

## ۱۰ چیزی که نباید هرگز به سن بالاها بگویید!

نسبت به سنت خوب موندی! شاید این حرف تعریف به نظر برسد اما القا کننده این است که خوب به نظر رسیدن برای سن شما موردی دور از انتظار و نادر است. اگر هم از کسی می‌خواهید تعریف کنید، به سن‌اش اشاره نکنید.



نسبت به سنت خوب موندی! شاید این حرف تعریف به نظر برسد اما القا کننده این است که خوب به نظر رسیدن برای سن شما موردی دور از انتظار و نادر است. اگر هم از کسی می‌خواهید تعریف کنید، به سن‌اش اشاره نکنید. به گزارش ایسنا، احترام به سالمندان هم در فرهنگ کهن ایرانی هم در فرهنگ اسلامی ما از برجسته‌ترین ویژگی‌های کرامت در خانواده محسوب می‌شود. فرهنگ ما آن چنان غنی از این احترام است که ذکر تمام حرمت‌هایی که به افراد مسن گذاشته می‌شود در این مقال نمی‌گنجد. اما متأسفانه با تغییرات دنیای نوین این روند رو به افول نهاده است. مراقبت و رفتار با افراد مسن از اهمیت و حساسیت بالایی برخوردار است. از اینرو به ده جمله منفی و مهم که نباید به افراد سن بالا گفت اشاره می‌کنیم.

### همیشه با سن بالاها با حساسیت و ملاحظه برخورد کنید!

وقتی با مسن‌ترها ارتباط برقرار می‌کنید باید توجه داشته باشید که در کمال احترام و توجه، به احساسات و تجربیاتشان واکنش نشان دهید. گفتن عبارات یا تفاسیر خاص هرچند ناخواسته، می‌تواند ترد کننده و دافعه باشند. نباید به گونه‌ای به دیگران بگویید که به شیوه‌ای خاص با افراد سن بالا برخورد کنند که آن‌ها احساس کنند این مساله به خاطر پیری آن‌هاست و به نوعی ایزوله شده‌اند.

### خیلی پیری برای انجام این کار!

گفتن این حرف، در افراد سن بالا این احساس را ایجاد می‌کند که محدود و محصور سن و سالشان شده‌اند. در عوض از آن‌ها کمک بخواهید و آن‌ها را تشویق کنید که مستقل‌تر از آنچه که از توانایی‌شان تلقی دارند، توانمندترند.

### نسبت به سنت خوب موندی!

شاید این حرف تعریف به نظر برسد اما القا کننده این است که خوب به نظر رسیدن برای سن شما موردی دور از انتظار و نادر است. اگر هم از کسی می‌خواهید تعریف کنید، به سن‌اش اشاره نکنید.

### داری فراموش کار می‌شی!

بحث در مورد فراموش کاری و ضعف حافظه می‌تواند بسیار مضر و ناامید کننده باشد. فراموش کار بخشی از روند پیری است اما چیزی نیست که آن غیر جدی و شوخی بینداریم. در عوض در برخورد با سن بالاها، صبور باشید و آن‌ها و شرایطشان را درک کنید بی‌آنکه در ایشان احساسی از سربرار بودن و نقص و ناتوانی ایجاد کنید.

### هنوز کار می‌کنی؟

این جمله این مفهوم را خواهد داشت که نسبت به انتخاب آن‌ها یا نیازشان به تداوم کار و فعالیت حالت دافعه گرفته‌اید. بسیاری از افراد سن بالا به دلایل مالی یا اهداف شخصی به حضور در محل کار ادامه می‌دهند. بهتر آن است که سوالات شما از افراد مسن سوالاتی با پایان باز باشد.

### میدونی چطور از این استفاده کنی؟

این جمله شما بر این دلالت خواهد داشت که افراد مسن نمی‌توانند با فن‌آوری نوین کار کنند و این جمله می‌تواند برای آن‌ها بسیار تحقیرآمیز باشد. بسیاری از افراد سن بالا اتفاقاً از نظر کار با فناوری‌های نو خوب هستند. از اینرو بهتر است تنها از آن‌ها پرسیده شود که آیا به کمک نیاز دارند یا خیر.

### باید تنها باشی، نه؟

این فرض که افراد مسن تنها هستند بسیار حساسیت‌زا است. بسیاری از سن بالاها دارای زندگی خوب و فعالی هستند حتی در شبکه‌های اجتماعی. از اینرو به جای تصور از تنهایی آن‌ها، در یک گفتگوی جذاب با آن‌ها مشارکت داشته باشید.

### اندازه سنت رفتار کن!

این جمله به غایت آسیب‌رسان است چون باعث می‌شود فرد مسن فکر کند دیگر شایسته و توانمند رفتار و فعالیت‌های درست

و مناسب نیست. این را بدانید که هر کسی در هر سنی این حق را دارد که فارغ از سن و سال، از زندگی اش لذت ببرد.

### از همه چیز جا موندی!

این برجسب که یک آدم سن بالا نسبت به تغییر مقاوم است، برایش بسیار ناراحت کننده و ناامید کننده خواهد بود. مادامیکه برخی دوست دارند همان زندگی روتین و معمول خود را داشته باشند، بسیاری از افراد مسن هم هستند که تمایل دارند خود را با تجربیات و دنیای نو سازگار کنند.

### وقتی آنقدر پیر شدم که...

حرف زدن در مورد عواقب پیر شدن حسی منفی و دلهره آور برای افراد مسن ایجاد خواهد کرد و آن ها باعث کم یا بی ارزشی و بی فایده بودن خواهند کرد. به جای بد گفتن از پیر شدن، تجربیات و عقل و پختگی را که پیری با خود به همراه می آورد را تحسین کنید.

### تو دیگه نمیفهمی

این نگاه که افراد مسن با رویدادهای روزمره و جاری یا زندگی مدرن قطع ارتباط کرده اند، بسیار تحقیرآمیز خواهد بود. بسیار از افراد سن بالا همچنان در مشارکت های اجتماعی و مطلع از احوالات روز اجتماع هستند. به جای دوری از مصاحبت با این افراد، آن ها را در مکالمات خود سهیم کنید.