

ماهنامه جلد ۱۳ نیاز اندیشه روز

این شماره: ارتباط سازنده و متعامل

شماره سیزدهم :: فروردین ماه ۱۴۰۰
مهارت های فرهنگی برای زندگی در حال تحول





ماهنامه جلا :: نیاز اندیشه روز

Brilliance Monthly

ماهنامه فرهنگی

مهارت های فرهنگی

مهارت های فرهنگی برای زندگی در مال تمول

● مدیر مسئول: شهرزاد تولیت

● سردبیر: محسن فردرو

● با همکاری گروه نویسندگان - گروه کارشناسی دفتر آینده پژوهی

● امور اجرایی: مریم علاءالدینی

● هماهنگی: سارا فردرو

● طراحی و صفحه آرایی: محبوبه براهیمیان

● اطلاع رسانی: محمدرضا پیری - حسین قدمی

● نشانی پایگاه اینترنتی: Fekrvarzi.ir

علاقتمندان می توانند مطالب، دیدگاه ها و آثار فرهنگی و هنری خود را برای
انتشار به آدرس Fekrvarzi@gmail.com ارسال نمایند

فهرست مطالب

۴	 سخن سردبیر
۵	 یک دقیقه ای که شما را نجات می دهد
۶	 بحران ها ما را آزمایش می کنند
۷	 توانایی تغییر
۸	 آنروپی در سیستم های اجتماعی
۹	 دنیا به انواع ذهن ها نیاز دارد
۱۱	 توهم نخبگی
۱۲	 علم داده و مدیریت شهری
۱۶	 آرزوی بزرگ بودن، " آرزوی مهم بودن "
۲۱	 با مختصات جدید جهان آشنا شویم
۲۴	 چگونه آتشفشان خشم خود را مهار کنیم؟
۲۶	 تاریخ متعلق به گذشته نیست
۲۷	 تاثیر هنر بر روابط اجتماعی
۲۸	 در اهمیت مهارت و مهارت آموزی
۲۹	 سلبریتی ها و واسطه های فرهنگی
۳۰	 داستان کوتاه سفر
۳۲	 دو فوجان چای تلخ
۳۴	 هنر زندگی کردن
۳۶	 زندگی ویتروینی
۳۷	 مسئله شناسی
۳۸	 برای سال جدید هوشمندانه هدف گذاری کنید
۳۹	 اعتماد به نفس – خودشیفتگی
۴۲	 چالش ها و مشکلات تدریس فضای مجازی

فهرست مطالب

۴۸	چرا بد تصمیم می گیریم.....
۵۴	چرخه «تعقیب و گریز» در زوج ها.....
۵۶	چگونه بهترین کار انجام می شود؟.....
۵۷	ساختار برنامه ریزی فرهنگی.....
۵۹	استراتژی کیسه شنی.....
۶۰	در اهمیت نویسندگی و نویسندگان.....
۶۲	غلبه بر پیشداوری ها.....
۶۳	مروری بر نحله ها و گرایش های معنوی جدید.....
۶۶	یادداشت های دکتر محمد هاشم رهنما.....
۶۸	فن بیان و مهارت در گفتگو.....
۶۹	هیچکس.....
۷۰	موفقیت، آیا این همان بهشت گمشده من است؟.....
۷۵	نظریه تصمیم گیری و علوم شناختی.....
۸۸	حامیان این شماره ماهنامه.....

سخن سردبیر

محسن فردرو



ارتباط سازنده و تعامل با دیگران

سلام ، یکسال از انتشار ماهنامه جلا- نیاز اندیشه روز می گذرد و اینک شماره سیزدهم در اختیار شما قرار گرفته است. تعداد خوانندگان پایدار ماهنامه افزایش یافته است و گیرندگان ماهنامه به بیش از ۴۰۰۰ نفر رسیده است. تا رسیدن به آمار متناسب قدم های زیادی باید برداشته شود. در این مدت محققین بسیاری به ما پیوستند و با شعرا و نویسندگان متعددی آشنا شدیم. جمعی از فرهیختگان علمی راهنمایی های مداوم خویش را از ما دریغ نکردند و تعدادی از اساتید نیز تصمیم گرفتند مطالب ارزشمندشان را برای انتشار در اختیار ما قرار دهند. با مشاوران فرهنگی و روانشناسان و موسسات فرهنگی و هنری و علمی مختلفی آشنا شدیم و دوستان زیادی در تدوین ماهنامه و انتشار آن ما را یاری دادند . سایت فکروورزی (Fekrvarzi.ir) ارتباط مداوم ماهنامه را با اندیشمندان و مخاطبان افزایش داد و مراجعات روزانه به سایت بیش از پیش شده است . با این وجود هنوز ما قدم های اولیه در فکروورزی را برداشته ایم و به همیاری بیشتری نیازمندیم.

قبلا اشاره کردیم که آنچه همه ما هر روز در زندگی با آن روبرو هستیم نوعی برنامه است، وقتی که سعی می کنیم با پیش بینی نیازهای زندگی ، به آینده دست یابیم ، به نوعی تصمیم گرفته ایم برای زندگی برنامه داشته باشیم . برنامه شکلی از ارتباط و تصمیم گیری است. ارتباط اجزاء و عناصر گوناگون و پیوسته ای که در مسیر رسیدن به هدف با پیش بینی دقیق با یکدیگر هماهنگ شده اند . برنامه ها در مسیر اجرا به تجربه ها تبدیل می شوند و بهترین نوع بهره گیری از تجربه ها ، مراجعه مستقیم به کسانی است که عمری را در کسب تجربه ها گذرانده اند و ثبت و انتشار آنها می باشد.

اگر تجربه ها را از زاویه ارزش ها و تعامل و درک کنش ها و اهداف و برنامه ها بررسی کنیم ، در مسیر برنامه ریزی و تغییر متناسب در مسیر آینده قرار گرفته ایم. پس رویکرد اصلی ما ارتباط منطقی و سازنده و تعامل با دیگر مردمان است .تشکیل کارگاه تجربی برنامه ریزی فرهنگی به منظور ثبت تجربه های برنامه ای با حضور علاقمندان از آذرماه دو سال قبل بدین منظور شکل گرفت و قرار بود گزارش این کارگاه های تجربی در ماهنامه منتشر شود با گسترش ویروس کرونا برگزاری کارگاه ها بصورت حضوری انجام نشد و به شکل برگزاری جلسات کوچک اینترنتی با علاقمندان تبدیل شد.در شرایط امروز جامعه و جهان ، لزوم همکاری متخصصان ،جستجو در منابع معرفتی و الگوها و تجربه های برنامه ای ،ثبت و انعکاس تجربه ها دو چندان اهمیت یافته است. ثبت این تجربه ها در بخش خصوصی و بدون وابستگی دولتی و سیاسی، درماهنامه در دست پی گیری است و امید است انتشار آن بتواند برای مردم راهگشا باشد.

در این شماره از ماهنامه علاوه بر مطالب علمی و یادداشت های فرهیختگان گرامی، نگاهی به مطالب پربازدید شماره های قبلی داریم. همچنان منتظر راهنمایی های ارزشمند شما عزیزان هستیم.





یک دقیقه ای که شما را نجات می دهد

و موفق بودن یعنی خودت بدونی که تمام تلاشت را انجام داده ای. موفقیت یعنی: آرامش ذهنی و رضایت از خود، رضایت از اینکه بهترین کاری را که در توانت بوده است را انجام داده ای.

اگر با این تعریف از موفقیت جلو برویم هیچوقت متوقف نمی شویم و برای بهتر بودن و بهتر شدن تلاش خواهیم کرد. موفقیت یک مسیر مداوم است و پایانی ندارد.

میتوانیم یک هرم را تصور کنیم که در پایه ی هرم تلاش و اشتیاق است، سپس سخت کار کردن و مقاومت کردن است، بعد از آن داشتن برنامه است، دانستن مرحله به مرحله رسیدن به اهداف، سپس یافتن بهترین راه ها و راه حل ها، بعد از آن کسب موفقیت به معنای رضایت از خود برای حداکثر تلاش و توانی که

در کارتان به کار برده اید و بالای هرم داشتن ایمان و صبراست. امروزه بسیاری از ما صبور نیستیم و انتظار داریم همه کارها و برنامه هایمان راحت و قابل دسترس و بدون دردسر، نتیجه بخش باشد. بسیاری از اظهار نظر ها و تصمیم گیری ها برای بسیاری از ما در کمتر از یک دقیقه اتفاق می افتد. چه بسیار فرصت هایی که می تواند پدید آید اگر ما قبل از اعلام نظر و تصمیم گیری به خودمان و یا به دیگران بگوییم: لطفاً یک دقیقه وقت بدهید من باید بر روی این موضوع فکر کنم.

این یک دقیقه ایست که می تواند شما را از بسیاری از اشتباهات نجات دهد.

در همه وقایع و حوادث و موقعیت هایی که با آن روبرو می شوید می توانید از این یک دقیقه فرصت ها استفاده کنید.

قبل از هرگونه اظهار نظر و تصمیم گیری و نتیجه گیری به خودمان حداقل یک دقیقه وقت فکر کردن بدهیم.

این یک دقیقه شاید فرصتی باشد برای اینکه خشت های اول را کج نگذاریم و آینده مان را درست پایه گذاری کنیم.

دفتر آینده پژوهی.

این مطلب با حمایت کافه نارنگی تهیه و تنظیم شده است

@Cafe. Narengi

@sajjad.today

میگویند در خلق کردن هر چیز، دشوارترین گام آغاز آن است. در فرهنگ عامه اشاره شده است که: خشت اول گر نهد معمار

کج، تا ثریا می رود دیوار کج

یا به همین تعبیر صائب تبریزی می گوید: چون گذارد خشت اول بر زمین معمار کج، گر رساند بر فلک، باشد همان دیوار کج

اینها همه اشاره به این موضوع دارد که هرکاری باید از راه صحیح و با فکر و منطق و پایه گذاری درست و دقیق شروع شود و گرنه تا آخر دچار مشکل و اشتباه خواهد بود و نتیجه درستی هم نخواهد داشت. معمولاً اولین گام های ما در افکار ما ساخته می شود. به همین دلیل همیشه قبل از شروع هر کاری بهتر است بر روی کلمات و مفاهیم آنها در افکارمان دقت کنیم.

کلمات در جمله اگر بدون در نظر گرفتن مفاهیم اصلی شان بکار برده شوند نتیجه بخش نخواهند بود و خشت اولی هستند که کج نهاده شده اند. ما معمولاً براحتی از انواع کلمات برای انتقال منظورمان استفاده می کنیم بدون اینکه به تفاوت بین آنها دقت کنیم. چند کلمه ای که ما معمولاً با دقت آنها را بکار نمی گیریم، تفاوت بین کلمه برنده بوده و رتبه اول بودن و موفقیت است.

برای مثال اکثر والدین در مدرسه و دانشگاه بچه هایشان را ترغیب می کنند رتبه اول باشند و موفقیت را در رتبه اول بودن می دانند. یعنی فکر می کنند اگر کسی رتبه اول باشد یا در رقابت از دیگران برتر باشد و رتبه برتر داشته باشد به موفقیت دست یافته است.

شخصی میگفت پدرم سعی داشت به من و برادرانم یاد بدهد که هیچوقت سعی نکن از شخص دیگه ای بهتر باشی، همیشه سعی کن از بقیه یاد بگیری. هیچوقت از تلاش دست بردار و سعی کن از تلاش و کوشش خودت راضی باشی. یک جمله سه تایی پدرم داشت. ناله نکن. شکایت نکن. بهانه نیاور. برو توی میدان و کارو برنامه ات را با بهترین توانی که داری انجام بده. این چیزی است که واقعاً ارزش دارد. وقتی شما تلاش کردید که بهترین کاری رو که می توانستید انجام بدهید. نتایج، لزوماً چیزهایی نیستند که شما میخواهید. مهم برنده بودن نیست مهم تلاش شماست تا حد توانی که داشته اید. برنده بودن مهم نیست. موفق بودن مهم است

بحران ها ما را آزمایش می کنند

خلاصه سخنرانی نائومی کلین



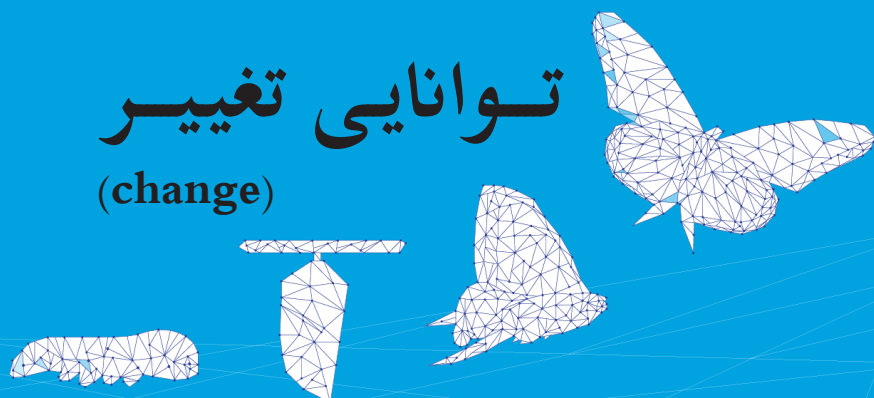
را کمک کند. سرمایه گذاری های بزرگی برای تولید شغل بود در مسکن، برق و حمل و نقل. حالا، این اصلاحات تا کامل شدن فاصله زیادی داشتند در ایالات متحده، کارگران آفریقایی آمریکایی مهاجران و زنان به طور گسترده نادیده گرفته شدند. اما دوران رکود، در کنار تغییرات دول متحد و اقتصادها در طول جنگ جهانی دوم سعی می کنند، به ما نشان دهد که تغییر سریع در برابر تهدید جمعی برای جوامع پیچیده ممکن است. حالا وقتی ما داستان رکود ۱۹۲۹ را تعریف می کنیم، معمولا فرمولی وجود دارد که بر اساس آن پیش می رود، شوک، که باعث بیداری می شود و این بیداری جهشی به سمت جای امن تر ایجاد می کند. چرا امروزه شوک های بی وقفه ما را به تحریک و امنی دارند؟ چرا جهشی ایجاد نمی کنند؟ به ویژه زمانی که بحث تغییرات اقلیمی مطرح می شود. می خواهیم روی دو نکته تمرکز کنیم که معمولا در کتاب های تاریخ جا گذاشته شده است. یکی به تخیل و دیگری به سازماندهی مربوط است. قدرت انقلابی بین این دو است چون بین آن ها تعامل وجود دارد. یک رویداد تکان دهنده به علاوه تخیل آرمانی به علاوه حرکت، اینگونه است که ما یک جهش واقعی را دریافت کنیم. اغلب این روزها ما به تغییرات سیاسی در چارچوب های مشخص فکر می کنیم. مردم علیه فقر و نابرابری مبارزه می کنند و خیلی کم از تغییرات اقلیمی حرف می زنند. هرچند ما بارها و بارها می بینیم، فقیرترین افراد کسانی هستند که به شدت در برابر آب و هوا آسیب پذیر هستند. افراد درگیر در بحث تغییرات اقلیمی به ندرت در مورد جنگ و اشغال صحبت می کنند. اگر چه می دانیم که عطش برای سوخت های فسیلی عامل اصلی درگیری و نزاع است. جنبش زیست محیطی در توجه کردن به این نکته که

سوالی هست که من بسیار راجع به آن فکر کردم. چرا برخی فجایع بزرگ بطور تکان دهنده ای بیدارمان می کنند که تغییر و تحول داشته باشیم در حالی که بقیه اتفاقات ممکن است تا حدودی تکان دهنده باشد ولی بعد دوباره به خواب می رویم؟ یک رکود اقتصادی جهانی، یک اتفاق صنعتی که آلودگی بزرگ ایجاد می کند، اتفاق های از این قبیل می توانند مانند یک زنگ خطر جمعی عمل کنند. ناگهان، یک خطر می بینیم، و سازمان یافته می شویم. توانایی بدست می آوریم و آنچه را که قبلا غیرقابل باور بود حل می کنیم. در روبرویی با یک بحران، ما معمولا از هم می پاشیم، پس رفت می کنیم، اما دوباره پیش می رویم. ده سال قبل، راجع به این روند نوشتیم و اسمش را «مکتب تلاطم» گذاشتیم. چه مسیری را در بحران طی می کنیم؟ طوفان های بی سابقه، شهرهای در حال غرق، آتش های بی سابقه که تهدید به بلعیدن جنگل ها می کنند، هزاران مهاجر که زیر موج ها ناپدید می شوند و حرکت های نژادپرستانه که آشکارا بیشتر می شوند، از تاریخ می دانیم که این ممکن است که کاتالیزوری برای یک جهش تکاملی باشد.

و یکی از برجسته ترین نمونه های این قدرت پیش برنده بحران رکود بزرگ سال ۱۹۲۹ بود. شوک فروپاشی ناگهانی بازار بود که با تمام پس شوک های بعدی دنبال شد، میلیون ها نفری که تمام دارایی شان را از دست دادند و این به باور خیلی ها با این معنی بود که خود سیستم مشکل دارد و بسیاری از مردم گوش دادند و وارد عمل شدند. در آمریکا و بقیه جاها، کشورها شروع کردند به ساختن یک شبکه ایمنی که اگر دفعه بعد رکودی پیش آمد برنامه هایی وجود داشته باشد مثل تامین اجتماعی که مردم

توانایی تغییر

(change)



سازمان آموزشی علمی و فرهنگی ملل متحد (یونسکو) با سوادی را توانایی تغییر (change) اعلام کرده به این معنی که دیگر تنها توانایی خواندن و نوشتن و تسلط بر دو زبان وحتی توانایی استفاده از کامپیوتر مد نظر نیست.

تعریف اخیر یونسکو بیانگر این است که:

با سواد کسی است که بتواند از خوانده ها و آموخته های خود،تغییری در زندگی خود ایجاد کند.

اولین تعریف از سواد (خواندن و نوشتن) در اوایل قرن بیستم ارائه شد.در اواخر قرن بیستم سازمان ملل تعریف دومی از سواد را ارائه کرد،در تعریف جدید علاوه بر توانایی خواندن و نوشتن به زبان مادری توانایی استفاده از رایانه یا داشتن یک زبان خارجی هم اضافه شد.

سازمان ملل در دهه دوم قرن ۲۱ باز هم مفهوم سواد را تغییر داد ،که این نشانگر تغییر زود هنگام جوامع می شد ،در این تعریف سوم کلا ماهیت سواد تغییر یافت:

- ۱ - سواد عاطفی
- ۲ - سواد ارتباطی
- ۳ - سواد مالی
- ۴ - سواد رسانه ای
- ۵ - سواد تربیتی
- ۶ - سواد رایانه ای
- ۷ - سواد سلامتی
- ۸ - سواد نژادی و قومی
- ۹ - سواد بوم شناختی
- ۱۰ - سواد تحلیلی
- ۱۱ - سواد انرژی
- ۱۲ - سواد علمی

قاعدا سیستم آموزشی هم باید متناسب با این مهارت ها تغییر رویه دهد

کشورهایی که به شدت تحت تاثیر تغییرات اقلیمی قرار می گیرند، عمدتا مکان هایی با مردم رنگین پوست هستند، بهتر شده است. اما زمانی که با زندگی سیاه پوست ها در زندان ها، در مدارس و در خیابان ها مثل جنس دور ریختنی رفتار می شود این ارتباطات به ندرت شکل می گیرد. افراد معقول همیشه به ما می گویند که تغییر در بازه های کوچک باید انجام شود. سیاست هنر امکان است . ما باید یک فرهنگ مراقبتی ایجاد کنیم. که در آن هیچ کس و هیچ جا نادیده گرفته نمی شود. که در آن ارزش ذاتی همه مردم و هر اکوسیستم بنیادی است. بنابراین ما به این پلتفرم مردمی رسیدیم.

چیزی که ما کشف کردیم این است که بسیاری از ما به دنبال این هستیم که کمتر شبیه برندها و بیشتر شبیه جنبش ها عمل کنند. چون جنبش ها به اعتبار اهمیت نمی دهند. آن ها می خواهند ایده های خوب را به طور گسترده ترویج دهند. چیزی که درباره جهش می پسندم این است که این ایده را که سلسله مراتب بحران وجود دارد را رد می کند، و از کسی نمی خواهد که بحث و جدل ها را اولویت بندی کند یا تا ثبوت شان صبر کنند. چیزی که من از مطالعه شوک ها و بلایای طبیعی برای دو دهه یاد گرفتم اینست که بحران ها ما را آزمایش می کنند. ما یا از هم پاشیده می شویم یا سریع رشد می کنیم. ذخایر جدید قدرت و ظرفیت را که ما هرگز نمی دانستیم که دارا هستیم، پیدا می کنیم. حوادث تکان دهنده ای که امروز ما را با ترس پر می کنند می توانند ما را تغییر دهند و می توانند جهان را به بهتر شدن تغییر دهند. اما نخست ما باید دنیایی را که برای آن مبارزه می کنیم تصور کنیم. و باید آن را باهم تصور کنیم. حالا، همه رنگ های هشدار در خانه های ما به طور همزمان به صدا درمی آیند. زمان گوش دادن است. زمان جهش است.

آنتروپی در سیستم های اجتماعی



در هر سیستم به طور کلی سه ویژگی اصلی وجود دارد:

هدف، کلیت، روابط متقابل بین اجزا.

سیستم اجتماعی از جمله سیستم هایی است که ما را احاطه کرده است. این سیستم از اجزاء مرتبط با یکدیگر تشکیل شده که یک کل را تشکیل می دهند و در مسیر زندگی مطلوب انسان ها هدف گذاری شده است.

هر سیستم از اجزایی تشکیل شده است و هر جزء نقشی را بعهدہ دارد.

دروندها یا داده ها اولین جزء هر سیستم هستند که فعالیت سیستم را امکان پذیر می سازد. در سیستم اجتماعی، مجموعه نیروی انسانی هر جامعه، مواد اولیه، فناوری، سرمایه، تشکیلات، ساختارها، انرژی، اطلاعات و نمونه های آن همگی داده محسوب شده و بدون آنها ادامه فعالیت سیستم ناممکن است.

دروندها وقتی به سیستم وارد شدند، طبق فرایند سیستم در جریان تغییر و تبدیل قرار می گیرند. این مرحله جزء دوم هر سیستم است که با عنوان "فرایند تبدیل" نام برده شده است. در سیستم اجتماعی، انسان ها پس از تحول، در مسیر اجتماعی شدن قرار می گیرند و بتدریج با مفاهیم و شیوه ها و روش های زندگی و قوانین و رسوم و اخلاق آشنا شده و در نگرش های آنها تغییراتی پدید می آید.

در مرحله سوم هر سیستم برون داد یا خروجی خواهد داشت. در سیستم اجتماعی، اجتماعی شدن انسان ها یا خدمات عمومی هر کدام نوعی ستانده یا خروجی سیستم محسوب می شوند.

اما جزء چهارم هر سیستم بازخورد است. فرایندی که بخشی از اطلاعات خروجی سیستم بکار گرفته می شود تا چگونگی عملکرد سیستم را مشخص سازد و در صورت لزوم اصلاحاتی در سیستم بوجود آید. در سیستم های اجتماعی بصورت مستمر این فرایند، پیشنهادات لازم برای تغییرات و اصلاح فعالیت ها و رشد جامعه و سازمان ها فراهم می آورد.

هر سیستم بطور کلی در محیطی قرار دارد که جزء پنجم سیستم محسوب می شود.

محیط سیستم کلیه عوامل و متغیرهایی است که جزء سیستم نیستند اما بر روی آن اثر گذارند یا از آن تاثیر می پذیرند. برای مثال جغرافیا یکی از عوامل موثر بر سیستم های اجتماعی است. سیستم های اجتماعی و یا سیستم های اصلی خود از سیستم های کوچکتر و فرعی تشکیل شده اند که هر یک مانند یک سیستم بزرگ عمل می نماید و در مسیر هدف های سیستم بزرگتر فعالیت دارد.

هر سیستم در برابر عواملی قرار می گیرد که موجودیت یا عملکرد سیستم را دچار بحران نموده و از مسیر نظم سیستم خارج

دنیا به انواع ذهن ها نیاز دارد

تمپل گرندین



از اینجا شروع کنم که توضیح بدهم اوتیسم چیست. اوتیسم زنجیره ای بسیار بزرگ است، از خیلی شدید - کودکی که گنگ می ماند - شروع شده تا به دانشمندان و مهندسان خیلی باهوش می رسد. درحقیقت من اینجا را خانه خودم حس می کنم، چون زن های اوتیسم زیادی اینجا هست. شما نمی توانید اصلاً نداشته باشید. اوتیسم یک سلسله از ویژگی هاست. منظورم این است که، انیشتین و موتزارت و تسلا همه احتمالاً از منظر امروزی می توانستند یک اوتیسمی تشخیص داده شوند.

اکنون، چیزی که در مورد ذهن اوتیسمی مطرح است این است که به

می سازد، این عوامل را آنتروپی می گویند. آنتروپی در سیستم های اجتماعی کلیه عوامل است که در نظم اجتماعی ایجاد اخلاص کرده و موجب آسیب یا انحراف اجتماعی می شوند.

اجزا سیستم در صورت هماهنگی و نظم از هم افزایی برخوردار شده که قبلاً در یکایک آنها وجود نداشته و خواص جدیدی از خود نشان می دهند. برخی محققان کوشش کرده اند سیستم ها را از نظر ساختاری و عملکردی بصورت نظم سلسله مراتبی مشاهده نمایند. سیستم های اجتماعی با خصوصیت تحرک زیاد در سطوح بالایی قرار دارند. هماهنگی در اجزاء سیستم ها به حدی است که اگر یک جزء بدرستی عمل ننماید، عملکرد دیگر اجزا نیز با اختلال روبرو می شود. در همه سیستم ها گرایش به تعادل و حفظ و مانایی سیستم وجود دارد.

نگرش سیستمی بررسی پدیده ها را از طریق در نظر گرفتن کلیت آنها انجام می دهد و چهارچوبی منطقی ارائه می نماید تا اداره سیستم در موقعیتی شناخته شده و قابل تحلیل صورت گیرد و نقش و وظیفه هر جزء و ارتباط آن با دیگر اجزا و راه حل های رفع مشکلات فراهم شود.

در مهندسی فرهنگی نیز بر اساس تئوری عمومی سیستم ها یا نگرش سیستمی، کل جامعه بعنوان یک سیستم اجتماعی مورد بررسی قرار دارد و به کمک مهندسی و اندازه گیری و ابزار سازی و استاندارد سازی نقش هر جزء و میزان تغییرات و اصلاحات نظارت و پیشنهاد داده می شود.

مهندسی فرهنگی، از تجزیه و تحلیل سیستم آغاز می شود. در تجزیه و تحلیل سیستم، جنبه های گوناگون سیستم شناخته شده و آگاهی از چگونگی عملکرد اجزای آن پدید می آید.

برای شناخت یک سیستم اجتماعی بایستی اجزاء آن را بشناسیم.

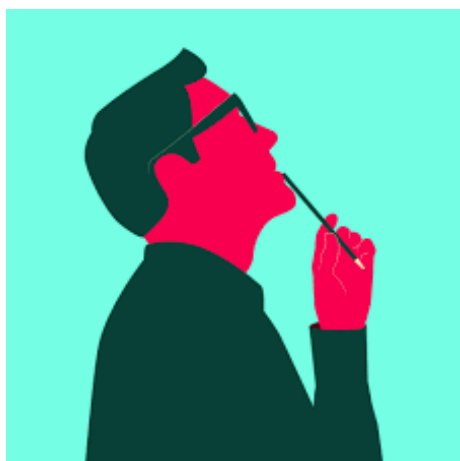
برای مهندسی فرهنگ نیازمند شناخت مکانیزم سیستم اجتماعی در هر بخش و حوزه هستیم تا بتوانیم عملکرد اجزای آن را درک نموده و برای تغییرات پیشنهادی و احتمالی امکان برنامه ریزی و پیش بینی داشته باشیم.

منبع: کتاب در جستجوی آینده، انتشارات مه

آسا، ۱۳۹۳

از بچه های باهوش را می بینم که چیزهای ابتدایی را یاد نگرفته اند، مثلاً چطور سروقت باشند. چیزی که در مورد ذهن اوتیسمی مطرح است، گرایش آن به متمرکز شدن است. مثل اینکه اگر بچه ای عاشق ماشین مسابقه ای باشد، بیاید از ماشین مسابقه ای در ریاضی استفاده کنیم. مثلاً چقدر طول می کشد که یک ماشین مسابقه مسافت مشخصی را برود. به عبارت دیگر، از آن عشق زیاد استفاده کنید برای اینکه بچه را با انگیزه کنید، این یکی از چیزهایی است که ما نیاز داریم انجام دهیم. من واقعاً رنجیده می شوم وقتی معلم ها نمی دانند با این بچه های باهوش چه کار کنند.

کسانی که تصویری فکری می کنند وقتی بزرگ



شوند چه کارهایی می توانند انجام دهند؟ آنها می توانند طراحی گرافیکی کنند، همه کارهایی که با کامپیوتر می کنند، عکاسی، طراحی صنعتی. افراد با فکرهای الگویی، کسانی هستند که ریاضیدان ها، مهندس های کامپیوتر، و برنامه نویس های شما می شوند، و همه این نوع شغل ها. و سپس شما ذهن های کلامی را دارید. آنها روزنامه نگاران خیلی خوب، و بازیگران واقعاً خوبی می شوند. اوتیسم با درجات مختلفی می آید. گاهی شما بچه هایی باهوش و خاص دارید که ذره ای اوتیسم دارند، و این جایی است که باید آنها را راه بیندازید با انجام دادن کارهای جذاب. ما نیاز داریم با این دانش آموزان کار کنیم.

جزئیات توجه می کند. خوب، این تستی است که شما باید حروف بزرگ یا کوچک را جدا کنید، ذهن اوتیسمی حروف کوچک را خیلی سریعتر جدا می کند. و نکته اینجاست که، ذهن عادی جزئیات را نادیده می گیرد. خوب، اگر شما دارید یک پل می سازید، جزئیات خیلی مهم می شوند، چون اگر آنها را در نظر نگیرید، پل سقوط می کند. یکی از بزرگترین نگرانی های من با خیلی از سیاست های امروزی این است که، همه چیز دارد خیلی انتزاعی و خلاصه می شود. مردم از انجام دادن کارهای دستی فاصله می گیرند.

تصویری فکر کردن چیست؟ دقیقاً فیلم هایی در مغز شماست. ذهن من مثل گوگل ایمیج (جستجوی تصاویر) کار می کند. اکنون ببینید وقتی من یک کودک جوان بودم نمی دانستم که فکر کردن من متفاوت است. من تصور می کردم همه تصویری فکر می کنند. و وقتی که کتابم، "تصویری فکر کردن" را تمام کردم، شروع کردم به مصاحبه با افراد در مورد روش فکر کردن آنها. من شوکه شدم وقتی فهمیدم فکر من کاملاً متفاوت بوده است. درست مثل اینکه من بگویم "به ساختمان یک کلیسا فکر کنید" بیشتر افراد به این نوع شکل عمومی فکر می کنند. در حالی که ممکن است درست نباشد، ولی اغلب درست است. من فقط تصاویر خاصی می بینم. اینها در حافظه من برق می زنند، درست مثل گوگل تصاویر.

تصویری فکر کردن یک دارایی فوق العاده است. همه بچه های اوتیسمی قرار نیست تصویری فکر کنند. برخی از تحقیقات امروزه نشان می دهند که مردم برای بینایی، با کورتکس اصلی بینایی فکری می کنند. در حالی که این تنها شکل فکر کردن، برای افرادی است که تصویری فکر می کنند. می بینید که ذهن اوتیسمی گرایش دارد که ذهنی متخصص شود، در یک چیز خوب باشد، در چیز دیگری بد. چیزی که من درش بد بودم جبر بود. هرگز اجازه نداشتم هندسه یا مثلثات بردارم. من بچه های زیادی را می بینم که نیاز دارند جبر را کنار بگذارند، و مستقیم سراغ هندسه و مثلثات بروند.

یک نوع دیگر از ذهن ها تفکر الگویی است. انتزاعی تر است. اینها مهندس های شما هستند، برنامه نویس ها. خوب این یک ذهن الگویی است. اینها انواع فکر کردن هستند: فکر کردن با تصاویر واقعی، تفکر الگویی، ذهن های موسیقایی و ریاضی. بعضی از اینها اغلب اوقات در خواندن مشکل دارند. این قبیل مشکلات را در بچه های نارساخوان هم می بینید. این انواع مختلف ذهن را می بینید. و سپس یک ذهن زبانی داریم، که حقیقت همه چیز را می دانند.

من دانش آموزی کودن بودم. وقتی دبیرستان می رفتم اصلاً به درس خواندن اهمیت نمی دادم، تازمانی که کلاس علوم آقای کارلاک را داشتم. او من رو به چالش کشید تا آن اتفاق خطای دید را بفهمم. این همه چیز را می رساند، که شما باید به بچه ها چیزهای جذابی نشان دهید. مسئله این است که، شما می توانید ذهنی را که بیشتر برای یک نوع تفکر و شناخت باشد، بسازید، یا اینکه ذهن تان باید برای اینکه بیشتر اجتماعی باشید، ساخته شود.

برای من هنر بهترین موضوع در مدرسه بود. ما باید به انواع مختلف ذهن ها فکر کنیم، ما باید حتماً با این نوع ذهن ها کار کنیم، چون ما حتماً به این گونه افراد در آینده نیاز داریم. و بیایید در مورد شغل ها صحبت کنیم. خوب، معلم علوم باعث شد من درس بخوانم چون من یک کودن بودم که نمی خواستم درس بخوانم. ولی می دانید چیه؟ من داشتم تجربه کار کسب می کردم. خیلی

با اصطلاح توهم نخبگی آشنایی دارید و این نوع توهم بصورت های گوناگون توسط محققین و نویسندگان تشریح و تبیین شده است. در روزهای اخیر ، بیشتر شاهد توهم نخبگی افرادی هستیم که خود را شایسته پست های اجرایی و سیاسی می بینند.

بنظرم این نوع توهم از نوع پریشان پنداری حسی نیست یعنی ربطی به درک اشتباه حواس پنجگانه ندارد و بیماری تعریف نمی شود. بلکه نوعی پریشان پنداری اطلاعاتی و ضعف فرهنگی است که بخاطر عدم درک واقعیت های دنیای اطراف مان بوجود می آید.

من فکر می کنم توهم نخبگی حاصل فرهنگ مجیز گویی و تملق گویی و چرب زبانی و چاپلوسی است. این فرهنگ که گاهی عمومیت هم می یابد موجب می شود افراد تحلیل درستی از موقعیت و شخصیت و توانایی های خود نداشته باشند و خود را شایسته انواع پست ها و مسئولیت ها بدانند.

اکثر افرادی که خود را نخبه می دانند از استعداد ذاتی و پشتکاری برخوردارند که در همه کارها دخالت نمایند و خود را متخصص بدانند. توهم نخبگی چند دام اساسی دارد : توهم ثروت و توهم قدرت و توهم دانش و توهم مقایسه.

پیشرفت در کشور ما نیز همواره از این سه ضربه خورده است. گاهی سعی شده است با تاکید بر سرمایه و سرمایه گذاری پیشرفت صورت گیرد و گاهی پیشرفت با تاکید بر قدرت و گاهی هم با تاکید بر اندیشه جلو رفته ایم و در بیشتر موارد در توهم مقایسه سعی کرده ایم روش های دیگران را بکار بگیریم و یا خودمان را در مقایسه برتر از دیگران بدانیم. در بیشتر موارد اشخاصی که به ثروت و قدرت یا اطلاعات بیشتر دسترسی دارند خود را شایسته تر از دیگران می پندارند.

مشکل مقایسه وقتی بیشتر اهمیت دارد که افراد قبلی که بر منصب ها و مسئولیت ها قرار گرفته باشند شایستگی لازم را نداشته باشند و بعدی ها نیز بنا به مقایسه، خود را برتر از آنان ببایند.

در مجموع در توهم نخبگی نوعی عشق افراطی و شیفتگی به خود قابل مشاهده است که به تکبر منتهی می شود و در قالب لزوم خدمت به دیگران توجیه می شود. برخی از مشاغل بالقوه تقویت کننده خودشیفتگی و نگاه متکبرانه به سایر افراد و خود برتر بینی منزلتی هستند. مدیران و نمایندگان و وزراء و سلبریتی ها و حتی گاهی روشنفکران و اساتید دانشگاه که دارای پیشینه منزلتی و شهرت رسانه ای باشند معمولاً آسیب پذیر تر از بقیه هستند و آمادگی دارند رفتارهای خود بزرگ بینانه از خود نشان دهند.

نقش فرهیختگان جامعه در کاهش تاثیر این توهم دوری از چاپلوسی و تملق گرایی و بیان حقیقت به این نوع اشخاص است . بدیهی است یکی از ویژگی های افراد توهم زده اینست که حاضر به پذیرش واقعیت ها و قبول نقاط ضعف و عدم کارایی خود نیستند و منتقدین را بشدت از خود دور می کنند.

نقش عموم مردم نیز در این مهم اینست که سعی کنند در دام خود بزرگ بینی این افراد قرار نگیرند و هر شخصی را متناسب با کارایی و توانایی و تخصص های قبلی اش ارزیابی و پذیرش نمایند.

در توهم نخبگی نوعی فرصت طلبی و منفعت طلبی و گروه گرایی و جاه طلبی پنهان شده وجود دارد که در هر مورد اگر بخوبی دقت کنید قابل مشاهده خواهد بود.



توهم نخبگی



علم داده و مدیریت شهری روش نوین حل مسئله

محمد صادق میرزایی

مقدمه

مسائل دنیای امروز از پیچیدگی های بعضا گیج کننده ای برخوردار است. چرا که همگام با توسعه علوم در شاخه های مختلف و جامعه با مدل های گوناگون رفتاری ، الگوهای واکنشی طبیعت نیز دست خوش پیچیدگی های قابل توجهی شده اند. لذا بسیاری از مسائل مهم امروز راه حل های ساده ای ندارند. به تبع همین امر ، ابزار های حل مسائل نیز روز به روز در حال توسعه هستند. رویکرد های بین رشته ای یکی از همین دست ابزار هاست چراکه دیگر علوم شناخته شده و رایج مهندسی ، مدیریت ، پایه و انسانی از پویایی و چند جانبه گرایی لازم برای حل مسائل پیچیده ی امروز برخوردار نیستند. در این فضا از ترکیب و هم افزایی رشته های مختلف ، فضاهای بین رشته ای یا چند رشته ای پدید می آیند که اگر نه تمام راه حل ، بلکه حداقل بخش بزرگی از روش های نوین حل مسئله را در اختیار دارند.

علم داده چیست ؟

علم داده و مدیریت شهری

مدیریت شهری فرایندی یکپارچه از تحلیل تعاملات حوزه های مختلف در محدوده جغرافیایی شهر است. با توسعه شهر ها و رشد و پیچیدگی محصولات مبتنی بر تکنولوژی و ورود آنها به زندگی روزمره شهروندان، این پیچیدگی ها به بیشترین حدود متصور رسیده اند. لذا مدیریت شهری به صورت روز افزون نیازمند حوزه های جدید دانش و اطلاعات تحلیل شده به روش های توسعه یافته است. در این میان نقش داده ها و تحلیل آنها به عنوان اصلی ترین ابزار برای تصمیم سازی و نیز ورود روش های جدید چون الگوریتم های پیشبینی و روش های مدل سازی مبتنی بر داده به منظور شبیه سازی آثار تصمیمات کلان در حوزه مدیریت شهری ، نقشی نه تنها محوری بلکه کاملاً حیاتی دارد. این فضا مفاهیم جدیدی چون شهرهای هوشمند یا شهرهای داده محور را ایجاد کرده است. در این شهر ها داده ها از منابع بسیار متنوعی جمع آوری می شوند. حجم این داده ها بعضاً به قدری زیاد است که به آن کلان داده یا Big Data اطلاق می شود. کلان داده ها هم از منظر حجم اطلاعات ، هم سرعت تولید و هم موضوعات به قدری عظیم و متنوع هستند که برای جمع آوری آنها معمولاً به زیرساخت های قابل توجهی نیاز است. موضوعات متنوعی چون داده های محیط زیست، مصرف انرژی و آب ، ترافیک شهری ، حمل و نقل عمومی، مکان یابی ساختمان های با کاربری خاص، وضعیت آب و هوا ، داده های جا به جایی شهری، اطلاعات زمین شناختی ، داده های مربوط به زیرساخت های شهر ، پهنه بندی جغرافیایی، اطلاعات مبتنی بر شبکه تلفن همراه و موارد بسیار دیگر در قالب های مختلف ، مجموعه ای

شاید نیاز باشد برای درک هماهنگ از موضوع و وحدت شناخت ابتدا تعریف کلی از علم داده ارائه دهیم. علم داده (Data Science)، حوزه ای میان رشته ای پیرامون استخراج دانش و آگاهی از مجموعه ای داده و اطلاعات است که از روش ها، فرآیندها، الگوریتم ها و مدل های ریاضی برای تدوین الگوی دانش و بینش از داده ها در اشکال گوناگون (ساختار یافته و ساختار نیافته) استفاده می کند. علم داده مفهومی برای یکپارچه سازی آمار، تحلیل داده، یادگیری ماشین و دیگر مفاهیم مرتبط تحت یک عنوان واحد است. این کار به منظور درک و تحلیل پدیده ها با استفاده از داده ها انجام می شود. علم داده (Data Science) از ترکیب مباحث مختلفی به وجود آمده و بر مبنای روش های موجود در حوزه های مختلف علمی بنا شده است. بازو های اصلی علم داده شامل ریاضیات، آمار، مهندسی داده، باز شناخت الگو و دانش زمینه (که بنا بر صورت مسئله ها متفاوت است) بوده و هدف این علم، استخراج مفهوم از داده و تولید محصولات داده محور است.

