

فصل

تبیین موقعیت زن در جامعه



❖ اهداف آموزشی

- ❖ آشنایی با تفاوت طبیعت زنان با مردان
- ❖ چگونه می‌توان تفاوت‌های مذکور بین دو جنس زن و مرد را توجیه کرد
- ❖ آشنایی با چرخه زندگی زنان
- ❖ آشنایی با مفهوم سلامت عمومی و سلامت روان
- ❖ موقعیت زن در خانواده، جامعه و بازار کار
- ❖ سیمای زن در لایه‌های ژرف فرهنگ

□ مقدمه

انقلاب اسلامی با بهره‌گیری از تعالیم نورانی اسلام، جایگاه و نقشی والا و مهم برای زنان در نظر گرفت است. در جمهوری اسلامی ایران زنان از یک طرف توانمندی‌های خودشان را در عرصه‌های مختلف اجتماع به اثبات می‌رسانند و از طرف دیگر از فضای خانه و تربیت فرزند و نقش‌های همسری و مادری خود نیز فاصله نمی‌گیرند. این عملکرد نتیجه احترام به آموزه‌های اسلام در مورد اهمیت دادن به خانواده و نقش محوری زن در آن است. مسأله زنان در جامعه در دو عرصه خانواده و جامعه تبیین می‌شود. این نگاه به مسائل زنان که نشأت گرفته از دین مبین اسلام است، سبب ارتقای توانمندی‌های بانوان و پیشرفت جامعه شده است. اسلام برای زنان جایگاهی انسانی قائل است. از این منظر زن دارای کرامت است و به عنوان سنگ بنای خانواده و جامعه محسوب می‌شود. بر اساس این نگرش حضور زنان در عرصه‌های مختلف فعالیت‌های اجتماعی مانع از تشکیل خانواده و استحکام بخشیدن به آن نمی‌شود. در این نوشتار سعی بر این است تا با بیان مقدماتی از دیدگاه نسبت به زن و جایگاه مادی و معنوی او در جوامع بشری از دیروز تا امروز به نقش و جایگاه زن در عرصه فعالیت‌های فرهنگی و تأثیر آن بر نسل آینده بپردازیم.

□ تفاوت طبیعت زنان با مردان

جان استورات میل (یکی از افرادی که از حضور و مشارکت زنان در موقعیت‌های مختلف دفاع کرده است) می‌گوید: «حکومت و قانون از طریق روابط اجتماعی، شخصیت‌سازی



می‌کند و رفتار نامتساوی قانون با زنان و مردان شخصیت آنها را به موازات با طبیعت آنها متفاوت می‌نماید. باید تفاوت‌ها را تعدیل کنیم نه بر آنها تأکید بنماییم. با این تفاوت شخصیت‌ها، مازاد بر تفاوت طبیعت‌ها، هماهنگی و توافق در خانواده ناممکن می‌گردد و شرایط رشد سالم فرزندان و مبانی هماهنگی و توافق در جامعه نابود می‌گردد.

عده‌ای چنان معتقدند که زنان نقص و ناتوانی دارند که نیک‌نفسی و شایستگی آنها را ضعیف جلوه داده‌اند. این ادعا سبب می‌شود که زنان از شرکت در زندگی اجتماعی محروم شده و در زندگی خصوصی هم، مجبور به اطاعت محض از مردان باشند. این عقیده در تمام حاکمیت‌های گذشته پابرجا بوده و عقاید بدوی مانع از این شده که زنان حرف‌هایشان را بزنند و تدبیر خود را نشان بدهند. از این رو زنان مجبور بوده‌اند که با همه ارزشمندی‌هایشان در موضع اسیر و کنیز یک مرد به حساب بیایند. البته در زمان‌های خیلی دور خود مردان هم در نظام برده‌ای واقع شده و شاهان بر آنها حکومت می‌کردند و حاکمیت مردان بیشتر در خانه و در ارتباط با زنانشان اجرا می‌شد. بعدها زن‌ها از حالت برده در آمدند و نظام زندگی آنها بر مبنای حاکمیت مردان و تمکین زنان شد، اما این موقعیت جدید، گرچه شرایط زنان را بهتر از قبل می‌کرد، باز هم جدا از بی‌رحمی و خشونت نبود و هنوز آنها در حکم یک کنیز برای مردانشان بودند. شاید دلیل عمده این نظام، قوای جسمانی بیشتر مردان است که زنان را به ناچار تسلیم می‌کند. اما محتوای اخلاقی و تمدن هر جامعه مستقل از این واقعیت‌ها و زائیده خلاقیت تمام افراد جامعه است. البته در طول زمان انگیزه انسان دوستی و عواطف انسانی رشد بیشتری کرد و آئین‌هایی چون مسیح و پس از آن تفکر اسلام ارزش‌های زیادی برای دفاع از حقوق انسانها، نوع دوستی، مهر و محبت قائل کرد و بدین ترتیب قانون زور کم‌کم جای خود را به مهر و محبت و عواطف انسانی داد. آن زنان به جز نیروی جسمانی کمتر، هیچ موقعیت کمتر از شوهر و برادران خود نداشتند. در تاریخ یونان باستان به افسانه‌های شیر زنان سلحشور و زنان اسپارت بر می‌خوریم زنانی که مانند تمام زنان مطیع مردان بوده ولی از حقوق و آزادی‌های بیشتری مثل تعلیمات بدنی و پرورش توانایی‌های جسمانی برخوردار بوده، بین دختران و پسران

