

- پنجشنبه ۶ مرداد ۱۴۰۱**
- سال دوازدهم - شماره ۲۳۵۶**

در ادامه مطلب می‌توانید مطالب بیشتری را مشاهده کنید

شایسته‌سالاری، عفاف و حجاب و ایجاد بستر برای خودباوری

سپهرغرب، گروه ریحانه آفرینش - طاهره

ترابی‌مهوش، در گفت‌وگو با بانوان نجیه علمی، فرهنگی و اجتماعی توجه به سه مقوله شایسته‌سالاری، عفاف و حجاب و خودباوری در حوزه زنان از سوی ریاست جمهوری در اولویت قرار داشته باشد.

با نزدیک شدن به ایام سفر ریاست جمهوری به همدان به عنوان مقصد سیم‌ام این سفرها به سراغ جمعی از زنان، کارشناسان و فعالان حوزه زنان رفتیم تا ببینیم زنان در قشرهای مختلف چه انتظاراتی از رئیس‌جمهور در حوزه زنان دارند؟

در جامعه امروزی اینکه زنان نیمی از جامعه را تشکیل می‌دهند چه انتظارات و توقعاتی از دولت دارند از اهمیت بالایی برای حال ساختار اجتماعی فرهنگی جامعه برخوردار است؛ بنابراین برای یافتن جواب این سؤال برآن شدیم تا در گفت‌وگو با تعدادی از زنان فعال در حوزه‌های مختلف با در نظر گرفتن فعالیت‌های اقتصادی و اجتماعی‌شان از انتظارات آن‌ها آگاه شویم.

عضو سه دوره شورای اسلامی شهر همدان،

مدرس دانشگاه و عضو سازمان نظام‌مهندسی ساختمان استان همدان با اشاره به اینکه رئیس‌جمهور باید به بیانات رهبر انقلاب در خصوص جایگاه زنان تأکید داشته و بستریهای لازم برای تحقق آن‌ها را فراهم کند گفت؛ قوه

مجریه وظیفه اجرای قوانین را دارد و در حال حاضر قوانین بسیار خوبی در حوزه زنان داریم که تاکنون رنگ اجرا به خود ندیده‌اند.

نکرس نوراله‌زاده به مصادیق این موضوع پرداخت و گفت: قوانینی چون منشور حقوق و مسئولیت‌های زن مسلمان، تسهیل ازدواج جوانان، ساماندهی مد و لباس و گسترش فرهنگ عفاف و حجاب تا به امروز رنگ اجرا به خود ندیده و رئیس‌جمهور باید زمینه اجرایی شدن قوانین بر



MEHR NEWSAGENCY

بایسته‌های دولت مشخص شود. مدرکیان خاطرنشان کرد: با توجه به فرمایش مقام معظم رهبری در نشست خانواده و زنان، مسئله خانواده که از موضوعات درجه یک کشور است اندیشه‌های راهبردی ایشان بود که بسیار بر آن تأکید داشتند؛ دولت‌ها پاسخگو باشند که چه برنامه‌ای در حوزه زنان و خانواده برای دولت دارند و جامعه زنان این حق را دارد که از دولت جویا شود در این حوزه چه برنامه‌هایی دارد.

وی ادامه داد: در خصوص سیاست‌های جمعیتی که مقام معظم رهبری بارها بر آن تأکید کردند باید سیاست‌های تشویقی برای فرزندآوری برای مادران را مدنظر قرار دهند، توجه به سلامت خانواده و توجه به شاخصه‌های سلامت مانند تغذیه و ورزش و آموزش مادران ازجمله محورهایی است که ذیل این موضوع باید به آن

کلان نظام و دیدگاه حضرت امام (ره) و مقام معظم رهبری بوده یا خیر؟ اگر منطبق بوده تا چه حد این همگرایی وجود داشته است؟

وی ادامه داد: در برهه‌هایی طی ۳۰ سال گذشته توجه به دیدگاه‌های حضرت امام خمینی (ره) و مقام معظم رهبری نداشتیم و تا ایده‌آل و مطلوب‌ها در حوزه زنان فاصله زیادی وجود دارد، همان‌طور که مقام معظم رهبری فرمودند در زمینه زنان و خانواده کارهای زیادی انجام شده اما تا تحقق دیدگاه‌های اسلام و انقلاب فاصله بسیار است.

