

مشارکت سالمندان در خانواده و جامعه

مشارکت اجتماعی به معنای فعالیتهایی است که افراد در جامعه انجام می‌دهند تا به بهبود و توسعه زندگی اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی کمک کنند. این نوع فعالیت‌ها می‌تواند به صورت داوطلبانه صورت بگیرد و در حوزه‌های مختلفی مانند محیط زیست، سلامت، تعلیم و تربیت، حمایت از افراد ناتوان و آسیب‌دیده، توسعه اقتصادی و نظایر آن انجام شود. هدف اصلی مشارکت اجتماعی ایجاد تغییرات مثبت در جامعه، تقویت ارتباطات اجتماعی و ایجاد حس همبستگی و تعلق اجتماعی است.

مشارکت اجتماعی، مسئله‌ای بسیار حائز اهمیت است زیرا مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و شمول در جامعه (Social inclusion) می‌تواند بر سلامت روانی و جسمانی سالمندان تأثیر زیادی داشته باشد. مشارکت اجتماعی در سالمندان یکی از پرکاربردترین روش‌ها برای حفظ سلامت روانی و معنوی آنها است. شرکت در فعالیت‌های اجتماعی می‌تواند احساس معنویت و رضایتمندی از زندگی را افزایش دهد. از طرف دیگر، شمول اجتماعی به سالمندان اجازه می‌دهد تا از شبکه‌های اجتماعی خود حمایت بیشتری دریافت کرده و احساس ارتباط و ارزشمند بودن داشته باشند.

بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، مشارکت اجتماعی در سالمندان می‌تواند به بهبود سلامت عمومی و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌ها کمک کند. شرکت در فعالیت‌های اجتماعی می‌تواند مانع از انزوای اجتماعی و تنهایی شده و در نتیجه، جنبه‌های سلامت روانشناختی و جسمانی را تقویت کند.

یکی دیگر از فواید مشارکت اجتماعی در سالمندان، افزایش حفظ عملکرد شناختی است. مشارکت در گروه‌های اجتماعی، عملکرد شناختی و حافظه را تقویت می‌کند و از افت عملکرد شناختی جلوگیری می‌کند.

در نهایت، کاهش خطر افسردگی و اضطراب از دیگر فواید مشارکت اجتماعی در سالمندان است.

مشارکت سالمندان در خانواده به عنوان یکی از مسائل اجتماعی مهم شناخته می‌شود. هر چند که نقش و مشارکت سالمندان در خانواده در هر فرهنگ و جامعه متفاوت است اما معمولاً سالمندان نقش‌های جدی و رسمی در خانواده را دارند. آنها می‌توانند به عنوان مرجع یا ستون استوار خانواده عمل کنند و نقش‌های سرپرستی و تدبیر امور را بر عهده داشته باشند. همچنین، سالمندان می‌توانند به عنوان مشاوران خانواده عمل کنند و در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی نقش مهمی را ایفا کنند.

مشارکت سالمندان در خانواده، به میزان علاقه و شرکت آنها در فعالیت‌ها و تصمیم‌گیری‌های خانوادگی اشاره دارد. در بسیاری از فرهنگ‌ها، سالمندان به عنوان مرجع و پرچمدار تجربه به حساب آمده و نقش مشورتی و راهنمایی را به عهده می‌گیرند. این مشارکت می‌تواند شامل تصمیم‌گیری‌های مهم خانوادگی، حل و فصل اختلافات، نظارت بر فرزندان و ارائه مشاوره در امور زندگی روزمره باشد.

سالمند و همبستگی در بستر خانواده

مفهوم همبستگی خانوادگی عبارت است از حس آرامش و رضایت مندی از روابط خانوادگی بر اساس قدردانی، رضایت مندی از روابط خانوادگی در گذشته، حال و آینده، احساس نزدیکی عاطفی با اعضای خانواده شامل چندین نسل، حتی اگر از نظر جغرافیایی

از هم دور باشند و یا تعارضی را تجربه کرده باشند. سالمندان خانواده در چنین فضایی مورد قدردانی قرار می گیرند، احساس ارزشمندی و مفید بودن می کنند .

همبستگی در خانواده مستلزم احساس دو جانبه تعهد طولانی مدت در روابط خانوادگی و بازسازی آن به هنگام گذار از دوره های مختلف زندگی است. فرزندان مسئولیت کمک به والدین سالمند و مراقبت از آنها را می پذیرند و والدین متقابلاً حمایت آنان را می پذیرند.

در چنین بافتی روابط خانوادگی استمرار می یابند و به سمت بلوغ پیشرفت می کنند. این گذار بستگی به توانایی اعضاء خانواده در برقراری روابط بالغ- بالغ بین والدینی که در سنین سالمندی هستند و فرزندان بالغشان دارد. در چنین فضایی حمایت دو جانبه صورت می گیرد و والدین در هنگام نیاز از درخواست کمک احساس تحقیر نمی کنند .

در غیر اینصورت و در صورت تداوم الگوی حاکم روابط گذشته بین اعضاء خانواده، بدون در نظر گرفتن تغییراتی که در نتیجه ی گذشت زمان خواه ناخواه در نقشها و الگوی روابط رخ می دهد ، روابط دچار تعارض و گسست می شوند و پیوندهای افراد خانواده گسسته می شود .

سالمندان خانواده به خانواده خود که متشکل از چند نسل است حس تعلق دارند. آنان این احساس تعلق را از طریق بازگویی تاریخچه خانواده، به اشتراک گذاشتن علائق و ارزشها، و مشارکت در فعالیتهای و مراسم خانوادگی حفظ می کند. این فرایند نوعی التفات و لطف به نسل جدید نیز محسوب می شود و به نسل جدید هویت می بخشد. سالمندان در چنین فضایی احساس رضایت مندی می کنند، حس می کنند که وظیفه خود را به درستی انجام داده و در انتقال تجربیات به نسل آینده مشارکت داشته اند، احساس حرمت می کند و حس می کنند نقش معنا داری در خانواده خود ایفا کرده است .

خوشبختانه ما در جامعه ای با فرهنگ غنی زندگی می کنیم که حرمت سالمندان و حمایت از آنان در آن توصیه شده است. در ضمن این فرهنگ متأثر از تعالیم مذهبی دین مبین اسلام است که بارها در کتاب آسمانیش به لزوم حفظ حرمت و کرامت سالمندان و حمایت از آنها توسط فرزندان تاکید می کند .

هرچند ممکن است در همه موارد بهترین فضا برای مراقبت از سالمند، محیط منزل نباشد اما این حمایت خانواده از سالمند و یکپارچگی خانوادگی را باید به بهترین نحو ممکن حفظ نمود. در واقع نحوه تعامل با سالمندان، تصویری از آینده را در مقابل دیدگان نسل حاضر ترسیم می کنند. حفظ یکپارچگی خانوادگی به عنوان یک ارزش، حفظ همبستگی میان سالمند و خانواده اش تصویر آینده ای سرشار از امنیت خاطر و رضایتمندی را به ذهن متبادر می سازد و از این رو اهمیت بسزایی در وضعیت خانوادگی و نیز جایگاه اجتماعی سالمندان دارد .