

- سه‌شنبه ۲ آبان ۱۴۰۲**
- سال سیزدهم - شماره ۲۶۹۶**

دانش آموخته جامعه‌شناسی فرهنگی؛

تفریح فرزندان در مسیر تربیت قرار گیرد

قالب‌کردن لذت به جای خوشبختی در دنیای جدید

سپهرغرب، گروه خانواده – طاهره ترابی‌مهوش؛ دانش‌آموخته جامعه‌شناسی فرهنگی با بیان اینکه در نگاه اصیل گذشته تفریح و سرگرمی در زندگی اصل نبود بلکه ابزار، مسیر و راهی بود برای اینکه افراد بتوانند خود را آماده و با نشاط نگه داشته تا به‌راحتی مسیر تعالی را طی کنند، گفت: سرگرمی و تفریح باید به ابزاری برای رشد و تربیت فرزندان در خانواده بدل شود. سرگرمی سالم در اوقات فراغت می‌تواند به ایفای بهتر نقش افراد در جامعه کمک کند و به‌تدریج در بهره‌وری و کیفیت اقدامات فرد اثرات مثبتی را به‌دنبال داشته باشد، ضمن اینکه تفریح می‌تواند جذابیت، نشاط، سلامت روانی و اجتماعی را برای تمامی افراد خانواده به همراه بیاورد.

همه اعضای خانواده از فعالیت‌های روزمره خسته می‌شوند و باید برنامه‌هایی برای سرگرمی تدارک ببینند چراکه این اتفاق در افزایش انرژی و شادابی اجتماعی در بین اعضای خانواده مؤثر است و باعث ایجاد تعادل میان کار، سرگرمی و اوقات فراغت خواهد شد.

بر این اساس با توجه به اهمیت موضوع برآن شدیم تا با دانش‌آموخته جامعه‌شناسی فرهنگی گفت‌وگویی ترتیب دهیم که در ادامه می‌خوانید: سید کمیل حسینی با بیان اینکه از دیدگاه‌های مختلف اسامی متفاوتی برای عصر جدید به‌کار می‌رود که یکی از آن‌ها عصر تفریح و سرگرمی است، گفت: بین بدان معنا که ما در جهانی زندگی می‌کنیم که یکی از وجوهای مهمی که آدم‌ها به آن فکر می‌کنند همین اصل تفریح و سرگرمی است، دائماً به این می‌اندیشند که اوقات فراغت خود را چگونه باید بگذرانند.

وی افزود: شرایط به گونه‌ای پیش رفته که گویا به تعبیری زندگی می‌کنند تا سرگرم باشند به طوری که یکی از دلایل احساس نارضایتی که امروز در بین جامعه جوان ما وجود دارد به همین موضوع بازمی‌گردد، زیرا همواره این دغدغه را داشته و می‌گویند چه باید بکنیم که سرگرم شویم؟ حتی در خانواده به‌عنوان گلابه‌مندی عنوان می‌کنند که ما جایی برای تفریح‌کردن نداریم.

وی با بیان اینکه توقعی در جامعه و جهان جدید ایجاد شده که بنیان آن بر پایه تفریح و سرگرمی است و همواره به‌دنبال آن به‌طور مداوم ابراز کرد: بر این اساس گویا اصل زندگی و حتی

کسب درآمد نیز با هدف سرگرم شدن است. در

نگاه اصیل گذشته ما اینگونه نبود بلکه این امر ابزاری بود که بتوان مسیر زندگی و رشد را بهتر پیش برد.

این جامعه‌شناس فرهنگی افزود: در جهان جدید به‌نظر می‌رسد افراد به‌دنبال این هستند که به تفریح و سرگرمی برسند در واقع این امر به یک محور بدل شده؛ مثلاً پول جمع می‌کنند که به سفر خوب بروند، برای کارهای منزل خدمه می‌گیرند تا خودشان وقت بیشتری برای تفریح داشته باشند، حتی ممکن است خود شغلی را در پیش بگیرند و سرمایه‌گذاری کنند تا بتوانند به تفریحات خود برسند و غیره.

حسینی تأکید کرد: در نگاه اصیل گذشته تفریح و سرگرمی در زندگی اصل نبود بلکه همانطور که پیشتر عنوان شد ابزار، مسیر و راهی بود برای اینکه افراد خود را آماده و بانشاط نگه داشته تا مسیر تعالی را به‌راحتی طی کنند.

