**روز چهارم: سالمند و خانواده**

بند(7) سیاستهای کلان جمعیت ابلاغی ازسوی مقام معظم رهبری(۳۰/۲/۱۳۹۳ ) فرهنگ سازی برای احترام و تکریم سالمندان و ایجاد شرایط لازم برای تأمین سلامت و نگهداری آنان در خانواده و پیش بینی ساز وکار لازم برای بهره مندی از تجارب و توانمندی های سالمندان در عرصه های مناسب"، به نقش و اهمیت خانواده برای سالمند تاکید دارند. ایشان در سیاست های کلی خانواده، نیز اتخاذ روشهای حمایتی و تشویقی مناسب برای تکریم سالمندان در خانواده و تقویت مراقبت های جسمی و روحی و عاطفی از آنان از طریق خانواده را، ابلاغ نموده اند.

بیانیه حقوق بشر در حوزه سالمندی، تأکید دارد که مراقبت مؤسسه محور تنها به عنوان یک گزینه برای سالمندان بدون خانواده و سالمندان فقیر و رها شده در نظر گرفته شود. کشورهای توسعه یافته در مرحله گذر از مراقبت رسمی مؤسسه محور به مراقبت رسمی خانواده محور و جامعه محور هستند تا سالمندان در حد امکان در خانه خود و یا در میان خانواده و خویشاوندان نگهداری شوند. در برخی دیگر از کشورها هم مراقبت و حمایت خانواده از سالمندان، به عنوان یک ارزش تلقی و در حال حاضر بخش قابل توجهی از سالمندان در میان اعضای خانواده خود زندگی می کند. روابط خانوادگی یکی از مهمترین عوامل تاثیرگذار بر حوزه های مختلف کیفیت زندگی است. عملکرد خانواده می تواند باعث ارتقاء تاب آوری فرد و افزایش کیفیت زندگی درسالمندان شود و افسردگی را کاهش دهد.

در راستای اجرای سیاست های ابلاغی مقام معظم رهبری، با سالمند شدن جمعیت تغییرات متعدد و جدیدی در جامعه ایجاد می شود که ضروری است جهت گیری همه سیاست ها و برنامه ها مبتنی بر کمک و حمایت از زندگی سالمند در درون خانواده و بستر جامعه باشد. این رویکرد منشأ استمرار عزت و منزلت سالمندان به هنگام گذران دوران سالمندی در درون بافت خانواده و جامعه می شود. چنین نگرشی علاوه بر انتقال دانش و تجارب سالخوردگان، موجب استحکام بنیان خانواده در جامعه و طراوت و نشاط در اجتماع است. برای اینکه تعداد بیشتری از سالمندان با جامعه در ارتباط باشند و به جای رفتن به خانه سالمندان، در جامعه و در خانه خود و در ارتباط با خانواده و جامعه زندگی کنند، نیاز جدی به زیرساخت ها و جامعه دوستدار سالمند می باشد. ایجاد فضای لازم جهت توانمندسازی سالمندان در راستای حفظ استقلال فردی، کرامت و منزلت ایشان در خانواده و جامعه از وظایف شورای ملی سالمندان می باشد. سند ملی سالمندان در هدف توسعه وتقویت خدمات نگهداری از سالمندان، سیاست ترویج و حمایت از مدل های مراقبت در منزل از سالمندان مبتنی بر خانواده و مراقبین غیررسمی را اعلام می کند و برای حمایت از سکونت سالمند با خانواده توجه به محیط دوستدار سالمند را خاطر نشان می سازد.

 در این سند، راهبرد توسعه کمی و کیفی خدمات درمانی سالمندان با سیاست مراقبت طولانی بر اساس جامعه و خانواده برای دستیابی به حفظ و ارتقاء سلامت جسمی، روانی،اجتماعی و معنوی سالمندان انتخاب شده است و برای دستیابی به هدف ارتقاء سرمایه اجتماعی و حمایت های اجتماعی، راهبرد توسعه و تقویت خدمات نگهداری از سالمندان را با سیاست ترویج و حمایت از مدلهای نگهداری در منزل از سالمندان مبتنی بر خانواده و مراقبین غیر رسمی، مطرح شده است.

**نقش و اثر گذاری سالمند در خانواده**

در فرهنگ اسلامی وجود سالمندان و احسان به آنان به مثابه عاملی جهت نزول برکات و خیرات در زندگی و باعث رخ دادن اثرات مثبت و سازنده در زندگی اطرافیان قلمداد شده است. رسول خدا)ص( فرمودند: وجودافراد سالخورده بین شما، باعث افزایش رحمت و لطف پروردگار و گسترش نعمت های الهی بر شماست.