این فعال حوزه زنان تصریح کرد: به جهت اینکه در دولت رویکرد صحیح‌تری به این مسائل داشته باشیم و طرز تفکرات حضرت امام (ره) و مقام معظم رهبری نزدیک‌تر باشد جلساتی در این رابطه باید برگزار کنیم تا با هم‌اندیشی نخبگان

دولت

در ادامه دانشمند زن برتر جهان اسلام، برگزیده دومین جشنواره ملی زن و علم و شیمی‌دان برجسته در سطح بین‌الملل نیز ابراز کرد: با توجه به تجربه‌های موفق خانم‌ها در مدیریت کلان و میانی کشور، امروز باید به این موضوع به‌عنوان یک ضرورت پرداخته و از توانمندی بانوان در مدیریت کلان کشور استفاده شود.

طیبه مدرکیان اظهار کرد: روند عملکرد در حوزه زنان در دولت‌های گذشته نیاز به یک آسیب‌شناسی دقیق دارد و اینکه آیا کارنامه عملکرد دولت‌های گذشته منطبق با سیاست‌های

زمین‌مانده را فراهم کند.

وی با اشاره به اینکه نبود عزم جدی در میان مسئولان و توجیه نبودن آن‌ها در خصوص اهمیت موضوع زن و خانواده باعث شده تا دولت‌ها عملکرد خوبی در حوزه زن و خانواده نداشته باشند و این مهم خودباوری را در بین زنان رو به افول برده است، ابراز کرد؛ آنچه مسلم است اینکه عزم جدی در دولت‌ها برای پیشبرد امور زنان وجود ندارد و مسئولان در مورد اهمیت موضوع زنان و خانواده توجیه نشده‌اند و چون اهمیت و عزم جدی در دولت‌ها برای پرداختن به موضوع زنان و خانواده وجود نداشته مقام معظم رهبری خودشان به ایت قضیه ورود کرده و با داشتن جلسات متعددی راهکارهای عملیاتی را در این حوزه ارائه کرده‌اند.

این استاد دانشگاه افزود: امیدواریم صحبت‌های مقام معظم رهبری طلیعه روشنی برای مسئولان و زمینه ایجاد تحول در این عرصه باشد.

ضرورت استفاده از توانمندی بانوان در مدیریت کلان کشور فارغ از نگاه جنسیتی در دولت

در ادامه دانشمند زن برتر جهان اسلام، برگزیده دومین جشنواره ملی زن و علم و شیمی‌دان برجسته در سطح بین‌الملل نیز ابراز کرد: با توجه به تجربه‌های موفق خانم‌ها در مدیریت کلان و میانی کشور، امروز باید به این موضوع به‌عنوان یک ضرورت پرداخته و از توانمندی بانوان در مدیریت کلان کشور استفاده شود.

طیبه مدرکیان اظهار کرد: روند عملکرد در حوزه زنان در دولت‌های گذشته نیاز به یک آسیب‌شناسی دقیق دارد و اینکه آیا کارنامه عملکرد دولت‌های گذشته منطبق با سیاست‌های

۸ مورد مهم در رابطه با سلامت روان زنان که شاید ندانید

درنهایت زن‌ها مسئولیت همه را روی دوش خود می‌بینند.

بنابراین هنگامی که در شرایط استرس زا قرار می‌گیرند، بعضی هورمون‌ها در بدن شروع به ترشح می‌کنند، هورمون کورتیزول یکی از این هورمون‌هاست. این هورمون روی سیستم ایمنی، دستگاه گوارش، پوست و سایر ارگان‌های بدن اثر می‌گذارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند نحوه‌ی ترشح کورتیزول در شرایط استرس‌زا بین زنان و مردان متفاوت است. در پاسخ به استرس و با تولید هورمون کورتیزول، سطح انرژی بدن به‌صورت موقت بالا می‌رود و در پی این افزایش انرژی، فعل‌وانفعالاتی در سیستم گوارشی و ایمنی بدن صورت می‌گیرد.

به‌هم‌خوردن تعادل هورمون‌ها در زنان اثرات خاصی دارد که ممکن است سلامت آنها را در درازمدت یا کوتاه‌مدت تحت‌تأثیر قرار دهد.
۲. نشانه‌های مشکلات روحی و روانی در زن‌ها به شکل محسوسی متفاوت است
مشکلات روحی و روانی در زنان می‌تواند علائمی کاملاً متفاوت با مردان داشته باشد. مثلاً علائم اضطراب در خانم‌ها قابل تشخیص تر است. چرا که خانم‌ها در مقایسه با آقایان، تمایل بیشتری برای نشان دادن هیجانات خود دارند.

