

هنگامی که کرونا در حال جولان دادن بود و مردم را روانه‌ی بیمارستان‌ها می‌کرد، استرس، وسواس، ناامیدی و ترس نیز از مردم تلفات روحی و روانی زیادی می‌گرفت. برخی آن‌قدر از کرونا ترسیده بودند که از زندگی ناامید شده و شجاعت مقابله با بیماری را از دست داده بودند و نسبت به آینده، ناامید و افسرده بودند. شاید گزافه نباشد اگر بگوییم ترس از کرونا بیش از خود کرونا در جامعه شیوع یافته بود. اما در این بین عده‌ای روحانی روان‌شناس و متخصص دل را به دریا زدند و به جنگ کرونا رفتند. کار آن‌ها کار نو و جدیدی بود که آثار بسیار خوبی هم داشته است. به همین دلیل فرصت را غنیمت شمردیم و به سراغ حجت‌الاسلام و المسلمین دکتر رضا مهکام رفتیم و با او به گفتگو نشستیم. حجت‌الاسلام مهکام عضو محترم هیئت علمی موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام است که مدیریت گروه جهادی روحانیون روان‌شناس را نیز بر عهده دارد.



امید کرونا را ناامید کردیم!

مصاحبه‌ی نشریه‌ی فرهنگ پویا با مدیر گروه جهادی «روحانیون روان‌شناس»

محسن مومنی

در ماجرای کرونا از همان روزهای اولی که در قم اعلام شد ما با توجه به اعلام نیازی که حوزه‌ی علمیه کرد، بلافاصله ارزیابی‌هایی را از داخل بیمارستان‌ها انجام دادیم و با توجه به این که بخش قابل توجهی از بیماران کرونایی براساس تبلیغات شدیدی که اتفاق افتاده بود به شدت خودشان را باخته بودند، تعداد زیادی امید خود را از دست داده و آمادگی مبارزه با بیماری را نداشتند و تسلیم مرگ شده بودند؛ بلافاصله ما با دوستان جهادی خودمان برنامه‌ریزی کردیم و وارد بیمارستان‌ها شدیم. اولین تیم ما، تیم روحانیون روان‌شناس مستقر در بیمارستان‌ها بود.

ما در سه شیفت روزانه کار را شروع کردیم، برای هر پانزده نفر، یک روان‌شناس را در نظر گرفتیم. این روان‌شناس موظف بود تا هر روز بیمار را ویزیت کند، با او گفتگو کند، نیازهای روان‌شناختی او را برآورده کند و تا زمانی که این بیمار در بیمارستان بستری است، هر روز به او سر بزند و او را مورد معالجات روان‌شناختی قرار دهد تا زمانی که فرد مرخص شود.

در این بین از پروتکل‌های روان‌شناسی اسلامی و آموزه‌های دینی در جهت بهبود حال روانی و روحی بیماران استفاده می‌شد. این تیم اول ما بود.

فرهنگ پویا: با سلام و خداقوت به شما، لطفاً در مورد نحوه‌ی شکل‌گیری گروه جهادی روحانیون روان‌شناس توضیح بفرمایید.

بنده هم خدمت شما و همکارانتان و مخاطبین نشریه‌ی فرهنگ پویا سلام عرض می‌کنم. گروه جهادی روحانیون روان‌شناس از سال ۹۷ شکل گرفت. این گروه اولین فعالیت خود را در اربعین سال ۹۷ به اجرا درآورد. طلاب و روحانیونی که تحصیلات ارشد یا دکترای روان‌شناسی دارند، در این گروه عضو هستند. این دوستان برنامه‌ای را در راهپیمایی معنوی اربعین با عنوان «ایستگاه خدمات روان‌شناختی» شروع کردند. ما غرفه‌هایی را در نجف، کربلا و بین راه نجف-کربلا و در شهر مهران داشتیم و به زایران مشاوره‌های روان‌شناسی می‌دادیم و افرادی که در زمینه‌های کودک، خانواده، نوجوان و یا هر موضوعی که نیاز روان‌شناختی داشتند، مشاوره‌هایی را از دوستان ما دریافت می‌کردند. در سیل ویران‌گر نوروز سال ۹۸ هم اقداماتی جهت کمک‌های روان‌شناختی به سیل‌زدگان انجام شد.

فرهنگ پویا: در ماجرای کرونا از چه زمانی وارد صحنه شدید و چه فعالیت‌هایی را انجام دادید؟



فرهنگ پویا: تیم اول شما در کدام بیمارستان‌ها مشغول فعالیت بودند؟

بیمارستان‌های شهید بهشتی، کامکار، فرقانی، علی بن ابیطالب علیه السلام در قم

فرهنگ پویا: در مجموع به چند بیمار خدمات ارائه دادید؟

ما تاکنون حدود هفت هزار نفر را ویزیت کرده‌ایم و بیش از دو هزار نفر/ساعت این دوستان عزیز، طلاب و روحانیون روان‌شناسی جهادی، وقت گذاشته‌اند.

