

روابط اجتماعی در وضعیت هشدار

با اعصاب و روان من بازی نکن! باز داری روی اعصاب من پیاده روی می کنی! من اعصابم ضعیفه با من بحث نکن! این رفتار تو اعصاب من را خرد کرده!..



با اعصاب و روان من بازی نکن! باز داری روی اعصاب من پیاده روی می کنی! من اعصابم ضعیفه با من بحث نکن! این رفتار تو اعصاب من را خرد کرده!... همه ما روزانه عباراتی از این دست را بارها شنیده ایم و شاید خودمان نیز در رابطه با دیگران به زبان می آوریم اما چندان به دلایل بازگویی و رواج آنها در جامعه دقت نمی کنیم. چرا آستانه تحمل ما به این میزان قابل توجه پایین آمده است؟ تا آنجا که در برابر کوچک ترین ناملازمات زندگی بی طاقت و کم تحمل شده ایم و واکنش هایی خلاف عرف و ارزش های اخلاقی نشان می دهیم؛ صدایمان را بالا می بریم، داد و فریاد به راه می اندازیم و در اندک زمانی صحنه ای از یک نزاع تمام عیار را می آفرینیم و جماعت کنجکاو و ماجراجویی را دور خود جمع می کنیم.

به گزارش سلامت نیوز، روزنامه جهان صنعت نوشت: چندان دور از ذهن نیست که چنین رفتارهای پرتنش در میان خرد و کلان جامعه ما شیوع بیمارگونه ای پیدا کند. گاهی اوقات به فحاشی و ضرب و شتم سوق یافته و زن و مرد آن را به کام نامرادی خویش بکشاند. بدون مطالعه صفحه حوادث روزنامه ها یا آگاهی از وقوع رخداد های ناگوار و دلخراشی که هر روزه زیر پوست کلانشهری مثل تهران اتفاق می افتد، تجربه های شخصی روزمره زندگی هر یک از ما در این شهر با چنین برخوردها و وقایع ناخوشایندی عجین شده است، رفتارهای مشابهی که در طیف وسیعی از اختلاف عقیده و تفاوت سلیقه افراد در جزیی ترین مباحث، تا فقدان زبان فرهنگی مشترک در درک مسایل اساسی زندگی رخ می نمایند. همه ما به دفعات پشت ترافیک های سنگین شهری که ساعات طولانی از عمر گرانبمایمان را به تاراج می برند، شاهد رفتارهای توام با خشونت و درگیری خیابانی افراد بوده ایم. با تردد در فضاهای شهری شلوغ و پراز دحام مساله دشواری دسترسی به جای پارک ماشین و سرریز شدن آستانه صبر و تحمل شهروندان بر سر آن را تجربه کرده ایم و در رفت و آمدهای هر روزه نسبت به موضوع سهل انگاری در رعایت حقوق شهروندی و پیامدهای تاسفبار آن بیگانه نیستیم. موارد دیگری همچون تعاملات متقابل افراد در وسایل نقلیه عمومی یا روابط مشتریان و فروشندگان در داخل یک فروشگاه را نیز می توان در این دایره جای داد. چرا راه دور برویم!

در همین آپارتمان یا خانه ای که زندگی می کنیم، در جریان مستقیم رفتارهای همسایگان و اعضای خانواده مان با یکدیگر به وضوح می توانیم نمونه رفتارهای تهاجمی و پر خاشگرانه را مشاهده کنیم. چه بسا در مواردی خودمان نیز ناآگاهانه و ناخواسته درگیر برخوردهای نامتعارف و ضد اجتماعی می شویم. شاید همه چیز از یک بحث ساده یا اعتراض جزیی شروع شود اما دست کم به اهانت های لفظی و زد و خوردهای فیزیکی ختم می شود و در مواردی آتش معرکه چنان بالا می رود که طرفین از کوره در می روند و اختیار از کف می دهند و در کمال ناباوری حادثه ای تلخ و جبران ناپذیر را به وجود می آورند؛ حادثه ای که سال های متعددی از زندگی طرفین و خانواده هایشان را تحت الشعاع قرار می دهد. پیش از پیگیری دلایل و ریشه های بروز چنین رفتارهای هیجانی و شتابزده در بین عموم مردم، باید در نظر داشت که رفتارهای افراد یک جامعه حلقه های به هم پیوند یافته یک زنجیره اند و بالطبع عملکردهای هر چند ناچیز هر یک از ما در ارتباط با دیگران به شکل مستقیم یا غیرمستقیم در نوع عمل اجتماعی آنان انعکاس می یابد. شاید برای شما هم اتفاق افتاده باشد که در ابتدای صبح مواجه شدن با برخورد تند و زنده یک راننده تاکسی، روند برنامه های کل روزتان را به هم ریخته باشد و در مقابل روی گشاده و کلام دلنشین یک فروشنده روز خوشی را برای شما رقم زند. رفتارهای روزمره هر یک از ما در فرآیندی اجتماعی و در ارتباط با سایرین شکل می گیرد و پس از گردش در چرخه تعاملات جامعه دوباره به سمت ما بازمی گردند.

