

- دوشنبه ۱۶ بهمن ۱۴۰۲**
- سال شانزدهم ■ شماره ۲۷۸۳**

سپهرغرب، گروه ریحانه‌آفرینش – طاهره ترابی‌مهوش، دانش‌آموخته مطالعات زنان با اشاره به اینکه مدل و سبک رسیدن به آرامش و امنیت روانی یا در اصطلاح فضای عبادت مادر هم به فرزند آموزش خواهد داد و هم به‌صورت غیرمستقیم بر ترتیب دینی او مؤثر خواهد بود، افزود: این امری بسیار بدیهی است که میزان آرامش مادر و حال خوب او در پی انجام مراسم عبادی یقیناً بر اعضای خانواده و تربیت آن‌ها در حوزه اعتقادی مؤثر واقع خواهد شد.

تربیت در لغت به معنای «ایجاد چیزی به‌صورت تدریجی تا اینکه به انتها برسد» آمده است حال آنکه این واژه در اصطلاح عبارت است از مجموعه اعمال یا تأثیرات عمدی و هدفدار یک انسان (مربی) به‌منظور اثرگذاری بر شناخت‌ها، اعتقادات، احساسات، عواطف و رفتارهای انسان یا انسان‌های دیگر (متربی یا متربیان) بر اساس برنامه‌ای سنجیده.

جالب‌تر اینکه تربیت، امری نیست که یکباره صورت گیرد؛ بلکه فرآیندی است که باید به‌تدریج و طی زمان با رعایت اصول آن انجام شود. بنابراین از آنجا که مادر، در سال‌های اولیه زندگی فرزند، بیشترین وقت او را در اختیار و تعامل بیشتری با وی دارد؛ باید بیش از هرکس دیگر مراقب رفتار و گفتار خویش باشد.

بر این اساس با توجه اهمیت موضوع برآن شدیم تا با دانش‌آموخته مطالعات زنان و مدیر زیست عقیفانه بنیاد فارابی گفت‌وگویی ترتیب دهیم که در ادامه می‌خوانید:

دکتر زهرا میرزایی، با بیان اینکه مادر به‌عنوان نماد عاطفه و محبت جایگاه ویژه‌ای در خانواده دارد، گفت: البته نمی‌توان به این مسئله توجه نکرد که نقش دیگر اعضای خانواده در حمایت از نقش مادران بسیار پررنگ است.

وی افزود: به‌دلیل اینکه مادر ارتباط عاطفی ویژه‌ای با اعضای خانواده به‌خصوص با فرزندان دارد تأثیری که به‌صورت معنوی و عاطفی

می‌تواند بر آن‌ها داشته باشد بسیار زیاد است. وی عنوان کرد: این ارتباط را پدر به‌صورت سخت‌تری با فرزندانش برقرار می‌کند، چراکه نماد قدرت و قانون‌گذاری و حمایت‌های سخت‌تر در خانواده است.

این دانش‌آموخته مطالعات زنان ادامه داد: این در حالی است که هنگام به دنیا آمدن نوزاد او را به آغوش گرم مادر می‌سپارند و او تا با این شرایط نحوه زندگی کردن به‌ویژه مدل به آرامش رسیدن و نحوه کسب امنیت روانی او بر فرزند تأثیرگذار خواهد بود.

وی با اشاره به اینکه مدل و سبک رسیدن به آرامش و امنیت روانی یا در اصطلاح خودمدان فضای عبادت مادر هم به فرزند آموزش خواهد داد و هم به‌صورت غیرمستقیم بر ترتیب دینی او مؤثر خواهد بود، افزود: این امری بسیار بدیهی است که میزان آرامش مادر و حال خوب او در پی انجام مراسم عبادی یقیناً بر اعضای خانواده و تربیت آن‌ها در حوزه اعتقادی مؤثر واقع خواهد شد.

وی در تشریح مطالب عنوان‌شده، گفت: همچنین وقتی مادری به سمت عرفان‌های نوظهور گرایش پیدا کرده یا مناسک دیگری را انجام می‌دهد درواقع خانواده را با این وادی آشنا کرده و این تأثیرگذاری منفی را به‌وضوح می‌توان در فرزندان دید.

این دانش‌آموخته دکتری مطالعات زنان افزود: اما از طرفی اگر فرزندان شاهد باشند که مادر خود به انجام عبادات ازجمله واجبات (از نماز و روزه گرفته تا حفظ حجاب و غیره) تمایل داشته و با میل و رغبت آن‌ها را به جا می‌آورد، همین تأثیر مثبت روانی بر مادر خود محرکی است برای تقویت بنیان اعتقادی فرزندان در انجام این عبادات.

