

## خبر

## افزایش مصرف مواد دخانی به

## ویژه سیگار در نزد نوجوانان

ملودی دهانی / گروه جامعه  
news@naslefarda.net

معاون اجتماعی ستاد فرهنگی اجتماعی دبیر خانه شورای عالی انقلاب فرهنگی از تشکیل میز تخصصی مبارزه با استعمال دخانیات در شورا و سیاستگذاری و راهبری مسائل اساسی این حوزه خبر داد. دکتر امید عبدالمهی با اشاره به رویکرد قرار گاهی شورای عالی انقلاب فرهنگی در توجه به ابعاد اجتماعی و فرهنگی رخدادهای جامعه و حاکم شدن رویکرد حل مساله با مشارکت دستگاه های متولی و گروه های مردمی در دور جدید فعالیت شورا، درباره وضعیت و آمار های استعمال دخانیات به ویژه سیگار در جامعه گفت: گسترش الگوهای فراغتی همسال -محور و نیز شیوع فر دگرایی افراطی در نزد نوجوانان در کشور، موجب گسترش مصرف مواد دخانی به ویژه سیگار در نزد نوجوانان و جوانان و قلیان در بین خانواده ها شده است که همین امر از عوامل مهم نهمانده شدن مصرف مواد مخدر در آینده و گسست خانواده ها خواهد شد.وی اضافه کرد بر اساس براورد های سازمان بهداشت جهانی در صورت عدم اتخاذ تدابیر مناسب ممکن است تا سال ۲۰۲۵ ایران در بین سه کشور اول مصرف دخانیات در سراسر جهان قرار گیرد.عبدالمهی با اشاره به تشکیل میز تخصصی مبارزه با استعمال دخانیات در شورا بعنوان یک ضرورت و بر اساس اولویت پیامدسنجی فرهنگی در مسایل اجتماعی و حوزه سلامت، ادامه داد: بررسی های کارشناسی و نیازسنجی مسایل فرهنگی و اجتماعی نشان داد که مصرف مواد دخلی به ویژه سیگار در نزد نوجوانان و دختران و قلیان در بین خانواده ها گسترش یافته است که طراحى و شکل گیری میز تخصصی کاهش مصرف و استعمال مواد دخانی در دبیر خانه شورای عالی انقلاب فرهنگی در دستور کار قرار گرفت.

## ترویج شرارت در فضای مجازی

## زیر ذره بین پلیس

مریم یادگاری / گروه جامعه  
news@naslefarda.net

افرادی که در فضای مجازی اقدام به بارگذاری صفحاتی نمایند که باعث ترویج شرارت و خشونت باشد، به مراجع قضایی معرفی خواهند شد.
سعید راستی معاون عملیات پلیس اطلاعات و امنیت گفت : در حوزه برخورد با شرارت پلیس امنیت دو نوع برخورد دارد که یکی اقدامات پیشگیرانه می باشد که در اولویت است و دوم اقدامات سلبی می باشد، چرا که معتقدیم در تولید امنیت، دستگاهی که بیشترین مسئولیت را دارد و آنرا تحمل می کند پلیس است که البته با جان و دل تمام این مأموریت ها را انجام می دهیم.معاون عملیات پلیس اطلاعات و امنیت تهران بزرگ بیان داشت : پرونده هایی را که با مقامات قضایی هماهنگ کرده ایم و روی آنها کار شده است یا شکایت داشته و یا از طریق سامانه ۱۱۰ این گزارشات را وصول کرده ایم در اولویت برخورد توسط تیم های پلیس امنیت می باشند.سرهنگ راستی افزود : در حله بعدی طرح ها و اقدامات اقتداری است که نتیجه کارهای میدانی می باشد که پلیس چند ماهه روی پرونده کار کرده و با اشراف اطلاعاتی به نتیجه و دستگیری منتج می شوند.وی تاکید کرد : سوزه هاو هدف ما در اجرای طرح های شبانه روزی موارد متعددی است که منتج به دستگیری از سوی پلیس میشوند . ارادل و اوباش و عاملین شرارت و گردن کشی که در شهر و محلات قدرت نمایی می کنند یکی از سوزهایی هست که توسط پلیس دستگیری می شوند. سرهنگ راستی اظهار کرد : همچنین ارادل و اوباشی که مسلح به سلاح گرم و عامل تیراندازی ها و ارادل و اوباشی که دخیل در فروش مواد مخدر هستند نیز از اهداف پلیس امنیت برای دستگیری هستند .وی گفت: ارادل و اوباشی که به هر واسطه ای اقدام به کُری خواندن می کنند و تقابلی را که بین خود دارند در فضای مجازی پخش می کنند و به این واسطه باعث ایجاد مزاحمت هایی برای شهروندان می شوند و همچنین ارادل و اوباشی که به هر نوعی بخواهند از مردم باج گیری نمایند و تهدیدی برای شهروندان باشند در تیر رس پلیس هستند.

