

چگونه با باورها و سنت‌های مردم برخورد صحیح داشته باشیم؟



الف. چند نوع سنت و باور در بین مردم رایج است؟

درس هفتم

▼ بحث عمومی

به سؤالات زیر پاسخ دهید و سپس درباره آنها به بحث بنشینید:

- یکی از باورها و سنت‌های محلی را نام ببرید که بر سلامت مردم اثر خوبی می‌گذارد؟

.....

.....

- یکی از باورها و سنت‌های محلی را نام ببرید که بر سلامت مردم اثر بدی می‌گذارد؟

.....

.....

- آیا همه باورها و سنت‌های قدیمی مضر و خطرناک هستند؟

.....

.....

- چه عادت یا باور غلطی را می‌شناسید که در زمان‌های قدیم وجود نداشته ولی مردم جدیداً به آنها روی آورده‌اند؟

.....

.....

▼ بررسی چند نمونه

در مورد باورهای زیر که در بعضی از خانوارها وجود دارد در کلاس نظر بدهید:

- دادن شیر آغوز به نوزاد مضر است و باعث زردی او می‌شود.

- قرآن گذاشتن بالای سر نوزاد و مادر؛ او را از بلایا محافظت می‌کند.

- سرمه کشیدن داخل چشم نوزاد؛ باعث تقویت قدرت بینایی نوزاد می‌شود.

- کاجی دادن به زن زایمان کرده بسیار مفید است.

- برای رفع زردی نوزاد؛ تیغ زدن به سطح پوست نوزاد موجب کمتر شدن زردی می‌شود.

- استفاده از حنا یا روغن حیوانی؛ برای زود افتادن بند ناف بسیار مفید است.

- محکم قنداق کردن نوزادان؛ موجب صاف شدن دست و پای نوزاد می‌شود.

- استفاده از تریاک و دود سیگار؛ برای رفع گوش درد کودک مفید است.
- محکم بستن پیشانی نوزاد با پارچه، برجستگی پیشانی نوزاد را کم می‌کند.

چه پیشنهادی برای برخورد با باورهای گفته شده دارید؟ در مورد پیشنهادهای تان با سایر دوستان تان بحث کنید.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

دانستنی‌های سلامتی

۷

علاوه بر سنت‌هایی که به‌طور عمومی در بسیاری از نقاط کشور وجود دارد؛ در هر منطقه سنت و روش و عادات خاص و منحصر به فردی وجود دارد، بعضی از روش‌های جدید که در زندگی امروزه مردم رایج شده است برای سلامتی مردم خطر دارند.

❖ روش‌های قدیمی مثل روش‌های جدید هم جنبه‌های خوب دارند و هم جنبه‌های بد. بنابراین نباید به همه باورها و سنت‌های قدیمی اعتراض کرد. خیلی از سنت‌های قدیمی بدون خطر و حتی مفید هستند.

❖ یکی از وظایف کارکنان ارائه‌دهنده خدمات و رابطان سلامت آن است که بدون رنجاندن، بی‌احترامی و یا شرمندگی کردن مردم به آن‌ها کمک کنند، تا راه بهتر زندگی کردن را بیاموزند.

❖ سنت‌ها به سه دسته تقسیم می‌شوند:

۱- سنت‌هایی که موجب حفظ و تقویت سلامتی می‌شوند.

۲- سنت‌هایی که بر سلامتی تاثیر چندانی ندارند.

۳- سنت‌هایی که برای سلامتی مضر و خطرناک هستند.

ب. چگونه به تغییر باورهای غلط کمک کنیم؟

درس هشتم

▼ بررسی یک نمونه

پروین خانم تازه زایمان کرده و نوزاد او مرتبا گریه و بی‌قراری می‌کند. مادر او که شاهد بی‌خوابی دخترش و گریه و بی‌تابی‌های نوه اش شده است؛ به او می‌گوید حتما این بچه تشنه هست و باید به او علاوه بر شیر، آب هم بدهی. ما از قدیم به بچه هم آب و هم گول زنک (پستانک) می‌دادیم، بچه‌های ما از بچه‌های امروزی آرام تر بودند چون از همون اول بهشون گول زنک می‌دادیم، بچه هم مثل بقیه آدم‌ها احتیاج به آب دارد. شیر فقط غذا است و جای آب را نمی‌گیرد.

نظر شما در مورد مشکل پروین خانم چیست؟ چگونه می‌توان به این مادر کمک کرد؟

.....

.....

.....

.....

- ❖ اگر رسوم و سنت‌هایی در محله وجود دارد که غلط هستند و بر سلامتی اثر بدی می‌گذارند، برخورد صحیح با باورها و سنت‌های غلط بسیار مهم است. اگر به کسی بدون مقدمه و مستقیماً گفته شود «طرز فکر و کار تو اشتباه است» احتمالاً باعث واکنش منفی فرد و عدم تاثیر آموزش خواهیم شد.
- ❖ لازم است، رابطان سلامت به خانوارهای خود کمک کنند در مورد رسوم و سنت‌های خودشان فکر کنند و روش‌های صحیح و مفید را ادامه دهند و روش‌های غلط و مضر را کنار بگذارند.
- ❖ برای تغییر باور و کارهای غلط مردم بهتر است که ابتدا آنها را برای انجام رفتارها یا باورهای درست‌شان تشویق کرده و به آنها کمک کنید خودشان اشکالات سنت‌های غلط‌شان را پیدا کنند. این نتیجه با بحث و مشورت به دست می‌آید.
- ❖ هنگامی که سنت غلطی را در مردم مشاهده می‌کنید، باید از شرم‌منده کردن مردم و بی‌احترامی به آنها خودداری کنید.
- ❖ مردم زمانی رفتار خودشان را عوض می‌کنند که فایده‌های رفتار جدید را بدانند و این فایده‌ها آن قدر برای فرد مهم و برجسته شود، تا فرد به‌کارگیری رفتار جدید را پر فایده‌تر از رفتار قبلی بداند.
- ❖ نقش اطرافیان در پذیرش رفتارهای جدید بسیار موثر است. اگر انجام رفتار جدید فرد توسط اطرافیان تشویق شود، احتمال پذیرش و ماندگاری رفتار صحیح و ترک رفتار غلط بیشتر می‌شود.
- ❖ اگر اطرافیان یک فرد، رفتار جدید او را (حتی اگر برای داشتن زندگی سالم خود و خانواده اش مفید است)، مسخره کنند یا با آن مخالفت کنند، فرد آن رفتار را قبول نخواهد کرد. بنابراین وقتی به کسی پیامی را انتقال می‌دهید، توجه داشته باشید که چه کسانی در اطراف او زندگی می‌کنند و سعی کنید با آنها نیز صحبت کنید و حمایت آن افراد را برای انجام آن رفتار جلب کنید.
- ❖ بهتر است، در بین سنت‌های غلط به دنبال نیت‌های خیرخواهانه و نکات مثبت رفتار نیز باشید و در لابه‌لای تعریف و تمجید و تحلیل این نیات مثبت، اطلاعات لازم را در مورد تصحیح رفتار به فرد بدهید.