

نقش سبک زندگی در سلامتی و پیشگیری از بیماری کرونا

تاریخ دریافت: ۹۹/۰۱/۱۴

تاریخ پذیرش: ۹۹/۰۲/۲۰

کد مقاله: ۴۸۶۵۷

علی بیرقی فرد^۱، فاطمه کارگر^۲

چکیده

با وجود اینکه حدود یک ماه از شیوع و گسترش بیماری کرونا در ایران می‌گذرد؛ بیماری که ابتدا از کشور چین شروع شد و آن را به عنوان «کوئید-۱۹» می‌شناسند، خیلی سریع در اقصی نقاط میهن عزیزمان گسترش یافت و تمام کشور اعم از نهادهای دولتی و غیردولتی را درگیر خود ساخته است، که اگر نگوئیم به بحران تبدیل شده شاید با رعایت نکردن توصیه های ایمنی و خودمراقبتی بزودی تبدیل به بحران شود. درد این جاست، که این ویروس منحوس، همان طوری که در این ایام باعث تعطیلی و اختلال در کار آموزش، سیاست، اقتصاد شده است چه بسا تلفات زیادی از ما بگیرد؛ و از آن در تاریخ کشور ما به عنوان یک فاجعه یاد کنند. برای جلوگیری از شیوع این ویروس و بسیاری از بیماریهای ویروسی دیگر، که تعدادشان هم در جهان کم نیست، براساس یافته‌های علمی جدید ناگزیر هستیم سبک‌زندگی‌ایی که قرن‌هاست آن را می‌شناسیم و تلاش می‌کنیم مطابق میل جهان‌اجتماعی که در آن هستیم؛ آن را مدیریت و رهبری کنیم تغییر دهیم. در تعارضی که میان دانش عمومی و دانش علمی ایجاد شده؛ یافته‌های علمی را بپذیریم و از برخی عادات خود در زندگی اجتماعی دست برداریم. در این مقاله ضمن توصیف برخی عادات و ویژگی‌های رفتاری که در جامعه ایران رواج دارد تلاش می‌شود نقش سبک زندگی در سلامتی و پیشگیری از بیماری کرونا را از نگاه جامعه‌شناسی بررسی کنیم هرچند که پرداختن به این موضوع به مطالعات گسترده نیاز است، اما هدف من سوق دادن نگاه‌های متخصصان این رشته به این مهم است.

واژگان کلیدی: سبک زندگی، سلامتی، خود مراقبتی، بیماری کرونا

۱- کارشناس ارشد جامعه‌شناسی، Fard1097A@mihanmail.ir

۲- کارشناس ارشد علوم اقتصادی، kargar1097f@mailfa.org

۱- مقدمه و طرح مسئله

«سبک زندگی» یکی از مفاهیم مطرح در علوم اجتماعی است که از گذشته تا حال مورد توجه جامعه‌شناسان بوده است. مردم هزاران سال است که روش زندگی معینی برای خود انتخاب کرده‌اند و برای مدیریت آن تلاش می‌کنند؛ که مطابق بایدها و نبایدهایی که جامعه برای آنها تعیین کرده است عمل کنند. این عمل به بایدها و نبایدهای جهان اجتماعی گاهی ارادی و گاهی به اجبار است چرا که اگر رعایت نشود بیم آن وجود دارد که از سوی جامعه تنبیه و مجازات شود. این تنبیه و مجازات جامعه، همان طرد و عدم توجه به فرد خاطی است. بنابراین اعضای جهان اجتماعی تلاش می‌کنند تا این چنین مورد قضاوت و داوری سایر اعضای جهان اجتماعی قرار نگیرند و شیوه‌ها و روش‌های پذیرفته‌شده زندگی خود را که گذشتگان آن را ساخته‌اند؛ بکار ببندند.

«همانطور که یکی از جامعه‌شناسان معتقد است که سهم مردگان در ساختن جامعه بیشتر از سهم زندگان

است؛ یعنی سهم پیشینیان ما در ساختن جامعه، بیشتر از ما بوده است. همچنان که سهم ما در ساختن جامعه و

فرهنگ آیندگان بیش از آیندگان است.» (سازمان پژوهش و برنامه ریزی، ۱۳۹۷: ۱۸)

کنش‌های انسانها آگاهانه، معنادار، ارادی و هدفمند است. زندگی اجتماعی انسانها بر اساس آگاهی مشترک و سایر ویژگی‌های کنش که برشمردیم، شکل می‌گیرد؛ از آنجا که کنش متفاوت انسانها براساس آگاهی، میل و اراده متفاوت آنها در زمان‌ها و سرزمین‌های مختلف شکل می‌گیرد زندگی‌های اجتماعی متنوع پدید می‌آید.