تبعیض قائل نبوده است. از زمانی که تساوی حق پرورش توانایی‌ها به زنان داده شده است، حضور آنها را در مدارس و دانشگاه‌ها و نیز مشاغل و مقام‌های مهم در سراسر جهان می‌بینیم و زنان قابلیت‌های خود را بارها و بارها نشان داده‌اند. پس نباید دختر بچه‌ها را طوری پرورش دهیم که احساس کنند حضور در فعالیت‌ها و مقام‌های جامعه با روح و فطرت زنانگی منافات دارد که در نتیجه آن بسیاری از آنها آرزوهای خود را سرکوب کرده و ابراز وجود نمی‌توانند بکنند. بسیاری از زن‌ها را داشته‌ایم و داریم که در سکوت و خاموشی از اجرای بد و ظالمانه حاکمیت شوهرانشان شکایت داشته‌اند و جایی آنها را به جز صندوقچه سینه خود ثبت نکرده‌اند. در ایجاد شخصیتی قانع و اطاعت صرف از دیگران، وظیفه یک زن این می‌شود که خود را فدای نزدیکانش بکند. تنها تعهد او ارتباط عاطفی آن هم با همسر و فرزندانش است و این که هر خواسته‌ای که زن دارد باید با تصویب و تأیید و اجازه همسرش باشد نه بر مبنای فعالیت اجتماعی خودش سربلندی او در این است که بتواند مردش را مجذوب کند. البته موارد گفته شده مربوط به ساختمان جوامع سنتی است. در جامعه مدرن، انسان‌ها در مقام‌ها و مشاغل بخصوصی متولد نمی‌شوند. آنها در جنبه‌های مختلف زندگی حق انتخاب و آزادی دارند و توانایی این را هم دارند که خود را به سمت سرنوشتی که دوست دارند و هدف و آرزویشان است، نزدیک کنند. بنابراین دایره آزادی و اختیار زنان هم افزایش یافته است و می‌توانند مسئولیت اختیار و انتخاب خود را به عهده بگیرند. کاری را برگزینند و آن را به نحو احسن انجام دهند.

درست نیست که بگوییم اعتقادات مذهبی سبب می‌شود زنان به صلاحیت خود نرسند بلکه این مسأله به موجودیت خود زن باز می‌گردد. در طول تاریخ تمام مراحل تمدن و ترقی و بهبود شرایط زندگی، زمانی رخ داده است که زنان هم به مقام اجتماعی دست یافته‌اند. در حالی که نظام حاکمیت مردان و تمکین زنان چندان رفاه و آبادانی را به همراه نداشته است. بنابراین بسیاری از فیلسوفان و تاریخ‌نویسان جهان اظهار می‌دارند که بالا رفتن یا پایین آمدن مقام زن، بهترین شاخص پیشرفت یا واماندگی تمدن‌هاست. طبیعت زنان، معمولاً چنین است که به سیاست کمتر علاقه دارند و دلیل نمی‌شود که کسی نتواند از این گروه به