زنانی که ساواک هم نتوانست بی حجابشان کند

خیلی روشن بود که انگیزه و هدف واقعی آن‌ها از این کار، دریدن حجاب که نماد زن مؤمن و مسلمان است و شکستن روحیه ما بود. از این رو ما نیز از پتوهای سربازی که در اختیارمان بود برای پوشش و به جای چادر استفاده می‌کردیم. عمل ما در آن تابستان گرم برای مأموران خیلی تعجب‌آور بود. آن‌ها به استهزاء و مسخره من و دخترم را «مادر پتویی، دختر پتویی» صدا می‌کردند.»

در بخش دیگری از خاطرات او آمده است: «آن شب دهشتناک به سختی گذشت. صبح هر دوی ما را برای بازجویی و شکنجه هوش چو پتو به سر داشتیم، خنده‌های تمسخرآمیز و متلک‌ها شروع شد: حجاب پتویی، مادر پتویی، دختر پتویی، پتو پتویی. خلاصه ما را حسابی دشوار و ناآشناختن و مسخره کردند. در آن وضع چون عروسک‌های خیمه‌شب بازی برایشان بودیم.»

■ **در زمان دستگیری پیراهن‌های پدر را برای حفظ حجابش پوشید**

رضوانه دیباغ دختر طاهره حدیدچی که در ۱۴ سالگی توسط ساواک دستگیر شد، او در زندان در کنار مادرش بود و ساواک برای تضعیف روحیه‌ی و اعتراف گرفتن از آن‌ها، این مادر و دختر را جلوی چشم یکدیگر شکنجه می‌داد.

رضوانه دیباغ در خاطراتش درباره نحوه دستگیری‌ش توسط ساواک می‌گوید: «آن زمان فرمایشات حضرت امام (ره) که از رادیو عراق پخش می‌شد را یادداشت می‌کردم، چون دستگاه کیپی نداشتیم با استفاده از کاربن، آن‌ها را تکثیر می‌کردم و صبح زودتر از بقیه بچه‌ها به مدرسه می‌رفتم و آن‌ها را در جامیز بچه‌های کلاس خودمان می‌گذاشتم. قاعدتاً کسی هم متوجه نمی‌شد کار چه کسی است. اما فرمایشات را هم در کلاس‌های خانه نگهداری می‌کردم تا این که ساواک به منزل ما ریخت. وقتی منزل را زیر و رو کردند مطالب را پیدا کردند. پس از تطبیق نمونه خط با نوشته‌های روی اعلامیه‌ها، فهمیدند کار من بوده است و مرا به زندان بردند.»

او درباره رعایت پوشش در زندان‌های ساواک می‌گوید: «زمانی که من را به زندان کمیته مشترک یا همین موزه عبرت امروزی آوردن، مسئله‌ای که برای ما زجرآور بود نوع پوششی بود که داشتیم. زمانی که قرار شد من را بازداشت کنند، دو الی سه تا از پیراهن‌های پدرم را پوشیدم. آن زمان مثل امروز لباسی همچون مانتو مرسوم نبود. از طرفی هم می‌دانستم نمی‌گذارند چادر بر سر داشته باشیم. با خودم گفتم اگر یکی از پیراهن‌ها را هم بگیرند و یا اینکه پاره شود، بازهم پیراهن دیگری بر تن دارم که به وسیله آن حفظ حجاب کنم؛ ولی متأسفانه این دژخیمان ضداسلام، هویت، انسانیت و عفاف ما را نشانه گرفته بودند که حجاب‌های زنان را می‌دیدند. اصلاً حضور ذهن ندارم که گذاشتند ما پوشش سرمان را داشته باشیم یا نه، ولی من و مادر

