزادی‌خواهی است. یعنی حکومت مردم بسر مردم، یعنی رای و نظر مردم اگر نباشد، جامعه‌ای پیشرفت نمی‌کند. اگر علم پیشرفت می‌کند، به دلیل دموکراسی است. همه صاحبانظران و فلاسفه بزرگ از دوران باستان به دنبال دموکراسی هستند. یکی از دلایل پیشرفت یونان و اینکه توانست پایدار بماند وجود فلاسفه بزرگ آن مانند افلاطون، ارسطو و فیثاغورث و... بودند. ولی در دوران قرون وسطی که دموکراسی وجود نداشت پیشرفتی هم حاصل نشد. از دوران انقلاب صنعتی به بعد که پیشرفت و توسعه‌یافتگی اروپا به وجود آمد به دلیل توسعه دموکراسی است؛ حتی کشانی در این راه جانشان را از دست دادند و شهید شدند. این افراد به دنبال این بودند که مردم به سرنوشت خود فکر کنند و آزادانه بیندیشند، ولی آزادی باید در اندام‌های باشد که جامعه به آثارشیم یا هرج و مرج کشیده نشود.

بنابراین می‌توان گفت کراسی که هم‌اکنون قرنطینه را زیر پا می‌گذارد و خانه‌نشینی را رعایت نمی‌کنند، به نوعی هرج و مرج در جامعه به وجود می‌آورند؟

بله. افرادی که هم‌اکنون قرنطینه را زیر پا می‌گذارد، به نوعی آثارشیم ایجاد می‌کنند و ممکن است جامعه را دچار هرج و مرج کنند. این رفتار با دموکراسی مغایرت دارد و در واقع یک‌جور هرج و مرج طلبی است. اینکه برخی بگویند دلمان می‌خواهد برویم بیرون و میل خودمان است که مریض شویم یا نه، باید گفت همان طور که جامعه در قبال شما مسئولیت‌هایی دارد شما نیز در قبال جامعه مسئولیت‌هایی دارید. قوانین و مقررات یکی از این مسئولیت‌هاست. متأسفانه برخی از مردم به قوانین و مقررات اعتماد نمی‌کنند برای همین هم آنها را رعایت نمی‌کنند. از نظر شما این پیروی از قوانین و مقررات چگونه باید باشد؟

تصویب شده است که وزارتخانه بهداشت و درمان وجود داشته باشد که مسئول سلامتی تمام آحاد جامعه است، در حال حاضر این وزارتخانه مقرراتی را ایجاد کرده است که رعایت نکردن آنها هرج و مرج به وجود خواهد آورد. همان طور

که می‌دانید قوانین و مقررات با یکدیگر تفاوت دارند، قوانین در مجلس تصویب می‌شود و رعایت نکردن آن مجازات دارد و حتی تا مجازات‌های سنگین هم برای آن در نظر گرفته شده است ولی مقررات به وسیله سازمان‌ها تصویب می‌شود مانند مقررات راهنمایی و رانندگی، مقرراتی که این روزها وزارت بهداشت در نظر گرفته برای حفظ سلامتی همگان است و تخطی از آن آسیب زدن به سلامتی و تندرستی دیگران محسوب می‌شود.

برای اینکه مردم این مقررات را جدی بگیرند پیشنهاد شما چیست؟

اجرای این مقررات باید در جامعه جدی‌تر صورت بگیرد و ضمانت‌هایی داشته باشد. در ژاپن تخلف در مقررات کمتر است، چون قوانین سفت و سخت‌تری وجود دارد. دلسوزی در این‌باره جایی ندارد و هیچ خطایی قابل چشم‌پوشی نیست، چون هر تخلفی در این مورد با جان و سلامتی مردم کار دارد. در حال حاضر جدیت در اجرای مقررات راه‌حل این مشکل است، ولی راه‌حل اساسی‌تر برمی‌گردد به دوران کودکی که زمانبر است.

