

یادداشت
» زهرا حاجی‌هاشمی

سلامت روانی سالمندان و شهر

یکی از مسائلی که زندگی شهری همراه با بهبود بهداشت عمومی به همراه داشته است ایجاد پدیده سالمندی است. امروزه بیشتر افراد، از سنین کودکی، جوانی و میانسالی عبور کرده و سالمندی را تجربه می‌کنند. در گذشته افراد سالمند از اجر و قرب بیشتری در میان جمع برخوردار بوده و به‌عنوان افرادی دنیادیده و باتجربه‌تر حتی از منزلت اجتماعی بالاتری از سایرین برخوردار بودند. به عبارت دیگر، میان افزایش سن یا سستوندی و افزایش منزلت و شأن اجتماعی ارتباط مستقیم وجود داشت. به همین منظور وجود و توسعه الگوهای مراقبت از سالمندان در میان تمام اقوام و جوامع، امری بدیهی و پذیرفته‌بود. فرهنگ احترام و مراقبت از سالمندان از دوران خردسالی در کودکان نهادینه می‌شد. اما در دوران مدرن و با پیدایش فرهنگ شهرنشینی، سالمندان رفته رفته به حاشیه فرهنگی در شهرها بدل شدند. کار مراقبت و نگهداری از این افراد نیز به نهادها و موسسات دولتی یا خصوصی سپرده شد و بدین ترتیب الگوهای مراقبت غیررسمی که از سالمندان در میان خانواده‌ودر خانه نگهداری می‌کردند جای خودشان را به الگوهای رسمی دادند.

کشورهای اروپایی به دلیل پایین بودن نرخ تولد و افزایش طول عمر با تغییرات جمعیتی بی‌سابقه‌ای روبرو هستند. به نقل از سرویس پژوهشی پارلمان اروپا، در اتحادیه اروپا تا سال ۲۰۶۰ نسبت افراد ۶۵ساله و بالاتر حدود ۳۰درصد جمعیت کل را تشکیل خواهد داد و نسبت افراد بالای ۸۰سال بیش از دوبرابر شده و به ۱۲درصد جمعیت خواهد رسید. با توجه به امید به زندگی بالاتر زنان در اروپا (۵۵سال بیشتر از مردان)، در چند سال پیش‌رو شاهد پیرشدن جمعیت در اروپا خواهیم بود. این روند طبیعتا در کشورهایی نظیر ایران، که خصوصا بعد از انقلاب شرایط بهتری را از نظر بهبود مسائل بهداشتی، مهار مرگومیر کودکان و افزایش طول عمر تجربه کرده است نیز قابل پیش‌بینی است. با توجه به اینکه الگوهای مراقبت سنتی و خانواده‌های گسترده، به‌ویژه در شهرهای بزرگ در حال از بین رفتن است و با توجه به کمبود نهادهای دولتی یا خصوصی فعال در حوزه سالمندان، این افراد به‌شدت با خطر ابتلا به انواع بیماری‌ها و کاستی‌های روانی مواجه هستند. باید توجه داشت که انزوای اجتماعی سالمندان فقط یک امر و مسئله کمی نیست. کیفیت روابط برای سالمندان در ایران و کشورهایی نظیر ما بسیار اهمیت دارد. ناگفته پیداست که خانه در فرهنگ ایرانی از اهمیت بالایی برخوردار بوده و فرزندان برای والدین سالمند خود همچون یک سرمایه‌گذاری عاطفی محسوب می‌شوند.

به عبارت دیگر، مراقبت‌های رسمی از سالمندان، حتی برای سالمندان ایرانی یک توهین تلقی شده و نشانه عدم علاقه فرزندان یا خویشاوندان به افراد سالمند است. مطالعات جولین هولت-لونسداد و همکاران روان‌شناس آمریکایی اش نشان داده که تنهایی می‌تواند منجر به احساس عدم سلامت، سیگار کشیدن، افزایش فشارخون یا حملات قلبی شود، بنابراین بسیار مهم است که روش‌های متناسب و منطبق با هنجارها و الگوهای فرهنگی در ایران مورد مطالعه قرار گرفته و در شهرهای بزرگ عملیاتی شود.



