

گفت‌وگوی «جوان»
با محبوبه مرادی
روانشناس جهادی میناب

بازماندگان میناب از جایگاه قربانی به حاملان پیام ایثار رسیده‌اند



محبوبه قربانی
«این انقلاب با یاد زنده بماند و زنده ماندنش به این خون‌پری هاست... بریزید خون‌ها را؛ زندگی ما دوام پیدا می‌کند. بکشید ما را؛ ملت ما بیدار می‌شود. ما از مرگ نمی‌ترسیم و شما هم از مرگ ما صرفه‌نارید. این دلیل عجز شماست.»
این جملات پر مغز امام خمینی (ره) در سال ۱۳۵۸، بعد از شهادت شهید مطهری، پاسخی قاطع به تهدیدات دشمن بود که هنوز نیز در برابر حملات بی‌منطق و عجز آلود آنها زنده است. دشمنانی که در جنگ اخیر نقاطی از کشور را هدف قرار دادند اما حمله ددمنشانه به مدرسه «شجره طیبه» میناب پس از حمله به حسینیه امام خمینی (ره)، نشان از اوج ناتوانی و بی‌عدالتی آنها داشت. شهادت بیش از ۱۶۵ دانش‌آموز و دهها معلم والدین، ضربه‌ای جبران‌ناپذیر بود اما در میان این غم عظیم، شاهدیم که آن نگاه عمیق و راهبردی امام خمینی (ره) در سال ۵۸، در سال ۱۴۰۵ نیز در میان بازماندگان میناب جان تازه گرفته و مردم این شهر، از دل سوگ، امید و ایستادگی می‌سازند.
برای واکوی ایمن پدیدده اجتماعی و روان‌شناختی، با «محبوبه مرادی»، روان‌شناس

در روانشناسی، وقتی با یک حادثه تلخ روبرو می‌شویم، تمرکز بر «آسیب‌های روحی» است. اما شما از «شدن پس از سانحه» صحبت می‌کنید. چگونه می‌توانید بازماندگان حوادثی مثل میناب را از حس «قربانی بودن» به سمت این دیدگاه جدید هدایت کنید تا خود را «حاملان پیام ایثار» بدانند؟

در میناب علاوه بر غم عمیق از دست دادن کودکان بی‌گناه و پاک، یک سوگ دسته‌جمعی حس می‌شود. آنقدر این غم سنگین است که حتی پیش از چهل‌هم شهادت، چهره آن بچه‌ها را روی برنهای کوچکی که کوچکی با عبارات «شهادت مبارک» می‌دیدیم، این نشان می‌داد که غم در میناب تنها یک احساس شخصی نیست، بلکه بار سنگینی بر شانه‌های تمام مردم آن شهرستان کوچک است. در واقع، هر کسی که در آن روزها در میناب بود، بازمانده این شوک بزرگ است. اما وقتی با مادران شهدا و بازماندگان گفت‌وگو می‌کنیم، معجزه «رشد در دل بحران» را می‌بینیم. اجازه دهید در این باره از یک شهید و یک کاسب برایتان بگویم.

اولین مورد، شهید محمود غلامیان، راننده سرویس مدرسه بود. کار او فقط رساندن بچه‌ها به مدرسه بود، اما او بعد از رساندن تعدادی از دانش‌آموزان به مقصد، دوباره به مدرسه برمی‌گردد که این بار در اثر انفجار پایش به شدت آسیب می‌بیند و با وجود درد شدید، به جای فرار، به راه خود ادامه می‌دهد تا مأموریتش را تمام کند و در نهایت در حالی که قصد رساندن او به بیمارستان بود، به شهادت می‌رسد. او کسی بود که شاید ارتباط خاصی با مدرسه نداشت، ولی به خاطر مسئولیت‌پذیری‌اش در قبال جان بچه‌ها، جان خودش را فدای آنها کرد.