مقام سیاستگذاری و قانونگذاری راه یابد. اگر قرار باشد که عقاید سنتی و تجربه نشده را باور داشته باشیم، از زن هیچ انتظاری نمی‌توان داشت و در بحث دیگر درست که تفاوت‌هایی بین زن و مرد در جنبه‌های اخلاقی و فکری وجود دارد ولی این مسأله را نمی‌توان به کیفیت روابط اجتماعی بسط داد. حتی این تفاوت نباید در حیطه خانوادگی و تربیتی وجود داشته باشد. آنچه که متخصصین فیزیولوژیست تحت عنوان تفاوت‌های زن و مرد اظهار داشته‌اند تنها محدود به بدن زن و مرد شده و آن را نمی‌توان به کل خصوصیات شخصیتی بسط و گسترش داد و حتی وارد خصوصیات روان‌شناختی شد. البته زنان ملل مختلف شخصیت‌های متفاوت داشته و هنوز مطالب نهفته و ناگفته‌ای دارند.

مادام استیل یکی از برجسته‌ترین مقام‌های ادبی فرانسوی در کار ادبی خود به نام «دلفین» می‌گوید: «مردان را به آفریدن و ابراز عقاید مفتخر نموده‌ایم و زنان را به دریافت و پذیرش عقاید، مجبور» اما در جامعه امروز و جهان مدرنیسم، مسؤولیت تعیین موضع اجتماعی زنان را مستقیماً در دامن خود آنها جای می‌دهند. خود زنان بر مبنای تجربه و توانایی‌های خود، آرزوها و سرنوشت خود را می‌توانند، خلق کنند. گاهی زنان خود علاقه‌ای به کسب مقام و شهرت ندارند و ترجیح می‌دهند که پیشه‌شان فعالیت‌های زناشویی و مادری باشد و از اشتغال کناره می‌گیرند. درست است که قوانین پایدار در جامعه همواره اعلان می‌دارند که زنان باید همسر مردان شوند و بچه‌دار شوند ولی آنها مجبور هم نیستند که حتماً شرایط مطلق را بپذیرند، بخصوص اگر بدانند پس از پذیرش همسر، از فعالیت‌های اجتماعی خود باز می‌مانند. درست است که مردانی پیدا می‌شوند که دلشان می‌خواهد زن تنها یک راه داشته باشد و آن هم زندگی در محدوده زناشویی! ولی زنان آزاده و متکی به نفس، نمی‌توانند این تحقیر را بپذیرند. شاید ترس مردان از این باشد که اگر زنان به مقام‌های اجتماعی بالا دست یابند، جای آنها را بگیرند و به همین دلیل به زنان تلقین می‌کنند که بهتر است در حد کدبانوی خانه باقی بمانند تا مرد با فکر آزاد و راحت‌تری بتواند کار کند اگر زندگی مشترک بر مبنای اشتراک باشد، زن می‌تواند با اشتغال و حضور در جامعه هم به نیازمندی‌های خود دست یابد و هم باری از روی دوش مرد بردارد، یعنی استقلال مالی زن در چرخه زندگی او را شریک شوهرش بدارد و بر رضایتش در زندگی فردی خویش

بیافزاید. به هر حال زنانی که تا حدود دهه ۶۰ منزوی و در محیط محدودی زندگی می‌کردند و وظیفه‌شان بچه‌داری و زاد و ولد بود در قرن بیستم وارد صحنه‌های اجتماعی، اقتصادی و سیاسی شدند و امروزه جایگاه کاری برای خود یافته‌اند. دخترانی که مادرانی قوی دارند که آنها را اسیر و وابسته نساخته و مستقل بار آمده‌اند، دشواری کمتری برای ورود به اجتماع را خواهند داشت. چنین دخترانی از تنها شدن نمی‌ترسند چون مادرانشان اجازه بزرگ شدن به آنها داده‌اند و در سنین ۱۶-۱۹ سالگی اگر جنبه مردانه خود را توسط پدر تقویت کنند، موفق خواهند بود. پدری که بتواند خصوصیات فیزیکی و روانی دخترش را درک کرده و حتی تجربه‌های خود را برای او بازگو کند. بدین ترتیب شخصیت دختر رشد یافته و برای حضور مناسب و فعال در اجتماع آمادگی دارد.