دانشجوی دکتری اخ خدمشی گذاری

شهر و رفاه روانی

میان سلامت و نظم روان و نظم محیط ارتباط مستقیم وجود دارد، به طوری که اختلال در نظم یکی، منجر به گسیختگی در دیگری می‌شود. متأسفانه شهرهای بزرگ ایران، در اثر ساخت‌وسازهای غول آسا، از خیابان‌ها و پل‌ها گرفته تا مراکز خرید، هر روز بی‌هویت‌تر شده و بدل به فضاهایی بدون تاریخ و خاطره می‌شوند. تغییر هر روزه ریخت و شکل شهر به بهانه نوسازی، کمبود فضاهای عمومی، همچنین از بین رفتن الگوهای مراقبتی و عاطفی می‌تواند پیامدهای دردناکی برای سلامت روان جامعه ایجاد کند. اسکیزوفرنی، آلزایمر، وسواس، افسردگی، اضطراب و احساس عدم امنیت از جمله مشکلاتی هستند که می‌توانند از سطح فرد عبور کرده و منجر به مشکلات اجتماعی شوند.

۱۲ | کتینه نو



دیدگاه حاکم بر مدیریت شهری به‌ویژه در شهرهای بزرگ، با دیدگاه‌های تخصصی در حوزه علوم انسانی فرسنگ‌ها فاصله دارد. هنوز مدیران شهرداری‌ها از افزایش در ساخت‌وسازهای شهری و تغییر ریخت شهر به‌عنوان امری مثبت در کارنامه مدیریتی خود یاد می‌کنند. فارغ از اینکه این ساخت‌وسازها تا چه میزان کارکرد مثبت در امور روزمره شهری و رفع و رجوع مشکلات پیش‌رو در زندگی مادی دارند. بحث مهم‌تر این است که این تغییرات شکلی، چه تاثیری بر ذهن و سلامت روان فردی و جمعی می‌گذارند. اکثر مسئولان در حوزه شهر، با اتخاذ رویکردهای کارکردگرا شهر را نه یک موجودیت زنده و فعال و دارای روح جمعی، بلکه یک سازه فیزیکی، مرده و بی‌روح پنداشته و از ایجاد تغییر در ریخت شهر، انجام پروژه‌های عمرانی و اضافه‌کردن عناصر مدرن به شهر یا از بین بردن «بافت‌های فرسوده» با افتخار یاد می‌کنند. در حالی که شهر یک موجودیت فعال و زنده است که در اثر کنش متقابل و تعامل میان انسان‌ها و محیط اجتماعی به‌وجود آمده، رشد و تغییر کرده و بر مبنای اینکه چقدر به نیاز افراد پاسخ می‌دهد به بقای خود ادامه می‌دهد. «موریس هالیواکس»، جامعه‌شناس شهیر فرانسوی، شهر را بازنمود حافظه و خاطرات جمعی می‌داند. وی معتقد است، انتظام ذهن انسان در ارتباط با ثبات و استمرار تصویرهای مادی و فضایی محیط اطرافش شکل می‌گیرد. یکی از مهم‌ترین ریشه‌های بیماری‌های روانی در افرادی که از شهر یا کشور خود مهاجرت می‌کنند همین گسیختگی میان محیط و ذهن آن‌هاست. این افراد به بیماری «دوری از خانه» (home sick) دچار می‌شوند. حتی در فرهنگ عامیانه به درستی اعتقاد دارند که یکی از دلایل بدخواهی می‌تواند عادت نداشتن به محیط یا اتاق خواب باشد. این «عادت داشتن» (یا نداشتن) همان ارتباطی است که میان روان و مکان یا شهر وجود دارد. اگر میان خانه‌ها، کوچه‌ها و ساکنانش رابطه‌ای وجود نداشت، انسان‌ها می‌توانستند خانه‌ها، محله‌ها و شهرشان را تخریب کنند و به راحتی در همان‌جا خانه‌ای نو بسازند. هالیواکس می‌گوید: «اگر سنگ‌ها را می‌توان جایی دیگر برد، به همان آسانی نمی‌توان رابطه‌ای که میان سنگ‌ها و انسان‌ها برقرار شده است را تغییر داد... سنگ‌ها و مصالح در برابر شما مقاومت نخواهند کرد، اما گروه‌های انسانی مقاومت خواهند کرد.»

