



دکتر حسین روزبهانی، روانشناس:

خرید شب عید مدیریت نشود اعضای خانواده لطمه می‌بینند



رسانه همشهری/آوان



برای ساعاتی فراموش می‌کنند. خرید به افراد افسرده که سعی می‌کنند وارد جامعه نشوند کمک می‌کند تا برای ورود به اجتماع ترغیب شوند، چراکه هرچه داخل خانه بمانند شرایطشان بدتر می‌شود. به افرادی که استرس دارند توصیه می‌شود برای خودشان خرید کوچکی داشته باشند تا خلق و خوی‌شان افزایش پیدا کند چون با این کار آنها حس خوبی می‌گیرند و احساسات‌شان قوی و بهتر می‌شود.»

محاسن خرید برای مردان

طبق تحقیقات انجام شده، مردها ۲۶ دقیقه حوصله خرید دارند، ولی این ساعت در زنان حداقل دو ساعت است. ۸۰ درصد مردان علاقه‌ای به خرید ندارند و ۴۵ درصدشان هم از هزینه خرید اجتناب می‌کنند. همچنین طبق آمار سال ۲۰۱۶، نیمی از زوج‌هایی که به خرید می‌رفتند در مرحله آخر با هم بحث‌شان می‌شد. چون یک طرف مردی است که علاقه‌ای به خرید ندارد و گشتن در بازار به او حس خوبی نمی‌دهد از آن طرف زنی هست که حتی در زمان اولین خرید، دنبال خرید بعدی و جدید است.

روزبهانی با اشاره به این آمار به مردان توصیه می‌کند در صورت وقت و فرصت کافی همسران‌شان را در خرید همراهی کنند، چراکه در آرامش و حال خوب آنها مؤثر است. وی در توضیح می‌گوید: «باطله خوب زوجین در ابتدای زندگی آنها را سر حال و شاد می‌کند، چراکه با هم قدم می‌زنند، خرید می‌روند و در خرید سلاقی‌شان به اشتراک گذاشته می‌شود و در پی این تفاهم حال‌شان خوب می‌شود و حس خوبی می‌گیرند. یکی از دلایل این حس خوب، ترشح هورمون دوپامین است، بنابراین مردان وقتی با همسران‌شان خرید می‌روند مانند روابط ابتدای زندگی مشترک، به واسطه ترشح این هورمون آرامش دارند و حال‌شان خوب است. پس خرید خوب و مناسب هم برای زن و هم برای مرد دارای منافع است که نمی‌توان آنها را نادیده گرفت.»

خرید اگر مدیریت نشود آسیب‌زا است

این استاد دانشگاه محاسن خرید را به شرط مدیریت درست و صحیح می‌داند و به زوجین توصیه می‌کند

دکتر علیرضا شریفی یزدی، جامعه‌شناس:

تغییر ذائقه عیدانه به سمت تجمل‌گرایی، صله رحم را کم‌رنگ می‌کند



دکتر علیرضا شریفی یزدی، جامعه‌شناس و استاد دانشگاه استانسجام و بویایی اجتماعی، تحرک بین مردم از نقاط مثبت بازار شب عید است. وی می‌گوید: «فروزور و نو شدن به صورت سنتی در میان ما ایرانیان، نیاز بوده است و اجداد ما به آن اعتقاد داشته‌اند که با آمدن بهار همه چیز نو می‌شود و باید هم نو شود. این تفکر و اینکه همه چیز باید تغییر پیدا کند در وجدان عمومی جامعه ایرانی و در آداب و رسوم و سنن هزاران ساله ما وجود داشته است.»

او می‌افزاید: «خانه تکلی» تغییر دکوراسیون و بیرون ریختن لوازم کهنه و بدون کاربرد هم از جمله سنت‌های قدیمی است ولی در این ۷۰،۶۰ سال گذشته با اتفاق جدیدی آمیخته شده و مسئله تغییر و نوگرایی بیشتر به سمت مصرف‌گرایی رفته است. به طور مثال اجداد ما این نظر را نداشتند که یک قالی را دور بیندازند و قالی دیگری را جایگزین آن کنند. تفکر تغییر و نوگرایی که از آن صحبت شد، روی پوشش و لباس و سپس روی لوازم خانه بود که آرام آرام مقوله مصرف‌گرایی که اساساً در فرهنگ ایرانی‌ها نبود در این تفکر خنثی کرد. فرهنگ ایرانی، فرهنگی به لحاظ جغرافیایی، اقتصادی و منابع، فرهنگ صرفه‌جویی و استفاده‌بهینه از منابع بوده است ولی طی سال‌های ویژه دو دهه اخیر به سمت مصرف‌گرایی آمیخته شد و خرید شب عید که برای خورد، خوراکی و پوشاک بود به لوازم خانه و تغییر دکوراسیون حتی تغییر منزل و موارد شبیه تسری پیدا کرد.»