وی با بیان اینکه نکته حائز اهمیت دیگر اینکه ما در چند مفهوم دچار کج‌فهمی شدیم، اظهار کرد: یکی از این مفاهیم لذت است که در بسیاری از موارد افراد در پی انجام تفریح درصدد رسیدن به آن هستند، مثلاً افراد برای لذت بردن به رستوران رفته و یا با دوستان خود به‌صورت دسته‌جمعی بیرون می‌روند.

این جامعه‌شناس فرهنگی ادامه داد: مفهوم دوم شادکامی یا خوشبختی است که شامل احساس رضایت درونی می‌شود.

حسینی با تأکید بر اینکه بین لذت و شادکامی باید تمایز قائل شد، ابراز کرد: متأسفانه در جهان جدید شفافیت و تمایز بین این دو مفهوم را در ذهن مردم جاری نمی‌کنند زیرا لذت به‌نوعی قابل خرید و فروش و درآمدزایی است.

وی با تأکید بر اینکه لذت‌هایی همچون غذای خوشمزه، هیجان، سرگرمی، تفریح و غیره قابلیت فروش داشته اما مفهوم خوشبختی، شادکامی و آرامش اینگونه نیست، ابراز کرد: یعنی نمی‌توان به فرد گفت اگر این بسته سرگرمی را استفاده کنی حتماً خوشبخت خواهی شد.

وی ادامه داد: خوشبختی عمیق‌تر و ماندگارتر از مفهوم لذت بوده و بر اساس سروتونین در مغز شکل می‌گیرد حال آنکه لذت بر اساس دوپامین (پیام‌رسان عصبی است که توسط بدن در شرایطی مثل خوردن غذا، رابطه جنسی و استفاده از مواد مخدر ترشح می‌شود) به‌وجود

می‌آید.

این جامعه‌شناس فرهنگی با تأکید بر اینکه لذت اعتیادآور است اما شادکامی اینگونه نیست، افزود: در جهان جدید و کشورهای سرمایه‌داری، بازار به‌دنبال آن است که لذت را به‌عنوان شادکامی به مردم قالب کرده و بفروشد حال آنکه یقیناً آن تفریح شما را شادکام نمی‌کند بلکه تنها منجر به لذت بردن آتی شما خواهد شد.

حسینی با اشاره به اینکه وقتی به تفاوت این مفاهیم پی ببریم در زندگی خود مسیری را متصور می‌شویم که به‌دنبال رسیدن به آرامش و اصل وجود خود یعنی خدا هستیم و در این مسیر می‌بایست مجهز به ابزاری باشیم که یکی از آن‌ها تفریح و سرگرمی است اذعان کرد: درواقع این امر می‌تواند حالمان را در این مسیر خوب کرده و انرژی‌مان را برای رسیدن به مقصود (حقیقت آرامش) بیشتر کند.

وی با تأکید بر اینکه در پی آنچه بیان شد والدین، جامعه، حاکمیت و خود فرد باید از این منظر به تفریح نگاه کنند، خاطرنشان کرد: درواقع سرگرمی و تفریح باید به ابزاری برای رشد و تربیت فرزندان در خانواده بدل شود.

وی افزود: این بدان معنا نیست که والدین فرزندانشان را برای تفریح به بیرون از منزل و پارک ببرند و یا اجازه ندهند به ورزش و یا موسیقی و هنر بپردازد بلکه حتی در برخی موارد حضور در اجتماع زمینه‌های رشد بهتر فرزندان را فراهم می‌کند.

این جامعه‌شناس فرهنگی با تأکید بر اینکه در برخی موارد که ما از تفریح تربیتی صحبت می‌کنیم به اشتباه آن را با کلاس درس یکسان قلمداد می‌کنند، اذعان کرد: درواقع این مفهوم بدان معناست که تفریح در مسیر تربیت بهتر قرار گیرد مثلاً من فرزندم را برای تفریح به کوه می‌برم اما در نگاه عمیق‌تر هدفم چیز دیگری است.

