

فرهنگ احترام و حفظ حریم شخصی، بستگی به تربیتی دارد که از کودکی شکل می گیرد و از نسلی به نسل دیگر منتقل می شود، اما جای تعجب است که چرا در میان ما ایرانیان جایی برای دخالت نکردن در امور شخصی دیگری به عنوان یکی از اصول اولیه فرهنگ احترام به حریم شخصی و استقلال دیگران، دیده نمی شود.

اگر از کودکی به فرزندان مان مهارت هایی را برای احترام به حریم شخصی دیگران و حفظ استقلال آنان - چه با عنوان پدر، مادر، فرزند، همسر، همکار، همسایه، دوست و حتی رهگذر غریبه ای که از کنارمان می گذرد - به طور صحیح آموزش دهیم، می توانیم انتظار رسیدن به جامعه ای را داشته باشیم که در آن هیچ کس به بهانه کمک، دوست داشتن دیگری یا جست و جو در کارهایش زندگی او را به خطر نیندازد و عزت نفسش را زیر سوال نبرد.

این گفته ها، بخش هایی از صحبت های دکتر پروین ناظمی، روان شناس است که در گفت و گو با جام جم ابعاد مختلف دخالت کردن در امور

دیگران را به عنوان یکی از ناهنجاری های رفتاری ایرانیان بررسی می کند

چرا ما ایرانی ها عادت داریم در کار یکدیگر دخالت کنیم و سر از کار هم در بیاوریم؟

از لحاظ زیرساخت فرهنگی، مردم ما در جامعه ای زندگی می کنند که اصولاً روابط عاطفی تنگاتنگی بین اعضای خانواده و فامیل وجود دارد، حتی در گذشته نه چندان دور می بینیم نقش هم محلی و همسایه نیز بسیار پررنگ بوده و اغلب اوقات در کنار هم و به شکل خیلی صمیمانه ای ارتباط داشتند. به نظر می آید همین دیدگاه فرهنگی است که افرادی را وادار به دخالت در کارهای شخصی و خصوصی افراد دیگر می کند

بسیاری از مردم ما با این توجیه که فلان شخص برایشان مهم است، اجازه هر نوع دخالتی در زندگی شخص او را به خود می دهند. هر چند می توان ریشه این رفتار را در عوامل دیگر مانند آبروی خانوادگی، آبروی محلی، فامیلی و... نیز جست وجو کرد؛ با این توجیه که وقتی ما با هم

زندگی می کنیم یا در یک محل هستیم، آبروی
جمعی داریم که باید حفظ شود.

برخی افراد نیز به این دلیل که شخصی را دوست
دارند و دلشان نمی خواهد صدمه بخورد یا به بهانه
نقش محافظتی که باید در برابر او ایفا کنند، به خود
اجازه هر نوع دخالتی را در امور شخصی فرد
مورد علاقه شان می دهند.

البته از موارد مهمی که از گذشته تا حال از دلایل
اصلی دخالت ایرانیان در امور شخصی یکدیگر
محسوب می شود، تعیین نشدن حدود حریم شخصی
افراد، چشم و همچشمی ها، بیکار بودن و پرکردن
اوقات با کنکاش در کار دیگران است. برخی نیز
به بهانه بزرگ تربودن و رعایت شرط احترام به
بزرگ تر برای خود حق دخالت در امور شخصی
دیگران را قائل هستند و در این قالب یا با توجیه
علاقه به دیگری به حریم شخصی دیگران تجاوز
می کنند. به این ترتیب، ارزش هایی چون احترام
به استقلال فردی، تجاوز نکردن به حریم شخصی و
رعایت کردن حقوق دیگران براحتی خدشه دار می
شود.

این که هر انسانی مختار به انتخاب مسیر زندگی و آینده خود است از مهم ترین زیربناهای فرهنگی برای دخالت نکردن در امور دیگران است، اما از آنجا که در ایران در گذشته زندگی به صورت قومی و قبیله ای مرسوم بوده، حقوق فردی همیشه نادیده گرفته می شده است.