یک پدیده اجتماعی را می سازد . به عنوان مثال نرخ بزهکاری در محله های شهر، ناشی از متغیر های اثرگذار فراوانیست که منجر به بزهکاری می شود. سرانه درآمد، نرخ طلاق، تحصیلات، دسترسی به امکانات فرهنگی، قیمت ملک، نرخ بیکاری و بسیاری موارد دیگر در یک منطقه یا جامعه منجر به محصولی به نام بزه و افزایش یا کاهش نرخ بزهکاری می شود. هر مدلی که در حل مسئله و پیش از آن در فاز درک مسئله نتواند و یا نخواهد تمامی این متغیرها و آثار متقابل آن ها بر یکدیگر را ببیند، محکوم به شکست است. نتیجه اینکه مدل های دقیق مدلهایی هستند که نگاه کل گرایانه دارند. به این معنی که تمام متغیرهای دخیل در موضوع را لحاظ می کنند. مدل های داده محور این ویژگی را در حد کمال خود دارند. در این مدلها نه تنها داده ها به شکل مستمر مورد تحلیل قرار می گیرند بلکه رابطه بین متغیرها (Correlation) نیز از پایه ای ترین تحلیل ها محسوب می شوند.

اصلی ترین مدل های تحلیل

امروزه مدل های تحلیل داده ها از تنوع زیادی برخوردار است. داده های جدولی و رابطه ای، داده های مبتنی بر مدل های پیشبینی، داده های بصری سازی شده ، داده های مبتنی بر نقشه و موارد بسیار دیگر. از آنجا که شهرها ماهیت فیزیکی مشخصی بر پهنه جغرافیا دارند، لذا یکی از پر کاربرد ترین روش ها برای تحلیل داده ها روش های مبتنی بر نقشه است. این روش ها اقدام به پیاده سازی داده ها بر روی نقشه جغرافیایی شهر مورد نظر می کنند. هر لایه متشکل از محتوای یک عنوان داده است. بسیاری از این داده ها در مرحله اول از نمونه برداری ها، ایستگاه های زمینی و یا جداول استخراج می شوند. در مرحله بعد با استفاده از برنامه نویسی تبدیل به داده های مبتنی بر نقشه شده و بر روی بستر نقشه شهر پیاده سازی می شوند. نتیجه یک نقشه جغرافیایی از شهر مربوطه با لایه های متعددیست که بر بستر نقشه جغرافیایی استوار شده اند. قرارگیری لایه ها بر روی یکدیگر منجر به کشف الگوها و روابط پنهان و رفتارهای ناشناخته و یا موقعیت های خاص در شهر میشوند. برای تحلیل این لایه ها از تکنیک های متعددی استفاده می شود. در اینجا به معرفی ۳ تکنیک پر کاربرد در تحلیل داده های شهری پرداخته خواهد شد. این ۳ تکنیک اساس برنامه ریزی و تخصیص منابع برای مدیریت توسعه شهرها هستند.

- دسترسی ها (Accessibility):

اساسا شهرها به دنبال عدالت در دسترسی ها هستند. به این

از داده هایی را تشکیل می دهند که می تواند مورد تحلیل های پیشرفته برای کشف الگو ها و روابط پنهان بین داده ها قرار گیرند. به عنوان مثال برهم کنش بین توزیع درآمد در سطح شهر و میزان استفاده از مراکز تفریحی و فرهنگی می تواند الگوی جدیدی از رابطه بین این دو شاخص را در سطح یک شهر برای ما شفاف کند. در بسیاری از موارد ترکیبات متعددی از رابطه بین شاخص ها می تواند مفاهیم جدیدی از آنچه در زیر پوست شهرها می گذرد را نشان دهد. مدیریت فرهنگی و اجتماعی شهر ها نیز از این قاعده مستثنی نیست. شاخص های اجتماعی و فرهنگی در سطح شهر و رابطه آن ها با شاخص های خرد و کلان دیگر می تواند روش خوبی برای ارزیابی آنچه در شهر می گذرد باشد. سرانه دسترسی به فضاها و مراکز فرهنگی ، الگوی توزیع طلاق در محله های شهر، ساعات مطالعه روزانه ، سرانه درآمد و روابطی که در تعاملات بین این شاخص ها پدیدار می شود الگوهای پنهانی را برای تحلیل این داده ها بدست می دهد.

مدل های حل مسئله

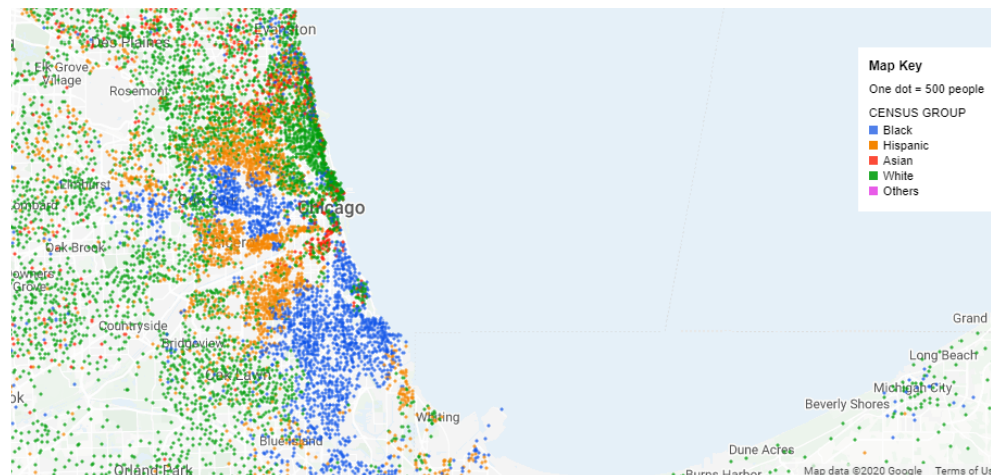
به صورت سنتی ، روش های حل مسئله بر اساس فرضیه های ساخته شده توسط یک محقق مطرح می شود. این مدل ها ، مدل های فرضیه محور هستند. چرا که فرضیه های اولیه بر اساس پیشینه پژوهش های مرتبط و با نیم نگاهی بر مدل تحقیق ساخته می شود. در گام بعد مدل پژوهش و تکنیک های آماری انتخاب شده، داده ها جمع آوری می شوند و با پیاده سازی مدل های از پیش انتخاب شده صحت فرضیه ها اثبات یا رد می شوند. این روش پژوهش به قدری مرسوم است که مشکل به نظر می رسد بتوان روش کاملاً متفاوتی عرضه کرد که بتواند نیاز به تعریف و حل مسئله را مرتفع سازد. در روش های داده محور چیزی تحت عنوان فرضیه از پیش ساخته نمی شود. بلکه به صورت عمده داده ها جمع آوری می شوند و از تحلیل ارتباط بین داده ها الگوهای پنهانی کشف می شود که این الگوها در واقع فرضیه هایی هستند که از قالب فرضیه درآمده و صحت خود را نمایان ساخته اند. امروزه روش های اصلی حل مسائل پیچیده در مدیریت شهری به سمت حل داده محور مسئله ها پیش می رود. چرا که در صورتی که از مدل های صحیح استفاده شود ، داده ها واقعیت عریان یک پدیده را تمام و کمال نشان می دهند.

نگرش کل گرایانه

پدیده های فرهنگی و اجتماعی پدیده های پیچیده ای هستند. این پیچیدگی محصول اندرکنش متغیرهای فراوانیست که

جدا افتادگی به عنوان یک پدیده اجتماعی- اقتصادی زمانی اتفاق می افتد که افراد گروه های اجتماعی- اقتصادی متفاوت در شهر فرصت کمی برای مواجهه با یکدیگر داشته باشند. در این میان لازم است مفهوم شبکه های طبیعی توضیح داده شود. شبکه های طبیعی، شبکه هایی هستند که در آنها نقاطی با اتصال بسیار بالا به نقاط دیگر به وجود می آید. این نقاط هاب شبکه (Hub) نام دارند. هاب ها در واقع کلونی هایی هستند که در شبکه ایجاد می شوند. وجود کلونی ها در شهر معمولاً به تقویت جدا افتادگی ها کمک می کند. برای دستیابی به مدیریت کیفی شهر باید با اتخاذ روش هایی جدا افتادگی ها را به حداقل رساند. در واقع جدا افتادگی ها به این معنیست که مردم یک شهر با یکدیگر تعاملات سازنده ای ندارند. این مهم منجر به عدم توسعه یکپارچه محیط های زیستی می شود. علم داده در این میان مبادرت به جمع آوری داده های مربوط به رفتارهای متفاوت در شهر می کند. از تحلیل های متنوعی از این داده ها نقشه هایی استخراج می شود که می تواند قضاوتی در این مورد به دست دهد که شهر در هر موضوعی دارای کلونی های جدا افتاده هست یا خیر.

برای مثال در همان شهر شیکاگو بر اساس داده های مربوط به جا به جایی افراد که از منابع متفاوتی چون شبکه اجتماعی توئیتر و یا اینستاگرام و شبکه حمل و نقل هوشمند استخراج گردیده است، به وسیله مدلسازی های مختلف بر نقشه استقرار یافته است. به وضوح مشخص است که نژاد های مختلف در شهر در چه محدوده هایی در طول روز جا به جا می شوند. این به آن معناست که معمولاً قومیت ها و

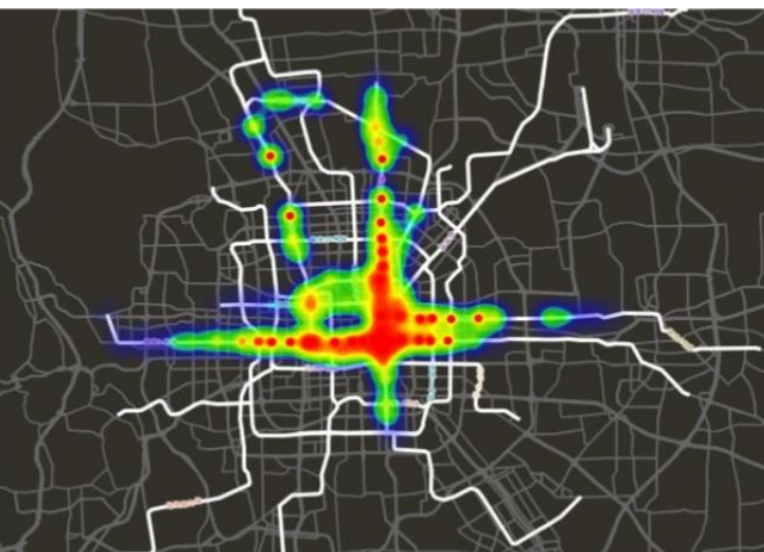


معنی که اگر به صورت تصادفی هر نقطه از شهر را انتخاب کنید، در زمان های مشابهی بتوانید به خدمات یکسانی دسترسی داشته باشید. این مفهوم عدالت در دسترسی را می سازد. البته کیفیت دسترسی نیز باید مورد توجه باشد اما عامل بنیادین آن همان دسترسی به خدمات یکسان در زمان های یکسان است. داده های دسترسی معمولاً از داده های مختصات محوری تهیه می شوند که شامل موقعیت و کیفیت خدمات و سرویس های هدف هستند. زمانی که این داده ها بر روی نقشه ها استقرار می یابند، وضعیت دسترسی مردم به خدمات و سرویس های مختلف مشخص می شود. لذا اولین گام در مدیریت منابع و تدوین طرح های توسعه این است که به سمت عدالت در دسترسی پیش برویم. این موضوع با طرح های توسعه هدفمند برای بخش های مختلف شهر ها امکانپذیر است. موضوعات اجتماعی و فرهنگی نیز از این قاعده مستثنی نیستند.

برای مثال در پژوهشی در دانشگاه UC Berkley در مورد بررسی دسترسی کودکان سیاه پوست به خدمات پزشک کودکان در شهر شیکاگو، از تکنیک استقرار داده ها بر روی نقشه استفاده شده است. در نقشه سمت راست داده های مربوط به نسبت کودکان سیاه پوست به کل کودکان نشان داده شده اند. هرچه رنگ پهنه ها به سمت سیاه میل می کند تراکم کودکان سیاه پوست در آن مناطق بیشتر است. با یک نگاه کلی می توان دریافت که بیشترین تراکم کودکان سیاه پوست در سمت جنوب شرقی شهر قرار دارد. در نقشه سمت چپ تراکم پزشکان کودک بر حسب صدهزار کودک قابل مشاهده است. در این مورد نیز تمایل به سمت رنگ سیاه به معنی افزایش تراکم پزشکان کودک در آن پهنه است. از کنار هم قراردادن این دو نقشه که حاصل استقرار داده های مختلف بر مختصات مکانیشان است این موضوع مشخص می شود که بیشترین پزشکان کودک در مناطقی مستقر هستند که کمترین کودکان سیاه پوست در آن ها زندگی می کنند. لذا این شهر از منظر عدالت دسترسی به خدمات سلامت کودک دچار ناعادالتی نژادپرستانه است. در نتیجه هرگونه طرح های توسعه سلامت کودکان باید در بردارنده این حقیقت باشد. راه حل ها می توانند متفاوت باشند برای مثال دادن مشوق مالیاتی به پزشکان برای افتتاح مطب در مناطق جنوب شرقی و یا اختصاص حمل و نقل رایگان برای کودکان سیاه پوست و مواردی از این دست.

– جدا افتادگی (Segregation):

گیت های ورودی و خروجی و مختصات مکانی تلفن همراه استخراج شده است نشان می دهد که فشار رفت و آمد در روز آخر هفته در شبکه مترو از چه الگویی تبعیت می کند. نیز از تحلیل اطلاعات استقرار مکانی داده ها بر روی نقشه مشخص می شود که کدامیک از ایستگاه ها از اهمیت بیشتری برخوردار است. معمولا ایستگاه هایی با مرکزیت (Centrality) و ضریب خوشه بندی (Clustering Coefficient) بالا از



اهمیت قابل ملاحظه ای برخوردارند. چرا که اگر به هر دلیلی این ایستگاه ها از شبکه حذف شوند آسیب قابل توجهی به شبکه می رسد. به وضوح نمایان است که پیک ترافیک در چه ایستگاه هایی قرار دارد. لذا باید عمده سیاست گذاری ها و طرح ها منجر به تمرکز زدایی در ساعات فضا بر شبکه باشد.

هدف اصلی رسیدن به تاب آوری

همانطور که عنوان شد واژه تاب آوری (Resilience) از اصلی ترین ویژگی های یک شهر مدرن است. این واژه به این معناست که در صورت ورود شوک به زیر سیستم های شهر، در کمترین زمان و با کمترین تلفات شرایط به وضعیت قبل بازگردد. امروزه شهر ها در حوزه های مختلف به دنبال پیاده سازی یا بهینه سازی مدل هایی هستند که تاب آوری شهر را در حوزه های مختلف بالا برند. حوزه های اجتماعی و فرهنگی نیز از این قاعده پیروی می کنند. علم داده بهترین و جامع ترین ابزار است که می تواند مدیریت یکپارچه شهر را به سمت ساخت یک شهر تاب آور هدایت کرده و مسائل پیچیده آن را به روش های متنوع و خلاقانه حل کند.

یا نژاد های یکسان ترجیح می دهند که در محدوده خودشان تعاملات روزمره ی خود را داشته باشند. این مسئله موجب می شود که شهر از حالت یکپارچه در آمده و سیاست گذاری های توسعه در مناطق مختلف خروجی های یکسانی نداشته باشند. معمولا جدا افتادگی ها موجب کاهش شاخص های امنیتی نیز می شوند. به هر حال تحلیل داده های خام از منابع مختلف می تواند موجب کشف انواع جدا افتادگی در شهر ها شده و سیاست گذاری ها را به سمت حل مسائلی از این دست هدایت کند.

- تحلیل شبکه (Network Analytics):

شبکه ها در همه جای دنیای ما گسترده شده اند. شبکه های حمل و نقل ، شبکه های اجتماعی ، شبکه مدارس ، شبکه خطوط زیرساختی ، شبکه راه ها و بسیاری از موارد دیگر. ما در میان شبکه ها احاطه شده ایم و خود نیز بخشی از این شبکه ها هستیم. در یک نگاه کلان شبکه ها به دو دسته شبکه های طبیعی (Natural Network) و شبکه های مصنوعی (Artificial Network) طبقه بندی می شوند. همانطور که پیش تر اشاره شد در شبکه های طبیعی بر اساس قانونی به نام اتصال ترجیحی (Preferential Attachment) هر عضو جدیدی که وارد شبکه می شود به احتمال بیشتر به اعضای که بیشترین ارتباطات را دارند متصل می شود. لذا در شبکه های طبیعی هاب ها به وجود می آیند. شبکه هایی که در طراحی ارتباطات بین اعضای آنها عامدانه دخالت نشده است ، شبکه هایی هستند که ویژگی طبیعی دارند. شبکه های مجازی ، شبکه حمل و نقل ، شبکه های فرهنگی و اجتماعی و بسیاری موارد دیگر از این دست به شمار می آیند. از آنجا که شبکه ها مانند تمام پدیده های واقعی دیگر می توانند نسبت به تهاجمات آسیب پذیر باشند لذا تحلیل توان مقاومت آن ها اصلی اساسیست. علم داده ساختار های مشخص فراوانی در مطالعه ، تحلیل و مدلسازی شبکه ها دارد. این مدل ها منجر به کشف نقاط ضعف و قوت شبکه های پیدا و پنهان موجود در شهر ها می شود. تحلیل تاب آوری (Resilience) شبکه ها از آن جهت اهمیت دارد که با ورود شوک های مقطعی یا مداوم به شبکه ها ، محتمل است که ساختار آن ها مورد شکست واقع شود. شکست بسیاری از شبکه ها ممکن است که منجر به بروز فجایع جبران ناپذیری شود.

در مثالی دیگر مترو شهر شیکاگو را از منظر تحلیل شبکه مورد بررسی قرار می دهیم. داده های مربوط به جابه جایی مسافران در شبکه مترو که از منابعی چون دوربین های مدار بسته ،



"آرزوی بزرگ بودن"، "آرزوی مهم بودن"

بزرگترین رمز تعامل با مردم دیل کارنگی

خستگی ناپذیر طالب آن هستید می توان در این هشت عنوان مختصر کرد:

۱ - سلامتی و نگاهداری حیات

۲ - غذا

۳- خواب

۴ - پول و آنچه که با آن می توان خرید

۵ - بقای نفس

۶ - ارضای تمایلات شهوی

۷ - سعادت فرزندان

۸ - اهمیت و بزرگی خود

غالب این آرزوها را می توان برآورد ولی یک چیز هست که کمتر قانع و ارضاء می شود و از لحاظ عمق و قوت از گرسنگی دست کمی ندارد و این همان است که فروید آن را "آرزوی بزرگ بودن"، و جان دیویی "آرزوی مهم بودن" می نامید.

لینکلن نامه خود را یکبار با این جمله آغاز کرد همه تعارف را دوست دارند، و این حقیقتی است ما تعارف و تحسین را دوست داریم و مایلیم که همه قدر و اعتبار ما را دانسته و تشنه ستایش های بی ریا و صمیمانه هستیم و افسوس که کمتر این نعمت حاصل می شود. آنکه از این آرزو چشم پوشیده و این عطش نهان را فرو نشانده کسی است که "زمام امور مردم را در دست دارد و همه او را محترم دانسته و مورد ستایش قرار می دهند و بقول و گفته او گوش می دهند حتی گور کن نیز در مرگ او

در زیر این آسمان بزرگ تنها یک راه موجود است تا بتوان کسی را وادار به انجام عملی کرد. آیا تاکنون به آن اندیشیده اید و آن عبارت است از تولید میل در وجود شخص برای انجام آن کار. به یاد داشته باشید که طریق دیگری موجود نیست.

و البته شما میتوانید شخصی را وادار نمائید تا به زور اسلحه در رهگذری ساعت خود را به شما بدهد و همچنین می توانید کارگری را وادار به تشریک مساعی نمائید، این تا وقتی است که پشت او نکرده اید و او را تهدید به شلیک کردن می کنید. شما می توانید با تازیانه کودکی را مجبور کنید تا آنچه را که می خواهید انجام دهد ولی این شیوه های ناهنجار نتایجی بس خطرناک و ناگوار خواهد داشت. تنها راهی که من می توانم بدست آورم تا شما کاری را انجام دهید، بوسیله دادن چیزی است که شما می خواهید. شما چه می خواهید؟

دکتر زیگموند فروید که یکی از پزشکان روان شناس معروف قرن بیستم است می گوید که تمام اعمال ما از دو انگیزه بزرگ سرچشمه می گیرد: تمایلات شهوانی، و آرزوی بزرگ بودن. گفته پروفیسور جان دیویی، فیلسوف مشهور در این باره اندک تفاوتی دارد. وی می گوید: عمیق ترین در نهاد بشر همان "آرزوی مهم بودن است"، این کلام را بخاطر بسپارید "آرزوی مهم بودن".

شما چه می خواهید؟ چیز بسیاری نمی خواهید، اما چیزهایی که شما می توانید آرزو کنید و غالب آنچه را که شما با ابرام

غمگین خواهد بود".

احساس و آرزوی مهم بودن و عظمت یکی از اساسی ترین موارد است که بشر را از حیوانات برجسته و ممتاز می نماید. در ایالت میسوری پدرم مزرعه ای داشت که در آن خوک و حیوانات شاخ داری نظیر بز و گاو پرورش می داد و آنها را هنگام مسابقه به دهات می برد و اغلب ما برنده جایزه نخستین می شدیم و موقعی که بخانه می آمدیم روبان های آبی و نوارهای الوانی را که بعنوان جایزه پدرم دریافت کرده بود بر پارچه سفیدی می دوخت و اگر مهمانی بمنزل می آمد آن پارچه را در برابرش می گسترد و خود یک سرپارچه را می گرفت و سر دیگر را بدست من می داد تا تمام نشانه های افتخار وی در انظار جلوه گر شود.

اگر اجداد ما دارای این حس خاموش نشدنی برای مهم بودن و عظمت جویی نبودند تمدن وجود نمی یافت و بدون آن بی شبهه ما نظیر بهائم می بودیم.

همین میل مشهورگشتن بود که شاگردی فقیر و بینوا را از محل کسب خود به مطالعه کتب حقوقی که در میان جعبه ای در حراج به قیمت پنجاه سنت خریداری کرده بود را وادار نمود. شاید شما نام این شاگرد فقیر تیز هوش را شنیده باشید، نام او لینکلن بود.

همین آرزوی بزرگ شدن بود که چارلز دیکنز را به نگاشتن کتب جاودانی خود واداشت و راکفلر را به جمع آوری میلیون ها ثروت ترغیب کرد که هرگز مصرف نکرد و نظائر همین آرزوها ست که غنی ترین مردمان را در شهر وادار به ساختن بنایی که بیش از حاجت شخصی او است می نماید. و همین امیال است که وامی دارد تا آخرین مدل لباس ها را بپوشید و شیک ترین اتومبیل ها را برانید و درباره پیشرفت اطفال خود صحبت کنید و بدون آنکه خود متوجه باشیم برای تایید اهمیت خودمان می کوشیم و همین میل و آرزوست که بسیاری از جوانان را گانگستر و آدمکش می سازد.

آقای مول رونی رئیس پلیس شهر نیویورک می گوید: جوانان جنایتکار در این دوره از باد غرور مست اند و نخستین چیزی که بعد از دستگیر شدن تقاضا می نمایند این است تا به آنان اجازه داده شود جرائم پلیدی که آنها را قهرمان زمانه خوانده اند را مطالعه کنند و دورنمای فجیع مجازات با صندلی الکتریک که در انتظار آنهاست بکلی از نظر شان ناپدید است و چشم امیدشان به روزنامه هایی است که تصویرشان را در ردیف باب روث،، لاگارد، انشتین،، تکانینی، لیند برگ یا روزولت ترسیم می کنند.

اگر به من بگویی چگونه حس بزرگ بودن و مهم گشتن را در خود فرو می نشانی به تو خواهم گفت تا تو که هستی؟. زیرا که همین نماینده رفتار تو خواهد بود و این تنها نکته قابل توجه در وجود هر کسی است. برای نمونه جان راکفلر را این احساس واداشت تا در شهر پکن در چین بیمارستانی برای میلیون ها مردم فقیر که او هرگز نه آنان را دیده بود و نه می دید بسازد و بالعکس دیلینگر را این میل و عملش نهانی وادار نمود تا آدمکش و راهزن گردد و بانک بزند و بدین وسیله اهمیت خود را ظاهر سازد و هنگامی که پلیس می خواست او را در مینیزوتا دستگیر نمایند خود را به کلبه دهقانی افکنده وگفت "من دیلینگر هستم"، او در شمار دشمنان درجه اول اجتماع بود معهذاً به اعمال خویش افتخار می کرد و می گفت "من بشما آزاری نمی رسانم فقط بدانید که من دیلینگر هستم".

آری تفاوت عمده ای که مابین دیلینگر و راکفلر وجود دارد در این است که چگونه و به چه طریق این احساس بزرگ بودن و مهم گشتن را برای خود انتخاب کرده و بدست آورده اند.

تاریخ پر از شواهد و قرائنی از حالات و رفتار مردان بزرگی است که پیوسته می کوشیدند تا عظمت و ابهت خود را آشکار سازند. حتی جورج واشنگتن نیز مایل بود که وی را رئیس جمهور ایالات متحده بخوانند و کریستف کلمب می خواست تا وی را دریاسالار و نایب السلطنه هند بخوانند و کاترین بزرگ ملکه روس از باز کردن نامه هایی که بر آنها عبارت "علیاحضرت امپراتریس" نوشته نشده بود امتناع می ورزید و خانم لیکلن روزی در کاخ سفید خطاب بخانم گرانت فریاد برآورده و گفت "چگونه جرات می کنی تا وقتی که من به شما اجازه نشستن نداده ام بنشینید.

میلیونرها سرمایه لازم جهت مسافرت به قطب جنوب را فراهم آورده و به دریاسالار بیرو دادند به امید آنکه نام ایشان بر کوه های منجمد آن ناحیه بگذارد و ویکتور هوگو آرزو می نمود تا به احترام وی پاریس را بنام وی بخوانند و حتی شکسپیر که یکی از بزرگترین بزرگان جهان است توقع داشت تا برای افزودن مقام او عناوین نجبا را به خاندان وی اضافه نمایند.

برخی اوقات دیده شده که بعضی اشخاص خود را بیمار می سازند تا اینکه توجه و محبت دیگران را نسبت به خود جلب نمایند. همسریک رئیس جمهور سابق آمریکا بارها شوهر خود را وادار می نمود تا ساعت ها بر بالین وی نشسته و او را تسلی دهد و دلخوش سازد و در آغوش خود نگهدارد

کرده ام وی که در اثر تحقیق و کاوش در احوال مجانین و تحمل زحمات فراوانی در این باره صاحب بزرگترین افتخارات و امتیازها بود با صراحت کامل اعتراف نمود که تاکنون با این نکته پی نبرده است که علت فقدان عقل در اشخاص سالم چیست و هیچکس هم به درستی از این سرآگاه نیست و با وجود این می گفت در بسیاری از بیماران خود چنین تشخیص دادم که جنون دیوانگی حس خود پرستی آنان را اقناع می کند و آنچه را که ایشان در زندگی معمولی بدان دسترسی پیدا نکرده اند در عالم خیال می یابند و این داستان را برایم تعریف کرد :

" من در اینجا بانوی بیماری دارم که زناشویی وی را گرفتار حادثه ناگواری ساخت. او آرزویش این بود که پس از ازدواج و برخورداری شدن از نعمی که از آن مترتب است دارای فرزند شده و مقامی ارجمند در اجتماع کسب نماید ولی افسوس که حوادث و گردش روزگار باوی مساعدت نکرد و بنای امیدش را واژگون ساخت. شوهرش از وی گریزان شد به نحوی که حتی مایل نبود با او در یکجا غذا بخورد و او را وادار می کرد تا در طبقه زیرین عمارت به کار کردن مشغول گردد. تحقیر زیاد و تنهایی و نداشتن اولاد به حدی درد آور تاثیر گذاشت که او را به ورطه جنون کشاند در عالم توهم و خیال می بیند که از شوهرش طلاق گرفته و به عقد یک لرد انگلیسی در آمده و اصرار می کند تا او را لیدی اسمیت بنامند و نیز تصور می نماید که هر شب نوزادی از وی بوجود میاید و چون مرا می بیند می گوید : "دکتر امشب بچه زائیده ام".

جهان راستین کشتی امید و آرزوی او را به صخره وحشت انگیز یاس و نومیدی در هم کوفته و منهدم ساخته ، لیک در جزایر روشن و سحر انگیز جنون زورق طلائی خیال او بی گزند به ساحل می رسد در حالیکه باد بان هایش با نسیم مراد در اهتزاز و ترنم است .

آیا این قابل ترحم نیست ؟ نمی دانم . طبیب اش می گفت : چنانچه اگر بیماری وی به اندک توجه من رفع می گشت هرگز سعی نمی کردم ، زیرا او در جهان و دنیایی که برای خویش بنیان کرده به راستی سعادتمندتر از جهان ماست. بطور کلی دیوانگان از ما و شما سعادتمند ترند و چرا نباشند و آنان با یک حرکت تمام مسائل پیچیده و دشواری راکه موجب آزارشان بود حل کرده و در کمال سهولت و سخاوت چکی بمبلغ یک میلیون بنام شما حواله می دهند و بدون هیچ داشتی سفارش نامه خصوصی به شما می دهند که هر وقت می خواهید بلامانع مثلا نزد آقاخان بروید . این اشخاص در دنیای شگرفی که برای خود ساخته اند وسیله رفع عطش عظمت را بدست آورده اند .

تا بخواب رود و بدینوسیله وی را از انجام کارهای بزرگ کشور وامیداشت و حتی برای نشان دادن اینکه تا چه اندازه بر رئیس جمهور نفوذ دارد تقاضا می کرد تا شوهرش در مطب دندانپزشک او را همراهی کند و اگر رئیس جمهور برای حضور در مجلس مهمی او را ترک می گفت آشوب و جنجالی عظیم به پا می شد.

ماری رو برتس راین هارت، رمان نویس مشهور روزی داستان زن جوان و سالمی را برایم تعریف کرد که خود را بیمار و ناتوان ساخته بود تا بدینوسیله توجه اعضاء خانواده بسوی خویش جلب نماید و اهمیت خود را واثق و استوار گرداند و چون کم کم درک کرده بود که با افزایش سن احتمال شوهر کردن برایش کمتر شده در برابر دیدگان خود افق تاریکی گسترده بود و دیگر هیچگونه امید و دلخوشی زندگی نداشت ... وی می گفت "این خانم بستری شد و مدت ده سال مادر پیرش از وی پرستاری و مراقبت می کرد و روزی چند بار ظروف غذای وی را از پله ها بالامی برد ... عاقبت مادر از این وضع بستوه آمده و بدرود حیات گفت و این خانم بیمار چند هفته به ناله وزاری مشغول بود و چون دیگر کسی به دادش نمی رسید بالاخره از بستر بیماری برخاست و لباس بتن کرد و زندگی کرد و زندگی سابق را از سرگرفت ". پزشکان روانشناس نوشته اند افرادی وجود دارند که دیوانه می شوند تا در حال خیال اهمیتی را دریابند که جهان حقیقی از ایشان دریغ داشته است . در بیمارستان ها دیده می شود که امراض دماغی بیش از سایر بیماری ها است .

در میان غالب دانشجویانی که اکنون مشغول تحصیل میباشند یک شانزدهم آنان مدتی از حیات و زندگانی خود را در بیمارستان طی کرده اند. اکنون ببینیم که عوامل دیوانگی و جنون چیست؟

هرگز کسی نمی تواند به چنین پرسش پیچیده و غامضی پاسخی متقن بدهد ولی ما می دانیم که بعضی از امراض نظرسفلیس در فساد سلول های مغزی مؤثر بوده و تعادل فکر و دماغ را برهم می زنند و می توان نیمی از عوامل جنون را علل مادی و جسمانی دانست . پس نیمی دیگر از علل جنون و دیوانگی چیست ؟ مطلب عمده در همین جاست که نیمه دیگر دیوانگی در اشخاص سالم و معتدل بروز می نماید .

موشکافی و تجزیه قوای دماغی ایشان سلامت مغز آنان را ثابت می کند و نشان دهنده آن است که هیچگونه ضایعه ای در بافت های مغز آنها را حاصل نگشته ، پس چرا اینگونه مردم عقل خود را از دست می دهند و من این سؤال را از رئیس پزشکان یکی از بزرگترین بیمارستان های خودمان

کرده ام و مردم بی شماری دیده ام و بوضوح دریافته ام که عموماً با تشویق و تمجید هر کاری را به پایان رسانده اند. تا با سرزنش و عیب جوئی".

به عقیده او همین نکته یکی از عوامل پیشرفت سریع و فوق العاده امور کارنگی محسوب می شود. این مرد هیچگاه از یاد نمی برد که در حضور جمعی از همکاران خود سپاسگزاری نماید. در خلوت هم از آنان اظهار امتنان می نمود حتی بعد از مرگ نیز بر سنگ مزار خویش چنین نوشت : و در این جا کسی آرمیده که در عملی زندگانی خود موفق شد تا پیرامون خود مردانی گرد آورد که از او هوشمندتر بودند .

راز پیروزی و موفقیت راکفلر نیز چنین است وقتی که شریک او موسوم به و ادوارد بدفورد ، در معاملاتی که در آمریکای جنوبی انجام و یک میلیون دلار به کمپانی خسارت رسید جای آن بود که راکفلر بروی خشم گیرد ولی او می دانست که بدفورد تمامی کوشش و سعی خود را به خرج داده ، بدین سبب خاموش ماند و دم نزد و در عین حال در روش کار بدفورد موفق به کشف نکته ای شد که وی را مستحق تمجید و تشکر می نمود و بدین جهت از وی سپاسگزاری کرد و گفت : « به راستی رفتار شما بسیار عالی است ما نیز در این کشور بیش از آنچه که شما انجام داده اید ، قادر نخواهیم بود .

زیکفیلد که از مشهورترین صحنه سازان تئاتر در برادوی بود با جلوه دادن به بانوان چنین شهرتی کسب کرد . بارها پیش آمد زن در



اگر مردمان برای فرو نشاندن این حس و مرتفع ساختن این نیاز ، ممکن است دیوانه شوند، فکر کنید چه معجزاتی از ما بروز خواهد کرد، اگر بتوانیم نسبت به قدر و منزلت و هنر اشخاصی که پیرامون ما را گرفته اند منصف و حق گزار باشیم !

و من کسی را جز یک نفر نمی شناسم که در سال یک میلیون دلار حقوق گرفته باشد آن هم از یکنفر اسکاتلندی وی شارل شواب بود که مورد اطمینان آندره کارنگی ملقب به پادشاه فولاد بود. کارنگی سالی یک میلیون دلار به او می داد چرا ؟ آیا شواب نابغه بود ؟ آیا در فن صنایع فولاد و آهن برمهندسين دیگر رجحان و برتری داشت ؟ خیر شارل شواب به من اعتراف کرد که از میان همکارانش بسیاری افرادی که در این فن و پیشه براو برتری دارند . آنچه او را از دیگران متمایز می ساخت هنر و قدرت بی نظیر و آگاهی وی بر رمز معامله با دیگران بود و می دانست به آنها چه باید داد و آنان چه می خواهد و هرگز از تشویق و ترغیب ایشان فروگذار نمی کرد.

بیان اسرار وی همین است که او خود برای من شرح داد و سزاوار است که این سخنان برلوحی از فلز منقش گردد و تا پایان عمر آن را نگاه داریم و آن را در هر خانه و هر مدرسه و مغازه و اداره ای بیاویزیم. جوانان ما در عوض اتلاف وقت برای از بر کردن افعال زبان لاتین و یا دانستن اینکه در برزیل سالانه چقدر باران می بارد ؛ یککاش این سخنان را در ضمیر و در خاطر خویش می نگاشتند. این سخنانی است که اگر قابل باشیم بوسیله آنها بتوانیم سیر گردش زندگی خود را تغییر دهیم .شواب می گفت "بزرگترین سرمایه من قدرتی است که تولید هیجان در اشخاص دارم "

"تنها بوسیله تشویق است که می توان بهترین استعدادهای انسانی را ظاهر و آشکار ساخت . هیچ چیز برای کشتن استعداد شخصی هولناک تر از انتقاد و سرزنش او نیست. همانطور که گفتم من کسی را سرزنش نمی کنم و باید آرزو و هدف های نهانی را که در اشخاص وجود دارد تحریک نمود و اگر هدف و میلی در او وجود ندارد در وجودش ایجاد آرمان و آرزو کرد و بدین سبب من همواره آماده تحسین و ترغیب دیگران هستم. اگر کاری را مشاهده کنم که بخوبی انجام داده شده است صمیمانه در تشویق و تعریف آن مبالغه می کنم ". اما این بود سخنان شواب . اما ما چه می کنیم ؟ درست عکس دستورات و گفته او هر گاه در چشم ما چیزی نادرست و غیر عادی و ناهنجار آید فریاد می کنیم وزبان به گلایه باز می کنیم.شواب می گفت : "من بسیار سفر

خواهد داشت. مردمان ریاکار که دغل کاری و چاپلوسی پیشه می کنند غالباً زبانی غیر قابل جبران متوجه ایشان می باشد، زیرا چاپلوسی یک نوع خدعه و ریای مضحکی است که آشکار می گردد اما سپاس و تمجید صمیمانه چیز دیگری است. هیچگاه و هرگز شما را دعوت به تملق و چاپلوسی نمی کنم مقصود همانا ایجاد نحوه مخصوصی از تفکر است که بکلی زندگی شخص را صورتی دیگر می بخشد.

جرج پنجم پادشاه انگلیس در دفتر کار خود در کاخ بوکنیکهام بر روی دیوار مقابل شش پند نقش کرده بود که یکی از آنها چنین است: "بمن بیاموزید از شنیدن و گفتن تملق های پست و مستهجن خود را محافظت کنم." امرسون فیلسوف مشهور می گفت: «آنچه هستی شما را بهتر معرفی می کند تا آنچه می گوئید، یعنی به هر زبانی مایلید صحبت کنید زیرا سخن بر واقعیت آنچه که شما هستید سرپوش نخواهد گذاشت و بالاخره نهاد و سرشت واقعی شما از زیر این پرده گفتار که شما بر خود پوشیده اید آشکار خواهد گشت. اگر تملق برای ترقی و سعادت بشر کافی بود چندان اشکالی نداشت.

در هنگام صحبت در عوض آنکه توجه خود را به خویشتن مشغول داریم باید بکوشیم تا صفات و اخلاق مخاطب خود را بیاد آورده و محسنات او را در نظر آورده و با صمیمیت هرچه تمامتر او را ثنا گوئیم و هیچگاه به تملق هایی نپردازیم که حتی خودمان به آنها اعتقاد نداریم.

و چنانچه امرسون می گوید: "من چون کسی را ملاقات کنم و بطریقی توجه مرا بخود معطوف سازد از وی پندی گرفته و چیزی می آموزم."

آیا تصور نمی کنید آنچه که در باره حکیمی بزرگوار نظیر امرسون صادق بود خیلی بیشتر در باره من و شما صادق باشد؟ اندیشیدن درباره خود و آمل و هنرهای مان را باید ترک گوئیم و احوال و خصوصیات دیگران را مورد اندیشه قرار دهیم و مقید باشیم تا هرگز گرد چاپلوسی و تملق نگردیم و مدح و تحسینی که می گوئیم همه از صمیم قلب باشد، و اگر مواردی پیش آید از تشکر و اظهار قدردانی و محبت دریغ نکنیم در این صورت سخنان و گفتار ما در دیگران مؤثر و مفید خواهد بود. چنانچه گفته اند "سخن کز دل برون آید نشیند لاجرم بردل".

و مردمان سخنان شما را بیاد آورده و تکرار خواهند کرد و در تمام ادوار زندگی خویش آنها را تکرار می کنند در حالیکه شما آنرا فراموش کرده اید.

مانده ای را که هیچکس نمی خواست دو بار به او نظر کند چنان می آراست که چون به روی صحنه نمایش میآمد با جلوه ای فریبا دل ها را می ربود و حس اعجاب را در همگان بر می انگیزت.

زیکفیلد می دانست که دلخوشی و اعتماد بنفس چگونه شخص را دگرگون می سازد از فرط تحسین و تعریف زنانی که دارای قیانه معمولی بودند و با وی کار می کردند بحسن و جمال خود مغرور گشته و بسبب اطمینان و غروری که در آنان ایجاد شده بود در جلوه گری و نمایش اعجاز می کردند. این مرد کاردان و تیز هوش مزد دختران نمایش خانه را از هفته ای سی دلار به هفته ای هفتاد دلار ترقی داد و در جلب قلوب بازیکنان مهارت و ظرافتی عجیب بکار برد، وی در نخستین شبی که نمایش وی در "فولی" دائر گشت، به هر یک از بهترین بازیکنانش تلگرافی کرد و دسته گلی به یک دخترانی که در آن نمایش شرکت کرده بودند داد. انسان بیش از غذا به تشویق و تمجید نیازمند است، عجب آنکه برخی شرم دارند از اینکه به نوکر و با کارگران خود چند روز غذا ندهند اما متوجه نیست که ندادن غذای معنوی چقدر از غذای جسمانی سخیف تر و دشوارتر است.

یکی از هنرپیشه های معروف می گفت: و هیچ چیز ضروری تر از تشویق و کف زدن تماشاچیان برای من نیست زیرا بدین وسیله لیاقت و استعداد من قوت یافته و رشد می کند.