افزایش سطح کورتیزول در بدن، موجب افزایش ترشح چربی و درنتیجه بروز آکنه می‌شود. و یکی از مهم‌ترین علت‌های ریزش مو عدم تعادل فیزیولوژیکی است که درنتیجه ی استرس شدید عاطفی و روانی رخ می‌دهد. استرس ممکن است چرخه ی زندگی مو را مختل کند و باعث شود موها وارد مرحله ی ریزش شوند. ریزش‌های ناشی از استرس معمولاً ۳ تا ۶ ماه بعد از مواجهه با شرایط استرس زا رخ می‌دهند.

۳. خانم‌ها بیشتر دچار اختلالات خوردن می‌شوند

هر فردی می‌تواند دچار اختلالات خوردن شود اما درصد آن در زنان بیشتر است و آنورکسیا (کم خوری عصبی)، بولیمییا (پرخوری عصبی) و دیگر اختلالات خوردن را نیز شامل بیشتر تشخیص داده می‌شود. بی‌اشتهایی عصبی با مصرف محدود مواد غذایی مشخص می‌شود.

۴. خانم‌ها بیشتر دچار اختلالات خوردن می‌شوند

هر فردی می‌تواند دچار اختلالات خوردن شود اما درصد آن در زنان بیشتر است و آنورکسیا (کم خوری عصبی)، بولیمییا (پرخوری عصبی) و دیگر اختلالات خوردن را نیز شامل بیشتر تشخیص داده می‌شود. بی‌اشتهایی عصبی با مصرف محدود مواد غذایی مشخص می‌شود.

۵. خانم‌ها بیشتر دچار اختلالات خوردن می‌شوند

هر فردی می‌تواند دچار اختلالات خوردن شود اما درصد آن در زنان بیشتر است و آنورکسیا (کم خوری عصبی)، بولیمییا (پرخوری عصبی) و دیگر اختلالات خوردن را نیز شامل بیشتر تشخیص داده می‌شود. بی‌اشتهایی عصبی با مصرف محدود مواد غذایی مشخص می‌شود.

افزایش سطح کورتیزول در بدن، موجب افزایش ترشح چربی و درنتیجه بروز آکنه می‌شود. و یکی از مهم‌ترین علت‌های ریزش مو عدم تعادل فیزیولوژیکی است که درنتیجه ی استرس شدید عاطفی و روانی رخ می‌دهد. استرس ممکن است چرخه ی زندگی مو را مختل کند و باعث شود موها وارد مرحله ی ریزش شوند. ریزش‌های ناشی از استرس معمولاً ۳ تا ۶ ماه بعد از مواجهه با شرایط استرس زا رخ می‌دهند.

۶. خانم‌ها بیشتر دچار اختلالات خوردن می‌شوند

هر فردی می‌تواند دچار اختلالات خوردن شود اما درصد آن در زنان بیشتر است و آنورکسیا (کم خوری عصبی)، بولیمییا (پرخوری عصبی) و دیگر اختلالات خوردن را نیز شامل بیشتر تشخیص داده می‌شود.



استرس بیشتر قرار می‌دهد

اگرچه بخاطر پیچیدگی نواحی مغزی یی که خانم‌ها دارند به نسبت مردان بهتر می‌توانند بر روی چند موضوع تمرکز کنند، اما باید در نظر گرفت به دلیل روحیه ی شکننده، حساس و مسئولیت پذیرتر بودنی هم که خانم‌ها دارند، زمانی که مسئولیت چند کار مثل تربیت فرزندان، خانه و خانواده، شغل و اجتماع، به آنها سپرده شود چه بر عهده ی آن کار برپایند و چه نیایند دچار آسیب‌های روحی بیشتری خواهند شد. زنان شاغل، الگوهای رفتاری معمول در افسردگی را بیشتر از خود نشان می‌دهند مانند شانه خالی کردن یا اجتناب از کار، اهمیت ندادن به هدف و موفقیت و...

نتیجه گیری درک ارتباط میان بیماری‌های روحی و روانی زنان عواملی که آن‌ها را بیشتر تحت تأثیر قرار می‌دهند اهمیت زیادی دارد. چرا که کمک می‌کند ریشه‌های عصبی بیولوژیکی که زنان را به ابتلا به این عوارض سوق می‌دهد را بهتر و بیشتر بشناسیم و در جهت پیشگیری و درمان گام‌های مؤثرتری برداریم.*

**سیده نجیس رضایی*

دو هفته قبل از شروع قاعدگی آغاز می‌شود، خود را نشان می‌دهد. معمولاً علائم چند روز پس از عدت ماهیانه خانم از بین می‌روند. به اعتقاد محققان، در مواجهه با اتفاقات استرس‌زا، مثل شروع شغلی تازه یا زندگی در شهری جدید، میزان تمایلات جنسی در زنان کاهش می‌یابد. علت بروز این مسئله این است که با افزایش میزان ترشح کورتیزول در شرایط استرس‌زا، سطح هورمون‌های جنسی کم می‌شود.