دکتر شریفی یزدی با اشاره به اینکه ریشه فروزور و نو شدن از نظر جامعه‌شناسی به نو کردن هر چیزی که باید نو شود بر می‌گردد اما طی دو، سه دهه اخیر به تجملات کشیده شده است، اضافه می‌کند: «فروزور و خرید شب عید از جنبه آداب و رسوم خارج شده و جنبه مصرف‌گرایی و چشم و هم‌چشمی پیدا کرده است. این تفکر که باید در دوره‌هایی از تاریخ تقویمی اتفاق بیفتد، با



زندگی‌شان را با افراط در خرید از حالت عادی خارج نکنند، چراکه خرید زیاد آسیب‌زا است و وقتی هزینه‌ها بالا برود زندگی غیر قابل کنترل خواهد شد. او در این باره می‌گوید: «خرید زیاد فرد را دچار وسواس فکری و در ادامه وسواس عملی می‌کند، اجبار و اضطراب ایجاد می‌نماید. همانطور که گفتیم خرید برای بالا بردن روحیه شخص است اما زیاده‌روی در آن می‌تواند نتیجه عکس بدهد.»

وی در بیان دیگر معایب افراط در خرید می‌افزاید: «فرد وقتی عادت به خرید زیاد پیدا کرد آن وقت لذتی از خرید نمی‌برد و به خاطر وسواس فکری و عملی، همیشه فکر می‌کند بدون لباس است. برای او مشکلات مالی ایجاد می‌شود و این مشکل رابطه بین زوجین را به هم می‌زند، آنها را به بحث و کشمکش می‌کشاند و زندگی‌شان را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد، همانند زوجی که برای مشاوره آمده بودند، آنها برای خرید گوشی آیفون به مشکل خوردند و بعد از آن می‌خواستند از هم طلاق بگیرند از زشمند شدن مصرف‌گرایی و جایگزینی آن به جنای مطالعه کتاب و ورزش کردن از جمله معایب افراط در خرید است. از طرفی چنین افرادی شخصیتی نمایشی پیدا می‌کنند در حالی که در درون عزت نفس پایینی دارند. آنها بیشتر استرس دارند چون مدام در این فکر هستند لباس ندارند، چی بپوشم، کجا بروم تا لباس خوب بخرم، در وقت است که در خرید اسراف می‌شود و ممکن است لباسی بخرد که هم قدم آن را نباشد.»

فرزندان‌شان را مصرف‌گرا و شخصیت‌شان را نمایشی‌بار نیارویید

روزبهانی این قبیل والدین را الگوی نامناسبی برای فرزندانشان می‌داند و اظهار می‌دارد: «فرزندان تا ۷ سالگی هرچه ببینند و ببینند باور می‌کنند و الگو بردارهای کاملی هستند. آنها وقتی می‌بینند والدین مدام در خریدهای متنوع و زیادی هستند الگو برداری می‌کنند و این قبیل فرزندان افرادی مصرف‌گرا می‌شوند. این باور در آنها ایجاد می‌شود که وقتی با ارزش هستم که لباس زیاد و خوبی بپوشم، بنابراین عزت نفس‌شان کاهش پیدا می‌کند و شخصیت نمایشی پیدا می‌کنند.»



رسانه همشهری/آوان

خیابان‌ها مملو از جمعیت است. گر‌های ترافیکی در مرکز شهر و دیگر مراکز خرید سرسام آور است و اگر غیر از ماه آخر سال و خرید نوروزی بود خیلی به بگو و بخند ختم نمی‌شد. وسایل عمومی مثل اتوبوس‌های خطی و مترو که تا قبل از این فقط در ساعات خاصی بر از مسافر بود حالا شلوغی‌اش تمامی ندارد و در همان ساعات اولیه صبح با ازدحام مسافر روبه‌روست تا پاسی از شب.

بساط دستفروشی‌ها در پیاده‌روهای مراکز خرید و خیابان‌های اصلی همراه با سر و صدا برای جلب مشتری، بساط فست‌فودها، خوراکی‌های رنگ و وارنگ مثل آجیل، شکلات و... از جمله مواردی است که در ماه اسفند مانند اسپند روی آتش یک بی‌قراری، اما با حس خوب به چهره شهر بخشیده است.

خریداران مانند کلافی درهم تنیده؛ یکی مشغول خرید لباس، زوجی مشغول خوردن خوراکی، خانواده‌ای در حال چانه‌زنی برای خرید لباس فرزندانش، بعضی هم انگار به خیابان آمده‌اند تا چرخی بزنند و سرکی در بازار بکشند که مبادا سال را تحویل کنند و بازار را ندیده باشند همه و همه چیزی را یادآوری می‌کنند و اینکه به قول قدیمی‌ها عید است و همه چیز باید نو باشد.