سرزمین کهن ایران متشکل از اقوام مختلف با قدمت تمدنی بیش از شش هزار سال که کاوش‌های باستان‌شناسی تپه‌های کنار صندل جیرفت گواه روشنی بر قدمت آن است، دارای فرهنگ‌های متنوعی است یعنی اقوام، طوایف و مردمان آن دارای شیوه‌های زندگی متفاوتی هستند، و این تفاوت در شیوه زندگی، موجب تمایز آنها از ملل سایر جوامع، شده است. برخی شیوه‌های زندگی در تمام جامعه ایران مشترک است، درعین حال برخی شیوه‌ها وجود دارند که با اندکی تفاوت، فقط مختص قوم و قبیله‌ای خاص است. به هر حال همه‌ی این ویژگی‌ها در کنار هم هویت ایرانی بودن ما را می‌سازند.

چگونگی گذراندن اوقات فراغت، آداب و رسوم عروسی‌ها و عزاداری‌ها، پوشش، جشن تولد، آغاز سال نو، آیین سیزده بدر، آداب معاشرت، باورها و عقاید، جملگی از مصادیق فرهنگ و شیوه‌های زندگی جامعه ماست. هر جامعه‌ای برای بقا و دوام خود تلاش می‌کند این مصادیق را به افراد خود آموزش دهد و افراد نیز تلاش می‌کنند؛ آنها را فراگیرند و در زندگی اجتماعی خود به کاربندند.

در حوزه جامعه‌شناسی در سطح وسیع و گسترده‌ای پیرامون «فرهنگ» و انواع «سبک زندگی» پرداخته شده است. با محور قرار دادن این موضوع و چالشی که «بیماری کرونا» در سطح جهان و کشور ما ایجاد کرده است؛ این تحقیق به بررسی «نقش سبک زندگی در سلامتی و پیشگیری از بیماری کرونا» پرداخته است.

۲- روش تحقیق

این تحقیق از نوع تحقیقات نظری است؛ که روش گردآوری اطلاعات در آن به صورت کتابخانه‌ای است. ابزار گردآوری اطلاعات در این تحقیق، فیش برداری از منابع اسنادی است. در این مقاله، هدف صرفاً پرداختن به مفاهیم نظری و تئوریک «سبک زندگی» نیست، بلکه ضمن توصیف برخی عادات و ویژگی‌های رفتاری که در جامعه ایران رواج دارد تلاش می‌شود نقش سبک زندگی در سلامتی و پیشگیری از بیماری کرونا را از نگاه جامعه‌شناختی بررسی کنیم هرچند که پرداختن به این موضوع به مطالعات گسترده نیاز است، اما هدف من سوق دادن نگاه‌های متخصصان این رشته به این مهم است.

۳- ریشه‌شناسی

در این تحقیق برای پی بردن به مفهوم «سبک زندگی» ابتدا به فرهنگ لغت‌های معتبر مراجعه کرده و این عبارت را ریشه‌شناسی^۳ می‌کنیم.

«در زبان‌های مختلف از ترکیب سبک زندگی در شکل‌های مختلف یاد شده، در زبان آلمانی (Lebensstil) و در زبان انگلیسی در شکل (style of life/living)، (life style) درگشته و امروز بیشتر به صورت (life style) استفاده شده است. این ترکیب از دو واژه «سبک» و «زندگی» تشکیل می‌شود معنای لغوی واژه «زندگی» روشن است اما در تعریف واژه «سبک» در لغت نامه‌ها معانی گوناگونی درج شده است (که البته ریشه در کاربرد آن در علوم مختلف دارد). (style) از اصل لاتینی (stilus) و فرانسه

۱. Style

۲. Life

۳ Morphophonemics

قدیم (stylus) است که به معنی اشیای نوک تیز فلزی (مانند نیزه و قلم حجاری) بوده است (لغت نامه امریکن هریتیج، ۲۰۰۴) امروزه این کلمه در زبان انگلیسی به معنی :

۱. «نوع، روش، سبک ااثیه» (پیشین)، «شکل دادن یا طراحی چیزی (مانند موی سر) یا شیء (مانند تکه ای از لباس یا اسباب و وسایل) تا به نظر جالب و جاب آید، کیفیت برتر در ظاهر، طراحی یا رفتار» (لغت نامه امریکن هریتیج، ۲۰۰۴).
 ۲. «شیوه و روش انجام چیزی خصوصاً شیوه‌ای که برای فرد، گروهی از مردم، مکان یا دوره‌ای، نوعی باشد.» (لغت نامه کمبریج، ۲۰۰۴)، «اجرا یا انجام اموری که تمایز دهنده فرد یا گروه یا سطح یا ... خاصی باشد، (لغت نامه وبستر، ۱۹۹۶)
 ۳. «مُد، خصوصاً در پوشیدن» (لغت نامه کمبریج، ۲۰۰۴؛ لغت نامه آکسفورد، ۱۹۸۷)
- لاروس، (Stylus) را چنین تعریف می‌کند: سبک، مجموعه روش‌ها و طریقه‌هایی است که نویسنده به آن وسیله از کلیه سرمایه‌های یک زبان برای بیان افکار و نیات و ما فی‌الضمیر خود استفاده می‌کند و آنها را به کار می‌اندازد. انتخاب کلمات و طرز ادای مطلب که اغلب از قوانین دستور زبان سرپیچی می‌کند، «سبک» را تشکیل می‌دهد. (مهدوی کنی، ۱۳۸۶: ۲۰۲-۲۰۱)

۴- مفهوم جامعه شناختی سبک زندگی

«سبک زندگی» مفهومی گسترده است که در یک نگاه کلی به تمام عادت‌ها، علائق و ویژگی‌های رفتاری که افراد در جهان اجتماعی خود بکار می‌بندند اطلاق می‌شود.