## کشف ۱۵ هزار قرص روانگردان از داخل خودرو

نسل فردا:فرمانده انتظامی شهرستان ری از کشف ۱۵ هزار قرص و ۱۱۶ لیتر شربت روانگردان و همچنین ۶لیتر شربت تریاک در این شهرستان خبر داد.سرهنگ محمدقاسم طرهانی فرمانده انتظامی شهرستان ری گفت:ماموران عملیات کلانتری ۱۷۳ امین آباد در پی پوشش دهی انتظامی سطح حوزه استحفاظی یک دستگاه خودرو کوئیک سفید رنگ را در محور «ری-ورمین» مشاهده و تحت مراقبت های ویژه قرار دادند.وی افزود:پس از استعلام از سامانه پلیس مشخص می شود خودرو دارای دستور توقیف از مقام قضایی است که در این حین دستور توقیف صادر، ولی راننده بدون توجه به دستور پلیس از محل متواری می شود و بدین ترتیب عملیات تعقیب و گریز آغاز شداین مقام انتظامی عنوان کرد:پس طی چند کیلومتر تعقیب و گریز و اجرای طرح مهار خودرو در ابتدای شهر «قلعه نو» شهرستان ری متوقف و بازرسی از خودرو بیش از ۱۵ هزار عدد قرص و ۱۱۶ لیتر شربت روانگردان و همچنین ۶ لیتر شربت تریاک کشف و راننده خودرو و متهم دستگیر و پس از تکمیل پرونده به مراجع قضایی جهت سیر مراحل قانونی اعزام شد.

## جامعه

## افزایش افسردگی ثمره مهمانی کرونا

ملیدا توکلی / گروه جامعه  
tavakoli.yalda1@gmail.com

تحقیقات نشان داده افرادی که عزیزان خود را در دوران کرونا از دست دادند یا مبتلا به این بیماری شدند بیشتر دچار اختلالات روانی و افسردگی می باشند و در واقع دوران پس از کرونا دوران پر استرس بوده است.

## یک در صد ابتلا مربوط به دوران پساکرونا

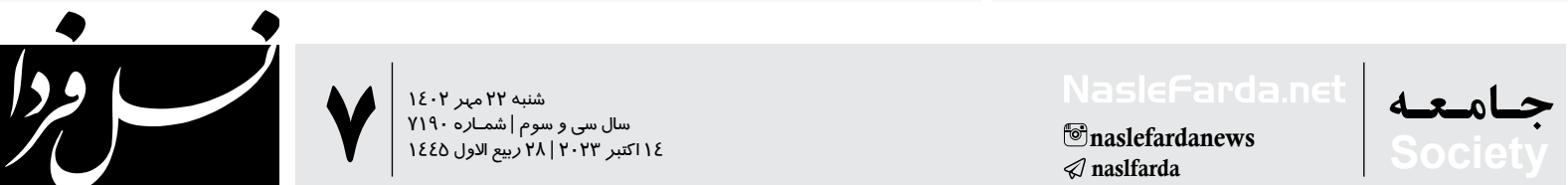
دو سال قرنطینه و زندگی دیجیتالی در روند زندگی و کار و تحصیل اثرات منفی داشته و این مساله آسیب را بود افسردگی یکی از علل اصلی ناتوانی است، افرادی نیز وجود دارند که در دوران همه گیری کرونا افسردگی را بدون ابتلا به کرونا تجربه کرده اند. متخصصان بهداشت روان دلیل این امر را در استرس و اضطراب ناشی از همه گیری ویروس کرونا و خطرات آن می دانند. پس نمی توان ریشه ی افسردگی پس از کرونا را تنها در تاثیر این ویروس بر عملکرد فیزیولوژیکی مغز دانست. حدود ۳۰ درصد مردم در معرض ابتلا به نوعی از اختلالات روانی هستند که نسبت به مطالعات گذشته این اختلالات ۲۱ درصد روند افزایشی داشته که یک درصد ابتلای آن مربوط به دوران پساکرونا است و متناصفانه اضطراب ۳۳ درصد و افسردگی بیش از ۲۰ درصد در جامعه شیوع یافته است.