فرهنگ پویا: در مورد سایر تیم‌های روان‌شناسی خود توضیح بفرمایید.

ما در همان روزهای اول به این نتیجه رسیدیم که بسیاری از خانواده‌های این بیماران کرونایی به شدت نیاز به مشاوره دارند؛ بنابراین تیم دوم خود را در قالب تیم روان‌شناسی خانواده شکل دادیم. هر سه روان‌شناس طلبه یک تیم می‌شدند و با آدرس و شماره تلفن

که از بیمارستان یا خود بیمار می‌گرفتیم با هماهنگی قبلی در خانه‌ی افراد حاضر می‌شدند و به خانواده‌ی آن‌ها مشاوره می‌دادند. خدماتی را هم که ارائه می‌دادند بستگی به نیاز مخاطبین داشت، خدماتی اعم از درمان استرس، ناامیدی، وسواس و حتی مسایل خانوادگی و حتی خودکشی. در مجموع دوازده نفر هم در این تیم حضور داشتند و بالای صد خانوار را در این مدت پوشش دادیم. تیم سوم ما تیم آرامستان بود. دوستان جهادی که در آرامستان بهشت معصومه‌ی قم بودند، به ما اطلاع دادند که خیلی از خانواده‌ها وقتی که یکی از افرادشان بر اثر کرونا فوت می‌کند، وقتی که می‌خواهند او را با حالت غریبان‌ه و مظلومانه دفن کنند، دچار افسردگی می‌شوند؛ به همین دلیل باید درمان شوند. از این رو ما یک تیم را در آرامستان بهشت معصومه مستقر کردیم و شش نفر از دوستان در دو شیفت صبح و عصر مشاوره‌های روان‌شناختی را در محوطه انجام می‌دادند، هم برای خانواده‌های متوفیان و هم برای طلابی که مشغول تغسیل و تدفین بودند و هم کارمندان آرامستان. تاکنون بیش از سیصدویست نفر/ساعت در این تیم نیز وقت گذاشته‌اند. تیم چهارم ما تیم مشاوره‌ی تلفنی بود. به کمک مرکز ملی

پاسخگویی به شبهات دینی، بیست نفر از روحانیون روان‌شناس جهادی ما مشغول به مشاوره‌های تلفنی و مجازی شدند. بیش از سیصد مورد مشاوره‌ی تلفنی را تا به الان پاسخ داده‌اند. مخاطبین ما از سراسر کشور بودند؛ لذا این کار یک کار کشوری محسوب می‌شود. تیم آخر ما هم تیم تولید محتوا و پشتیبانی علمی بود که این‌ها نیازهای علمی چهار تیم قبلی را برآورده می‌کردند. اگر نیاز بود کاری از لحاظ علمی صورت گیرد یا اگر به مسئله‌ی جدیدی برخورد می‌کردند بلافاصله تحقیقات لازم را تیم محتوا انجام می‌داد و در اختیار تیم‌ها قرار می‌گرفت. البته تیم تولید محتوا بیش از یکصد کلیپ سه دقیقه‌ای صوتی و تصویری را برای مبارزه با کرونا تولید و در فضای مجازی منتشر کرد. همچنین بروشورها و کتابچه‌هایی را نیز در این زمینه تهیه و توزیع کردند.

فرهنگ پویا: با توجه به این که این کار در نوع خود یک کار نو بود که از سوی روحانیون انجام گرفته، برخورد مردم را چگونه دیدید؟ باز خورد و میزان اثرگذاری این کار را توضیح بفرما مید.

یکی از بازخورد‌های این کار، تعجب یک تعداد از مراجعه کنندگان بود که مگر می‌شود یک روحانی هم روان‌شناس باشد و درمان روان‌شناختی انجام دهد؟! ابتدا بعضی‌ها با نابوری به این مسئله توجه می‌کردند؛ اما وقتی می‌دیدند که فرد با تخصص کامل دارد این کار را انجام می‌دهد به راحتی همراهی می‌کردند. این یک نوع واکنش بود.

برخورد بعدی اثرگذاری بسیار این کار بود. با توجه به این که مردم ما از هر نوعی که باشند بن مایه‌های دینی درونشان هست؛ لذا بعد از برخورد با روحانیت با آن‌ها انس می‌گرفتند و ما بارها شاهد بودیم که این بیماران کرونایی می‌پرسیدند که پس روان‌شناس کی می‌آید؟ یعنی هر روز منتظر این مشاوران بودند و این نشان از احساس مثبت و اثرگذاری این کار بود.