مورد دوم، آقای مهدی سالاری، یکی از کاسبان شهر میناب است. او مغازه ابزارآلات ساختمانی دارد که نزدیک مدرسه است. آقای سالاری بعد از انفجار، با شجاعت مغزانش را بازمی‌گذارد و به مردم می‌گوید:

«هر وسیله‌ای که لازم است بردارید تا بتوانید بچه‌های زیر آوار را نجات دهید.» او دارایی‌اش را فدای جان دیگران کرد. این رفتارها نشان می‌دهد، در شرایط سخت، انسان‌ها نیازهای کوچک و بزرگ را کنار می‌گذارند و به سمت ارزش‌های بزرگ‌تر می‌روند. شاید در نظریه‌های روانشناسی غربی گفته شود که انسان اول باید نیازهای خودش را برآورده کند تا رشد کند، اما ما در میناب دیدیم که مردم با گذشتن از خواسته‌های فردی و فکر کردن به نفع دیگران، به اوج شکوفایی انسانی رسیدند. آنها یاد گرفتند که ایثار، بزرگ‌ترین نوع رشد است.

این حوادث ارزش‌های پنهان یک جامعه را آشکار می‌کند. از نظر شما، کدام «فضیلت اخلاقی» معلمان میناب می‌تواند برای تربیت نسل امروز به کار گرفته شود؟
بزرگ‌ترین درس میناب، «ایستادگی تا آخرین لحظه» بود. هیچ‌کدام از معلمان آن مدرسه فرار نکردند. آنها حتی لحظه‌ای مدرسه را ترک نکردند و تا زمانی که نفس می‌کشیدند، در خدمت بچه‌ها بودند تا امنیتشان تأمین شود. آنها با تلفن‌های شخصی‌شان با والدین تماس می‌گرفتند تا بیابند و فرزندان‌شان را ببرند. مثلاً خانم فاطمه شهیدادی، معلم ورزش، در انفجار دوم شهید شد. وقتی خانواده‌اش او را پیدا کردند، چند کودک را در آغوش گرفته و از پله‌ها پایین آورده بود. او زیر آوار نبود و بر اثر موج انفجار شهید شده بود و کودکی که در آغوش داشت زنده مانده بود.

خانم‌ها «بشارده» و «طاهری» در حالی پیدا شدند که دانش‌آموزانی را در آغوش گرفته بودند. خانواده شهیده «هازاری» با احساسی عمیق می‌گفتند: «ما تا این مدیون جان‌فشانی خانم بشارده هستیم.» هر چند دختر آنها شهید شده بود، اما نکته زیبا و تأثیربرانگیز آنجا بود که مادر رها، برخلاف بسیاری از

م‌کنم، سبب می‌گویم: خدایا، من چیزی را که به تو دادم، دیگر پس نمی‌گیرم» و اینکه می‌گفت: «گاهی فکر می‌کنم اگر می‌دانستم او فقط هشت سال مهمان من است، کمتر سخت می‌گرفتم، اما وقتی خوب فکر می‌کنم، می‌بینم کار درستی کردم. من داشتم او را برای جهانی بزرگ‌تر آماده می‌کردم. هر تذکری که در مورد نظم، بهداشت یا مشق‌هایش می‌دادم، به این دلیل بود که او را برای هدفی بزرگ‌تر و جهانی بزرگ‌تر تربیت می‌کردم و دوست داشتم فرد موفق و مؤثری در جامعه داشته باشم. من از روش تربیت‌م راضی‌ام. اگر دوباره خدا فرزندم را برگرداند، با همان دیدگاه او را تربیت خواهم کرد.» این روایت یعنی تربیت باید فراتر از دغدغه‌های دنیوی باشد تا پلی به سوی جاودانگی باشد.

وقتی بازماندگان از خاطرات تلخ خود، داستان‌های الهام‌بخش می‌سازند، چه تغییری در روح آنها رخ می‌دهد؟ آیا این کار نوعی «درمان روحی» است؟
بله، دقیقاً همین‌طور است. خانواده‌ها در شب‌های اول حادثه، در گلزار شهدا می‌خوابیدند و وقتی از کنار مزار شهیدی صدای گریه خانواده‌ای بلند می‌شد، به سمت آن خانواده می‌رفتند و شروع به همدردی می‌کردند. این همدلی و گفت‌وگوها، فشار درونی را کم و فضا را آرام‌تر می‌کرد.