اما مسئولان شهری ما در ایران به آسانی لودرهای



زندگی کردن در مناطقی از شهرهای بزرگ که عمدتاً در حاشیه شهرها بنا می‌شوند، باعث می‌شود افراد از آموزش و فرصت‌های شغلی در نتیجه در آمد مناسبی برخوردار نباشند.

سنگین‌ر را به جنگ ریشه‌های فرهنگی و سرمایه‌های اجتماعی می‌فرستند. تغییر و تحول هر روزه سیمای ظاهری شهر با احداث سازه‌هایی که ارتباطی با خاطرات جمعی و فرهنگی ما ندارند از سویی و ویران کردن سازه‌های قدیمی که ملو از خاطرات فردی و جمعی هستند از طرف دیگر، همچون دو تیغه قیچی عمل می‌کنند که بال‌های «تعلق»، «عادت» و «اعتماد و امنیت» روانی را می‌چینند. این عناصر مهم‌ترین عناصر شکل‌دهنده به هویت بوده و یک ساکن عادی شهر را به شهروند یا شهرپند، یعنی کسی که به شهرش «تعلق خاطر» دارد بدل می‌کنند. در گذشته نه‌چندان دور به‌خصوص در محله‌های شهری، فضاهای عمومی مانند حمام‌ها و گرمابه‌ها، مساجد، سایه درختان قدیمی و فضاهای سبز، پل‌ها، محل تلاقی جوی‌های آب، حتی نواوبی‌ها و برخی مغازه‌ها فضاهایی بودند که محل تلاقی همسایه‌ها و آشنایان نیز بودند.

افراد انسانی در این گونه مکان‌ها به خاطرات خود شکل می‌دادند و روایت‌های شخصی‌شان مانند جوی‌هایی کوچک با روایت‌های کلان‌تر می‌آمیخت و ثبات و ریشه عمیق‌تری پیدا می‌کرد. فصل‌ها و دوران زندگی هر

شخص، بر اساس دوره‌هایی که در فضاهایی همچون خانه، محله، مدرسه، دانشگاه، باشگاه و... گذراند، شکل می‌گیرد. خراب‌کردن و تغییر مداوم این فضاها، به معنای بهسازی فورمولوزیک و شکلی به معنای بی‌خانمان‌کردن ذهنی افراد یک شهر و عامل ایجاد احساس بی‌امنیتی و بی‌ثباتی روانی و عدم تعلق به شهر و ساکنان دیگرش است. این مسئله به‌خصوص در مورد کودکان بسیار حائز اهمیت است. همچنین این مسئله در شهرهای بزرگی مانند تهران، فقط محدود به ریخت بیرونی شهر نمی‌شود. وقتی که تغییر مدام دکوراسیون شهری برای مسئولان یک افتخار محسوب می‌شود، جابه‌جایی منزل و دکوراسیون داخلی برای شهروندان هم به‌عنوان امری مثبت در می‌آید. مسلماً فردی که تمام دوران کودکی و نوجوانی‌اش را در یک خانه، بزرگ‌شده احساس ثبات و امنیت روانی بیشتری نسبت به کسی دارد که هر سال در خانه‌ای متفاوت بوده است، از بین بردن محلات و تعلقات فضایی همچنین به معنای از بین بردن کنترل غیررسمی، مسئولیت‌پذیری شهری و افزایش جرم‌های اجتماعی است. اما ناگفته نماند آنچه مسئولان شهری تحت عنوان

اکثر مدیران شهری،

شهر را یک سازه

فیزیکی و بی‌روح

پنداشته و از ایجاد

تغییر در ریخت شهر،

انجام پروژه‌های

عمرانی و اضافه کردن

عناصر مدرن به شهر یا

از بین بردن «بافت‌های

فرسوده» با افتخار یاد

می‌کنند

تغییر ریخت شهر و گسیختگی‌های روانی

تغییر و تحول هر روزه سیمای ظاهری شهر و ویران کردن خاطرات فردی و جمعی می‌تواند به اعتماد و امنیت روانی شهروندان آسیب بزند