□ توجیه تفاوت‌های موجود بین دو جنس زن و مرد در مشارکت‌های ورزشی و

عرضه سلامت

نتایج تحقیقات متعدد نشان می‌دهد که مقوله مشارکت ورزشی زنان و دختران در اغلب کشورها با موانع مختلفی نظیر موانع طبیعی، فردی، اجتماعی و فرهنگی روبه‌رو است. در عین حال موانع مذکور را می‌توان با اتخاذ شیوه‌های مطلوب از سر راه برداشت. در ادامه بحث دلایل پایین بودن سطح مشارکت ورزشی زنان و دختران و یا اجتناب آنان از انجام فعالیت بدنی و ورزشی مورد اشاره قرار خواهند گرفت. بدیهی است که این دسته از موانع از فردی به فرد دیگر و از جامعه‌ای به جامعه دیگر بسته به ویژگی‌های فردی، زمینه نژادی، وضعیت اجتماعی، اقتصادی، سن و سطوح آمادگی بدنی و ذهنی افراد متفاوت خواهد بود. آنچه اهمیت دارد این موضوع است که کدام نوع فعالیت بدنی یا ورزشی، صرف نظر از موانع موجود در میان دختران و زنان از پذیرش و رواج بیشتری برخوردار است. قطعاً برای شناخت بهترین شیوه‌های تشویق و ترغیب دختران و زنان به سمت ورزش و فعالیت‌های بدنی باید درک درستی از موانع موجود بر سر راه انجام فعالیت‌های مذکور توسط زنان و دختران داشته باشیم.



□ چرخه زندگی زنان

اگر چه نوع بشر مسیر مشابهی را در فرایند رشد و تکامل خود طی می‌کند اما کیفیت فرایند رشد و تکامل زنان و مردان علاوه بر تشابهات، دارای تفاوت‌هایی نیز هست. دوره‌های رشدی و رویدادهای زیستی موجود در چرخه زندگی افراد می‌تواند به شیوه‌های متفاوتی روی افراد اثر بگذارد، زیرا آنها در طول مسیر زندگی خود با حوادث و رویدادهای منحصر به فردی روبه‌رو می‌شوند و مسؤولیت‌ها و نقش‌های متغیری را در کنار علائق، نیازها و اهداف متفاوتشان تجربه می‌کنند. رویدادهای مذکور برانگیزه آنان با توجه به زمان، منابع مالی و امکان دسترسی‌شان برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی تأثیر می‌گذارند. بر این اساس هر گونه تلاش برای ترغیب زنان و به‌ویژه زنان شاغل به سمت ورزش و فعالیت بدنی باید انگیزه‌های متفاوت افراد در طول دوره‌های رشدی متفاوتشان را در نظر بگیرد. جدول زمانی که در ادامه ارائه شده است، تغییراتی را نشان می‌دهد که ممکن است جامعه زنان در سنین مختلف تجربه کنند.

□ زمان‌بندی رشدی نمونه برای زندگی زنان

■ دوره نوجوانی (۱۱ تا ۱۶ سالگی)

در این دوره تغییرات بدنی و هیجانی مهمی در فرایند رشد و تکامل دختران اتفاق می‌افتد. در این دوره دختران بیشتر از پسران تحت تأثیر تجربه بلوغ قرار می‌گیرند و خودآگاهی آنان افزایش می‌یابد. آنها همچنین ممکن است فشارهای محیط مدرسه، زندگی اجتماعی، تصویر بدنی، مستقل بودن، زندگی خانوادگی و انتظارات متنوع را تجربه کنند. بدیهی است که در این دوره بین امور متعددی بر سر جلب توجه نوجوانان دختر رقابت وجود دارد و از این رو فشارهای مذکور دلیل افت مشارکت ورزشی دختران در این دوره سنی را توجیه می‌کند. اگر چه احتمال اشتغال دختران در این دوره سنی بسیار پایین است اما باید به این نکته توجه داشت که احتمال مشارکت ورزشی زنان در دوره‌های سنی آینده به این دوره بستگی شدید دارد. بر این اساس والدین، مسؤولان و خود دختران باید سنگ بنای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی و بدنی را از همین دوره و حتی پیش از آن بگذارند.



