

## ایران جوان بمان

امروزه بسیاری از کشورهای جهان در حالت عدم تعادل جمعیتی قرار دارند، از یک سو کشورهای در حال توسعه با مشکلات و مسائل رشد بی رویه جمعیت دست و پنجه نرم می کنند، از سوی دیگر جوامع توسعه یافته از نتایج منفی شدن رشد جمعیت و سالخوردگی جمعیت رنج می برند به عبارت دیگر اکثریت کشورهای جهان به نوعی با مسائل ناشی از عدم تعادل جمعیتی مواجه اند.

ساختار کلی جمعیت همانند یک اندامواره است که باید بین تمام بخش‌های آن نوعی تعادل پویا و تجدید شونده برقرار باشد و نمی‌توان یک وضعیت جمعیتی ثابت و مفروضی را به عنوان یک وضعیت ایده‌آل در نظر گرفت، زیرا تغییرات جمعیتی علاوه بر اینکه از پارامترهای جمعیتی ناشی می‌شود از بسیاری از عوامل اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی که به مرور زمان در مسیر تحول کشورها رخ می‌دهد تأثیر می‌پذیرد.

آنچه که از طریق سیاست‌های جمعیتی قابل اجرا می‌باشد، حفظ تعادل ساختار کلی جمعیت است، جهت حفظ این تعادل پویا لازم است بطور مداوم تغییرات جمعیت مطالعه و دورنمای تحولات جمعیتی ترسیم شود، در صورتی که مطالعات، احتمال خارج شدن جمعیت از حالت تعادلی خود را نشان دهد، سیاست‌های جمعیتی لازم باید اعمال شود.

براساس اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۰ میزان باروری کلی (تعداد کودکانی که هر زن در طی دوران باروری خود به دنیا می‌آورد) در کشور به کمتر از ۲/۱ به ازای هر زن کاهش یافته است. تداوم این امر می‌تواند سبب کاهش رشد جمعیت کشور در سالهای آینده به صفر برسد. براساس مطالعات جمعیت‌شناسی در صورت تداوم فعلی باروری، رشد جمعیت کشور در حدود سال ۱۴۲۰-۱۴۱۵ صفر خواهد شد و در صورت ادامه این روند، رشد جمعیت به سوی منفی شدن تداوم خواهد یافت.

### - انفجار سالمندی :

اگر ما در دهه ۶۰ نگران انفجار جمعیت بودیم اکنون باید نگران انفجار سالمندی در دهه های آینده باشیم. استمرار کاهش زاد و ولد از یک طرف و کاهش نرخ مرگ و میر به دلیل افزایش امید به زندگی از سوی دیگر موجب می‌شود تا جمعیت به تدریج در دوره های بالاتر سنی انباشته گردد و با کاسته شدن سهم جمعیت جوان از کل جمعیت، سهم سالخوردگی بیشتر شود.

اگر روند فعلی رشد جمعیت و کاهش باروری ادامه پیدا کند در کمتر از سه دهه، کشور ما به یک کشور سالخورده تبدیل خواهد شد که ابعاد و پیامدهای بسیاری به همراه خواهد داشت.

در ابعاد اقتصادی با کاهش نیروی کار از میزان ارائه تولید و خدمات کاسته می‌شود و هزینه تکفل از سالمندان اعم از هزینه های نگهداری و خدمات درمانی مورد نیاز به دلیل افزایش بروز بیماریهای غیر واگیر در این قشر و... به جامعه تحمیل می‌شود.

از نظر اجتماعی نیز شاهد ایجاد شکاف سنی، تغییر در ساختار خانواده ها، کاهش سرمایه های انسانی توانمند و نیاز به مراقبتهای روانی و اجتماعی از سالمندان خواهیم بود.

از بعد سیاسی و امنیتی نیز یکی از مولفه های مهم در توان نظامی و قدرت بازدارندگی یک کشور توانایی حکومت آن در بسیج مردم جامعه در هنگام بروز جنگ و درگیری هاست. ناگفته پیداست جامعه ای با جمعیت سالخورده که قادر به بسیج کردن و دفاع از خود نباشد آسیب پذیر خواهد بود. اهمیت این موضوع به حدی است که کشورهای مدعی جنگ مدرن برای افزایش جمعیت خود به تکاپو افتاده اند به عنوان مثال رژیم صهیونیستی اسرائیل با این که مدرن ترین تسلیحات نظامی را در اختیار دارد اما به شدت با کنترل جمعیت مخالف بوده و در این رژیم هر خانواده ی یهودی باید حداقل چهار فرزند داشته باشد.