بین سالمند و خانواده ارتباطی بسیار عمیق و چندجانبه است که در آن سالمند نقشی کلیدی در حفظ و تقویت پیوندهای خانوادگی و انتقال تجربیات میان نسل‌ها ایفا می‌کند. سالمندان نه تنها از نظر احساسی و روانی برای خانواده‌ها اهمیت دارند، بلکه تجربه‌های زندگی آنها می‌تواند به نسل‌های جوان‌تر کمک کند تا با چالش‌ها و پیچیدگی‌های زندگی بهتر کنار بیایند. این پیوندها، به‌ویژه از جنبه فرهنگی، اجتماعی و عاطفی، بسیار حائز اهمیت هستند. در زیر به برخی از این نقش ها اشاره می شود:

۱- **تقویت پیوند های خانوادگی با سالمندان**

* **ارتباط عاطفی و حمایتی**: سالمندان در خانواده‌ها معمولاً به‌عنوان منابع عاطفی مهم عمل می‌کنند. حضور آنها در زندگی خانواده‌ها به ‌ویژه برای نسل‌های جوان‌تر، می‌تواند به ایجاد احساس امنیت، محبت و حمایت کمک کند. سالمندان معمولاً به‌عنوان افرادی با تجربه و منبع آرامش شناخته می‌شوند که توانایی کمک به دیگر اعضای خانواده را دارند.
* **تقویت ارتباطات میان نسلی**: حضور سالمندان در خانواده‌ها می‌تواند به تقویت ارتباط میان نسل‌های مختلف کمک کند. این ارتباطات موجب می‌شود تا تجربیات، ارزش‌ها و سنت‌های خانواده به‌طور مستمر از نسلی به نسل دیگر منتقل شود.
* **کمک به حفظ هویت خانوادگی و فرهنگی**: سالمندان به‌عنوان حاملان سنت‌ها و آداب و رسوم خانوادگی و فرهنگی، نقش بسزایی در انتقال هویت و فرهنگ خانواده ایفا می‌کنند. آنها با روایت داستان‌های گذشته، آموزش آداب و رسوم و حتی آموزش زبان‌ها و هنرهای سنتی، هویت خانوادگی را زنده نگه می‌دارند.

**۲**- **انتقال تجربیات بین نسلی**

سالمندان به دلیل تجربه‌های طولانی زندگی، گنجینه‌ای از آموخته‌ها، درس‌ها، چالش‌ها و راه‌حل‌ها دارند که می‌تواند برای نسل‌های جوان‌تر بسیار ارزشمند باشد. انتقال این تجربیات می‌تواند به طرق مختلف انجام شود:

* **روایت داستان‌ها و تجربیات زندگی**: یکی از رایج‌ترین روش‌ها برای انتقال تجربیات بین نسل‌ها، روایت کردن داستان‌ها و تجارب شخصی است. این داستان‌ها ممکن است در مورد دوران جوانی، مشکلات و بحران‌ها، انتخاب‌های بزرگ زندگی یا حتی داستان‌های خانوادگی و تاریخی باشند. این روایت‌ها به نسل‌های جوان‌تر کمک می‌کند تا با آگاهی بیشتری به زندگی نگاه کنند.
* **مشاوره و راهنمایی در تصمیم‌گیری‌ها**: سالمندان با توجه به تجربیات خود، می‌توانند در تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی، مانند انتخاب شغل، ازدواج، تربیت فرزندان و حتی مسائل مالی و بهداشتی به نسل‌های جوان‌تر مشاوره دهند. راهنمایی‌های سالمندان می‌تواند به نسل‌های جوان‌تر کمک کند تا از اشتباهات احتمالی خود جلوگیری کنند و تصمیمات بهتری بگیرند.
* **انتقال ارزش‌ها و اصول اخلاقی**: سالمندان در خانواده‌ها به‌ عنوان معلمان اخلاق و فرهنگ شناخته می‌شوند. آنها می‌توانند ارزش‌هایی همچون صداقت، شجاعت، مسئولیت‌پذیری و احترام به دیگران را به نسل‌های جوان‌تر انتقال دهند. این ارزش‌ها به‌ویژه در دنیای پیچیده و پرچالش امروز از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند.
* **آموزش مهارت‌های زندگی**: بسیاری از سالمندان مهارت‌هایی دارند که نسل‌های جدید ممکن است آنها را نادیده بگیرند. از جمله این مهارت‌ها می‌توان به کشاورزی، هنرهای دستی، آشپزی سنتی، تعمیرات خانگی و حتی مهارت‌های اجتماعی و مدیریت زمان اشاره کرد. آموزش این مهارت‌ها می‌تواند به نسل‌های جوان‌تر در زندگی روزمره کمک کند.