## اضطراب مالی به طور قابل ملاحظه ای افزایش یافته است

در سال های قبل از کرونا ۲۲.۶ درصد افراد ۱۵ تا ۶۴ ساله دچار یک یا چند اختلال روان شناختی بوده اند اما در حال حاضر ۳۴.۳ درصد مردم یعنی از چهار نفر یک نفر نیاز به خدمات فردی، روانشناختی و روان پزشکی دارند. در واقع اضطراب مالی به طور قابل ملاحظه ای افزایش یافته و این امر آرامش جامعه را تحت تأثیر قرار

## هوشمند سازی سامانه معافیت تحصیلی

نسل فردا: سردار تقی مهری، رئیس سازمان وظیفه عمومی فرجا گفت: معافیت تحصیلی یکی از مسائل مهم است که در قوانین و مقررات کشور ما در جمهوری اسلامی ایران وجود دارد و افراد وقتی به سن قانونی ۱۸ سال تمام می رسند یا باید ادامه تحصیل بدهند یا به خدمت مقدس سربازی اعزام شوند. سردار مهری بیان داشت: اتفاق مهمی که از پارسلات کنون افتاده، هوشمند سازی سامانه معافیت تحصیلی است؛ در گذشته افراد زمانی که می خواستند پس از اخذ دیپلم به دانشگاه راه پیدا کنند و مشغول تحصیل شوند باید ابتدا به مقرهای انتظامی در سراسر کشور مراجعه می کردند؛ اما الان این طور نیست و از طریق هماهنگی که ما با وزارت آموزش پرورش و سازمان سنجش در کشور کردیم همه کسانی که در کنکور قبول می شوند، از طریق اینترنت می توانند درخواست خودشان را اعلام کنند و بدون مراجعه حضوری به مقرهای انتظامی مسئله معافیت آن ها انجام می شود.



NasleFarda.net

naslefardanews

naslfarda

# افزایش افسردگی ثمره مهمانی کرونا



داده است. در کنار اضطراب مالی، فعالیت های جمعی کاهش و تنهایی و افسردگی در جامعه افزایش یافته و به دلیل اتهامات، مشکلات معیشتی، شایعات، فضای مجازی افسار گسیخته و سیاه نمایی های غیر معمول نایمنی روانی در جامعه افزایش داشته است.

## اشتغال و مسکن مهمترین مولفه برای افزایش امید و نشاط

سید وحید شریعت، رئیس انجمن روانپزشکان ایران است وی میزان افسردگی را در زنان، افراد بیکار شده و بیسواد بیشتر بر شمرد و ادامه داد: بر اساس مطالعات کشوری، شیوع اختلالات روانی در استان تهران ۳۷ درصد بوده که دلایل مختلف در بروز آن نقش دارد. رئیس انجمن روانپزشکان ایران گفت: برای سلامت روان مهمترین عوامل، اجتماعی، اقتصادی و سیاسی هستند. اشتغال و مسکن و سرمایه اجتماعی مهمترین مولفه ها برای افزایش امید و نشاط در جامعه می شود

# دختران ما و کارهایی که انجام نداده ایم

عواطف رقیق زن و مسئولیت هایی که در نظام آفرینش بر دوش او نهاده شده، ایجاب می کند که زنان نیز، گویبی کامل و سواهی بی بدیل از جنس خود داشته باشند تا بتوانند در آنچه از زن انتظار می رود و قرآن نیز آنها را تائید می کند به وا تاسی جویند.

وی افزود: به همین خاطر به جهت شناساندن الگوی کامل به دختران سرزمین علم و عفت و کمال، روز میلاد حضرت معصومه سلام الله علیها را به عنوان روز تحلیل از جایگاه دختران معرفی شده است؛ اما روز جهانی دختر برای یادآوری مقام و جایگاه دختران در همه جوامع و ادیان تعریف شده است و روزی است که این قشر لطیف و معصوم را مورد توجه قرار می دهند و بهانه ای برای دیدن ظرفت های خلقی و خلقی این پدیده خلقت است.