«سبک زندگی» (Life Style) اصطلاحی است که از ۱۹۳۹ به بعد در زبان انگلیسی رواج یافته است و به نظر می‌رسد تا پیش از آن، جامعه و فرهنگ غربی عموماً و بریتانیا خصوصاً نیازی به این مفهوم نداشته است. (فاضلی، ۱۳۹۲: ۳۲)

«آدلر (۱۹۳۷-۱۸۷۰) نخستین کسی است که به روشنی به بحث درباره‌ی مفهوم سبک زندگی پرداخته است.» (ابراهیم آبادی، ۱۳۹۲: ۳۴)

آلفرد آدلر، روانشناس اتریشی، سبک زندگی را این چنین تعریف می‌کند:

«او می‌گوید سبک زندگی، یعنی کلیت بی‌همتا و فردی زندگی که همه فرآیندهای عمومی زندگی، ذیل آن قرار دارند.» (مهدوی کنی، ۱۳۸۶: ۲۰۶)

آنتونی گیدنز (۱۹۳۸) مشهورترین جامعه‌شناس بریتانیایی که دلیل شهرت او پرداختن به نظریه «ساختاربندی» است؛ سبک زندگی را چنین تعریف کرده است:

«سبک زندگی، مجموعه‌ای نسبتاً هماهنگ از همه رفتارها و فعالیت‌های یک فرد معین در جریان زندگی روزمره است که مستلزم مجموعه‌ای از عادت‌ها و جهت‌گیری‌ها و بنابراین، برخوردار از نوعی وحدت است.» (باینگانی و همکاران، ۱۳۹۲: ۵۷)

«در تعریفی ساده و کلی تر می‌توان سبک زندگی را «شیوه زندگی» (The Mode of Living) یا به نحو دقیق تر، الگوها و شیوه‌های «زندگی روزمره» تعریف کرد که نه تنها شامل الگوهای فردی مطلوب از زندگی، بلکه شامل تمام عادات و روش‌هایی می‌شود که فرد یا اعضای یک گروه به آنها خو کرده‌اند یا عملاً با آنها سروکار دارند. بنابراین، سبک زندگی به خانه و ااثیه محدود نمی‌شود و الگوهای روابط اجتماعی، سرگرمی، مصرف و لباس را دربر می‌گیرد و نگرش‌ها، ارزش‌ها و جهان‌بینی فرد و گروهی که عضو آن است را منعکس می‌کند.» (فاضلی، ۱۳۹۲: ۳۲)

اهمیت بی‌بدیل «سبک زندگی» در تمامی عرصه‌های حیات بشری اعم از اقتصادی، سیاسی و فرهنگی باعث شده تا بیشتر جامعه‌شناسان به این موضوع بپردازند و پیرامون آن نظریه‌پردازی کنند.

«ماکس وبر، در اخلاق پروتستانی و روح سرمایه‌داری، گرچه به طور دقیق از اصطلاح سبک زندگی استفاده نمی‌کند، اما اثر ژرف سبک زندگی بر زیستن مردم را نشان می‌دهد. با نگاه به مطالعه‌ی وبر، معلوم می‌شود تداوم یک نوع از زندگی نه تنها پیش‌فرض‌های هستی‌شناختی افراد را تغییر می‌دهد، بلکه نهادهای سیاسی و اقتصادی یک جامعه را برمی‌سازد و استواری یا ناستواری آن‌ها را سبب می‌گردد.

اگر افرادی چنین بیندیشند که عیش‌ونوش گناه است و باید کار کرد و اندوخت و ساخت و تنها از این سخت‌کوشی و سختی‌کشی لذت معنوی برد، نهادهایی برای تنظیم و به‌جریان‌اندازی سرمایه‌ی انباشته در جامعه‌ی آنان، لازم می‌شود و در بستر تاریخی مناسب، چنین سبکی از زندگی به اقتصاد سرمایه‌داری یا سیاست استثمارگرانه تبدیل خواهد شد.

امیل دورکیم، دیگر جامعه‌شناس کلاسیک، از زندگی فردگرایانه می‌گوید و آثار و خیمی که در بلندمدت، نگاه صرفاً فردگرایانه بر قواعد تنظیمی جامعه می‌گذارد. او نیز اشاره‌ی دقیق به اصطلاح سبک زندگی ندارد، اما گویی با وبر، در تأثیر نهادین آن هم‌سخن

است؛ چرا که سبک زندگی، فرد را به جامعه و میل را به هم‌بستگی پیوند می‌زند؛ نه از آن گونه که هنجارها چنین می‌کنند، بلکه با چنینی ویژه از هنجارها در گروه‌هایی خاص از مردم که می‌خواهند در احساسی از برتری جویی و دگرگونگی زندگی کنند.