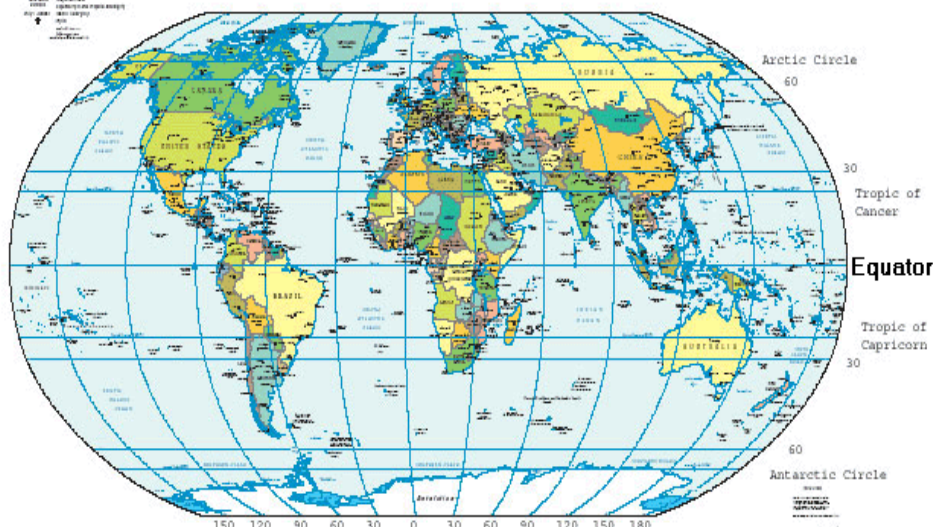
ما جسم فرزندان، دوستان و کارکنان را با غذا پرورش می دهیم ولی آن طعامی که لازمه روح بشر است کمتر در اختیار آنان قرار می دهیم. سبب زمینی و کباب که مولد انرژی است به آنان ارزانی می کنیم اما در گفتن سخنان دلپذیر و آرامش بخش که در ضمیر و خاطره ایشان سالیان دراز چون نغمه های روح پرور آسمانی طنین خواهد افکند، غفلت کرده و دریغ می نمائیم.

بعضی از خوانندگان در همین هنگام چون این سطور را می خوانند می گویند که مقصود تو چاپلوسی و تملق و خوش آمد گویی است. من بارها این شیوه را به کار برده ام اشخاص باهوش هرگز فریب این سخنان را نمی خورند. البته تملق خشن و درشت در مردمان ظریف تأثیری نخواهد داشت زیرا که میان تهی و باطل است و معمولاً توامان با مقاصدی گفته می شود. طبیعی است که شنونده آنها را دفع می نماید و در روحش تاثیر مطلوب نخواهد گذاشت.

چه فرق است میان مدح و ثنائی که از قلبی پاک و بی آرایش سرچشمه می گیرد با تملقی که مولد و بانی فساد است، تملق زبان آورتر از سودی است که محتملاً در بر

با مختصات جدید جهان آشنا شویم

Political Map of the World, June 2005



سجاد نوروزیان

خلاقیت، نوآوری و تخیل

مشاغلی در آینده وجود خواهند داشت که به خلاقیت، نوآوری و تخیل بیش از امروز، نیاز دارند. معماری دیجیتال، طراح محیط های مجازی، طراحی آواتار (شکلک ها)، توسعه دهنده های مرتبط با حمل و نقل، برنامه نویس رایانه و رمزگذار.

موضوع جدی این است که روبات ها و رایانه ها بخش عمده ای از فعالیت های روزمره ی آینده هستند؛ اما چه کسی باید این ماشین ها را طراحی کند؟

یکی از پژوهشگران معتقد است، بهترین راه برای جلب علاقه ی کودکان به حوزه های فن آوری، قرار دادن کودک در میان ابزارهای نوین است. مثلاً به او اجازه دهید بازی های رایانه ای انجام دهد؛ او را ترغیب کنید که از تبلت یا گوشی هوشمند خود در زمینه هایی بیش از بازی استفاده کند؛ در آن کتاب

پژوهشگران آینده پژوهی بر این باورند که تا سال ۲۰۳۰، بیشتر مشاغل موجود در حال حاضر ناپدید می شوند. ماشین آلات، روبات ها و رایانه ها پاسخگویی به نیازهای افراد را به عهده خواهند گرفت و افراد به جای کار کردن از پشت میز، آزادانه مهارت های خود را در هر نقطه از جهان که مورد نیاز باشد، به کار می گیرند. چرا که مفهوم کار کردن در حال تغییر است. یکی از پژوهشگران میگوید: "طی ۱۵ تا ۲۰ سال آینده، تغییرات بی سابقه ای رخ می دهد. این تغییرات، بر اقتصاد و نحوه ی انجام کارها تأثیر خواهد گذاشت. انسان ها نیازمند مجموعه جدیدی از خدمات و سرویس ها خواهند شد و برای رفع این نیازها باید شغل های جدیدی ایجاد شود." فناوری در سال ۲۰۳۰ تقریباً در همه ابعاد زندگی ما توسعه پیدا کرده است. پس ضروری است که برای مواجهه شدن با آینده، با مختصات جدید جهان آشنا باشیم.

یکی دیگر از محققان آینده نگر و روانشناس تجارت، به والدین توصیه کرده است که انقلاب دیجیتال بیش از حد تصور عظیم و گسترده خواهد بود و امکان مقاومت و مواجهه با آن نیز محال است.

"شما نمی توانید آن را نادیده بگیرید یا وانمود کنید که روزی پایان خواهد پذیرفت. بهتر است آمادگی مواجهه با آن را داشته باشید؛ از همان سنین کودکی به این موضوع توجه کنید. کسانی که مهارت مواجهه با تغییرات آینده را نداشته باشند، عقب می مانند."

با توجه به تغییراتی که در سال های آینده، پیش رو داریم، بسیار مهم است که کودکان را با مهارت های ذهنی انعطاف پذیری (داینامیک بودن) و مدبر بودن، آشنا کنیم.

یکی دیگر از محققان آینده گرا به والدین شدیداً توصیه کرده که کودکان خود را نازنازی و در رفاه زیاد تربیت نکنند. کودکان باید در هر سطح به چالش کشیده شوند، مسأله های زندگی خود را حل کنند و یاد بگیرند که از خود مراقبت کنند.

"هر فعالیتی که کودک انجام می دهد، باید برای ارتقای مهارت سازگاری با تغییرات باشد."

سالمندان، شبکه سازی های اجتماعی و وکالت مجازی از جمله ی آنهاست.

جمعیت سالمند در سرتاسر جهان به افراد دلسوز، دلسوز و دلسوز نیاز دارند تا از آنها مراقبت کنند و به سلامتی و نیازهای پزشکی آنها رسیدگی کنند.

کودکان توانایی ذهنی برای دلسوزی دارند؛ شما می توانید با گفتگو در مورد احساسات خود درباره ی یک موضوع خاص، مشارکت آنها در امور خیریه و فعالیت های داوطلبانه ی اجتماعی، این مسأله را تقویت کنید. مثلاً ملاقات با اقوام یا همسایه ی سالخورده، یک تجربه ی موفق برای کودک خواهد بود. می توانید آنها را به عوان برنامه ای هفتگی در نظر بگیرید. فراموش نکنید که خودتان الگوی مؤثری برای این موضوع هستید.

از طرفی مهارت های اجتماعی و ارتباطی بسیار مهم هستند. وقتی با دیگران کار می کنید، باید بتوانید با آنها ارتباط برقرار کنید. یکی از مهارت های کارگروهی همین برقراری ارتباط چندلایه در فضای کاری است. با دیگران بر اساس شاخص های انسانی ارتباط برقرار کنید، نه بر اساس منافع شخصی یا شغلی. کودکان و نوجوانان را تشویق کنید تا با همه ی اقشار جامعه رفت و آمد داشته باشند و با مردم معاشرت کنند. از طریق تعامل با آنها است که کودکان، مهارت های مهم اجتماعی و عاطفی را آموزش می بینند.

فراموش نکنیم که هر چه اعتماد انسان ها به فناوری افزایش یابد، تقاضای بیشتری برای مهارت های انسانی، وجود خواهد داشت.

مهارت های ارتباطی را در کودک تقویت کنید؛ در فرصت مناسب زبان های دیگری را به او آموزش دهید. فقط به زبان انگلیسی فکر نکنید. یکی از زبان های مهم در دنیای آینده، زبان دنیای دیجیتال است. زبان های برنامه نویسی هم در حال توسعه است.

آن چیزی که در مهارت آموزی کودکان بسیار مهم است، رفتار والدین است. آن را فراموش نکنید. نمی توانید چیزی از کودک مطالبه کنید که خودتان انجام نمی دهید. پاسخ عکس خواهید گرفت.

تجزیه و تحلیل و تحقیق

مشاغل در آینده خواهند بود که به مهارت های تجزیه، تحلیل و تحقیق نیاز دارند. تجمیع کننده داده ها، ویرایشگر محتوا، آنالیزور و مدیر اطلاعات.

پژوهشگران معتقدند تا سال ۲۰۳۰، اکثر مشاغل رسانه ای منسوخ خواهند شد. اخبار توسط مردم تولید می شود؛ مردم

بخواند؛ او را برای دوره های برنامه نویسی کامپیوتر بفرستید؛ و با او در مورد فن آوری صحبت کنید. سؤال بپرسید و او را به چالش بکشید. به عنوان مثال، از او بپرسید که فکر می کند تبلت یا گوشی هوشمند، چگونه کار می کند؟ یا اگر بزرگتر است، او را به فکر بیندازید که همراه با دوستانش یک اپلیکیشن طراحی کند که نیازهایشان را پاسخ دهد. آموزش دیدن و آموزش دادن یک انگیزه و جذابیت جدی برای حوزه هایی است که ابزارها در آن نقش مهم ایفا می کنند. در حالی که روبات ها و رایانه ها در آینده کارهای زیادی را انجام می دهند، باید در نظر داشته باشیم که آنها فاقد خصوصیات انسانی مانند خلاقیت و تخیل هستند. پس یک طراح، یک آرشیست یا مهندس وظیفه دارد تا «انسانیت» را به این دستگاه ها برساند؛ اینجاست که خلاقیت بیش از امروز نیاز خواهد بود. اما چگونه یک کودک خلاق برای آینده تربیت کنیم؟ چه ویژگی هایی را در او باید پرورش دهیم؟ آیا والدین و یا محیط غیرخلاق می تواند کودک خلاق تربیت کند؟

پژوهشگران پیشنهاد می کنند تخیل کودک را از طریق نقاشی و نوشتن شکوفا کنید. اگر او ایده ای دارد، تشویقش کنید تا آن را با یک تصویر یا داستان، برای دیگران تشریح کند؛ ایده اش را گسترش دهد و آن را به زندگی روزمره بیاورد. ممکن است با توجه به محیط هایی که ما در آن آموزش دیده ایم، بخواهیم شرایطی مهیا کنیم که او هم مثل ما رشد کند. و این فاجعه است! هر شب نیم ساعت وقت بگذارید و به کودک اجازه دهید خلاقیت خود را به هر شکلی که دوست دارد نمایش دهد. بگذارید تخیل او، بدون نگرانی از انتقادات، به صورت ذاتی و طبیعی، عیان شود. پانتومیم بازی کند؛ برای شما قصه بگوید و یا برایتان نقاشی بکشد.

بروز خلاقیت، کودک را زنده می کند. به او زندگی متفاوتی را نشان می دهد. ابزارهای خلاقیت را شناسایی کنید؛ بازی کردن، مهم ترین ابزار است. بچه ها در حین بازی کردن، ایده های خود را عملی کرده و با آزمایش های عملی ساده، آنها را شناسایی و کشف می کنند.

کودک را در طبیعت غوطه ور کنید. اجازه دهید که کودک در معرض طبیعت باشد. آنچه در طبیعت جریان دارد سرشار از خلاقیت است. طبیعت، بسیار لذت بخش و هیجان انگیز است؛ البته که می تواند خطر آفرین هم باشد. و به همین دلیل طبیعت چیزهای زیادی می تواند به کودک آموزش دهد.

مهرورزی و ارتباطات

مشاغل در آینده وجود خواهند داشت که به مهربانی و ارتباطات بیش از امروز نیاز دارند. مشاوره بهزیستی برای

گزارشگر خواهند شد و خودشان محتوا را تولید می‌کنند. حوزه‌ی رسانه‌ای جهان به مردمی نیاز خواهد داشت که می‌توانند اطلاعات را تبدیل به محتوا کرده، آن را مدیریت و ویرایش کنند. و البته آن را به گونه‌ای منتشر کنند که به دست مصرف‌کننده‌ها برسد و برای دیگران جذاب باشد.

پژوهشگران معقدند جهان به افرادی نیاز دارد که بتوانند داده‌ها را جمع‌آوری کرده و آن را به محصولات و تجربیات تبدیل کنند. این یک صنعت بزرگ و عظیم خواهد بود. شرکت‌ها پیش از تولید محصول، منتظر تحلیل جامعه‌ی بازار هستند. در ۲۰ سال آینده، جمع‌آوری داده‌ها، قبل از هر چیز اهمیت خواهد داشت.

می‌توانید مهارت‌های تحلیلی کودک را با علاقمند کردن و تشویق او نسبت به دنیای اطراف، شناسایی و ترغیب کنید. برای حل مشکلات، به او انگیزه دهید؛ به او بیاموزید که چگونه نتیجه‌گیری کند؛ به او آموزش دهید تا در حالی که یک تصویر "بزرگ" را می‌بیند، جزئیاتش را به چالش بکشد؛ کمک کنید تا بتواند از زوایای مختلف به یک وضعیت نگاه کند.

اگر متوجه شدید که کودک به چیزی علاقمند است، به او اجازه دهید که بیشتر در مورد آن تحقیق کند. حمایت کنید. این کنجکاوی او را مسلط می‌کند و به پرورش توانایی‌های پژوهشی وی کمک خواهد کرد.



تصمیم‌گیری بر مبنای اخلاق

مشاغلی در آینده هستند که به این نوع از مهارت تصمیم‌گیری نیاز دارند؛ سازنده اندام‌های بدن، حوزه‌های نانو دارویی و مشاغلی دیگر.

چگونه می‌توان این مسأله را در کودک نهادینه کرد؟ تصمیم‌گیری بر مبنای اخلاق، یک مهارت بسیار مهم است؛ به ویژه اگر کودک بخواهد وارد زمینه‌های پزشکی و مراقبت‌های بهداشتی شود.

این که می‌توانید کاری انجام دهیم یا چیزی تولید کنیم، به این معنا نیست که حتماً باید آن را انجام دهیم. جهان به دانشمندان و متخصصانی نیاز دارد که درک کنند چگونه برخی تصمیم‌ها به آحاد بشریت آسیب می‌رساند. کسانی باید دانش را گسترش دهند که به فکر منافع اکثریت جامعه هستند، نه اینکه برای سودجویی افراد قلیلی، به مردم جهان آسیب برسانند.

بهترین راه برای پرورش این مهارت در کودک، آموزش درست مفاهیم و ارزش‌های اخلاقی است. انصاف، مسئولیت‌پذیری، مهربانی و نوع‌دوستی را به صورت ویژه‌ای به او یاد دهید.

مسأله‌های ساده برای طرح کنید، از او بخواهید که آن‌ها را حل کند، بدون اینکه آسیبی به دیگران برساند و یا مزاحمتی ایجاد کند. از او بپرسید که چگونه می‌تواند جهان را بهبود ببخشد و محیط زندگی‌اش را به سمت ارزش‌های اخلاقی هدایت کند.



چگونه آتشفشان خشم خود را مهار کنیم؟

پرستو فصیح
روان درمانگر کودک و نوجوان
عضو سازمان نظام روانشناسی و مشاوره ایران

همه ما با کوه آتشفشان آشنا هستیم. می دانیم که در دل برخی از کوه ها گدازه های داغ و سوزاننده ای هستند که سالیان سال خاموش باقی می مانند و «آتشفشان خاموش» نامیده می شوند، اما ممکن است روزی هوس جاری شدن به سرشان بزند و آن وقت است که خانمان برانداز می شوند.

خشم یکی از هیجان های مهم و طبیعی است؛ این هیجان ناخوشایند هشدار می دهد چیزی سر جای خودش نیست و باید تغییری ایجاد شود. اما از آنجا که خشم هیجانی پرانرژی است، اگر درست مدیریت و کنترل نشود، ممکن است مانند کوه آتشفشان هر لحظه منفجر و مواد مذاب آن تخلیه شود. بنابراین، افرادی که توانایی کنترل خشم خود را ندارند ممکن است به اندازه کوه آتشفشان آسیب رسان باشند و گاه اثرات مخربی را بر روح و روان خود و دیگران برجای بگذارند. به زبان ساده هرگاه که فرد با ناکامی روبه رو شود احساس خشم در او ایجاد می شود. این احساس می تواند با عکس العمل های دیگر مانند خصومت، کینه توزی، تنفر، تحقیر، ناراحتی، استرس، ناامنی، درماندگی و همچنین نشانه های بالینی مانند تپش قلب، تعریق، تنفس سریع و سطحی، سوزش معده، سرخ شدن چهره، سردرد و ... همراه شود. در این مقاله سعی شده است تا مهارت کنترل و مدیریت خشم به زبانی ساده با بیان نکاتی کاربردی و کاملاً عملی گام به گام ارائه شود.

گام اول: خودشناسی

جرقه های خشم به دو عامل درونی و بیرونی تقسیم می شوند. عوامل بیرونی شامل مواردی هستند که در محیط اطراف فرد باعث به وجود آمدن جرقه می شوند مانند پایمال شدن حق، حس بی حرمتی، آسیب و یا از دست رفتن دارایی، درگیری های زناشویی و عوامل درونی شامل جرقه هایی است که در درون فرد ایجاد میشود مانند گرسنگی، درد کشیدن، احساس خستگی، ضعف، ناتوانی، ناکامی، کم خوابی، بد خوابی (کیفیت بد خواب) و از همه مهمتر یادگیری الگوی رفتاری اشتباه در دوران کودکی.

همانطور که هر یک از عوامل بیرونی و درونی ممکن است باعث ایجاد جرقه خشم شود، گاه تاثیر متقابل بر یکدیگر می گذارند و ممکن است بروز هر یک از آنها عوامل دیگر را نیز به وجود آورد. به همین دلیل شناسایی جرقه های خشم، چه درونی چه بیرونی، امری مهم و اساسی است زیرا در این صورت مکانیزم خشم از حالتی ناآگاهانه به وضعیتی آگاهانه تغییر می کند و اجرای گام های بعدی را موثرتر و آسانتر می کند.

گام دوم: ایجاد وقفه

حال که جرقه های خشم خود را شناسایی کردید، باید راهکارهایی را بیاموزید که باعث کاهش پرخاشگری، جلوگیری از اعمال خشونت و در نهایت کنترل خشم میشود. وقفه، همانطور که از نامش پیداست، به فاصله زمانی گفته می شود که به ذهن فرصت ارزیابی مجدد می دهد، تپش قلب را آرام و اکسیژن رسانی را آسانتر می کند. در نتیجه، تنش فرد کاهش می یابد و مغز رهبری امور را به عهده می گیرد تا فرد بتواند اوضاع را مدیریت کند.

تکنیکهای مؤثر در کاهش خشم برای هر دو عامل درونی و بیرونی عبارتند از:

- دور شدن از محیط تنش زا: گاهی دور شدن از محیط اثر چشمگیری بر کاهش خشم دارد. البته، تاثیر این تکنیک موقتی ولی بسیار مؤثر است.
- نوشیدن آب: حجم زیادی از مغز انسان را آب تشکیل داده است. بنابراین، خوردن آب باعث می شود که شما بهتر فکر کنید، هوشیارتر باشید و

دروغین و اغراق آمیز ذهن شما را دربرمی گیرند و مانع درست اندیشیدن می شوند. بنابراین، باید تمرین کنید که این افکار و پیامدهای مخرب حاصل از آنها را بشناسید و روشی منطقی را برای مقابله با رفتارهای خشونت آمیزتان پیدا کنید؛ در این روش الگوی فکری شما که به گزینش افکار نامعقول و رفتارهای غیرانطباقی حاصل از آنها عادت کرده است تغییر می کند. بنابراین، باید تلاش کنید تا عادت های مثبت را که یکی از روش های ایجاد آنها همان عبارات تاکیدی است جایگزین عادت های اشتباه گذشته کنید. در همین راستا می توانید وقتی با این افکار غیرمنطقی مواجه شدید ابتدا مکث کرده و سپس از خود بپرسید: «آیا این فکر درست است یا خیر؟ برای درستی آن چه شواهد و استدلال منطقی وجود دارد؟» و پس از بررسی آن ها افکار درست را پیدا کرده و به مرور جایگزین آن ها کنید.



اکنون که یاد گرفتید در زمان عصبانیت از تکنیک های وقفه استفاده کنید، وقت آن رسیده است که انرژی حاصل از خشم را به روش درست تخلیه کنید. یکی از موثرترین روش های تخلیه انرژی خشم انجام حرکات یوگاست. حرکات کششی، پیچشی، تعادلی، وارونه با تمرینات تنفسی و ریلکسیشن (وانهادگی) مجموعه کاملی از حرکات ملایم و آرامش بخش است که تنش عضلانی را کاهش می دهد، ذهن را باز می کند، احساسات را کنترل می کند، سیستم عصبی را آرام کرده و در نهایت موجب می شود که ساکن بودن و آرامش را با تمام وجود احساس کنید.

گام سوم: تخلیه خشم

د) تهیه راه حل ها: لیستی از راه حل های متعدد که به ذهنتان خطور کرده و یا از بررسی های مختلف به دست آورده اید، تهیه کنید.

ه) انتخاب بهترین راه حل: پس از تهیه لیست، بهترین، مناسبترین، منطقی ترین و کاربردی ترین راه حل را پیدا کنید و آن را به کار ببندید نمی کمد، راه حل دیگری را امتحان کنید. مهم اینست که ناامید نشوید و همیشه به دنبال رشد شخصی و کسب تجربه باشید.

در پایان، یادگیری مهارت کنترل خشم برای پیشگیری از رفتارهای پرخطر و همچنین افزایش کارآمدی فردی و اجتماعی امری ضروری به نظر می رسد؛ زیرا با افزایش سازگاری و انعطاف پذیری، زندگی اجتماعی مطلوبی را برای خویش فراهم می کنید. کنترل خشم مانند هر مهارت دیگر نیاز به تمرین و تکرار دارد. بنابراین، از همین امروز تکنیک های وقفه مانند تصویرسازی ذهنی، تنفس های عمیق شکمی و تکرار عبارات تاکیدی مثبت را تمرین کنید تا در زمان مقتضی از ابزار توانمندسازی خود بیشترین بهره را ببرید و به منطقی ترین روش ممکن بر مشکلات خود فائق آید.

حل مسئله شیوه ای منظم و هدفمند برای رسیدن به یک هدف خاص است. بنابراین، شما باید سلسله مراتبی را طی کنید تا بتوانید به حل مشکل خود پردازید:

الف) تشخیص موقعیت: ابتدا، به تحلیل موقعیت یا شرایطی پردازید که وضع عادی شما را مختل می کند؛ این تحلیل به شما کمک می کند تا به طور صریح با مسئله روبرو شوید.

ب) موضوع مسئله: بعد از مشخص شدن مسئله آن را با جزئیات دقیق بنویسید تا تعریف مشخصی از مشکل خود داشته باشید. مهمترین نکته این است که مشخص کنید آیا واقعا مشکلی دارید یا ذهن شما بر اساس عادت هر چیزی را مشکل می پندارد. هدف، تشخیص مسئله اساسی از مسئله کم اهمیت است.

ج) جمع آوری اطلاعات: چقدر می توانید از تجربیات قبلی خود برای جمع آوری و تحلیل اطلاعات مربوط به مسئله کنونی کمک بگیرید؟ استفاده از تجربیات دیگران، خواندن کتاب در زمینه مشکل و گرفتن مشاوره از افراد دارای صلاحیت، اطلاعاتی را درباره مسئله ایجاد شده فراهم می آورد و شما را برای برداشتن گام بعدی آماده می کند.

تاریخ

متعلق به گذشته نیست

بلکه تلاشی برای زندگی کردن در زمان حال است



دکتر محمد هاشم رهنما :: کارگاه بررسی تجربه فرهنگی

بر اساس موضوع جلسه، قصد دارم تجربه ای را توضیح بدهم که تاثیر عمیقی بر نگرش من بجا گذاشته است. آن چه که چالش ذهنی مرا به دلیل تخصصی که دارم مدام مشغول کرده، تصور غالبی است که در جامعه ما از تاریخ وجود دارد. تصویری که تاریخ را قصه و داستان فرض می کند و کاربرد تاریخ را به پند و اندرز خلاصه می کند. به طور خلاصه عرض کنم که زمانی می توان نگرش اجتماعی را تغییر و موضوعی را به مسئله ای مهم تبدیل نمود، که جامعه کاربرد یک پدیده را در زندگی اجتماعی ببیند و بر سر معنایی مشترک از آن به توافق برسد. این راهکار از تعامل و همخوانی دو مفهوم فرهنگ و تاریخ ذیل عنوانی به نام «تاریخ فرهنگی» بدست می آید. با مفهوم فرهنگ شروع می کنیم؛ فرهنگ در تعبیر جدید، نظام معنایی مشترک یک جامعه است. بر این اساس تمامی رفتارها اعم از آداب و رسوم یا آیین و سنت ها و حتی فعالیت های اقتصادی و سیاسی و یا هنری جلوه های بیرونی فرهنگ محسوب می شوند. با چنین تعبیری تاریخ نیز بازنمایی چنین رفتارها و کنش های انسانی طی دوران های گذشته است. به این ترتیب تاریخ فرهنگی روشی علمی برای ارزیابی و بررسی جامعه به صورت گسترده آن اعم از سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و هنری محسوب می شود. و کاملاً متفاوت و جدا از نگرش های عوامانه در خصوص تاریخ قرار می گیرد. برداشت های عوام گرا در خصوص تاریخ که عمدتاً با هدف کسب سود و سودای معروفیت با قصه و داستان سرایی بازار نقالی و کاسبی خود را گرم می کنند، نمی توانند مباحث تاریخی را تجزیه و تحلیل علمی کنند. بلکه برعکس با عوام فریبی و ساده سازی ضربه مهلکی به تفکر منطقی و استدلال عقلی حاصل از نگرش علمی تاریخی زده و سطحی نگری و عوام زدگی را رونق می بخشند.

در عین حال تاریخ فرهنگی کاربرد درک تحلیل کنونی جامعه را نیز داراست. این توانایی از نحوه درک مناسبات انسانی ناشی می شود.

فرهنگ یک فرایند و پروسه است. با این توضیح که تمام کنش های انسانی با تصور مشترکی از یک پدیده شکل می گیرند و طی زمان تداوم پیدا می کنند. این کنش ها تنها مواقعی دچار تغییر می شوند که نظام مشترک دیگری از معنا در جامعه حاکم شود. به عنوان مثال تصویری که از مفهوم خوشبختی در جامعه ما هست به امری خارج از وجود خودمان اشاره دارد و برای دستیابی به آن باید به امکاناتی خارج از شخصیت خود دست پیدا کنیم. تصویری که محصول زیست تاریخی ما بوده و همچنان تداوم دارد و پا برجا و برقرار است. یا مفهوم وقت یا اعتماد یا قانون یا مالکیت و... که بسیار زیاد و فراوان هستند و همگی بدون استثنا محصول زیست تاریخی ما بوده و همچنان به حیات خود ادامه می دهند.

تاریخ فرهنگی به درک و تحلیل چنین عرصه گسترده ای می پردازد و با متد علمی به تبیین فرایند شکل گرفته اهتمام می ورزد. این نگرش تمامی فعالیت ها و کنش های انسانی را در دنیای کنونی در بر می گیرد و دلایل توسعه یا عدم توسعه یک تمدن را آشکار می سازد.

با چنین رویکردی دیگر تاریخ متعلق به گذشته نیست بلکه تلاشی برای زندگی کردن در زمان حال با هدف برنامه ریزی آینده ی بهتر است.



تأثیر هنر بر روابط اجتماعی

شفایق هاشمی شکفته :: کارشناس ارشد روانشناسی و هنر درمانگر

افزایش ارتباط موثر و حل مساله، افزایش خلاقیت و افزایش اعتماد به نفس خواهد داشت.

مشاهده می کنیم در سال های اخیر به مقوله هنر در درمان توجه بیشتری می شود. افراد در انتخاب شاخه هنر درمانی باید آزاد باشند و با توجه به سلیقه و خواست خود به آن مشغول باشند.

هنر درمانی با بکارگیری هنر به حل تعارضات درونی افراد می پردازد. نکته ای که باید مورد توجه قرار بگیرد این است که در هنر درمانی قصد و نیت بر تربیت افرادی حرفه ای در شاخه ی هنری بکار برده شده نیست. بلکه هنر درمانگر با توجه به تفاوت های فردی و شرایط روحی افراد از تکنیک هایی برای تخلیه هیجانی و جلب مشارکت آنها استفاده می کند و حتی می تواند عامل موثری در پیشگیری از مشکلات روحی باشد.

خلق اثر هنری ملموس چه در قالب شعر و موسیقی یا نقاشی و نمایش باعث افزایش عزت نفس در افراد می شود. هنر در شرایط سخت به کمک انسان ها می آید تا به آنها یادآوری کند که آدمی در هر سنی که باشد توانایی های بسیاری دارد و قادر به تغییر به سمت بهبودی و تعدیل خواهد بود.

هنر درمانی امکان ابراز احساسات و برقراری ارتباط با اطرافیان را با روشی بجز استفاده از کلمات می دهد و همین امر علت غریب بودن هنر درمانی است چون اکثر افراد با شیوه های برقراری ارتباط با اطرافیان به طریقی بجز واژگان و کلمات آشنا نیستند.

هنر جز جدایی ناپذیر آدمی است. کشور ما ایران به دلیل برخورداری از پیشینه ی غنی هنری، بی شک می تواند از هنر درمانی به شیوه های خلاق در ارتقا سلامت روان جامعه استفاده کند و این امر با توجه ویژه به فرهنگ سازی هنر درمانی میسر خواهد بود

انسان موجودی اجتماعی است که برای حفظ بقا طالب حضور در جمع است. آنچه که در اینجا اهمیت پیدا می کند ایجاد سازگاری بهتر افراد با همدیگر و محیط است.

بنظر می رسد امروزه برخی افراد با ناگفته های هیجانی و عدم توانایی در بیان احساسات و عواطف، سلامت روانی خود را به مخاطره انداخته اند و این اتفاق باعث عدم توانایی آنها در انجام امور محوله و ارتباط گیری موثر می شود.

استفاده از هنر پیشینه ای به بلندای زندگی بشر دارد. انسان هزاران سال است از هنر بعنوان راهی برای بیان-ارتباط-بهبود یافتن و درمان استفاده می کند.

هنر یک علم است که ارتباط مستقیم با روح و روان هر موجود زنده ای دارد.

فعالیت هنری می تواند فضایی جذاب و گروهی بسازد. کارهای هنری گروهی در ارتقا و بهبود روابط انسانی همیشه نقش به سزایی داشته است. افراد از طریق درگیر شدن در برنامه های هنری می توانند ارتباطات اجتماعی خود را مجدداً بازسازی کنند و بالطبع ارتباط با دیگران نقش به سزایی در کاهش انزوا خواهد داشت.

تنوع زیرشاخه های هنری باعث ایجاد جذابیت برای همه گروه های سنی می شود و نم ی توان این خاصیت را نادیده گرفت. تاثیر هنر بر کودکان، سالمندان، شاغلین و همه افراد اجتماع ثابت شده است. هنر بعنوان یک ابزار کمکی در شرایط خاص از قبیل مشکلات روحی و جسمی، بیماری های سخت، تعارضات و ... به خدمت انسان در می آید تا راحت تر ازین مرحله سخت گذر کند و زودتر به تعادل و سازگاری برسد.

موسیقی، نقاشی، مجسمه سازی و سفال، نمایش، کلاژ، عکاسی ... شاخه هایی از هنر محسوب می شوند که بکارگیری هر کدام از آنها و خلق اثر هنری تاثیرات مطلوبی در کاهش اضطراب و افسردگی، افزایش تمرکز و توجه، بالابردن سطح رضایتمندی



در اهمیت مهارت و مهارت آموزی

همکاران به کار می آید و یک سری از مهارت ها نیز مهارت های حرفه ای هستند. به عنوان مثال شخصی که در یک رشته ماهر است و به ازای آن درآمد کسب می کند و امورات زندگی اش را از آن طریق می گذراند.

کارکرد مهارت ها نیز دو دسته هستند مهارت های عمومی و مهارت های شغلی.

پرسیدم استاد اصلاً این کلمه ی مهارت که اینقدر همه جا آن را می شنویم یعنی چه؟ خود من در تعریف این کلمه مشکل دارم.

استاد گفت: اگر کسی در کاری زبردست باشد و فعالیتی را که انجام می دهد رسا باشد و به نوعی مطمئن باشد که به هدف خود میرسد می توان گفت آن فرد در آن کار مهارت دارد. تعریف مهارت به صورت عمومی می شود: "اطمینان داشتن برای رسیدن به هدف و از نگاهی مهارت داشتن، شایستگی محسوب می شود و می توان گفت آن فرد شایسته ی آن کار است و می تواند آن کار را به نحو احسن از ابتدا تا انتها به انجام برساند.

سوال کردم: استاد همانطور که در جریان هستید من دوره های آموزش چند مدل سازموسیقی را گذرانده ام و آنها را آموخته ام و زمانی که برای خودم می نوازم خوب می نوازم اما در حضور فرد دیگری کمی به هم ریخته می شوم و ریتم از دستم در می رود یا نت ها را فراموش می کنم؛ اگر تعداد نفرات بیشتر شود من دچار استرس بیشتری می شوم یا اگر قرار باشد روی صحنه اجرا کنم که اصلاً نمی توانم. اینکه یک نوازنده بالای سن می رود و با این حجم از جمعیت و نگاه و توجه، به خوبی کار خود را انجام می دهد یعنی این شخص توانسته این کار را به انجام برساند و با اطمینان کامل ملودی

آنقدر ما با کلمات بازی می کنیم که مفاهیم آنها عوض می شود و از مفهوم اصلی خود فاصله می گیرند. کلمه ی مهارت نیز از همان دسته کلمات است. با استاد تماس گرفتم و در مورد مهارت سوال کردم، گفتم استاد اسم مهارت که می آید به شخصه به یاد کارگاه های فنی و حرفه ای می افتم کارگاه های گلدوزی و خیاطی و سفال و ... که صرفاً باید دوره ها را بگذرانیم تا یک مدرک دریافت کنیم تا توسط آن شغلی پیدا کنیم. استاد لبخندی زد و گفت: می توانی الان یادداشت کنی؟ گفتم بله بله استاد آماده ام.

استاد با همان آرامش همیشگی ادامه داد، ببین سجاد مهارت ها سه دسته اند: مهارت های فنی، مهارت های انسانی و مهارت های ادراکی. مهارت های فنی همان ها هستند که با دستان انجام می دهیم و با ابزار با آنها سرو کله می زنیم، مهارت های انسانی مانند برخی از مهارت ها از جمله درک همکاران، انگیزه داشتن، اهمیت و توانایی انجام کار گروهی و مهارت های ادراکی هم مانند تفکر، تشخیص و تحلیل موضوع و برنامه ریزی یک فرآیند از فکر تا اجرا.

مهارت های ادراکی مهارت هایی کاملاً ذهنی هستند، مهارت های انسانی که بخشی از آنها ذهنی و بخشی دیگر عملی و مهارت های فنی هم می شود گفت تقریباً مهارت های عملی هستند.

پرسیدم استاد اینکه در مدرسه می گفتند فهم سوال نصف جواب است همان مهارت ذهنی است؟ یعنی اگر بفهمیم موضوع چیست پنجاه درصد جلو افتاده ایم؟

استاد تایید کرد و گفت: البته کارکرد مهارت ها دو دسته است: یک سری از مهارت ها عمومی هستند که در زندگی روزمره و ارتباطات خانوادگی و روابط شغلی و ارتباط با



سلبریتی ها و واسطه های فرهنگی

یک سلبریتی، فرد مشهوری است که دارای یک نقش در عرصه اجتماعی یا برخوردار از یک ویژگی عمومی مطلوب یا نامطلوب باشد.

ویژگی های متمایز سلبریتی ها در هر گروه اجتماعی متفاوت است، ویژگی های فیزیکی، شخصیتی و اجتماعی متفاوت از دیگران مخاطبان را به سمت خود جذب می کند.

در جوامع سنتی، جنگجویان، ساحران، مخترعان، دانشمندان از شهرت برخوردار بودند. در این جوامع، شهرت به سه شکل بروز پیدا می کرد: اعطایی، انتسابی و اکتسابی. شاهزادگان، ملکه ها و اعضای خاندان های سلطنتی، از شهرت اعطایی برخوردار بودند. شهرت به واسطه تبار خونی به آنها اعطاء می شد. افرادی نظیر ساحران، راهزنان، زیارویان نیز شهرت را کسب می کردند و اشخاصی نیز به واسطه سلحشوری در میدان جنگ، درایت در سیاست ورزی، خلق آثار هنری، اختراع یا کشف به شهرت می رسیدند.

در دنیای مدرن سلبریتی ها بدون کمک واسطه های فرهنگی به شهرت دست نمی یابند. واسطه هایی همچون رسانه های جمعی، شبکه های اجتماعی، آژانس های تبلیغاتی، بازاریاب ها، موسسه های تجاری، عکاس ها، باشگاه ها، فعالان صنعت مد ... که وظیفه اصلی شان مدیریت چگونگی حضور سلبریتی ها در عرصه عمومی و خبر سازی پیرامون آنها است.

در واقع سلبریتی ها در تعامل با مخاطبین شکل می گیرند. فرهنگ سلبریتی دربرگیرنده مخاطبان، رسانه های واسطه، ارزش ها می باشد و نمایان گر رابطه پیچیده میان انتظارات اجتماعی و واقعیت های جامعه است. شهرت در شکل سلبریتی آن، در عرصه های متنوعی از جمله ورزش، هنر، شبکه های اجتماعی و نمونه های آن پدید می آید.

رشد سکولاریسم، گسترش فردگرایی، رشد نظام سرمایه داری و ظهور مشخصه های فرهنگی آن نظیر مصرف گرایی، لذت گرایی و خودشیفتگی از جمله تحولات موثر بر فرهنگ سلبریتی هستند. پیش فرض های ارزشی و هنجاری فرهنگ سلبریتی غربی فردمحوری، لذت گرایی، دین گریزی، نفع گرایی و خودخواهی است.

محور گسترش فرهنگ سلبریتی در غرب، واسطه گر ها همچون شرکت های تولید و توزیع آثار هنری، شرکت های فیلم سازی، باشگاه های ورزشی و بنگاه های تبلیغاتی و نظایر آن است.

ونت ها را بنوازد و اجرا کند آیا این همان مهارت است؟

استاد گفت: اتفاقاً ساز و موسیقی مثال خوبی است و نشان می دهد کسی که قرار است به مهارتی دست پیدا کند به تمرین و پشتکار و ممارست زیادی نیاز دارد، یعنی امکان ندارد کسی نوازنده ی خوبی باشد اما تمرین نکرده باشد. معمولاً مهارت ها نیز با تمرین کردن تقویت و پایدار می شوند و فرد می تواند ادعا کند که در یک حوزه مهارت دارد. بنابراین به خاطر داشته باش که تمرین کردن فاکتور بسیار مهمی برای کسب مهارت هاست و به دست آوردن مهارت نیازمند تجربه می باشد.

در کنار این مطالب، استاد به یک نکته ی جالب اشاره کرد، اینکه هر مهارتی که یک فرد به دست بیاورد شانس موفقیت او حداقل دو یا سه برابر می شود. یعنی اگر یک نفر به عنوان مثال در سه یا پنج موضوع مهارت کسب کند، ضریب موفقیت برای او حداقل شش تا هفت برابر بیشتر خواهد بود و احتمال موفقیت او به همان میزان بیشتر می شود.

نکته ی دیگری که استاد گفت این بود که مهارت باعث می شود ترس افراد از بین برود. زمانی که تکرار و تمرین می کنند و مهارت تقویت می شود ترس وجود نخواهد داشت. به همین خاطر بعضی از افراد در کاری که انجام می دهند بسیار مسلط هستند و به خوبی از پس آن کار برمی آیند و ترسی هم ندارند، چون برای انجام آن بسیار خوب تمرین کرده اند.

از استاد تشکر کردم و تماس را قطع کردم. الان تقریباً در مورد مفهوم مهارت و انواع آن و کارکردهای آن اطلاعات خوبی داشتم. راستی مکالمه ای که بین من و استاد اتفاق افتاد ویرایتان تعریف کردم کاملاً واقعی بود. مراقب خودتان باشید و همدیگر را دوست داشته باشید.

محمد سجاد نوروزیان - کافه نارنگی

داستان کوتاه سفر

عسل ستایش

نیم ساعتی گرم حرف زدن درباره هنر بودیم که من با نگاه به ساعت عذرخواهی کردم و خداحافظی. بدون هیچ حرفی بلند شد دست داد و احتمالاً رفتنم را تماشا می کرد.

ظهر با صدای ناقوس کلیسا که از پنجره اتاقم در هتل شنیده می شد بیدار و از تخت بلند شدم، پرده ها را کنار زدم و خوشبختانه هوا آفتابی و دل انگیز بود. دوشی گرفتم و با اوقاتی خوش در سالن غذا خوری چیزی خوردم و راهی گالری ملی ارمنستان شدم. تصمیم داشتم تا شب چند گالری را که از قبل برنامه ریزی کرده بودم ببینم و شب به هتل برگردم.

با دیدن اولین گالری به این اصل مهم بیشتر پی بردم که زبان هنر در همه جای دنیا یکی است و فقط سلاطین و دید هنرمندان است که بینشان تفاوت ایجاد کرده است و هیچ چیز به اندازه دیدن یک اثر هنری مرا به ذوق نمی آورد.