■ دوره جوانی (۱۷ تا ۲۴ سالگی)

این دوره رشدی برای بیشتر دختران یک دوره انتقالی از مرحله آموزش به مرحله کار است که تجارب و چالش‌های جدیدی را با خود به همراه می‌آورد. در این دوره زمانی، مشارکت ورزشی دختران به دلیل دور شدن از ساختارهای ورزشی سازمان‌یافته مانند ورزش مدارس، به شدت افت پیدا می‌کند. در عین حال بعضاً انگیزه فعال ماندن دختران را تشویق می‌کند در باشگاه‌های ورزشی عضو شوند. از سوی دیگر قبول مسئولیت خانه‌داری و بچه‌داری در نقش یک همسر و مادر به تدریج زنان را از فعالیت‌های ورزشی سازماندهی شده و منظم دور می‌کند که این امر نیز از سوی مسئولین، خانواده‌ها و خود جامعه زنان، مستلزم توجه و برنامه‌ریزی است.

■ دوره بزرگسالی (۲۵ تا ۳۹ سالگی)

بسیاری از زنان در اواخر سنین ۲۰ تا ۳۰ سالگی به دنبال بچه‌دار شدن هستند و مقوله بارداری و وضع حمل در کنار سایر محدودیت‌ها نظیر کمبود وقت، منابع مالی و انرژی باعث می‌شود تا زنان بیش از پیش از ورزش و فعالیت بدنی دور شوند. این محدودیت‌ها زمانی به اوج می‌رسد که یک خانم علاوه بر نقش همسر و مادر برای کمک به اقتصاد خانواده دارای یک شغل هم باشد. در این صورت مشارکت ورزشی زنان به جز تلاش برنامه‌ریزی شده خود فرد نیازمند همکاری مسئولانه سایر افراد و ارگان‌های درگیر نظیر همسر، مسئولین حوزه سلامت و ورزش و مدیریت مرکز یا اداره محل اشتغال فرد می‌باشد. نتایج تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که دور این دوره فرزند یا فرزندان که نقش محدود کننده در زندگی فعال زنان را دارند، خود می‌توانند یک وسیله یا واسطه مطلوب برای سلامت و تندرستی آنان باشند، زیرا علاقه به سلامت فرزند از سوی مادر می‌تواند خود مادر را نیز درگیر فعالیت‌های ورزشی و بدنی نماید. این فعالیت‌ها می‌توانند به صورت زوجی بوده و مادر ضمن به تحرک و داشتن فرزند، خود نیز درگیر انجام فعالیت‌های بدنی هستند. بر این اساس نوع فعالیت‌های مورد علاقه زنان بسته به گروه‌های سنی‌شان، متفاوت است. به عنوان مثال، اکثر گروه‌های سنی جامعه زنان به ورزش ایروبیک یا حرکات موزون به دلیل فواید



روان‌شناختی، اجتماعی، هیجانی و بدنی که این ورزش به دنبال دارد، علاقه دارند. همچنین اگر چه ورزش‌های سازماندهی شده و باشگاهی برای زنان یا دختران سنین ۲۰ تا ۳۰ ساله یک موضوع جذاب و خوشایند به شمار می‌آید، اما زنان گروه سنی ۵۰ تا ۶۰ ساله تمایلی به انجام ورزش در شرایط مذکور ندارند. زنان بزرگسال و سالمند احتمالاً شرکت در فعالیت‌هایی را ترجیح می‌دهند که جنبهٔ عمومی و تفریحی داشته و به عنوان یک ورزش رسمی شناخته نمی‌شوند. برخی از این رشته‌های ورزشی شامل پیاده‌روی، حرکات موزون، باغبانی، یوگا و دوچرخه سواری هستند. از سوی دیگر یکی از دلایل تداوم فعالیت بدنی زنان در سنین بزرگسالی، نگرش سرگرمی و تفریح محور زنان به مقوله ورزشی است، اما جامعه و زنان و به‌ویژه زنان شاغل به دلیل ظرفیت بالای ورزش‌های رقابتی باید گرایش خود را به سمت ورزش‌های رقابتی و تیمی افزایش دهند و نگرش خود را در این خصوص ارتقا دهند.