کارل مارکس در مورد فیلسوفانی که در مورد مسائل ذهنی خود می‌اندیشند، یعنی می‌اندیشند تا ببینند، بدون آنکه ارتباطی بین عینیت و ذهنیت‌های آنان باشد، اندیشه‌ورزانه زندگی کردن را مطرح می‌کند. این اندیشه‌ورزانه زندگی کردن (در معنای منفی مارکس برای Speculation) را سبکی از زندگی می‌توان دانست که پیامد آن، ناکارایی اندیشه برای زندگی و در نظر گرفتن منافی از حاصل دسترنج دیگران، یعنی آنان که به طور عینی کار و تولید می‌کنند، است.

استثمار پیامد این نوع از زندگی است؛ یعنی مارکس هم مانند دورکیم و وبر، به جنبه‌ی نهادینه‌سازی رفتار حاصل از سبک زندگی نگاه می‌کند؛ بر خلاف اندیشمندان مدرن‌پسندی میانی و متأخر که اغلب همچون پیشگام کلاسیک‌شان، زیمل، به وجه فردگرایانه‌ی سبک زندگی توجه کرده‌اند، نه همچون تورشتاین و بلن که سبک زندگی را به معنای الگوی رفتار جمعی، مجموعه‌ی عادت‌های فکری، سازوکاری جمعی و معرفت‌شناختی در تنظیم رفتار به کار می‌برد. کلاسیک‌ها جز زیمل و برخی مدرن‌ها مانند وبلن، نمی‌خواستند ترجیحات فردی را در بررسی سبک زندگی وارد کنند؛ چرا که جنبه‌ی تحلیل روانی به مطالعه می‌داد و لازم می‌شد شخص به شخص توضیح داده شود. (پیوسته، ۱۳۹۲)

در میان جامعه‌شناسان پیشکسوت «گتورگ زیمل» بیش از سایرین به مفهوم سبک زندگی پرداخته است.

«زیمل (۱۹۱۸ - ۱۸۵۸) از جمله دیگر صاحب نظرانی است که به تفصیل مفهوم و ابعاد سبک زندگی را مورد توجه قرار داده است و ایجاد سبک‌های زندگی را با مؤلفه‌های هویت، تمایز یافتگی و گرایش افراد به انواع مد تعریف و تحلیل می‌کند.» (ابراهیم آبادی، ۱۳۹۲: ۳۹)

اگر بخواهیم از مفاهیم تئوریک و انتزاعی «سبک زندگی» گذر کنیم و به سطح عملی و تجربی آن بیشتر توجه داشته باشیم؛ به تعریف ذیل اکتفا می‌کنیم.

«در مجموع برای تعریف نهایی از سبک زندگی، باید بگوییم که سبک زندگی مجموعه‌ای نسبتاً هماهنگ و منسجم از کلیه امور عینی و ذهنی زندگی فرد یا گروه است. این امور می‌تواند شامل دارایی‌ها، الگوهای رفتاری، روابط اجتماعی، مصرف، فعالیت‌های فراغتی و سرگرمی، پوشش و مدیریت بدن، نحوه غذا خوردن و دکوراسیون منزل و... باشد که امور و رفتارهایی بیرونی و قابل مشاهده اند. همچنین می‌تواند در برگیرنده بینش‌ها (ادراکات، اعتقادات و جهان بینی)، گرایش‌ها (ارزشها و ترجیحات) و... باشد که رفتارهایی درونی و ذهنی اند. سبک زندگی، گستره‌ای رفتاری را در برمی‌گیرد که اصلی انسجام بخش و هماهنگ کننده بر آن حاکم است و بخش اعظم زندگی فرد را تحت سیطره دارد.» (باینگانی و همکاران، ۱۳۹۲: ۶۴)

۵- نقش سبک زندگی در پیشگیری از بیماری کرونا

یکی از مسئولیت‌های مهم من مراقبت از خودم است. همه برای حفظ سلامت جسم و روح خود تلاش می‌کنند و با آگاهی و اراده از هر چیزی که سلامتی آنها را به خطر بیندازد دوری می‌کنند؛ تا جایی که برای حصول اطمینان از سلامت خود هر از چندگاهی با فواصل معین به پزشک مراجعه می‌کنند و آزمایش‌های تشخیصی می‌دهند؛ غافل از این که «سبک زندگی» ما می‌تواند یکی از عوامل مخاطره‌انگیز سلامتی ما باشد. ورود فناوری‌های نوین در چند دهه اخیر در کشور ما ایران؛ از قبیل وسایل الکترونیکی، ارتباطات، فست‌فودها، لوازم خانگی حتی آپارتمان‌نشینی نه تنها بی‌تحرکی را در پی داشته که خود، یکی از عوامل مخل سلامتی است؛ بلکه «سبک زندگی» ما را تغییر داده بدون اینکه ما احساس کرده باشیم.