حسینی با بیان اینکه در این نگاه چند توصیه قابل مطرح شدن است، خاطرنشان کرد: حضور در طبیعت یکی از مسائلی است که در عین مقبولیت برای فرزندان از بعد سرگرمی به لحاظ تربیتی مؤثر واقع می‌شود زیرا یکی از دلایلی که در دنیای جدید انسان از حقیقت دور و از خود بیگانه شده، جدایی آن‌ها از طبیعت است، این جدایی مجال فکر کردن را از انسان گرفته و در پی آن کمتر دچار چالش می‌شوند، پس به اینگونه مسائل کمتر فکر می‌کنند که مثلاً آیین جهان

خانواده

چگونه شکل گرفته و ذات ما از کجاست؟

وی با اشاره به اینکه ایجاد حیرت در فرزندان، در پی حضور آن‌ها در طبیعت محقق شده و او را به تفکر وا داشته و نگاه او را به لحاظ بینشی عمق می‌بخشد، گفت: نکته بعد این است که ما باید کار را برای فرزندانمان به‌عنوان یک تفریح معرفی کنیم.

وی افزود: برخلاف امروز که تبلی و دراز کشیدن در منزل و جستجو در صفحات مجازی و فارغ شدن از کار را تفریح و سرگرمی قلمداد می‌کنند، در گذشته در فرهنگ اصیل ایرانی کار را تفریح می‌دانستیم.

این جامعه‌شناس فرهنگی با تأکید بر اینکه والدین باید نگاه کودک را به گونه‌ای هدایت کنند که به کار به‌عنوان تفریح نگاه کند، اذعان کرد: فرزندان ما باید از کار کردن لذت ببرند؛ البته این امر خود نیازمند مقدمه است.

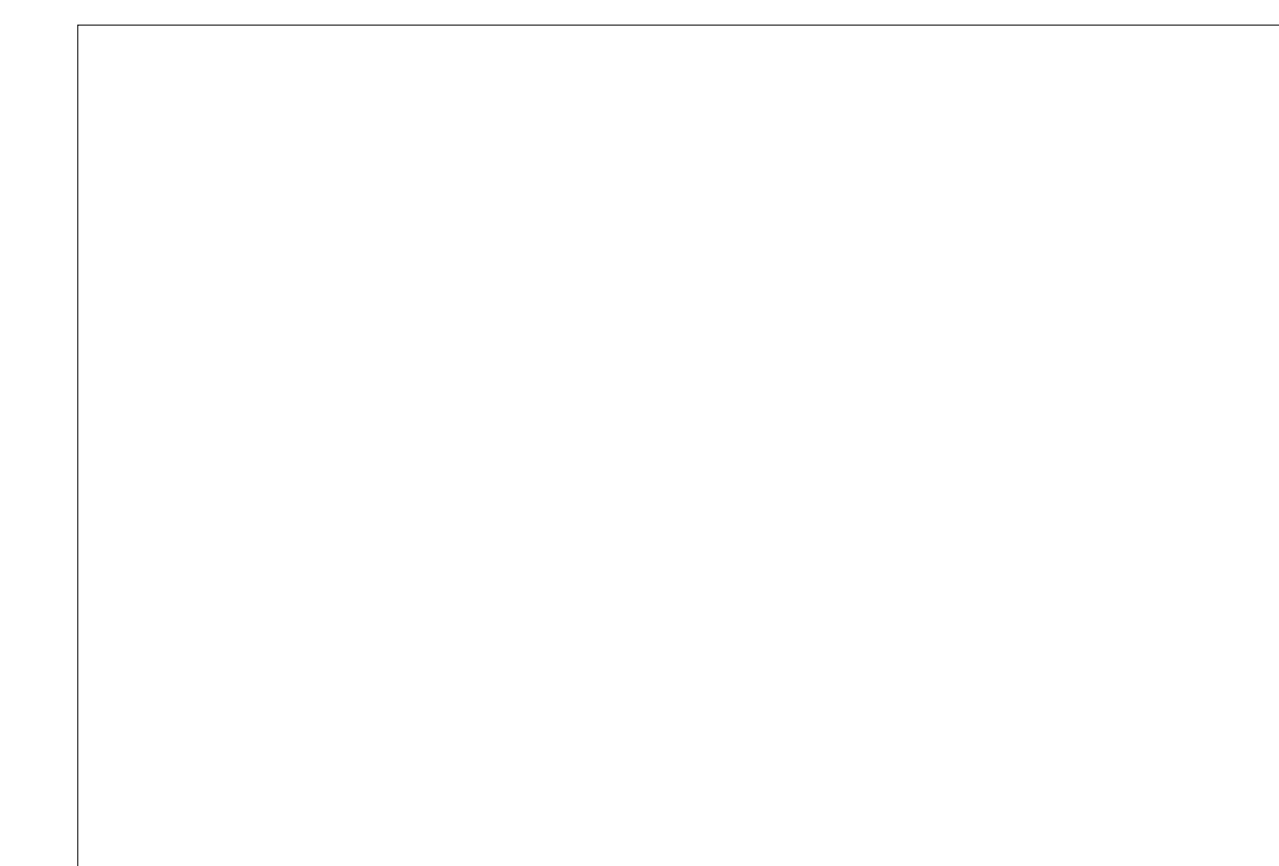
حسینی گفت: فرزند ما با کاری که می‌کند و مسیر درستی که برای رسیدن به آن طی می‌کند زندگی‌ش معنا پیدا کرده و آن را جزو اهداف خود قرار داده و اگر در آن استعداد داشته باشد در پی آن شاهد تحقق رسالت فردی و اجتماعی او می‌شود.