**۳- نقش سالمند در تربیت و رشد فرزندان و نوه‌ها**

سالمندان معمولاً نقش‌های مختلفی در زندگی فرزندان و نوه‌های خود ایفا می‌کنند. حضور سالمندان در فرآیند تربیت نسل‌های جدید می‌تواند به رشد و شکوفایی آنها کمک کند

* **نقش در پرورش عاطفی و روانی**: بسیاری از سالمندان در پرورش عاطفی نسل‌های جدید نقش مهمی دارند. آنها می‌توانند برای کودکان و نوه‌ها محلی امن و آرامش‌بخش باشند که در آن احساس محبت و حمایت دریافت کنند.
* **کمک به تربیت صحیح نسل جدید:** سالمندان می‌توانند به فرزندان و نوه‌های خود کمک کنند تا ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی درست را بیاموزند و در مسیر صحیح رشد و توسعه قرار گیرند. برخی از سالمندان می‌توانند حتی به تربیت اخلاقی کودکان کمک کنند و به آنها بیاموزند که چگونه با چالش‌های زندگی روبه‌رو شوند.
* **حفظ پیوندهای خانوادگی و اجتماعات**: سالمندان با برگزاری جشن‌ها و مراسم خانوادگی، حضور در جشن‌های تولد، تعطیلات یا دورهمی‌ها می‌توانند پیوندهای خانوادگی را تقویت کنند. این مراسم‌ها فرصتی هستند برای نشان دادن محبت و توجه به نسل‌های جدید، و همچنین فرصتی برای نسل‌های جوان‌تر تا از تجربیات و آموزه‌های سالمندان بهره ببرند.

**چالش ها و موانع در انتقال تجربیات بین نسلی**

با وجود مزایای فراوان، در بسیاری از جوامع، فرآیند انتقال تجربیات میان سالمندان و نسل‌های جوان‌تر با چالش‌هایی مواجه است:

* **عدم توجه نسل‌های جدید به تجربیات سالمندان**: در دنیای مدرن، نسل‌های جدید ممکن است به دلیل مشغله‌های زندگی یا به دلیل پیشرفت‌های فناوری، از تجربیات و مشاوره‌های سالمندان غفلت کنند. این امر می‌تواند باعث فاصله‌گیری میان نسل‌ها و کاهش تعاملات میان‌نسلی شود.
* **تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی**: تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی میان نسل‌ها می‌تواند باعث ایجاد فاصله میان سالمندان و نسل‌های جدید شود. نسل‌های جوان‌تر ممکن است نگاهی متفاوت به مسائل مختلف اجتماعی، اقتصادی یا حتی خانوادگی داشته باشند، که ممکن است انتقال تجربیات و ارزش‌ها را پیچیده کند.
* **مشکلات ارتباطی**: مشکلات در ارتباط‌گیری سالمندان با نسل‌های جوان‌تر، به‌ویژه به دلیل تفاوت در زبان، تکنولوژی یا شیوه‌های زندگی، می‌تواند انتقال تجربیات را دشوار کند. اگر سالمندان از تکنولوژی‌های جدید مانند تلفن‌های هوشمند یا شبکه‌های اجتماعی استفاده نکنند، ممکن است ارتباطات مؤثری با نسل‌های جدید برقرار نکنند.

**راهبردهای تقویت پیوندهای خانوادگی و انتقال تجربیات**

* **برگزاری جلسات خانوادگی**: جلسات منظم خانوادگی می‌تواند فرصتی برای سالمندان فراهم کند تا تجربیات خود را با دیگر اعضای خانواده به اشتراک بگذارند و به سوالات نسل‌های جدید پاسخ دهند.
* **ایجاد فرصت‌های مشترک**: برگزاری فعالیت‌های مشترک مانند آشپزی، تماشای فیلم، بازی‌های گروهی یا گردش‌های خانوادگی می‌تواند فرصتی برای تقویت پیوندها و انتقال تجربیات میان سالمندان و نسل‌های جوان‌تر باشد.
* **تشویق به شنیدن و احترام به نظرات سالمندان**: باید در خانواده‌ها فضایی ایجاد کرد که نسل‌های جوان‌تر به تجربیات و نظرات سالمندان گوش دهند و آنها را ارج بگذارند. این امر می‌تواند باعث تقویت منزلت اجتماعی سالمندان و تقویت روابط خانوادگی شود.

**سخن پایانی**

سالمندان نقش بسیار مهمی در تقویت پیوندهای خانوادگی و انتقال تجربیات میان نسل‌ها دارند. از آنجایی که آنها گنجینه‌ای از تجربیات و حکمت زندگی هستند، حفظ ارتباطات میان‌نسلی می‌تواند به نسل‌های جدید کمک کند تا زندگی بهتری داشته باشند. خانواده‌ها باید فضایی را ایجاد کنند که سالمندان به راحتی بتوانند تجربیات خود را منتقل کنند و در عین حال از پشتیبانی و محبت نسل‌های جوان‌تر برخوردار شوند. این تعاملات نه تنها به تقویت روابط خانوادگی کمک می‌کند بلکه به رشد و تعالی جامعه نیز می‌انجامد.