چرا در موضوعی که اصلا به ما ربطی ندارد، خودمان را دخالت می دهیم؟

با هر توجیه منطقی و غیرمنطقی، ما ایرانی ها عادت کرده ایم در کارهایی که اصلا به ما مربوط نمی شود، دخالت کنیم؛ شاید به این دلیل که ذهن ما از کودکی، کاملا قضاوتگر و برچسب زننده به دیگران تربیت می شود و با آموزش های غیرمستقیم و رفتارهایی که در رابطه با خود ما صورت می گیرد، این رفتار یا ویژگی منفی در ما شکل می گیرد و به صورت ناخودآگاه، هرچند خود دوست نداشته باشیم با ما همراه می شود و در آینده نیز این رفتار را خواهیم داشت و تکرار می کنیم.

منظورتان از دخالت همان فضولی است؟

کلمه دخالت یعنی تجاوز به حریم شخصی افراد، البته در جامعه ما برای اکثر افراد این کلمه مترادف با راهنمایی کردن است؛ در حالی که دخالت کردن تنها در صورتی مناسب است که خطری جدی فرد یا جامعه را تهدید می کند.

اصولا از نظر اخلاقی و آداب اجتماعی مرز پرسش و جست و جو از مسائل دیگران چه تعریفی دارد؟

در اکثر کشورهای دیگر، افراد از کودکی در این زمینه آموزش می بینند و برایشان معمول می شود که یکی از مهم ترین آداب اجتماعی، سوال نکردن درباره مسائل شخصی دیگری، و بیان نکردن نظر خود قبل از درخواست فرد مقابل است. این یکی از اصولی ترین نگرش های اجتماعی است که هیچ کس حق ندارد به حریم شخصی فرد دیگری وارد شود، مگر در صورت خواست خود فرد.

با در نظر داشتن این که احترام به دیگران یعنی این که بدون اجازه فرد، ورود به دنیای او ممنوع است از لحاظ اخلاقی و آداب اجتماعی مشخص می شود

دخالت کردن، رفتار بسیار ناپسند و ناراحت کننده ای است.

مرزی بین دخالت و کمک کردن به دیگران وجود دارد؟

صددرصد، مرزی بین دخالت کردن و کمک به دیگران وجود دارد. این که افراد به حکم و بهانه کمک به دیگران می خواهند از کار و زندگی فرد دیگری سر در بیاورند، توجیهی کاملا غیرمنطقی برای شخص دخالتگر است. برای کمک کردن حتما باید درخواستی از طرف مقابل اعلام شود، نه این که بدون خواسته آن شخص و صرفا به خاطر این که فرد می خواهد کمک کند، زندگی او را از اختیارش در آورد و به استقلال او لطمه بزند.

آیا به صرف دوستی یا صمیمیت با دیگری یا این که شخصی آدم محبوب یا خجالتی است و با صراحت رعایت حریم شخصی اش را به ما یادآوری نمی کند، حق داریم در مسائل، زندگی خصوصی یا کاریش دخالت کنیم؟

متأسفانه یکی از ویژگی های شخصیتی افراد کمرو و خجالتی آن است که این فرصت را به دیگران می دهند تا در زندگی شان دخالت کنند و دیگران نیز به اسم این که این افراد نمی توانند از حقشان دفاع کنند، در کارشان دخالت کرده و آنها را به دردسر می اندازند. افرادی که به اصطلاح خود، این جسارت را دارند که از دیگران دفاع کنند، اولین قدمی که باید بردارند، آموزش به فرد خجالتی و محجوب برای حفظ حریم شخصی و نه دخالت مستقیم است. گاهی افراد مداخله گر در زندگی اشخاص خجالتی نقش سوءاستفاده گر را دارند، زیرا از اعتماد آنها برای دخالت و سرک کشیدن در زندگی شان استفاده می کنند.

آیا اصولاً تعریفی از حریم شخصی وجود دارد یا شرایط و موقعیت افراد نسبت به هم، حریم شخصی را تعریف می کند؟

بله، حریم شخصی یعنی حدود تعیین شده ای که افراد دیگر حق تجاوز به آن را ندارند زیرا کاملاً شخصی است و تنها به خود فرد مربوط می شود

مانند نوع نگرش و تفکر فردی و سبک و شیوه زندگی.