به گفته وی، در سخنان معصومان علیهم السلام از دختران بااوهایی چون ریحانه (گل)، قواریز (بلور ها)، حسنه (نیکی) یاد شده است؛ که هر یک، نشان از امتیاز و ویژگی خاص طبیعی و روحی دختران دارد و در نگاه دین مبین اسلام، آرمان های نظام مقدس جمهوری اسلامی و مکتب انقلاب اسلامی، گواه بر این است که جایگاه زنان یک جایگاه از رشمند و فاخر است. صادق تاکید کرد: زن و دختر تراز انقلاب اسلامی، فردی اندیشه شریف و مظهر صفات الهی و دارای سبک زندگی عقیفانه که مرکز تحولات عالم است؛ زن و دختر تراز انقلاب اسلامی دارای ویژگی هایی منحصر بفرد در تصمیم سازی و تصمیم گیری و تعقل است که برخورداری از این صفات او را شایسته احترام و منزلت می کند.

وی یادآور شد که از دیدگاه متمدن اسلامی، زنان جامعه اسلامی در ۲ نقش فردی و اجتماعی می توانند تأثیری مستقیم در پیشرفت علم و اقتصاد و در نهایت تمدن نوین اسلامی داشته باشند و با تربیت نسلی تمدن ساز و با آموخته های اصیل ایرانی اسلامی، همواره حماسه سازی کنند.

صادقی ادامه داد: در تربیت تراز انقلاب اسلامی، زن، مجاهد، با بصیرت، تلاشگر و آگاه به توانایی های خودشان است که با موقعیت شناسی می داند کجا باید سکوت کند و در چه زمان در راستای کمال و عزت خود و خانواده حماسه سازی کند. در یکی از نقش های زنان، موثرترین و حیاتی ترین بخش، هویت دخترانه هست که با بهره گیری و تربیت درست از این سرمایه جدی است دخترانی خواهیم داشت که با بصیرت و مطالعه دیدگاه فاخر اسلامی را یاد دیگر رویکردهای غیراسلامی مقایسه نموده و سره را از ناسره تشخیص دهند.

مشاور معاون عمرانی وزیر آموزش و پرورش و دبیر

به اختلال روان قرار دارند. پیروی همچنین گفت: در هر زمان، مجموعه متنوعی از عوامل فردی، خانوادگی، اجتماعی و ساختاری ممکن است برای محافظت یا تضعیف سلامت روان ترکیب شوند و اگر چه اکثر مردم انعطاف پذیر هستند، اما افرادی که در معرض شرایط نامطلوب از جمله فقر، خشونت، ناتوانی و نابرابری هستند در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به اختلال روان قرار دارند. وی با بیان اینکه خدمات درمانی یا مشاوره ای به مبتلایان اختلال روان هنگام ارائه اغلب از نظر کیفیت ضعیف است، افزود: به عنوان مثال، فقط ۲۹ درصد افراد مبتلا به روان پریشی و تنها یک سوم از افراد مبتلا به افسردگی، مراقبت های رسمی از سلامت روان دریافت می کنند. افراد مبتلا به اختلالات روان به حمایت اجتماعی از جمله حمایت در توسعه و حفظ روابط شخصی، خانوادگی و اجتماعی نیاز دارند و ممکن است برای برنامه های آموزشی، اشتغال، مسکن و مشارکت در فعالیت های معنادر دیگر به حمایت نیاز داشته باشند.

## در خصوص مشکلات روان خط کشی دقیقی نداریم

مجید صادقی، رئیس سابق انجمن روانپزشکان ایران نیز با اشاره به نقش های متفاوت اختلالات روان در افراد، گفت: مشکلات روان بسته به شرایط و وضعیت دارد و خط کشی دقیقی نداریم و عوامل اجتماعی در آن دخالت دارد. وی ادامه داد: خیلی افراد دارای علائم روانی با علائم جسمی به روانپزشک مراجعه می کنند. بیماری روان وقتی وضعیت جسمی آن بروز می کند حساس می شود، در نتیجه ترجیح داده می شود فرد دچار اختلال روانی ابتدا به روانپزشک مراجعه کند - و تشخیص و جهت درمان باید توسط روانپزشک انجام گیرد.

## یافته ها

## چطور دوست داشتنی باشیم؟



هر چه بیشتر سعی کنید خودتان و دیگران را دوست داشته باشید، دیگران نیز بیشتر شما را دوست خواهند داشت.

