

روانشناسی

لزوم حضور روان‌شناسان و مشاوران

در دوره سربازی

دکتر پروانه صفایی مقدم، روان‌شناس بالینی در ابتدای بحث با اشاره به این‌که سن بلوغ در تمام افراد یکسان نیست و برخی اشخاص در این دوران در نوسان بین بودن و نبودن و هویت و بحران دست و پا می‌زنند به تپش گفت: «در حالت عادی اگر فرزند در سن بلوغ در خانه حضور داشته باشد، نمی‌توان با او با حالت آمرانه و تحکم آمیز صحبت کرد و معمولاً به شکل پیشنهادی گفت‌وگو می‌کنیم. دختر یا پسری که در شرایط بلوغ قرار دارد، مایل است مورد احترام و توجه همه قرار گیرد و همه برایش ارزش قائل باشند اما با ورود ناگهانی به محیط نظامی و مواجهه با حجم وسیعی از امر و نهی و قدرت بسیار زیاد و تحکم فراوان در برزخ کودکی و بزرگسالی گرفتار شده و این تعارض سبب ایجاد مشکل می‌شود. وقتی به جای رفتار محترمانه، انگ ناخوشایند «آش‌خور» به او حسبانده می‌شود، طبیعی است که این شرایط را بر نمی‌تابد. حتی ممکن است این فرد از خانواده‌ای با رفاه مالی مناسب آمده باشد اما وقتی احساس می‌کند که از هر طرف مورد تحکم و تحقیر قرار می‌گیرد، درونش مملو از ناکامی می‌شود که این ناکامی به خشم، افسردگی و در نهایت بروز و ظهور رفتارهای پر خاشگرانه تبدیل می‌شود.»

این روان‌شناس در خصوص یکی از مراجعان خود که سرباز بود، ادامه داد: «مراجعه‌کننده ۲۱ ساله‌ای داشتم که دو ماه آموزشی خود را گذرانده بود، او می‌گفت شاید در خلوت خودش ۱۰ بار گریه کرده و اصلاً شرایط روحی

مناسبی نداشت. فقط خدا را شکر می‌کرد که دوره آموزشی‌اش تمام شده و با حضور در کنار خانواده می‌تواند نفس راحتی بکشد و زندگی‌اش را پیش ببرد. هدف او یافتن راهکاری برای رفع حال بدش در دوران آموزشی بود تا بتواند به زندگی عادی برگردد. این‌گونه اشخاص به اعتقاد من همچنان کودک خانه هستند، زیرا هنوز شرایط کاری جامعه، حضور در اجتماع و خشن بودن آن را از نزدیک حس و لمس نکرده‌اند. در این بین، وقتی از محیط خانواده جدا شده و یکدفعه در شرایط مملو از امر و نهی و کنترل‌های سخت قرار می‌گیرد، همه چیز به‌گونه دیگری رقم می‌خورد. به قول آل پاچینو که می‌گوید «اگر یک بار، یک جایی، یک مسأله‌ای پیش آمد، شک نکن؛ باز هم این اتفاق در زمان و نقطه‌ای دیگر رخ خواهد داد». ما به کرات شاهد چنین شرایطی هستیم، زیرا میزان خشم و ناکامی در جامعه بسیار بالاست.

مثال می‌زنم. پسر خودم ۲۳ سال دارد. وقتی تحصیل دوره کارشناسی‌اش در دانشگاه تمام شد، تصمیم گرفت در کنکور کارشناسی ارشد شرکت کند اما گفتند نمی‌توانی و باید به خدمت سربازی بروی. دوره سربازی‌ات را بگذران، اگر در کنکور قبول شدی، قبولی‌ات محفوظ است. او می‌گوید الان ۲۳ سالم است، اگر به سربازی بروم، ۲۵ ساله می‌شوم. بعد از دو سال تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد به ۲۷ سالگی می‌رسم. حالا با این سن، با چه شرایطی جذب کدام بازار کار شوم؟ اینها دغدغه‌هایی است که افراد دارند و باید به آن توجه شود.»

خطر افسردگی

صفایی مقدم در بخش دیگری از گفت‌وگو به احتمال ابتلای برخی مشمولان سربازی به اختلالات روانی اشاره کرد و افزود: «ممکن است شخصی دچار یک افسردگی خاص بوده و همزمان درگیر برخی مسائل و مشکلات خانوادگی هم باشد. در چنین شرایطی حس می‌کند هم باید در یادگان حضور داشته باشد و هم نمی‌تواند به خانواده‌اش کمک کند. این دوگانگی که هم باید باشد و هم نمی‌تواند باشد، به یک تعارض تبدیل شده و یک مرتبه مرتکب اقدامی جبران ناپذیر می‌شود. برای جلوگیری از بروز این تعارض‌ها، سازمان نظام وظیفه باید از روان‌شناسان و مشاوران استفاده کند، زیرا مشمولان ویژگی‌های یکسانی نداشته و به دلیل زیستن در شرایط مختلفی زندگی و درگیری احتمالی با مسائل و مشکلات، ممکن است به درمان‌های حمایتی نیاز داشته باشند.