با دیدن آخرین گالری به سمت هتل راهی شدم. به همان کافه رو به روی هتل رسیدم، با وجود چند میز خالی در سالن تصمیم گرفتم بیرون بنشینم؛ سفارش قهوه و کیک شکلاتی دادم. دومین سیگارم را روشن کردم که قهوه و کیکم رسید، با آرامش شروع به خوردن کردم. یک ساعتی آنجا بودم. چهارمین سیگارم را خاموش کردم و موقع پرداخت صورت حساب هم صحبت دیشبم را که داشت سفارش قهوه می داد دیدم. تا چشمش به من افتاد سلام گرمی کرد و دست داد. دعوت کرد که قهوه ای با هم بنوشیم، اما به قدری خسته بودم که علی رقم میل باطنیم جواب رد دادم. خیلی سریع برای فردا شب همان ساعت دعوتم کرد. قبول کردم و خداحافظی کردیم.

صبح با تابیدن نور از لای پرده به اتاق از خواب بیدار شدم. دوشی گرفتم و صبحانه ای خوردم. تا عصر در هتل ماندم و بعد راهی مرکز خرید شدم. چیز خاصی چشمم را نگرفت اما گشت خوبی بود. هوا رو به تاریکی می رفت که به سمت کافه نزدیک هتل حرکت کردم. تقریباً سر ساعت رسیدم و او آنجا بود، سر همان میز چند شب پیش. هر دو با رویی باز از هم احوالپرسی کردیم. نم نم باران می آمد و ما مجبور شدیم به سالن کافه برویم. پیش خدمت با احترام زیاد ما را به سمت میز کنار پنجره راهنمایی کرد. سفارش من همان کاپوچینو و کیک شکلاتی بود و گویا همراه من مشتری همیشگی آنجا

می خواستم پایان این ماه برای تعطیلات به ایروان بروم، پس با عجله به کارهای کلاس و تولیدی رسیدگی می کردم. باید آخرین فیگور را به بچه ها یاد می دادم و باقی کارهای تولیدی را به هتلی که سفارش لباس فرم کارکنانش را به ما داده بودند تحویل می دادم. پشت میز نشستیم و به نامه هایی که باید خوانده می شد و چند رسید که باید امضاء می شد رسیدگی کردم.

از پنجره بیرون را تماشا کردم، چه زود هوا تاریک شده بود. با تنی خسته به سمت خانه رفتم. سر راه غذای چینی مخصوص رستوران همیشگی را گرفتم و چون تا خانه راهی نبود پیاده به راه افتادم. جلو در آپارتمان روزنامه صبح را برداشتم و رفتم تو. روزنامه و شامم را گذاشتم روی میز و تلویزیون را روشن کردم. موقع خوردن شام تیتراهای روزنامه را خواندم، خبری نبود، تلویزیون سریال شرلوک هولمز گذاشته بود.

توی تختم دراز کشیدم، کتاب نیمه تمام دیشب را باز کردم، بعد از خواندن چند صفحه خمیازه ای کشیدم؛ صدای تق تق باران روی سقف خانه شنیده می شد با این آهنگ به خواب رفتم.

توی خیابان های ایروان قدم می زدم و می لرزیدم. آن قدر عجله داشتم که قبل از تعطیلی گالری آرتیمیکس به آنجا برسم، فراموش کردم پالتو ام را بردارم؛ که اتفاقاً دیر شد، چون آنجا رأس ساعت هشت تعطیل شده بود. به نزدیک ترین کافه همان حوالی رفتم تا قهوه ای بخورم. همه میزهای توی سالن پُر بود پس به ناچار بیرون نشستیم و سفارش کاپوچینو دادم. نگاهی به اطراف انداختم، شهر در آن ساعت نیمه شلوغ و سرشار از زندگی بود. میز کنار من آقایی نشسته بود و مجله ای را ورق می زد. همان موقع سرش را بلند کرد و چشممان به هم افتاد، لبخندی زد و سلام کرد. با لبخندی کوتاه جوابش را دادم. مردی حدوداً ۳۵ ساله بود، با پوستی روشن، موهایی مشکی، نگاهی گیرا داشت و می شد مهربانی را در وجودش حس کرد. پرسید مسافری، گفتم بله. تعجب کرد چون معمولاً در این وقت سال توریست آنجا کم بود. گفتم دقیقاً به همین دلیل این موقع سفر کردم؛ از شلوغی و ازدحام بیزارم. گرم حرف زدن بودیم که پیشخدمت قهوه هر دومان را آورد. اجازه گرفت و آمد سر میز من. پذیرفتم چون هم تنها بودم و هم از مصاحبت با این غریبه خرسند بودم.

از همیشه خداحافظی کردم و تنها به سمت هتل رفتم. روی تختم دراز کشیدم، به آخرین صحبت هایمان فکر کردم. افکارم را جمع کردم، او کشیش است اما کاتولیک یا پروتستان و یا ارتدکس؟! نور امیدی هر چند کم رنگ در دلم روشن شد. می خواستم همان لحظه از او بپرسم که پیرو کدام فرقه مسیحیت است. اما نمی دانستم کجا می توانم او را پیدا کنم. عجیب بود که حتی از او نپرسیدم کجا زندگی می کند. پس به اجبار تا صبح صبر کردم. با اولین پرتو نوری که به اتاقم تابید با عجله از تخت برخاستم، دوشی گرفتم، لباس پوشیدم و شتابان به سمت درب هتل رفتم، هنوز نیامده بود به ساعت نگاه کردم نیم ساعت به آمدنش مانده بود. به سمت سالن غذاخوری هتل رفتم فنجانای چای برداشتم که فقط گرم کند. بالاخره انتظار تمام شد و او از دور پیدایش شد. عجیب بود تا حالا به این مثلثی که از کافه، کلیسا و هتل تشکیل می شد توجهی نکرده بودم.

من در یک سر مثلث درب هتل بودم، او از سمت کلیسایی می آمد که هر روز صبح با نوای ارگ اش از خواب بیدار می شدم و کافه ای که محل مشترک دیدار هر دویمان بود. نفهمیدم آن روز چگونه گذشت، دلهره و اضطراب از فهمیدن حقیقت و شور و شوق کنار او بودن در هم ادغام شده بود.

بالاخره شب شد و به همان کافه همیشگی رفتیم، احساس خانه را در آنجا داشتم. سر صحبت را باز کرد و گفت در خانواده ای کاتولیک به دنیا آمده و خودش هم تا چند ماه دیگر کشیشی کاتولیک می شود.

به هتل بازگشتم وسائلم را جمع کردم، پروازم ساعت نه صبح بود. هدیه آندرانیک را در دست گرفتم، ورق زدم، کتاب مقدس. گل نسترن کوچکی که چند شب پیش در راه هتل چیده و به من داده بود را گذاشتم لای کتاب. چمدان را بستم.

جلو درب هتل، ماشین منتظر بود که من را به فرودگاه برساند. مکثی کردم و نگاهی به مثلثمان کردم؛ کافه باز بود، گارسن ها صندلی ها را دم در می چیدند. درب کلیسا نیمه باز بود و من جلو هتل. سوار شدم، ماشین آهسته راه افتاد. از کنار کافه و کلیسا می گذشتم که سایه ای از درب کلیسا خود را کنار کشید و محو شد.

به خانه رسیدم. روی انبوهی از روزنامه و مجله جلو آپارتمان پا گذاشتم و رد شدم. کلید را به در انداختم و در سیاهی و سکوت خانه محو شدم.

بود چون از او نپرسید که چه میل دارد. تا آوردن قهوه کمی صحبت کردیم. او از کارم پرسید از این که چرا تنها سفر کرده ام و من اما از کار و تنهایی او نپرسیدم. در عوض او از علایق و تحصیلات و خانواده اش گفت. این که عاشق اسب سواری ست، شنا می کند، عاشق کتاب خواندن است، در دانشگاه معماری خوانده است و خانواده ای معتقد و مذهبی دارد. بسیار مودب بود، کلماتش را شمرده شمرده ادا می کرد و گفتارش به نوعی از پختگی و حکایت می کرد. اصلاً گذر زمان را متوجه نشدم به ساعت نیم نگاهی انداختم و از گذشت دو ساعت تعجب کردم. متوجه تعجبم شد لبخندی زد و گفت: بهتر است برویم. صندوق دار پولی از ما نگرفت و گفت که همراه شما اینجا حساب دارد. وقتی دیدم اصرارم بی فایده است کوتاه آمدم و راهی شدیم. تا هتل محل اقامت من راهی نبود او از من اجازه گرفت و بدون هیچ حرفی تا دم در هتل با من آمد.

توی تختم دراز کشیدم و به این غریبه فکر کردم. خنده ام گرفت چرا که هنوز اسمش را نمی دانستم، چرا نپرسیده بودم! همه رفتار او را در این چند روز کنار هم گذاشتم، نتیجه کلی این بود که بسیار مهربان است و رفتاری جدا از جوانان هم سن و سال خود دارد.

روز سیزدهم اقامت من در ایروان بود و من هر سیزده روز او را دیده بودم و فقط در روز دیگر از اقامتم مانده بود. به دیدارهایش و به رفتار پُر مهر و دوستانه اش عادت کرده بودم. باید اعتراف کنم که ناراحت بودم از این که با برگشتم به خانه ممکن بود دیگر هرگز او را نبینم. تصمیم داشتم امشب وقتی او را می بینم از احساس ناراحتی ام بگویم و این که تمایل دارم از این به بعد هم او را ببینم و دعوتش کنم به کشورم.

از پشت پنجره کافه آمدنش را می دیدم. کشیشی عجیب نسبت به او احساس کردم.

به گرمی احوال پرسی کرد و گفت: امروز تمام کارهایم را سر و سامان دادم تا بتوانم قبل از رفتن چند جای دیدنی را به تو نشان دهم. خیلی خوشحال شدم، تشکر کردم و مثل شب های گذشته گرم گفتگو شدیم. از او در مورد شغلش پرسیدم، اول منو مانی کرد و بعد گفت: در کلیسای آرامنه دوره آموزش کشیشی می بینم که رو به اتمام است و در چند ماه آینده مراسم دستگذاری ام برگزار می شود و به درجه کشیشی نائل می شوم. به شهر زادگاهم برای خدمت به مردم می روم.

من با بهت به او نگاه می کردم. گویا متوجه حالت من شد و گفت فکرش را نمی کرده که من این قدر جا بخورم. زودتر

دو فنجان چای تلخ

دل نوشته های نسرين رضائی نیا

فروردین ۱۴۰۰

هر سال نزدیک به تولدم کلی خوشحال می شدم و ذوق داشتم برای بزرگتر شدن، این خوشحالی تا یه سنی اتفاق می افتد، دقیقا از ۳۰ سالگی هر سال که می گذرد و به تولدم نزدیک کلی به فکر فرو میروم، دیگه ذوق زده نمیشم راستش بیشتر دوست دارم تو لاک خودم فرو برم و یه تولد یه نفره توی یه کافه ی دنج و خلوت برای خودم بگیرم، یه آینه روی صندلی روبروی خودم بزارم و خوب بهش نگاه کنم و تمام تغییراتی که این سال ها کردم رو خوب نگاه کنم و گذشته ها رو خوب ورق بزنم.....

جمعه ها را دوست دارم، نه برای دلتنگی هایش و نه برای غروب دلگیرش، برای ریختن دو تا فنجان چای تلخ در خیالم و گپ زدن در کنار تو و گفتن از هفته ی بی تو بودن که چه قدر تلخ گذشت و سخت، اما این ها همه اش در کنار خیالت بود نه خودت..... همیشه یک جایکار می لنگد، چرایش را نمی دانم، از آدم های ترسو بیزارم از آنهایی که جرات گفتن حرف های دلشان را ندارند، نمی دانستم شاید روزی خودم هم ترسو شوم و محتاط در آزدگی خاطرش شود، مگر می شود از این همه دوست داشتن دلگیر شد؟! ما آدم های دنیای مجازی عادت کرده ایم در پس بازی با کلمات، خود و احساس را مخفی کنیم و اگر کسی جسارت داشته باشد او را نادیده بگیریم، انسان های عجیبی شده ایم

آدم های عجیبی شده ایم، تمام طول زندگی دنبال آدم های مهربان می گردیم کسی که رنگش رنگ بی رنگی باشد و صدایش نوای گرم و دوست داشتش ناب، منتظر می مانیم، تا بیاید، وقتی همچین آدمی را دیدیم باورش نمی کنیم، هرچه دست و پا میزند که من همانم که منتظرش بودی، انگار گوش شنوایی نیست، نمی دانم شاید گوشمان پر شده از صداهای که هرگز دوستشان نداشتیم و حالا جای برای این صدای ناب نداریم، هر چه مهربانیش را می بینیم خودمان را بیشتر ندیدن می



همیشه قصه ی ماندن ها و سوختن و ساختن ها را برایمان تعریف کردند، هیچ وقت از رفتن های تلخ پراز سکوت چیزی نگفتند، نمی دانم شاید نمی خواستند کسی به رفتن فکر کند یا قصه ها و افسانه ها را تغییر دهند ولی بسیاری قصه های رفتنی که دردناکتر و سخت تر از ماندن است....

خانه های قدیمی را دوست دارم، در خانه ها همیشه به روی همه باز بود، برای رفتن و آمدن منتظر دعوت و مهمانی های آنچنانی نبودند، نور از لا به لای پرده های نازک و حریر پنجره های رنگی و شش ضلعی روی گل های قالیچه های دست بافت این طرف و آن طرف میرفتند، و رنگ ها را به رقص در می آوردند، بوی گلدان های شمعدانی و حسن یوسف همیشه در حیاط خانه ها بود و صدای بچه ها نوای دلنشین می شد برای اهالی خانه، بازی رنگ و بو و صدا در کنار بی آلاشی مردمان روزگاری شیرین به یادگار گذاشته، راستی ناگهان چه بر سر آن همه سادگی رنگ و بو و صدا آمد، کسی می داند...؟! خسته بود اما همچنان ادامه می داد به مقصد فکر نمی کرد از رفتن و در جا نزدن لذت می برد هر چند بی فایده، می گفت ایستادن یعنی مرگ و من هنوز برای مردن آمادگی ندارم، خندیدم و گفتم مگر مردن آمادگی می خواهد، با لبخند تلخ و سردی گفت، وقتی پراز حسرت باشی مردن هم تو را آرام نمی کند، انگار مرگ را تجربه کرده بود با کلی آرزو و حسرت....

گفت تلخه، گفتم نخور برات عوضش می کنم، کم رنگ تر میریزم، گفت چای رو نمیگم، پس چی؟! با یه آه از ته دل گفت رفتن آدمارو می گم، دیدی بعضی ها میرن اما هستن؟! بعضی ها ی دیگه هستن کنارت اما رفتن!.... دیدم اطراف هممون چه قدر آدم های به ظاهر رفته ولی تو ذهن و قلبمون جا مونده داریم و چه قدر هم آدم که هستن کنارمون ولی دیگه تو قلبمون نداریمشون.... راست میگفت چه قدر تلخ.... دل که می گیرد نه کاری به فصل دارد نه باران و نه آفتاب، نه پاییز می فهمد، دلت که تنگ می شود فقط بهانه می خواهی برای رفتن در تنهایی و آرام در آغوش کشیدن افکارت همان فکر های که وقت و بی وقت به سراغت می آیند و در می کوبند، فقط محض اطلاع، و گرنه کاری ندارند به اینکه اجازه ی ورود می دهی یا نه، گاهی دلم می خواهد در تنهایی فریاد بکشم، خسته ام از این سکوت....

دیگه خسته نیستم، نه از دنیا نه از آدماش، امروز حال خوب رو می خوام دوباره حس کنم، دیگه به روزای رفته و خاطره ها نمی خوام نگاه کنم، از امروز هر چه هست فرداست و فردا کسی چه می داند شاید بهترین ها رقم بخورد و بهترین ها شود.....

زنیم، نمیدانم شاید چشمانمان دیگر زیبای ها را نمی خواهد ببینند، و ما به ندیدن و رد شدن بی تفاوت عادت کرده ایم، هر چه صداقتش بیشتر بی مهری را بیشتر به او ثابت می کنیم، آنقدر ادامه می دهیم که آن همه خوبی را یک رنگی را یا سیاه کنیم و یا وانمود کنیم که هرگز ندیده ایم، راستی چه شده که به این حجم از ناباوری رسیده ایم...؟!...

کاش یک نفر با یک دنیا اتفاق خوب از راه برسد، جار بزند شادی آوردم به اندازه ی تمام آدم ها و دیگر جای برای غم نماند، آسمان شب پراز ستاره های دنباله دار شود برای روشنایی دل ها، کاش حسرت بار سفر را ببندد از سرزمین آدم ها و کلی ای کاش ولی لبریز از امیر برای روزهای خوب برای سرزمین خاکی و تمام آدم ها....

بوی نم باران و دلتنگی چه ترکیب عجیبی می شود، دلتنگ که باشی باران که ببارد مثل این است که وعده ی شسته شدن غم ها را به تو می دهند، نگاه تو زیر باران که به آسمان است، قطره های باران میشوید تمام اشک های بی صدایت را، ولی سرخی چشم ها فاش میکند دلتنگیت را.....

دور خودم حصاری از تنهایی کشیدم، مرز گذاشتم برای همه جز تو که نیستی، زمستان سرد رفتی و بهار منتظر آمدنت هستم، و چه انتظار بی پایانی هرسال که می گذرد و باز نمیگرددی حصار تنهایی پهناورتر می شود، شده ام امپراطور بیرحم انتظار، چه تلخ می شود از چشم انتظار بودن نوشت، تلخ ولی دلچسب، مثل قهوه ی تلخ در انتهای یک روز اسفند که نم باران میزند و انتظار برای پایان سرما و آمدن بهار، نمیدانم تضاد است یا تعارض یا تشبیه، راستی چشم انتظار بودن را فقط در ادبیات می توان تعریف کرد یا حس در آدم ها؟! در کدام فرهنگ نامه باید جستجو کرد انتظار آمدنت را؟

آفتاب چشمانش دلپذیر، گرم و حس حضورش پر رنگ، دنیا را از دریچه ی چشمان تو نگاه می کنم تا بیشتر ببینم زیبای های را که هرگز ندیدم و معنی این همه مهربانیت و گذشتت را که درست درک نکردم هر گز آن را، و جهان را با تمام وسعتش در قلبت جای دادی به مهربانی و به دور از هیچ چشم داشتی جز بخشیدن عشق و محبت، مادر....

خسته ام از نقاب روی چهره ها، خسته از بازیگرانی که خودشان در نقش های ساختگی خود غرق شده اند و فراموش کردند که نقاب را بعد از بازی حتی بردارند، چه شیرین که نقاب ندارم و بازی در زیر نقاب را بلد نیستم، ایرادی ندارد، بگذار هر چه می خواهند بگویند، ولی من همرنگ جماعتی که خود واقعی شان را زیر نقاب های هزار رنگ مخفی کرده اند نمی شوم، بگذار بگویند هر چه دلشان می خواهد.....

انسان موجودی صاحب فهم و درک است و معمولاً در اثر فشار های زندگی و سختی های روزگار دچار خستگی ذهن یا سرگردانی و پریشانی فکری بوجود می آید. جریان مغز همه انسان ها حامل تصورات ذهنی گوناگونی است که از طریق برانگیخته شدن احساسات و وقایع روزمره شکل می گیرد. مانند رودخانه ای خروشان حرکت دائمی و بی درنگ بر محرک های درونی و بیرونی واکنش نشان می دهد. تصویری که در ذهن تولید می شود در اثر تأمل و تدبیر، زمینه ساز تفکر شده و اعمال آتی ما را پدید می آورد.

می توان گفت تفکر نوعی عملیات ذهنی است که در نتیجه محرک های روانی و محیطی درونی و بیرونی آدم ها، بصورت تصورات متنوع شکل گرفته و مورد پردازش قرار می گیرد. در بخش زیادی از اوقات زندگی ما سرگرم تفکر هستیم. اما در هنگام خستگی و ناراحتی و غم و فشارهای روانی، رشته های گوناگون تصورات ذهنی که به سرعت در ذهن ما در حال عبور و مرور هستند، امکان پردازش عقلانی نمی یابند و احساسات و خستگی روانی ما موجب می شود نتیجه ای از آن تصورات حاصل نشود مگر اینکه عقل بتواند این تصورات متنوع را سامان داده و پیرامون یک موضوع جمع بندی و حشو زواید نماید.

در این مرحله از تفکر، اگر آگاهی های منسجم و دسته بندی شده وجود داشته باشد هوشیاری ما را تقویت می نماید و در غیر اینصورت افکار و تصورات، تبدیل به پریشان فکری مداوم خواهد شد.

انسان های متفکر کسانی هستند که موفق شده اند جریان ذهنی سیال و نا متلاطم خود را با بصیرت و روشن بینی مهار و حشو زواید نمایند. حشو زواید به معنای حذف تصورات سطحی پراکنده و انتخاب و گزینش تصورات صحیح و مرتبط است.

برای حشو زواید فکری به بینش نیازمندیم. بینش نوعی درونگری و تأمل و تدبیر عمیق ترنسبست به درون خودمان و از سوی دیگر شناخت محیط پیرامون و درک روند تحولات آینده است.

هنگامی که احساسات، وسوسه ها، محرک های منفی و تصورات نا امید کننده، غیر قابل کنترل می شوند مانع تفکر صحیح و مانع ظهور افکار ناب و منسجم شده می شوند. تفکر سازنده، عاری از وسوسه ها و انگیزه های نادرست و احساسات منفی است و صورت عقلانی و تأمل یافته و آینده نگر دارد.

برای مدیریت ذهن به برنامه نیاز داریم. برنامه زندگی... برنامه زندگی، حاصل آماده سازی ذهن و فعالیت های

هنر زندگی کردن



مسائل به گره و مشکل تبدیل می شود. مشکلاتی که حل آنها سخت تر است و حاصل مسائل در هم تنیده شده هستند.

برخی افراد عادت دارند موضوعات پیرامون خود را به یک مسئله تبدیل نمایند. خانم ها بیشترین استعداد را در تبدیل موضوعات و وقایع به یک مسئله دارند. افکار آنان در بسیاری از موارد غیر متمرکز، سرشار از رویاها و تصورات پراکنده و غیر قابل کنترل است و جز خستگی و سستی و گرفتاری و شلوغی ذهن، برای آنان چیزی به ارمغان نمی گذارد. هنگامی که حواس ما به بازی گرفته می شود خسته و سست و دارای مشغله ذهنی می شویم. مسئله شناسی نیز بایستی سازنده، مثبت، امید بخش و موجب آرامش روانی شود.

هر روز همه ما در زندگی با تصمیم گیری در مورد حل مسئله ها روبرو هستیم و این مهم نوعی برنامه ریزی است. اگر سعی می کنیم نیازهای زندگی مان را متعادل با ارزش ها و باورهای مان طراحی کنیم در واقع سعی می کنیم برای آینده خودمان برنامه داشته باشیم

معمولا در ذهن ما، ساختار سه مرحله ای برای هر برنامه وجود دارد:

مرحله اول شروع برنامه، مرحله دوم زمان بندی و تقسیم کار و مرحله سوم پایان برنامه.

این ساختار به شکل ناامید کننده ای ساده انگارانه است. به لحاظ روشی بسیار مکانیکی است و به اهداف ما تحمیل می شود و نتیجه آن ارتباط منطقی با خواسته و شرایط بیرونی ما ندارد.

برنامه یک پیکره زنده است که در مسیر اجرا، رشد و توسعه می یابد و اوج می گیرد و به نتیجه می رسد. در هر نوع برنامه ریزی سه عنصر مجزا وجود دارد:

برنامه، مجری و اقدامات پیوسته ای که برای رسیدن به هدف صورت می گیرد.

برنامه بصورت یک کل منسجم توسط مجری درک می شود به نحوی که نتیجه حاصل از آن را می تواند قبل از شروع تصور نماید. برنامه شکلی از ارتباط است، ارتباط اجزاء و عناصر گوناگون و پیوسته ای که در مسیر رسیدن به هدف با پیش بینی در مسیر اجرا رشد و تحول می یابد و بر کنش ها و اقدامات و عملیات و فعالیت های متمرکز است.

برنامه مسیر دنیای معمول نیست، بلکه مسیری را طراحی می کند که می تواند فشرده، تشدید شوند و سازنده تر از آنچه در دنیا تصور می کنیم؛ باشد.

در برنامه زندگی ما با پروژه های ارتباطی روبرو هستیم. پروژه مجموعه اقدامات و عملیات ویژه متشکل از فعالیت های دارای روابط منطقی با یکدیگر تعریف شده است که برای نیل به

ذهنی و منسجم کردن تصورات صحیح و هدایت آن به سمت اهداف منطقی آینده نگر می باشد. زندگی مردم عادی به زندگی تقلیدگرایانه و بدون برنامه تبدیل می شود. آن هنگام که تفکر سازنده و اندیشمندانه امکان ظهور نمی یابد دنیای ما به موقعیتی برای اتلاف افکار و اندیشه های برنامه پذیر تبدیل می شود.

برنامه و تفکر سازنده، دور از جزم اندیشی و تعصب و تصورات روحی و روانی ملال انگیز است.

زمان بندی در برنامه ریزی در مقابل وقت کشی قرار دارد و تفکر در برنامه ریزی در مقابل پریشان فکری قرار دارد. اساس یک برنامه در هنر فکر کردن نهفته است و نه در کنترل زمان. بسیاری برای بدست آوردن تمرکز فکر، به تنهایی و تقلیل تماس ها و ارتباطات انسانی می پردازند در حالیکه هنر مدیریت ذهن، بستگی به توانایی ما در مقابله با انباشته شدن تصورات نادرست و رها شده در جمع های انسانی دارد.

در زندگی با وقایع و پدیده ها و موضوعاتی روبرو می شویم که برای ما بصورت یک سؤال یا یک دغدغه ذهنی و یا لزوم گرفتن یک تصمیم جلوه می نماید. باید بدانیم کدام مسئله ها مهم هستند و کدام مسئله ها بی اهمیت ترند؟ همه مسئله ها برای ما در یک سطح اهمیت قرار ندارند.

برخی مسئله ها به ما نزدیک هستند و برخی مسئله ها از ما دورتر هستند؟ برای زندگی کردن باید یاد بگیریم که چه موضوعاتی برای ما مسئله است؟ با کدام مسئله ها روبرو هستیم؟ کدام مسئله به ما نزدیک تر است و کدام یک از اهمیت بیشتری برخوردار است؟

اگر مسائل خودمان را شناسیم نمی توانیم آنها را حل کنیم. شناخت مسئله از حل آن مهم تر است.

اغلب مسائل کوچک و جزیی بصورت دست و پا گیر در اطراف ما وجود دارد اگر به آنها بپردازیم از مسائل مهم تر باز می مانیم و اگر به آنها نپردازیم این مسائل کوچک و جزیی جمع می شوند و به مسائل بزرگ زندگی تبدیل می شوند.

بدون توجه به بزرگی و کوچکی مسئله ابتدا باید سعی کنیم مسئله را بصورت شفاف و واضح ببینیم.

شناسایی مسئله اولین قدمی است که باید برداشت.

یادتان باشد هم زمان نمی توانیم به ده ها مسئله بپردازیم. مگر اینکه آنها را دقیقاً بشناسیم و یک به یک به آنها رسیدگی کنیم.

با نزدیک ترین مسئله شروع کنید.

مسائل بزرگ زندگی تان را به مسائل ساده تر تقسیم کنید. خودتان بهترین شخص برای حل مسئله تان هستید.

وقتی مسائل زیادی در اطراف شما حل نشده باقی بماند، این



زندگی ویتَرینی

ویتَرین مغازه ها و فروشگاه ها را مشاهده کرده اید. ویتَرین ها چینی اشیا و کالاها برای جذب مشتری و تبلیغ و عرضه و فروش کالا هستند و بصورت معمول شما را به خرید و مصرف دعوت می کنند.

در کشور ما رسم است در همه خیابان های شهر قدم به قدم مغازه ها و فروشگاه های کوچک و بزرگ کالاهای ویتَرینی خودشان را به مشتریان عرضه نمایند و ما در حال عبور از خیابان ها از بین هزاران ویتَرین تزیین شده که برای خرید و مصرف بیشتر تنظیم شده است ، می گذریم.

کالاهای بسیاری از ویتَرین ها به لحاظ کمی و کیفی با کالایی که فروخته می شود متفاوت است. در هنگام خرید تحت تاثیر نورپردازی و دکور و صحنه آرای و ترکیب و رنگ ویتَرین ها هستیم. در واقع ویتَرین ها عین واقعیت نیستند و فقط بخشی از ابعاد مثبت کالا که فروشنده قصد دارد به ما عرضه می شود.

زندگی ما در بسیاری از موارد تحت تاثیر ویتَرین ها می باشد. برای مثال غربی ها ویتَرینی از خودشان ساخته اند انسان های فعال و کوشا و مهربان و ثروتمند و دلسوز بشریت با تمدن پیشرفته و با بهداشت و کمال و معرفت و غیره ویتَرینی که در فیلم ها و رسانه های غربی عرضه می شود پرکشش و جذاب و دوست داشتنی است اما در بسیاری از موارد همه واقعیت های موجود کشورهای غربی را ارائه نمی کند و اگر فرصت یابید چند سالی در این کشورها زندگی کنید تازه متوجه تفاوت ها می شوید. زندگی بسیاری از آدم ها ویتَرینی شده است. مبلمان منزل و نوع لباس و پوشش و اتومبیل شخصی و سبک زندگی و همه ابعاد زندگی برای نشان دادن به دیگران و تماشا کردن تزیین شده است. حتی مدرک تحصیلی برای تکمیل ویتَرین است. اما درون این ویتَرین ها با ظاهری که عرضه می شود متفاوت است.

برای زندگی کردن مواظب ویتَرین هایی که دیگران برای تاثیر گذاری بر شما تزیین کرده اند باشید. برای پیشرفت در زندگی واقعیت ها را از ویتَرین ها تشخیص دهید. در میان ویتَرین ها بدنبال آینده خود نباشید. آینده کودکان و نوجوانان و جوانان خود را به ویتَرین ها نسپارید. شک ندارم که شما صدها نمونه از این ویتَرین ها را می توانید مثال بزنید. اگر در این زمینه سئوالی داشتید با مشاوران دفتر آینده پژوهی مشورت کنید.

این مطلب با حمایت کافه نارنگی تهیه و تنظیم شده است

@Cafe. Narengi

@sajjad.today

یک هدف انجام می شود مشروط به آنکه برای اولین بار انجام می شود و صورت تکرار پذیر و خط تولید وار ندارد.

هر برنامه زندگی برای یکبار و متناسب با شرایط و موقعیت ویژه طراحی می شود و نمی تواند مانند خط تولید یک کارخانه مورد استفاده قرار گیرد. در برنامه زندگی ارتباط در دیگران و چگونگی حضور در جمع های انسانی اهمیت فراوان دارد. در ساختار برنامه زندگی هشت گام اصلی وجود دارد:

۱ - پیش فرض یا مسئله و موضوع اصلی که پروژه در راستای آن تعریف می شود .

۲ - امکان سنجی .

۳ - بررسی کلیه اجزا شامل اقدامات، عملیات و فعالیت ها و طراحی نقشه اجرایی

۴ - تعیین وظایف و تقسیم کار و تشخیص چگونگی ارتباط با دیگران

۵ - تعیین مشاور

۶ - اجرای قدم به قدم مسیر طراحی شده .

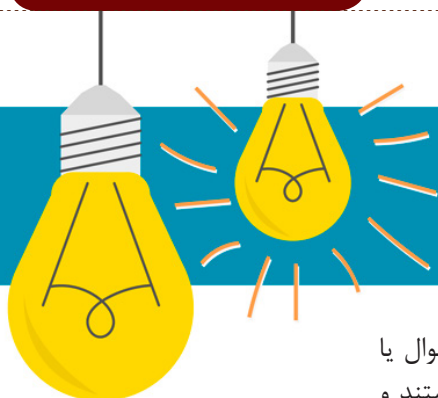
۷ - کنترل و تطبیق اجراء با مسیرها و اقدامات تعیین شده.

۸ - بررسی خطاهای پیش بینی شده و پیش بینی نشده .

تعیین مشاور در برنامه زندگی بویژه در شرایط مدیریت ذهن و خستگی روحی و روانی اهمیت فراوان دارد.

در مجموع برای زندگی کردن نیازمند مدیریت ذهن ، داشتن بینش ، شناخت توانایی های خود، شناخت محیط، آینده نگری، تشخیص مسئله، اولویت بندی

مشکلات و مسائل، طراحی برنامه، تعیین اقدامات و تنظیم چگونگی ارتباط با دیگران و همراهی مشاوران زبده هستیم.



مسئله شناسی

در زندگی با وقایع و پدیده ها و موضوعاتی روبرو می شویم که برای ما بصورت یک سؤال یا یک دغدغه ذهنی و یا لزوم گرفتن یک تصمیم جلوه می نماید. کدام مسئله ها مهم هستند و کدام مسئله ها بی اهمیت ترند؟ همه مسئله ها برای ما در یک سطح اهمیت قرار ندارند. برخی مسئله ها به ما نزدیک هستند و برخی مسئله ها از ما دورتر هستند؟ برای زندگی کردن باید یاد بگیریم که چه موضوعاتی برای ما مسئله است؟ با کدام مسئله ها روبرو هستیم؟ کدام مسئله به ما نزدیک تر است و کدام یک از اهمیت بیشتری برخوردار است؟

اگر مسائل خودمان را شناسیم نمی توانیم آنها را حل کنیم. شناخت مسئله از حل آن مهم تر است. اغلب مسائل کوچک و جزئی بصورت دست و پا گیر در اطراف ما وجود دارد اگر به آنها بپردازیم از مسائل مهم تر باز می مانیم و اگر به آنها نپردازیم این مسائل کوچک و جزئی جمع می شوند و به مسائل بزرگ زندگی تبدیل می شوند.

بدون توجه به بزرگی و کوچکی مسئله ابتدا باید سعی کنید مسئله را بصورت شفاف و واضح ببینیم. شناسایی مسئله اولین قدمی است که باید برداشت.

یادتان باشد هم زمان نمی توانید به دهها مسئله باندیشید. مگر اینکه آنها را دقیقاً بشناسید و یک به یک به آنها رسیدگی کنید.

با نزدیک ترین مسئله به خودتان شروع کنید.

مسائل بزرگ زندگی تان را به مسائل ساده تر تقسیم کنید. خودتان بهترین شخص برای حل مسئله تان هستید. وقتی مسائل زیادی در اطراف شما حل نشده باقی بماند، این مسائل به گره و مشکل تبدیل می شود. مشکلاتی که حل آنها سخت تر است و حاصل مسائل در هم تنیده شده هستند.

موضوع اصلی که همه ما با آن روبرو هستیم اینست که متاسفانه مسئله اصلی خود را کاملاً نشناخته ایم و همه موضوعات اطرافمان را بصورت مسئله تعریف کرده ایم.

روش رسانه های غربی را در مورد موضوعات کشور ببینید، آنها سعی می کنند همه چیز را به مسئله برای ما تبدیل کنند. اگر بگوییم امروز هوا چقدر عالیست، فوراً می گویند شما از گرم شدن زمین خبر دارید؟ شما می دانید چقدر آلودگی های زیستی در اطراف شماست؟ شما می دانید چقدر در سال زباله تولید می شود؟ شما می دانید مدیریت دفع زباله در کشور با چه مشکلاتی روبروست؟ شما می دانید چه بیماری هایی از طریق تنفس به شما منتقل می شود؟ و صدها موضوع را طرح می کنند که هوای مطبوع و حال خوب شما را برایتان به یک مسئله و دغدغه ذهنی تبدیل نمایند.

برخی افکار و ذهن ها هم عادت دارند خیلی از موضوعات پیرامون خود را به یک مسئله تبدیل نمایند. خانم ها بیشترین استعداد را در تبدیل موضوعات و وقایع به یک مسئله دارند. خانم ها از جمله اشخاص هستند که استعداد زیادی برای ایجاد مشغله ذهنی برای خود و دیگران دارند و به آن فکر کردن می گویند. در حالیکه افکار آنان در بسیاری از موارد غیر متمرکز، سرشار از رویاها و تصورات پراکنده، غیر قابل کنترل است و جز خستگی و سستی و گرفتاری و شلوغی ذهنی برای آنان چیزی به ارمغان نمی گذارد، معمولاً صحنه ها و افکار و رویاها و تصورات در مقابل ما با شتاب عبور می کنند و حواس ما را به بازی می گیرند. بر خلاف فکر کردن، هنگامیکه حواس ما به بازی

گرفته می شود خسته و سست و دارای مشغله ذهنی می شویم.

مسئله شناسی نیز می تواند با پریشانی فکری صورت گیرد و نتیجه ای جز مشغله ذهنی به بار نیاورد. در مسئله شناسی زندگی بایستی تمرکز را بر روی موضوعی واحد قرار دهیم. مسئله شناسی بایستی سازنده، مثبت، امید بخش و موجب آرامش روانی شود. در حالیکه اوهام زدگی و پریشان احوال، نوعی تخیل منفی، غیر سازنده و نا امیدکننده است.

مسئله شناسی نیازمند انعطاف فکری است، اما نه به مفهوم اینکه ذهن را آزاد بگذاریم از هر دری سخنی را بشنود. مسئله شناسی به سخت گیری در انتخاب و گزینش اطلاعات و حذف اوهام و حذف افکار مشغله ساز، نیاز دارد. دنیای امروز ما سرشار از اطلاعات و افکار مشغله ساز است و موجب سردرگمی انسان ها شده است.

پس سعی کنید مسائل مهم زندگی خودتان را بدون دغدغه های معمول بشناسید و از افکار مشغله ساز و اوهام دوری کنید. اگر در شناخت مسائل مهم زندگی تان با مشکل روبرو شدید با مشاوران صادق گفتگو کنید.



برای سال جدید هوشمندانه هدف گذاری کنید

پرستو فصیح

روان درمانگر کودک و نوجوان

عضو سازمان نظام روانشناسی و مشاوره ایران

در طی مسیر باید نشانه هایی را در نظر بگیرید تا نشاندهنده پیشرفت شما باشند.

• اهداف باید قابل دسترس باشد. با توجه به امکانات و توانایی هایتان هدف تعیین کنید. هدف تعیین شده نباید فراتر از ظرفیت شخصیتی شما باشد، کمی چالش خوب است ولی اگر خیلی فراتر باشد باعث از دست رفتن اعتماد به نفس شما میشود و بسیار محتمل است که موفقیتی حاصل نشود.

• هدف باید مرتبط با حوزه علمی، مهارتی و شغلی شما باشد. منطقی و محتمل بودن هدف خود را بسنجید؛ در واقع امکان حصول در جهان واقع را باید داشته باشد.

• چهارچوب زمانی را برای هدف خود تعیین کنید. زمان مشخصی را برای رسیدن به هدف خود مشخص کنید؛ بدون تعیین محدودیت زمانی، ضرورتی برای انجام هدف احساس نمی شود. اگر تا زمان تعیین شده نتوانستید به هدف برسید مسئله ای نیست ولی این زمان بندی به شما نشان می دهد که شاید باید مسیرتان را عوض کنید و یا جوانب دیگری را نیز که تاکنون به آنها توجه نکرده اید، در نظر بگیرید.

هدف گذاری مانند کاشتن بذر در دل خاک است؛ همانطور که هر دانه برای به بار نشستن نیاز به آب کافی، خاک مناسب و نور کافی دارد، اهداف نیز برای به ثمر رسیدن نیازمند یک برنامه ریزی صحیح و درست است. یک هدف گذاری خوب باید بتواند هر دو نیمکره را درگیر کند تا مغز بتواند از تمام پتانسیل های خود به صورت موازی استفاده کرده و بهترین نتیجه را بدست آورد.

تکنیک اسمارت پنج ویژگی را برای یک هدفگذاری خوب تبیین کرده است:

• هدف باید کاملاً مشخص باشد؛ دقیقاً چه چیز میخواهید بدست آورید؟ آن را به طور واضح و دقیق با تمام جزئیات بر روی کاغذ بنویسید. بطوریکه اگر کسی هدفتان را خواند بدون نیاز به توضیح شما، کاملاً از آن آگاه شود.

• هدف باید قابل اندازه گیری باشد. دقیقاً باید بدانید در زمان دستیابی به هدف چه چیزی خواهید دید، شنید و احساس خواهید کرد، همچنین باید عواملی را مشخص کنید تا بتوانید پس از طی زمانی مشخص دریابید چقدر توانسته اید به هدف خود نزدیک شوید.



اعتماد به نفس – خودشیفتگی

دوگانه تاریخی و نسل حاضر ما

دکتر مهدی عبدلی
روانپزشک و روان درمانگر – مشاور

در مفهوم خودباوری یا اعتماد به نفس شخص بواسطه تجربیات قبلی به توانایی ها و استعداد های خود در مواجهه با تغییرات و چالش های محیط درونی و برونی، به شکلی واقعی و موفق اعتماد و باور دارد. غالب تجربیات انسان برای شکل گیری اعتماد به نفس تا سن ۵ سالگی و در تربیت و فرزندپروری والدین اتفاق می افتد. اگر چه عامل قدرتمند ژنتیکی مزاج بر شکل گیری صفات شخصیتی کودک و سالهای بعد زندگی وی به عنوان بزرگسال موثر است، اما پاسخ های دریافتی کودک از محیط پیرامون در این سالها بواسطه روند یادگیری بر رویکرد وی نسبت به دریافت درونی قدرت درونی خود تاثیر بسزایی خواهد داشت و تغییر و ارتقای این اعتماد به نفس در سالهای بعد، تنها با ایجاد فرصت تجربیاتی است که فرصت از دست رفته باور استعداد های درونی را تا حدودی بتواند جبران کند.