درباره فرهنگ‌سازی و تربیت کودکانی بیشتر توضیح می‌دهید؟

بله. اگر افراد از کودکی تربیت درستی داشته باشند ما در جامعه شاهد این بی‌نظمی‌ها و هرج و مرج طلبی‌ها نخواهیم بود یا کمتر خواهیم بود. به‌طور مثال، همان‌که یکی از قانونمندترین کشورهاست از کودکی افراد را قانون‌مدار بار می‌آورد، برای همین مردم این کشور از کودکی می‌دانند که باید قانون را جدی گرفت. هم‌اکنون از قوه مجریه باید پرسید این افرادی که برای خودشان به سفر رفته و با رعایت نکردن مقررات راه‌خودشان را می‌روند چرا این اجازه را پیدا کرده‌اند؟ این پرسش از این قوه ما را به جایی که نیاز به بررسی و تقویت دارد هدایت خواهد کرد. افراد باید بدانند که در کدام جامعه زندگی می‌کنند و قوانین و مقررات آن را بدانند.

زندگی مردم دچار تغییر شده و در قرنطینه زندگی متفاوتی را نسبت به گذشته تجربه می‌کنند، به نظر شما ممکن است این موضوع چه اثراتی بر جامعه داشته باشد که در درازمدت بتوانیم آن را ببینیم، به طور کلی آیا اثراتی خواهد داشت یا خیر؟

باقرنطینه‌ای که به وجود آمده است، طبیعتاً تأثیری بر جامعه شکل می‌گیرد که باید نسبت به آنها هشیار بود. اثرات فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی در ابعاد متعدد از پیامدهای آن خواهد بود. ولی آنچه به آن می‌پردازم مربوط به انسانیت و ویژگی‌های انسانی است. افراد این روزها بیش از گذشته در خانه و کنار یکدیگر هستند، برای همین ممکن است تنش‌هایی به وجود بیاید، احتمالاً برخی مشکلات خانوادگی، همسرآزاری، کودک‌آزاری، تنش‌ها و مشاجرات وجود دارد و نکته‌ای که باید به آن توجه کرد، این است که حتی میل به خودکشی

در این شرایط ممکن است در برخی به وجود بیاید. در واقع در شرایطی که افراد تعلقات و وابستگی‌های خود را از دست می‌دهند، میل به خودکشی ممکن است بالا برود. بر اساس نظریه دور کیم و تئوری خودکشی کلاسیک، وقتی تعلقات افراد کم شود یعنی از جامعه فاصله بگیرند، ممکن است میل به خودکشی در فرد ایجاد شود. البته تعلقاتی مانند مذهب، روابط خانوادگی، اجتماعی، شغلی و... می‌تواند از بروز این میل در افراد جلوگیری کند. در این باره تحقیقات نشان داده است که میل به خودکشی در لامذهب‌ها که به مذهب وابستگی ندارند، بیشتر به وجود آمده است. حتی جالب است بدانیم که در دین مسیحیت، کاتولیک‌ها نسبت به پروتستان‌ها کمتر دچار خودکشی می‌شوند، چون علاوه بر گرایش و تعلق به مذهب، هر هفته در مراسم مذهبی کلیسا هم شرکت و تعلقات اجتماعی نیز پیدا می‌کنند و پروتستان‌ها نسبت به بی‌مذهب‌ها بیشتر، به این نتیجه رسیدم که فرزندان زنان تحصیلکرده امکاناتی را در اختیار مردم بگذارند که این قضیه را ملایم‌تر کند. نقش بانوی خانواده در این روزها به شدت پررنگ‌تر است. در نمونه‌های زنان و فرسوردها که با خانواده خود دارند و فضایی که در خانه ایجاد می‌کنند مهم است، ولی همه مادران امروز نقش بسیار مهمی در سلامت خانه‌ها در قرنطینه دارند. به‌طور مثال بنده در تحقیقی که در گذشته داشتم، به این نتیجه رسیدم که فرزندان زنان تحصیلکرده کارمند، نسبت به فرزندان زنان خانه‌دار با تحصیلات پایین، میانگین دروسشان یک نمره بیشتر و فرزندان زنان معلم نسبت به فرزندان زنان با تحصیلات پایین و خانه‌دار، میانگین نمرات درسی‌شان ۲/۵ نمره بیشتر بود. این تحقیق را حدود ۱۵ سال پیش به همراه گروهی از دانشجویان در مدارس دوره راهنمایی مناطق ۱۳ و ۱۴ تهران انجام دادیم. اما هر بانویی در خانه و خانواده خود می‌داند که چه چیز بیش از همه فرزندان و همسر را خوشحال می‌کند و چگونه می‌تواند فضای شادتری را در خانه ایجاد کند. نقش زنان در این روزها واقعاً چشمگیر است.