ریحانه‌آفرینش

دانش‌آموخته مطالعات زنان خطاب به مادران؛

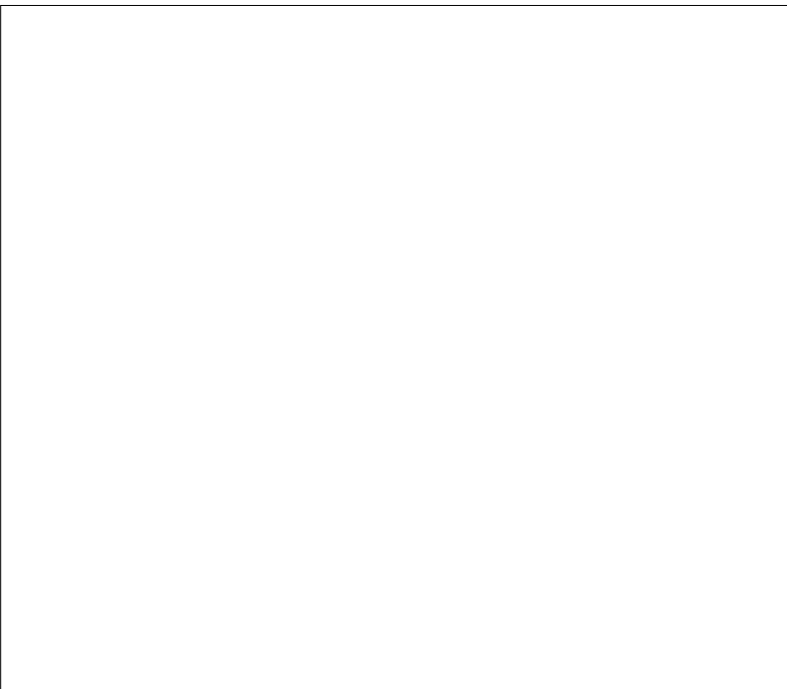
حال خوب دین‌داری را به فرزندان خودانتقال دهید

تقویت بنیان دینی در فرزندان است، افزود؛ البته در این زمینه باید بسیاری مسائل را در نظر داشت ازجمله اینکه حال فرزند در آن مقطع زمانی چگونه است، یا اینکه برای این‌انجام این کار از سوی والدین اجباری وجود نداشته باشد. وی گفت: اگر پدر، مادر را در انجام فرایض دینی و اعتقادی همراهی کند تأثیرگذاری بر فرزند دوچندان می‌شود؛ درواقع یکی از ارکان تأثیرگذار در تقویت بنیان اعتقادات دینی همین امر است. این دانش‌آموخته مطالعات زنان، با اشاره به اینکه ارتباط بین پدر و مادر در تمامی ابعاد زندگی تأثیر ویژه‌ای بر فرزندان می‌گذارد و برای زندگی آینده آن‌ها نیز آموزنده است، یقیناً این ارتباط در تقویت بنیان دینی فرزندان نیز مؤثر خواهد بود.

میرزایی با تأکید بر اینکه فراهم کردن شرایط دین‌داری از سوی پدر برای مادر خانواده و در عین حال برخورد مثبت او در مواجهه با اعمال عبادی مادر یکی از ارکان اساسی در محکم شدن اعتقادات فرزندان است، ابراز کرد: البته نگاه به تقویت و تکوین بنیان‌های دینی در فرزندان نمی‌تواند تک‌بعدی باشد زیرا مسائل مرتبط با حوزه علوم انسانی، اجتماعی و تربیتی تک‌بعدی نیستند؛ بنابراین نمی‌توان انتظار داشت که اگر مادر خود فرد دین‌داری بود حتماً فرزند او نیز دین‌دار خواهد بود.

وی افزود: مثلاً پیشتر بر اثرات مثبت حال خوب مادر در پی انجام اعمال عبادی و تأثیرگذاری این حال خوب بر فرزندان تأکید کردیم اما مسئله این است که شاید مادر حال خوبی را تجربه کرده باشد اما نتواند آن را به فرزند خود به‌درستی انتقال دهد و حتی در مواردی ممکن است به اجبار و با حال بد، فرزند را در انجام اعمال عبادی و پایبندی به مسائل مرتبط با حوزه دین‌داری با خود همراه کند.

این دانش‌آموخته مطالعات زنان با ابراز اینکه نکته حائز اهمیت دیگر اینکه این پازل زندگی که