حفظ حرمت یا احترام گذاشتن به شخصیت و ابعاد مختلف بلوغ یک فرد یعنی وارد نشدن بدون اجازه به هر آنچه در حریم شخصیتی و زندگی فرد قرار دارد. حتی اعضای نزدیک خانواده نیز باید این حریم را حفظ کنند مگر در صورتی که فرد یک مجموعه را به خطر می اندازد. احترام به فرد یعنی پذیرفتن او با هر شرایطی و این که قرار نیست او را عوض کنیم. در غیر این صورت یعنی ما حریم شخصی را شکسته و به دنیای فردی او تجاوز کرده ایم.

عمده ترین سوالاتی که به معنای ورود به حریم شخصی دیگران تلقی می شود، چیست؟

به نظر من این که تا کجا باید این حریم را حفظ کرد و اجازه ورود به این حریم در چه زمانی باید اتفاق بیفتد از مهم ترین سوالات است.

اگر به این دو سوال فکر کنیم و جواب آن را از نگاه شخصی خود بدهیم، بدون تردید یاد می گیریم

چگونه آنها را رعایت کنیم. مهم این است ما وقتی می خواهیم به این دو سوال پاسخ دهیم خود را دقیقاً در آن موقعیت بگذاریم تا درک کنیم این رفتار تا کجا خوشایند و در چه حدی ناخوشایند است.

افرادی که اجازه دخالت دیگران در امورشان را می دهند دارای چه خصوصیتی هستند؟

افرادی در اطراف ما وجود دارند که کاملاً وابسته هستند و اعتماد به نفسشان خیلی ضعیف است. به همین دلیل، فرد مستقلاً نیستند و اجازه می دهند دیگران در زندگی آنان دخالت کنند. این افراد از نظر شخصیتی در دوره رشد خود به استقلال نرسیدند. آنها فکر می کنند همیشه اشتباه می کنند و دیگران صلاح شان را بهتر تشخیص می دهند. البته این افراد را خانواده و شیوه تربیتی شان، این گونه پرورش داده است.

در روابط نزدیک فامیلی یعنی همسران نسبت به همدیگر، والدین نسبت به فرزندان یا خواهر و برادر نسبت به هم تا کجا و چه مرزی حق دخالت دارند؟

یکی از مسائل و در واقع مشکلات مهم فرهنگی جامعه ایران دقیقا حفظ نکردن حریم شخصی و دخالت کردن میان اعضای یک خانواده است. متأسفانه در جامعه ما در بسیاری موارد، رشد استقلال در خانواده اصلا معنی ندارد که البته کاملا به ویژگی های شخصیتی فرد نیز بازمی گردد. حال می خواهد زن یا مرد باشد، پدر یا مادر و خواهر یا برادر، فرقی نمی کند. البته شیوه تربیتی والدین از موثرترین عوامل در تعریف دخالت در کار یکدیگر و یا حفظ حریم شخصی است. والدین سختگیر، مستبد و کنترلگر فرزندان را پرورش می دهند که شاید در زندگی خود برای حفظ استقلال شان کوشش نکرده و فکر کنند باید همین رفتار را با دیگران داشته باشند.

خانواده ابتدا از دیدگاه مشترک زن و شوهر شکل می گیرد و اگر هریک از آنها افراد مداخله گری باشند، دقیقا اعضای دیگر خانواده به همین منوال رفتار می کنند؛ زیرا فکر می کنند چنین رفتاری صحیح است. همیشه اولین الگوی رفتاری فرزندان، پدر و مادر هستند. آنها عمیق ترین و پایدار ترین تعریف از مفاهیم زندگی را در

فرزندان شان ایجاد می کنند و در آینده حتی اگر فرد از آن رفتار ناراضی باشد به طور ناخودآگاه همان رفتار را در خود نهادینه کرده و انجام می دهد. البته هیچ شخصی نباید قربانی گذشته تربیتی خود باشد به شرط آن که آن را شناسایی کند و تلاش خود را برای برطرف کردن آن انجام دهد. والدین کنترلگر و مداخله گر حتی در کوچک ترین، خصوصی ترین و محرمانه ترین کارهای فرزندان خود دخالت کرده و استقلال آنها را اصلاً قبول نداشته و زیر پا می گذارند. هر شخصی با هر نسبتی باید اولین قدم را به سوی حفظ استقلال شخص و تقویت او به عنوان یک شخصیت مستقل بردارد. این وظیفه انسانی والدین، همسران و خواهران و برادران است. هیچ کس حق ندارد با دخالت در زندگی اشخاص از رشد استقلال دیگری جلوگیری کند.

