

افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نپاشد تن من مباد بدین بوم و بر زنده یک تن مباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم از آن به که کشور به دشمن دهیم

www.afgazad.com

afgazad@gmail.com

Social

اجتماعی

داکتر عباس آزادیان



مهاجرت و پناهندگی

به ادامه گذشته:

جایگاه سالمندان در خانواده:

طبعاً و همانگونه که قبلاً هم نوشته ام، "گذشت سن" روندی است که در تمام مراحل زندگی (از کودکی به نوجوانی، از نوجوانی به جوانی، از جوانی به میانسالی و سپس به دوران سالمندی) نیاز به تطابق با محیط، با تواناییهای جدید و یا نیاز به تطابق با از دست دادن تواناییهای قدیم را طلب میکند.

سالمندان در هر جامعه ای باید با سوگ نزدیکان و خویشاوندان خود کنار بیایند، با تغییر هویت مداوم بسازند و بدانند که توان فعالیت آنها – حد اقل از لحاظ جسمی- با زمان کمتر میشود. با بالا رفتن سن، بیماریهای مختلف سلامت افراد را به خطر می اندازد. بعضی از این بیماریها ریشه های مشخصی دارند و بعضی از آنان ریشه در حالتیهای روحی دارند. تغییر چهارچوب محیطی میتواند باعث افزایش بیماریهای روحی بشود. به طور مثال اگر چهارچوب فرهنگی که فرد در آن بزرگ شده و به فرد آموزش داده است که توقع داشته باشد که در سنین بالا به محیط اطراف و اطرافیان خود برای رفع نیازهای خود تکیه کند، ناگهان تغییر بکند و این تغییر چهارچوبهای محیطی باعث شود که توقعات فرد برآورده نشود، احساس افسردگی، بیخوابی، اضطراب و دردهای عصبی در فرد حاصل میشود.

برای مثال مردی ۵۸ ساله و همسرش به نزد من می آمدند. تناقض اصلی آنها در رابطه با تغییرات قابل توجه بچه ها و به خصوص دختران این زوج بود. مرد به طور مکرر بر "فرهنگ ایرانی" خود تأکید میکرد و عنوان میکرد که فرهنگ ایرانی او اجازه نمیدهد که دخترش به طور مثال دوست پسر سیاه پوست داشته باشد. او این مسأله را - که برای

یک جوان که در تورنتو بزرگ شده قابل قبول است. نمیتوانست بپذیرد که دخترش با یک فرد غیر ایرانی رابطه داشته باشد و یا اینکه این ارتباط قبل از ازدواج باشد.

این تناقض فرهنگی در مورد مسأله میزان توجه فرزندان به والدین سالمند نیز پیش می آید. در بسیاری از کشورهای جهان سوم انتظار میرود که فرزندان از والدین سالمند خود نگهداری کنند و با آنها زندگی کنند. در کشورهای غربی این مسأله امر شایعی نمیشد و افراد معمولاً خود را برای سالهای پیری آماده میکنند تا بتوانند استقلال خود را حفظ کنند. یکی از مراجعان من مرد افغانی ۵۹ ساله ای است که به دلیل جنگهای داخلی افغانستان و بعد از چندین سال اقامت در پاکستان به همراه فرزندان به تورنتو آمده است. این فرد و همسرش هرگز به مدرسه نرفته اند. طبیعتاً در کانادا هم توان یادگیری زبان انگلیسی را نداشته اند. حاصل امر وابستگی بیشتر آنها به فرزندان که کم کم بزرگ شده اند بوده است. این زوج علی رغم ۱۵ سال اقامت در تورنتو نتوانسته اند که کاری پیدا کنند و همیشه از کمکهای دولتی استفاده کرده اند. اکنون که پسرهای خانواده از مرز ۲۰ سالگی گذشته اند، یکی از آنها ازدواج کرده و با همسرش زندگی میکند و البته هر دوی آنها مشغول به کار هستند.

این مرد سالمند افغانی بارها به مطب من آمده و با عصبانیت از بی انصافی زمانه نالیده و از اینکه این همه زحمت کشیده تا بچه ها را بزرگ کند ولی پسر بزرگش حتی ماهی یک بار حال آنها را نمپرسد و از آنها نگهداری نمیکند. شدت عصبانیت او گاهی در حدی بوده که با مشت به سر خود میزند و یا سرش را به دیوار میزند. او دچار بیخوابی و افسردگی است، کنترل اعصاب خود را ندارد و گاهی در رابطه با جوانانش دچار خشونت هم شده است. با دیگران، و از جمله راننده اتوبوس و فروشنده نزدیک خانه اش هم درگیر میشود بدون اینکه حتی زبان آنها را بفهمد. از سر اضطراب یکبار به مددکار اجتماعی خود گفته بود که خود و دیگران را خواهد کشت. مددکار اجتماعی به پلیس اطلاع داد و این فرد چند روزی را هم در بازداشتگاه به سر برد. او میگفت: "بچه بزرگ کرده ایم که عصای دستان بشوند ولی حتی حالم را نمپرسند."