## خودتان را دوست داشته باشید

ما خودمان تعیین می کنیم که دیگران چه تصویری از ما داشته باشند و چگونه با ما رفتار کنند. اگر خودتان، خودتان را دوست نداشته باشید، چطور توقع دارید دیگران شما را دوست داشته باشند؟! وقتی ما خودمان را دوست نداشته باشیم دیگران نیز فکر می کنند که ما دوست داشتنی نیستیم. پس باید خودتان را دوست داشته باشید، چرا که شما واقعا دوست داشتنی هستید.

- توقع دوست داشته شدن توسط دیگران، در حالی که خودمان ارزش و علاقه ای برای خود قائل نیستیم بسی غیرمنصفانه است.

- از آنجایی که ما خودمان تعیین می کنیم دیگران با ما چگونه رفتار کنند و به چه چشمی به ما نگاه کنند، باید ابتدا خودمان، خودمان را دوست داشته باشیم تا دیگران هم به بیزند که باید ما را دوست داشته باشند.

## با احساساتان مهربان باشید

- برای احساساتان ارزش قائل باشید. اگر از موضوعی ناراحت هستید از خودتان بپرسید که چرا ناراحتم؟! چه چیزی باعث ناراحتی من شده است؟ آیا موضوع جدی و بزرگی من را ناراحت کرده؟

## احساسات منفی تان را بشناسید

همه ی ما درنمان یک حس منتقد داریم که تمام کارهای اشتباه و نواقص مان را به ما گوشزد می کند. نمی توان این حس درونی را بکیر فعال کرد و از کار انداخت، اما می توانید به آن بال و پیر ندهید، و اجازه ندهید که این حس بر شما غلبه کرده و ذهن و روح شما را تسخیر کند.

- مثلاً بفهمید که چرا فکر می کنید که دوست داشتنی نیستید؟ چون به تازگی کسی شما را ترک کرده؟! یا فکر می کنید زشتید یا شخصیت عجیبی دارید؟

- ببذیرید که افکار منفی راجع به خودتان دارید و سعی کنید آن افکار منفی را با افکار مثبت جایگزین کنید.

به جای اینکه مدام به دنبال تایید شدن توسط دیگران باشید خودتان به خودتان اعتبار دهید

سعی نکنید دیگران را مجبور به اعتبار و ارزش دادن به خودتان کنید. این کار افراد ضعیف است. در عوض خودتان به خودتان اعتبار و شخصیت دهید.

- یک دفتر چه مخصوص برای خودتان درست کنید و هرروز ۲ مورد مثبت در مورد خودتان که قدرتان آن هستید را درون آن یادداشت کنید.

- ببینید چه چیزی باعث احساس بهتر در شما می شود و سعی کنید آن را برای خودتان فراهم کنید.

## خیلی زندگی را جدی نگیرید

خب قطعاً زندگی سختی های زیادی دارد، اما اکثر اوقات باید سعی کنید زندگی را جدی نگیرید. مثلاً اگر دلالت می خواهد با کسی که دوستش دارید، خیلی زیاد حرف بزنید، خودتان را به خاطر این موضوع سرزنش نکنید، کاری که دوست دارید را انجام دهید. به عبارت دیگر و کمی خودمانی تر، بی خیالی طبی کنید.

- مثلاً اگر کمی دست و پا چلفتی بازی در می آورید و با کارهای خجالت آور می کنید، بهتر است از در شوخی و خنده به آن نگاه کنید.

## به خودتان اجازه ی داشتن خطا و نقص را بدهید

قرار نیست هیچ یک از ما کامل و بی عیب و نقص باشیم. هیچ ایرادی ندارد اگر هر عیب و نقصی دارید. اگر فکر می کنید برای دوست داشتنی بودن باید بی نقص و کامل باشید، سخت در اشتباهید.

## از زندگی تان لذت ببرید

معمولاً افراد شاد و کسانی که از زندگی بیشتر لذت می برند، افراد بیشتری را به خود جذب می کنند. به جای اینکه عمرتان را وقف بی نقص بودن کنید، سعی کنید از زندگی و حال لذت ببرید.

## تنها بودن را یاد بگیرید

هیچ کس تضمینی نمی دهد که تا ابد در رابطه بماند و خب این طبیعی ست. باید بدانید که شاد بودن صرفاً مستلزم بودن در یک رابطه نیست. دوست داشتنی بودن یعنی به تنهایی خوب باشید، خودتان را دوست داشته باشید و وابسته به دیگران نباشید.