۷. اهمیت بیش از اندازه به وضعیت ظاهری، استرس‌زااست

مطالعات نشان می‌دهد هر چه میزان نارضایتی از ظاهر بیشتر باشد، کیفیت زندگی پایین‌تر، رنج اوژتر و ریسک رفتارهای تغذیه‌ای ناسالم بالاتر خواهد بود. نارضایتی از وضعیت ظاهری خود می‌تواند خانم‌ها را در هر سن و سالی تحت تأثیر قرار دهد و ایجاد هیجانات منفی مانند خشم، نفرت از خود، اضطراب و ناامیدی نماید. اختلال خود بد انگاری یکی از اختلالات روانی است که در دسته اختلال وسوسی-اجباری قرار دارد.

۸. مسئولیت‌های زیاد، زنان را در معرض

تحت تأثیر آن مشکلات قرار می‌گیرند. جزیی و جزیی گویی رابطه مستقیم با حساسیت زنانگی دارد. هر چه حساس تر، هیجاناتی تر و متنوع‌تر خواهد بود. درگیری‌های فکری و ذهنی بیشتر خواهد شد و درگیری‌های فکری منجر به وسواس فکری، اضطراب، افسردگی و...

۶. افزایش اختلالات اعصاب و روان ناشی از سیستم باروری زنان

آمارها نشان می‌دهند خانم‌ها دو تا سه برابر آقایان ممکن است افسردگی را تجربه کنند. این تفاوت به احتمال زیاد ناشی از نوسانات هورمونی است. ممکن است خانم‌ها تحت مشکلات روحی و روانی مرتبط با سیستم باروری شان مانند اختلال ناخوشی پیش از قاعدگی، افسردگی پس از زایمان و... قرار بگیرند.

احتمال باروری در زنانی که بیشترین سطح آنزیم آلفا آمیلاز در بدن آنها وجود دارد، ۱۲درصد کمتر از زنانی است که کمترین میزان این آنزیم را در دوران قاعدگی دارند. زنان در این دوره‌ها دچار حساسیت‌های عاطفی شدیدتر می‌شوند. سندروم پیش از قاعدگی با افسردگی، تحریک پذیری و اضطراب قابل توجهی که یک یا

قاضی عسکر

اسلام مترقی ترین دیدگاه را نسبت به زنان دارد

آن است که همانگونه که حرمت مرد در جامعه باید حفظ گردد، حرمت زن نیز باید مورد توجه و حفاظت باشد.

قاضی‌عسکر ابراز کرد: در مشارکت‌های اجتماعی نیز قرآن کریم حق مشارکت در امور اجتماعی را برای زن و مرد مساوی می‌داند و در آیات قرآن هرگاه در آیه‌ای فضیلتی مطرح گردیده، زن و مرد در کنار هم ذکر شده و خداوند تفاوتی میان این دو قائل نیست.

وی موضوع حجاب بانوان در اسلام را دلیل بر اجتماعی بودن زن مسلمان دانسته و افزود: زن در منزل و در مقابل معارم خود نیازمند پوشش نیست و این که اسلام حجاب را برای او قرار داده

سپهرغرب، گروه ریحانه آفرینش، تولید آستان

مقدس حضرت عبدالعظیم (ع) گفت؛ هیچ دین، مکتب و آئینی، مانند اسلام برای زن چنین جایگاه والایی تعریف ننموده است و اسلام مترقی‌ترین دیدگاه

دیدگاه به زن را در میان ادیان دارا است.

حجت‌الاسلام والمسلمین سیدعلی قاضی‌عسکر، با اشاره به لزوم دوری از برخوردهای احساسی با مسائل امروز بانوان اظهار کرد:

اگر امروز در مسائل حوزه بانوان برخوردهای احساسی صورت پذیرد، مطمئناً ضرر خواهیم کرد و نمی‌توانیم در مسیر اصلاح جامعه قدم برداریم.

وی افزود: امروز اگر ما به‌دنبال رفع معضلات و تنش‌ها در حوزه مسائل اجتماعی بانوان به ویژه در خصوص مسئله حجاب هستیم، بانوان ما باید، در وهله نخست جایگاه رفیع زن در اسلام را بشناسند و بعد با مقایسه جایگاه زن مسلمان با شخصیت و جایگاه زن در جوامع غربی، قدر گوهر