خود بانوان نیز این روزها نیاز به حمایت عاطفی و روحی بیشتری نسبت به گذشته دارند، این طور نیست؟

بله، زنان در این روزها بیش از گذشته درگیر مسائل خانواده هستند و از آنجا که افراد خانواده همه در خانه و کنار هم هستند، ممکن است سختی بیشتری نسبت به گذشته داشته باشند. زنان در این شرایط کار بیشتری انجام می‌دهند و ممکن است دچار سختی‌هایی شوند که برایشان آزار دهنده باشد. ممکن است افراد خانواده غر بزندند و در جوی که پیش آمده بداخلای هم بشویند، به‌ویژه که مردها هم که معمولاً عادت به خله ماندن ندارند، در خانه هستند و این خانه‌نشینی ممکن است بداخلای و بدرفتارشان کند، ولی صبر و درایت زنان این روزها به راستی مهم است. زنان باید این نکته را جدی بگیرند که نقش‌شان در این باره و مدیریت‌شان در این شرایط، اگر خوب انجام نشود، شاید در آینده به راحتی قابل جبران نباشد.

در تحقیقات بسیاری که درباره تأثیر زنان در خانواده شده، این اهمیت اثبات شده است. به‌طور مثال بازیل برنشتاین جامعه‌شناسی که در زمینه آموزش و پرورش فعالیت می‌کرد در تحقیقاتش این را نشان داد که طبقه اجتماعی در میزان خزانه لغات فرزندان مؤثر است. به‌ویژه سطح تحصیلات مادر در برابری این خزانه تأثیر زیادی دارد. دلایلش هم این‌هاست که مادران کم‌سواد بایی‌سواد وقتی می‌خوانند کودکی را ترغیب به کاری کنند او را از کار نهدی می‌کنند و مثلاً به او می‌گویند نکن و دلیلی برای انجام ندادن آن نمی‌آورند. ولی مادران باسواد با تحصیلکرده برای کودک دلیل می‌آورند که به فلان دلیل فلان کار را انجام نده مثلاً آنلا شیرینی نخور چون اگر بخوری، نمی‌توانی غذایی را بخوری. همه این‌ها نشان می‌دهد که زن می‌تواند این روزها بسیار مؤثر عمل کند و تعلق خاطر اعضای خانواده را بالا ببرد، به‌ویژه همان‌طور که گفته شد، هم‌اکنون نوجوانان در این قرنطینه شرایط حساس‌تری را می‌گذرانند و این فشار نیز معمولاً در کنار خانواده و مادر به سر می‌برد.

شاید این سلب آزادی چون در میان تمام اقشار جامعه و سنین متفاوت و مشاغل گوناگون به یک اندازه برقرار است، همه به یک اندازه آن را درک کنند. حتی افرادی که قوانین را زیر پا می‌گذارند و در خانه نمی‌مانند یا به خاطر داشتن مشاغلی که حضورشان در جامعه نیاز است، ناچار به رفتن به بیرون از خانه هستند هم اثرات این محدودیت را در زندگی خود می‌بینند و لمس می‌کنند.

در ک این محدودیت‌ها در افراد مختلف واکنش‌های متفاوتی هم ایجاد می‌کند. ممکن است برخی با این محدودیت‌ها دچار استرس شوند و برخی افسرده و گوشه‌گیر و برخی این شرایط را فرصتی مغتنم برشمارند که می‌شود بهره‌های متفاوتی از آن برد.

