

از علت‌های افزایش مهاجرت نبود امنیت روانی است

سونامی اخبار تلخ در جامعه

یک روانشناس می‌گوید: «وقتی خیلی از افرادی را که تمایل به مهاجرت پیدا کرده‌اند و تعداد آنها در حال افزایش است بررسی می‌کنیم متوجه می‌شویم که یکی از نکاتی که برای آنها از علل مهاجرت است همین احساس عدم امنیت است که احساس عدم امنیت اقتصادی، شغلی و روانی را شامل می‌شود. احساس عدم امنیت روانی از اخباری مانند جنگ، دزدی، زورگیری و مسائلی از این دست تاثیر می‌گیرد و منجر به تصمیم‌گیری‌های خاصی می‌شود.»

به گزارش خبرآنلاین، در دنیای امروز همه تا حدی درگیر اخبار و حوادثی که در گوشه و کنار دنیا اتفاق می‌افتد هستیم، اخبار خوب و بد همیشه وجود دارند اما گاهی اوقات هجوم اخبار بد، خشن و ناراحت‌کننده به قدری زیاد می‌شود که می‌تواند سلامت روان جامعه را به شکل جدی تحت‌تاثیر قرار دهد. در چنین مواقعی لزوم کمک گرفتن از متخصصان سلامت روان برای به کارگیری راهبردهای موثر پیش از زمان‌های دیگر حس می‌شود.

حسین ابراهیمی مقدم، روانشناس، مترجم و استاد دانشگاه در گفتگو با خبرآنلاین می‌گوید: «موضوعی که کمتر به آن توجه می‌کنیم این است که انتشار چنین اخباری در سطح جامعه می‌تواند منجر به این شود که افراد فکر کنند می‌توانند از این الگو، یعنی الگوی خشونت در مسائل خود استفاده کنند و این می‌تواند اولین و بدترین تاثیر این اخبار باشد.»

متن کامل این گفتگو در ادامه آمده است: نظراتن درباره اخباری که این روزها در رسانه‌ها منتشر می‌شود و نسبت آن با افراد جامعه چیست؟

متأسفانه چندی است که جامعه جهانی و به ویژه جامعه ما در چندین ماه گذشته به شدت درگیر اخباری بوده است که می‌تواند حال انسان را به سمت ناخوشایند دگرگون کند. البته ما شاهد این هستیم که خبرهای خشن در سطح جامعه نیز پراکنده است. برای مثال درگیری‌های خیابانی، زورگیری یا خشونت‌هایی که افراد حتی در ارتباط با موقعیت‌های ساده مانند تصادفات رانندگی دارند از این‌ها می‌توانیم نام ببریم. اینها مسائلی هستند که می‌توانند سلامت روان انسان را مخدوش کنند.

در ارتباط با آزار و اذیت‌هایی که در ارتباط با افراد مختلف در جامعه صورت می‌گیرد، اتفاقی است که در گذشته نیز رخ می‌داده است. اما با توجه به‌حیث‌هایی مثل دنیای مجازی و تکنولوژی شاید این آمارها امروزه بیشتر به دست ما می‌رسد. مثلا در دو هفته اول مهر ماه ما شاهد بودیم که ۸ خانم در شهرهای مختلف کشته شده‌اند که بازتاب‌های مختلف و گسترده‌ای را در سطح جامعه داشته است. از طرف دیگری ما شاهد مواردی از این دست بوده‌ایم که در سال گذشته مرگ‌هایی تحت عنوان تعصب‌گونه یا مواردی از این دست رخ داده است که در خیلی از موارد حال ما را بد می‌کند که چرا باید افراد به خودشان چنین اجازه‌ای بدهند که در ارتباط با زندگی یک نفر دیگر اینگونه تصمیم‌گیری کنند و خیلی از مواقع نگاه به این سمت می‌رفت که آیا قانون‌گذار در ارتباط چنین مواردی چه تمهیداتی را اندیشیده است؟

شده، در این وضعیت چه‌چیزی شما را نگران می‌کند؟
واقعیت امر این است که زمانی که شما در سطح جامعه اخباری مانند جنگ، قتل و ... را می‌شنوید اولین احساسی که در شما به وجود می‌آید، احساس عدم امنیت است و این احساس عدم امنیت می‌تواند باعث شود که احساس آرامش خود را از دست بدهید حتی اگر از منابع اقتصادی و مالی خوبی برخوردار باشید.