وی ادامه داد: این بدان معنا است که مثلاً من

فرزند، فردی هستم که دوست دارم برنامه‌نویس یا یک سرمایه‌گذار حرفه‌ای شوم؛ بنابراین با توجه به افق تعریف‌شده کاری که انجام می‌دهم و دانشی که کسب می‌کنم در مسیر رسیدن به این هدف برایم لذت‌بخش خواهد بود.

وی با بیان اینکه در این مسیر والدین می‌بایست فرزندان را در پی بردن به استعدادهایشان و کمک برای رسیدن به اهدافشان یاری کنند، اظهار کرد: همین که فرزند بتواند بر اساس استعداداش در کار مورد علاقه‌اش رشد کند، احساس رضایت در درون او ایجاد شده و در ادامه احساس لذت خواهد کرد، البته اینکه در آینده این مسیر به خواست فرزند عوض شود ایرادی ندارد چراکه انسان‌ها به‌مرور زمان تغییر کرده و اهدافشان نیز تغییر می‌کند.

این جامعه‌شناس فرهنگی با تأکید بر اینکه اگر فرزندی رسالت اجتماعی و فردی نداشته باشد غلط است، افزود: توصیه بعدی ورزش کردن است که به‌شدت در سلامت روان و جسم فرزندان ما تأثیر دارد به نحوی که طبق آمار، یکی از مؤلفه‌هایی که فرزندان ما را از بیماری‌های روحی دور نگه می‌دارد فعالیت ورزشی است. حسینی ادامه داد: نکته بعدی قابل توجه، دوری از رسانه است زیرا بنا به ظرفیت بالا و



جداییتی که دارد به تعبیری در حال بلعیدن اوقات فراغت و زندگی فرزندان ماست؛ البته این به معنای عدم استفاده از رسانه نیست بلکه باید به‌صورت مدیریت‌شده در مسیر و هدف درست از آن استفاده کرد.

وی با تأکید بر اینکه وقتی همه زندگی فرزند ما به وبگردی و گشتن در شبکه‌های اجتماعی خلاصه می‌شود باید نگران بود، زیرا پس از چند سال که بزرگ‌تر شده سرگردان خواهد بود چون به هیچ جایی نرسیده و هدفی را دنبال نکرده، اذعان کرد: مسئله به‌قدری حائز اهمیت است که اگر حتی فرزند ما از رسانه برای بازی استفاده می‌کند آن بازی نیز ساختار داشته باشد و مرتبط با هدف او انتخاب شود.

وی با اشاره به اینکه در این زمینه وجود زیرساخت‌ها، ابزار و امکانات در جامعه نیز برای تفریح در حوزه تربیت اهمیت بسیاری دارد، خاطرنشان کرد: وقتی ما صحبت از تفریح تربیتی می‌کنیم مسئولان باید به این سؤال‌های ما پاسخ دهند که برای رسیدن به این مفهوم کدام زیرساخت فراهم است؛ مثلاً کدام باشگاه ارزان قیمت، کدام استخر و یا کدام پایگاه و هیئت گرم و صمیمی با کودک داشته باشند تا او کمتر درست خواهد بود تا به بیراهه نرود؟

تأثیر ترویج رفتار خوب والدین بر کاهش انزوای اجتماعی و بی‌تفاوتی کودکان

رفتارهای کودکان را جدی بگیرند، گفت: لازم است خانواده در چنین شرایطی مداخله کند، به‌دلیل اینکه کودکانی که روابط اجتماعی را با دیگران محدود می‌کنند، دچار اختلال شخصیتی هستند و در آینده پیامدهای ناگواری برای خودشان و اطرافیانشان به همراه خواهد داشت.