مردی برای جلب توجه مشتریان، لباس بچگانه‌ای را روی سرش کشیده و با آن قیافه بامزه‌ای که برای خودش ساخته است، فریاد می‌زند، آهای پدرا، آهای مادر! بیا و بچه رو نووار کن ما از آن ترین قیمت! وقتی جلوی او می‌روی اگر روشانی کم خیابان بگذارد تا از جنس لباس‌ها مطمئن شوی، ارزش دارد به جای یک دست، دو یا سه دست خرید کنی.

فروشنده دیگر مقابل همان مغازه‌اش در حالی که همکارش در مغازه مشغول فروش اجناس دیگر است، دسته‌ای لباس به عنوان حراجی بساط و یکی از آنها را بلند کرده و همانطور که تاب می‌دهد داد می‌زند بدو بدو همه لباس‌ها نصف قیمت! با سر و صدای آن فروشنده مردم همانطور که سعی می‌کنند تنه‌شان را تنه دیگری نخورد یا گام‌های‌شان گشش جوش را الگدمال نکنند، جلو می‌روند اما قیمت را که می‌پرسند پس می‌زنند، فروشنده با گلسه مشترمان می‌گوید خوب عید است دیگر! اما که مثل شمشا کارمندا و کارگرا

عیدی نمی‌گیریم، همه ساله چشم‌مان به این شب عید است. حالا انتخاب کنید، تخفیف هم دارد.

فعالیت باربرها هم تماشایی است. این قشر زحمتکش، با آن چرخ دستی‌های‌شان به خصوص در بازارهای اصلی در حالی که بار چند مشتری را سوار چرخ‌شان کرده‌اند، سلاحه سلاحه سعی می‌کنند از کوچه پس کوچه‌های خلوت بازار خودشان را به خیابان اصلی ماشین رو برسانند، دنبال رزق و روزی عید هستند تا لقمه‌های حلال برای خانواده‌شان روبه‌راه و سفره شب عیدشان را پر کنند.

دخترک و پسرکی بین جمعیت می‌چرخند و با زدن ساز فضا را شادتر می‌کنند. به ظاهر خواهر و برادر هستند و گویا ساز زدن تنها کاری است که برای کاسبی شب عید از دست‌شان برمی‌آید. مردم هم بی‌انصافی نمی‌کنند و جیب این دو خواهر و برادر را پر می‌کنند تا شب عید آنها هم مثل فرزندان‌شان شاد و پربرکت باشد.

سینی‌های آجیل، شکلات، باسلوق و دیگر خوراکی‌هایی که بیرون مغازه‌های آجیل فروشی چیده شده است، رنگ و لعاب خودش را در بازار شب عید دارد. خیل مشتری‌ها بین این سینی‌ها می‌چرخند و با اجازه از مغازه‌دارها بعد از تست تخمه و انواع مغزها، خریدشان را انجام می‌دهند. از طرفی قق‌نوک‌دان که با تعارف شکلات از سوی مغازه‌دارها ساکت می‌شوند هم زیبایی خودش را دارد.

این بازار نوروز است که همه و همه به خصوص اعضای خانواده‌ها را به خیابان می‌کشاند. این کشش در هیچ فصلی از سال دیده نمی‌شود جز اسفند، ماهی که همه را اسپند روی آتش می‌کند توأم با نشاط و شادی.

در فواید زیبایی‌های هیاهوی این روزها تنها کافی است آن را با بازار خشک و بی‌رویی که با تعطیلی مغازه‌ها در عید مصادف با کرونا بود مقایسه کرد. کرونا همه این زیبایی‌ها را گرفته بود، ولی حالا این روزها طعم زندگی، سرسبزی و بوی عید به مشام می‌رسد. کشش نوروز کاری می‌کند تا عده‌ای که به هر دلیلی قصد خرید ندارند به کف بازار بیایند تا در شادی با هموطنان‌شان شریک شوند.

این سنت را باید قدر بدانیم، چراکه همدلی و همراهی مردم به ویژه خانواده‌ها کمترین دستاورد آن است؛ انسجامی که شاید با ساعت‌ها کلاس و جلسات به دست نیاید. دختران و پسران و نوجوان و حتی جوان‌ترها همراه والدین‌شان تا پاسی از شب را به خرید شب عید می‌گذرانند و بعد از خرید با اینکه خسته هستند اما تریح می‌دهند دور هم غذایی بخورند و با خنده و شادی به خانه‌شان برگردند. برخلاف هر شب که هر کس به اتافی می‌رفت و می‌خواست، انگار از کنار هم بودن سیر نمی‌شوند و دل‌شان نمی‌خواهد این دورهمی را تمام کنند. همه اینها را گفتیم که تأکید کنیم سنت‌ها را پاس بداریم، اما مراقب باشیم به چشم و هم‌چشمی تبدیل نگردد و طعم خرید عیدانه با تجمل‌گرایی تلخ نشود.

سال کمتر همراه هم به خرید و بیرون می‌روند.»