در مورد شهیده «فاطمه شهیدادی» (همان معلم ورزش)، مادرش با افتخار می‌گفت: «دختر مرا سرفراز کرد و غصه‌ای جز دل‌تنگی ندارم.» می‌گفت دخترش یک ساعت قبل از شهادت، با او تماس گرفته و گفته مادر، بیت رهبری را زده‌اند و من نگران حضرت اقا هستم. برای او دعا کنید. می‌گفت: «دخترم با زبان پخته، روز دانش‌آموز را نجات داد و من از این جهت بسیار خوشحالم.»

این نگاه در میان خانواده‌ها خیلی پررنگ است. مثلاً مادری که یک فرزندش شهید شده بود دلش را پیش مادری می‌گذاشت که دو فرزندش شهید شده بود. آن مادر دو شهید داده هم دلش را پیش مادری می‌گذاشت که دیگر نمی‌توانست بچه دار شود، اما این مادر هم با شکر خدا می‌گفت نگران آن خانواده‌های هستند که دل‌شان خوش به فرزندی بود که از بهزیستی گرفته بودند اما همان یک فرزند هم تقدیم در راه خدا شد و در نهایت این مقایسه ادامه پیدا کرد تا اینکه همگی به یک نقطه مشترک رسیدند و آن پیدا کردن جای شکر و جای رضایت بود. این مادران کنار هم التیام می‌یابند و دل‌تنگی‌ها و بی‌قراری‌های درونی خود را با ارزش‌های دینی و اسلامی آرام می‌کنند و این آرامش ستودنی است.

نگاه ما به این روایت‌ها چگونه باشد تا به جای ایجاد افسردگی، باعث ایجاد «انرژی برای اقدام» و «همبستگی» در جامعه شود؟

ذهن انسان مثل یک فایل خاطرات و احساسات را ذخیره می‌کند. وقتی ما به یک حادثه نگاه می‌کنیم، بسته به «نگاه» ما، یا غم و ناامیدی تولید می‌شود یا امید و قدرت. خانواده‌های میناب خوب یاد گرفتند که

م‌کنم، سبب می‌گویم: خدایا، من چیزی را که به تو دادم، دیگر پس نمی‌گیرم» و اینکه می‌گفت: «گاهی فکر می‌کنم اگر می‌دانستم او فقط هشت سال مهمان من است، کمتر سخت می‌گرفتم، اما وقتی خوب فکر می‌کنم، می‌بینم کار درستی کردم. من داشتم او را برای جهانی بزرگ‌تر آماده می‌کردم. هر تذکری که در مورد نظم، بهداشت یا مشق‌هایش می‌دادم، به این دلیل بود که او را برای هدفی بزرگ‌تر و جهانی بزرگ‌تر تربیت می‌کردم و دوست داشتم فرد موفق و مؤثری در جامعه داشته باشم. من از روش تربیت‌م راضی‌ام. اگر دوباره خدا فرزندم را برگرداند، با همان دیدگاه او را تربیت خواهم کرد.» این روایت یعنی تربیت باید فراتر از دغدغه‌های دنیوی باشد تا پلی به سوی جاودانگی باشد.

وقتی بازماندگان از خاطرات تلخ خود، داستان‌های الهام‌بخش می‌سازند، چه تغییری در روح آنها رخ می‌دهد؟ آیا این کار نوعی «درمان روحی» است؟
بله، دقیقاً همین‌طور است. خانواده‌ها در شب‌های اول حادثه، در گلزار شهدا می‌خوابیدند و وقتی از کنار مزار شهیدی صدای گریه خانواده‌ای بلند می‌شد، به سمت آن خانواده می‌رفتند و شروع به همدردی می‌کردند. این همدلی و گفت‌وگوها، فشار درونی را کم و فضا را آرام‌تر می‌کرد.