آیا والدین به صرف این که نگران حفظ سلامت و امنیت فرزندان شان هستند و صلاح آنها را می خواهند، حق دارند در امور شخصی فرزندان شان یعنی در ارتباطات، مکالمات، دفترچه خاطرات،

یادداشت های شخصی و وسایل شخصی شان
سرک بکشند و مداخله کنند؟

والدین موظفند بستر مناسب تربیتی برای فرزند
خود مهیا کنند تا جایی که به او قدرت تشخیص
خوب و بد، قدرت تصمیم گیری و انتخاب مناسب
بدهند. آنها می توانند به جای دخالت و کنترل آنها
از طریق چک کردن وسایل شخصی شان، بدرستی
آنان را راهنمایی کرده و در صورت خطر به طور
جدی وارد موضوع شوند.

والدین منطقی که عواطف خود را بی دریغ به
فرزندان شان ارائه می دهند و با توضیح رفتارهای
بد و خوب، آنان را به شناخت می رسانند، این
آزادی را برای فرزندان خود قائل هستند که
تجاریبی بی خطر در زندگی داشته باشند.

محافظت و مراقبت از فرزند، جز در سایه آموزش
های صحیح و دوستانه بخصوص از طریق ارائه
الگوهای رفتاری از خود والدین امکان پذیر نیست.
والدین کنترلگر جز خدشه دار کردن شخصیت
فرزند خود و حتی رسیدن به نتیجه عکس به هیچ
رفتار خوشایندی در فرزند خود دست پیدا نخواهند

کرد. یادمان باشد حتی یک کودک هم حریم شخصی دارد که اسباب بازی ها و دنیای تخیلی اش است.

آیا افزایش سن و سال و حتی میزان تحصیلات یا کسب شغل فرزندان می تواند از میزان دخالت والدین در امورشان کم کند؟

از موارد مهمی که در موضوع دخالت کردن والدین در زندگی فرزندان خود، سن عقلی فرزند و توانایی او در تشخیص، موقعیت سنی و توقعات و خواسته های فرزند و در نهایت تجاربی است که در زندگی کسب کرده است. در حقیقت، شناخت و درک صحیح از موقعیت، نکته بسیار مهمی است که باید والدین در نظر داشته باشند؛ اما مهم ترین موضوع این است که والدین به جای دخالت، آنها را راهنمایی کنند و به جای کنترل به آنان آموزش صحیح بدهند. گاهی والدین در صورتی که فرزند خود را در خطر می بینند به شکل دوستانه ای می توانند او را راهنمایی کرده و قدرت درک و شناخت او را از مسائل بالا برده و قدرت استقلال، ارزیابی و منطق او را پرورش و افزایش دهند.

در هر سنی، فرزند در موقعیت خاصی قرار دارد و با یک میزان تشخیص رفتار می کند؛ بنابراین والدین با دخالت، آنها را محدود کرده و توانمندی یا مهارت های زندگی را در او ایجاد نمی کنند؛ البته خانواده قوانینی دارد، همین طور هنجارها و سنت هایی که به آن پایبند است. توقع والدین از فرزندان خود احترام گذاردن به آنهاست، برای این منظور والدین باید همراه فرزند و در کنار او با راهنمایی دوستانه، مخلصانه و صادقانه قدرت پذیرش قوانین را ایجاد کنند. ایجاد امنیت فرزندان و حفظ سلامت آنان در ابعاد مختلف نیاز به دخالت ندارد، بلکه نیازمند آگاهی دادن، درک کردن شرایط آنان، توجه به انتظارات سنی و تامین نیازهای جسمانی و روانی آنان دارد.

والدین با رعایت حقوق آنان و حفظ حریم شخصی فرزندان به آنها آموزش می دهند این رفتار پسندیده است، پس سعی می کنند اینچنین عمل کنند حتی اگر خطایی کردند به آنان فرصت و قدرت جبران بدهند و با راهنمایی دوستانه آنها را از خطر آگاه سازند.