یکی دیگر از مشکلات جامعه سالمند مهاجرت است. جامعه ای که نیروی کار کافی نداشته باشد این جمعیت مصرف کننده چاره ای جز وارد کردن نیروی کار ندارد و وقتی نیروی کار وارد جامعه ای شد فرهنگ خود را هم وارد می کند. تجربه ثابت کرده شهرهای مهاجر پذیر از مشکلات ناهنجاریهای اخلاقی بیشتری نسبت به شهرهای بومی و اصیل رنج می برند.

## بخشی از سیاست های کلی جمعیت ابلاغی از سوی رهبر معظم انقلاب اردیبهشت ۱۳۹۳

۱. ارتقاء پویایی، بالندگی و جوانی جمعیت با افزایش نرخ باروری به بیش از سطح جانشینی

۲. رفع موانع ازدواج، تسهیل و ترویج تشکیل خانواده و افزایش فرزند، کاهش سن ازدواج و حمایت از زوجهای جوان و توانمندسازی آنان در تأمین هزینه های زندگی و تربیت نسل صالح و کارآمد

۲. اختصاص تسهیلات مناسب برای مادران بویژه در دوره بارداری و شیردهی و پوشش بیمه ای هزینه های زایمان و درمان ناباروری مردان و زنان و تقویت نهادها و مؤسسات حمایتی ذیربط

۳. تحکیم بنیان و پایداری خانواده با اصلاح و تکمیل آموزش مهارت های فرزند پروری و تاکید بر آموزش مهارت های زندگی و ارتباطی و ارائه خدمات مشاوره ای بر مبنای فرهنگ و ارزش های اسلامی - ایرانی و توسعه و تقویت نظام اجتماعی، خدمات بهداشتی و درمانی و مراقبت های پزشکی در جهت سلامت باروری و فرزندآوری

۴. ارتقاء امید به زندگی، تأمین سلامت و تغذیه سالم جمعیت و پیشگیری از آسیب های اجتماعی، بویژه اعتیاد، سوانح، آلودگی های زیست محیطی و بیماریها

## از بیانات مقام معظم رهبری :

یکی از مشکلات ما این است که برجسته ترین زوج های ما که نخبگان هستند کمترین فرزند را دارند و این یک ضرر بزرگ است چون کشور را از ژن انسان های برتر محروم می کنیم. (ملاقات با شورای محترم عالی انقلاب فرهنگی، ۱۳۹۱) یکی از مهم ترین موجودی های با ارزش ما، همین نسل جوان تحصیل کرده است.

جامعه اسلامی، بدون بهره مندی کشور از نهاد خانواده سالم، سرزنده و با نشاط، اصلاً امکان ندارد پیشرفت کند. نسل جوان تحصیل کرده هم شجاعت دارد، هم امید دارد، هم نشاط و تحرک دارد.

کشور ما در حال حاضر در وضعیت پنجره جمعیتی قرار دارد. پنجره جمعیتی وضعیتی است که تعداد افراد سنین فعال (۱۵ تا ۶۴ سال) بیشتر از سایر گروه های سنی باشد و در تاریخ جمعیتی یک ملت معمولاً با فواصل بسیار طولانی تکرار می شود و عمر کوتاهی دارد. پنجره جمعیتی اگر به درستی هدایت شود می تواند فرصتی منحصر به فرد و طلایی باشد که می توان از آن برای ایجاد زیرساخت هایی در جهت ارتقاء فرهنگ، علم، تربیت و تولید نیروی انسانی صالح و سالم استفاده کرد که در نهایت به توسعه کشور به نحو شایان توجهی کمک خواهد نمود.

## ایران و مشکلات ناشی از کاهش نرخ باروری کلی

با توجه به روند کاهش تدریجی باروری و کاهش نرخ باروری کلی، کشور ایران در آینده جمعیتی خود با مسائل و چالش های زیر روبرو خواهد بود:

- کاهش میزان باروری و تجدید نسل

- کاهش حجم کل جمعیت

- بحران کاهش نیروی کار

-افزایش مهاجرت های بین المللی و تغییرات هویتی و فرهنگی

-بحران ساختاری خانواده

-شکاف های نسلی و بهم خوردن توازن جمعیت نسل ها

-جمع شدن چترهای حمایتی خانواده از سالمندان

-کاهش تدریجی سرمایه اجتماعی

-چالش ها و فرصت های اقتصادی

-چالش های سیاسی - امنیتی

## تک فرزندی

تک فرزندی خوب است یا بد؟ همه می گویند یک بچه دیگر هم داشته باشید. نمی دانم چه کنم. این ها حرف های پدر و مادر یک فرزند تنهاست.

برخی معتقدند به دلیل کمتر بودن هزینه ها، نبود اختلاف بین خواهرها و برادرها و وجود آرامش در خانه، کنترل راحت تر تک فرزند و رسیدگی بیشتر به فرزند و غیره. با وجود نظرات مختلف در این خصوص، لازم است با آموزش و ارائه مطالب علمی به خانواده ها ایشان را در تصمیم گیری آگاهانه و مسئولانه در خصوص تعداد فرزندان شان راهنمایی شوند، تا جامعه ما در آینده به غیر از پیر شدن جمعیت با مسائل روحی - روانی و اختلالات رفتاری واجتماعی روبرو نباشد.