نوسازی از آن یاد می‌کنند، که تابع هیچ طرح و برنامه یا الگوی مشخصی نیست، هیچ ارتباطی به نوسازی و برنامه‌ریزی شهری به معنای واقعا مدرن آن ندارد. در بسیاری از شهرهای مدرن دنیا، از بافت‌های قدیمی نه تنها به شدت مراقبت می‌شود، بلکه این فضاهای شهری به‌عنوان موزه‌هایی زنده و طبیعی برای نمایش فرهنگ و آداب و رسوم شهروندان به‌تورست‌ها، تبدیل می‌شوند. اما همان‌طور که اشاره شد، حفظ ثبات شهری، تنها محدود به اماکن قدیمی و آثار تاریخی نمی‌شود. هر روایتی، چه شخصی و چه جمعی، برای حفظ خود، یعنی برای حفظ ثبات ذهن و هویت فردی و جمعی، نیاز به یک طرف یا مکان دارد، بنابراین یک محل، می‌تواند برای بیشتر مردم شهر خنثی، اما برای فرد یا افرادی که در آنجا زیسته‌اند ارزش تاریخی داشته و خاطرات شخصی و جمعی را گرد آورده و بازنمایی کند.

اگرچه اصطلاح «بساژ و فروشی» در فرهنگ عامیانه رفته رفته بار منفی پیدا می‌کند، اما باید توجه داشت که هرگز یک قشر وسیع از کاسبان، که بعضاً با مدارک پزشکی یا مدارک عالیه دیگر، به این کار مشغول هستند خود به خود در یک جزیره ایجاد نمی‌شود. در واقع ریشه این نوع ساخت‌وساز خانه‌ها، ریشه در سیاست‌گذاری‌های کلان شهری و ملی دارد. حقیقت این است که دیدگاه شهرداران و مدیران شهری در بهترین حالت، دیدگاهی صرفاً کارکردی، مصرف‌گرایانه، غیرمعنوی، عاطفه‌زدایی و انسان‌زدایی شده است. با یک نگاه ساده می‌شود فهمید که شهرهای امروزی در ایران بیشتر در خدمت کودکان، سالمندان، افراد بیمار، خانواده‌ها، پیاده‌ها و دوچرخه‌سواران، باغداران، شاعران، معلمان و دانش‌آموزان هستند یا در خدمت مراکز خرید و مکالمال‌ها، رانندگان اتومبیل‌های گران‌قیمت، کاسبان و دلالان، کارخانه‌داران و... روان آدمی برای آنکه بتواند به آرامش دست یابد نیاز به یک محیط پائیات، رام و عادت شده دارد. این نیاز تاریخی در طول قرن‌ها منجر به آن شده است که انسان‌ها سکونتگاه‌های مختلفی مبتنی بر نیاز، کاربرد و ایده‌ها و تخیلات خود بسازند. اما خانه امن در محل و شهر امن است که معنا پیدا می‌کند. ارتباط ارگانیک و پیوسته‌ای میان محیط شخصی و عاطفی و سلامت ذهن برقرار است. به‌گونه‌ای که گسست در یکی، منجر به بهم‌ریختگی دیگری می‌شود. اما همین رابطه عمیق میان محیط عاطفی و محیط جمعی، یعنی شهرها نیز برقرار است. به عبارت دیگر خانه مداوم ذهن و شهر ما، خانه ماست.

دانشجوی دکتری انسان شناسی

روان‌های شکننده

با توجه به آمار رو به افزایش شهرنشینی و در ذیل آن حاشیه‌نشینی، مسئله سلامت روانی و اجتماعی شهروندان باید مورد توجه مدیران شهری قرار بگیرد