مشکل دیگری که در سنین بالا برجسته تر میشود این واقعیت است که اگر فردی که در سالمندی دست به مهاجرت زده پس از چند سال مجبور به بازگشت به کشور خود بشود، ممکن است با تغییرات غافل کننده زیادی در کشور خود مواجه شود. دوستی که بعد از سه سال مهاجرت به غرب از ایران بازدید داشت، در نامه ای از تغییرات فراوان روحیات مردم یاد کرده و شگفت زدگی خود را از تغییراتی گسترده در چنین مدت کمی بیان میکرد. این امر - یعنی تغییرات وسیع در کشور مادری در زمان غیاب فرد- مسأله بازگشت به کشور مادری را هم میتواند تجربه ای دشوار بکند و آنرا به مهاجرتی دوباره تبدیل کند.

این مسأله در مورد افرادی که پس از سالیان مدید زندگی کردن در کشورهای خارجی و در مهاجرت به سر بردن تصمیم میگیرند که به کشور مادری خود برگردند برجسته تر است. اینان وقتی که در سنین بالا تصمیم به بازگشت به کشور مادری خود میگیرند دچار مسایل و مشکلات متعددی میشوند و به راحتی از پس برخورد با مسایل و مشکلاتی که با آن روبرو میشوند بر نمی آیند، چرا که از امکانات مقابله کمتری با این مشکلات برخوردارند و جایگاه آنها در کشور مادری هم تغییر یافته است. شاید بهتر باشد بگوئیم که شاید دیگر جایگاهی در کشور مادری خود نداشته باشند.

موضوع اصلی که برجسته میشود "جایگاه فرد سالمند در خانواده و در اجتماع" میباشد. شکی نیست که افراد سالمند باید با مسایل متعددی دست و پنجه نرم کنند. آنها افراد زیادی را از دست میدهند که باید این مسأله را بپذیرند، توان فعالیت آنها کاهش و هویت آنها تغییر میکند و باید با این تغییرات انطباق پیدا کنند. این تغییرات و انطباق با آنها تا حد زیادی به تغییر نقش اقتصادی فرد سالمند در اجتماع و خانواده بستگی دارد. جایگاه فرد در خانواده تا حد زیادی به

کنترل منابع مالی خانواده و به عهده داشتن مدیریت مسایل خانواده بستگی دارد. تردیدی نیست که میزان کنترل و نوع مدیریت این منابع بستگی به نظام اقتصادی و اجتماعی حاکم بر جامعه دارد. به این موضوع اکتفاء میکنم که افراد سالمند کنترل کمتری و در بعضی موارد هیچ کنترلی بر منابع مالی خانواده ندارند. به عبارت دیگر مدیریت منابع موجود در خانواده و تعیین چهارچوبهای عملکردی خانواده به میزان زیادی از دست سالمندان خارج شده است.

تغییرات فوق باعث تغییر جایگاه فرد سالمند در خانواده میشود. افراد سالمند آسیب پذیر میباشند و برای حفظ استقلال خود به دیگران نیازمندند. بیماریهای جسمی و روحی از عوامل دیگری هستند که بر تواناییهای فرد اثر میگذارد و جایگاه فرد سالمند را در خانواده تغییر داده، وابستگی او را بیشتر میکند. سالمندانی که دست به مهاجرت میزنند و یا مجبور به مهاجرت میشوند نه تنها مجبور هستند که با مسایل فوق دست و پنجه نرم کنند بلکه باید با ضربه های حاصل از مهاجرت، تغییرات ارزشهای خانوادگی و فرهنگی در جامعه جدید و به هم ریختن روند طبیعی زندگی خود هم مقابله کنند. این افراد از امکانات محدودتری برای مقابله با این مشکلات برخوردارند.