پیامدهای این احساس عدم امنیت برای فرد و جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کند چیست؟
وقتی خیلی از افرادی را که تمایل به مهاجرت پیدا کرده‌اند و تعداد آنها در حال افزایش است بررسی می‌کنیم متوجه می‌شویم که یکی از نکاتی که برای آنها از علل مهاجرت است همین احساس عدم امنیت اقتصادی، شغلی و روانی را شامل می‌شود. احساس عدم امنیت روانی از اخباری مانند جنگ، دزدی، زورگیری و مسائلی از این دست تاثیر می‌گیرد و منجر به تصمیم‌گیری‌های خاصی می‌شود. کما اینکه ما شاهد هستیم تحت عنوان فرار مغزها تعداد زیادی از نخبگان که می‌توانستند یا می‌توانند در جامعه منشاء اثرات خیلی بزرگ و خوبی باشند، متأسفانه آورده‌های خود را به کشورهای دیگر می‌برند و آنها از یک لقمه حاضر و آماده استفاده تمام را می‌کنند.

تعداد زیادی از نخبگان که می‌توانستند یا می‌توانند در جامعه منشاء اثرات خیلی بزرگ و خوبی باشند، متأسفانه آورده‌های خود را به کشورهای دیگر می‌برند و آنها از یک لقمه حاضر و آماده استفاده تمام را می‌کنند. از طرفی قتل‌هایی که تحت عنوان قتل‌های ناموسی صورت می‌گیرد شاید اصل موارد فرهنگی یا دینی را به طور کل زیر سوال ببرد. مثلا فرد شاید با خودش یا احساس را کند که اصلا بایستی در رابطه با اعتقادات خود بازنگری داشته باشم که چرا از کنار چنین اتفاقاتی به سادگی گذر می‌شود.

وضعیتی که شما ترسیم کردید، همین عدم احساس امنیت، می‌تواند سبب افزایش اختلالات روانی هم شود؟
بله، زمانی که فرد احساس امنیت نداشته باشد برای ارتقا تلاشی نخواهد کرد و یک احساس ترس و اضطراب در او به وجود می‌آید که در واقع به عنوان فاکتور اول و اصلی اختلال‌های روانی می‌تواند خودش را نشان دهد که اگر به شکل مزمن درآید به شکل یک اختلال روانی خود را نشان خواهد داد که در نهایت به طوری کلی باعث بدشدن حال افراد در جامعه می‌شود.

در این شرایط بیشترین آسیب متوجه کدام گروه از جامعه می‌شود؟
این موضوع در جوانان ما نیز تاثیر خاص خود را خواهد داشت به این گونه که حتی اگر تلاش زیادی هم کنند باز هم آینده چندان روشنی نخواهند داشت و با تاثیر القای کشورهای بیگانه شاید فکر کنیم که اگر اینجا نباشیم و جای دیگری (کشور دیگری) باشیم، حال بهتری داشته باشیم. بنابراین خیلی از افراد تحصیل کرده در دانشگاه‌های برتر کشور مثل دانشگاه شریف عمدتا به فکر مهاجرت و خروج از کشور حتی بعد از کنکور خود هستند. در خیلی از این مواقع شاید افراد بگویند که کاری از ما ساخته نیست و با بازتشر اطلاعاتی که ممکن است صحت نداشته باشند به این احساس عدم امنیت اضافه کنند. اینجاست که بحث سواد رسانه‌ای مطرح می‌شود. متأسفانه بسیاری از افراد جامعه سواد رسانه‌ای لازم را ندارند و از هر

منبعی اطلاعات دریافت می‌کنند که دشمنان قسم خورده ما هم در این شرایط از آب گل‌آلود ماهی می‌گیرند و باعث کاهش اتحاد، همدلی و هم‌رنگی در جامعه شوند.
با این وجود تلاش برای بی‌توجهی به اخبار بد و منفی اثر مثبتی دارد؟
بعضی افراد در این شرایط راهکاری را اتخاذ می‌کنند که تصمیم می‌گیرند اصلا به اخبار توجه نکنند و زندگی خود را داشته باشند. شاید در کوتاه مدت این راه جواب دهد و منجر به آرامش شخصی شود اما مسئله اینجاست که تا حدی و در درازمدت این راهکار عملی نیست. مثلا زمانی که در سطح جامعه میزان پرخشگری بالا می‌رود و در زندگی روزمره خود نیز با افرادی مواجه می‌شوید که یاد گرفته‌اند از این طریق کار خود را پیش ببرند، آن وقت این راهکار دیگر موثر نخواهد بود.
پیشنهاد شما چیست؟
شاید رفتن به سمت رسانه‌ای که حس کنیم مورد اعتماد است می‌تواند باعث احساس بهتری در ما شود. ما در پیدا کردن رسانه مورد اعتماد بعضا تحت تاثیر تبلیغات نمی‌توانیم تصمیم درستی بگیریم و رسانه معتبر را تشخیص دهیم. گاهی اوقات جامعه با برخی رسانه‌ها قهر می‌کند و اخبار آن را اصلا مورد توجه قرار نمی‌دهد. اینجا وظیفه آن رسانه است که در جهت روشنگری و به طور درست و منصفانه رسالت خود را انجام دهد، نه اینکه سعی داشته باشد افراد را به سمت یک خط فکری خاص سوق دهد؛ برخی اطلاعات را پنهان کند و برخی اطلاعات دیگر را با بزرگنمایی نشان دهد. البته که در تمام دنیا چنین معضلی در رسانه‌ها کمابیش وجود دارد. رسانه‌ای معتبر است که منافع ملی را مورد نظر قرار دهد. در کل راه‌حل مناسب سواد رسانه‌ای است نه اینکه بخواهیم از اخبار دوری کنیم.
از طرفی در دایره فردی، بحث و تبادل نظر بین اعضای خانواده در ارتباط با راه‌حل‌های احتمالی حل مسئله می‌تواند در خیلی از موارد کمک کننده باشد. اجازه بدهید مثالی بگویم،