■ دوره میانسالی (۴۰ تا ۵۹ سالگی)

زنان در دورهٔ میانسالی احتمالاً دارای یک خانواده در حال رشد بوده و زندگی‌شان بر فعالیت‌های خانوادگی متمرکز است. گروه دیگر از زنان در این دورهٔ سنی بیشتر تمرکز و انرژی خود را روی شغلشان هزینه می‌کنند، به نحوی که چیزی جز کار و حرفهٔ تخصصی برای آنها اهمیت ندارد. بسیاری از زنان در این دوره سنی با مسائل مربوط به خانواده و شغلشان دست و پنجه نرم می‌کنند. بنابراین مبنای زندگی‌های اجتماعی و اوقات فراغت این دسته افراد پیرامون خانواده یا همکارانشان در گردش است. زنان میانسال زمان کمتری را به خود اختصاص می‌دهند و در عوض، اولویت اصلی خود را پرداختن به امور دیگران نظیر اعضای خانواده و یا مسائل شغلی‌شان می‌دانند. بر این اساس بدیهی است که مشارکت ورزشی این دسته از افراد به نوع نگرش اعضای خانواده و یا همکارانش در محیط کار بستگی دارد. از این رو پیشنهاد می‌شود افراد میانسال یکی از اولویت‌های خود را در حوزه ارتباطات خانوادگی و شغلی به انجام فعالیت بدنی منظم اختصاص دهند تا از فوائد انجام ورزش در این دوره، بهرهٔ کافی ببرند.



■ دوره سالمندی (۶۰ تا ۶۹ سالگی)

با خروج فرزندان از زندگی زنان سالمند، اوقات فراغت برای انجام فعالیت بدنی در این دوره بیشتر می‌شود. همزمان با این اتفاق، زنان سالمند خود را با نیاز جدیدی مواجه می‌بینند که عبارت از نگهداری و سرپرستی والدینشان است و این مسؤولیت بیش از مردان بر شانه زنان سالمند سنگینی می‌کند. از سوی دیگر مشکلات و ناتوانی‌های مزمن در حوزه سلامت بیشتر از این دوره سنی شروع می‌شود و ممکن است بر مشارکت ورزشی زنان سالمند اثر بگذارد. با توجه به آنچه گفته شد زنان سالمند باید متوجه این موضوع باشند که پرداختن به سلامت والدین نیازمند وجود سلامت در خود آنهاست و ناگفته پیداست که سلامت خود سالمندان در گروی یک زندگی فعال و پر از تحرک است.

■ دوره پیری (۷۰ سالگی به بعد)

زنان در این دوره از سن خود بیش از آنکه خود را برای آینده آماده کنند بر زندگی امروز و حال حاضر خود تأکید دارند. این بدان معناست که انگیزه بهبود سلامت آنان در آینده یک محرک کم ارزش برای سوق دادن سالمندان به سمت فعالیت بدنی و ورزش است. زنان در این دوره از زندگی خود، علاقه زیادی به ورزش با هدف کسب فوائد بدنی ندارند، در عوض آنها احتمالاً از آن دسته روابط اجتماعی لذت می‌برند که در نتیجه مشارکتشان در برنامه‌های ورزشی و فعالیت بدنی به وجود می‌آیند. بر این اساس برنامه‌ریزی فعالیت‌های ورزشی و بدنی برای افراد این دوره سنی باید بر ایجاد فرصت‌های روابط اجتماعی و دوستانه با سایرین متمرکز باشد، ضمن توجه به این موضوع که افراد سالمند به دلیل بازنشستگی نیاز به ارتقاء احساس ارزشمند بودن دارند که می‌توان این دو نیاز را با هم تلفیق کرد و یک برنامه ورزشی مطلوب را معرفی نمود. به موازات افزایش سن، سطح فعالیت زنان افت پیدا می‌کند و با این که گروه سنی ۳۵-۴۴ سال، فعال‌ترین رده سنی در میان زنان به شمار می‌آیند، اما تنها ۳۴ درصد از همین گروه به سطوح استاندارد فعالیت بدنی دست پیدا می‌کنند. در میان زنان سالمند ۶۴-۵۵ ساله، تنها ۱۹ درصد و ۷۴-۶۵ ساله تنها ۸ درصد، استانداردهای انجام فعالیت بدنی در این دوره سنی را رعایت می‌کنند که عبارت از انجام ۳۰ دقیقه فعالیت بدنی