



■ حسن فرامرزی

حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر عباس پسندیده، رئیس گروه روان‌شناسی اسلامی پژوهشگاه قرآن و حدیث قم این سال‌ها به صورت تخصصی روی موضوع تاب‌آوری کار کرده است. گفت‌وگوی ما با این پژوهشگر با توجه به فضایی که امروز جامعه ما در آن قرار دارد، احتمالاً می‌تواند پیشنهاد‌های عملی و کارا به مخاطب خود ارائه کند. در واقع این گفت‌وگو می‌خواهد به مخاطب نشان دهد اگر چه وسط تلاطم‌ها و طغیان‌های سرکش زندگی قرار گرفته است و موج‌های سهمگین به سوی او می‌آیند، اما در واقع از یک فراز بالاتر سرنوشت او به آموشد این تلاطم‌ها و موج‌ها بستگی ندارد، بلکه سرنوشت او به کنش و رفتاری بستگی دارد که در برابر موج‌های زندگی نشان می‌دهد.

در شرایط فعلی با چالش‌های حیاتی در زیست طبیعی شهروندان روبه‌رو هستیم که به نوعی «ناامنی ذهنی» دامن می‌زند. مثلاً آدم‌ها می‌بینند هر روز قیمت کالاها اوج بیشتری می‌گیرد و هزینه‌ها و درآمدهای شان با هم همخوانی ندارد. واکنش آدم‌ها در این وضعیت تولید خشم، ناخشنودی و گلابه است. چطور به آدم‌ها می‌توان گفت این تولید خشم اولاً مسئله آنها را حل نمی‌کند و ثانیاً شاید آسیب این تولید خشم و گلابه بیشتر از آن مسئله بیرونی باشد.

درباره مسئله خشم و به ویژه خشم اجتماعی باید دید که ریشه‌های خشم کجاست تا بتوان آن را حل کرد. خشم وقتی شکل می‌گیرد که انسان‌ها احساس ناکامی و ظلم کنند. اگر افراد ببینند حق‌شان دیده و داده نمی‌شود و مورد ظلم قرار می‌گیرند دچار خشم می‌شوند. حالا این واکنش می‌تواند ناشی از یک ظلم واقعی باشد یا نه صرفاً احساس ظلم باشد.

خاستگاه دیگر خشم، مسئله ناامیدی است. اگر افراد تصور کنند که برای گرفتن حق‌شان و برای اصلاح وضعیت موجود و برای اینکه میزان و تعداد فسادها کاهش پیدا کند و نابسامانی‌ها کم شود، هیچ راهی جلوی پسای آنها وجود ندارد و فضایی واقعی و نه شعاری برای اصلاح وضع موجود پیش‌بینی نشده، اینجاست که آن احساسات منفی به خشم تبدیل می‌شود. اگر مردم ببینند در دوره‌های مختلف انتخبات رأی‌شان دیده نمی‌شود یا کاندیدای مورد نظر آنها در لیست جریان‌های سیاسی و احزاب وجود ندارد که به صحنه بیاند و رأی بدهند، طبیعی است که احساس ناامیدی خواهند کرد. اگر لایه‌های مختلف مردم از همان طبقه و جایگاهی که در آن قرار دارند، ببینند که به رغم انتقاداتی که به مدیریت جامعه وجود دارد، رویه‌ها و سیاست‌ها اصلاح و تغییر پیدا نمی‌کند، این نقطه‌ای است که مردم را مستأصل و مأیوس خواهد کرد.

شما در واقع می‌گویید بخشی از این سامانه تولید خشم و ناامیدی به شیوه فعلی مشارکت دادن مردم در اصلاح رویه‌ها برمی‌گردد؟

بله، بد نیست نگاهی به گذشته بیندازیم. در گذشته - تا قبل از دوم خرداد - افرادی که به نوعی منتقد بودند و با نظام سیاسی مشکل داشتند به صحنه نمی‌آمدند. در انتخابات دوم خرداد با شرایطی که به وجود آمد، این قشر از جامعه متوجه شدند که با آمدن به صحنه می‌توانند نظرات‌شان را اعلام و اعمال کنند و همین کنش باعث شد ما در دوره‌های بعد انتخابات‌های پرشوری داشته باشیم اما به مرور زمان و بر اساس برخی رویه‌های نادرست یا سوءتفاهم‌ها مردم به این نتیجه رسیدند که مسیر انتخابات باعث کاهش نابسامانی‌ها نمی‌شود و به همین جهت احساس ناامیدی شکل گرفت، البته گاهی خشم پنهان است اما ظلم وقتی با ناامیدی پیوند بخورد به خشم آشکار تبدیل و این خشم ابراز می‌شود. ابراز خشم آن هم در مقیاس اجتماعی مربوط به جایی است که افراد توأمان احساس ناامیدی و ظلم شدید کنند. خداوند متعال هم در قرآن کریم می‌فرماید: لا یحِبُّ اللهُ الْجَهْرَ بِالسُّوءِ مِنَ الْقَوْلِ إِلَّا مَنْ ظَلَمَ / خدا دوست ندارد کسی در علن و ملاً عام علیه کسی فریاد بزند مگر اینکه احساس ظلم کند، بنابراین احساس ظلم و ناامیدی یکی از مسئله‌های بسیار مهم است.