ابراهیمی مقدم: موضوعی که کمتر به آن توجه می‌کنیم این است که انتشار چنین اخباری در سطح جامعه می‌تواند منجر به این شود که افراد فکر کنند می‌توانند از این الگو، یعنی الگوی خشونت در مسائل خود استفاده کنند و این می‌تواند اولین و بدترین تاثیر این اخبار باشد

متأسفانه ما شاهد این هستیم که در فیلم‌ها و سریال‌ها زمینه‌های خشونت و پرخشگری وجود دارد و حتی بازی‌های رایانه‌ای زمینه پرخشگری زیادی با خود دارند که تاثیرات منفی و نامطلوبی بر روی افراد جامعه خواهد داشت، براساس نظریه بندورا در این مواقع یادگیری مشاهده‌ای اتفاق خواهد افتاد و افراد نیز از همین روش‌های پرخشگری‌ایانه که در فیلم‌ها و بازی‌ها وجود دارد استفاده خواهند کرد، وقتی خانواده به تماشای یک فیلم می‌نشینند، پس از آن به بحث و تبادل نظر در این باره بپردازند که قهرمان فیلم از چه راهکارهای دیگری برای رسیدن به حق خود غیر از خشونت می‌توانست استفاده کند. این کار باعث پیدایش دریچه‌های جدیدی از شناخت و تفکر مخصوصا در جوان‌ترها خواهد شد.

جدا از نقش فرد و خانواده در کاهش پیامد خبرهای تلخ، دولت‌ها چه نقشی می‌توانند داشته باشند؟

باید کارگروه‌هایی در بدنه دولت و مجلس و ... تشکیل شود و قطعا باید روانشناسان در این کارگروه‌ها حضور فعال‌تری داشته باشند (در کنار جامعه‌شناسان و فلاسفه) و راهکارهایی در سطح جامعه مطرح شود. در کنار این مسائل، بحث تزریق نشاط و شادی در جامعه اتفاق افتد که مسلمانا با بهبود سطح اقتصادی جامعه، امید واقعی نسبت به آینده چنین خواهد شد. اگر امید واهی به جامعه داده شود در کوتاه مدت ممکن است اثرگذار باشد اما در درازمدت باعث می‌شود جامعه از وعده و وعید زده شود و دیگری حساسی روی صحبت‌های این چنینی باز نکند. در کل نیاز است که وضعیت اقتصادی بهبود یابد، شادی و نشاط در جامعه تزریق شود، اماکن ورزشی افزایش پیدا کنند، صدا و سیما به جای برنامه‌های لزوما سیاسی به دنبال برنامه‌های شادمانه باشد تا حالت‌های خشونت کاهش پیدا کند. نیاز است به راهکارهای روانشناسان دلسوز این کشور توجه بیشتری شود تا روز به روز شاهد آرامش بیشتر در ایران باشیم.

خبر خوب

نخستین مرکز نوآوری در حوزه صادرات محصولات کشاورزی راه‌اندازی شد



رییس مرکز طرح‌های کلان و پیشران معاونت علمی با اعلام راه‌اندازی نخستین مرکز نوآوری در حوزه صادرات محصولات کشاورزی از امضای تفاهم‌نامه‌ای با این مرکز برای حمایت از تجهیز آن خبر داد. به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دانش بنیان ریاست جمهوری، میثم فرج‌الهی با اعلام این مطلب خاطرنشان کرد: یکی از فعالان حوزه کشاورزی در استان زنجان که صادرات خوبی به کشور روسیه نیز دارد، موفق به ایجاد مرکز نوآوری در حوزه صادرات محصولات کشاورزی (agricultural products export innovation center) در این استان شده است. در همین راستا، سه رویداد در حوزه کشاورزی در این استان برگزار شد و توانستیم در سومین رویداد این مرکز که صادرات زیتون اختصاص داشت، شرکت کنیم.

