ایسنا

اگر به فکر خدمات روانشناسی به زخم خوردگان کرونا نباشیم چه خواهد شد؟

سوگواران کرونا

ترانه بنی‌یعقوب
گزارش نویس

مدام فکر می‌کند «پدرم می‌توانست بیشتر رعایت کند اما چرا نکرد؟» و بدتر از آن، «چرا روز آخر در بیمارستان نتوانستم با او خداحافظی کنم؟» محمد ۲۰ ساله، اسفند ماه سال گذشته پدرش را با ابتلا به بیماری کرونا از دست داد. چند ماهی از مرگ پدر نگذشته بود که پرخاشگری‌اش آغاز شد. نازنین، مادر محمد می‌گوید این دو سؤال را هر روز می‌پرسد. آنقدر گفت و گفت که نگرانش شدم و به روانپزشک مراجعه کردیم. پسری که آزارش به مورچه نمی‌رسید بعد از مرگ پدر در کوچه و خیابان با همسایه‌ها دست به یقه می‌شد. دکتر گفت غمش را این طور نشان می‌دهد: «انگار این پسر اصلاً نمی‌تواند با مرگ پدرش کنار بیاید. پدر محمد چندان اهل رعایت مسائل بهداشتی نبود و ماسک را هم به زور می‌زد و از الکل و مواد ضدعفونی هم چندان استفاده نمی‌کرد. منزل ما کرج است و محل کار همسرم تهران بود؛ بنابراین مجبور بود هر روز از مترو استفاده کند. قسمش می‌دادم بیشتر رعایت کند، توی کیفش الکل می‌گذاشتم اما وقتی برمی‌گشت می‌دیدم قوطی همچنان پر است و استفاده نکرده. تا اینکه همه با هم کرونا گرفتیم. درمان سرپایی شدیم و فکر کردم هر سه خوب شده‌ایم اما می‌دیدم رنگ و روی شوهرم خوب نیست و به زور نفس می‌کشد. مدام می‌گفت برای آلودگی هواست.

سه هفته از بیماری گذشته بود تا اینکه شوهرم یک مرتبه توی خانه بیهوش شد. به هوش که آمد می‌گفت سکته کرده‌ام. تا اینکه به بیمارستان رسیدیم و گفتند ۷۰ درصد ریه‌اش درگیر شده. بیمارستان اول بستری‌اش نکرد، بیمارستان دوم برایش کد ۹۹ زدند یعنی باید احیا می‌شد. بعد گفتند باید بیمارستان دیگری ببرید. در بیمارستان سوم هم کد ۹۹ زدند و بازعملیات احیا و ... اما دیگر نماند. صبح با پای خودش رفت بیمارستان اما دیگر برنگشت. برای همین هضم اینکه تا عصر تمام کرده برای پسرم خیلی سخت است. خلاصه اینکه نتوانستیم خداحافظی کنیم. بعد هم که جز مراسم خاکسپاری و یک وعده ناهار توی رستوران نزدیک بهشت زهرا هیچ مراسم دیگری برگزار نکردیم.

چند بار پسرم را برده‌ام سرخاک اما نتوانسته فامیلی را ببیند، فقط تلفنی با عمو وعمه‌هایش در تماس است. این تغییر حالش من را می‌ترساند. مگر می‌شود پسر به آن آرامی ناگهان تبدیل به این آدم پرخاشگر شده باشد؟ اصلاً باورت نمی‌شود انگار ما همیشه عزاداریم. یک روز هم بعد از آن حالمان خوب نبوده. پسرم این روزها دارو می‌خورد اما من هنوز تغییر چشمگیری در روحیه‌اش ندیده‌ام. حال خودم هم چندان خوب نیست اما به خاطر پسرم خودم را کنترل می‌کنم. دکترش می‌گوید حالا حالاها زمان می‌برد. می‌ترسم برای این همه پرخاشگری راهی کلانتری و زندان شود و توی این کرونا یک بدبختی دیگر هم به بدبختی‌هایم اضافه شود.»