مطالعات سده پیش نشان داد که وجود والدین سخت گیر و تحقیر کننده و عدم فرصت دادن به کودک برای تجربه قایم به ذات می تواند اعتماد به نفس را در کودک و سالهای بعدی زندگی وی کاهش دهد. نتایج چنین مطالعاتی محملی شد برای دوربرگردان والدین در تربیت کودکان خود و از سویی تبلیغ گسترده و گاه حتی سیاه بازار تکنیک های طلایی افزایش اعتماد به نفس. این رقابت چنان بالا گرفت که عده ای حتی فرمول های جادویی برای افزایش اعتماد به نفس در کسانی که حال و حوصله و انرژی تجربه را نداشتند، اختراع کردند. " چشم هایت را ببند و با خود بگو من اشرف مخلوقات عالم هستم. من فلان هستم. من چنانم و موفقیت را در آغوش بگیر."

فرهنگ مصرفی از دیگر سو نیاز به خلاقیت و تجربه – شکست و موفقیت و قرار نبود همیشه موفقیت – را از خانواده ها سلب می نمود و گاه با ظاهری بزرگ کرده خود را دوستدار کودک نشان می داد. والدینی که با افتخار اظهار می کنند تمام امکانات رفاهی کودکان خود را تأمین می کنند تا آنها فقط درس بخوانند؛ و چه بسا حتی آرامش و آرزوهای خود را فدای این افتخار می نمایند. میوه پوست کنده و در بشقاب با کمال خوشوقتی به کودک و نوجوان پیشکش می شود تا او فقط درس بخواند و باصلاح پدر و مادر های این دوره زمانه کمبودی نداشته باشد.

پرده ای دیگر از این تراژدی تربیتی شکل می گیرد. پدر و مادرهایی که تحقیر کودکی خود را با گرفتن حتی نمرات خوب از سوی والدینشان حالا می خواهند با ارزش دهی بی حد و حساب به نسل بعد از خود جبران کنند. کافی است معلمی از ناتوانی و یا نافرمانی کودک در مدرسه انتقاد کند؛ فردای آن روز لشکرکشی والدین و حتی فامیل برای اعتراض به آسیب دیدن شخصیت کودک انجام خواهد گرفت. این ها همه یک پیام را به کودک انتقال می دهند که تو در همه حال ارزشمندی و مورد پذیرش. ایجاد انتظاری که سالهای بعد موجب مشکلات عدیده وی در تعامل با اجتماع، محیط کار و همسرش خواهد شد. آن چیزی که اعتماد به نفس کاذب گفته می شود رهاورد سیستم تربیتی والدین در طی سه دهه گذشته در کشور ما است که مسابقه بازاریابی کلاس ها و دوره ها و سخنرانی های



ماهنامه جلا :: نیاز اندیشه (روز)

موضوع است. نگاهی به آمار بالای میزان خشم در ایرانیان می تواند مصدق این موضوع باشد. بسیاری تلاش دارند آن را به مشکلات جامعه نسبت دهند؛ اما نگاهی به آمار نزاع ها نشان می دهد ایرانی ها گاه حتی با یک بوق بلند اتومبیل که آن را ناقض تمامیت خود می دانند، برآشفته شده و حتی ممکن است وارد نزاع شوند.

*** افزایش اعتماد به نفس چه در تربیت تشویق مدار برخی والدین و چه در دوره های فراکیهانی که اشخاص را با دریافت پول در فضای بالا ابری اصطلاحاً ایلوژنال رها می کنند، موجب می شود فرد برای کارهایی که چندان استعدادی در آنها ندارد، بیش از حد وقت بگذارد و از اموری که می تواند در آنها توفیق بیشتری کسب کند، غافل شود. او یاد نمی گیرد که قرار نیست ما از عهده هرکاری بریاییم. با استعداد بودن به معنی توانمندی در تمام جنبه ها نیست و اگر ناکامی سراغش آمد قرار نیست به حذف دیگران برای حفظ درخشش خود و یا حذف خود بر مبنای قانون همه یا هیچ اقدام کند.

*** کسانی که اعتماد به نفس بالای کاذب دارند، شکست را به عوامل بیرونی نسبت می دهند و خود را مبری از مسوولیت شکست می دانند. این همان فرهنگی است که پدر و مادرها به بهانه تسلی دادن کودک، وی را با این روش بزرگ می کنند. کسی که با چنین تربیتی بزرگ شود، سرزنشگران و منتقدان عملکرد خود را توهین کننده به شخصیت خود و افراد مغضوبی خواهد دید و در صدد اصلاح اشتباهات خود برخواهد آمد.

*** اعتماد به نفس بالای کاذب فرصت یادگیری را از فرد می گیرد. فردی که از کودکی خوب بودن را از پیام های مستقیم و غیر مستقیم پدر و مادر درونی سازی کرده، زمانی که دچار مشکل و معضلی می شود، چون آمادگی لازم را برای پذیرش نقص و اشتباه در خود ندارد، در نتیجه درصدد یادگیری یا خلق راهی برای برون رفت از خطا نخواهد بود. این اعتماد به نفس باد شده به جایی می رسد که فرد خود را واجد تمام خوبی ها و استعدادها و محق برای دریافت تعریف و تمجید از طرف دیگران می داند. در بیان استعدادها و دستاوردهایش اغراق می کند و حتی در مورد آنچه شایسته خود می داند، مانند محل تحصیل و زندگی و یا همسری که باید داشته باشد، شروع به خیالپردازی می کند و اگر چنین اتفاقی نیافتاده، در حق او اجحاف شده و اگر دیگران چنین نظری ندارند، به این سبب است که به کنه توانمندی های وی

شبه علمی هم برآن افزوده است. اما این اعتماد به نفس کاذب چه مشکلاتی را می تواند برای کودکان ما و نسل آنها به همراه داشته باشد؛ موضوعی که در نسل جوان ما می توان اثرات آن را از هم اکنون دید:

*** اعتماد به نفس زیادی سبب می شود فرد احساس کند دنیا به آنها بدهکار است و اگر اوضاع بر وفق مراد وی پیش نمی رود، از زمین و زمان شاکی هستند.

*** پدر و مادرها همیشه تلاش می کنند به کودکان خود احساس امنیت ببخشند؛ اما احساس امنیت زیادی سبب می شود کودکان راه و رسم حل معضلات و ناکامی ها را یاد نگیرند. آنها هرگز در چنین سیستمی مجبور نیستند شکست خود را مدیریت کنند و یا از شکست بگریزند، چون اصلاً فرصت داده نشده تا شکست بخورند. فرصت نداده ایم شکست را بپذیرند. این دیالوگ مرسوم گوینده های ورزشی را کافی است از نظر بگذرانید: "پیروزی غرور آفرین - مساوی ارزشمند - شکستی که هیچ چیز از ارزش های تیم ما کم نمی کند". این دقیقاً همان سیستم تربیتی بسیاری از والدین ما است که در مقابل سیستم فلک کردن - یادآور تنبیه تیم فوتبال عراقی توسط پسر صدام - اختراع شده و البته متأثر و موثر بر فرهنگ عامه جامعه ما نیز هست.

*** این روش تربیتی همیشه با این پیام برای کودک همراه است که تو برای ما بهتری. در روانشناسی کلاسیک این الگوی مادرانه است که به کودک این پیام را می دهد که تو همیشه محبوب مادری. اما خصایل اخلاقی و مفاهیمی مانند عدالت در روانشناسی توسط پدر منتقل می شود. پدر این پیام را برای کودک دارد که اگر بچه خوبی باشی دوستت دارم. در جامعه امروز ما به سبب کثرت اشتغالات پدرها و گاه تلاش مادران در موازنه قدرت که تربیت کودکان را ملک طلق خود می پندارند، این نوع تربیت را شایع نموده است. اما این نوع تربیت لطمات سنگینی به کودک وارد می سازد. کودک باید بداند از دیگران بهتر و برتر نیست. باید بداند همه انسانها خوب هستند و هر کس نکات قدرت و ضعفی دارد و او باید ضمن احترام به استعدادهای دیگران به پرورش استعدادهای خود بپردازد.

*** انسان هایی که اعتماد به نفس شان بیش از حد و بطور کاذب باد می شود، بیشتر در معرض خشم هستند. اصطلاح خودشیفتگی آسیب دیده در روانشناسی مبین همین

واقف نبوده اند. در عین اینکه در خفا به دیگران رشک می ورزد، حسادت موقعیت خود را به دیگران فرافکنی می کند. خود را برای داشتن بهترین ها محق می داند و اگر چنین نیست، آن را بی انصافی دانسته و نمی تواند از حداقل داشته ها لذت ببرد. این همان شخصیتی است که در اصطلاح روانشناسی خودشیفته نامیده می شود. خودشیفتگی می تواند حدت و شدت های متفاوت و حدوث و بروز متغیری در زندگی فرد داشته باشد.

آنچه جدا از تاثیرات مخرب این الگوی شخصیتی بر روابط بین فردی و عملکرد شغلی، تحصیلی و اجتماعی فرد، باید مورد توجه قرار گیرد، مانع شدن از پذیرش یادگیری و تغییر است. یادگیری تنها آموزش های آکادمیک و حتی تخصصی نیست. بسیار اوقاتی است که در مشاوره وقتی از لزوم انجام درست و صحیح رفتاری سخن به میان می آید، فرد بادی به غیغب می اندازد و با نخوت و غرور بیان می کند که من خودم متخصص و یا قهرمان فلان موضوع هستم و در متواضعانه ترین حالت نهایتاً خود را مقید به اصول اخلاقی قلمداد می کند. فرد خودشیفته در برابر مشکل و یا انتقاد دیگران بجای تلاش برای ارتقای داشته هایش و یا پذیرش نقص ها، گاه موضوع را به کل انکار می کند تا مانع درد روانی ناشی از خودشیفتگی آسیب دیده اش شود. باز چه در اتاق مشاوره و چه در جامعه و عرصه مدیریتی بسیار شاهد آن هستیم که فرد مرزهای دانش بشری و حقایق مورد اجماع را کیلومترها جابجا کرده و اصلاً لزومی برای تغییر یا ارتقا نمی بیند و حتی از انکار بدیهی ترین نقص ها هم ابایی ندارد.

فرد با اعتماد به نفس بالا چون ارزیابی درستی از توانمندی های خود ندارد، نمی تواند برنامه ریزی و طراحی مبتنی بر واقعیت انجام دهد و وقتی شرایط به نوعی رقم می خورد که مطلوب و قابل پیش بینی برای وی نبوده، دست به اقدامات نسنجیده و حتی حذف خود می زند. این همان دردی است که به بلندای تاریخ ایران زمین داشته ایم و سبب ساز انحطاط و تجزیه قدرت بزرگترین و پهناورترین قدرت دوران باستان شده و امروزه در نمودی دیگر شاهد آن هستیم که فرزندانمان با کوچکترین شکست ولو در پذیرش در رابطه ای که از ابتدا هم بر مبنای نادرستی بنا شده، دست به حذف یا تخریب و آسیب به خود می زنند.

بحث در باب خودشیفتگی تاریخی ایرانیان که همواره مانع از پیشرفت آنها شده و حتی به آسیب های جدی منجر شده در این مجال نمی گنجد و مستلزم بحر طولیلی است. تنها در این نوشتار به اصول تربیتی و روش تبلیغی کاذبی اشاره شد که بخصوص در طی دهه های اخیر از کودکان ما نسلی از خود راضی و در عین حال ناکارآمد پرورش می دهد. اگر نسل پدر و مادرهای سخت گیر هیچ پیشرفتی را از فرزندان خود شایسته تقدیر نمی دیدند و با تحقیر آنها مجال خودنمایی و بروز استعدادها را نمی دادند و به قول آن روزها وقتی دو تا بزرگتر حرف می زدند، کوچکترها باید ساکت باشند؛ نسل کودکان امروز هم فرصت تجربه اندوزی نمی یابند؛ چرا که پدر و مادرها خود را ملزم به تأمین تمام نیازها و خواسته های کودکان خود می دانند. کار کردن کودک در بیرون از محیط خانه برای کسب تجربه محیط نچندان مهربان بیرون از خانه و یا تلاش برای تأمین خواسته هایشان در خانواده های ایرانی، نشانه

فقر و محرومیت کودکان تلقی می شود؛ در حالیکه در مطبوعات می خوانیم دختر رییس جمهور فلان کشور قدرتمند برای تهیه گوشتی موبایل پیشرفته در یک اغذیه فروشی کار پاره وقت انجام می دهد و یا فلان کارآفرین جهانی در مصاحبه اش عنوان می کند برای فرزندانش فقط زمینه تلاش و کار را فراهم می کند و هیچ ثروت کلانی را در اختیارشان نمی گذارد. این موضوع نیازمند بازنگری دوباره در فرهنگ جامعه از سوی تمامی اندیشه ورزان و بصورت چند رشته ای است و در عین حال نیازمند برنامه ریزی در سیستم آموزشی کودکان، آموزش و فرهنگ سازی در خانواده ها و اصلاح الگوهای رفتاری حاکم بر جامعه و تغییر دیالوگ حاکم بر تربیون های متصدی فرهنگ جامعه است.





چالش ها و مشکلات تدریس فضای مجازی

در ایام شیوع ویروس کرونا از دیدگاه معلمان

ثریا کردبچه
دوره دکترای تخصصی مشاوره

چکیده

شیوع کرونا سبب تعطیلی تمامی بخش های جامعه و از جمله مدارس در جهان و کشور ما شد. اما این امر باعث تعطیل شدن آموزش نشد و مسئولان آموزشی بلافاصله اقدام به ارائه برنامه و راهکارهایی برای تداوم آموزش کردند و در این راه از ظرفیت آموزش الکترونیکی و فضای مجازی استفاده کردند. ضرورت استفاده از فضای مجازی برای آموزش در دوران کرونا سبب شد که آموزش و پرورش و زیر مجموعه آن همانند معلمان و دانش آموزان و سایر عوامل تربیتی با چالش های جدیدی مواجه شوند که در این مقاله علمی تحلیلی سعی شده است به برخی از این چالش ها اشاره شود.

مقدمه

پس در کنار تمام پیشران ها و جذابیت هایی که آموزش الکترونیکی (ال ام اس) برای فراگیر به ارمغان می آورد، موانعی هم وجود دارد که باعث دلسردی و عدم تمایل او به استفاده از دوره های الکترونیکی می شود و یا تاثیر مورد انتظار را در یادگیری او نمی گذارد. عدم وجود دانش و مهارت تکنولوژیکی کافی، عدم دسترسی به تجهیزات و امکانات، عدم وجود تعامل کافی و چهره به چهره و مهم تر از همه ترغیب کننده های کمتر نسبت به آموزش حضوری برخی از این موانع هستند (شعبانی و محمودی، ۱۳۹۸)

در سوی دیگر، سازمان ها هم برای ارائه آموزش الکترونیکی با موانع و محدودیت هایی دست و پنجه نرم می کنند که باعث می شود در پیوند آموزش سازمانی خود با تکنولوژی تعلل کنند و دچار شک و تردید شوند. عدم وجود منابع انسانی و تجهیزات کافی، مقاومت مدیران و کارکنان برای ورود به این حوزه و نبود امکان پیگیری آموزشی و معیارهای ارزیابی از مهم ترین موانع پیش روی سازمان ها برای استفاده از آموزش الکترونیکی (LMS) است (شاه محمدی، ۱۳۹۴).

در تحقیق علمی - تحلیلی پیش رو بر آن هستیم تا چالشهای آموزش مجازی در مدارس ایران از دیدگاه معلمان را بررسی نماییم.

اگر چه در چند سال اخیر، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی مدام بر ارائه آموزش های علوم پزشکی در بستر فضای مجازی تأکید می کرد اما در عمل، حرکت وسیعی در سطح کشور در این حوزه اتفاق نیافتاده بود و تنها برخی دانشگاه ها اقدام به برگزاری دوره های مجازی کرده بودند. در حوزه وزارت آموزش و پرورش نیز، شرایط مشابهی حاکم بود و علی رغم تأکید بر هوشمندسازی مدارس پیشرفت های چشم گیری در بستر سازی و ارائه آموزش های مجازی حاصل نشده بود. آموزش مجازی (آموزش از راه دور یا در نوع خاص تر آن آموزش الکترونیکی) مزایای زیادی دارد:

صرفه جویی در هزینه، امکان ارائه یادگیری فردی و منعطف، مدیریت بهینه زمان و عدم وابستگی به مکان، دوستی با محیط زیست و مهم تر از اینها جذب بخش خاموشی از فراگیران که به دلایل مختلف تمایلی به حضور در کلاس های حضوری ندارند. مزایای آموزش الکترونیکی به اینها محدود نمی شود ولی این تنها جنبه ماجرا نیست. آمارهای بدست آمده از تحلیل برترین و مشهورترین آموزش های آنلاین دنیا نشان می دهد که تنها ۵۰٪ فراگیران واقعا یک دوره را شروع می کنند و تنها ۵٪ آنها دوره را با موفقیت به پایان می رسانند (مسعودی، ۱۳۹۸)

بیان مسئله

کرونا تمام ساختارهای اجتماعی را در کشور و البته در سراسر دنیا به هم ریخته و با چالش جدی مواجه کرده است؛ از فرهنگ و اقتصاد و صنعت گرفته تا ورزش و گردشگری و تمام حوزه های دیگر درگیر این ویروس شده اند. حوزه آموزش نیز از این قاعده مستثنی نیست.

مدارس در بسیاری از کشورهای دنیا تعطیل شده اند و دانش آموزان چند هفته است که در خانه باید به شکلی از پس مبانی آموزشی بر بیایند. در ایران نیز مدارس از نخستین روزهای اسفند تعطیل شدند. ابتدا تعطیلی ها به صورت مقطعی و سه روزه بود، اما با فراگیر شدن کرونا تصمیم گرفته شد که مدارس تا پانزدهم فروردین تعطیل باشند. پایان نیافتن ماجرای کرونا در کشور هم سبب شد که این تعطیلی تمدید شود

با این حال تعطیلی مدارس نمی تواند به معنای تعطیلی آموزش باشد. نظام آموزشی در هر کشوری تلاش می کند که به هر شکل ممکن از راه های موجود برای استمرار آموزش دروس و فعالیت های آموزشی استفاده کند. در عصر حاضر هم طبیعتاً بهره گیری از فضای مجازی و اینترنت بهترین موقعیت برای پوشش خلاء آموزشی ایجاد شده است. به همین دلیل این روزها آموزش از راه دور با استفاده از فضای مجازی مورد توجه نظام آموزش و پرورش قرار گرفته و دانش آموزان در خانه های خود مشغول آموختن دروس مختلف خود هستند.

اما این روند آموزشی از نگاه بسیاری از کارشناسان و به ویژه آموزگاران پر از اشکالات و ضعف هایی است که سبب شده بخش زیادی از فشار کرونا بر سیستم آموزشی به آموزگاران وارد شود. برخی از معلمان معتقدند چالش ها و اشکالات موجود در روند کنونی آموزش از راه دور، بر کیفیت آموزش نیز تاثیر منفی می گذارد و نگاه کارنامه ای و بدون پشتوانه به این فرآیند سبب شده که فرصت ایجاد شده به واسطه کرونا برای تمرین آموزش از راه



دور، به تهدیدی آموزشی تبدیل شود (ایرنا، ۲۱/۳/۹۹)

اهمیت و ضرورت تحقیق

در حال حاضر هزاران آموزگار در سراسر کشور مشغول ارائه نکات درسی در فضای مجازی هستند و کلاس ها از مدارس به داخل گوشی ها کوچ کرده است. اما کنترل کلاس های مجازی در شرایطی که زیرساخت های نرم افزاری و سخت افزاری لازم برای آموزش از راه دور وجود ندارد، کاری بسیار دشوار است که زمان فعالیت بسیاری از آموزگاران در منزل را نسبت به حضورشان در مدارس بیشتر کرد.

این وضعیت از سوی دیگر آن ها را از نظر روانی و حتی جسمی هم تحت فشار بیشتری قرار داده است. تأکید آموزش و پرورش بر ارزیابی فعالیت آموزگاران نیز در این شرایط، بدون این که مشکلات زیرساختی برطرف شده باشد در بسیاری از آنان نگرانی هایی را بابت اعتبار جایگاه شان ایجاد کرده است. این شرایط سبب شده که بسیاری از کاستی های نظام آموزشی کشور و کم توجهی به گسترش زیرساخت های الکترونیک در آموزش و پرورش این روزها بیشتر به چشم بیاید. موضوعی که در ساده ترین و مقدماتی ترین بخش های آموزش از راه دور دیده می شود و آموزگاران نیز به آن اشاره می کنند. (مهر نیوز، ۲۱/۳/۹۹)

چالش های آموزش مجازی

متفکران رفتار سازمانی عوامل و عناصر فرایند آموزش را با توجه به تحولات جدید خصوصاً تحولات فناوریانه تغییر داده اند و برای ارائه ی آموزش اثربخش روش جدیدی پیشنهاد می کنند. از نظر آنان شیوه های مدرن می توانند با بهره گیری از عناصر اطلاعات راه آموزش را سریعتر و نتایج آن را عملی تر کنند. از این رو نظام آموزشی مدرن کیفی، تحقیقی، نامحدود و متنوع است و وظیفه ی فراگیران در این نظام مدیریت اطلاعات و تولید دانش است. در نتیجه به نظر می رسد در نهادهای سازمانی به جهت نوع رفتار، سن مخاطبان، سبک روابط، رشد فناوریانه و... با مشکلات متعددی مواجه اند که شناسایی و ارائه ی راهکار مناسب جهت از بین بردن این مشکلات لازم و ضروری به نظر میرسد. این مشکلات عبارت اند از:

نبود جایگاه مناسب برای آموزش مجازی در سازمانها و مؤسسات

هرچند آموزش مجازی (الکترونیک) منجر به کاهش هزینه های اجرای آموزش، افزایش بهره وری، صرفه جویی در زمان،

حذف تردد کارکنان به محلهای آموزشی و دهها مزایای دیگر میشود، ولی ضرورت فرهنگ پذیرش و مزایای این نوع آموزش هنوز برای بسیاری از مدیران و مسئولان سازمانها روشن نشده است. دلیل این امر را می توان در وجود نداشتن راهبردها به طور کلی و راهبردهای آموزشی به طور خاص دانست. نبود راهبردها در سازمان ها منجر به انجام فعالیتهای پراکنده و استفاده از روش ها و فنون قدیمی در انجام فعالیت ها می شود. بر همین اساس نبود جایگاه مناسب برای این نوع آموزش منجر به انجام فعالیت های آموزشی با روشهای رایج سنتی و صرف هزینه ی آموزشی زیاد شده است؛ فعالیت های آموزشی ای که می توان با استفاده از فناوری های نوین هزینه ی اجرای آنها را کاهش و کیفیت آن را نیز افزایش داد (نجفی و مردانی ۱۳۸۶).

نداشتن اطلاعات کافی کارکنان و معلمان در مورد نرم افزار آموزش مجازی lms

لازمه ی اجرای آموزش الکترونیک ارائه ی سواد اطلاعاتی به کارکنان و کاربران سیستم است. در سازمان هایی مانند مدرسه که فناوری وارد شده است ولی کارکنان سازمان آمادگی و سواد اطلاعاتی لازم جهت استفاده از آن را ندارند مشکلاتی از جمله موارد زیر رخ می دهد: هراس و اضطراب برخی افراد از رویارویی با رایانه و استفاده از آن؛ احساس ترس و شرمندگی از ناتوانایی در کسب مهارت های شغلی لازم؛ کاهش توانایی برای حل مشکل و ترویج حس ناامیدی و نگرانی از افزایش چشمگیر ساعات کاری با وجود تعهد برای افزایش کیفیت کار؛ کاهش حس مسئولیت پذیری شغلی؛ اختلالات فیزیولوژیک و درهم ریختگی خلق-و خوی افراد و تصور جدایی از سایر کارکنان. علاوه بر موارد فوق در فرایند یادگیری الکترونیک برای کارکنان سازمان ها موانع دیگری هم وجود دارد. این موانع طبق نظر پژوهشگران عبارت اند از: موقعیتی، مؤسسه ای، وضعیتی، اطلاعاتی. موانع موقعیتی آنهایی اند که از موقعیت جاری فرد در زندگی نشئت می گیرند. موانع مؤسسه ای از خط مشی ها، رویه ها و عملکردهای سازمان بر می آیند. موانع وضعیتی مرتبط با ارزش ها، اعتقادات، نگرشها و تجارب زندگی فردی کاربر هستند (اصغری و همکاران، ۱۳۹۱).

نگاه بخشنامه ای به آموزش

بررسی ها نشان می دهد که برنامه ریزی ها برای فعالیت آموزگاران وقتی بدون نظرخواهی از آنان انجام شود، نتیجه ای جز فشار بر آموزگاران ندارد. از جمله این که وزارت آموزش و پرورش در بخشنامه ای عنوان کرد که کلاس های درس به صورت مجازی برگزار شوند، سپس ادارات کل استانها

پابرجاست؛ این که خانواده برخی دانش آموزان گوشی هوشمند ندارند یا این که گوشی در اختیار پدر خانواده است و او هم روزها باید به محل کارش برود.

بحث تشکیل کلاس مجازی در پیام رسان های خارجی مشکل را به طور کامل حل نکرد. چون آموزش و پرورش تأکید دارد حتی در صورت برگزاری کلاس مجازی در پیام رسان های خارجی، گروهی در یکی از پیام رسان های داخلی نیز تشکیل شود و تکالیف دانش آموزان و فیلم های آموزشی توسط آموزگاران به این گروه ها نیز فرستاده شود تا در گزارش عملکرد اداره قرار بگیرد.

آموزش بدون ضمانت اجرایی

چالش بعدی برپایی کلاس مجازی در ساعت مشخص برای دانش آموزان است.

بیش از هر چیز نداشتن ضمانت اجرایی بین خانواده ها در این شیوه از آموزش را مشکل می سازد: چه ضمانتی وجود دارد که خانواده در اجرای این طرح همکاری کند؟ دانش آموزی که این روزها اعضای خانواده اش به دلیل شرایط خاص کنونی تا دیروقت بیدار هستند و تا نزدیک ظهر می خوابد را چگونه می توان در کلاس مجازی و غیرحضوری سنجید و تمرکزش بر درس را کنترل کرد؟

مشکل دیگر این است که نمی دانیم خود دانش آموز به پرسش ها پاسخ می دهد یا صاحب گوشی! مهم تر این که آموزگار در کلاس مجازی چگونه همزمان به ۲۰ پرسش که توسط دانش آموزان طرح می شود پاسخ دهد؟ قطعاً برای مجموعه اداری آموزش و پرورش و حتی مدیران و معاونان مدرسه قابل درک نیست که معلم چگونه باید همه پیام ها را بخواند و جداگانه به همه پاسخ دهد (ایرنا)

تداخل بحث ها و پرسش ها

در این بین دانش آموز بدون آن که بداند آموزگار مشغول پاسخ دادن به پرسش دیگری است، پرسش های جدید را مطرح می کند. عملاً کنترل بحث آموزشی از دست آموزگار خارج می شود. به همه این ها باید بحث تکلیف دادن و دریافت تکالیف از دانش آموزان و چک کردن مجازی تکالیف را هم افزود. قطعاً توضیح حضوری با نوشتن در چند جمله بسیار متفاوت است.

نگاه های توپیخی؛ فشار مضاعف بر آموزگاران

معلم همه سختی ها را می پذیرد و این کار را انجام می دهد، اما چیزی که بار روانی بر معلم را بیشتر می کند این است که در

بخشنامه را به ادارات شهرستانی ابلاغ کردند و ادارات هم این بخشنامه را برای مدارس فرستادند. مدیران مدارس هم به استناد این بخشنامه از معلمان خواستند که کلاس ها را تشکیل دهند. در نهایت از ۱۵ اسفند کار شکلی جدی گرفت. این روند در حالی آغاز شد که نه تنها آموزگاران نقشی در برنامه ریزی نداشتند و حتی از آن ها مشورتی گرفته نشد، بلکه هیچ امکاناتی مانند گوشی، اینترنت و امکانات اولیه تدریس برای ضبط فیلم های آموزشی هم در اختیار معلم ها قرار نگرفت. بخشی از آموزش با استفاده از ابزار کمک آموزشی که در مدارس وجود دارد انجام می شود.

صرف نظر از امکانات، در ابتدای کار حتی عنوان نشد که آموزگاران با چه شیوه ای باید فعالیت کنند. صرفاً همان بخشنامه معیار آغاز فعالیت شد. تا جایی که برای استفاده از پیام رسان هم برنامه مشخصی وجود نداشت. ابتدا تأکید کردند که آموزش باید بر بستر پیام رسان های داخلی باشد. اما ضعف های فنی این پیام رسان ها و برخی مسائل دیگر سبب شد که استفاده از پیام رسان های خارجی در دستور کار معلم ها و خانواده ها قرار بگیرد.

چالش گوشی و اینترنت

علاوه بر انتخاب پیام رسان، ماجرای اینترنت و گوشی هم وجود داشت. فرض را بر این می گیریم که ما در تهیه گوشی و اینترنت مشکلی نداشته باشیم. مشکل بعدی فراهم بودن این زیرساخت در دهها خانواده دیگر است. یعنی برای آن روی ماجرأ و جامعه مخاطب هم در این طرح فکری نشد. طبیعتاً عمده دانش آموزان مقطع ابتدایی گوشی هوشمند ندارند و باید از گوشی اعضای خانواده استفاده کنند. عملاً کلاس درس برای صاحب اصلی گوشی اولویت محسوب نمی شود. یعنی کاربر که دانش آموز است نمی تواند به طور کامل از این ابزار استفاده کند. مثلاً حین آموزش ممکن است گوشی زنگ بخورد. اتفاقی که این روزها زیاد برای دانش آموزان افتاد.

ناسازگاری با پیام رسان های داخلی

پیام رسان های داخلی که امکان نصب روی گوشی های آیفون را ندارند. برخی خانواده ها که گوشی اندروید دارند هم حاضر به نصب پیام رسان های داخلی نیستند. بنابراین عملاً ارتباط با این دانش آموزان باید در پیام رسان های خارجی انجام شود. از طرفی برای استفاده از تلگرام هم معلم و هم دانش آموزان با مشکل فیلترشکن مواجه هستیم. در نهایت پیام رسان WhatsApp بیشتر مورد توجه قرار گرفت. اما باز هم مشکل

یاد می‌شود، بسیاری از کارشناسان تأکید کردند که نصب یک دستگاه پروجکشن با پرده آن و نهایتاً قرار دادن یک دستگاه رایانه در کلاس درس به معنی هوشمندسازی مدارس نیست. بلکه صرفاً حذف تخته سیاه و سفید از کلاس و اضافه کردن امکان اتصال به اینترنت در مدرسه یا کلاس درس محسوب می‌شود. موضوعی که همان زمان برخی آموزگاران از آن به عنوان انقلاب حذف گچ و تخته یاد کرده بودند. این تأکیدها اکنون به شکلی واقعی به چشم می‌آیند نتیجه هوشمندسازی مدارس، پرده‌ها و پروجکشن‌هایی است که در بسیاری از کلاس‌ها به دلیل نبود برنامه مناسب برای بهره‌گیری از آن‌ها مورد استفاده قرار نمی‌گیرند و حالا که به ناچار آموزش از راه دور باید انجام شود، راهکار مناسبی وجود ندارد (ایرنا)

ضرورت کار گروهی کادر آموزشی

وجود ضعف‌ها در سیستم آموزش آنلاین و فعالیت آموزگاران در فضای مجازی را خود مسئولان نیز می‌پذیرند، اما بر این باورند که رفع این چالش‌ها به زمان بیشتری نیاز دارد و در شرایط کنونی باید با همکاری و همراهی همه حلقه‌های زنجیره آموزشی، تهدید ایجاد شده ناشی از کرونا به فرصتی برای تقویت زیرساخت‌های آموزش آنلاین و کسب تجربه‌های آموزش شود.

نیاز به همکاری خانواده‌ها

نگاه آموزش و پرورش در طرح آموزش مجازی این نیست که تمام زحمات بر دوش آموزگار و معلم باشد. بلکه باید با کمک هم شرایطی ایجاد کنیم که معلم در فضای الکترونیکی نقش تسهیل‌گر یا هدایت‌کننده را ایفا کند. یعنی توسط او بستر برای راهنمایی دانش‌آموز آماده شود. ضمن این که خانواده‌ها باید برای آینده تحصیلی و اجتماعی فرزندان‌شان همراهی جدی با آموزگاران داشته باشند. اگر قرار باشد دانش‌آموز منفعل باشد اتفاق مطلوبی نمی‌افتد (مجله استاد سلام)

نهایت اعلام می‌شود آموزش و پرورش عملکرد آموزگاران را در این طرح رصد خواهد کرد و در صورت نیاز آموزگاران که ضعیف عمل کنند توبیخ می‌شوند.

نقش کمرنگ مدیران، معاونان و راهبران آموزشی

اخیراً اعلام شده است که افرادی با عنوان راهبر آموزشی از سوی ادارات بر نحوه فعالیت آموزگار نظارت کنند. پرسش این است که در این وضعیت آیا بیشتر به نظارت نیاز است یا کمک به اجرای درست فعالیت آموزشی؟ در این طرح نقش راهبر آموزشی، مدیر و معاون مدارس برای بهتر اجرا شدن آموزش مجازی چیست؟ دست‌کم می‌توانند جمع‌آوری تکالیف دانش‌آموزان و دسته‌بندی آن‌ها را انجام دهند. اما تمام مسئولیت‌ها و فشارها بر دوش معلم است. حتی گزارش روزانه عملکرد را هم از آموزگار می‌خواهند که به مدیر یا معاونان مدرسه بفرستند

ناکارآمدی هوشمندسازی

وضعیت موجود یک نکته دیگر را نیز یادآوری می‌کند؛ طی دو سال اخیر اصطلاح هوشمندسازی مدارس در سراسر کشور بارها و بارها توسط مسئولان مورد استفاده قرار گرفت. اصطلاحی که بارها در نگاه مدیران مد نظر قرار گرفت و امروز عملاً هیچ جایگاهی ندارد از ابتدای اجرای طرحی که با نام هوشمندسازی مدارس از آن



نتیجه گیری

انتشار ویروس کرونای جدید یکی از چالش‌های سنگین هر کشوری بوده که به واسطه ناشناخته بودن این پدیده و چگونگی تاثیر و تاثر، نیازمند مراقبت‌های جدی بهداشت فردی و اجتماعی است. که همین مسئله عدم حضور دانش‌آموزان در مدارس را سبب شد. با توجه به عدم حضور دانش‌آموزان در مدارس و مکان‌های ورزشی، بیشتر اوقات را خود با استفاده از فضای مجازی و دیدن فیلم‌ها و برنامه‌های تلویزیونی سپری می‌کنند که در صورت مدیریت نکردن این فرصت در اختیار، مشکلات جدید آموزشی و تربیتی حاصل می‌شود.

بدین سبب بر آموزش و پرورش همه ارکان تا مدرسه و خانواده تکلیف هست که از منظر ایفای مسئولیت اجتماعی و رسالت تربیتی، از روش‌های متنوع و موثر بر بستر رسانه‌های الکترونیکی، دیداری و شنیداری، فرآیند یادگیری رسمی را استمرار داده و بسترهای لازم برای مشارکت فعال، سازنده و بهره‌مندی دانش‌آموز در این شرایط مهیا سازند.

پیشنهادهات

۱. تعامل آنلاین با دانش آموزان

در آموزش آنلاین چون معلم حضور فیزیکی ندارید باید کاری کند تا دانش آموز این موضوع را حس نکند و فکر کند معلم از اول تا آخر دوره آن ها را حمایت می کنید، به دانش آموزان اطمینان دهید که در چه روز و زمانی شما آنلاین خواهید بود و چگونه می توانند در خارج از ساعات درسی با شما در تماس باشند. این تعامل می تواند از طریق پست الکترونیک، فروم ها و یا رسانه های اجتماعی باشد.

۲. ایجاد یک محیط یادگیری حمایتی

به عنوان یک معلم آنلاین می توانید یک جامعه آنلاین از دانش آموزان خود را داشته باشید و برای رسیدن به هدف از طریق تشویق با یکدیگر تعامل کنید. راه اندازی گروه های کوچک شبیه گروه های مطالعاتی سنتی یک استراتژی برای تشویق می باشد.

۳. استفاده از ابزارهای یادگیری برای آموزش بهتر

بهترین معلمان کسانی هستند که ترکیبی از یادگیری آنلاین و

سنتی را باهم پیاده سازی کنند و محتوایی جالب و هیجان انگیز برای تعامل بیشتر با دانش آموزان فراهم آورند.

۴. ارائه مداوم بازخوردها

در یادگیری آنلاین انتقادات و پیشنهادات یک جز اساسی است. به عنوان یک معلم آنلاین، نظرات به شما کمک خواهد کرد تا یک تجربه آموزشی آنلاین آموزنده و جذاب و انگیزشی برای یادگیرنده داشته باشید.

۵. ایجاد آموزش با محتوای موبایل

می توانید برای تدریس از تلفن همراه استفاده کنید. در حال حاضر اکثر افراد تمایل استفاده از تلفن همراه را بسیار دارند. با به اشتراک گذاشتن محتوای آموزشی به صورت الکترونیک در تلفن همراه می توان باعث ایجاد یک محیط یادگیری مثبت و با تعامل بیشتر می شود و این کار اعتماد به نفس معلم را در روش های یادگیری آنلاین افزایش می دهد.



منابع

مرتضوی، مرکز راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار، شعبانی، ساسان و محمودی، مهدی (۱۳۹۸) آموزش مجازی؛ مزایا و محدودیت ها؛ فرصت ها و چالش ها، مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی
مجله اینترنتی سلام استاد
مسعودی، ماریا (۱۳۹۸) پشتیبانی یادگیرنده در محیط یادگیری الکترونیکی، تحقیقات جدید در علوم انسانی، شماره ۵۶

اصغری، مهرداد و همکاران (۱۳۹۱) چالش های آموزش الکترونیکی در علوم پزشکی از دیدگاه اعضاء هیئت علمی، مجله توسعه و آموزش پزشکی، شماره ۱
خبرگزاری ایرنا
خبرگزاری مهر
شاه محمدی، محمد (۱۳۹۴) آموزش الکترونیک، سومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران، تحقیقات اسلامی سروش

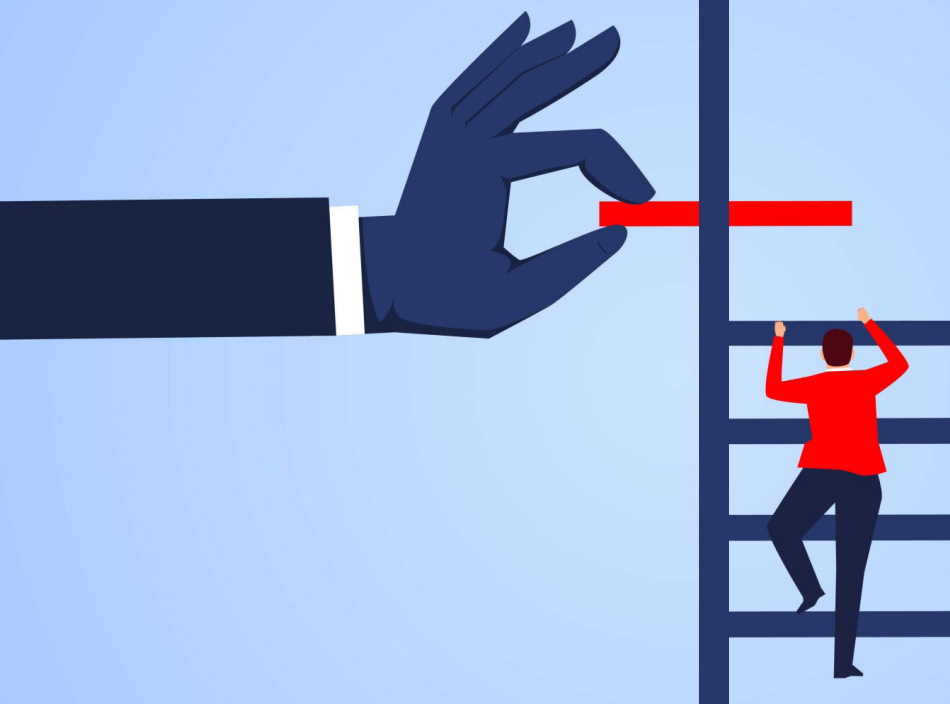
چرا بد تصمیم می گیریم

دن گیلبرت

همه ما هر روز تصمیم گیری و انتخاب می کنیم. همه ما می خواهیم بدانیم که انجام چه کاری درست است. در زمینه های مختلف از اقتصاد گرفته تا تغذیه، در کار حرفه ای تا زندگی رومانتیک. مطمئناً اگر کسی می توانست به ما دقیقاً بگوید که در هر موقعیتی کار درست کدام است، این بهترین نعمتی است که ممکن بود به کسی داده بشود. واقعیت این است که در سال ۱۷۳۸ یک دانشمند هلندی به نام دانیل برنولی این نعمت را به جهانیان هدیه کرده است. امروز من می خواهم با شما درباره این نعمت سخن بگویم و اینکه چرا عرضه این نعمت به جهانیان کوچک ترین تاثیری در زندگی مردم ایجاد نکرده است. این هدیه ای است که برنولی به ما داده است. این عین چیزی است که او برای ما نوشته است. اگر به نظرتون خیلی یونانی می رسد، خوب علتش این است که این واقعا یونانی است. اما ترجمه اون البته با اندکی اغماض که البته عصاره آنچه برنولی می خواست به ما بفهماند را در بر دارد، این است: ارزش مورد انتظار از هر یک از کارهایی که ما می کنیم که در واقع فایده ای است که هر یک از این کارها به ما می رساند برابر است با حاصلضرب دو چیز ساده :

اول احتمال این که این کار نفعی به ما برساند،

و دوم فایده و ارزش آن نفع برای ما است. به یک معنی آنچه برنولی می خواست بگوید این است که اگر ما بتوانیم این دو را تخمین بزنیم و در هم ضرب کنیم در هر زمان می دانیم که دقیقاً چه رفتاری باید از خودمان نشان بدهیم. حالا، این معادله ساده برای همه ما، حتی کسانی که از معادله خوششان نمی آید، چیزی است که به طور روزمره از آن استفاده می کنیم. برای مثال : اگر من به شما بگویم بیایید با هم شیر و خط بازی کنیم به این صورت



بدی برای تخمین احتمال پدیده ها نیست. البته استثناهایی وجود دارد. مثلاً اینجا ما یک معما داریم. تعداد لغات انگلیسی چهار حرفی که حرف R در اول آنها است بیشتر است یا لغاتی که حرف R حرف سوم آنها است؟ شما حافظه تان را سریع چک می کنید و می بینید که خیلی راحت کلماتی مثل Ring, Rang, Rung به ذهن می رسند تا کلماتی مثل bare, fort, park ولی در واقع تعداد لغات چهار حرفی انگلیسی که R سومین حرف آنها است به مراتب بیشتر از آنها است که با R شروع می شوند. دلیل سخت تر به ذهن رسیدن کلماتی که حرف R را در مکان سوم دارند این نیست که کم تعدادترند یا کمتر استفاده می شوند. بلکه دلیل آن این است که ذهن ما کلمات را بر اساس حرف اول یادآوری می کند. مثلاً شما حرف S را بلند می گوئید و کلمات به دنبال آن می آیند. این مانند دیکشنری است. سخته که کلمات را با حرف سومشان به خاطر بیاوریم. خوب این مثالها نشان دادند که چطور راحتی به ذهن آمدن یک چیز می تواند به شما فراوانی و احتمال بالای را القاء کند و در چه مواردی استفاده از این مساله می تواند همراه کننده باشد. این مشکل محدود به معماها نیست. مثلاً در یک مطالعه از آمریکایی ها سوال شده است که احتمال اینکه کسی از هر یک از این علل بمیرد چقدر است؟ این ها نتایج پیش بینی مردم است. تعداد مرگ در یک سال برای دویست میلیون آمریکایی این ها مردم عادی مثل شما بوده اند که از آنها سوال شده به نظر تان چند نفر در سال از گردباد یا آتش بازی یا آسم یا غرق شدن می میرند. این اعداد را با آمار واقعی مرگ و میر مقایسه کنید. اینجا یک الگوی جالب دیده می شود. که اولاً، در دو مورد احتمال مرگ خیلی بیشتر از واقع تخمین زده شده است. که آن دو گردباد و آتش بازی هستند. و در دو مورد احتمال مرگ خیلی کمتر از واقع تخمین زده شده است. که غرق شدن و بیماری آسم هستند. چرا؟ آخرین باری که شما یک روزنامه را باز کردید و عنوان یک خبر این بود که یک پسر بچه از آسم مرده است کی بوده؟ این اصلاً جذاب نیست چون خیلی شایع است. برای همه ما خیلی ساده است که داستان ها و اخباری را که در مورد کسانی که در گردباد کشته شده اند یا کسی که به خاطر بی دقتی در آتش بازی مراسم چهارم جولای دست هایش را از دست داده را به یاد بیاوریم. ولی غرق شدن و آسم چندان مورد توجه رسانه ها نیستند. بنابراین خیلی راحت به ذهن نمی آیند و به همین دلیل ما خیلی آنها را دست کم می گیریم. البته این مثل بازی خیابان سسمی است که می پرسد، کدام یک از این چهار تا با بقیه فرق دارد و جواب

که اگر خط بیاپید من به شما ده دلار می دهم ولی شما برای اینکه وارد بازی بشوید باید چهار دلار ورودی پرداخت کنید بیشتر شما خواهید گفت که باشه من بازی می کنم. چون شما می دانید که احتمال اینکه برنده بشوید ۵۰٪ است و سود برنده شدن ۱۰ دلار است که حاصل ضرب آن می شود ۵ دلار و این بیشتر از ۴ دلاری است که برای شروع بازی باید بدهید بنابراین شما بازی می کنید. آماردانها به این شرط بندی، یک شرط بندی خوب می گویند.

