

نباید بگذاریم خشم اجتماعی به خشونت اجتماعی تبدیل شود

15 فروردین 1401

[سارا فلاحي](#)، نماینده ایلام و عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی در مجلس معتقد است خشم اجتماعی یک پدیده غیر قابل اجتناب است که در همه جوامع وجود دارد و بروز و یا عدم بروز آن ربط وثیقی با آستانه تحمل افراد و مشکلاتی که در جامعه رخ می‌دهد دارد. بی‌عدالتی، فاصله طبقاتی، فقر، [ناکامی‌های فردی و خانوادگی](#)، تحقیر شدن، احساس قربانی شدن، مشکلات مالی و اقتصادی و ... در زمره عوامل ایجاد خشم اجتماعی هستند.

متن کامل یادداشت فلاحي به شرح زیر است:

خشم یکی از وجوه مختلف هیجان است و به قدری مهم است که بعد از ترس بیشترین مطالعه را در حوزه هیجان به خود اختصاص داده است. خشم یک مکانیسم در حفاظت از خود است. معمولاً انسان‌ها زمانی خشمگین می‌شوند که بر سر راه رسیدن به هدفشان و یا آنچه برایشان اهمیت دارد تهدیدات و موانعی وجود داشته باشد و این موانع منجر به ناکامی آنها شود. این اهداف ممکن است فردی، خانوادگی و یا اجتماعی باشند. خشم در همه آدم‌ها وجود دارد و زمانی منجر به ایجاد مشکل می‌شود که همراه با پرخاشگری باشد و زمانی خطرناک است که میل به آسیب رساندن به دیگران در آن، وجه غالب شود. برخی افراد عصبانیت و خشم خود را به درون داده و شما از آن بروز بیرونی نمی‌بینید و برخی این خشم را برون داده و شما شاهد جلوه‌های بیرونی آن هستید. در خشم اخلاقی هم افراد تمایلی به آسیب رساندن ندارند و تلاش می‌کنند [اختلافات فکری](#) منجر به اعمال خشونت نشود و بیشتر در مسیر آشتی حرکت می‌کنند تا جامعه از مسیر تعادل خارج نشود.

عدم بروز خشم به معنی این نیست که فرد از مسیر صحیح، خشم خود را کنترل کرده است چون گاهی برخی سرکوب را با کنترل اشتباه می‌گیرند. کنترل خشم زمانی مسیر خود را از سرکوب جدا می‌کند که حامل هوشیاری باشد و فرد آگاهانه و مبتنی بر هوشمندی خشم خود را کنترل کند. خشم اجتماعی نیز یک پدیده غیر قابل اجتناب است که در همه جوامع وجود دارد و بروز و یا عدم بروز آن ربط وثیقی با آستانه تحمل افراد و مشکلاتی که در جامعه رخ می‌دهد دارد. بی‌عدالتی، فاصله طبقاتی، فقر، ناکامی‌های فردی و خانوادگی، تحقیر شدن، احساس قربانی شدن، مشکلات مالی و اقتصادی و ... در زمره عوامل ایجاد خشم اجتماعی هستند. آموزش صحیح، وضع قوانین و ضوابط دقیقی که حامل ایجاد تعادل، رفع تبعیض و کاهش ناکامی‌ها باشد می‌تواند نقش مهمی در کاهش خشم اجتماعی داشته باشد.

خشم همیشه منفی نیست و گاهی باعث می‌شود به شناسایی مشکلات منجر شود و صاحبان قدرت را هوشیارتر کند تا برای پاسخگویی به مطالبات مردم بهتر برنامه‌ریزی کنند. خشم زمانی منفی است که به خشونت اجتماعی منجر می‌شود، بنابراین باید شرایطی را ایجاد کرد که خشم اجتماعی منجر به [خشونت](#)

[اجتماعی](#) نشود، در این راستا در کنار برنامه‌ریزی برای ریشه‌یابی عوامل خشم اجتماعی و مدیریت آنها می‌توان با ایجاد فضا و بسترهای قانونی برای افراد که بتوانند خشم خود را بروز دهند و اعتراض خود را نشان دهند به مدیریت خشم اجتماعی کمک کرد. گاهی افراد وقتی مشاهده می‌کنند جامعه آنها را می‌بیند و به احساسات آنها احترام می‌گذارد و حتی برای بروز هیجانات آنها بسترسازی می‌کند بسیار در مدیریت خشم اجتماعی موثر است.

به عنوان مثال، در یکی از کشورهای آسیای جنوب شرقی رئیس یکی از ادارات دستور می‌دهد آدمک خودش را شبیه کیسه بوکس بسازند و در یک اتاق قرار دهند و کارمندانی که از رئیس و رفتارهایش احساس خشم می‌کنند به آن اتاق بروند و با مشت زدن به آدمک خشم خود را خالی کنند. درواقع، رئیس با ایجاد این فضا خشم کارمندان خود را کنترل می‌کرد.

آموزش نقش مهمی در افزایش تاب‌آوری اجتماعی دارد. افراد در سایه این آموزش‌ها [مهارت‌های زندگی](#) را می‌آموزند و یاد می‌گیرند چگونه احساسات و هیجانات خود از جمله خشم اجتماعی خود را کنترل کنند. با این حال، شناسایی عوامل خشونت‌آمیز و برنامه‌ریزی برای پاسخ صحیح به آنها و فراهم کردن شرایط زندگی بهینه‌تر برای اقشار جامعه نقش موثری در مدیریت خشم اجتماعی دارد. از طرف دیگر، هر چند رساندن جامعه به تعادل و تلاش برای برقراری عدالت اجتماعی در سایه قانون نقش مهمی در مدیریت خشم اجتماعی دارد اما آموزش در [خانواده](#) و این که ما چگونه بتوانیم میان غرایز خود تعادل برقرار کنیم نقش موثرتری در تعادل جامعه دارد. وقتی فرد بتواند میان امیال خود تعادل برقرار کند در خانواده هم توان برقراری عدالت را دارد و وقتی وارد اجتماع هم بشود در همین مسیر حرکت می‌کند و وقتی به قدرت هم برسد می‌تواند مسئول عادلانه‌ای باشد و سیاستگذاری‌های عادلانه‌ای داشته باشد.