اشاره کردید که ظلم می‌تواند واقعی باشد یا نه صرفاً احساس ظلم باشد. شیوه برخورد با این دو نوع ظلم چگونه باید باشد؟

خب اگر درک صحیحی از موقعیت داشته باشیم و به اصطلاح، درد را به درستی تشخیص داده باشیم، آن وقت می‌توانیم سخن از راه‌حل بر زبان جاری کنیم. ببینید ظلم می‌تواند واقعی باشد یا احساس شده باشد، یعنی فرد یا افراد احساس ظلم کنند و واقعیت نداشته باشد. اینجا حاکمیت باید تدبیری ببیند، اگر ظلم واقعی است باید روند حکمرانی را اصلاح کند اما اگر ظلم صرفاً یک احساس است و واقعیت ندارد، حاکمیت باید با استفاده از روش‌های علمی موجود در روان‌شناسی اجتماعی، جامعه‌شناسی، ارتباطات و راهبرد تبیین و روشنگری آن حس غلط را از بین ببرد. چرا حکمرانان از نظرات و نتایج

گفت‌وگو با حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر عباس پسندیده
رئیس گروه روان‌شناسی اسلامی پژوهشگاه قرآن و حدیث قم

تاب‌آوری مردم باید مسؤلان را دغدغه‌مندتر کند

یک خاستگاه خشم

مسئله ناامیدی است. در واقع خشم وقتی بروز می‌کند که افراد به این نتیجه برسند که برای گرفتن حق‌شان و برای اصلاح وضعیت موجود و برای اینکه میزان و تعداد فسادها کاهش پیدا کند و نابسامانی‌ها کم شود، هیچ راهی جلوی پسای آنها وجود ندارد و فضایی واقعی و نه شعاری برای اصلاح وضع موجود پیش‌بینی نشده، اینجاست که آن احساسات منفی به خشم تبدیل می‌شود. اگر مردم ببینند در دوره‌های مختلف انتخبات رأی‌شان دیده نمی‌شود یا کاندیدای مورد نظر آنها در لیست جریان‌های سیاسی و احزاب وجود ندارد که به صحنه بیاند و رأی بدهند، طبیعی است که احساس ناامیدی خواهند کرد. اگر لایه‌های مختلف مردم از همان طبقه و جایگاهی که در آن قرار دارند، ببینند که به رغم انتقاداتی که به مدیریت جامعه وجود دارد، رویه‌ها و سیاست‌ها اصلاح و تغییر پیدا نمی‌کند، این نقطه‌ای است که مردم را مستأصل و مأیوس خواهد کرد.

تاب‌آوری و پیش‌روندگی ملت ایران، یکی از معجزات فرهنگ اسلامی است و باید جزو دستاوردهای انقلاب اسلامی دانست

در کشورهای غربی مثل امریکا و کشورهای اروپایی متوجه شدند رنج، محرومیت نابسامانی و فقر را نمی‌توان حذف کرد به ویژه مسئله درد و رنج و مشکلات، یعنی مجموعه آنچه ما به آن مصائب می‌گوییم

مسؤلان باید قدر این مردم را بدانند و تاب‌آوری مردم مسئولیت آنها را بیشتر کند. هرگز نباید تاب‌آوری مثال‌زدنی مردم ایران، خیال کنند، بلکه باید آنها را بیشتر دغدغه‌مند و حساس کند

خشم وقتی شکل می‌گیرد که انسان‌ها احساس ناکامی و ظلم کنند. اگر افراد ببینند حق‌شان دیده و داده نمی‌شود و مورد ظلم قرار می‌گیرند دچار خشم می‌شوند. حالا این واکنش می‌تواند ناشی از یک ظلم واقعی باشد یا نه صرفاً احساس ظلم باشد

این یک تصور غلط است که ما گمان کنیم تاب‌آوری مربوط به جوامع فقیر و توسعه‌نیافته و زندگی بدون تاب‌آوری و لذت مربوط به جوامع پیشرفته است. بشر در این دنیا چه فقیر باشد به لحاظ اقتصادی و چه غنی، حتماً درد و رنج را تجربه خواهد کرد

اگر تاب‌آوری در مقیاس ملی را در نظر بگیریم، این سال‌ها واقعاً مردم ما سنگ تمام گذاشته‌اند. مردم ایران از مقاوم‌ترین و تاب‌آورترین ملت‌های دنیا هستند

برخی معتقد هستند که اگر کسی خشمگین شد باید اجازه دهیم خشم خود را یک جایی تخلیه کند ولی برخ از تحقیقات نشان می‌دهد اعمال و ابر خشم لزوماً موجب آرام شدن افراد جامعه نمی‌شود

انعطاف

به معنی این است که انسان مانند خوشه‌های گندم باشد. وقتی تحت فشار باد و طوفان قرار می‌گیرد خم شود تا آن طوفان، عبور و گذر کند و وقتی طوفان تمام شد، آن وقت می‌تواند برگردد به حالت اول خودش

تاب‌آوری به معنای انفعال نیست، بلکه به معنای این است که ما اجازه ندهیم فشارها سازمان‌روانی ما را به هم بریزند