در مورد همسران چطور، مرز دخالت در امور شخصی همسران نسبت به هم چگونه تعریف می شود؟

فرزندانی که در خانواده های مداخله گر پرورش یافته اند، بی شک به استقلال همسر خود احترام نمی گذارند و به حکم دوست داشتن و علاقه مند بودن به هر طریقی در کارهای او دخالت می کنند. یک زندگی مشترک به ۵۰ درصد اشتراک و ۵۰ درصد استقلال نیاز دارد. اگر هر یک از زوج ها با این ویژگی شخصیتی بخواهد در هر کار همسر خود دخالت کند و به حق این که من باید از همه چیز همسرم مطلع باشم، به حریم شخصی او تجاوز کرده و آن را زیر پا بگذارد، در واقع بدون آن که متوجه باشد به احساسات همسرش لطمه وارد می کند. زن یا مردی که به بلوغ روانی، عقلانی، اجتماعی، اخلاقی و عاطفی رسیده است به هیچ عنوان زیر بار دخالت های زیاد از حد همسرش نمی رود، بلکه از مشاوره و راهنمایی او استفاده و در صورت نیاز درخواست کمک می کند.

نزدیک بودن همسران نسبت به هم مجوزی برای دخالت شان در امور شخصی یکدیگر محسوب می شود؟

به هیچ عنوان صمیمیت همسران و نزدیک بودنشان به آنها اجازه نمی دهد در بعضی مسائل یکدیگر دخالت کنند. حریم مسائلی که ضرری به بنیان خانواده نمی زند و چارچوب اخلاقی، عاطفی و اجتماعی خانواده را به خطر نمی اندازد؛ نباید توسط هیچ یک از زوجین زیر پا گذاشته شود، زیرا مربوط به بخش مشترک زندگی نمی شود؛ یعنی اگر مساله ای بر زندگی مشترکشان اثر منفی نگذارد و منافع مشترکی زندگی را دچار آسیب نکند و کاملاً در حیطه اختیارات و استقلال شخص باشد، نباید مورد دخالت دیگری قرار بگیرد. این مسائل کاملاً به بلوغ روانی همسران - یعنی قدرت سازگاری و میزان تشخیص خوب و بد در زندگی شان - بازمی گردد. به این معنا که وقتی فردی هوشمند نباشد، احتیاج به کمک و راهنمایی دارد و نباید استقلال شخصیتی اش با نوعی دخالت زیر سوال برود.

در مورد خواهر و برادر این حریم چگونه تعریف می شود؟

در رابطه با حفظ حریم شخصی بین خواهر و برادر می توان خانواده را کاملاً مسئول دانست؛ زیرا این نقش والدین است که چگونه فرزندان تربیت شوند؛ برای این که حتی به حریم شخصی خواهر یا برادر خود احترام بگذارند یا این که با فضولی ها و دخالت های بیجا استقلال دیگری را خدشه دار کنند. زمانی که پدر یا مادر افراد مداخله گری باشند یا این که فرزندان را وادار به تفحص در کارهای همدیگر کنند برای این که کنترل خانواده را داشته باشند یا این که مسئولیت را از خود سلب کنند و به عهده خواهر یا برادر بیندازند، هیچ کدام از فرزندان به حفظ حریم شخصی و دخالت نکردن در کارهای خصوصی خواهر یا برادر اعتقاد پیدا نخواهند کرد تا جایی که تمام مدت یکدیگر را کنترل می کنند.

در رابطه خواهر و برادر، بهترین نوع ارتباط، یک رابطه نظارتی و هدایتی می تواند باشد و همراهی و همدلی برای این که در زمان ضرورت،

خواهر و برادر بتوانند از دیگری درخواست و دریافت کمک کند. اگر خواهر و برادر با یکدیگر دوست و همراه باشند، دیگر نیازی به کنترل و مداخله نیست بلکه از یکدیگر کمک می‌گیرند و در انتخاب مسیر زندگی از دیدگاه‌های مثبت دیگری استفاده می‌کنند. زمانی که رفتارهایمان دوستانه باشد، دیگر احتیاجی به مداخله نیست؛ چون فرد آنقدر احساس امنیت و آرامش خاطر می‌کند که بر راحتی می‌تواند درخواست کمک کند. مداخله تنها در شرایط بحرانی، آن هم به صورت راهنمایی می‌تواند توجیه منطقی داشته باشد.