نازنین و پسرش تنها کسانی نیستند که به خاطر از دست دادن عزیزی این روزها عزادارند. سوگی که با همه سوگ‌های پیش از این تفاوت دارد؛ سوگ دوران کرونا. بعضی از عزاداران کرونا حتی ارتباط شان را با دیگران قطع می‌کنند تا جایی که باعث تعجب بقیه می‌شود. مثل لیلا که می‌گوید:« یکی از دوستانش وقتی مادرش را از دست داد بعد از آن هرچقدر من و دیگر دوستان تلاش کردیم با او تماس بگیریم، فایده‌ای نداشت. همه ما را در فضای مجازی بلاک کرد و برای همه ما این رفتارش عجیب بود اما از چند نفر دیگر هم شنیدم که خیلی‌ها بعد از مرگ عزیزان‌شان با کرونا چنین رفتارهایی داشته‌اند که نشان می‌دهد این سوگ با همه سوگ‌های پیش از آن متفاوت است.»

اما حالا بشنوید از حال و روز کسانی که در دوران شیوع ویروس کرونا چند عزیز را باهم از دست داده‌اند. آنها در بهت و ماتمی به سر می‌برند که شاید برای کمتر کسی قابل لمس باشد. فرزانه موسوی، برادر و خواهر و فرزند خواهرش را یکجا از دست داده است: «برادرم را در موج سوم کرونا از دست دادیم، آذرماه پارسال بود؛ ۵۲ سال داشت. همان روزی رفت که اسمش را گذاشتند، سه‌شنبه سیاه. مثل همین روزها آن موقع هم آمار مرگ‌ومیر یک مرتبه بالا رفت، جوری که برای برادرم تخت بیمارستان پیدا نمی‌شد و به اصطلاح برایش تخت خریدیم. به یک دلال ۹۰ میلیون تومان پول دادیم. دارو هم که نبود.

اعضای خانواده تصمیم گرفتند حتی برای خاکسپاری هم به بهشت زهرا نروند. فقط سه، چهار نفر داوطلب شدند و تشییع را انجام دادند، مثلاً از خانواده ما شوهرم رفت. بعدش حال خراب ما شروع شد. برادرم نقش مهمی در زندگی همه ما داشت. نمی‌توانستیم رفتنش را باور کنیم. بعد همه فهمیدیم چقدر اشتباه کرده‌ایم به مراسم خاکسپاری نرفته‌ایم. انگار همان مراسم خاکسپاری در بهبود حال و روز آدم تأثیر دارد و مرگ عزیزت را می‌پذیری. مدام خودم را گول می‌زدم که برادرم زنده است. من و مادر و خواهرهایم به یکدیگر زنگ می‌زدیم و گریه می‌کردیم تا اینکه آنقدر حال خانواده بد شد که تصمیم گرفتیم در یک رستوران روباز مراسمی برگزار کنیم و یک مداح آوردیم و همه با ماسک نشستیم. این طوری کمی با سوگ برادرمان کنار آمدیم. چند ماه بعد خواهرزاده‌ام که معلولیت ذهنی داشت و در خانه بود جانش را از دست داد. درست است که معلول بود اما بدن سالمی داشت. خودش از خانه بیرون نمی‌رفت. آنهایی که بیرون می‌رفتند، ویروس را آورده و آلوده‌اش کرده بودند.

> شاید این روزها نتوان برای برگزاری سوگ دسته جمعی فکری کرد، اما می‌توانیم به افرادی بیندیشیم که در تنهایی در سوگ خود له می‌شوند و در دنیای بدون کرونا دوباره می‌خواهند به جامعه باز گردند. شناسایی این افراد و دادن خدمات روانشناسی و روانپزشکی به آنها امکان‌پذیر است درحالی که رها کردن آنها، جامعه را پر از خشم و اندوه می‌سازد

اما انگار مصیبت ما پایان نداشت تا اردیبهشت ماه امسال که خواهرم هم کرونا گرفت. خواهرم دیابت داشت و یک سال تمام پایش را از خانه بیرون نگذاشته بود اما پسرش کرونا گرفت. تا علائم را دیده بود تست داده بود و تستش منفی شده بود؛ نگو از این تست‌های منفی کاذب است. برگشته بود خانه و این بار خواهر ۵۰ ساله‌ام درگیر شد. دلمان برایش خیلی می‌سوخت. درست یک سال بیرون نرفته بود و حالا این بلا سرش آمده بود. من خودم تازه بیماری را پشت سر گذاشته بودم. سه هفته گذشته بود و چون می‌دانستم آنتی بادی دارم، خودم پیگیر کارهای خواهرم شدم و با اصرار در بیمارستان بستری‌اش کردیم. در آی‌سی‌یو هم که بود به او سر می‌زدم اما روز آخری که دیدمش فهمیدم ماندنی نیست. دیگر از شکم و دیافراگم نفس می‌کشید، نه ریه‌اش. هنوز خاطرم مانده چطور شکمش بالا و پایین می‌رفت و چه تقلایی می‌کرد که نفس بکشد. خلاصه خواهرم هم رفت. این بار مراسم تشییع را با حضور همه خانواده برگزار کردیم، گفتیم شاید کمی آرام شویم. این روزها همه خانواده حال بدی دارند. مادرم افسرده شده، بچه‌های خواهرم حال بدی دارند، کسی هم نمی‌پرسد حالت چطور است.»