در مورد شهیده «فاطمه شهیدادی» (همان معلم ورزش)، مادرش با افتخار می‌گفت: «دختر مرا سرفراز کرد و غصه‌ای جز دل‌تنگی ندارم.» می‌گفت دخترش یک ساعت قبل از شهادت، با او تماس گرفته و گفته مادر، بیت رهبری را زده‌اند و من نگران حضرت اقا هستم. برای او دعا کنید. می‌گفت: «دخترم با زبان پخته، روز دانش‌آموز را نجات داد و من از این جهت بسیار خوشحالم.»

این نگاه در میان خانواده‌ها خیلی پررنگ است. مثلاً مادری که یک فرزندش شهید شده بود دلش را پیش مادری می‌گذاشت که دو فرزندش شهید شده بود. آن مادر دو شهید داده هم دلش را پیش مادری می‌گذاشت که دیگر نمی‌توانست بچه دار شود، اما این مادر هم با شکر خدا می‌گفت نگران آن خانواده‌های هستند که دل‌شان خوش به فرزندی بود که از بهزیستی گرفته بودند اما همان یک فرزند هم تقدیم در راه خدا شد و در نهایت این مقایسه ادامه پیدا کرد تا اینکه همگی به یک نقطه مشترک رسیدند و آن پیدا کردن جای شکر و جای رضایت بود. این مادران کنار هم التیام می‌یابند و دل‌تنگی‌ها و بی‌قراری‌های درونی خود را با ارزش‌های دینی و اسلامی آرام می‌کنند و این آرامش ستودنی است.

نگاه ما به این روایت‌ها چگونه باشد تا به جای ایجاد افسردگی، باعث ایجاد «انرژی برای اقدام» و «همبستگی» در جامعه شود؟
ذهن انسان مثل یک فایل خاطرات و احساسات را ذخیره می‌کند. وقتی ما به یک حادثه نگاه می‌کنیم، بسته به «نگاه» ما، یا غم و ناامیدی تولید می‌شود یا امید و قدرت. خانواده‌های میناب خوب یاد گرفتند که

م‌کنم، سبب می‌گویم: خدایا، من چیزی را که به تو دادم، دیگر پس نمی‌گیرم» و اینکه می‌گفت: «گاهی فکر می‌کنم اگر می‌دانستم او فقط هشت سال مهمان من است، کمتر سخت می‌گرفتم، اما وقتی خوب فکر می‌کنم، می‌بینم کار درستی کردم. من داشتم او را برای جهانی بزرگ‌تر آماده می‌کردم. هر تذکری که در مورد نظم، بهداشت یا مشق‌هایش می‌دادم، به این دلیل بود که او را برای هدفی بزرگ‌تر و جهانی بزرگ‌تر تربیت می‌کردم و دوست داشتم فرد موفق و مؤثری در جامعه داشته باشم. من از روش تربیت‌م راضی‌ام. اگر دوباره خدا فرزندم را برگرداند، با همان دیدگاه او را تربیت خواهم کرد.» این روایت یعنی تربیت باید فراتر از دغدغه‌های دنیوی باشد تا پلی به سوی جاودانگی باشد.

وقتی بازماندگان از خاطرات تلخ خود، داستان‌های الهام‌بخش می‌سازند، چه تغییری در روح آنها رخ می‌دهد؟ آیا این کار نوعی «درمان روحی» است؟
بله، دقیقاً همین‌طور است. خانواده‌ها در شب‌های اول حادثه، در گلزار شهدا می‌خوابیدند و وقتی از کنار مزار شهیدی صدای گریه خانواده‌ای بلند می‌شد، به سمت آن خانواده می‌رفتند و شروع به همدردی می‌کردند. این همدلی و گفت‌وگوها، فشار درونی را کم و فضا را آرام‌تر می‌کرد.

در مورد شهیده «فاطمه شهیدادی» (همان معلم ورزش)، مادرش با افتخار می‌گفت: «دختر مرا سرفراز کرد و غصه‌ای جز دل‌تنگی ندارم.» می‌گفت دخترش یک ساعت قبل از شهادت، با او تماس گرفته و گفته مادر، بیت رهبری را زده‌اند و من نگران حضرت اقا هستم. برای او دعا کنید. می‌گفت: «دخترم با زبان پخته، روز دانش‌آموز را نجات داد و من از این جهت بسیار خوشحالم.»