■ **مهارت‌آموزی کودکان با یادگیری مشاهده‌ای**

وی درباره راهکارهای مداخله‌ای والدین برای ارتباط با کودکان بی‌توجه و بی‌اعتنا خاطرنشان کرد: یکی از مهم‌ترین راهکارها نوع ارتباط والدین با کودک است، دور شدن از صمیمیت‌ها و ارتباط‌های اجتماعی گرم خانواده باعث می‌شود کودک در انزوا و تنهایی خود به گرم و صمیمی با کودک داشته باشند تا او کمتر احساس تنهایی کند.

وی در خصوص تأثیر منفی حمایت افراطی والدین از کودکان اظهار کرد: خانواده‌های بیش از حد حمایت‌کننده و کنترل‌گر باعث می‌شوند که کودکان بیش از اندازه به آن‌ها متکی باشند، حمایت افراطی والدین از کودکان باعث می‌شود که این مشکل تداوم پیدا کند و کودکان نسبت به وظایف شخصی خود بی‌توجه و بی‌تفاوت باشند و انجام کارهای خود را به والدین واگذار کنند.

عضو شورای نظام روان‌شناسی استان اصفهان تأکید کرد: لازم است والدین تغییرات زندگی اجتماعی امروزی را بپذیرند، در حال حاضر سبک زندگی‌ها متفاوت است و فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی سرگرمی بسیاری از کودکان است، والدین باید در این زمینه فرهنگ‌سازی لازم را داشته باشند تا کودکان بتوانند استفاده بهینه از این امکانات داشته باشند.

لعلی با تأکید بر اینکه کودکان با یادگیری مشاهده‌ای بسیاری از رفتارها را از والدین می‌آموزند، گفت: کودکان با دیدن و مشاهده رفتارهای والدین از آن‌ها الگو می‌گیرند، قدردانی و محبت را از والدین خود می‌آموزند، والدین باید با مهارت‌آموزی در ترویج رفتارهای خوب به فرزندان الگو باشند تا به‌مرور زمان کودکان هم رفتارهای صحیح مانند کنترل خشم، مدیریت استرس و بروز هیجان‌ها را از آن‌ها بیاموزند و بی‌تفاوتی و انزوای اجتماعی در بین آن‌ها کاهش پیدا کند.

تسهیلات به خانواده‌ها برای تأمین مسکن، حوزه بهداشت و سلامت مسائل معیشتی و رفاهی کارکنان، و سیاست‌های تشویقی برای بانوان پرداخته شده است و برآیند داده‌ها نشان می‌دهد، مسائل فرهنگی و ایجاد و تقویت باور ضرورت فرزندآوری در کنار توجه به رفع نیازهای اقتصادی و معیشتی باید مورد توجه باشد.

■ **تولّد فرزند سوم ۲٫۵ درصد و فرزند چهارم به بعد ۱۵ درصد افزایش داشته است**

در اردیبهشت‌ماه، سرپرست مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت، تأکید فرمودند و در سال ۱۳۹۳ جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت، امروز به سرعت به سمت سالخوردگی و سالمندی جمعیت پیش می‌رویم. ۱۰ درصد جمعیت کشور سالخورده هستند و شتاب و سرعت ما به سمت سالخوردگی با هیچیک از کشورهای قابل مقایسه نیست. اگر در فرصت باقی‌مانده برای پنجره زاد و ولد تدبیری نکنیم، دیگر نمی‌توان نرخ رشد جمعیت و باروری را کنترل کرد و در سیاه چاله جمعیت می‌افتیم که غیرقابل جبران است.

صابر جباری فاروجی، افزود: اکنون نرخ رشد جمعیت ۰٫۶، نرخ باروری ۱٫۶۵ و میزان کاهش تولید ۳٫۷ درصد است و با افزایش سن ازدواج روبه‌رو هستیم. در سال ۱۴۰۱ نسبت به سال ۱۴۰۰ کاهش‌ی حدود چهار درصد در ازدواج داشتیم و این خبر خوبی نیست، اما خبر خوب اینکه بر اساس آخرین آمار وزارت بهداشت، الگوی فرزندآوری در حال تغییر است.