پروانه بیگی، روانشناس درباره سوگ‌های متفاوت دوران کرونا می‌گوید: «متأسفانه به وجوه روانی کرونا از ابتدا درست پرداخته نشد. کسانی که عزیزی را از دست می‌دهند دقیقاً چکار می‌کنند و چگونه با سوگ‌شان کنار می‌آیند. بی‌توجهی به این افراد بعدها می‌تواند فاجعه به بار بیاورد. مرگ در دوران کرونا در تنهایی اتفاق می‌افتد و اغلب فردی که در بیمارستان جانش را از دست می‌دهد حتی نمی‌تواند از عزیزانش خداحافظی کند. سوگواری در خلوت و به دور از جزئیات مراسمی که هر بخش آن کارکردی مثبت برای کنار آمدن با سوگ دارد، برگزار می‌شود. سوگی که کامل طی نشود بعد می‌تواند با خشم در وجود فرد بازتولید شود. اگر برای این سوگ‌های متراکم و تخلیه نشده تدبیری اندیشیده نشود تاب و تحمل مردم در آینده کم می‌شود و شاهد افزایش خشونت در آینده خواهیم بود. شاید این روزها نتوان برای برگزاری سوگ دسته جمعی فکری کرد، اما می‌توانیم به افرادی بیندیشیم که در تنهایی در سوگ خود له می‌شوند و در دنیای بدون کرونا دوباره می‌خواهند به جامعه بازگردند. شناسایی این افراد و دادن خدمات روانشناسی و روانپزشکی به آنها امکان‌پذیر است درحالی که رها کردن آنها، جامعه را پر از خشم و اندوه می‌سازد.»

جدول سودوکو

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

۳۷۳۳

آسان

			۹		۶	۳	۷	۵
			۴	۱				۸
۶		۹		۳		۱		
۹		۶		۲	۴	۷		۱
۱		۳	۷	۵		۴		۶
		۱		۹		۸		۷
۴				۷	۱			
۷	۹	۲	۸		۵			

متوسط

	۷				۲			
۶				۵		۷		
	۹		۷				۸	۶
۱		۴	۳				۵	
۹			۸	۴	۶			۷
	۲				۱	۴		۳
۲	۸				۳		۹	
		۵		۸				۱
			۴				۳	

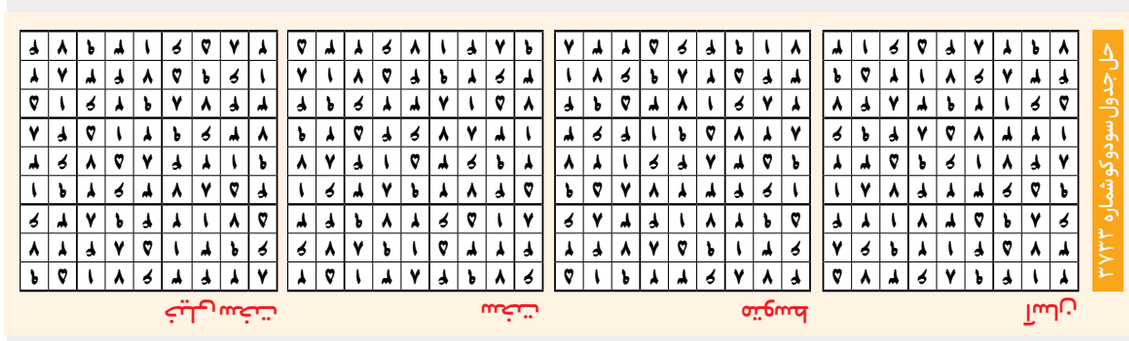
سخت

	۷			۸		۱	۵	
					۹	۸		
۸		۵		۲				
	۴	۷			۸			۱
				۵				
۱			۷			۵	۲	
				۳		۶		۴
		۲	۹					
	۸	۴		۷			۳	