این افراد، مشکلات روانی خودشان را نیز به این مناطق آورده و به‌نسل‌های بعدی نیز منتقل می‌کنند. پس یک مسئله فردی و ذهنی، می‌تواند در این مناطق انباشت‌شده و بدل به یک امر جمعی‌تر و اجتماعی شود. چندی پیش عباس آخوندی، وزیر راه و شهرسازی اعلام کرد، جمعیت شهری ایران حدود ۵۹میلیون نفر است و میزان حاشیه‌نشینی و بدمسکنی در «بافت‌های فرسوده» و سایر بافت‌ها حدود ۱۹ میلیون نفر در سطح کشور است. وی به «مهر» گفت: «حدود ۲۵درصد جمعیت کشور در وضعیت نابسامانی زندگی می‌کند که تا ۴۱درصد هم تغییر است.» از طرف دیگر رسول خضری، عضو کمیسیون اجتماعی مجلس نیز، با انتقاد از اینکه یک‌پنجم جمعیت کشور حاشیه‌نشین هستند، گفته است: «حتی یک درصد از اهداف مصوبه برنامه ششم در مورد کاهش حاشیه‌نشینی محقق نشده.» بنابراین مسئله در ایران، تنها افزایش روزافزون شهرنشینی نیست، بلکه ما با افزایش بدترین بخش شهرنشینی، یعنی افزایش حاشیه‌نشینی شهری مواجه هستیم. این در حالی است که مسئولان مربوطه کمتر به فکر ابعاد سلامت روانی و اجتماعی این تجمع و تمرکز جمعیتی در مناطق خاص شهری بوده‌اند.

سالمندان و بیماران نیز شود. معمولاً وقتی فردی در چنین شرایطی قرار می‌گیرد، در گردابی از تمامی این گرفتاری‌ها فرو می‌رود. به‌عنوان مثال، زندگی کردن در مناطقی از شهرهای بزرگ که عمدتاً در حاشیه شهرها بنا می‌شوند، باعث می‌شود افراد از آموزش و فرصت‌های شغلی در نتیجه در آمد مناسبی برخوردار نباشند. این مسئله به شکل مستقیم بر پیوندهای اجتماعی افراد اثر می‌گذارد. بسیاری از افرادی که در چنین شرایطی گرفتار می‌شوند در خانواده‌های شکسته به دنیا آمده و همین وضعیت را به ارث می‌برند. بدین ترتیب بسیاری از والدین، در این مناطق شهری، سابقه طلاق، فرار از خانه، خشونت خانگی، افسردگی، اسکیزوفرنی، وسواس و حتی سابقه ارتکاب به جرم و مصرف موادمخدر یا اقدام برای خرید و فروش آن را دارند. هلنا تونستال و همکارانش که در حوزه تبعیض در مولفه‌های مربوط به سلامت مشغول پژوهش هستند، در سال ۲۰۱۵ در مطالعه‌ای در انگلستان نشان دادند افرادی که در طول زندگی‌شان با اتفاقات دردناک و ناخوشایندی مانند شکست در روابط یا از دست‌دادن شغل مواجه شده‌اند احتمال بیشتری دارد که به مناطق خاصی از شهر مهاجرت کنند تا از پس مخارج زندگی‌شان ب‌برایند. بنابراین

که ریسک و خطر ابتلا به انواع بیماری‌های روانی در سبک زندگی شهری نسبت به سبک زندگی روستایی بسیار بالاتر است. مطالعات اپیدمیولوژیک به‌ویژه بر افزایش احتمال ابتلا به اسکیزوفرنی در شهرها تأکید داشتند. البته سه عامل فقر، انزوای اجتماعی و تبعیض عواملی بودند که بر بروز این بیماری و پایین‌بودن کیفیت سلامت روانی تأثیر زیادی داشتند. با این وجود و با توجه به آمار رو به افزایش شهرنشینی، مسئله سلامت روانی و اجتماعی شهروندان باید مورد توجه مدیران شهری قرار بگیرد. عوامل تأثیرگذار بر سلامت روانی در شهرها شامل سه مولفه اصلی می‌شود: تمرکز موقعیت اقتصادی و اجتماعی پایین که دربرگیرنده سطح آموزش، درآمد و امکانات دیگر است. دوم، پایین بودن سرمایه اجتماعی که به معنای فقدان حمایت‌های اجتماعی کافی و از دست‌دادن ارتباط‌های اجتماعی موثر به‌ویژه ارتباط‌های خانوادگی است. عامل سوم، جدا افتادگی اجتماعی است. اینکه فرد از یک قومیت یا دین یا از گروه اقلیتی خاص، طبقه اجتماعی بسیار ضعیف یا از گروه مهاجران خارجی یا مهاجران از شهرها و روستاهای دور افتاده باشد. این مسئله همچنین می‌تواند شامل گروه‌های دیگری مانند کودکان یا