### ویژگی های تک فرزندها:

بسیاری از تک فرزندها نمی توانند ناامیدی ها و فشارهای روانی را تحمل کنند. چنانچه توهینی به آنها شود، بی آنکه قصد و غرضی در کار باشد، این توهین را رفتاری عمدی و به پشتوانه نیتی خاص تفسیر می کنند. چنانچه از مساله ای رنجیده خاطر شوند، این حالت را تا مدت های طولانی در درون خود زنده نگاه می دارند.

آنها فقط به برقراری روابطی علاقه مندند که دربرگیرنده منافع آنان باشد و احساسات شان را نیز جریحه دار نکند. آنها ممکن است ناراحتی های خود را برای دیگران بیان نکنند و فردی درون گرا شوند. در ضمن، در هنگام طلاق و جدایی والدین، تک فرزندان، بیشتر تحت تاثیر مشکلات روانی قرار می گیرند. کودک تک فرزند در خانواده ای رشد می کند که افراد بالغ در آن حضور دارند و کودک دیگری نیست که بتواند با او ارتباط برقرار کند کودک تک فرزند به طور کامل مورد توجه و علاقه والدین است. این عامل سبب می شود کودک احساس کند شخصی مهم است. تک فرزندی چنان است که می گوید من دوست دارم تنها فرزند خانواده باشم. هیچ رقیبی نداشته باشم و کسی حسادت مرا تحریک نکند. نیاز نباشد با کسی دعوا کنم تا بتوانم وسیله ای را که دوست دارم، تصاحب کنم.

معایب تک فرزند بودن یکی از معایب تک فرزند بودن، تأثیر آن بر مراحل رشد کودک است. این کودکان کسی را ندارند تا با او رقابت یا بازی و دعوا کنند. آنها دوست و همدمی در منزل ندارند بنابراین برخی از احساسات را تجربه نمی کنند و فرصتی برای کنترل و مدیریت آنها نخواهند داشت. اگر والدین، مراقبتی افراطی از تک فرزند خود به عمل آورند و او را به فردی ضعیف و کم تحمل تبدیل کنند، فرزندشان از دیگران نیز انتظار خواهد داشت با او چنین رفتاری داشته باشند که این موضوع ناتوانی او را شدت خواهد بخشید. اگر والدین اجازه ندهند فرزندشان با احساسات سخت و ناراحت کننده رو به رو شود یا امکان آشکار کردن این نوع احساسات را برای او فراهم نکنند، تحمل وی در برابر این نوع احساسات کم خواهد شد.

تمایل والدین به حمایت از تنها فرزندشان، مانع از آن می شود که او عواقب اشتباهات خود را بیازماید و مسوولیت عمل خود را بپذیرد. آنها هیچ گاه در مقام انتقاد از فرزندشان بر نمی آیند، با او مخالفت نمی کنند و همواره تسلیم خواسته های او می شوند تا از این طریق

مانع ناراحت شدن او شوند. فرزند را با روحیه حساس و ضعیف تربیت می‌کنند. هرچه حمایت آنها از تنها فرزندشان بیشتر شود، قدرت و تحمل وی در رویارویی با مشکلات کاهش می‌یابد و از این رو بسیار شکننده و آسیب‌پذیر می‌شود. در چنین روابط حساس و پر اضطرابی است که تک فرزند از آزمودن احساساتی که در روابط بین خواهر و برادر شکل می‌گیرد، محروم می‌ماند. در خانواده‌های تک فرزند، والدین و فرزندان هر دو احساس می‌کنند نیاز شدیدی به یکدیگر دارند. پس ناگزیر به مراعات یکدیگر هستند. متأسفانه ساختار اجتماعی و فرهنگی خانواده‌ها در عصر حاضر به گونه‌ای است که آمادگی لازم در کودکان برای برقراری ارتباط با محیط‌هایی خارج از منزل به وجود نمی‌آید و کودکان با اکثر محیط‌های اجتماعی بیگانه و ناآشنا بوده و در برقراری ارتباط جدید احساس ضعف می‌کنند. این مساله می‌تواند مشکلاتی مانند استرس و نگرانی در کودک، امتناع از رفتن به مدرسه و یا فرار از مدرسه و نیز مجبور کردن والدین برای ماندن در کنار او و در محیط مدرسه را در پی داشته باشد.