مسیر گفت‌وگو با سربازان بهتر است این‌طور باشد که هدف از حضور شما در یک فضای جدید مانند محیط نظامی، تخریب و تحقیر نیست، بلکه هدف افزایش قدرت سازگاری با جامعه است. این‌که قرار است در آینده نان‌آور یک خانواده باشید و اگر در شرایط فعلی بمانید، این احساس در شما ایجاد خواهد شد که نباید کاری انجام دهید. برای همین لازم است کمی از آن تعصب و غرور فاصله گرفته و آموزش‌های بیشتری را فرا بگیرید. گاهی انسان برای ادامه زندگی لازم است برخی کارها را انجام دهد تا پیشرفت کند. ضمن این‌که علاوه بر آموزش موارد نظامی به سربازان، لازم است روی آنها تست‌های شخصیتی روان‌شناسی انجام شود تا بر اساس نتایج و متناسب با روحیه و شخصیت فرد، مسئولیت به او واگذار شود.

ما برای پیشرفت جامعه و کشور به نیروی سالم نیاز داریم تا پس از ورود به اجتماع به نیروی کارآموده تبدیل شوند که چرخ کشور را به حرکت درآورند، نه این‌که احساس کنند چون در جایی تحت فشارهای فزاینده روحی و جسمی قرار گرفته‌اند، قادر به انجام کاری نیستند و نیاز به استراحت دارند تا بتوانند نیرو و توان از دست رفته خود را بازیابی کنند. نتیجه چنین روندی بی‌انگیزگی افراد، آسیب زدن به خود و مردم و در نتیجه پسرقت و عقب‌ماندگی جامعه است.» او با تأکید بر این‌که در کنار شرایط نظامی باید مهارت‌های زندگی را به افراد آموخت، ادامه داد: «شخص با آموزش مهارت‌ها یاد می‌گیرد چطور با ناملایمات زندگی برخورد کند و چه اقداماتی برای بهبود شرایط انجام دهد.

در نهایت این‌که دولت ممکن است بگوید در حال حاضر و به دلایل مختلف قادر به استخدام روان‌شناسان و مشاوران نیستیم اما می‌تواند اعلام کند هزینه‌ای پرداخت می‌کنیم تا سربازان مسائل و مشکلات خود را با این افراد در میان بگذارند. بحث دیگر این است که چرا با وجود تکرار این فجایع در خدمت سربازی، هنوز هیچ اقدامی برای کاهش این اتفاقات از سوی مسئولان انجام نشده است.

البته در نگاه بسیاری از مردم عنوان نظامی مترادف با فردی خشک، بدون انعطاف و احساسات عاطفی است، درحالی‌که همان فرد نظامی نیز احساس و عاطفه دارد و متوجه شرایط موجود است اما در کنار شرایط نظامی‌گری می‌تواند انعطاف‌پذیری‌های خاص خود را جاشنی تربیت نظامی کند تا نسلی سالم، سرزنده، توانمند و کارآموده تحویل جامعه بدهد.»

مثل یک

معلم دلسوز

در حال حاضر هیچ چیزی بهتر از درمان حمایتی نیست. اگر سربازی که در ساوجبلاغ آن حادثه تلخ را رقم زد، مهارت‌های زندگی را آموزش دیده بود، با آگاهی از راه حل، تعارضات درونی خود را بهتر حل و فصل می‌کرد و به آن فاجعه منتهی نمی‌شد. مسئولان رده بالای این سربازان هم نقش معلمان آنها را به عهده دارند. معلمان همواره ایشار و از خودگذشتگی می‌کنند تا نسلی خوب و کارآموزه تحویل جامعه دهند. همین نقش متقابلاً به عهده مسئولان رده بالادر مکان‌های نظامی است که با روشی مطلوب‌تر، نیروهای توانمندی را تربیت و روانه جامعه کنند.

گزارش هفته

تپش

ویژه‌نامه حوادث | روزنامه جام‌جم | ۵

چهارشنبه ۲۵ بهمن ۱۴۰۲ | شماره ۱۰۵۲