تأثیر قرنطینه بر نوجوانان بیش از سایرین است. درباره نکته‌ای که پیش‌تر گفتم درباره این قشر حساس‌تر است. خانواده‌ها در این باره نقش بسیار مهمی دارند. نهادهای باید امکاناتی را در اختیار مردم بگذارند که این قضیه را ملایم‌تر کند. نقش بانوی خانواده در این روزها به شدت پررنگ‌تر است. در نمونه‌های دیگر است. درست است که تحصیلات مادران در نمونه‌های زنان و فرسوردها که با خانواده خود دارند و فضایی که در خانه ایجاد می‌کنند مهم است، ولی همه مادران امروز نقش بسیار مهمی در سلامت خانه‌ها در قرنطینه دارند. به‌طور مثال بنده در تحقیقی که در گذشته داشتم، به این نتیجه رسیدم که فرزندان زنان تحصیلکرده کارمند، نسبت به فرزندان زنان خانه‌دار با تحصیلات پایین، میانگین دروسشان یک نمره بیشتر و فرزندان زنان معلم نسبت به فرزندان زنان با تحصیلات پایین و خانه‌دار، میانگین نمرات درسی‌شان ۲/۵ نمره بیشتر بود. این تحقیق را حدود ۱۵ سال پیش به همراه گروهی از دانشجویان در مدارس دوره راهنمایی مناطق ۱۳ و ۱۴ تهران انجام دادیم. اما هر بانویی در خانه و خانواده خود می‌داند که چه چیز بیش از همه فرزندان و همسر را خوشحال می‌کند و چگونه می‌تواند فضای شادتری را در خانه ایجاد کند. نقش زنان در این روزها واقعاً چشمگیر است.

خود بانوان نیز این روزها نیاز به حمایت عاطفی و روحی بیشتری نسبت به گذشته دارند، این طور نیست؟

بله، زنان در این روزها بیش از گذشته درگیر مسائل خانواده هستند و از آنجا که افراد خانواده همه در خانه و کنار هم هستند، ممکن است سختی بیشتری نسبت به گذشته داشته باشند. زنان در این شرایط کار بیشتری انجام می‌دهند و ممکن است دچار سختی‌هایی شوند که برایشان آزار دهنده باشد. ممکن است افراد خانواده غر بزندند و در جوی که پیش آمده بداخلای هم بشویند، به‌ویژه که مردها هم که معمولاً عادت به خله ماندن ندارند، در خانه هستند و این خانه‌نشینی ممکن است بداخلای و بدرفتارشان کند، ولی صبر و درایت زنان این روزها به راستی مهم است. زنان باید این نکته را جدی بگیرند که نقش‌شان در این باره و مدیریت‌شان در این شرایط، اگر خوب انجام نشود، شاید در آینده به راحتی قابل جبران نباشد.

در تحقیقات بسیاری که درباره تأثیر زنان در خانواده شده، این اهمیت اثبات شده است. به‌طور مثال بازیل برنشتاین جامعه‌شناسی که در زمینه آموزش و پرورش فعالیت می‌کرد در تحقیقاتش این را نشان داد که طبقه اجتماعی در میزان خزانه لغات فرزندان مؤثر است. به‌ویژه سطح تحصیلات مادر در برابری این خزانه تأثیر زیادی دارد. دلایلش هم این‌هاست که مادران کم‌سواد بایی‌سواد وقتی می‌خوانند کودکی را ترغیب به کاری کنند او را از کار نهدی می‌کنند و مثلاً به او می‌گویند نکن و دلیلی برای انجام ندادن آن نمی‌آورند. ولی مادران باسواد با تحصیلکرده برای کودک دلیل می‌آورند که به فلان دلیل فلان کار را انجام نده مثلاً آنلا شیرینی نخور چون اگر بخوری، نمی‌توانی غذایی را بخوری. همه این‌ها نشان می‌دهد که زن می‌تواند این روزها بسیار مؤثر عمل کند و تعلق خاطر اعضای خانواده را بالا ببرد، به‌ویژه همان‌طور که گفته شد، هم‌اکنون نوجوانان در این قرنطینه شرایط حساس‌تری را می‌گذرانند و این فشار نیز معمولاً در کنار خانواده و مادر به سر می‌برد.