وی تصریح کرد: میزان تولد فرزندان اول و دوم کاهش‌ی بوده، اما میزان تولد فرزند سوم ۲٫۵ درصد و فرزند چهارم به بعد ۱۵ درصد افزایش داشته است. البته این بدین معنا نیست که همه چیز خوب است، بلکه دولت‌مردان، نهادهای مردمی و رسانه‌ها باید تدابیر بیشتر ببینیشند تا در تله جمعیتی گیر نکنیم.

وی درباره اقدامات وزارت بهداشت در زمینه قانون جوانی جمعیت ادامه داد: حدود ۶۰ درصد از قانون جوانی جمعیت به وزارت بهداشت مرتبط است که دو دسته تکلیف برای آن وجود دارد؛ مانند مرخصی زایمان که به صورت مشترک با سایر ارگان‌ها در حال انجام است و تکلیف بعدی در حوزه‌ی تسهیل ازدواج، ترویج زایمان طبیعی و پیشگیری از سقط جنین

است. رویکرد ما در وزارت بهداشت این است که موضوعات مهم در حوزه زنان و خانواده، مسائل مربوط به جمعیت، ازدواج، فرزندآوری، اعطای

سپهرغرب، گروه خانواده؛ جوانی جمعیت و افزایش فرزندآوری یکی از مسائل مهمی است که باید مورد توجه قرار گیرد، بنابراین مسئولان مربوطه اقدامات به خصوص را به منظور افزایش فرزندآوری و جوانی جمعیت کشور در دستور کار خود قرار داده‌اند.

دلایلی متعدد و وجود باورهای نادرست در جامعه منجر به افزایش سن بارداری و بارداری شده و شاهد کاهش نرخ ازدواج و فرزندآوری هستیم و این موضوع آینده جمعیتی جامعه را تحت تأثیر قرار خواهد داد، باروری زنان حدود ۲۰ سالگی به بعد افزایش می‌یابد و حوالی سن ۲۵ سالگی به اوج خود می‌رسد، بهترین سن سال‌های باروری (سن بارداری) یک زن بین ۲۵ و ۳۰ سال است و از ۳۰ سالگی به بعد میزان باروری کاهش خواهد یافت و از ۳۵ سال این میزان با شیب سریعی‌تر کم می‌شود؛ به طوری که بعد از سن ۴۰ و به خصوص ۴۲ سالگی، میزان باروری به‌صورت خودبه‌خودی و با روش‌های کمک باروری به‌شدت کاهش می‌یابد.

به گفته برخی متخصصان، در علم پزشکی بارداری در هیچ سنی منعی ندارد، بلکه در بعضی سنین مادر نیاز به مراقبت بیشتری قبل از زایمان، بعد از زایمان و در بارداری دارد.

■ **پوشش بیمه‌ای درمان ناباروری**

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی سمنان، با بیان اینکه مدت زمان پنجره جمعیتی در کشور به هفت تا ۱۰ سال رسیده است، اظهار کرد: پنجره جمعیتی به معنای مدت زمانی است که افراد در سنین باروری قرار و فرصت باردار شدن دارند؛ اکنون بین هفت تا ۱۰ سال مدت زمان پنجره جمعیتی کشور است که اگر این زمان بگذرد باروری افراد دچار مشکل می‌شود و ممکن است باردار نشوند.

سیدسعید کسائی‌ان، افزود: در سال ۱۳۶۰ شمار زنان با توانایی باروری در جامعه به ۱۰ و نیم میلیون نفر می‌رسید و کشور از ۲٫۵ میلیون نوزاد برخوردار بود و به ازای هر چهار زن یک فرزند وجود داشت. در حال حاضر علی‌رغم وجود ۲۵ میلیون زن، یک میلیون و ۴۰۰ هزار نوزاد داریم و به ازای هر ۱۸ زن، یک فرزند وجود دارد.

وی تصریح کرد: میانگین سن بارداری در کشور از سال ۱۳۵۵ تا ۱۳۹۹ حدود ۱۰ سال افزایش یافت و از ۲۲ سال به ۳۰ سال رسیده است، ناباروری در بیشتر موارد قابل درمان است و پوشش بیمه‌های مناسبی نیز در پرداخت