در مبحث دیگری^۱ به نظرات اریک اریکسون^۲ اشاره کرده ام و یادآوری کردم که او مراحل رشد شخصیت را از تقسیم بندی محدود فروید به سالهای اولیه کودک فراتر برد و آنرا به تمامی عمر انسانها گسترش داد. مرحله هشتم رشد شخصیت فرد از نظر او مرحله سالمندی^۳ میباشد و این مرحله ای است که بعد از بازنشستگی شروع میشود. وظیفه این مرحله رشد از نظر اریکسون حفظ یکپارچگی شخصیت^۴ میباشد تا بدین گونه احساس سرگشتگی^۵ به حد اقل برسد. چرا احساس سرگشتگی در این مرحله زندگی امکان بروز می یابد؟ زیرا با بازنشسته شدن فرد سالمند ممکن است احساس مؤثر بودن و مفید بودن سالهای قبل را از دست بدهد. از طرف دیگر با بزرگ شدن فرزندان و مستقل شدن آنها وظیفه پدر و مادری به مقدار قابل توجهی کاهش می یابد و در نتیجه احساس مفید بودن بیشتر خدشه دار میشود. از لحاظ بیولوژیک هم تغییرات قابل ملاحظه ای در زنان و مردان به وجود می آید که آن احساس بار آوری و توانمند بودن را زیر سؤال میبرد. شاید مهمتر از همه این واقعیت باشد که مسأله مقابله با مرگ و ترس از مرگ مطرح میشود و فرد باید با این ترس مقابله بکند. حاصل میتواند احساس ناگزیر سرگشتگی، افسردگی، بی مایگی و بیهودگی باشد.

این سرگشتگی به شکلهای مختلف میتواند خود را نشان بدهد. بعضی از افراد به گذشته مشغول میشوند و به امکانات و تواناییها و روابطی که در گذشته داشتند می اندیشند و تأسف گذشته را میخورند. بعضی دیگر بیشتر به شکستهای خود و ناتوانیهای خود مینگرند و حسرت میخورند که چرا کارهای دیگری که در توان داشتند نکردند. اینها از تصمیمات اشتباهی که گرفته اند احساس پشیمانی میکنند و از اینکه توان و امکان و زمان دیگری که آن اشتباهات را جبران کنند ندارند حسرت میخورند.

یکی از مراجعان من خانمی ۶۵ ساله است. ایشان دچار افسردگی و به خصوص اضطراب شدید میباشد. او میگوید: "بسیار تنهاییم. اگر ترس از قبر نبود میمردم. حال خیلی بدی دارم. بچه ها به من توجهی نمیکنند و بی اعتنائند. احساس میکنم که بی خیال مادرشان هستند. وقتی به خانه شان میروم احساس خوش آمدن نمیکنم. احساس میکنم زیادی هستم. احترام میگذارند ولی شور و حال و عشق نمیدهند. فکر میکنم بی احساس هستند. میخواهم به نوه هایم کمک کنم ولی به

شهروند شماره ۱۰۷۹، عباس آزادیان- اهمیت روابط اولیه کودک در خانواده

² Eric Erickson

³ Late adulthood

⁴ Ego integrity

⁵ Despair

خاطر دردهایم نمیتوانم. احساس میکنم وجودم به درد نمیخورد. نیاز به دیگران دارم و آنها هم مشغول کارهای خودشان هستند."

در مقابل این دسته - یعنی کسانی که در برخورد با سالهای آخر عمر دچار سرگشتگی شده اند- کسانی هستند که سلامت و یکپارچگی شخصیتی خود را حفظ میکنند. اینها واقعیت از دست دادن بعضی توانائیها و امکانات را درک میکنند و گریز ناپذیری مرگ را میپذیرند. اینان وقتی به گذشته مینگرند زندگی خود را آن گونه که بود میپذیرند. آنها درک میکنند که در زندگی موفقیتها و شکستهای داشته اند و اینکه زندگی جز این هم نمیتوانسته باشد. روند رشد و زندگی همه انسانها این است که تصمیمهای غلط و درست میگیرند و افتان و خیزان سعی میکنند تا از حداکثر توانائیهای خود در چهارچوبهای محدود کننده محیطی استفاده کنند.

نمونه موفق یکی از مراجعان من آقای است که بیشتر از ۸۵ سال دارد. ایشان به طور مستقل زندگی میکند و معمولاً به تنهایی برای ویزیت به مطب من می آید. همیشه سر حال است و شکایتهايش در مورد مسائلی است که برای سن ۸۵ سالگی طبیعی است. در ضمنی که از مشکل حافظه شکایت میکند برای هر مطلبی که مطرح میکند شعری از حافظ و از شاعران دیگر در ذهن دارد و در مجموع فردی است آرام و خشنود از وضعیت خود و در ضمن اینکه بعضی از کمبودها را مطرح میکند، سعی میکند که برای آنها چاره بیندیشد.