خوب این مساله در مورد شیر و خط خیلی ساده و عملی است ولی در زندگی واقعی قضیه به این سادگی ها نیست. آدمها در تخمین زدن هر دو این ها بسیار ضعیف و ناتوان هستند. و این موضوعی است که من می خواهم امروز درباره اش با شما صحبت کنم. مردم وقتی می خواهند تصمیم بگیرند که کدام کار درست است مرتکب دو نوع خطا می شوند. اولین خطا تخمین احتمال موفقیت در کاری است که می خواهند بکنند و دومین خطا در تخمین فایده و سود حاصل از موفقیت است. اول در مورد اولین خطا صحبت بکنیم. محاسبه احتمال موفقیت باید کار ساده ای باشد. یک سکه دو رو دارد، یک تاس شش وجه دارد و در یک دست کارت بازی ۵۲ کارت هست. همه شما می دانید که احتمال بیرون کشیدن تک گشنیز یا آمدن شیر به جای خط چقدر است. اما این کار در زندگی روزمره اصلاً آسان نیست. به همین خاطر است که آمریکایی ها بیش از هر تفریح دیگری پول صرف قمار بازی می کنند یا بهتره بگویم از مجموع بقیه تفریحات روی هم بیشتر پول در قمار بازی از دست می دهند. علتش این است که مردم به این روشی که گفتیم احتمال موفقیت را حساب نمی کنند. برای اینکه بفهمیم مردم چطور احتمال بروز پدیده ها را حساب می کنند لازم است که ما اول در مورد خوک ها صحبت بکنیم. سوالی که می خواهم از شما بپرسم این است که آیا شما فکر می کنید که تعداد سگهایی که باقلاده توی خیابانهای آکسفورد هر روز دیده می شوند بیشتر است یا تعداد خوک ها؟ و البته همه شما می دانید که جواب سگ ها است. روشی که شما برای فهمیدن اینکه جواب سگ است به کار بردید این است که به حافظه ی تان مراجعه کردید و سعی کردید دفعاتی که سگ با قلاده دیده اید و دفعاتی که خوک با قلاده دیده اید را به یاد بیاورید. چون خیلی راحت تر سگ هایی را که با قلاده دیده اید به خاطر آوردید نتیجه گرفتید سگ ها فراوان تر هستند. چون اگر سگ با قلاده راحت تر به ذهن می آید پس احتمال وجود سگ با قلاده بیشتر است. معمولاً این روش

قبل اصلا عوض نشده است. اما الان به سادگی می شود حدس زد چه کسی به احتمال زیاد برنده خواهد شد. به سادگی می شود گفت که لیروی چک را دریافت خواهد کرد. درست؟ شما نمی توانید بگویید که من هم به اندازه هر کس دیگری احتمال برنده شدن دارم. چون شما به اندازه لیروی شانس برنده شدن ندارید. اینکه همه بلیط های دیگر را یک نفر خریده است تصمیم شما را عوض می کند. در حالی که در واقع شانس برنده شدن شما فرقی نکرده است. تخمین احتمال موفقیت، کار ساده ای نیست ولی تخمین ارزش حاصل از موفقیت در مقایسه با آن بسیار بسیار سخت تر است. اینکه شما بفهمید یک چیزی چقدر ارزش دارد، یا چقدر باعث لذت می شود یا چقدر شادی بخش است کار آسانی نیست. من الان می خواهم در مورد اشتباهات ارزش گذاری صحبت کنم. این ساندویچ چقدر می ارزد؟ آیا این ساندویچ ۲۵ دلار می ارزد؟ بیشتر شما خواهید گفت که نه نمی ارزد. و شما حاضر نیستید ۲۵ دلار بابت این ساندویچ بدهید. ولی در عمل شما برای اینکه بتوانید تصمیم بگیرید که آیا این ساندویچ ۲۵ دلار می ارزد، باید تنها یک سوال از خود بپرسید: با ۲۵ دلار چه کار دیگری می توانید بکنید؟ اگر شما تا حالا برای یک سفر چندین ساعته به استرالیا سوار هواپیما شده باشید و متوجه شده باشید که قرار نیست هیچ غذای به شما داده شود و نفر جلویی شما یک بسته ساندویچ را باز کند و بوی ساندویچ در فضا پخش بشود شما با خوتان خواهید گفت، من با این ۲۵ دلار تا ۱۶ ساعت آینده هیچ کار دیگری نمی توانم بکنم. من حتی نمی توانم این را آتش بزنم. چون فندکم را هم از من گرفته اند. در این حالت ۲۵ دلار برای یک ساندویچ قیمت مناسبی به نظر می رسد. اما اگر مثلا شما به یک کشور عقب افتاده سفر کنید، اونجا با ۲۵ دلار می توانید یک وعده غذای حساسی بخورید. پس چرا همه شما با اطمینان جواب سوال من را نه دادید بدون اینکه من شرایط را توضیح بدهم. چون غالب شما قیمت این ساندویچ را با قیمتی که هر روز می پردازید مقایسه کردید. به جای اینکه از خودتون بپرسید با این پول چه کار دیگری می توانم بکنم و این سرمایه گذاری را با سایر سرمایه گذاری ها چه نسبتی دارد در عوض شما این سرمایه گذاری را با گذشته مقایسه کردید و این یک اشتباه سیستماتیک است که خیلی از مردم دچار آن می شوند. شما می دانستید که قبلا سه دلار بابت یک ساندویچ خرج می کرده اید و بیست و پنج دلار کاملا غیر قابل قبول است. این اشتباه است و من می توانم به شما اشتباه بودن این روش رو ثابت کنم و نشان بدهم که این روش چه نتایج غیر منطقی ای ایجاد می کند. برای مثال این

درست استخر است. چون که در این اسلاید تنها چیزی که واقعا خطر دارد استخر است. مجموع احتمال مردن شما از سه عامل دیگر کمتر از احتمال مردن در استخر است. لاتاری یک مثال بسیار عالی از این موضوع است. لاتاری یک نمونه از ناتوانی مردم در تخمین زدن درست احتمال موفقیت است. با عرض معذرت از کسانی که در لاتاری شرکت می کنند باید بگویم که بعضی از اقتصاددان ها لاف در جمع های خصوصی خودشان از لاتاری به عنوان مالیات بر حماقت یاد می کنند. چرا که احتمال اینکه از سرمایه گذاری در لاتاری سودی نصیبتان بشود تقریبا برابر با این است که پولتان را مستقیما توی توالت بریزید، تازه در حالت دوم زحمت رفتن و خریدن بلیط ها را هم نخواهید داشت. پس با این حساب چرا کسانی پولشان را صرف خرید بلیط لاتاری می کنند؟ البته جواب های زیادی برای این سوال وجود دارد، ولی یک جواب این است که خیلی ها را دیده ایم که در لاتاری برنده شده اند. مثلا وقتی این زوج برنده لاتاری شدند من نمی دانم چطور این چیز به این بزرگی را نقد می کنند. ما در تلویزیون آنها را می بینیم و روزنامه ها در این مورد می نویسند. ولی کی تا حالا با بازندگان لاتاری یک مصاحبه مفصل شده است؟ در واقع اگر تلویزیون هر بار که با یک برنده مصاحبه می کردند می خواست با هر یک از بازندگان فقط سی ثانیه صحبت کند، برای مصاحبه با صد میلیون بازنده آخرین لاتاری نه و نیم سال از وقت شما صرف تماشای آن ها می شد که بگویند: من برنده نشدم. من برنده نشدم. خوب البته اگر شما نه و نیم سال بی وقفه و بدون خواب در تلویزیون می دیدید که مردم پشت سر هم بازنده شده اند و بعد در آخر یک نفر را نشان می دادند که به مدت ۳۰ ثانیه می گفت "من برنده شده ام" احتمال اینکه کسی در لاتاری شرکت کنید بسیار کم می شد. من می توانم این مساله را به شما ثابت کنم. ببینید این یک لاتاری است در این لاتاری ده تا بلیط فروخته می شود. نه تا از بلیط ها به این افراد فروخته شده است. یک دلار برای شما هزینه دارد که یک بلیط بخرید و اگر برنده شوید ۲۰ دلار به دست می آورید. آیا این شرط بندی خوبی است؟ برنولی به ما می گوید که این شرط بندی خوبی است. ارزش مورد انتظار از این لاتاری دو دلار است. پس این لاتاری خوبی است و شما می توانید اینجا سرمایه گذاری کنید. و بیشتر افراد وارد این بازی می شوند. حالا یک نمونه دیگر همین لاتاری را ببینیم: فرض کنید این دفعه نه تا از بلیط ها را یک آدم چاق به اسم لیروی خریده باشد. لیروی نه بلیط دارد و یک بلیط باقی مانده است. آیا شما آن را می خرید؟ بیشتر افراد حاضر به خرید این بلیط نیستند. احتمال برنده شدن با

نیستم بابت یک چیز دو بار پول بدهم. شما قیمت بلیط را که برای شما چهل دلار خواهد بود با قیمت اولیه آن که بیست دلار بود مقایسه می کنید و نتیجه می گیرید که این معامله ی خوبی نیست. مقایسه با گذشته منشا بسیاری از مشکلاتی است که اقتصاد دانان رفتاری و روانشناسان در ارزش گذاری های مردم مشاهده کرده اند. اما حتی وقتی که ما چیزی را با امکانات و شرایط موجود مقایسه می کنیم و نه با گذشته، ما باز هم مصون از خطا نیستیم. من یکی دو تا از این اشتباهات را به شما نشان می دهم. یکی از چیزهایی که ما در مورد مقایسه می دانیم این است که وقتی ما چیزی را با چیز دیگری مقایسه می کنیم ارزش آن تغییر می کند. در سال ۱۹۹۲ جرج بوش پدر برای ما که در سمت لیبرال طیف سیاسی بودیم، خیلی آدم خوبی به نظر نمی رسید. اما ناگهان ما آرزو می کنیم که ای کاش بر می گشت. مقایسه باعث تغییر ارزشی می شود که ما برای چیزی قائل هستیم. فروشنده ها این موضوع را قبل از هر کس دیگر می دانسته اند و از آن برای کمک به شما استفاده می کرده اند. بار سنگین پول اضافی شما را کم می کنند. مثلاً اگر شما به یک مغازه برای خرید یک بطری آب بروید و ببینید که قیمت های مختلفی مثل : ۸ دلار، ۲۷ دلار و ۳۳ دلار وجود دارد. چه می کنید؟ بیشتر مردم نمی خواهند گران ترین را بخرند و نمی خواهند ارزان ترین را بخرند پس جنسی که قیمت متوسط را دارد انتخاب می کنند. اگر شما فروشنده باهوشی باشید یک جنس خیلی گران که هیچ وقت کسی آن را نخواهد خرید را در کنار اجناس دیگر می گذارید. در این حالت بطری آب ۳۳ دلاری در مقایسه دیگر آنقدر که قبلاً گران به نظر می رسید نخواهد بود. خوب پس من دارم چیزی را برای شما توضیح می دهم که شما از قبل آن را می دانستید. مقایسه ارزش چیزها را تغییر می دهد. اما چرا این مساله مشکل ایجاد می کند؟ چون وقتی شما بطری ۳۳ دلاری را می خرید و به خانه می برید، دیگر مهم نیست که این بطری در کنار کدام بطری در مغازه بوده است. در واقع وقتی ما در موقع مصرف برای چیزی ارزش گذاری می کنیم شرایط ما با موقعی که در حال خرید آن بوده ایم متفاوت است. این مساله تغییر معیارهای مقایسه در مواقع مختلف ارزش گذاری باعث می شود ارزش گذاری منطقی بسیار مشکل بشود.

بگذارید من یک مثال دیگر بزنم. من می خواهم یک نمونه از کارهایی که در آزمایشگاه خودم انجام شده را برایتان بگویم. این جا از افراد ساده ترین سوال ممکن پرسیده شده است: شما چقدر از خوردن چیپس سیب زمینی در یک دقیقه

یکی از لذیذ ترین حقه های بازاریابی است. گفته می شود یک چیزی قبلاً گران بوده و حالا ارزان شده پس لابد این معامله خیلی به صرفه است. وقتی از مردم سوال بشود که کدام یک از این دو شغل را می پسندند: شغل اولی سال اول شصت هزار دلار سال بعد پنجاه و سال بعد چهل هزار دلار، درآمد یک شغل هر سال کاهش پیدا می کند، و درآمد شغل دیگر هر سال افزایش پیدا می کند، افراد غالباً شغل دوم را انتخاب می کنند. چرا؟ در حالی که همه می دانند که شغل دوم در مجموع درآمد کمتری خواهد داشت. چون مردم احساس می کنند درآمد رو به کاهش از درآمد رو به افزایش بدتر است حتی وقتی در کل مقدار دریافت در اولی بیشتر باشد. یک مثال قشنگ دیگر، یک تور هاوایی که قیمت اولیه آن ۲۰۰۰ دلار بوده است را نشان می دهد که الان به ۱۶۰۰ دلار فروخته می شود. اگر فرض کنیم شما قصد مسافرت به هاوایی را داشته باشید. آیا شما این تور را می خرید؟ بیشتر افراد این کار را می کنند. اما یک تور هاوایی است که قیمت اولیه آن ۳۰۰۰ دلار بوده ولی الان به قیمت ۷۰۰ دلار فروخته می شود و شما تصمیم می گیرید که آن را بخرید. وقتی به آژانس زنگ می زنید می فهمید که قیمت عوض شده و الان قیمت ۱۵۰۰ دلار است. آیا شما این تور را می خرید؟ بیشتر افراد جواب می دهند نه. چرا؟ چون که یک موقع قیمت آن ۷۰۰ بوده و حالا من حاضر نیستم ۱۵۰۰ دلار به خاطر چیزی که یک موقع ۷۰۰ دلار بوده بپردازم. این میل به مقایسه با گذشته باعث می شود مردم معامله های خوب را از دست بدهند. به بیان دیگر یک معامله خوب که قبلاً عالی بوده به خوبی یک معامله بد که قبلاً افتضاح بوده نیست. این نشان می دهد چطور مقایسه با گذشته باعث می شود ما تصمیمات اشتباه بگیریم. فرض کنیم شما به تئاتر می روید. شما در راه به طرف سالن نمایش هستید. در کیف تان یک بلیط تئاتر که بیست دلار آن را خریده اید دارید. همچنین شما یک اسکناس بیست دلاری هم دارید. وقتی می رسید متوجه می شوید که در راه بلیط را گم کرده اید. آیا با بیست دلاری که دارید یک بلیط دیگر می خرید؟ بیشتر افراد جواب می دهند نه. خوب حالا فقط یک چیز را در این داستان عوض می کنیم. شما در راه رفتن به تئاتر هستید و دو اسکناس بیست دلاری در کیف پولتان دارید. وقتی به تئاتر می رسید متوجه می شوید که یکی از دو اسکناس را گم کرده اید. آیا با یک اسکناس باقی مانده بلیط می خرید؟ بله حتماً، من رفته ام که تئاتر را ببینم و گم شدن بیست دلار ربطی به موضوع ندارد. فرق دو حالت این است که در حالتی که بلیط را گم کرده اید شما به خودتان می گوئید من حاضر

صد دلاری هستم که در خرید ماشین صرفه جویی شده ام. اگر رفتن به آن طرف شهر برای صد دلار می ارزد فرق نمی کند که این صرفه جویی برای چه معامله ای است. اما مردم این طور فکر نمی کنند. مردم براشون مهم نیست که کسی که سهام شان را مدیریت می کند یک درصد یا یک و نیم درصد از سودشون را بر می دارد ولی کوپن های یک دلاری برای خرید ارزانتر خمیر دندان را جمع می کنند. این مساله جابجایی در مقایسه ها است. چون شما در هر دو حال دارید صد دلار را با کل خریدی که می کنید مقایسه می کنید، اما در موقع مصرف آن صد دلار این مقایسه بی معنی خواهد بود. همه شما این تجربه را داشته اید. مثلاً اگر شما آمریکایی باشید و به فرانسه سفر کرده باشید، ممکن است آنجا با افرادی که همشهری شما هستند مواجه شوید. ممکن است فکر کرده باشید وای اینها چقدر خونگرم هستند. چقدر با من مهربان هستند. در مقایسه با این همه آدمی که از من بدشان می آید وقتی سعی می کنم به زبان آنها صحبت کنم و حتی وقتی نمی توانم فرانسه صحبت کنم بیشتر از من بدشان می آید این همشهری ها چقدر خوبند. بعد شما همه فرانسه را با این همشهری ها می گردید و بعدا که به آمریکا برگشتید یک شب آنها را دعوت می کنید که برای شام پیش شما بیایند. چه اتفاقی می افتد؟ متوجه می شوید که در مقایسه با دوستان اینها خسته کننده و سرد هستند. علت این است که در این شرایط جدید مرجع مقایسه خیلی عوض شده است. در واقع در بیشتر موارد شما کاملاً از آنها بدتان می آید در همان حد که از آن فرانسوی ها بدتان می آمد. عین همین مساله موقعی رخ می دهد که شما برای خرید یک دستگاه استریو به فروشگاه می روید. شما در فروشگاه دو دستگاه مختلف می بینید مثلاً این مدل جعبه ای خیلی بزرگ و این مدل جمع و جور و کوچک. دستگاه ها را امتحان می کنید و به خودتان می گوئید که یک کم با هم فرق دارند. آن بزرگ تر ها یک کم صدای بهتر و واضح تری دارند. به همین خاطر آن مدل بزرگتر را می خرید و به خانه می برید. و مجبور می شوید که کل دکوراسیون خانه تان را به هم بزنید. مشکل این است که آن مقایسه ای که شما در فروشگاه انجام دادید را دیگر نمی توانید انجام بدهید. احتمال اینکه شما چند سال بعد به خودتان بگوئید که این ها یک کم بهتر از آن مدل کوچک تر هستند، خیلی کم است. در حالی که شما اصلاً صدای آن ها را دیگر نمی توانید بشنوید. مساله مقایسه های جابجا شده وقتی که انتخاب ها و مقایسه ها در زمان های مختلف رخ می دهند پیچیده تر

آینده لذت خواهید برد؟ آن ها در یک اتاق که در جلوشان یک ظرف چیپس سبب زمینی وجود داشت نشسته اند. برای بعضی از آن ها در گوشه ی اتاق یک ظرف شکلات و برای بعضی دیگر یک ظرف نودل قرار داشت. در واقع وجود این موارد در گوشه اتاق میزان لذتی که این افراد فکر می کردند از خوردن چیپس سبب زمینی خواهند برد را تغییر می داد. برای مثال آنهایی که نودل را می دیدند فکر می کردند که از خوردن چیپس خیلی لذت ببرند. آنهایی که شکلات را می دیدند تخمین می زدند که بسیار کمتر از چیپس سبب زمینی لذت ببرند. خوب، وقتی که افراد چیپس سبب زمینی را خوردند چه اتفاقی افتاد؟ نیازی نیست که یک روانشناس به شما بگوید که وقتی که چیپس خوشمزه ی، چرب، شور در دهان شما است، آنچه در گوشه اتاق وجود دارد تفاوتی در احساس چشایی شما ایجاد نمی کند. ولی به هر حال تخمین آنها تحت تاثیر مقایسه ای است که انجام می شود. ولی این مقایسه در مقدار لذت آنها در عمل تاثیر نمی گذارد. همه شما خودتان این موضوع را تجربه کرده اید حتی اگر برای خوردن چیپس به آزمایشگاه ما نیامده باشید. به این سوال دقت کنید. شما می خواهید برای ماشین تان یک دستگاه پخش موسیقی بخرید. فروشگاه نزدیک خانه شما این دستگاه را به ۲۰۰ دلار می فروشد. اما در آن طرف شهر یک فروشنده هست که همین دستگاه را ۱۰۰ دلار می فروشد. آیا شما به آن طرف شهر خواهید رفت تا دستگاه را به نصف قیمت بخرید؟ بیشتر افراد جواب خواهند داد بله. اصلاً برایشان قابل تصور نیست که دستگاه را به دو برابر قیمت بخرند. وقتی که به سادگی آن طرف شهر می توانند دستگاه را به نصف قیمت بخرند. اما حالا تصور کنید شما می خواستید یک ماشین بخرید که دستگاه پخش را هم روی خودش داشت. فروشنده نزدیک شما ماشین را به قیمت ۳۱۰۰۰ دلار می فروشد. اما فروشنده آن طرف شهر همین ماشین را به قیمت ۳۰۹۰۰ می فروشد. آیا شما به آن طرف شهر برای خرید ماشین می روید؟ بیشتر افراد می گویند نه؟ من این همه راه را تا آن سر شهر برای صرفه جویی ۱۰۰ دلار روی یک ماشین نخواهم رفت. این سبک فکر اقتصاد دانان را دیوانه می کند و باید هم دیوانه بکند. چرا که این صد دلاری که شما اینجا سود می کنید نمی دانند که از کجا آمده است و نمی دانند که آن را برای چه کاری ذخیره کرده اید. وقتی که شما با این پول برای خرید خواربار می روید، این پول نمی گوید که من صد دلاری هستم که در خرید دستگاه پخش موسیقی صرفه جویی شده ام. یا من

مردم در این موقعیت ها چه رفتاری از خود نشان می دهند؟ ما می دانیم که مردم در این نوع انتخاب ها بسیار بی صبر هستند. مثلاً افراد در این نوع موقعیت ها انتظار دارند سودهای صد تا هزار درصدی دریافت کنند تا بتوانند خودشان را راضی به صبر بکنند. به جای این که یک ماه صبر کنند و ده دلار دریافت کنند. شاید این خیلی عجیب نباشد. ولی چیز دیگری که قابل توجه است این است که چطور می توان به سادگی با تغییر ساده ای در مدت صبر کردن نظر مردم را عوض کرد. مثلاً تصور کنید که شما می توانید ۵۰ دلار ظرف یک سال دریافت کنید یا ۶۰ دلار ظرف ۱۳ ماه. ما فهمیده ایم که : مردم عمدتاً ترجیح می دهند که صبر کنند. آن ها که ۱۲ ماه صبر می کنند. پس ۱۳ ماه هم می توانند صبر کنند. چرا این تغییر و ناهماهنگی رخ می دهد؟ علت مقایسه است. مشکل در مقایسه است. بگذارید تا این مساله را روشن کنم. ارزشی که مردم برای ۵۰ دلاری که الان به دستشان برسد قائل هستند بیشتر از ۶۰ دلاری که ماه بعد بهشان داده شود. یا یک ماه یا تاخیر ۳۰ روزه. اما این ارزش گذاری برعکس خواهد شد اگر شما هر دو پرداخت را به اندازه یک سال به تعویق بیندازید. خوب سوال اینکه که چرا چنین چیزی رخ میدهد؟

خواهد شد. برای مردم خیلی مشکل است که چیزهایی که در زمان های مختلف رخ می دهند را مقایسه کنند. در این مورد چیزی که اقتصاد دانان رفتاری و روانشناسان کشف کرده اند این است که مردم عمدتاً در این جور موارد دو قاعده ساده را به کار می برند. خوب اینجا ما دو تا مساله ساده و یک مساله مشکل داریم. و بعد هم یک مشکل سخت سوم.

این مساله ساده اول: شما می توانید همین حالا ۵۰ دلار بگیرید یا ۶۰ دلار بگیرید کدام را انتخاب می کنید؟ اسم این تست هوش یک موردی است. همه ما پول بیشتر را ترجیح می دهیم و دلیل آن هم این است که همه ما معتقدیم که بیشتر بهتر از کمتر است.

این مساله دوم: شما می توانید همین حالا ۶۰ دلار بگیرید یا یک ماه دیگر ۶۰ دلار بگیرید کدام را انتخاب می کنید؟ این هم انتخاب ساده ای است چون همه ما می دانیم که حالا بهتر از بعد است. چیزی که تصمیم گیری را مشکل می کند وقتی است که این دو قانون با هم تداخل بکنند. مثلاً انتخاب بین اینکه همین حالا ۵۰ دلار دریافت کنید یا سر یک ماه ۶۰ دلار دریافت کنید. این نوع مساله در زندگی واقعی خیلی زیاد رخ می دهد. شرايطی که شما با صبر کردن چیز بیشتری به دست می آورید ولی باید صبور باشید.

که چرا ما در عمل اینقدر با استفاده از این فرمول مشکل داریم. از طرفی ما را متوجه می کند که چرا به شدت مهم است که ما در استفاده از آن هر چه سریعتر مهارت پیدا کنیم. ما تنها گونه ای روی زمین هستیم که توانسته سرنوشت خودش را خودش به دست بگیرد. ما هیچ شکارچی قابل توجهی نداریم. ما محیط فیزیکی خودمان را می توانیم کنترل کنیم.

چیزهایی که معمولاً باعث از بین رفتن گونه ها می شود دیگر برای ما خطری محسوب نمی شوند. تنهای چیزی که می تواند ما را از بین ببرد تصمیمات خودمان است. اگر ده هزار سال دیگر نسل بشر منقرض شده باشد این فقط به دلیل این خواهد بود که ما احتمالاً دردهای آینده مان را کوچک دیده ایم و ارزش خوشی های فعلی مان را زیاد دیده ایم.

کرده بوده که تصمیم گرفته بودم یک ماه اضافه صبر کنم و ۶۰ دلار بگیرم؟ من همین حال ۵۰ دلار را می خواهم. مغز ما برای زندگی در دنیایی تکامل یافته که خیلی با این دنیایی که ما امروز در آن زندگی می کنیم متفاوت است. مغز ما برای زندگی در دنیایی ساخته شده که مردم در گروه های خیلی کوچک زندگی می کردند و به ندرت با کسی که خیلی متفاوت با خودشان بود مواجه می شدند و عمرهای نسبتاً کوتاهی داشتند که در آن زندگی کوتاه تصمیم های کمی باید می گرفتند و مهمترین اولویت زندگی شان این بود که همین حالا هر چه بیشتر بخورند و زاد و ولد کنند. فرمول برنولی به ما نشان می دهد که ما در دنیایی که طبیعت ما را برای آن طراحی نکرده است چطور باید فکر بکنیم. این مساله نشان می دهد

همان طور که افلاطون گفته است. نسبت فاصله به اندازه مثل زمان است به قیمت. این ها نتایج آن مساله سختی است که برایتان مطرح کردم. ۵۰ دلار حالا یا ۶۰ دلار ماه دیگر؟ و این دو تا قیمت های ذهنی هستند. چیزی که اینجا هم می بینید این است که دو تا قانون ما اینجا هم حفظ شده اند. مردم همیشه فکر می کنند بیشتر بهتر از کمتر است:

۶۰ دلار بهتر از ۵۰ دلار است. مردم همیشه فکر می کنند الان بهتر از بعداً است. مردم مایل هستند که الان پنجاه دلار بگیرند تا اینکه یک ماه صبر کنند و ۶۰ دلار بگیرند. اما اگر این تصمیم مربوط به آینده دور بشود برعکس خواهد بود. وقتی مردم به زمان آینده می رسند نظرشان عوض خواهد شد. یعنی که وقتی به ماه دوازده می رسید با خودتان خواهید گفت: من چه فکری

از بین تمامی چرخه های تعاملی و تکرارشونده در روابط زوجین، «تعقیب و گریز» رایج ترین چرخه است. این چرخه در نظریه های مختلف نام های متفاوتی دارد؛ تقاضا کننده-فاصله گیرنده، مزاحم-طردکننده و غیره. ولی توضیح مشترک همگی این است که یک طرف رابطه (زن یا مرد) به جستجوی ارتباط (زمان بیشتر با هم گذراندن، صحبت های صمیمانه کردن، رومانتیک بودن، سکس و ...) است و دیگری میل به فاصله گرفتن (تاپم های تنهایی، انجام فعالیت های مستقلانه و ...) دارد.

تعقیب و گریز چرخه ایست که رفتار یکی، رفتار و عکس العمل دیگری را تحریک می کند. مرحله اول: فردی که به دنبال محبت و ارتباط از سوی شریکش است، از فاصله گرفتن های شریک و پاسخ ندادن هایش به ستوه آمده و (مرحله دوم) پس از مدتی اصرار و پیگیری، خشمگین شده، دست از تقاضا برمی دارد و شروع به حمله کردن به شریک می کند؛ منظور از حمله سرزنش کردن طرف مقابل، زیر سوال بردن عشق او، توانمندی های او، انتقادهای خشمگینانه کردن از مدل شخصیتی و مدل بودنش است، و به طور خلاصه شروع به پرتاب کردن تمام خشمی می کند که درونش با آن مواجه است و دیگری را مسبب و مقصر این وضع می داند.

حال، شریکی که فاصله گیرنده و به قولی در «گریز» بود، شروع به دفاع کردن از خود در برابر اتهام ها می کند؛ البته در بعضی موارد او نیز اقدام به حمله متقابل کرده و جنگ بالا می گیرد. در اینجا چرخه ای که در مرحله سوم بود (حمله-دفاع) وارد مرحله چهارم شده و آن زمانی است که هر دو نفر خسته و نالان و زخمی از حملات پی درپی، برای مدتی از یکدیگر فاصله می گیرند.

پس از مدتی، اغلب خیلی زود، فردی که به دنبال محبت و ارتباط بوده دوباره از این فقدان صمیمیت و ارتباط آشفته شده و شروع به تقاضا می کند و به دنبال پیوند عاطفی با شریک خود است، که این خود به شکل گیری همان چرخه قبلی با همان مراحل منجر می شود. زوج ها می توانند سالها به این وضع ادامه دهند و سال ها تک تک این مراحل را بدون هیچ تغییری تکرار کنند و دیگری را برای عوض نشدن سرزنش کنند. چرخه ها بدین صورت یکی پس از دیگری می آیند:

«تقاضا-فاصله»، «حمله-فاصله»، «حمله-دفاع»، «فاصله-فاصله». با گذشت زمان و به دلیل ناکامی های پی درپی، سه حالت «تقاضا، حمله، دفاع» حذف شده و زوج تماماً در وضعیت «فاصله-فاصله» سیر خواهند کرد. این در حالی است که مطلوب ترین وضعیت برای زوج و در عین حال هدف اصلی زوج درماني «ارتباط-ارتباط» است.



چرخه «تعقیب و گریز» در زوجها

ترجمه و تلخیص: سبا مقدم

و فاصله گرفتن‌های همسرش حساس است، این حساسیت را با عصبانیت (استراتژی بقایی الف) نشان می‌دهد. ب نیز نسبت به عصبانیت حساس است و این حساسیت را با فاصله گرفتن (استراتژی بقایی ب) نشان می‌دهد و این زخم و حساسیت الف را تشدید می‌کند...

این‌گونه بده‌بستان‌هایی که منجر به شکل‌گیری چرخه باطل می‌شود، «چرخه آسیب‌پذیری» یا «چرخه تعاملی زوج مشکل‌دار» نام داد. در نظریه دلبستگی ممکن است که مثلاً ب «دلبستگی اجتنابی» داشته باشد و الف «دلبستگی اضطرابی». کار درمانی ما این است که تعامل زوج را به کمک خودشان به حالت سالم تبدیل کنیم و آن ایجاد تبادلاتی صمیمانه است که در آن فرد به نوعی حرکت می‌کند که با گشودگی از سوی طرف مقابل روبرو می‌شود. یعنی افراد به گونه‌ای تعامل می‌کنند و به گونه‌ای تقاضاها و نیازهای خود را مطرح می‌کنند که طرف مقابل توان و میل به شنیدن و پذیرفتنش را داشته باشد. نتیجه چنین تعاملی چرخه «ارتباط-ارتباط» است که بسیار آرام‌کننده و در عین حال حس توانمندی و قدرت به طرفین رابطه می‌دهد به جای اینکه توان روانی و اعتماد به نفسشان را-چنانکه در دیگر چرخه‌ها رخ می‌دهد- بگیرد.

در این چرخه هر دو نفر بهم اعتماد می‌کنند، به اشتباهات خود و به خوبی‌های طرف مقابل اعتراف می‌کنند، به نیازهای هم گوش می‌دهند و به یکدیگر اطمینان می‌دهند، همدیگر را تأیید می‌کنند، در حالت دفاعی به سر نمی‌برند، برای دیگری رفاه و آسایش فراهم می‌کنند، از بعضی رازها و ضعف‌های خود بدون ترس حرف می‌زنند، بابت نقاط آسیب‌پذیر خود شرم‌منده نیستند، هنگام تعارض رویکردی آشتی‌جویانه و مسالمت‌آمیز دارند، تحمل ابهام دارند، مسئولیت خوشبختی خود را می‌پذیرند، خود را جای دیگری می‌گذارند و از چشم او (نیز) به مسائل نگاه می‌کنند.

پس ما با یک چرخه معیوب روبرو هستیم. فردی که دنبال ارتباط گرم و صمیمانه است، و به علت داشتن شریک فاصله‌گیرنده این نیازش تأمین نمی‌شود، به شدت احساس تنهایی و رها شدن می‌کند و به همین دلیل نیز با شدت بیشتری تقاضا و اصرار می‌کند. درست به همین علت، فرد فاصله‌گیرنده احساس می‌کند به حریمش تجاوز شده، حس استقلالش در خطر است و حس می‌کند مجبور است رفتارهایی کند که حس خودمختاری‌اش را زیر سوال می‌برد، پس او نیز با شدت بیشتری فاصله می‌گیرد و با اصرار بیشتری کارهایی که طرف مقابل از او می‌خواهد را انجام نمی‌دهد!

پس می‌توانیم بینیم که چگونه راه‌حل هر یک از این دو نفر (اصرار بیشتر به نزدیکی، اصرار بیشتر به فاصله) باعث بدتر شدن حال طرف مقابل (حس تنهایی و رها شدگی بیشتر، حس خودمختاری و استقلال کمتر) می‌شود.

این چرخه، صرفاً نحوه تعامل کردن زوج را به ما نشان می‌دهد، نه اینکه لزوماً چیزی در مورد شخصیت ایشان به ما بگوید. چراکه می‌توان دید فردی که در یک رابطه در جایگاه «تعقیب» است، در روابط دیگر حتی در رابطه صمیمانه دیگر، ممکن است در جایگاه «گریز» باشد و برعکس. در نتیجه با دیدن این چرخه ما نمی‌توانیم در مورد شخصیت افراد به نتیجه‌های قطعی برسیم. صرفاً می‌توانیم این گونه برداشت کنیم که چرخه تعاملی این زوج در طول زمان بدین شکل گره خورده و با کاوش بیشتر احتمالاً خواهیم فهمید که چرایی آن چیست و چگونه می‌توانند از آن بیرون بیایند و با آگاهی بیشتر چرخه به نسبت سالم‌تری را پی بگیرند.

ولی نوع دیگری از چرخه تعقیب و گریز وجود دارد که اتفاقاً اساسش عوامل شخصیتی افراد هستند. در این نوع، رفتار هر فرد حساسیت خاصی را در دیگری تحریک کرده و برمی‌انگیزد. یعنی زخم و درد قدیمی را در دیگری بیدار می‌کند و ناخودآگاه توان او را برای حل مسئله به شکلی سالم از بین می‌برد. این زخم قدیمی ممکن است در کودکی رخ داده باشد، یا در رابطه قبلی ایجاد شده باشد، و یا حتی اوایل همین ارتباط فعلی تجربه شده باشد. «استراتژی بقایی» که هر یک به کار می‌گیرند تا از «آسیب‌پذیری‌های درونی» خود در برابر دیگری دفاع کنند، درست «آسیب‌پذیری-های درونی» طرف مقابل را تحریک می‌کند و او نیز از «استراتژی بقایی» استفاده می‌کند که دقیقاً دست می‌گذارد روی عمیق‌ترین آسیب‌پذیری‌های طرف مقابل.

زوج الف و ب را در نظر بگیرید؛ الف در مورد حرف نزدن‌ها





چگونه بهترین کار انجام می شود؟

مارگارت هفرنان

بسیار موفق تر از بعضی دیگر بودند، ولی چیزی که واقعا جالب بود، این که موفق ترین گروه ها، گروه هایی نبودند که یک یا دو شخص با آی کیو بسیار بالا حضور داشتند. همینطور گروه هایی که بیشترین تراکم افراد با هوش را دارا بودند جزء موفق ترین ها نبودند. در عوض گروه هایی که سه ویژگی رو داشتند، موفق ترین ها بودند. اول از همه، بیشترین حساسیت اجتماعی رو نسبت به همدیگر داشتند. ثانيا، گروه های موفق تقریبا به طور مساوی برای یکدیگر وقت می گذاشتند، هیچ کدام برتر نبودند، ولی هیچ کدامشان هم نخودی نبودند. و ثالثا، موفق ترین گروه ها زن های بیشتری داشتند. در مورد گروه های بهتر، یک نکته کلیدی وجود دارد و آن هم ارتباط اجتماعی اعضا با یکدیگر است.