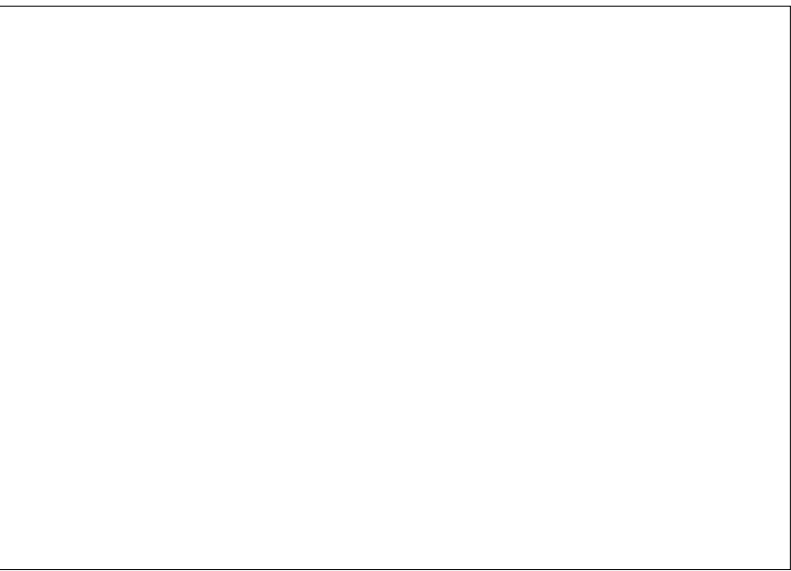


آن هستیم که بنا به اجبار و یا دین فرزندان در مسیر عبادی و اعتقادی گام برداشته اما نسبت به آن‌ها نگرش مثبتی ندارند، افزود: همانطور که پیشتر عنوان شد مادر با رفتار و نگاه خود می‌تواند این نگرش مثبت را ایجاد کند.

این استاد دانشگاه با تأکید بر اینکه در متون دینی ما نیز تأکید بسیاری بر تأثیرگذار بودن نقش مادران بر اعتقادات فرزندان شده، ابراز کرد: اهمیت این مسئله تا بدان حد است که سفارش شده مادر از ابتدای تولد فرزندش به هنگام در آغوش گرفتن و شیر دادن به او وضو داشته باشد.

دکتر میرزایی با بیان اینکه همراه کردن فرزندان در مراسم‌های عبادی خود یکی دیگر از راهکارهای

نازایی؛ در کمین زنان سیگاری



■ **تأثیر مصرف مواد دخانی در سلامت جنسی زنان**

این درحالی است که مصرف دخانیات علاوه بر مشکلات عیدیه‌ای که برای سلامت بانوان ایجاد می‌کند، آینده مادری آن‌ها را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد.

از نظر متخصص زنان و زایمان، مصرف سیگار و دخانیات در افراد خصوصاً در بانوان میزان ابتلا به نازایی، عفونت‌ها و مشکلات زنان را افزایش می‌دهد. زیرا مصرف دخانیات ازجمله سبک‌آلود کلیان مقاومت بدن را کم می‌کند، به طوری که در عفونت‌هایی مانند HPV ثابت شده کسانی که سیگار می‌کشند، این ویروس بیشتر در بدنشان باقی می‌ماند و افراد غیر سیگاری سیستم ایمنی قوی‌تری داشته و بهتر می‌تواند آن ویروس را دفع کنند. بنابراین یک سبک زندگی سالم، استفاده نکردن از سیگار، کلیان، الک، مواد مخدر و... در سلامت زنان بسیار مؤثر است.

■ **مصرف کلیان؛ پاستگی زودرس**
شیرین نیروممنش درخصوص عوارض استفاده از کلیان و توتون و تنباکو در بانوان توضیح می‌دهد: برخی‌ها تصور می‌کنند که مصرف کلیان ضرری ندارد؛ درحالی‌که مصرف کلیان بسیار عوارض بیشتری داشته و به‌صورت مرتب سموم وارد بدن می‌کند. در نتیجه سیستم ایمنی بدن کم شده و در خانم‌ها میزان باروری کاهش می‌یابد. همچنین منجر به پاستگی زودرس در خانم‌ها شده و در حاملگی باعث اختلال رشد جنین در داخل رحم، کم وزن شدن جنین و زایمان زودرس می‌شود.

■ **غیرسیگاری**
وی در ادامه در خصوص آلودگی هوا و تأثیر آن در سلامت جسمانی بانوان توضیح می‌دهد: امروزه اعلام می‌کنند که هر فرد غیر سیگاری با تنفس در هوای آلوده کلان‌شهرها روزی ۱۶ نخ سیگار می‌کشند. در حال حاضر افراد جامعه از کوچک تا بزرگ هوای آلوده سرشار از سرب را تنفس می‌کنند، که بر سلامت تمام اعضای بدن ضرر داشته و سلامت قلب و مغز و سایر

سپهرغرب، گروه ریحانه‌آفرینش؛ از نظر یک متخصص زنان و زایمان، مصرف سیگار و دخانیات در افراد خصوصاً پانوان، میزان ابتلا به نازایی، عفونت‌ها و مشکلات زنان را افزایش می‌دهد. طناز اصفهانی؛ به متخصص زنان و زایمان می‌گوید: من همسر نزدیک به پنج سال است که برای بچه‌دار شدن اقدام کرده‌ایم اما بچه‌دار نمی‌شویم. تمام آزمایش‌ها را انجام داده‌ایم اما تاکنون متخصصان تشخیص خاصی نداده‌اند. برای حل این مشکل چه کاری باید انجام دهیم؟ متخصص بی‌معطلی از خانم می‌پرسد: شما یا همسرتان سیگار یا مواد دخانی مصرف می‌کنید؟ آخه کمی بوی سیگار می‌دهید. خانم پاسخ می‌دهد: بله، مگر مصرف سیگار و کلیان باعث نازایی می‌شود؟