شاید کج خلقی و اوقات تلخی به ظاهر بی دلیل افرادی که با ما در رابطه هستند، حلقه پایانی از همان زنجیره ای باشند که ما خود با بد رفتاری هایمان با دیگران به هم بافته ایم اما این گونه عملکردهای اجتماعی نسنجیده و شتابزده در عوامل متعددی ریشه دارند. زندگی کلانشهری برای افراد با ساعات کاری بلند مدت، تلاش برای صرفه جویی در زمان و انرژی، سعی بی وقفه برای جبران کمبودها و رسیدن به موقعیت های پولی و اجتماعی بهتر معنا می شود، این جد و جهد بی پایان توان جسمی و روحی شهروندان را تحلیل می برد و در مواجه شدن با مسایل اجتماعی بیش از پیش آسیب پذیر و کم تحمل می نماید. در این میان زنان که تا چندی پیش از این غائله مستثنی بودند به شدت در این تله به دام افتاده اند. اگرچه آنان سطح تحصیلاتشان را ارتقا داده اند و به واسطه کسب پایگاه های اجتماعی و شغلی مطلوب، اغلب در موقعیت هایی هم پای مردان قرار گرفته اند اما از آنجا که آنان از روحیات حساس و لطیف تری بهره مندند به همان میزان تنش و استرس بیشتری را متحمل می شوند و این خود سرآغاز بروز

رفتارهای توام با خشم و پرخاشگرانه از سوی آنهاست که از دید اطرافیان شان عجیب و غریب به نظر می‌آید. با توجه به اینکه زنان در کانون زندگی‌های خانوادگی و در راس تعاملات مستمر با اعضای خانواده به ویژه کودکان قرار دارند به مرور زمان به مرجعی در نشر و تسری این قبیل رفتارها در متن جامعه تبدیل می‌شوند. بی‌تردید در دنیای امروز فشارهای جسمی و عصبی که ناگزیر از جانب عوامل بیرونی زنان را احاطه کرده‌اند، بیش از همه در نحوه برخورد ایشان با خانواده‌شان بروز می‌کند.

آنان در کوچک‌ترین اختلاف نظرها با همسرشان به ورطه جر و بحث‌های بی‌انتها و بی‌نتیجه می‌افتند و در رابطه با کودکان دلبندشان بی‌صبر و کم‌طاقت، به طرفه‌العینی عصبانی می‌شوند. البته فرزندان هم که به انیمیشن‌های پُرزد و خورد و بازی‌های خشن رایانه‌ای خو گرفته‌اند در این میان کوتاه نیامده و قیل و قال به پا می‌کنند. بخش دیگری از جریان رفتارهای توام با خشونت به طور نامحسوس به واسطه رسانه‌های جمعی و شبکه‌های اجتماعی به متن جامعه تزریق می‌شود. وسایل ارتباط جمعی به روش‌های مختلف و با ایجاد فشارهای نامرئی، میل به خواسته‌ها و توقعات غیرضروری را در افراد می‌پروراند اما در این مسیر، وجود محدودیت‌های اجتماعی و تنگناهای اقتصادی، افراد را با ناکامی‌هایی روبه‌رو می‌کنند. تحمل رنج و دشواری طاقت‌فرسا برای رسیدن به چنین آمال و آرزوهای ساختگی که روح و جسم افراد را با خود درگیر کرده، آستانه تحمل افراد را کاهش می‌دهد.