گروه هایی که اعضا آن با یکدیگر هماهنگ و حساس هستند، ایده ها جریان می یابد و رشد پیدا می کند. آنها انرژی و امکانات را تلف نمی کنند. هسته اصلی موفقیت، فرهنگ مفید بودن است. اکنون این فرهنگ بسیار ضعیف شده است، ولی این واقعا چیزی است که گروه ها برای موفقیت نیاز دارند، فراتر از هوش فردی است. مفید بودن یعنی این که من نباید همه چیز را بدانم، من فقط باید در بین کسانی کار کنم که می توانند، به خوبی کمک کنند و کمک بگیرند. چیزی که سودمندی می آورد شناخت افراد از یکدیگر است. وقتی من اولین شرکت نرم افزار خودم را داشتم، متوجه شدم که گیر افتاده ام. اختلافات زیادی وجود داشت، کم کم متوجه شدم افراد باهوش و خلاق که استخدام کرده ام همدیگر رو نمی شناسند. آنها به شدت مشغول کار فردی خودشان بودند، آنها حتی نمیدانستند

یک زیست شناس تکاملی در دانشگاه پرود به نام ویلیام مویر مطالعه ای در مورد مرغ ها انجام داد. او به بهره وری علاقه مند شد، بهره وری در مورد مرغ ها آسان است چون می توانیم تخم مرغ ها رو بشماریم. او می خواست بداند چه چیزی میتواند مرغ ها را بارورتر کند، بنابراین یک آزمایش جالب طراحی کرد. مرغ ها در گروه هایی زندگی می کنند، در ابتدا یک گروه متوسط را انتخاب کرد، و برای شش نسل متمادی آنها را تنها گذاشت. بعد گروه دومی را تشکیل داد که بیشترین و بهترین بهره وری را داشتند. بعد از اینکه شش نسل گذشت، متوجه شد که در گروه اول همه آنها پر گوشت و تولید تخم مرغ به شدت افزایش یافته بود و بهره وری رسیده بودند. اما در گروه دوم که سوپر مرغ ها حضور داشتند تغییری ایجاد نشده بود. متاسفانه در طول ۵۰ سال گذشته، ما اکثر سازمان ها و اجتماعات را بر اساس مدل سوپر مرغ اداره کرده ایم. ما فکر کردیم که با به وجود آوردن سوپر استارها به موفقیت می رسیم، بهترین افراد و منابع و قدرت را در اختیار می گذاریم، اما نتایج دقیقا مانند آزمایش ویلیام مویر است: تجاوز، بدکاری و حیف و میل. بنابراین ما واقعا به راه بهتری برای کار کردن احتیاج داریم و یک راه غنی تر نمودن زندگی.

عاملی که بعضی از گروه ها را به طور مشخص موفق تر و بهره ورتر می سازد چیست؟ این سوال را یک گروه درموسسه تکنولوژی ماساچوست بصورت پژوهشی دنبال نمودند. آنها این سوال را از صد ها داوطلب پرسیدند، آنها را در گروه هایی قرار دادند و مسئله های بسیار مشکلی برای حل کردن دادن مطرح کردند. چیزی که اتفاق افتاد دقیقا چیزی است که شما انتظار دارید، بعضی از پروژه ها

ساختار برنامه ریزی فرهنگی



آنچه هر روز در زندگی با آن روبرو هستیم نوعی برنامه ریزی فرهنگی است، اگر سعی می کنیم نیازهای زندگی مان را متعادل با ارزش ها و باورهای مان بدست آوریم. همه ما می توانیم برنامه ریز فرهنگی باشیم به شرطی که درک و شناخت بهتری از آن بدست آوریم.

در ذهن خیلی ها ساختار سه مرحله ای برای هر برنامه وجود دارد:

مرحله اول شروع برنامه،

مرحله دوم زمان بندی و تقسیم کار

و مرحله سوم پایان برنامه،

این ساختار به شکل ناامید کننده ای ساده انگارانه و غلط است. این ساختار برنامه ریزی به لحاظ روشی بسیار مکانیکی است و به اهداف ما تحمیل می شود و نتیجه آن ارتباط منطقی با خواسته ما و با شرایط بیرونی ندارد.

برنامه ریزی فرهنگی یک پیکره زنده است که در مسیر اجرا رشد و توسعه می یابد و اوج می گیرد و به نتیجه می رسد. در هر نوع برنامه ریزی سه عنصر مجزا وجود دارد:

برنامه ریز،

مجری یا مخاطب و

اقدامات پیوسته ای که برای رسیدن به هدف صورت می گیرد. برنامه ریز مجموعه کنش ها را پیش بینی و طراحی می کند تا نتیجه حاصل گردد. کنش ها و عملیات دقیقاً توصیف می شود و مقاطع مهم تعیین شده و چگونگی عبور از یک کنش به کنش دیگر مشخص می شود. برنامه بصورت یک کل منسجم توسط

که کنار چه کسی نشسته اند، و فقط زمانی به جنب و جوش رسیدیم که به اصرار من کار را متوقف کردیم و زمانی را برای شناخت یکدیگر صرف کردیم. سوئدی ها حتی یک لغت خاص برای این مورد دارند. میگویند Fika یعنی تجدید اجتماع .

اگر بخواهید در کار پیشرفت کنید، چیزی که افراد نیاز دارند حمایت اجتماعی است، چیزی که افراد را تشویق میکند ارتباط، اعتماد و صداقت بین آنهاست. چیزی که مهم هست ارتباط صادقانه بین همکاران است. وقتی تمام این ها را در کنار هم قرار می دهیم، چیزی که بدست می آید سرمایه اجتماعی نام دارد. سرمایه اجتماعی دلگرمی و اتکا متقابل که اعتماد را میسازد. سرمایه اجتماعی چیزی است که به شرکت ها قدرت حرکت می دهد، بنابراین تیم هایی که بیشتر با یکدیگر کار می کنند بهترند، چون زمان بیشتری داشته اند تا بتوانند اعتماد و خلوص نیت خودشان را نشان دهند. زمانی که آلكس پنتلند به یک شرکت پیشنهاد داد که زمان استراحت شان را به طوری تنظیم کنند تا افراد فرصت داشته باشند که با یکدیگر صحبت کنند، سود شرکت بیش از ۱۵ میلیون دلار، و میزان رضایت کارمندان ۱۰ درصد افزایش یافت.

ما عادت نداشتیم این گونه درمورد، استعداد و خلاقیت صحبت کنیم. ما عادت کرده ایم در مورد ستاره ها صحبت کنیم. وقتی با تولید کنندگان آلبوم های موفق صحبت می کنم، میگویند که، " ما سوپرستارهای زیادی در موسیقی داریم. اما مدت زیادی دوام نمی آورند. آنهاهی دوام می آورند که همکاری فوق العاده ای با یکدیگر دارند، وقتی دیگر نخواهیم سوپر مرغ باشیم. مدیریت کردن توسط رقابت استعدادها شکست خورده است و این کار کارمندان را در مقابل یکدیگر قرار می دهد. حالا رقابت باید جای خودش را به سرمایه اجتماعی بدهد. برای دهه های متمادی ما سعی کردیم با پول افراد را تشویق به کار کنیم. بسیاری از تحقیقات نشان می دهند که پول ارتباط اجتماعی را از بین می برد. حالا باید بگذاریم مردم همدیگر رو تشویق کنند. حالا ما باید مدیریت را دوباره تعریف کنیم به صورت فعالیتی که شرایطی را ایجاد می کند که هر فرد بتواند با شهامت فکر خود را با بقیه به اشتراک گذارد. ما می دانیم که این روش جواب میدهد. هیچ ستاره ای در تیم وجود ندارد. ما به همه ی افراد نیاز داریم. همه افراد بسیار مهم هستند. ما برای یک هدف کار می کنیم. ما می توانیم انرژی را آزاد کنیم و ابتکار و نیروی حرکتی که نیاز داریم را بدست بیاوریم.

مجری یا مخاطب درک می شود به نحوی که نتیجه حاصل از آن را می تواند قبل از شروع تصور نماید. برنامه شکلی از ارتباط است، ارتباط اجزاء و عناصر گوناگون و پیوسته ای که در مسیر رسیدن به هدف با پیش بینی برنامه در مسیر اجرا رشد و تحول می یابد و بر کنش ها و اقدامات و عملیات و فعالیت های متمرکز است. برنامه مسیر دنیای واقعی نیست بلکه مسیری را طراحی می کند که می تواند فشرده تشدید شونده و سازنده تر از آنچه در دنیا تصور کنیم باشد.

برنامه ها می توانند خطی، پیچیده، شاخه ای، حلزونی و آشفشانی باشند و از الگوهای متعدد بنیادی تبعیت نمایند.

برنامه های خطی مجموعه ای از عملیات واحدی را در یک مسیر قابل پیش بینی ساده دنبال می کنند، برنامه پیچیده اقدامات و عملیات و فعالیت های متعدد و پیچ در پیچ دارند.

برنامه های شاخه ای، مجموعه ای از مسیرها و فعالیت ها را از چند نقطه متعدد مرتبط با مرکز دنبال می کند.

برنامه های حلزونی دایره وار حول یک هدف عمق می یابند و برنامه های آشفشانی مسیرهای متعدد از فعالیت ها را بطور همزمان بسط می دهند.

انتخاب الگوهای بنیادی متناسب با موضوع و زمان و تقسیم کار و قابلیت های و توانمندی های جریان طراحی می شود.

در برنامه ریزی فرهنگی ما با پروژه روبرو هستیم. پروژه مجموعه اقدامات و عملیات ویژه متشکل از فعالیت های دارای روابط منطقی با یکدیگر تعریف شده است که برای نیل به یک هدف یا اهداف یا اهداف مشخص انجام می شود مشروط به آنکه برای اولین بار انجام می شود و صورت تکرار پذیر و خط تولید وار ندارد.

هر برنامه فرهنگی برای یکبار و متناسب با شرایط و موقعیت ویژه طراحی می شود و نمی تواند مانند خط تولید یک کارخانه مورد استفاده قرار گیرد.

پروژه های فرهنگی مانند هر نوع پروژه ای می تواند اجرایی و خدماتی باشند.

در ساختار برنامه ریزی فرهنگی هشت گام اصلی وجود دارد:

۱ - پیش فرض یا موضوع مهم اصلی که پروژه در راستای آن تعریف می شود و با یک سوال اولیه روبرو است که آیا این پروژه انجام شود یا خیر؟

۲ - مطالعات توجیهی یا امکان سنجی که پیش فرض و سوال اولیه را با بررسی توجیه پذیری پروژه به لحاظ فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و فنی روشن می سازد.

۳ - مطالعات تفصیلی که در صورت اثبات توجیه انجام پروژه برای بررسی کلیه اجزا شامل اقدامات، عملیات و فعالیت ها انجام می شود و به صورت نقشه های اجرایی عرضه می شود.

۴ - ارکان انجام پروژه شامل کارفرما و مشاورین و مجریان و تعیین وظایف و تقسیم کار بین آنها.

در این مرحله تعیین مشاور فرهنگی پروژه در کنار دیگر مشاورین اهمیت ضروری دارد و مشاور فرهنگی مسئولیت انجام کلیه مراحل مطالعات و نظارت بر اجرا را بر عهده می گیرد.

۵ - برنامه ریزی یا planning به مفهوم پیش بینی و طراحی و توصیف کلیه اقدامات، عملیات و فعالیت ها برای رسیدن به هدف با تعیین منابع در دسترس و زمان بندی و تعیین نیروی انسانی مورد نیاز و امکانات و مسیرهای حرکت.

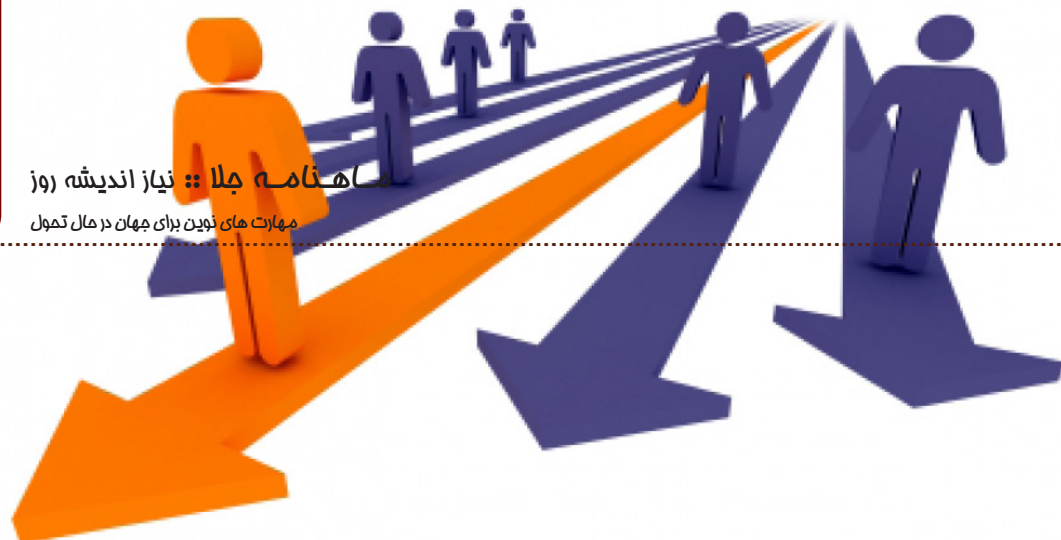
۶ - اجرا یا programing به معنی آغاز پروژه و اجرای قدم به قدم مسیر طراحی شده قبلی.

۷ - کنترل و نظارت به معنی تطبیق چگونگی انجام آن با مسیرها و اجراء تعیین شده.

۸ - گزارش های دوره ای برای بررسی مغایرت ها موجود بین وضعیت برنامه ای با وضعیت واقعی و بررسی خطای پیش بینی و گزارش پیشرفت کار.

منبع: یادداشت های فرهنگی - محسن فردرو





استراتژی کیسه شنی

مدتی پیش یکی از محققان خارجی اصطلاحی بنام استراتژی کیسه شنی را مطرح نمود.

زمانی که من این اصطلاح را شنیدم درست مصادف بود با صحنه های سیل و روان آب های سرگردان در استان های کشور و کیسه های شنی که مردم در کنار رودخانه ها و سیل بندها می گذاشتند تا از نفوذ آب به روستاها و شهر ها جلوگیری کنند. استراتژی کیسه شنی اشاره دارد به راهبردهای کوتاه مدت و اولیه که در مقطعی می تواند بخشی از مشکلات را کاهش دهد اما برنامه اساسی و درازمدت نیست.

معمولا همه ما در زندگی برای حل مشکلاتی که با آن روبرو میشویم از استراتژی کیسه شنی استفاده می کنیم ، یعنی بدنبال راه حل فوری و کم هزینه ای هستیم به قول معروف میگوییم فعلا فلان کار را انجام میدهیم تا آبها از آسیاب بیافتد و بعد هم خدا کریم است.

راهبرد کیسه شنی راهبردی کوتاه مدت گرا می باشد و برنامه و راه حلی درازمدت و دور اندیشانه نیست.

دوراندیشی و آینده نگری می تواند بسیاری از مشکلات را بصورت ریشه ای حل نماید.

دوستی می گفت از یک نفر متخصص معروف شنیده است که انتخاب های آسان زندگی را سخت می کند و انتخاب های سخت زندگی را آسان میکند.

بله انتخاب های آسان شاید بتواند در کوتاه مدت مشکل ما را ظاهرا حل نماید اما در آینده با سختی های فراوانی روبرو می شویم و برعکس ممکن است امروز انتخاب های سخت داشته باشیم و در آینده زندگی آسان تری داشته باشیم.

یکی از انتخاب های سخت در جامعه ما به جریان انداختن نیروی کار ماهر و متخصص است. نیروی کار یک جامعه، همه افراد در سن اشتغال را شامل می شود که شامل مجموع بیکاران هر کشور نیز می شود. نقش و اهمیت نیروی انسانی در فرایند تولید و ارائه خدمات به عنوان مهم ترین عامل بر کسی پوشیده نیست. بطوریکه امروزه نیروی انسانی را سرمایه انسانی میگویند. پیشرفت بدون تحولات نیروی انسانی فاقد کارایی است، منابع مالی عامل اصلی پیشرفت یک جامعه نیست بلکه نیروی انسانی سبب ارتقای ملت ها می شود.

بسیاری از افراد شاغل نیستند و بسیاری نیز که شاغل هستند ، دو تا چند دهه قبل آموزش دیده اند و به آموزش های پیشرفته تری نیاز دارند. فرض بر این است که افراد می توانند مهارت های مورد نیاز را از طریق دوره های ضمن خدمت به دست آورند. اما آموزش و یادگیری جدید برای همه نیروی انسانی ضروری است. افراد می توانند در هر زمان و سنی مهارت های جدید بیاموزند . پیشرفت های فناوری باعث شده تا آینده شغلی بسیاری از افراد به خطر بیفتد و در گرو کسب مهارت های بیشتر باشد . فرصت های شغلی زیادی وجود دارد که بدلیل عدم وجود نیروی انسانی ماهر هیچ گاه پر نمی شوند. مهارت فقط آموزش دیدن نیست. مهارت یعنی یادگیری و فعالیت عملی و تمرین مستمر و کسب تجربه و رقابت با دیگران و کسب شایستگی و زبردستی و استادی در کار.

افرادی که به دنبال شغل های بهتر هستند، کسب و کارهایی که نیازمند کارکنان ماهر هستند بایستی برنامه مهارتی برای خودشان داشته باشند.

نوع مشاغل و مهارت های مورد نیاز خود را تعیین کنید . هر فرد، برنامه آموزش عملی و توسعه مهارت ویژه ای نیازمند است.

اکثر دیدگاه های مربوط، تنها بر نقش آموزش که تاثیری مثبت بر ارتقا بهره وری نیروی کار دارد، متمرکز شده اند. اما باید در نظر داشت که علاوه بر آموزش، کار عملی و حرفه ای و کسب تجربه و تمرین و کیفیت و کارایی نیروی کار از ابعاد اصلی سرمایه انسانی است.

برای کسب تخصص و مهارت اندوزی به شبکه تولید نیازمندیم. برای آشنایی با شبکه تولید و نقش آن در فرصت های بعدی سخن خواهیم گفت.

برای کسب و ارتقاء مهارت های خود با مشاوران دفتر آینده پژوهی مشورت نمایید.

دفتر آینده پژوهی

این مطلب با حمایت کافه نارنگی تهیه و تنظیم شده است

@Cafe. Narengi

@sajjad.today

وابسته به هنر می باشد را در شکل گیری فرهنگ کم اهمیت دانست . بسیاری از اندیشمندان حوزه اجتماعی و تاریخ ، حرکت رو به جلوی انسان ها در جهت شکل گیری تمدن را از زمانی میدانند که این انسان یاد گرفت با رنگ های طبیعی بر روی دیواره های غارها نقاشی کند . همین اندیشمندان در کتاب های تاریخی به صراحت اذعان داشته اند که تاریخ و تمدن بشری وقتی به تکامل و شکل گیری رسید که سومریان و هندیان خط و نوشتن را اختراع کردند .

از نظر این بنده حقیر نوشتن و نویسنده نقش بسیار پر رنگی در شکل گیری اهداف و رویکردهای فرهنگی دارد. بسیاری از ما در مواردی از بزرگترها به عنوان ضرب المثل شنیده ایم که میگویند : قلم در دست دشمن است . چنین گفتارهایی به اهمیت قلم نویسنده اشارات بسیار دارد. حال تنها کافی است که اگر نسبت به فرهنگ و رفتارهای یک کشور احساس خوبی داریم و آن را کامل پیدا میکنیم و حتی بعضاً به این جمع بندی میرسیم که فقط آن کشور جای زندگی کردن است به سراغ کتاب های آن کشور برویم . نه کتاب هایی که نویسنده های امروز آن مینویسند. بلکه کتاب هایی که نویسندگان پنجاه سال قبل آن نوشته اند . فقط آن موقع است که در می یابیم از سال ها پیش نویسندگان آن کشور در نوشته هایشان و کتاب ها و رمان هایشان در قالب قصه های عاشقانه و اجتماعی و بعضاً پلیسی و سیاسی هیچ کاری به غیر از فرهنگ سازی نکرده اند .

به طور مثال چندی پیش کتابی میخواندم از سامرست موآم (۱۹۶۵-۱۸۷۴) نویسنده بزرگ انگلیسی که بیشتر عمر خود را در فرانسه گذراند و سفرهای زیادی به آمریکا و حتی شرق جهان داشته است به نام لبه تیغ . رمان بلند و زیبای اجتماعی و عاشقانه . داستان در حوالی سال های ۱۹۲۰ آمریکا و فرانسه میگذرد که در آن یک پسر جوان تازه از جنگ برگشته در حال و هوای اتفاقات پیش آمده در جنگ وضعیت روحی متفاوتی دارد و دیگر نمیتواند به راحتی با روزمره های زندگی اش کنار بیاید . مهمانی رفتن و خوش گذرانی و داشتن یک کار روزمره دوی روح سرکش و پر سؤال او نیست این در حالی است که نامزد او ، که از قضا همدیگر را دوست هم دارند ، بسیار اهل مهمانی رفتن و داشتن یک زندگی مجلل و خریدن لباس های رنگارنگ و داشتن نوکر و کلفت و لذت بردن از زندگی است . در نظر دختر یک مرد وقتی مرد میشود که کار ثابت مشخص با در آمد مناسب داشته باشد . نهایت کار

در اهمیت نویسندگی و نویسندگان

استاد میر هادی سید موسوی



قطعاً فرهنگ حال حاضر هر نقطه از جهان در فرآیند زمانی طولانی مدتی شکل گرفته است . آنچه در یک کشور یا یک منطقه از جهان در رفتارهای انسانی ما را تحت تاثیر قرار میدهد ، در حدی که در مکالمات روزمره آن رفتارها و نام آن منطقه به عنوان یک الگوی برتر به ضرب المثل تبدیل میشود، فی الواقع خروجی سال ها تلاش یک کشور و مردمان آن است .

در شکل گیری فرهنگ های این چنینی موارد بسیاری دست به دست هم داده اند. ولی نمیشود رنگ پر رنگ هنر و آنچه

حالی است که شاید در حوزه های غربی ما فقط با چندین اسم بزرگ در حوزه ادبیات کلاسیک آشنا باشیم ولی این اسامی در تاریخ ما بسیار میباشد. اما آنچه باعث میشود که این ادبیات امروزه و یا سال هاست که تاثیر بسزائی در میان جوانان و مردم نداشته باشد چه بسا ادبیات سنگین آن باشد. به کار بردن ادبیات سخت مخصوصاً در قالب شعر و نظم. این سختی در ادبیات کلاسیک غربی نیز دیده میشود ولی از یک مرحله به بعد نویسندگان هر اندازه که قدرتمند میباشند به همان اندازه نوشته ها و رمان های آنها روان و ساده و بی هیچ پیچیدگی بیان شده است. همین خاصیت باعث شده است که کوچک بزرگ و جوان و پیر همگی داستان را خوانده و ضمن لذت از یک قصه عاشقانه به اتفاقات و زندگی شخصیت های داستان و پایان آنها فکر کرده اند. همین تفکر های کوچک در مرور زمان باعث تغییر در رفتار تک افراد گشته و در نهایت در طی سال های متمادی خود را در فرهنگ آن جامعه نشان داده است.

نقش نویسنده امروزی ما باید حتماً همین باشد. یعنی در قالب قصه های زیبا و خواندنی و روان که خالی از هیجانات احساسی بزرگ نمایی شده باشد - همچون سریال های متاسفانه همسایه عزیزمان! - خواننده خود را تا پایان کتاب با خود همراه کند و در این بین چالش های فرهنگی که امروز با آن مواجه هستیم را بیان کرده و رویکردهای شخصیت داستان با این چالش ها را بر اساس واقعیت بررسی کند. اینگونه خواننده در پایان و یا خلال داستان به این موضوعات خواهد اندیشید و به همین شکل در طی سال ها خواهیم توانست تاثیرات فرهنگی درستی بنیان بگذاریم. متاسفانه امروزه ما در خصوص رمان کمتر شاهد این موضوعات در کشور هستیم. رمان ها یا دارای همان داستان های هیجان زده بیش از اندازه احساسی هستند و یا اینکه نویسنده سعی میکند با قلم و داستانی پیچیده قدرت ادبیاتی خود را به رخ خواننده بکشد. گاهی هم نویسندگان دچار ایسم های ادبی میشوند و مثلاً میخواهند رئالیسم جادویی بنویسند ولی داستانی که نوشته میشود را یک کارآگاه زده هم نمیتواند سر در بیاورد!

باری به هر جهت نویسندگی و نویسنده نقش مهمی در ساخت فرهنگ یک مملکت خواهد داشت و این نقش فقط و فقط در قصه گفتن آن نویسنده خلاصه میشود. بگذاریم اندیشمندان و اساتید فن کتاب های فلسفی و عرفانی و تاریخی و غیره را بنویسند. ما قصه بگوئیم. قصه خوب و روان و قابل لمس و قابل فکر. قصه های که چراغی هر چند کم سو در جهت ارتقا فرهنگ کشورمان روشن کنند.

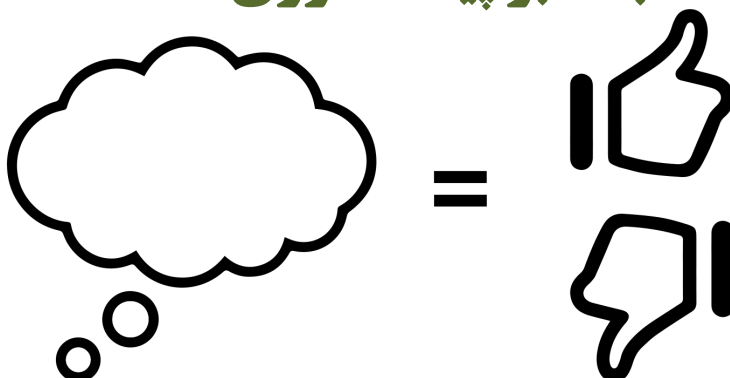
این دو به جدایی می انجامد و پسر ده سال بعدی عمر خود را در سیر و سفر به نقاط مختلف و شرق جهان میگذراند تا بتواند جواب سئوالات روح خود را پیدا کند و در نهایت در هند نزد جوکی ها به پاسخ خود میرسد و روحش آرامش میگیرد و در بازگشت تبدیل به مردی با قدرت درونی زیاد و ایمانی راسخ به هدفش شده است. دختر در این مدت با پسر بسیار پولداری ازدواج کرده است که در اوج خوشگذرانی و زندگی مورد نظرش ورشکست شده اند و باز دایی دختر کمک میکند تا آنها بتوانند روی پای خود بایستند. نکته در خور تامل این داستان این است که پس از ده سال ما در داستان میبینیم که دخترک هنوز هم دل در گرو مرد دارد و هنوز هم او را آتشین دوست دارد گرچه به همه خواسته هایی که برای زندگی متصور بود با آن مرد پولدار به دست آورده است اما پسر اینطور نیست. نویسنده در کل طول داستان انتخاب هیچ یک از این اشخاص را زیر سؤال نمیببرد و فقط به بیان روند زندگی آنها در نتیجه انتخابشان بسنده میکند. بلکه این خود خواننده است که از این میان میتواند انتخاب کند که کدام یک از این راه ها را برای زندگی بیشتر میخواهد. نویسنده قضاوت نمیکند.

کتاب لبه تیغ داستان روان و جذابی دارد که نویسنده با قلم نرم و توانمند خود خواننده را به دنبال خود میکشاند. از این کتاب که در زمان خود و سال های بعد از آن همیشه با اقبال روبرو بوده است دو فیلم نیز ساخته شده که این خود گواه موفقیت این کتاب میباشد. ولی آنچه برای من در خواندن این کتاب بسیار تفکر برانگیز بود این بود که نویسنده در حدود ۸۰ سال پیش خواننده های خود را با چالش های بسیاری روبرو میکند که پاسخ هر یک از این چالش ها خود در شکل گیری فرهنگ بسیار بسیار تاثیر گذار میباشد. چالش هایی همچون اینکه برای ازدواج چه انتخابی مناسب تر است. یا همان سؤال کلیشه ای علم بهتر است یا ثروت و یا اینکه تفاوت بسیاری بین شادی و خوشبختی وجود دارد و بیشتر مردم آن را یکی میپندارند، در این کتاب به چشم دیده میشود.

اینکه پدران و مادران جوانان نسل امروز آن کشورها با این رمان ها به تفکر پرداخته اند باعث میشود اهمیت نویسندگی هر چه بیشتر خود را نشان دهد. از این دست مثال ها بسیار میباشد.

در رجعتی کوتاه به تاریخ ادبیات کشور خودمان خواهیم دید که ما نیز از این نویسندگان تاثیر گذار کم نداشته ایم. دوره کلاسیک ما با حضور نویسندگان و شاعران بزرگ قدرتی ماورایی در اختیار فرهنگ و ادبیات ما قرار میدهد. این در

غلبه بر پیشداوری ها



گسستن از تصورات قالبی است. پیش‌داوری به مجموعه‌ای از آراء، باورها، و تصورات اشاره دارد که بدون استدلال و ناخودآگاه از گذشته و از تجربه های قبلی به ارث برده ایم.

وظیفه‌ی ما این است که هرگز اجازه ندهیم پیش‌داشت و پیش‌دید و پیش‌تصورات مان بر اثر اوهام و احساسات و افکار عامیانه شکل گیرند.

بیشتر اوقات، احساسات و عواطف ما موجب پیش‌داوری می‌شود. ذهن ما معمولاً برای درک جهان هستی از قالب‌ها استفاده می‌کند.

قالب بندی به منظور معنا دادن به پدیده‌ها اتفاق می‌افتد. بیشتر این قالب‌ها مبتنی بر واقعیت نیستند. بلکه بر اساس تجارب قبلی محدود ما، که آن را درست و قطعی تلقی می‌کنیم، شکل گرفته است.

مثال ساده این قالب‌ها وقتی است که شما بدون اینکه شخصی را بشناسید از او برداشت خوب یا بدی دارید. قیافه یکنفر می‌تواند برای شما بد و ناپسند باشد بدلیل اینکه قبلاً قالبی از این نوع قیافه در ذهن خود داشته اید.

چه بسیار خطاهای انسانی که بدلیل تصورات قالبی بوجود آمده است.

سعی کنیم برای زندگی موفق تصورات قالبی خود را بشناسیم و بر پیش‌داوری های ذهنی غلبه کنیم.

برای روشن شدن بیشتر موضوع، مثال‌ها و مواردی را که سراغ دارید برای ما ارسال کنید.

دفتر آینده پژوهی

این مطلب با حمایت کافه نارنگی تهیه و تنظیم شده است

@Cafe. Narengi

@sajjad.today

بزرگترین مشکلی که جوانان امروز با آن روبرو هستند عدم آگاهی و عدم داشتن اطلاعات نیست، بزرگترین مشکل جوانان، خطاهای روشی در اندیشیدن است. آنچه به عنوان هنر فکر کردن از آن یاد می‌کنیم.

عبور از اوهام و مشغله ذهنی به سمت تصورات خلاق و هوشیاری و عبور از خطاهای انسانی در تفکر، امری لازم است.

محققان گفته اند روزانه حدود ۵۰۰۰ فکر ناپخته در ذهن ما تولید می‌شود، بدون شک اگر روش اندیشیدن و تفکر صحیح را بکار نگیریم افکار متعدد مسیر حرکت ما را توهم‌زا می‌نمایند.

زندگی نیازمند انعطاف فکری است، اما نه به مفهوم اینکه ذهن را آزاد بگذاریم تا از هر دری سخنی بشنود و از هر بوته ای گلی بچیند. بلکه زندگی به سخت گیری در انتخاب و گزینش اطلاعات و حذف اوهام و حذف افکار مشغله ساز، نیاز دارد.

دنایای امروز ما سرشار از اطلاعات و افکار مشغله ساز است که موجب سردرگمی انسان‌ها شده است. ساعت تماشای تلویزیون و ماهواره و رادیو و خواندن صفحات زیاد روزنامه جز ذهن‌های پر مشغله و خسته رمقی برای انسان‌های عصر حاضر باقی نگذاشته است.

زندگی به گزینش و انتخاب اطلاعات و حشو زواید و تفکر صحیح نیاز دارد. کنار گذاشتن اطلاعات و افکار بی شماری که موجب مشغله ذهن می‌شوند.

زندگی به چشمان تیز بین و ذهن‌های روشن نیاز دارد. بسیاری از ما جز اتلاف فکر و هدر دادن وقت، دستاوردی نداریم. چرا که به روش‌های فکر کردن آشنا نیستیم.

جمع آوری اطلاعات و دانش کافی نیست، زندگی نیازمند تمرین‌های ذهنی و تقویت تمرکز و دوری از خطاهای انسانی در تفکر است.

ما به تصورات خلاق نیاز داریم که در افکار مشوش و غیر فرهیخته شکل نمی‌گیرد.

یادمان باشد که مهمترین مرحله تفکر غلبه بر پیش‌داوری ها و



مروری بر نحلّه ها و گرایش های معنوی جدید

خلاصه و برداشتی از مطالعه علیرضا دوستدار
با عنوان معنویت های جدید در ایران

آن چیزی که به عنوان عرفان «عصر جدیدی» در غرب مطرح است، داغ ترین و پرتطرفدارترین دوره اش را در دهه های ۷۰ و ۸۰ میلادی در آمریکا و اروپا و در میان قشر متوسط و مرفه جامعه گذرانده است. افزایش شدید اقبال مردم به جریان های عرفانی و معنوی جدید در آمریکا از تبعات حرکت فرهنگی «مغایر» یا «مخالف» با فرهنگ و ارزش های مسلط جامعه آمریکایی در زمان جنگ ویتنام بود (این حرکت را در آمریکا به عنوان counterculture دهه شصت می شناسند). جوانان خسته از جنگ طلبی، خونریزی، و سلطه طلبی سیاسی و اقتصادی آمریکا در جهان و نابرابری های اجتماعی، نژادی، و جنسیتی در خود جامعه آمریکایی، بر ارزش های نسل قبلی جامعه خود شوریدند و روی به تجربیات فرهنگی، اجتماعی و معنوی جدید آوردند. در کنار تجربیات جدید در زندگی جمعی و تولید اشکال جدید هنر و موسیقی، اقبال به معنویت در زندگی، به شکلی غیر جزمی و خارج از چهارچوب های متداول و رسمی دینی، افزایش یافت. افراد بسیاری در این زمان به دنبال کشف و تبیین و ترویج انواع و اقسام معنویتی که در غرب غیرمتداول بود رفتند. جمع کثیری به دنبال عرفان هندویی و بودائی رفتند و حتی بسیاری از آن ها دست به سفرهای زیارت گونه به کشورها و مناطق هندو و بودایی مثل هندوستان و نپال و تبت زدند، تا به زعم خود اصل این عرفان ها را تجربه کنند. دیگران در صدد کشف جریان های عرفانی و اسرار قدیمی در خود مسیحیت و یهودیت برآمدند. گروهی سعی کردند از سنن معنوی و عارفانه جوامع بومی آمریکایی درس بگیرند. و دسته ای هم دست به احیای سنت های قدیمی طبیعت پرستی و بعضا جادوگری غربی زدند. اتفاقا علاقه به تصوف اسلامی هم در غرب در این زمان رشد قابل توجهی داشت. در این میان التقاط و تلفیق بسیار زیادی هم اتفاق افتاد و اقسام بسیاری از نحلّه های جدید دینی و معنوی خلق شد. بعد از دهه های ۷۰ و ۸۰ میلادی، به تدریج این روند در غرب پایدار شد و تا الآن جایگاهی کم و بیش حاشیه ای ولی ثابت برای خود حفظ کرده است. در کتابفروشی ها، کتب مربوط به معنویت و عرفان عصر جدیدی وجود دارد؛ کلاس های معنوی از گونه ای که در ایران در سال های اخیر رشد کرده به وفور یافت می شود؛ دکان های فالگیری مختلف به طور رسمی و علنی فعالیت می کنند؛ و انواع مختلف درمان های جایگزین از هاله و انرژی درمانی گرفته تا طب سوزنی و طب فشاری و ماساژ شیاتسو ارائه می شود و مشتریان خود را، اکثرا بین همان طبقه متوسط و مرفه جامعه، دارد.

اما اگر موج اصلی عرفان عصر جدیدی در غرب بین بیست تا سی سال پیش گذشته باشد، در ایران این موج تازه از حدود بیست سال پیش راه افتاده و همچنان روندی رو به رشد دارد. این نکته حائز اهمیت است که حتی عرفان هندویی و بودایی هم نه مستقیما از شرق، که از در ترجمه غربی وارد ایران شده است. بعضا کسانی که مروج این نحلّه ها هستند با استادی در اروپا یا آمریکا تجربه ای داشته اند و بعداً به ایران آمده اند و خود استاد شده اند.

در ایران هم مانند غرب، مشتریان معنویت عصر جدیدی غالبا از بین طبقه متوسط و مرفه جامعه هستند. شاهد اصلی این موضوع این است که اگر کسی بخواهد به این عرفان ها یا معنویت ها بپردازد، باید پول خرج کند. همان گونه که در غرب

این گونه معنویت‌ها کالایی است، در ایران هم کاملاً کالایی شده است. برای مثال فرد شرکت کننده در یک کلاس معنوی باید برای ثبت نام برای چهار جلسه یک ساعت تا یک ساعت و نیمه، ... تومان خرج کند. بعد از اتمام کلاس، بسیاری از شرکت کننده‌ها سی‌دی‌های سخنرانی استاد را به مبلغی خریداری می‌کنند. در بعضی کلاس‌ها همچنین کتاب‌هایی به همراه کالاهای دیگر مانند عود، وسائل موسیقی، و کریستال و سنگ و تسبیح برای فروش موجودند. در پاره‌ای موارد هم ممکن است یک سری خدمات مانند تشخیص بیماری یا درمان یا فال‌گیری برای فرد انجام بشود که در ازایش معمولاً پول مطالبه می‌شود. بنابراین فردی که داخل یک جریان معنوی این‌چنینی می‌شود معمولاً با انواع و اقسام مخارج روبروست و باید توانایی مالی تقبل آن را داشته باشد. اگر به موضوع کالایی‌شدن معنویت با رویکرد مردم‌شناختی نگاه کنیم، لاجرم باید به این امر بپردازیم که امروزه برای شهرنشینان ما کمتر بخشی از زندگی باقی مانده که کالایی نشده باشد و از منطق خرید و فروش و ملاحظات بازار به دور مانده باشد. تفریح ما کالایی است. آموزش ما کالایی است (کافی است نگاهی به کلاس‌های خصوصی و کنکور ببیند). سلامت ما کالایی است (آیا درمانگری ما تبدیل به نوعی سوداگری نشده؟). آرایش و زیبایی کالایی است. بدن افراد هم، به تبع سلامت و زیبایی، کالایی شده. بنابراین خیلی عجیب نیست که معنویت هم تبدیل به امری کالایی شود.

اگر کالایی‌شدن زندگی شهری معنویت متناظر خود را در عرفان عصر جدیدی یافته، بعضی دغدغه‌های شهرنیشینی هم در این اشکال معنویت پاسخ خود را می‌یابند. اساتید و نویسندگان معنویت‌های نوین به خوبی بعضی از این دغدغه‌ها و تشاویش را تشخیص داده‌اند و در صدد تجویز راه حل مناسب برآمده‌اند. کلی‌ترین شکل این دغدغه‌ها موضوع تشویش یا ناآرامی به شکل عام است. آرامش روحی و روانی برای ساکنان شهری مثل تهران یک مساله روزانه و دائمی است. ترافیک و آلودگی هوا روی روان هرکسی که پا بیرون خانه می‌گذارد سنگینی می‌کند. به علاوه، هر کسی سهم خود را از مشکلات و نگرانی‌های مالی، درگیری‌های کاری، و دعوای خانوادگی دارد که در شرایط مشکل اقتصادی تشدید هم می‌شوند. در بین کلاس‌های معنوی جدید، بحث «آرامش» معمولاً از موضوعات اصلی است. نویسندگان و اساتید معنویت عصر جدیدی به طور خیلی خاص این امور را هدف قرار می‌دهند و تا حد زیادی هم موفق می‌شوند. درست است که مذهب و معنویت رسمی هم برای «آرامش» می‌تواند پاسخ داشته باشد و ظرفیت تولید راه حل‌های موثر و خلاقانه را دارد - این آیه قرآن کریم را همه می‌دانند که «لا بذكر الله تطمئن القلوب». اما این که موضوع آرامش تبدیل به یک دغدغه اصلی و جدی دینی شود، به شکلی که در جریان‌های معنوی جدید می‌بینیم وجود نداشته است. خیلی مهم است که دقت کنیم که در کلاس‌هایی که مباحث معنوی عصر جدیدی را ترویج می‌کنند، رسیدن به آرامش و نوعی درمان جمعی در اثر حضور در کلاس‌ها و گردهم‌آیی‌های معنوی بسیار مهم‌تر از دریافت‌های جهان‌بینانه خاص (احتمالاً در تضاد با جهان‌بینی متداول اسلامی-شیعی) است. نقطه مشترک شرکت‌کنندگان این است که همگی می‌خواهند در زندگی به آرامش برسند: همه می‌خواهند که عصبانی نشوند، با همسرشان درست رفتار کنند، وقتی فرزندشان سخنان را نپذیرفت ناراحت نشوند، اگر در کنکور قبول نشوند و اگر به پول نرسند، زندگی‌شان به هم نریزد. وقتی این عده در جایی، در کلاسی، جلسه‌ای، یا همایشی، دور هم جمع می‌شوند، از طرفی از استاد خود می‌آموزند که چگونه بر خود و امور خود مسلط شوند و به آرامش برسند، و از طرف دیگر با یکدیگر صحبت می‌کنند، از تجربیات یکدیگر آگاه می‌شوند، به طور جمعی دعا و نیایش می‌کنند، و نهایتاً در نوعی درمان جمعی، که درمانی روانی و معنوی است، شریک می‌شوند.