بعضی از این افراد به شدت متحول شده بودند. بعضی از این‌ها رسماً اعلام می‌کردند که ما تا چند وقت پیش از روحانیون متنفر بودیم؛ اما از این بعد خود ما مبلغ شما هستیم و هر جا برویم می‌گوییم که شما چه خدماتی انجام دادید.

نکته‌ی آخر که می‌خواهم بگویم میزان تاثیرگذاری این مشاوره‌ها در بهبود بیماری کرونای است. با توجه به این که دستگاه ایمنی بدن تحت تاثیر استرس‌ها و فشارها به شدت متزلزل و ناتوان می‌شود، این امر زمینه‌ی وخامت بیماری یا حتی فوت بیمار را فراهم می‌کند. دوستان ما با این کارشان باعث شدند بسیاری از این افراد به اوج بیماری مبتلا نشوند؛ چون ملاحظات روان‌شناختی باعث شده بود که مقاومت بدن این‌ها در برابر بیماری بالا رود، بیماری در یک التهاب متوسطی تمام شود و این افراد به زودی بهبود پیدا کنند و پس از مدتی مرخص شوند. تعداد قابل توجهی از این افراد که به آن‌ها آموزش و روحیه داده شد، امیدواری آن‌ها افزایش پیدا کرد و استرس‌های آن‌ها کاهش یافت. تعداد قابل توجهی از این افراد با

نابوری کادر پزشکی از بیماری‌های یافتند و از بیمارستان مرخص شدند.

ما نیز در حال ثبت و مستندسازی این موارد هستیم تا در آینده، این‌ها را در قالب مقالات علمی و کتاب منتشر کنیم. همچنین با رصد میدانی که ما در کشور انجام دادیم، دیدیم که این کار تا به حال از سوی روان‌شناسان انجام نشده و تقریباً کسی جرات نکرده وارد بیمارستان‌ها شود و با بیماران گفتگو کند؛ اما دوستان ما جان خود را کف دستشان گرفتند و از همان روزهای اول که وحشت کرونا باعث شده بود بخش قابل توجهی از مردم دچار استیصال شوند، این‌ها مردانه رفتند و شروع به کار کردند، رو در روی بیمار قرار گرفتند و خدمات خود را ارائه دادند و سربلند بیرون آمدند. نکته‌ی دیگر این که دوستان ما علاوه بر رقم چهار بیمارستان در تهران را نیز پوشش داده‌اند که این کار نیز ادامه دارد. دوستان آن‌جا حضور پیدا می‌کنند و همان خدماتی که در قم ارائه می‌دادند در تهران هم ارائه می‌دهند.

فرهنگ پویا: اگر خاطره‌ای در این مورد دارید برای خوانندگان نشریه‌ی ما بفرمایید؟

یک خاطره را به عنوان نکته‌ی پایانی عرض کنم که جذاب هست. یکی از روان‌شناسان ما توضیح می‌داد که پیرمردی بود که آلزایمر هم داشت و فقط پسر خود را می‌شناخت. با وجودی که در بیمارستان‌ها، ورود همراه به داخل بخش‌ها ممنوع بود؛ اما به ایشان به علت آلزایمر، اجازه‌ی حضور پسرش را داده بودند که پسرش بیاید و چند شب کنارش باشد.

این روحانی روان‌شناس جهادی ما؛ چون بدون لباس روحانیون می‌رفت و لباس مخصوص بیمارستان را می‌پوشید، معلوم نبوده که او روحانی است؛ اما یک کارت روی سینه‌اش نصب بوده که روی آن نوشته بوده: «روحانیون روان‌شناس جهادی»، عکس معمش هم روی آن بوده. این طلبه می‌گوید که من بالای سر پیرمرد بودم پسرش آمد قدری به من نگاه کرد، به کارت من نگاه کرد و خواند. وقتی دید نوشته شده روحانی روان‌شناس جهادی با تعجب ابروهایش بالا رفت و پرسید: «شما روان‌شناس هستید؟» گفتم: بله. گفت: «حاج آقا چقدر می‌گیرید؟ حتماً به شما پول خوبی می‌دهند؟» من هم به شوخی گفتم: «فکر می‌کنی چقدر به من می‌دهند؟» گفت: «هر روز می‌آید؟» گفتم: بله. گفت: «پس لابد ماهی بیست میلیون به شما می‌دهند!»

من هم لبخندی زدم و چیزی نگفتم و توی دلم خدا را شکر کردم که حداقل در یک مورد شبیه مدافعان حرم شدیم. به مدافعان حرم هم می‌گفتند شما پول می‌گیرید. از این که من هم یک وجه شبیهی با مدافعان حرم پیدا کردم خوشحال شدم.

فرهنگ پویا: خیلی ممنونم از وقتی که به ما دادید. ان‌شالله موفق باشید.