الگوها، عادات و شیوه‌های زندگی روزمره ما «کنش اجتماعی» محسوب می‌شوند و به کنش اجتماعی و پیامدهای آنها «پدیده اجتماعی» می‌گویند. پدیده‌های اجتماعی ممکن است فیزیکی مانند بانک، مدرسه، مسجد،... و غیرفیزیکی مانند نمادها، باورها، هنجارها، ارزش‌ها، باشند؛ اگر پدیده‌های اجتماعی نباشند ما انسان‌ها نمی‌توانیم با هم زندگی کنیم.

«هربرت بلومر ذیل نظریه‌ای به نام «قضایای بنیادین» مفهومی را طرح می‌کند با عنوان «قضیه اعیان». قضیه اعیان جز اول سه قضیه بنیادین بلومر هست که در آن بلومر این نظریه را مطرح می‌کند که هرآنچه در زندگی اجتماعی انسان‌ها وجود دارد به مثابه یک شیء هست، اشیاء نیز اجتماعی و دارای معنا هستند. او می‌گوید پیرامون هر انسانی را سه گونه شیء فراگرفته است؛ اشیاء فیزیکی (مثل میز، صندلی، کوه، آپارتمان و...)، اشیاء انتزاعی (مانند: شهادت، ایثار، ترس، خدا و...) و در نهایت اشیاء اجتماعی (مادر، پدر، معلم، عید نوروز و...).» (عبدی، ۱۳۹۵: ۱)

اگر به اطرافمان توجه کنیم، پدیده‌های اجتماعی مختلفی وجود دارد و آن قدر برای ما آشنا هستند که آنها را احساس نمی‌کنیم چرا که با آنها مانوس شده‌ایم و به آنها عادت کرده‌ایم در واقع ما با عادت‌هایمان خو گرفته ایم. اولین کسانی که ما از بدو تولد با

۱. Social action

۲. Social phenomenon

آنها آشنا می‌شویم؛ پدر و مادر است. در درون خانواده بزرگ می‌شویم؛ سپس خواهر و برادر، سایر بستگان، گروه دوستان از جمله کسانی هستند که ما با آنها آشنا و سپس عادت می‌کنیم؛ دوست داریم با آنها معاشرت کنیم، گپ بزنییم، در شادی‌هایمان باشند و در غمشان شریک شویم؛ میهمانی برویم و میهمانشان کنیم در این رفت و آمدها دست می‌دهیم، روبوسی می‌کنیم، همدیگر را به آغوش می‌کشیم، به استقبال میهمان می‌رویم، به هنگام رفتن میهمان تا درب خانه او را بدرقه می‌کنیم، مراسم استقبال از مسافر و بدرقه او را داریم، این ویژگی‌های رفتاری را که ما در زندگی روزمره بکار می‌بریم در کتاب‌ها فرا نگرفته‌ایم. بلکه این دانش‌ها را ما از بدو تولد و با زندگی در اجتماع فرا گرفته ایم و بدون این‌که ببیندیشیم آنها را در عمل بکار می‌بریم. هزاران سال است که این دانش‌ها در زندگی اجتماعی ما وجود دارد، قبل از ما وجود داشته‌اند و بعد از ما هم وجود خواهند داشت.

عید نوروز هم از جمله پدیده‌های اجتماعی است و قدمت دیرینه در فرهنگ ایرانی دارد؛ نوروز علاوه بر ایران در افغانستان هم آغاز سال نو محسوب می‌شود. در برخی کشورهای جهان مانند تاجیکستان، روسیه، قرقیزستان، قزاقستان، سوریه، عراق، گرجستان، جمهوری آذربایجان، آلبانی، چین، ترکیه، ترکمنستان، هند، پاکستان و ازبکستان، مردمان آنها جشن نوروز را برپا می‌کنند. ایرانیان برای برپایی جشن عید نوروز آیین و مناسک خاص خود را دارند که هر کدامشان مصادیق و جلوه‌ای از فرهنگ خاص ایرانی است که نمود پیدا کرده و ما خود را پایبند به انجام و رعایت آن می‌دانیم در این مجال فقط به این دلیل به آن پرداخته می‌شود که نوروز مجموعه‌ای از جشن‌ها و مناسبت‌ها است که می‌توان گفت؛ با خانه تکانی و تمیز کردن اتاق‌ها، شستن فرش و قالیچه‌ها، خرید لباس و سایر وسایل نو مورد نیاز از حدودا یک ماه قبل، با جشن چهارشنبه سوری، در آخرین چهارشنبه سال و معمولا بمنظور احترام و یادگذشتگان که در آخرین پنج‌شنبه سال به زیارت اهل قبور می‌روند؛ شروع می‌شود، چه بسا در برخی فرهنگ‌های بومی و محلی بعد از تحویل سال به قبرستان‌ها می‌روند و یاد گذشتگان خود را گرامی می‌دارند. در سرتاسر ایران و خاصا در برخی فرهنگ‌های بومی و محلی دوست دارند لحظه تحویل سال در زیارتگاه‌ها، اماکن متبرکه باشند و با قرائت قرآن، ذکر و دعا به استقبال سال جدید بروند. از لحظه آغاز سال جدید؛ ویژگی‌های رفتاری که معمولا خاص جامعه ایران است از قبیل: دست دادن، روبوسی کردن، به آغوش کشیدن یکدیگر، مهمانی رفتن و مهمانی دادن، دسته جمعی به دامن طبیعت رفتن و آنروز و شاید روزهای دیگر مخصوصا روز طبیعت یعنی سیزده بدر که آیین چمن‌گره زدن در این روز صورت می‌گیرد؛ شروع می‌شود که این عادات و ویژگی رفتاری در جامعه ما تازگی ندارد و در «سبک زندگی» ما تحت عنوان آیین نوروز قرن‌هاست که نمود پیدا کرده است.