این نگاه در میان خانواده‌ها خیلی پررنگ است. مثلاً مادری که یک فرزندش شهید شده بود دلش را پیش مادری می‌گذاشت که دو فرزندش شهید شده بود. آن مادر دو شهید داده هم دلش را پیش مادری می‌گذاشت که دیگر نمی‌توانست بچه دار شود، اما این مادر هم با شکر خدا می‌گفت نگران آن خانواده‌های هستند که دل‌شان خوش به فرزندی بود که از بهزیستی گرفته بودند اما همان یک فرزند هم تقدیم در راه خدا شد و در نهایت این مقایسه ادامه پیدا کرد تا اینکه همگی به یک نقطه مشترک رسیدند و آن پیدا کردن جای شکر و جای رضایت بود. این مادران کنار هم التیام می‌یابند و دل‌تنگی‌ها و بی‌قراری‌های درونی خود را با ارزش‌های دینی و اسلامی آرام می‌کنند و این آرامش ستودنی است.

نگاه ما به این روایت‌ها چگونه باشد تا به جای ایجاد افسردگی، باعث ایجاد «انرژی برای اقدام» و «همبستگی» در جامعه شود؟
ذهن انسان مثل یک فایل خاطرات و احساسات را ذخیره می‌کند. وقتی ما به یک حادثه نگاه می‌کنیم، بسته به «نگاه» ما، یا غم و ناامیدی تولید می‌شود یا امید و قدرت. خانواده‌های میناب خوب یاد گرفتند که

م‌کنم، سبب می‌گویم: خدایا، من چیزی را که به تو دادم، دیگر پس نمی‌گیرم» و اینکه می‌گفت: «گاهی فکر می‌کنم اگر می‌دانستم او فقط هشت سال مهمان من است، کمتر سخت می‌گرفتم، اما وقتی خوب فکر می‌کنم، می‌بینم کار درستی کردم. من داشتم او را برای جهانی بزرگ‌تر آماده می‌کردم. هر تذکری که در مورد نظم، بهداشت یا مشق‌هایش می‌دادم، به این دلیل بود که او را برای هدفی بزرگ‌تر و جهانی بزرگ‌تر تربیت می‌کردم و دوست داشتم فرد موفق و مؤثری در جامعه داشته باشم. من از روش تربیت‌م راضی‌ام. اگر دوباره خدا فرزندم را برگرداند، با همان دیدگاه او را تربیت خواهم کرد.» این روایت یعنی تربیت باید فراتر از دغدغه‌های دنیوی باشد تا پلی به سوی جاودانگی باشد.

وقتی بازماندگان از خاطرات تلخ خود، داستان‌های الهام‌بخش می‌سازند، چه تغییری در روح آنها رخ می‌دهد؟ آیا این کار نوعی «درمان روحی» است؟
بله، دقیقاً همین‌طور است. خانواده‌ها در شب‌های اول حادثه، در گلزار شهدا می‌خوابیدند و وقتی از کنار مزار شهیدی صدای گریه خانواده‌ای بلند می‌شد، به سمت آن خانواده می‌رفتند و شروع به همدردی می‌کردند. این همدلی و گفت‌وگوها، فشار درونی را کم و فضا را آرام‌تر می‌کرد.

در مورد شهیده «فاطمه شهیدادی» (همان معلم ورزش)، مادرش با افتخار می‌گفت: «دختر مرا سرفراز کرد و غصه‌ای جز دل‌تنگی ندارم.» می‌گفت دخترش یک ساعت قبل از شهادت، با او تماس گرفته و گفته مادر، بیت رهبری را زده‌اند و من نگران حضرت اقا هستم. برای او دعا کنید. می‌گفت: «دخترم با زبان پخته، روز دانش‌آموز را نجات داد و من از این جهت بسیار خوشحالم.»