خانم نجمی علوی - خواهر بزرگ علوی- در کتاب خاطراتش^۶ به شکل زیر زندگی خود را جمع بندی میکند و رضایت از زندگی مثبت خود را که خود بستگی به عمری تلاش برای موفقیت دارد را ارائه میدهد:

"صمیمانه و صادقانه میخواهم بگویم که از مسیر پر رنج این زندگی طی شده- ۳۴ سال در مهاجرت اجباری و ۵۷ سال دوری از وطن و زندگی در غربت- ابداً تلخ کام و پشیمان نیستم. به عنوان یک زن ایرانی در ۶۰ سال پیش با انگیزه مبارزه با ظلم و بی عدالتی و نیز مبارزه در راه عدالت و حقوق زنان ایرانی در این مسیر گام نهادم." شادمانی و شور حال در سالمندی وابسته به تلاشی است که انسان در طول عمر خود به آن دست زده است و وابسته به امکان تداوم این کوشش در سالهای پیری میباشد. وظیفه خود انسان و محیط اطراف انسان است که چنین امکاناتی را برای سالمندان تهیه کنند.

احمد شاملو در شعر "در آستانه" به بررسی زندگی خود میپردازد و میگوید:

"بدرود!

بدرود! (چنین میگوید بامداد شاعر:)

رقصان میگذرم از آستانه اجبار

شادمانه و شاکر"

او سپس به بررسی دلایلی میپردازد که این "شادمان و شاکر بودن" او را توضیح میدهد:

"انسان زاده شدن تجسد وظیفه بود:

توان دوست داشتن و دوست داشته شدن

توان شنفتن

توان دیدن و گفتن

توان اندهگین و شادمان شدن

ما هم در این خانه حقی داریم- چاپ اول به کوشش حمید احمدی تهران: اختران ۱۳۸۳ ص ۱۱^۶

توان خندیدن به وسعت دل، توان گریستن از سویدای جان
توان گردن به غرور برافراشتن در ارتفاع شکوه ناک فروتنی
توان جلیل به دوش بردن بار امانت
و توان غمناک تحمل تنهائی

تنهائی

تنهائی

تنهائی عربان"

و برای شاملو

"فرصت یگانه بود و سفر جانکاه بود

اما یگانه بود و هیچ کم نداشت."

احمد شاملو- در آستانه

شوپنهایمر حیات انسان را جرقه ای در بین دو بینهایت از تاریکی میداند، تاریکی قبل از تولد و تاریکی بعد از مرگ. چنین نگاهی میتواند باعث یأس، ناامیدی و پوچی بشود. اما بر اساس همین باور میتوان زندگی انسان را - هر انسانی را- یک حادثه یگانه و فرصتی بزرگ تصور کرد. اگر زندگی خود را، بیشتر لحظات زندگی خود را، همانگونه که احمد شاملو پیشنهاد میکند صرف دوست داشتن، گوش دادن به دیگران و خندیدن با انسانهای دیگر بکنیم و به طور خلاصه از تمامی امکانات خود برای همراهی با انسانهای دیگر استفاده کنیم تا قدمی در جهت ایجاد جهانی که هر انسانی جایگاه شایسته خود را در آن بیابد برداریم آنگاه در پایان عمر شادمان و شاکر خواهیم بود. آنگاه میتوانیم ادعا کنیم که از فرصت ارزانی شده حداکثر استفاده را کرده ایم و جایگاه خود را در زندگی و جامعه به دست آورده ایم. به طور خلاصه مهاجرت در سالمندی مشکلات عدیده ای میتواند در بر داشته باشد. در این نوشته به بعضی از این مشکلات از جمله احساس تنهائی و وابستگی، محدود شدن اجتماعی، بالا رفتن امکان سالمند آزاری، تغییر جایگاه فرد سالمند در خانواده و ناتوانی در تأمین نیازهای جنسی اشاره کردم. سالمندان عزیز قبل از مهاجرت باید به شکلی معقول به بررسی امکانات خود، شرایط جسمی و روحی خود و چهارچوب فرهنگی کشوری که میخواهند به آن مهاجرت کنند بپردازند. در غیر این صورت و به دلیل آمادگی نداشتن برخورد و حل مشکلاتی که با آن مواجه خواهند شد دشوارتر و احتمالاً غیر ممکن میشوند. در صورت تصمیم به مهاجرت فرد سالمند، سایر اعضای خانواده نقش مهمی در جا افتادن و تداوم موفقیت فرد سالمند مهاجر باید به عهده بگیرند. همه باید تلاش کنند تا تجربه مهاجرت برای فرد سالمندی که به چنین کار خطیری دست زده تجربه ای مثبت باشد و کیفیت زندگی او را بالا ببرد.

ادامه دارد