از منظر جامعه‌شناسان کارکردگرایی^۱ که امیل دورکیم را می‌توان از بنیانگذاران این مکتب دانست؛ پدیده‌های اجتماعی از این جهت مورد توجه قرار می‌گیرند؛ که کمکی به بقا و دوام جامعه می‌کنند. در نظریه کارکردگرایی، به اثر یا پیامد یک پدیده اجتماعی مانند خانواده، نوروز، مسجد، نمادها و..... توجه می‌شود تا مشخص گردد چه اندازه در ثبات، بقاء و انسجام نظام اجتماعی موثر است.

حال قابل تامل است که «سبک زندگی» ما تا چه اندازه در ثبات، بقاء و انسجام نظام‌های اجتماعی موثر است؟ قبل از پرداختن به این سوال لازم است برخی از مفاهیم مانند سلامت، بیماری کرونا را برای درک مطلب تعریف کنیم.

۶- سلامت چیست؟

شاید بتوان گفت امروزه عوامل گوناگونی وجود دارند که بر زندگی افراد تاثیر می‌گذارند و بر اساس آنها کیفیت زندگی افراد یک کشور با یکدیگر و همچنین با افراد سایر کشورها مقایسه و مورد سنجش قرار می‌گیرند. یکی از این عوامل تاثیرگذار، سطح بهداشت و سلامت افراد یک کشور است؛ که از حدود بیست سال پیش، این عامل به همراه دو عامل دیگر یعنی عامل اقتصادی و فرهنگی ملاک‌های توسعه انسانی محسوب می‌شوند.

سازمان جهانی بهداشت «سلامتی» را این چنین تعریف می‌کند:

«بر طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت، سلامتی عبارت است از یک حالت آسودگی کامل جسمی، روانی،

اجتماعی و تنها به نبود بیماری یا ناتوانی اطلاق نمی‌شود.» (رحیمی، ۱۳۸۹: ۵۳)

«یکی از تعاریف غالب و اساسی، تعریف ارائه شده از سوی سازمان جهانی بهداشت است که سلامت را اینگونه

تعریف می‌کند: "به زیستن/رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبود بیماری و نقص

عضو(معلولیت)".» (یزدی فیض آبادی و همکاران، ۱۳۹۶: ۱۵۵)

۷- بیماری کرونا چیست؟

«سازمان بهداشت جهانی از این ویروس به عنوان nCoV-2019 یاد کرده است، که در آن n به معنی جدید و COV به معنی ویروس تاجی است. به طور کلی این ویروس نیز شبیه سندروم حاد تنفسی که سارس (SARS) نامیده می‌شود است، اما به هیچ وجه یکسان نیستند.» (جانگ ون هونگ، ۱۳۹۸: ۱)

۸- منشاء آلودگی چیست؟

«منشا و منبع آلودگی که تاکنون مشاهده شده است، عمدتاً بیماران مبتلا به ویروس کوئید ۱۹ هستند. اما لازم است بدانید که فرد ناقل بدون علامت بیماری نیز می‌تواند منبع عفونت باشد.» (همان)

۸-۱- راه‌های انتقال

«این ویروس می‌تواند از شخصی به شخص دیگر منتقل شود. شیوع از طریق ترشحات مجرای تنفس و تماس (با سطوح و یا فرد با فرد) از مهمترین عوامل انتقال ویروس‌اند. همچنین انتقال از راه ذرات هوا نیز یکی دیگر از راه‌های انتقال این ویروس است.» (همان)

بنابراین با مفاهیم و مصادیق «سبک زندگی» و «پدیده‌های اجتماعی» که هر کدام کارکرد و نقش ویژه‌ای در جهان اجتماعی ما دارند، آشنا شدیم؛ از طرفی آسیب‌ها و مخاطراتی که سلامتی افراد جهان اجتماعی را تحت الشعاع خود قرار می‌دهند را به اختصار برشمردیم. لازم به یادآوری است، پدیده‌های اجتماعی به لحاظ این که دوام، بقا و ثبات جامعه را تامین می‌کردند مورد توجه جامعه‌شناسان کارکردگرا؛ همچون آگوست کنت، هربرت اسپنسر، امیل دورکیم، رادکیف براون، مالینوفسکی، تالکوت پارسونز و رابرت مرتن بودند.