حتماً شماهم متوجه افزایش مصرف سیگار و مواد دخانی در میان خانم‌ها نسبت به گذشته شده‌اید. از نظر متخصصان استعمال سیگار برای همه افراد، خطر ابتلا به بیماری‌های مختلف ازجمله انواع سرطان «ریه، دهان، حنجره، مری، حلق، لوزالمعده، کلیه و مثانه»، بیماری‌های ریوی و مشکلات تنفسی، بیماری‌های قلبی و عروقی و حتی خطر مرگ را افزایش می‌دهد.

اما با این وجود برخی عوارض و خطرات سیگار تنها مختص به زنان بوده و سلامت آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به گفته رئیس دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات وزارت بهداشت، نسبت به مطالعه‌ای که در سال ۱۳۹۵ در خصوص مصرف دخانیات در گروه سنی ۱۸ تا ۲۴ سال انجام شده، مصرف دخانیات توسط زنان از ۸ درصد به ۲۹ درصد افزایش یافته؛ یعنی مصرف روزانه سیگار در این گروه سنی ۱۹۰ درصد و در گروه سنی ۲۵ تا ۳۴ سال ۹۰/۸۸ درصد افزایش یافته است.

از نظر بهزاد ولی‌زاده این آمار نگران‌کننده بوده و عوامل مختلفی ازجمله پایین بودن قیمت محصولات دخانی، نوع بسته‌بندی سیگار و تنباکو، دسترسی آسان، از بین رفتن قبح مصرف دخانیات و... ازجمله دلایل افزایش این معضل در میان جوانان خصوصاً بانوان بوده است.

اعضای بدن را تهدید می‌کند. بیماری‌هایی مانند فشارخون، دیابت و... تشدید کرده و در ابتلا به انواع بیماری‌ها و سرطان‌ها مؤثر است.

شخصی که علاوه بر این هوای آلوده سیگار و انواع دخانیات مصرف می‌کند، چندین برابر در معرض آسیب قرار می‌گیرد. مصرف دخانیات وارد کردن سم در بدن است. همچنین آلودگی هوا برای جنین، نوزاد، کودکان یا حتی افراد بالغ هم مضر است.

■ **مصرف مواد دخانی؛ تضعیف قدرت باروری**
نیروممنش در خصوص استعمال سیگار و یا حتی دود سیگار در میزان قدرت باروری افراد می‌گوید: اگر خانمی خودش دخانیات مصرف نکند اما شوهرش سیگاری باشد، همان بازدم تنفس آن فرد و سیگار کشیدن او در فضای بسته می‌تواند به اندازه‌ای که خانم سیگار بکشد، به او آسیب برزند؛ خصوصاً اگر خانم باردار باشد، به اندازه‌ای که خودش سیگار مصرف کند، تنفس دود سیگار اطرافیان برای جنین خطرناک خواهد بود.

همچنین مصرف سیگار بر روی رشد میکروب‌ها و ویروس‌ها در بدن تأثیر گذاشته و به دلیل تضعیف سلول‌های جنسی منجر به نازایی می‌شود... بنابراین هرکسی باید سلامت خودش و اطرافیانش را در اولویت قرار دهد.

به‌عنوان مثال زوج‌هایی به ما مراجعه می‌کنند که دچار نازایی هستند و زمانی که از آن‌ها آزمایش اسپرم می‌گیریم متوجه می‌شویم به‌دلیل استفاده از سیگار اسپرم‌هایشان ضعیف شده است. یکی از عوارض مصرف سیگار تضعیف اسپرم‌ها و قدرت باروری است و باید این افراد مصرف سیگار را قطع کنند. زیرا ترک سیگار، بر روی بهبود وضعیت باروری آقایان تأثیر مستقیم دارد.

ما متأسفانه برخی از افراد خصوصاً آقایان در این مسئله همکاری نمی‌کنند. وی در آخر خطاب به افراد غیرسیگاری می‌گوید: افرادی هم که از سیگار و مواد دخانی استفاده نمی‌کنند، در معرض هوای آلوده قرار دارند که می‌تواند در سلامت جسمانی و جنسی‌شان تأثیرگذار باشد.