خیلی سخت

				۶				۹
	۹		۱			۴		
			۲					۶
۴	۵		۷			۲		
	۱			۸			۶	
		۶			۱		۴	۸
۳					۲			
		۹			۴		۸	
۲				۱				

حل جدول سودوکو شماره ۳۷۳۳



یک جدول با دو شرح

جدول روزنامه ایران دارای دو «شرح عادی و ویژه» است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح‌ها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

۷۷۰۰

جدول عادی

افقی:

۱- آب بند- بازیگر نقش پریچهر در سریال «زیرخاکی ۲» که ماه قبل پخش شد- حرف جمع فارسی
۲- خدای هندی- کشوری در قاره آفریقا- مفت
۳- طهارت، خلوص- وجه مشترک انسان و خودرو!- غریو
۴- ضمیر عربی- بهره مند- تکنیک- تیز
۵- رشته‌ای در ژیمناستیک- آبزی متنوع- پرچانگی
۶- دلیر- قهرمان بوندس لیگا
۷- مخترع تلفن- ترک بند- برابر- قومی در زمان هخامنشیان
۸- استانی در کشورمان- از گناهان بزرگ- پونه صحرایی
۹- دل- نفس سوخته دلان- ناباب و ناخلف- میوه مربایی
۱۰- از اجزای اصیل سفره عروسی ایرانی- محبت
۱۱- طایفه غرب- ضد «آند»- یکی از یگان‌های ارتشی
۱۲- سنگ قیمتی- کتف- زیرگونه‌ای از موسیقی راک- صفت چای
۱۳- رهبر و راهنما- کاست صوتی- ادویه‌ای در آشپزی هندی
۱۴- دشمن سخت- مبارزه کردن- نامی فارسی برای مردان
۱۵- حرف پیروزی- چهارمین مثنوی «خمسه» نظامی- ضمیر خودخواه

عمودی:

۱- دریچه اطمینان- غذایی محبوب
۲- الهه جنگل- بازیگر فیلم «جاده قدیم»
۳- هافبک «گل گهرسیرجان»- شیر عرب- رنگ مو
۴- زیرک و نابغه- اولین حرف یونانی- ورود غیرمجاز رایانه‌ای- واحد طول دستی
۵- از گروه‌های خونی- برج «فرانسه»- محل اجرای تئاتر
۶- برش کنگره‌ای- مثل- لهیب آتش
۷- از یاران پیامبر صلی الله علیه و آله- تیم یونانی- شمارش- پدربزرگ
۸- کفش راحت و سبک- بلاانقطاع- یکی از ابزارهای رایانه‌ای
۹- مخفف آگاه- شمار- همان «راوی» است- جوهر مازو
۱۰- زلف- میرا- تصور
۱۱- موبایل- وظیفه و عمل- همراه «پیم» نام یک کارتون است
۱۲- همدم- شمای انگلیسی- مارکی بر کامیون کشنده- پسوند مکان
۱۳- تیر پیکاندار- فراموشی- کدخدا
۱۴- مجموعه‌ای از داستان‌های افسانه‌ای قدیمی- اصرار
۱۵- اتاق چای ادارات- فضای خصوصی و خودمانی خانه