از آنجایی که بیماری «کوئید ۱۹» از جمله بیماری‌هایی است که، ویروس آن می‌تواند از شخصی به شخص دیگر منتقل شود و زمینه این انتقال در ازدحام جمعیت و تماس بیمار با سایرین فراهم می‌شود. «این ویروس به طور کلی در تجمعات به راحتی منتقل می‌شود.» (همان) پس بنابراین در جوامعی که دست دادن، روبوسی کردن، به آغوش کشیدن و سایر ویژگی‌های رفتاری این چنینی که در احوالپرسی‌های روزمره خود بکار می‌برند هرچند کارکردشان حس نوع دوستی، تحکیم روابط و عواطف است؛ و ریشه در باورها، ارزش‌ها و هنجارهای آنها دارد؛ زمینه انتقال و انتشار بیماری کرونا و سایر بیماری‌های ویروسی را فراهم می‌کند و تهدید جدی برای سلامت فرد و جامعه محسوب می‌شود. بسیار حائز اهمیت است، «بدانید که فرد ناقل بدون علامت بیماری نیز می‌تواند منبع عفونت باشد.» (همان) پس این احتمال وجود دارد که بیمار در میان ما و اجتماعی که در آن زندگی می‌کنیم باشد؛ این احتمال به نوبه خود با تعریف «سلامت» سازگاری ندارد چرا که حالت آسودگی کامل جسمی، روانی و اجتماعی برای اعضای جامعه حاصل نمی‌شود مدامی که در دل خطر و آسیب زندگی کنند. مسلماً کاهش و یا دست برداشتن از این ویژگی‌های رفتاری که «سبک زندگی» ما است؛ در قطع زنجیره انتقال موثر است در عین حال، هم سخت است و هم مقاومت فرهنگی اعضای جهان اجتماعی را در پی دارد.

«بنابراین، مسئله‌ی مقاومت فرهنگی منحصر به جامعه ایران نیست. اما این نکته را نیز باید در نظر داشت که جوامع مختلف به میزان متفاوتی در برابر نوآوری‌ها و تغییرات مقاومت می‌کنند. برخی فرهنگ‌ها بازتر و برخی بسته هستند. این باز و بسته بودن نیز به تجربه‌ی تاریخی، شرایط محیط طبیعی، جهان بینی و دین، و بسیاری عوامل دیگر بستگی دارد.

«ما عادت داریم مطابق عادت‌هایمان رفتار کنیم و ببندیشیم. هم چنین، عادت داریم عاداتمان را ترک نکنیم. از این رو تاب خرق عادت را نداریم و در مقابل آن «مقاومت فرهنگی» نشان می‌دهیم. یعنی از پذیرش آن، با خلق توجیه‌های فرهنگی سرباز می‌زنیم. البته تا آن جا که ممکن باشد، به مقاومت‌های سیاسی و خشونت‌بار هم دست می‌زنیم. مقاومت فرهنگی در مقابل نوآوری‌ها و پدیده‌های نوظهور در تمام جوامع وجود داشته و هم چنان وجود دارد؛ اگرچه هر قدر به دوره مدرن و زمان حاضر نزدیک‌تر می‌شویم، از شدت این مقاومت‌ها کاسته می‌شود. به عبارت دیگر، هر قدر فرایند مدرن شدن رشد بیشتری می‌یابد، میزان مقاومت در برابر چیزهای نو و تازه هم کمتر می‌شود، و برعکس، هر قدر ساختارهای سنتی سخت‌تر باشند، مقاومت هم شدیدتر است.» (فاضلی، ۱۳۸۶: ۶-۵)

مقاومت اعضای جهان اجتماعی در برابر نوآوری‌ها، که گاهی کشفیات علمی، فرهنگی و اجتماعی است، به هر طریقی در ابتدای ورود پدیده‌های نو ظهور شکل می‌گیرد؛ اما پذیرش آنها در گذر زمان و با افزایش سطح آگاهی و بینش مردم، به نفع جامعه بوده و موجب ثبات، دوام و انسجام نظام اجتماعی خواهد بود.