متأسفانه محیط‌های کاری ما که داستان خودش را دارد، یعنی بسیاری بر راحتی اجازه دخالت به امور همکاران خود را می‌دهند. ریشه چنین دخالت‌ها یا بهتر بگوییم فضولی‌ها را باید در چه عواملی جست؟

با توجه به فرهنگ اجتماعی ما هرکسی حق خود می‌داند که به اسم مراقبت از اجتماع و حفظ آبرو در کار دیگری دخالت کند. فرهنگ شغلی ما ایرانیان نیز بیش از هر مکان اجتماعی دیگر،

درگیر این مساله است. متأسفانه نوع نگرش و دیدگاه ما اینگونه شکل گرفته است که من باید از مسائل خصوصی و شخصی همکارم، رئیس و کارمندم سر دربیآورم تا هر زمانی لازم باشد بتوانم از آن استفاده کرد. به طور کامل می توان نام این کار را در محیط شغلی تنها فضولی گذاشت، زیرا خوشایند افرادی است که به اسم دخالت در امور همکار می خواهند از این مساله به عنوان حربه علیه او استفاده کنند.

چرا برخی افراد دخالت نکردن در امور دیگران را نشانه بی تفاوتی ما تلقی می کنند؟ در مقابل چنین نگرش هایی چگونه برخورد کنیم؟

هر فردی می تواند از نگاه خود مسائل را تفسیر و برداشت کند، بنابراین هرگز نمی توان انتظار داشت که همه مانند یکدیگر فکر و عمل کنند. آنچه اهمیت دارد این که ما اصلاح نوعی رفتار غلط را - که ریشه در فرهنگ تربیتی و اجتماعی ما دارد - از خود شروع کنیم؛ بنابراین می توان مداخله و فضولی را در کار دیگران کنار گذاشت و تنها در

صورت نیاز و درخواست کمک و راهنمایی به حریم شخصی شان وارد شد.

با فردی که می خواهد وارد حریم شخصی ما شود، چگونه باید برخورد کنیم؟

اجازه ندادن به دیگری برای دخالت در امور شخصی مان نیز باید به عنوان یک الگوی تربیتی از کودکی شکل بگیرد. باید از کودکی به فرزندان، مهارت هایی چون درک متقابل، قدرت ابراز وجود و توانمندی های ارتباطی را به طور صحیح آموزش دهیم تا آنها در پس احترام و تعارف، فرصت دخالت دیگران را در زندگی خصوصی شان ندهند و با ارتقای اعتماد به نفس، خودپذیری و خودباوری با دخالت دیگران در امورشان برخورد کرده و ممانعت شان را از نوع دخالت ها با صراحت بیان کنند. در چنین صورتی می توان در سال های آینده انتظار جامعه ای را داشت که فرهنگ احترام به حریم شخصی دیگران و حفظ استقلال در مردم نهادینه شده و به عنوان یک باور و رفتار اجتماعی عمومی

تلقی شود.

چطور دخالت نکردن در امور دیگری را تمرین کنیم؟

به نظر می‌رسد درک متقابل یکی از مهم‌ترین مهارت‌های زندگی است؛ یعنی آموختن این که خود را به جای دیگری بگذاریم و از نگاه او مساله را ببینیم. متأسفانه چنین نگاه تربیتی در فرهنگ ما وجود ندارد یا خیلی بندرت دیده می‌شود.

در واقع، اگر ما به جای دخالت و فضولی در کار دیگران، خود را به جای فرد مقابل می‌گذاشتیم و این احساس منفی را که در او ایجاد می‌کردیم، به خودی خود درک می‌کردیم، دست به دخالت نمی‌زدیم. اصطلاح یک سوزن به خودت و یک جوالدوز به دیگران مصداق عینی همین مساله است. خوب است در همه حال نگاهمان این گونه باشد که آنچه بر خود نمی‌پسندی بر دیگران نیز نپسند. اگر دخالت را دوست نداری و حس بدی به آن پیدا می‌کنی، این رفتار را به کسی روا مدار.