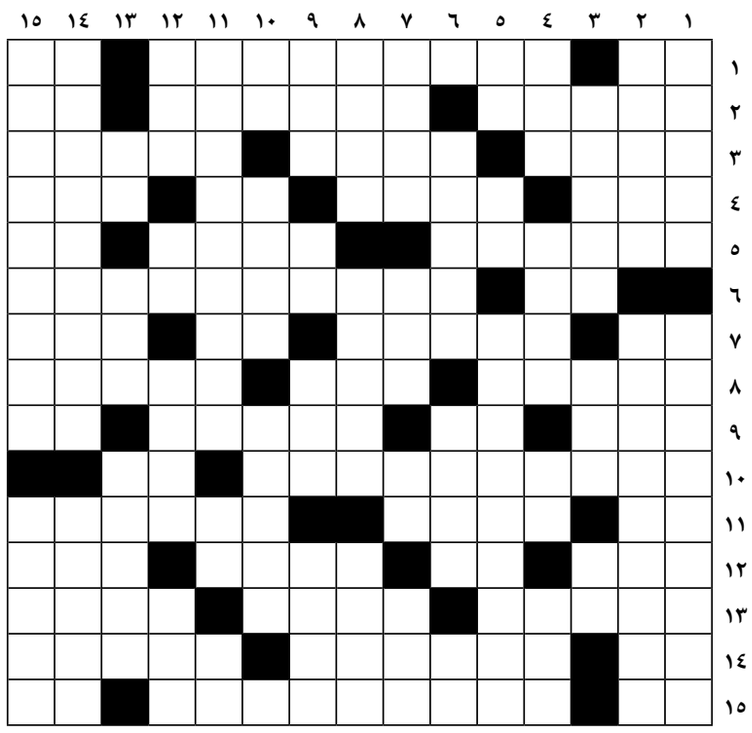
جدول ویژه

افقی:

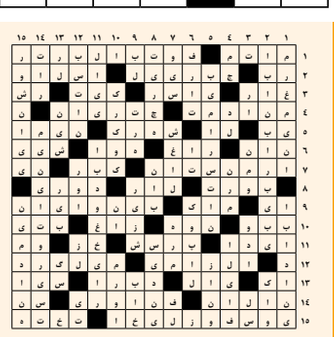
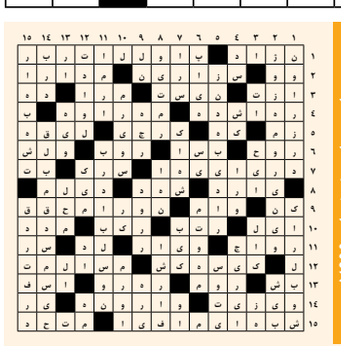
۱- پشته خاک- پایتخت «اسلوونی»- رئیس جیمزباند
۲- شهر «کیوی» در گیلان- تیمی در «چین»- چاشنی گوجه‌ای
۳- بهترین دوست- شهر سیمان- انقلابی کوبا
۴- سوره مردم- تعدادی ساختمان کنار هم- دهان- جرقه آتش
۵- امساک- آتشخانه- تعجب بانو
۶- نه عامی- مسابقه دوچرخه سواری
۷- غرور- خوشگل- خط کش مهندسی- ایتالیای قدیم
۸- شرکت امریکایی تجهیزات رایانه‌ای- خوی خوش- آبفشان مصنوعی
۹- خوراک طیور- زائوترسان- پوشش دارویی- پسوند نسبت
۱۰- بازیگر سریال «ازیادهارفته»- سرخود
۱۱- دختر- داستان کوتاه- سخن‌های پریشان
۱۲- کم و کاست- راوی- گروهی از افراد که کار مشترکی انجام می‌دهند- سرور و سید
۱۳- برنج خوش پخت ایرانی- نمایش نامه «شکسپیر»- فال نیک زدن
۱۴- عنصر گواتر- میوه گوشواره‌ای- لباس بچه
۱۵- بزرگ- اثر «مری آلن چیس»- بخار

عمودی:

۱- قادر- بازیگر سریال «زیرهمکف»
۲- پیرومرشد قماربازان- فیلم «آنتونیو باندراس»
۳- زندگی کردن- گهواره پارچه‌ای- مخفف آتش
۴- آب میان بافتی- بهره و روزی- نفی ابد- قوم آریایی
۵- همان یک است- بوسیله- بازیگر فصل نهم سریال Dexter که در حال تولید و فیلمبرداری است
۶- به طور قطع- یکدنده- دفاع فوتبال
۷- گندیده- پشت و عقب- گلی خوشبو- سگ پاچه گیر
۸- تأیید پست اینترنتی- استاد شاعران جهان- رسم الخط
۹- نیمتنه زنانه- گدایی- مراقب- قفل چوبی درهای قدیم
۱۰- بلی در مکالمه- نی لبک- تناسب
۱۱- کتاب «اینگر ادلفلت» سوئدی- موسیقی غربی- نام یک گروه موسیقی
۱۲- شهرکی در «رودهن»- جنس جنگجو- شورش- سبزی نقلی
۱۳- بازو- فیلگوش- کفن
۱۴- نجوم- سکنی گزیدن
۱۵- تله فیلم «علی عطشانی»- گردآوری و تدوین



حل جدول عادی شماره ۷۶۹۹



حل جدول ویژه شماره ۷۶۹۹