نتیجه گیری

انسان ها در زندگی اجتماعی خود همواره دچار مشکلات و معضلاتی بوده اند که نتیجه تقابل و رویایی آنها با دیگران در جامعه خود و سایر جوامع است، از این روی، آنها برای غلبه بر مشکلات بدنبال راه حل و چاره اندیشی برآمده اند؛ چه بسا موفق هم شده اند. بنابراین در این تحقیق با خاطر نشان نمودن این نکته، راه چاره برون رفت جامعه ما از شیوع بسیاری از بیماریهایی که با حضور در اجتماعات، دست دادن، روبوسی کردن به سایرین انتقال پیدا می کند؛ این است که با بها دادن به یافته ها و دانش علمی خود و سایر اقصی نقاط جهان، برای حفظ سلامتی، رعایت اصول اولیه بهداشتی از بسیاری عادات و ویژگی های رفتاری که هزاران سال است مردمان ما آنها را در زندگی روزمره خود جاری و ساری می دانند و تحت عنوان دانش عمومی دربرگیرنده بخشی از ذخیره دانشی آنهاست، دست بردارند. هرچند که مدت ها طول می کشد تا زمینه برای پذیرش این تحول در «سبک زندگی» ایجاد شود؛ در جهان اجتماعی هرگاه بین دانش عمومی و دانش علمی تعارض و منافاتی ایجاد شده است معمولاً اعضای جهان اجتماعی با دست برداشتن از یکی به نفع دیگری آن هم به نفع دانش علمی به حل تعارض می پردازند. چرا که تلاش های علمی، در همه جوامع اولاً به منظور رشد و افزایش آگاهی های بشری ثانیاً عملیاتی نمودن دانش ها صورت می گیرد و در این میان موجب غنی شدن دانش عمومی هم می گردد. بسیار حائز اهمیت است که بدانیم کسانی که دانش علمی دارند از درک و شناخت عمیقی از جامعه و فرهنگ برخوردارند و آسیب ها و معضلات جهان اجتماعی را بهتر شناسایی می کنند و در پی راه حل و چاره اندیشی آنها برمی آیند. بنابراین با بکارگیری رهنمودیشان که دست برداشتن از بعضی عادات و ویژگی های رفتاری است، سلامتی را برای خود و دیگران به ارمغان آوریم.

منابع

- ابراهیم آبادی، حسین، (۱۳۹۲)، «رویکردی میان رشته ای به سبک زندگی؛ با نگاهی به جامعه ایران»، فصلنامه علمی- پژوهشی مطالعات میان رشته ای در علوم انسانی، شماره ۴، دوره پنجم، صص ۵۳-۳۳
- باینگانی، بهمن و ایراندوست، سیدفهمیم و احمدی، سینا، (۱۳۹۲)، «سبک زندگی از منظر جامعه شناسی: مقدمه ای بر شناخت و واکاوای مفهوم سبک زندگی»، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی پرتا جامع انسانی، سال هشتم، شماره ۷۷، صص ۷۳-۵۷
- پیوسته، صادق، (۱۳۹۲)، «سیالیت سبک زندگی در تقابل الگوها»، وبلاگ حیات طیبه- سبک زندگی اسلامی، بازیابی شده از post.Lifestyle110.blogfa.com
- جانگ ون هونگ، (۱۳۹۸)، «دستورالعمل عمومی پیشگیری از ابتلاء به ویروس کوئید ۱۹ (ویروس کرونا) جدید»، بذرافشان، امین و بختیارزاده، طاهره و ذبیحی، پرهام و سیفان، فاطمه و صادقی نسب، محمدجواد و قیطاسی، فهیمه و کریمی، مهسا و گرکانی نژاد، هدیه و موسوی، سیدعلی اصغر و یزدانی احمدآبادی، فریداء، شانگهای، علم و فناوری،
- رحیمی، غلامرضا، (۱۳۸۹)، «سازمان بهداشت جهانی»، مجله دانشکده پیراپزشکی ارتش جمهوری اسلامی ایران، شماره ۱، سال پنجم، شماره مسلسل ۸، صص ۵۶-۵۳
- سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی، (۱۳۹۷)، «هویت اجتماعی» (کتاب درسی علوم اجتماعی)، پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه، ۱۱۲۲۲۰، چاپ اول، تهران، شرکت چاپ و نشر کتاب های درسی ایران
- عبدی، مصطفی، (۱۳۹۵)، «دیرینه شناسی سبزه بدر و آیین چمن گره زدن»، جستارهایی در جامعه شناسی تفسیرگرایی (شاخه هرمزگان)، بازیابی شده از post.isahormozgan.mihanblog.com
- فاضلی، نعمت الله، (۱۳۸۶)، «مقاومت فرهنگی در برابر نوآوری ها و فناوری های تازه در ایران»، رشد آموزش علوم اجتماعی، شماره ۳۶، صص ۹-۴
- فاضلی، نعمت الله، (۱۳۹۲)، «دنیای غرب و انقلاب در سبک زندگی»، ماهنامه علمی تخصصی صدای جمهوری اسلامی ایران، شماره هفتاد، سال یازدهم، صص ۴۰-۳۰
- مهدوی کنی، سعید، (۱۳۸۶)، «مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی»، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، شماره اول، صص ۳۳۰-۱۹۹
- یزدی فیض آبادی، وحید. سیف الدینی، رستم. قندی، مرجان. مهرالحسنی، محمدحسین، (۱۳۹۶)، «تعریف سلامت از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی: مرور کوتاهی بر نقدها و ضرورت یک تغییر پارادایم»، مجله تخصصی اپیدمیولوژی ایران، شماره ۵، دوره ۱۳، ویژه نامه (مبانی، رویکردها و عملکرد نظام سلامت ایران)، صفحات ۱۶۵-۱۵۵