وی ادامه داد: در رویداد زیتون، ۶۰ طرح که از سوی دانشجویان دانشگاه زنجان و دانشگاه آزاد اسلامی ارائه شدند، مورد بررسی قرار گرفتند. از این میان، ۱۲ طرح انتخاب شده و معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دانش بنیان ریاست جمهوری به شرط تضمین خرید شرکت صادرکننده، حمایت از این ۱۲ طرح را وعده داده است. در نتیجه این رویدادها، مرکز نوآوری بر پایه صادرات در حوزه کشاورزی رقم خورد. فرج‌الهی افزود: از دیگر اهدافی که معاونت در استان زنجان دنبال می‌کند، ایجاد آزمایشگاه گواهی صادرات در مرکز نوآوری APEIC است تا بتواند برای محصولات صادراتی، گواهی تایید صادر کند.

بر این اساس، هر محصولی که در این آزمایشگاه، تاییدیه بگیرد، می‌تواند به کشور روسیه یا دیگر کشورها صادرات داشته باشد. وی تصریح کرد: در این رویداد ۱۲ شرکت برگزیده حضور دارد و قرار است در مرکز نوآوری مستقر شوند.

همچنین، برگزاری دوره‌های سه، چهار روزه منتورینگ و آموزش کسب و کار از دیگر برنامه‌های این رویداد است. رییس مرکز طرح‌های کلان و پیشران معاونت علمی با بیان اینکه تجهیز مرکز نوآوری APEIC در راستای تحقق اقتصاد دانش بنیان و کم کردن فاصله دانشگاه و صنعت در دستور کار قرار گرفته است، گفت: در این طرح، دانشگاه ایده‌های خود را در محل تقاضا وارد می‌کند و طی آن می‌توان از ظرفیت دانشگاه برای حل مسایل جامعه بهره گرفت.

افکار پویا

ده جمله به یادماندنی از جیم ران:

۱. آرزو نکن شرایط ساده تر بود، آرزو کن تو قوی تر بودی. آرزوی مشکلات کمتر نکن، آرزو کن مهارت های بیشتری داشتی. آرزوی چالش های کمتر نکن، آرزو کن دانایی بیشتر را
۲. چالش رهبری در این است که قوی باشی، اما نه گستاخ، مهربان باشی، اما نه ضعیف، جسور باشی، اما نه موجب آزار دیگران، متفکر باشی، اما نه تنبل، افتاده باشی، اما نه کمرو، سربلند باشی، اما نه مغرور، شوخ طبع باشی اما نه بدون ملاحظه
۳. بر هر حال باید رنج یکی از این دو را تحمل کنیم: درد منظم بودن یا درد تاسف
۴. روزها گران قیمت هستند. زمانیکه یک روز را خرج میکنی، یک روز کمتر برای خرج کردن داری. پس مطمئن شوید که روزهایتان را به درستی خرج میکنید
۵. انضباط پل بین اهداف و دستاوردها هستند
۶. اگر تمایل به ریسک‌های غیر متعارف نداری، مجبور خواهید بود با متعارفها کنار بیایی
۷. انگیزه چیزی است که به شما قدرت شروع را می‌دهد، عادت چیزی است که شما را در راه نگه می‌دارد
۸. موفقیت چیزی جز تمرین روزمره چند نظم ساده نیست
۹. به جمع‌های ساده نپیوندید، رشد نخواهید کرد، جایی بروید که انتظارات و خواست‌های عمل‌گرای بالا است
۱۰. یاد بگیرید با چیزی که دارید خوشحال باشید و همزمان به دنبال تمام چیزهایی که میخواهید بروید.

اینفوگراف

ارتقای ایران به جایگاه پانزدهم علمی جهان

رتبه و تعداد استاد علمی ایران در پایگاه استنادی اسکوپوس در دودهمه اخیر

رتبه ۵۴ به رتبه ۱۵
۳۵٪ مشارکت‌های علمی جهانی
تا وجود تحریم‌ها به ازای علمی رتبه ۱۵م

برخی از حوزه‌های مهم و پرشمار تحقیقات پژوهشگران ایرانی در سال ۲۰۲۲



از نظر زبان فارسی ۱۱ رتبه ایران در راهنمای مجلات دسترسی آزاد (DOAJ) ۷ از نظر مجله

داستان مصور

بدون شرح / سعید صادقی