مرزبندی بسیاری از افراد را مشخص کرد و تکلیف کسانی که در مواضع مختلف بودند را روشن ساخت. در روانشناسی مثبت‌نگر، برخی افراد بعد از اتفاقات سخت، رشد می‌کنند و حتی از قبل بهتر می‌شوند. مکانیسم این «بهتر شدن» چیست؟

پژوهش‌های علمی روانشناسی می‌گویند بعد از تروما، باورهای قدیمی می‌شکنند و باورهای جدید و عمیق‌تر شکل می‌گیرند. همچنین افراد حمایت اجتماعی می‌گیرند و معنای جدیدی برای رنج خود پیدا می‌کنند. این‌ها باعث می‌شود نگاه آنها به زندگی اسلامی است که می‌گوید در بحران، «توحید» انسان قوی‌تر می‌شود. او می‌فهمد که هیچ چیز در این دنیا ماندنی نیست. خدا، بنابراین تصمیم می‌گیرد تمام کارهایش، از تربیت فرزند تا زندگی‌اش را برای خدا انجام دهد. این تغییر جهت از «مادی» به «معنوی»، باعث تقویت انگیزه و پایداری می‌شود.

نکته مهم دیگر «حمایت اجتماعی» است. در بسیاری از نظریه‌های غربی، وقتی درباره اضطراب، استرس و تروما بررسی می‌شود، عوامل مختلفی مطرح می‌گردد که رشد سلامت از جمله تیپ شخصیتی، نوع آسیب و شدت آن از مکتب می‌سازد، اما یک عامل مشترک داستان‌ها به ما کمک می‌کند تا در سختی‌ها قوی‌تر شویم. مثلاً مادری می‌گفت: «قبل از این حادثه چادری نبودم، اما الان به پاس خون فرزندم چادر سر می‌کنم. قبل از شهادت فرزندم نیز با همسرم اختلاف داشتم اما می‌دانستم فرزندم دوست ندارد ما در جدایی باشیم، لذا «حمایت اجتماعی»، یکی از مؤلفه‌های بسیار حیاتی در سلامت روان افراد، سطح تاب‌آوری و صبر آنان است. شواهد نشان می‌دهد افرادی که از این نوع حمایت به‌طور مطلوب برخوردارند، سریع‌تر به زندگی عادی بازمی‌گردند و با سلامت روانی کامل‌تری از دل حوادث تلخ و تکان‌دهنده بیرون می‌آیند.

تعریف حمایت اجتماعی همچنین فراتر از یک مفهوم انتزاعی است. این حمایت به منظور شلوع کردن در اطراف فرد نیست، بلکه به معنای ایجاد ارتباط عاطفی صمیمی و مشارکت عملی در انجام برخی کارها و سبک‌تر کردن بار وظایف افراد متأثر است.

در این مدتی که در میناب بوده‌ایم نیز تأثیرات این حمایت بسیار مشهود بود. به عنوان نمونه، زمانی که با مادران شهدا صحبت می‌کنیم، متوجه برخورد گرم و پذیرای آنها می‌شویم. شنیدن جملاتی مانند «خوش آمدید به شهر ما»، نشان می‌دهد بسیار خوشحال هستند و حضورمان قوت قلب بزرگی برای آنان است. بسیاری از آنها از اینکه از شهری دیگر آمده‌ایم و در حال کمک به آنها هستیم، به صورت عجیب و خالصانه‌ای شکر می‌کنند و این نشان می‌دهد وقتی مردم احساس می‌کنند مهم هستند و رنج، غم و ناراحتی آنها دیده و شنیده می‌شود، انگیزه‌های عمیق در آنها شکل می‌گیرد و حال دلشان بهتر می‌شود و احساس ارزشمندی و آرامش می‌کنند و این همان معنای واقعی «حمایت اجتماعی» است. چقدر خوب است این حمایت در این برهه زمانی در کشور، در جای جای شهرهایی که مردمش در جنگ رمضان آسیب روحی دیده‌اند از جمله شهر میناب انجام شود.