در همین راستا فراگیر شدن فسادها و انحراف‌های اجتماعی در جامعه و سرگردانی و دل‌مشغولی شهروندان در تشخیص مسیر درست از انحرافی، آنها را بر سر دوراهی‌های جنجالی قرار داده و مجموع این نابسامانی‌های اجتماعی و آشفتگی ذهنی اسباب تنش‌های روحی و ناهنجاری رفتاری افراد را فراهم آورده است. زاویه پنهان دیگری که جامعه ما را به سمت و سوی خشونت و پرخاشگری روانه می‌کند، مهاجرت‌های بی‌رویه جماعت شیفته آب و رنگ کلانشهری است که بر آتش افروخته، تنش‌های روحی و رفتارهای توام با خشونت دامن می‌زند. مهاجران با استقرار در محیطی متفاوت از فضای فرهنگی و اجتماعی موطن اصلی خویش، به سختی می‌توانند خودشان را با ویژگی‌های جامعه مقصد سازگار کنند و به واقع ضعف پیوندهای خویشاوندی و دوستانه و کمرنگ شدن حمایت دریافتی از سوی خانواده، ایشان را به گرداب بحران‌های عاطفی می‌کشاند. قطع روابط خانوادگی، مهاجران را در خلاهای عاطفی و احساسی قرار می‌دهند که در اغلب موارد به صورت رفتارهای خشونت‌آمیز و تندخویی بروز می‌کنند. به جمع همه این عوامل می‌توان نابسامانی‌های اقتصادی، افزایش فاصله طبقاتی، نرخ صعودی تورم و کاهش قدرت خرید شهروندان را افزود که استرس و فشارهای عصبی را در افراد تشدید می‌کنند.

افرادی که بخش عمده‌ای از فرصت‌های زندگی‌شان را صرف امرار معاش خود و خانواده‌شان می‌کنند، زمانی برای رفع خستگی و تجدید قوا نمی‌یابند و این امر به نوعی اضافه بار روانی در آنها ایجاد می‌کند که بیشتر اوقات در قالب رفتارهای ضداجتماعی و پرتنش بروز می‌کند؛ شهروندانی که به اشکال مختلف با تنش‌ها و استرس‌های روزمره زندگی شهری درآمیخته‌اند، غریب نیست که به انواع مشکلات روحی نظیر احساس تنهایی، افسردگی، پرخاشگری و... مبتلا شوند و سلامت روحی و بهداشت روانی‌شان در معرض خطر قرار گیرد. در این میان اجتناب افراد از مراجعه بهنگام به روانشناس و روانپزشک و تاخیر در تشخیص و درمان بیماری، فرد را در اداره امور زندگی به‌ویژه در ارتباط با دیگران مساله‌ساز می‌کند. به تدریج پیشروی این قبیل بیماری‌ها در بین افراد جامعه عوارضی همچون عصبانیت، تندخویی و پرخاشگری را به همراه خواهد داشت. همه اینها علائمی است که نشان می‌دهد؛ جامعه ما در وضعیت هشدار قرار دارد و متأسفانه با چند روز تعطیلی هم به حالت عادی بازمی‌گردد. نسخه‌هایی جامعه از این فضای ناآرام و پرتنش را می‌توان در تولید و ارائه برنامه‌های آموزشی و فرهنگی پیچید که با هدف ترویج رفتارهای معقول و نحوه صحیح مواجهه با مشکلات و مسایل اجتماعی به دور از هیجانات مقطعی و زودگذر دنبال می‌شوند. اما به حکم تجربه فعالیت‌های فرهنگی در درازمدت به اصلاح اجتماعی جامعه می‌انجامد در صورتی که بهبود وضعیت اقتصادی، ایجاد رفاه نسبی و تامین اجتماعی برای شهروندان از سوی جامعه به سرعت می‌تواند غبار دلهره و نگرانی را از خاطر افراد پاک کند. همچنین فراهم کردن فضاهای مطمئن برای تخلیه هیجانات و انرژی جوانان و امکان بروز رفتارهای جمعی شادمانه، احساس امنیت اجتماعی و آرامش خاطر را به جریان زندگی‌شان جاری می‌کند و شهروندان را از توقف و تمرکز بیش از اندازه در موقعیت‌های استرس‌زا بازمی‌دارد.