سبک نگاه



انتخاب‌های ما برای چگونه گذراندن ایام قرنطینه

محدودیت‌ها را با خلاقیت پر ثمر کنیم

■ **هما ابرانی**

بر خورد ما با محدودیت‌ها چیست؟ وقتی با محدودیتی روبه‌رو می‌شویم، می‌خواهیم از آن فرار کنیم یا قدرت مقابله با آن را داریم؟ فکر می‌کنیم باید با آن بجنگیم یا برای رویارویی با آن، تدبیری به کار ببریم؟ قرنطینه و خانه‌نشینی، این اندیشه اولیه را در من ایجاد کرد تا درباره بر خورد ما با محدودیت بنویسم. مدیریت کردن این محدودیت، بحث مهمی است. چند درصد از ما، مدیریت دست و مناسبی در این شرایط داریم؟ برخی ممکن است بخواهند از هر راهی که شده فرصتی بیابند تا از زیر فشار روحی این شرایط خلاصی یابند. برخی قوانین را زیر پا گذاشته و از راه‌های ممکن مانند سفر، تفریح و رفت و آمد با دوستان و خویشان، از خانه بیرون می‌روند، خلاصه بر خورد همه ما با این مسئله متفاوت است. اما یک چیز در بین همه ما مشترک است و آن اینکه قرنطینه یعنی حبس شدن. هر چند که بخشی از آزادی از ما گرفته شده است ولی هر قدر که هست باز هم بحث سلب آزادی به میان می‌آید و واکنش ما در برابر آن.

باز هم از نظر روحی آزار و اذیتی را احساس نمی‌کردند. چون کسی به آنان نمی‌گفت نباید بروی بیرون. آنان از خانه بیرون نمی‌رفتند، چون لازم نبود که بروند و این روزها که این را می‌دانند برای رفتن به بیرون آزاد نیستند، ممکن است برایشان سخت باشد. دوست نونده‌های دارم که بیشتر ساعات و روزهایش را در خانه و در اتاق کارش می‌گذرانند. خودش یک بار به شوخی گفت که آنقدر از خانه بیرون نمی‌رود که دنبال بهانه‌ای می‌گردد تا کمی از نقشش را هم بیرون از خانه سبوری کند، ولی همین دوست، هم‌اکنون از اینکه ناچار است در خانه بماند احساس ناراحتی می‌کند.

به‌جز مواردی که محدودیت‌ها مانند مارا در تنگنا قرار می‌دهد، مانند مشکلات اقتصادی، اجتماعی و دلگتی برای خویشان و دوستان و... به نظر می‌رسد ابعاد روحی و روانی این قضیه برای ما آزاردهنده است. محدودیت همیشه با ناراحتی‌هایی همراه است. ما چه بخواهیم و چه نخواهیم این روزها و ماه‌ها باید محدود باشیم و تا می‌توانیم خانه را ترک نکنیم. پس بهتر است نگاهمان را به این قضیه کمی تغییر دهیم. کار سختی به نظر می‌آید، اما شدنی است.

بسیاری از مردم منتظر نشسته‌اند تا یک فکر پیدا شود و کاری برای انسان بکند. درست است که جامعه نیاز به کمک از سوی رسانه‌ها و هر آنچه‌ای که می‌تواند برای تلطیف سخته‌های‌شان کاری بکند انتظاراتی دارند و بسیار هم انتظار درستی است، ولی ما باید به فکر خودمان باشیم. در این باره بیش از اینکه منتظر یاری دیگری شویم یا فلان مقام مسئول یا فلان سازمان، خودمان باید دست به کار شویم و به داد خودمان برسیم.

محدودیت آزادی ما در این دوره، چیزی است که می‌توانیم رعایتش کنیم و با پرداخت کمی جریمه یا چند بر خورد قهرآمیز از سوی پلیس یا دیگران، آن را زیر پا بگذاریم. اما ما آزادانه انتخاب کرده‌ایم که محدودیت را حفظ کنیم و بر آن ارج نهمیم. بنابراین می‌شود با این دید، به محدودیت در آزادی درست‌تر نگاه کرد. به خودمان روحیه بدهیم، از راه‌هایی که بلد

این‌ها شاید سخت به نظر بیاید و زندگی‌مان را اهل مطالعه هستیم، برویم سراغ کتاب و آنچه تا روحیه خود را تقویت کنیم، اگر درست به

محدودیت را حفظ کنیم و بر آن ارج نهمیم. بنابراین می‌شود با این دید، به محدودیت در آزادی درست‌تر نگاه کرد. به خودمان روحیه بدهیم، از راه‌هایی که بلد



ما آزادانه انتخاب کرده‌ایم که محدودیت را حفظ کنیم و بر آن ارج نهمیم. بنابراین می‌شود با این دید، به محدودیت در آزادی درست‌تر نگاه کرد. به خودمان روحیه بدهیم، از راه‌هایی که بلد