برخورد بزرگانه با کودک سبب می‌شود جلوی بچگی کردن او گرفته شود. وابستگی شدید والدین به تک فرزند (این وابستگی سبب اضطراب تک فرزند می‌شود و همیشه نگران است که اگر صدمه‌ای به او برسد، والدین دچار لطمه روحی شدید خواهند شد)، حساسیت فراوان والدین درباره رفتار و گفتار تک فرزند که او را به رفتار و گفتاری نامطلوب می‌کشد (در اصطلاح لوس شدن)، ارتباط کمتر با همسالان و به جهت نبودن برادر و خواهری در منزل از ایجاد ارتباط با همسالان خجالت می‌کشد.

زندگی ماشینی باعث شده تا برخی زوج‌ها به داشتن تنها یک فرزند در زندگی خود بسنده کنند. با وجود مشکلات عنوان شده چگونه می‌توان این مشکلات را حل کرد.

مشکلات و راهنماییها:

۱- تنهایی: کودک تنها در برقراری ارتباط با دیگران دچار مشکل می‌شود و ممکن است حسود شود. چه باید کرد؟ فرصت‌های زیادی برای کودک خود (در سنین قبل از دبستان) بوجود بیاورید تا با بچه‌های همسن ارتباط داشته باشد. دعوت از دوستانی که کودک دارند و یا فرستادن بچه به مهدکودک بهترین راه حل است. همچنین پس از اینکه فرزند شما وارد مدرسه شد ارتباط او با همسالانش را همواره حفظ کنید. مثلاً با بچه‌های همسایه ارتباط داشته باشد و یا او را در کلاسهای مختلف ثبت‌نام کنید. سعی کنید با بستگان و خانواده‌هایی رفت و آمد داشته باشید که فرزند همسن فرزند شما دارند.

۲- رشد سریع:

تک فرزند به دلیل زندگی در یک محیط بزرگسال از لحاظ روحی و روانی بسیار سریعتر رشد می‌کند و دنیا را از دید بزرگسالان می‌بیند. چه باید کرد؟ شما و همسران باید کمتر به فرزندتان به عنوان تنها همدم خود وابستگی داشته باشید. والدین باید همیشه والدین فرزندشان بمانند نه همدم او.

۳- توقعات بالا:

علت تک فرزندی بسیاری از خانواده‌ها تجمع تمام امکانات رفاهی برای تنها فرزند خانواده است. با وجود اینکه تجمع امکانات برای یک بچه احتمال موفقیت وی را بسیار بالا می‌برد اما به موازات آن ممکن است توقعات والدین از فرزند خود را نیز افزایش بدهد. همین موضوع باعث خواهد شد تا فرزند برای موفق شدن و انجام کارهای بزرگ زیر فشارهای روحی و روانی له شود چه باید کرد؟ کوچکترین کارهای فرزند خود را زیر ذره بین قرار ندهید. اجازه بدهید که وی حریم خصوصی و هویت مستقل برای خود داشته باشد. او باید احساس کند که شما به خاطر همان چیزی که هست دوستش دارید و توقعات غیر معمول از وی ندارید. در فواصل زمانی مشخص با معلمان وی مشورت کنید. آنها می‌دانند که توانایی‌های فرزند شما تا چه حدی است. در صورت آگاهی از این توانایی‌ها دیگر انتظارات غیر معقول از آنها نخواهید داشت.

با توجه به اینکه تک فرزند، کانون تمام توجهات و محبت‌های والدین در طول زندگی است به همین دلیل تا زمان ورود به دنیای خارج از خانه همه چیز را بر وفق مراد می‌بیند. اما به محض ورود به این دنیای جدید دچار سرخوردگی می‌شود چون همه چیز دیگر بر وفق مراد او نخواهد بود. چه باید کرد؟ به فرزند خود بیاموزید که ممکن است در زندگی با ناکامی و مسائل زیادی مواجه شود که بر وفق مراد او نیستند. اما از همه مهمتر درخواست‌های فرزند خود را به سرعت اجرا نکنید. به او یاد بدهید که باید برای رسیدن به هدفش تحمل داشته باشد و صبر کند چون دنیای خارج از خانه هم اینگونه است.

تک فرزندی سبب کوچک شدن خانواده‌ها می‌شود و مشکلات جبران ناپذیری را برای خانواده‌ها به همراه می‌آورد. کارشناسان معتقدند تربیت شدگان خانواده‌های گسترده شاید در دوران کودکی مشکلی احساس کنند، اما در دوران بزرگسالی خواستار مراودات اجتماعی شده و در صورت عدم برخورداری از چنین مسئله‌ای دچار خلأ روانی و عاطفی می‌شوند و با آسیب‌های اجتماعی متعددی روبرو خواهند شد. انتخاب سبک تک فرزندی برای زندگی، خانواده‌ها را به سمت کوچک شدن پیش می‌برد و دنیای بدون عمه و خاله و.. را برای آیندگان به همراه دارد.