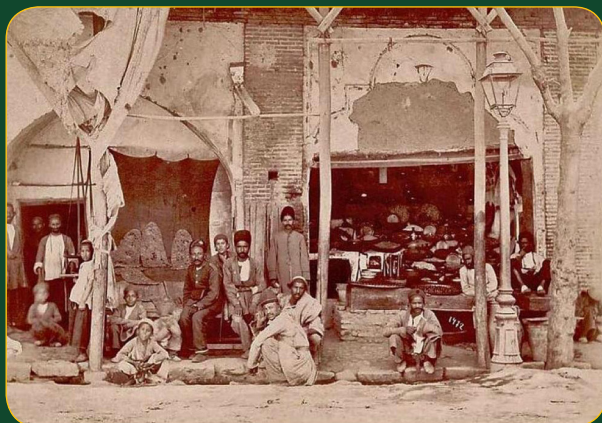
در سال‌های اخیر افراد دیگری هم بوده‌اند که به طور جدی و تخصصی به مساله آرامش و سلامت روان پرداخته‌اند: این‌ها روان‌پزشکان و مشاوران ما هستند که علم و حرفه‌شان در ایران در دهه‌های اخیر گسترش بسیاری یافته است. دولت، و به خصوص صدا و سیما، در ترویج روان‌پزشکی و مشاوره نقش مهمی داشته و این گسترش منجر

به شکل‌گیری حوزه «آرامش روان» به عنوان حوزه‌ای تخصصی و حرفه‌ای، و تا حدودی هم تجاری، شده است. در میان مردم هم، به خصوص در شهرها، می‌بینیم که مراجعه به روان‌پزشک و مشاور کم‌کم جا افتاده است و البته در مقابل آن نقش خانواده و دوست و همکار در رفع ناراحتی و مشکلات روزمره دارد کم‌رنگ‌تر می‌شود. این هم از نتایج زندگی صنعتی و کالایی‌شده شهری است که افراد حتی برای رفع ناراحتی‌های روحی و روانی ساده هم کم‌کم دیگر حاضر نیستند برای یکدیگر وقت بگذارند، و در عوض انتظار این است که درمان نزد متخصصی انجام شود که در قبال کار خود مزد دریافت می‌کند. در کشورهای غربی سال‌هاست این مساله جا افتاده، و در ایران هم به نظر می‌رسد که حرکت به این سو باشد. ظهور و رواج درمان‌گری‌های معنوی و نامتعارف جمعی در چنین فضایی رخ داده، و جالب است که درمان‌گران معنوی گاهی به طور خیلی خاص کار خود را در رقابت با روان‌پزشکی و مشاوره متداول می‌بینند.

دغدغه دیگری که مختص زندگی شهری، به خصوص در جوامع صنعتی و اقتصادهای سرمایه‌داری است، نگرانی در مورد «رشد» یا «بهبود» شخصی است، که در ایران معمولاً با عنوان «موفقیت» شناخته می‌شود. در غرب بحث موفقیت در کنار معنویت عصر جدیدی تبدیل به یک صنعت انتشاراتی، رسانه‌ای، و آموزشی به نام صنعت «خودیاری» (Self help) شده است. صنعت خودیاری در ایران هم راه افتاده و به نظر می‌رسد صنعتی بسیار موفق و پرمفعت باشد. محصول اصلی این صنعت، به ادعای سوداگران آن، افراد «موفق» است. اما موفقیت یعنی چه؟ در فرهنگ سرمایه‌سالار، موفق بودن یعنی توانایی تولید پول برای چرخاندن چرخ‌های اقتصاد سرمایه‌داری. آن‌چه صنعت موفقیت تبلیغ می‌کند همین موفقیت به معنای کسب ثروت است. اگر هم مسائل دیگر مانند توانایی فائق شدن بر مشکلات زندگی، توانایی اداره زندگی شخصی و خانوادگی، و کسب «مهارت‌های اجتماعی» داخل موضوع می‌شوند، همگی در خدمت هدف غایی تولید پول هستند. صنعت موفقیت نگاهی بسیار فردگرا به اجتماع دارد: فردی که قرار است موفق شود نیازها و قابلیت‌هایی دارد که باید فارغ از وجود خانوادگی، اجتماعی، و مذهبی او کشف و تقویت شود تا نهایتاً وی تبدیل به فردی «موثر» و پول‌ساز شود. قهرمانان و اسطوره‌های صنعت موفقیت، آن‌ها که آمال و آرزوهای طالبان موفقیت را در خود جمع کرده‌اند، سرمایه‌داران جامعه هستند که به ادعای ایدئولوژی صنعت موفقیت و نظام سرمایه‌داری حامی آن با تلاش شخصی و صرفاً با اتکا بر توانایی‌ها و قابلیت‌های خود به قله ثروت رسیده‌اند. همین ایدئولوژی در تربیت افرادی که خود را ناموفق می‌دانند و طالب موفقیت هستند آموزش داده می‌شود: دلیل عدم موفقیت عدم اراده و تلاش فردی است، نه وجود بی‌عدالتی و وسیع اجتماعی، و نه سلطه ارزش‌های نادرست و مخرب جامعه سرمایه‌سالار.

کلاس‌هایی که برای ترویج معنویت‌های نوین فعالیت می‌کنند معمولاً نگاهی مشابه به توانایی‌ها، قدرت‌ها، و مسوولیت‌های افراد دارند، و ارزش‌هایی مانند آن‌چه در صنعت موفقیت تبلیغ می‌شود رواج می‌دهند. گاهی اوقات موضوع جالبی که ضمیمه این دیدگاه می‌شود این باور است که با تمرین‌ها و ریاضت‌های روحی، فرد ممکن است به قدرت‌هایی مافوق طبیعی مانند شفادهی، چشم‌برزخی، و طی‌الارض دست یابد. در ادبیات عرفانی ما پاره‌ای از بحث‌های مرتبط با قدرت‌های خارق‌العاده، معمولاً تحت عنوان کرامات، وجود دارد. ولی تغییر و تحول جالبی که در معنویت جدید رخ داده است این است که به جای این که قدرت‌های مافوق طبیعی موهبتی از جانب خدا باشند که در پس تمرین‌های روحی برای نابودی نفسانیت و منیت به انسان داده می‌شوند، تبدیل به توانایی‌هایی شده‌اند که مانند هر فن و تکنیکی با تمرین‌های مناسب به دست می‌آیند. مرز کرامت و جادوگری دیگر خیلی واضح نیست. در کسب این قدرت‌ها نه تنها نیازی به نابودی منیت و نفسانیت نیست، بلکه دقیقاً همین منیت و نفسانیت است که او را به طلب این قدرت‌ها تشنه می‌کند. باز جالب این‌که مروجان این جریان‌های معنوی گاه از ادبیات عرفانی برای تبیین این موضوع استفاده می‌کنند و، مثلاً، با انتخاب یک بیت از مولوی که نظریه‌پرداز فنا و نابودی در ذات خداست، او را تبدیل به نظریه‌پرداز تقویت فردیت و تمناهای دنیوی می‌کنند.

ادامه دارد.....



یادداشت های

دکتر محمد هاشم رهنما

روزی روزگاری ایران...

حدود صد و بیست سال قبل، یک روز از زندگی مردم اواخر دوره قاجار، زمانی که نان دغدغه اصلی و قوت روزانه بود. حکومت آرد تحویل داده شده به نانوائی ها را مداوم نظارت می کرد تا مانع بلوای (شورش) نان به دلیل قحطی های مکرر شود. ماموران سرکشی حکومت با عنوان «پاکار» (ایستاده در وسط پشت سر همه، مابین دو دکان جلوی در چوبی دکان «سقط فروشی» (ترکیبی از بقالی و خوارو بار فروشی و گاه عطاری) با کلاه و لباس دکمه دار قجری و کاغذ لوله شده در دست) روزانه بسته به دوری و نزدیکی یا بزرگی و کوچکی محله و نانوائی، همراه با «نظمیه چی» (مامور نظمیه؛ نشسته بر سکو با کلاه نشان دار و لباس یکدست نظامی و کفش در کنار مابقی با دفتر ثبت و ضبط یومیه بر روی پا) به نانوائی ها سر می زدند.

سختی روزگار، مردمی بی آزار و نجیب یا بی تفاوت بار می آورد. حالت دست های جوان نشسته کنار نظمیه چی، چهره مشتری ایستاده کنار دیوار نانوائی، دو مرد نشسته در حاشیه گذر و جلوی دکان سقط فروشی و نوع نشستن صاحب دکان سقط فروشی کنار شاگرد کنجکاوش حکایت گر این معناست.

رزق و روزی در چنین دنیای سخت و فقیرانه ای منتظر بزرگ شدن نمی ماند و کودک و نوجوان بودن تاثیری نداشت. نوجوان «منبر دار» نانوائی پشت سر نظمیه چی، در حالی سرک کشیده که فرصت یافته دمی تا خنک شدن نان های سنگک در آمده از تنور و گل میخ کردن آنان به دیوار و گذاشتن نزدیک دست «پاچال دار» (دخل دار: فروشنده که معمولاً صاحب نانوائی بود)، لحظه عکاسی استراحتی کند. از او کم سن و سال تر، پسرک کنار دیرک چوبی با آستین بالا زده و پای برهنه که به نظر «پادوی» نانوائی است. و

انجام کارهای روزانه مثل باز و بسته کردن آفتاب گیر نانوائی و جاروب و جابه جا کردن ظرف خمیر نان و یا بردن نان مشتری و آوردن پیغام را به عهده داشت.

تفاوت او را با دو بچه دیگر کنار دیرک که رها و بی خیال نشسته اند و دو کودک خرد سالی که ثانیه های آخر وارد تصویر شده اند، می توان دید.

مهم ترین وظیفه پاکار نظارت و ثبت وزن نان برای جلوگیری از کم فروشی بود و صاحب نانوائی را موظف به وزن نان قبل از فروش می کرد. دلیلی که ایستادن «پاچال دار» را با آستین بالا زده پشت ترازو برای وزن کردن و فروش نان سنگک توضیح می دهد.

پشت سر پاچال دار کارگر نانوائی انگار از عمق تاریخ سر بر آورده و به ما نگاه می کند. سیاهی اطراف وی نبود نور و روشنی درون نانوائی را نشان می دهد، همان وضعیتی که دکان سقط فروشی دارد. دلیلی نبود که علیرغم وجود تیر چراغ برق سمت راست عکس، با تاریکی هوا کاسبی ادامه داشته باشد. اولین وسایل روشنایی تنها معابر را تا ساعاتی روشن نگه می داشتند.

امکانات ابتدایی زندگی و جابجایی، فرصت پیدایی مشاغل موقتی را مانند «حمالی» (حمل بار توسط فرد، کول بری) فراهم می کرد. حاملان عموماً افرادی با رده های سنی متفاوت جوان تا مسن، برای حمل انواع بار از جابجایی گونی گندم و آرد تا حمل سنگ و کلوخ هنگام بازسازی خانه ها، بودند. داشتن عرق چین بر سر و گونی یا پارچه ای بر روی دوش همانند جوانی که روی زمین جلوی پاکار نشسته، معمولاً وجه تمایز این افراد آماده به کار بود.

فهم اوضاع اجتماعی ایرانیان را شاید نتوان با تفسیر یک تصویر به خوبی بیان کرد، اما می توان از طومار باز شده پیش رو، تلخی زندگی مردمی را که در عکس روزگار می

ابد و یک روز

معنا ها برساخته ذهن مفهوم پرداز ما انسان ها هستند. به بیان دیگر معنا نظام های مفهومی (ایده ها، تصورات و سازه های ذهنی) مشترک میان انسان هاست که به ارتباط منجر می گردند. هر میزان انسان ها با مفاهیم مشترکی سر و کار داشته باشند ارتباط آنان بیشتر و عمیق تر شده روابط پایدارتری را برقرار می کنند. به همین قیاس هر اندازه مفاهیم مشترکی وجود نداشته باشد، روابط انسانی زود گذر و شکننده خواهد شد. معنا سازی یا تبدیل مفهوم و نظام مفهومی به معنا، از طریق زبان امکان پذیر می شود. در فراگیرترین حالت زبان چیزی جز نظام نشانه ها نیست. نقش زبان انتقال و اشتراک مفاهیم است که با باز نمایی نشانه های شنیداری و دیداری انجام می گیرد. زبان آن گاه که به بیان مفاهیم مبتنی بر تفکری انسانی می پردازد دارای قوت و استحکام خدشه ناپذیر می گردد که گذر زمان نیز نمی تواند خللی بر آن وارد کند. رمز جاودانگی زبان انسانی نیز در این نکته نهفته شده است.

«عشق» از جمله مفاهیم خدشه ناپذیری است که همواره با مفاهیم نازل و دم دستی در تعارض بوده است. آن چه ماندگاری این مفهوم را در تاریخ انسانیت رقم زده، معنای عمیق و انسانی «دیگر خواهی» است. مفهومی انسانی که به زندگی معنا می بخشد.

عشق در مواجه با مناسبات اجتماعی همانند فقر از ویژگی اجتماعی برخوردار می شود و با قوت بخشیدن به دیگر خواهی توان تاب آوری افراد را فراهم کرده به انسجام بخشی می پردازد. نوید محمد زاده (محسن) در این سکانس با بیانی تاثیر گذار این مفهوم از عشق را که معنایی انسانی و دیگر خواهانه دارد بازنمایی کرده است.

دیالوگ هایی تکان دهنده که بر اساس آن محسن اعتراف می کند که رفتار خواهر کوچکش سمیه که هم از دوست داشتن اش برای عشق به خانواده گذشته و هم به ازدواج زود هنگامی با وعده شیر بهایی گزاف (تن داده) (که سایه فقر را از سر خانواده اش کم می کند)، درک می کند. او عاجزانه از خانواده می خواهد تا از خود گذشته گی را به او واگذار کنند تا با رفتن و پناه بردن به پارک و خیابان مانند سمیه و دوام خانواده را تضمین کند.

گفتارهایی که عشق را تقدیس و زندگی را در شرایط فقر قابل تحمل می کند. از این رو آن چه تا «ابد و یک روز» باقی می ماند فهم انسانی دنیاست. در مقابل فهمی سخیف و بی مایه از زندگی که تنها شهوت و شهرت را اصل می داند همچون غباری در باد است.

گذراندند فهمید. مردمی که، روزگارشان تفاوت زیادی با حال و روز مرد افیون زده مچاله شده در منتهی الیه سمت راست تصویر نداشت. همگی هیچ تصویری از آینده و یا امیدی به بهبود نداشتند.

بمونی

فرهنگ بنیان اجتماع و نظام معنایی مشترک میان انسان هاست. بنیادی از معناهای گوناگون که عمیق ترین لایه های به جا مانده طی قرون و سالیان را که سازنده ارکان جامعه هستند، شکل می دهد. فرهنگ از این رو امری پیچیده به شمار می رود که متأثر از موجودی چند بعدی و پیچیده به نام انسان است. جلوه های این پیچیده گی را در نمادهای متعدد هنری از جمله موسیقی می توان یافت. موسیقی با به اشتراک گذاشتن معنا تفاهم میان انسان ها را رشد می بخشد. از این روست که فهم معانی بیان شده در موسیقی به فهم فرهنگ جامعه می انجامد. هیچ دورانی از تاریخ را نمی توان بدون موسیقی دانست، همان گونه که نمی توان موسیقی را بی تاثیر از مناسبات فرهنگی و اجتماعی و اقتصادی تصور کرد. موسیقی جدای از تخصص و مهارت ورزشی در روش ترکیب و تلفیق موزون سازها و نواها، تجلی گر معناهای نهفته در یک دوره زمانی است. با چنین نگاهی «بمونی» را باید شنید.

«بمونی» با نوای دلنشین بوشهری، اگر چه در ظاهر نوعی شروه خوانی از سر مهر و دلدادگی و ناز کشی بندری برای ماندن همدم جفا کار در حال ترک یار و دیار خود است؛ اما در بطن خود حاوی معنای دیگری است. «بمونی» هشدار گونه ما را به پاس داشت آن چه انسان ها را در این دنیای پرشتاب و یخ زده و سرد، زنده و پویا و پر امید نگه می دارد دعوت می کند: حرمت سنت های کم رنگ شده انسانی. «بمونی» دوستانه در گوش ما زمزمه می کند که برای انسان ماندن و انسان بودن به فهم پیچیده ای از دنیا نیاز نداریم؛ کافیت از «رَبون (روی بام) (خونه مون» ستاره آسمون و رنگین کمون همواره دیدنی را باز ببینیم. «بمونی» پر از درد فریاد می زند که همگان باید «عشق» را که تنها و تنها به دنیای انسانی تعلق دارد بسان ناموس (سنت) محافظت کنند و بر سر این ناموس «بمونند»، تا دنیا بماند.

چرا که اگر تعهدی نداشته باشیم، مهم نیست بندری باشیم یا نباشیم هم «می پوسی و می پوسم» و به دنبال نبود سنت «عشق»

همه می پوسیم...



فن بیان و مهارت در گفتگو

رزیتا تقی زاده

در کارگاه بررسی تجربه های فرهنگی

از چه واژه هایی استفاده کنیم در هر زمینه ای می توانیم در گفتگوهایمان موفق باشیم و قادر خواهیم بود افراد را متقاعد نماییم. در فرهنگ لغات فارسی حدود بیست هزار کلمه وجود دارد اما کلماتی که ما در طول روز استفاده می کنیم در حدود ۵۰۰-۴۰۰ کلمه می باشد. در حوزه ی کلمات در ذهن هر فرد ۳ دسته واژه وجود دارد یک دسته از کلمات که به آنها واژه ها و کلمات فعال من گفته می شود. دسته ی دوم واژه های منفعل و دسته ی بعدی کلمات و واژه های غریب و مبهم می باشد. واژه های فعال مثل واژه هایی که به کرات در طول روز به کار برده می شوند و مدام تکرار می شوند. واژه های غریب کلماتی می باشند که در تخصص ما نیستند مانند واژه های مهندسی، پزشکی و وکلا که ما با آنها درگیر نمی شویم اگر هم روزی با آنها مواجه شویم می توانیم در اینترنت جستجو کنیم و معنی آن را پیدا کنیم. اما یک سری واژه به عنوان یک گنجینه در گوشه ی ذهن ما وجود دارند که از آنها استفاده نمی کنیم. اگر کسی این واژه ها را به کار ببرد متوجه ی معانی آنها می شویم و آنها را درک می کنیم اما چون از آنها

را تدریس یا فرمول ها را می نویسند و مکالمه و مباحثه و همصحبتی با دانش آموز خبری نیست. هفتاد و پنج درصد از راه های ارتباطی از طریق کلام است و ۸۵ درصد رمز موفقیت انسان های بزرگ در حوزه ی کلام می باشد. انسان های موفق یادگرفته اند که چطور صحبت کنند چگونه با دیگران ارتباط برقرار نمایند. این یک فن و مهارت است و متأسفانه توجه افراد برای ضعف در ارتباطشان این است که این مهارت در ژن من نیست پدرم هم فرد کمرو یا کم حرفی بوده من هم نمی توانم. در حالی که این مهارت اکتسابی است و نیاز به آموزش دارد و از این طریق می توانیم آن را یاد بگیریم. به تازگی در فضای مجازی در مورد آموزش و اصول فن بیان بسیار صحبت می شود و کلاس های تبلیغ می شود. اما در واقع قدمت آن به ۴۵۰۰ سال پیش برمی گردد زمانی که ارسطو از مقوله ی اعجاز کلمه صحبت می کند. گفته می شود که کلمه ها پیغمبر ارتباط هستند. اگر بتوانیم واژه های صحیح را انتخاب کنیم. فضا و مخاطب را شناسایی کنیم و هدفمان را مشخص کنیم و بدانیم در کجا باید

زمانی که صحبت از گویندگی و فن بیان می شود اولین چیزی که به ذهن هر کسی متبادر میشود، فضای تلویزیون، رادیو، هست و شخصی است که پشت تریبونی یا میکروفن ایستاده و در حال سخنرانی می باشد، در حالی که مقوله ی مهارت در گفتگو بسیار عمیق تر، زیربنایی تر و اساسی تر از آن می باشد. به عنوان کسی که سال ها در صدا و سیما و آموزش و پرورش خدمت کرده ام و حدود ۹ سال در حوزه ی اختلالات یادگیری و مشاوره هم فعالیت داشته ام به این مسئله پی بردم که عمده ی مشکلات به خصوص در جامعه ی ما اینست که بلد نیستیم درست حرف بزنیم. ساده ترین مسائل را نمی توانیم به درستی بیان کنیم. به عنوان مثال در یک مجتمع آپارتمانی مشکل پارک ماشین داریم امری کاملاً بدیهی که با یک گفتمان ساده و دوستانه حل شدنی ست اما متأسفانه بدلیل عدم مهارت در برقراری ارتباط کلامی به جرو بحث و مجادله بین ساکنین می انجامد. پدر نمی داند چطور با فرزندش صحبت کنید، فرزند بلد نیست چطور با والدینش صحبت کند، معلم فقط مانند یک دستگاه ضبط صوت کتاب

هیچکس

من کسی را دیدم که شبیه هیچ کس نبود
مهربان بود و عشق را می فهمید

برای پرنده ها دانه میریخت و گربه ها را نوازش می کرد
پشت پنجره خانه اش گلهای شمعدانی داشت
از آن گلهایی که غنچه های قرمز رو به آفتاب زیاد داشت

دلش برای پروانه ای می تپید و آرام تر از پرواز پروانه بود
با من
اما من..

کنارم مینشت و ساعت های زیاد به حرفهایم گوش میداد
من خسته می شدم اما او نه..

او مرا به فراسوی دنیای خیالی می برد
به دنیایی که نداشتنش مرا هیچ و پوچ کرد...
یکبار که سراغش را گرفتم گفتند نیست!!! نیامده!!!

تعجب کردم مگر می شد او قرارمان یادش برود
هر بار کارش داشتم میرفتم پشت پنجره اتاقش
صدایش می زدم سفیر مهربانی کجایی؟؟

او در را می گشود و می گفت بهار آورده ای و می خندیدیم
این بار اما که رفتم.. شمعدانی هایش نبود!!!
نگران شدم.. شاید هم ترسیدم

صدایش که زدم آمد ولی گفت فصل خزان آمده !!
بیشتر ترسیدم

به پیشش که رفتم چایی اش را بر زمین گذاشت
گفتم سفیر مهربانی گرد نامهربانی ات هولناک بود
خنده تلخی کرد و گفت.. تیر مهربانی ام تمام شد..

تمام شدم ... آب شد!!!

مگر تیر مهربانی تمام می شود؟؟؟

راست می گفت می شناختمش

حرف که می زد فقط حرف نبود .. تمام وجودش کلمه می
شد و بر جان می نشست

دلش گرفت و گرفت و گرفت

در خیابان که به راه افتادم

برایم هیچ چیز مفهومی نداشت

تنها غلبه این دنیای بی رحم بود بر تن نازک شمعدانی!!!

«عسل عبدالهی»

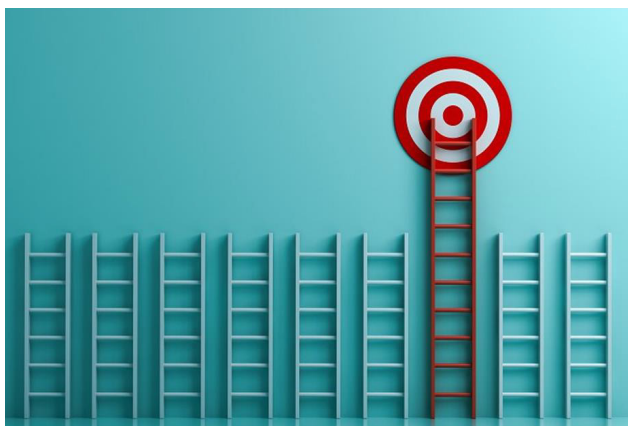
استفاده نمی کنیم ملکه ی ذهن ما نشده اند. یکی از فنون افزایش مهارت های کلامی اینست که این واژه هایی که در کنج ذهنمان در حال خاک خوردن هستند را بیرون بکشیم و با تمریناتی که در گویندگی وجود دارد آنها را به کار ببریم و از آنها استفاده کنیم تا ملکه ی ذهنمان شود.

گویندگی فوت و فن های زیادی دارد یکی از آنها اینست که بیاموزیم چگونه شنونده ی خوبی باشیم. ما یادنگرفتیم دیگران را خوب بشنویم. زمانی که کسی صحبت می کند اغلب مخاطب به این فکر می کند که چه جوابی باید بدهد. نکته ی دیگر اینکه ما بلد نیستیم از زبان بدن استفاده کنیم. یک چهره قابلیت ایجاد بیست هزار میمیک را دارد که هر کدام از اینها منتقل کننده ی یک حس می باشد اما اکثر ما در گفتگوها چهره ی ثابت و یکنواختی را از خود نشان می دهیم که باعث خسته شدن مخاطب و مستمع از این حالت تکراری می شود. به عنوان یک شنونده و مخاطب اگر واژه ی جدیدی می شنویم با بی اعتنایی از کنار آن رد می شویم و آن را نا دیده می گیریم. اغلب گستره ی واژگان محدودی داریم. اگر ما اول خوب شنیدن را یادگیریم و شنونده ی خوب و فعالی باشیم، می توانیم در گوینده هم تاثیرگذار باشیم.

علیرغم اینکه ادبیات بسیار غنی داریم در استفاده از واژگان متعدد بسیار ناتوانیم به این دلیل که دایره ی واژگان محدودی داریم اما ما این را نادیده می گیریم. صحبت کردن برای همه ما اجتناب ناپذیر است. گاهی به عنوان بزرگتر، به عنوان مادر عروس یا داماد و ... ناچاریم در موقعیت های مختلف در جمع ها صحبت کنیم، احقاق حق کنیم، پادرمیانی کنیم و یا حتی خودمان را معرفی کنیم اما اغلب ضعیف عمل میکنیم و یا از انجام آن طفره میرویم. به عنوان افراد یاجتماعی به عنوان کارگر، کاسب، کارمند، رئیس، پزشک و ... باید بتوانیم صحبت کنیم. به عنوان یک ایرانی و یک پارسی باید فن بیان مان را تقویت کنیم. فن بیان ربطی به گویندگی و تلویزیون و رادیو ندارد یک مهارت اجتماعی می باشد که در تمام زمینه های اجتماعی لازم است. اگر فردی بالاترین مدارک تحصیلی را داشته باشد اما فن بیان را نیاموخته باشد نمی تواند در کارش موفق باشد. مشکلی که در آموزش و پرورش ما هم وجود دارد و ای کاش به جای این همه نوشتن گفتن و درست صحبت کردن را آموزش می دادند. صحبت کردن، عنوان کردن مسائل، کنفرانس دادن، تعریف خاطرات، قصه گویی و از این قبیل راه کارها که باعث می شود دانش آموز به دنبال برطرف کردن ضعف هایش برود ودایره ی لغاتش را گسترده تر کند.

موفقیت، آیا این همان بهشت گمشده من است؟

دکتر طاهر عطاران



خود شما چه پاسخی به این سوال می دهید؟
پاسخ های متنوع و زیادی به این سوال از دانشجویان و مراجعین
مان می شنویم.
حتی از بزرگان این حوزه:

موفقیت از نگاه برایان تریسی اسم و رسم برایان تریسی در دنیای
موفقیت، بزرگ تر از آن است که معرفی بخواند: یک مولف، مربی
و سخنران حرفه ای در زمینه موفقیت، مدیر شرکت بین المللی
برایان تریسی واقع در سولاتبیچ کالیفرنیا و مشاور بیش از ۵۰۰
شرکت معتبر بین المللی. از نگاه برایان تریسی، «آدم موفق کسی
است که هدف زندگی اش را مشخص کرده و برای رسیدن به آن
هدف، برنامه ریزی کرده و هر روز با جدیت تلاش می کند لاف
یک قدم به هدفش نزدیک تر شود.» شاید بد نباشد چند توصیه
اختصاصی هم از زبان برایان تریسی بخوانید.

دو سال پیش، وقتی ماهنامه «هلثی ولثی» در یک گفتگوی
اختصاصی از او پرسید: «اگر بخواهی کلید موفقیت را به دست
مخاطبان مجله ما بسپاری، به آنها چه می گویی؟» رایان تریسی
گفت: «می گویم اول خوب فکر کنید تا بفهمید دنبال چه هستید،
از زندگی چه می خواهید و با چه برنامه ای می خواهید به هدف تان
برسید؛ بعدش شروع کنید به برنامه ریزی و کار و تلاش. به نیروی
قاهر خداوند هم معتقد باشید و همیشه از او کمک بخواهید و
بدانید که آدم های موفق همیشه مشغول تلاش و یادگیری اند و
هرگز فراموش نمی کنند که رسیدن به موفقیت مستلزم صرف
زمان و زحمت است.»

موفقیت از نگاه استفان کاوی اغلب رهبران و مدیران موفق جهان،
استفان کاوی را خوب می شناسند. او موسس و مدیر کانون رهبری
کاوی با بیش از ۷۰۰ مشاور زنده و سرشناس است. کتاب های
پرفروشی در زمینه رهبری و مدیریت تالیف کرده و مشاور بیش

در عموم سیستم های توسعه فردی و سازمانی تمام تلاش و
مانورها حول و حوش رسیدن به یک کلمه است و آن نام آشنای
همیشگی ما یعنی موفقیت است. همه تلاش می کنند شما را به
موفقیت برسانند. کلمه ای رویایی که همه به دنبال آن هستند.
اما اینجا چند سوال مهمی پیش می آید.

اولا موفقیت واقعا چیست؟

و ثانيا اگر موفقیت ته خواسته های ما از دنیا و زندگی است؛ چرا
همه ی ما تا دلتان بخواهد آدم های صد درصد موفق را سراغ
داریم که در اوج قله های موفقیت حال و روزشان چنگی به دل
نمی زند. در یک کلام:

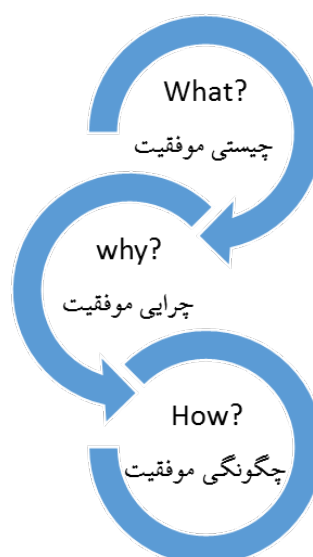
حالشان خوب نیست.

در روش سه ایستگاهی ما؛ سعی می کنیم به این سه پرسش
پاسخ دهیم:

موفقیت چیست؟ (یعنی واقعا چیست؟)

چرا باید موفق شد؟

و چگونه؟



بگذارید با سوال بسیار مهم و کلیدی اول شروع کنیم:

چیستی موفقیت!

موفقیت واقعا چیست؟

او در آخرین روز ماه دسامبر، در آخرین لحظات سال ۲۰۰۵، در حالی که در شبکه سی‌ان‌ان، مهمان ویژه برنامه لری کینگ (مجری مشهور این شبکه تلویزیونی) بود، قاطعانه گفت: «من همه چیزی را در زندگی‌ام تجربه کرده‌ام و تو این را خوب می‌دانی، لری! من همه چیزی داشته‌ام؛ از درآمد روزی ۴۰۰ میلیون دلار گرفته تا سخنرانی برای جمعیت‌های بزرگ و مشورت دادن به عالی‌ترین مقامات سیاسی و دیپلماتیک کشورهای مختلف اما هیچ چیزی به من آن احساس لذت، خوشبختی و موفقیتی را نمی‌دهد که رابطه صمیمانه با همسر. «موفقیت از نگاه ریچارد کارلسون نویسنده‌ای است که لااقل در نوشتن پُرفروش‌ترین کتاب‌های «موفقیت»، همیشه موفق بوده است.

«گاه را کوه نکنید»، عنوان کتابی است که کارلسون در سال ۱۹۹۸ نوشت و خودش را به عنوان پُرفروش‌ترین نویسنده انگلیسی‌زبان معرفی کرد؛ آن هم برای دو سال متوالی. dontsweat.com همان موقع، سایت رسمی ریچارد کارلسون شد تا تمام آنهایی که از استرس‌های دنیای مدرن، جان به لب شده بودند با او ارتباط بگیرند و نشانی آرامش را از او بخواهند. کارلسون در این کتاب می‌نویسد: «وقتی دالایی لاما جایزه صلح نوبل سال ۱۹۸۹ را دریافت کرد، یک خبرنگار از او پرسید حالا بعد از این جایزه می‌خواهید چه کار کنید؟ و دالایی لاما در پاسخ گفت انگار هر کاری که ما آدم‌ها انجام می‌دهیم، مثلاً خانه یا ماشینی می‌خریم، غذایی می‌خوریم، دوستی پیدا می‌کنیم، لباسی تهیه می‌کنیم و حتی به جوایز بزرگی دست پیدا می‌کنیم، هرگز برایمان کافی نیست! همیشه دنبال بیشتر و بیشتریم در حالی که بیشترها لزوماً بهتر نیستند. من فقط آرزو می‌کنم که همگی هر چه زودتر بفهمیم که شادی و رضایتمان را نباید در بیرون از خودمان جستجو کنیم.» این آرزوی دالایی لاما همان دغدغه‌ای است که گریبان ریچارد کارلسون را گرفته: «آلفرد دی‌سوزا جملاتی دارد که من هر وقت به یاد آنها می‌افتم، پشتم می‌لرزد. او می‌گوید همیشه در زندگی‌ام موانعی بود که شادی را از من می‌گرفت، همیشه وام‌هایی بود که باید پرداخت می‌شد، همیشه کار نیمه‌تمامی بود که باید تمام می‌شد و همیشه چیزی بود که باید به پایان می‌رسید تا زندگی من آغاز شود اما امروز دیگر فهمیده‌ام که این موانع، همان زندگی من بود و من هیچ راهی به شادی نداشتم چرا که هرگز نفهمیدم شادی همان راه بود!» کارلسون، به همین سادگی، پرده را از پیش چشمان کنار می‌زند: «مشکل ما در آنچه نداریم، نیست.

مشکل ما در حرص و فزون‌خواهی ماست. مشکل ما قانع نبودن است. ما همیشه با بهانه‌هایی که خودمان دست و پا می‌کنیم، شادی امروزمان را به فردا می‌اندازیم و فردا که به آن رسیدیم، بهانه تازه‌ای پیدا می‌کنیم تا رضایت‌مان را به پس‌فردا موکول کنیم و پس‌فردا هم به روزهای دیگر اما برای چشیدن طعم موفقیت و خوشبختی فقط یک راه وجود دارد: باید نگاهمان به زندگی عوض

از ۵۰۰ سازمان رسمی و بین‌المللی از جمله آی. بی. ام. است. «رهبری مبتنی بر اصول» شعاری است که به اسم او و کانون رهبری‌اش ثبت شده و سرسختانه اعتقاد دارد که: «پند بزرگی در این حرف لائوتسه هست که اگر به شخصی یک ماهی بدهید، خوراک یک روزش را تامین کرده‌اید اما اگر ماهیگیری یادش بدهید، خوراک تمام عمرش را تامین کرده‌اید.»

استفان کاوی معتقد است که کندوکاو در کتاب‌ها، مقالات و سخنرانی‌هایی که طی ۲۰۰ سال گذشته در زمینه موفقیت ارایه شده، نشان می‌دهد که توصیه‌های بیشتر محققان، مربوط به «منش» موفقیت‌آمیز بوده است، در حالی که محققان در ۵۰ سال اخیر توجه بیشتری به «نگرش» موفقیت‌آمیز داشته‌اند.

او در توصیف آدم‌های موفق می‌گوید: «بررسی‌های من نشان می‌دهد که تمام آدم‌های موفق و موثر جهان توانسته‌اند ۷ خصلت را در خودشان درونی کنند تا زندگی پربار و موثری داشته باشند:

۱. عامل بودن
۲. شروع از پایان
۳. اولویت‌بندی دقیق
۴. اندیشیدن با ذهنیت برنده/ برنده (در مقابل ذهنیت برنده/ بازنده)
۵. گوش کردن پیش‌تر و بیشتر از حرف زدن
۶. تولید سینرژی - انرژی گروهی
۷. بازسازی خویشتن

موفقیت از نگاه آنتونی رابینز به آنتونی رابینز ۴۸ ساله‌ای که در سمینارهایش روی آتش راه می‌رود و پرفروش‌ترین کتاب‌های «موفقیت» را می‌نویسد و طرف مشورت گورباچف و کلینتون بوده و هنوز هم طرف مشورت بسیاری از رجال سیاسی دنیاست، انتقادات فراوانی وارد است. مثلاً می‌گویند او نیمی از شهرتش برمی‌گردد به مباحث «موفقیت در ازدواج» و «موفقیت در برقراری رابطه سالم» و این در حالی است که خودش از زن اولش جدا شده و دارد زن و زندگی دومش را تجربه می‌کند ولی به قول قدیمی‌ها سنگ مفت، گنجشک مفت. امتحانش ضرر ندارد.

همین امروز از هر که دلتان خواست، سوال کنید: «می‌توانی ۳ نویسنده سرشناس «موفقیت» را اسم ببری؟» جواب آن بنده خدا به این سوال شما اگر مثبت باشد، قطعاً یکی از سه گزینه‌اش آنتونی رابینز است و لابد قبول دارید که این خودش یک موفقیت است که نویسنده‌ای را به عنوان سرشناس‌ترین نویسنده «موفقیت» دنیا بشناسند. حالا فکر می‌کنید آنتونی رابینز به چه کسی می‌گوید آدم موفق؟ جوابش را بخوانید: «آدم موفق، کسی است که راحت‌ترین راه را برای رسیدن به موفقیت انتخاب کند.» می‌پرسید راحت‌ترین راه، چه راهی است؟ می‌گوید: «استفاده از حرف‌ها و تجربیات آدم‌های موفق.» بسیار خوب! پس بیا یک از حرف‌ها و تجربیات خودش را با هم مرور کنیم:

یک روز همگی می خواهند پزشک شوند روز دیگر همه خلبان.



شاید رسالت انقلاب صنعتی چیزی مانند تئوری توطئه هر چه که بود و هست نظام موجود آموزش ما در مدارس و دانشگاه ها عملاً در حال `copy / paste` تولید نسخه های همانند هم و تربیت بردگان صنعتی یا ربات هایی در خدمت اهداف از پیش تعیین شده ی اجتماعی است.

در این باید خلاقیت و توجه به من سرکوب شود چون به تولید نسخه های ناخواسته یا متعارض با اهداف سیستم منجر می شود. در مقابل افراد هوشمندی که این ساختار غلط را می شکنند نظیر استیو جابز خود به اربابان و ادمین های جدیدی در سیستمی ارتقاء یافته تبدیل می شوند که حالا آنها دوباره برای مابقی برنامه ریزی می کنند و خوب یا بد سبک زندگی ما را تغییر می دهند. مشکل اساسی این است که این هدف را عموماً دیگران برای ما تعیین می کنند نه خود ما. پس وقتی در بهترین حالت و با نهایت تلاش خودمان به آن میرسیم در واقع به هدف دیگران رسیده ایم. نه هدف خودمان.

و این پاسخ بسیار کلیدی به سوال دوم ماست که چرا موفقیت لزوماً حال خوب به همراه نمی آورد و چرا هر کدام از ما این همه افراد موفق سراغ داریم که حالشان خوب نیست. این طبیعی است که اگر ما به هدف دیگری برسیم حالمون خوب نخواهد بود چون اهداف دیگران برای تأمین خواسته های قلبی آن ها طراحی شده و برای شاد کردن خودشان نه ما. به مثال زیبایی از مولانا توجه کنید:

مولانا در یکی از حکایت های خود به کارگرانی اشاره می کند که شبی مشغول ساختن بنایی شدند و به هنگام صبح دم ساخت بنا به اتمام رسید. با وجود اینکه بنا دقیقاً همانطور که باید ساخته شده بود اما صبح هنگام حال همه خراب شد.

حدس شما چیست؟

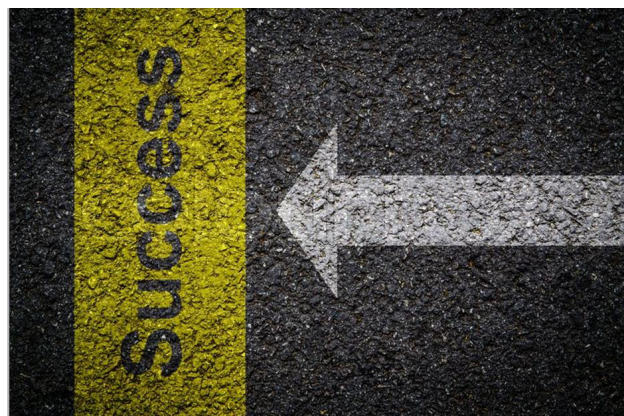
با وجود اینکه هدف تأمین شده بود و باید این افراد را موفق بنامیم چرا حالشان خراب شده بود. مگر رسیدن به موفقیت تمام چیزی که می خواستند نبود؟

مولانا در طنزهای محض ادامه میدهد و دلیل این حال خراب را

شود. باید خودمان باشیم.»

حرف آخر اگر به سوال اول بحثمان تنها از ۴ زاویه نگاه کرده ایم، فقط یک علت دارد: حجم صفحه، محدود است! به سوال «موفقیت یعنی چه؟ موفق یعنی چه کسی؟» از زوایای فراوانی می شود نگاه کرد؛ منتها مساله این است که من و شما باید زاویه نگاه خودمان را پیدا کنیم، باید بی پرده از خودمان برسیم که واقعاً از این زندگی چه می خواهیم و می خواهیم آخرش به کجا برسیم؟ اما باز گردیم به جمع بندی خودمان از معنی موفقیت: تعریف موفقیت در واقع بسیار ساده است.

در یک جمله موفقیت یعنی رسیدن به هدف



هدف هم در یک جمله ی ساده یعنی مقصدی مشخص که نسبت به مبدایی که در آن قرار داریم انتخاب میکنیم .

نکته ی بسیار مهم در این میان این است که این هدف یا در واقع مقصدی که می خواهیم به آن برسیم چگونه باید تعیین شود. اولین نقص بزرگ موفقیت همین جا خود را نشان می دهد وقتی که از خودمان پرسیدیم . چه هدفی و هدف چه کسی؟ زمانی از دانشجویان مان درخواست کردیم زیر کلمه ی کلیدی در جمله ی "هدف من چیست؟"

خط بکشند بیش از نود درصد زیر کلمه ی هدف خط کشیدند. سؤال این بود که در اینصورت من را از جمله حذف کنید و دوباره به معنی جمله فکر کنید.

جمله هدف چیست؟ تازه فقدان بزرگ من را که در تمام عمرمان نمی بینیم نشان می دهد.

این بار به جمله ای بی معنی برخورد می کردیم که ما را وادار می کرد از خود پرسیم هدف کی؟ یا هدف چی؟

اما واقعیت این است که چنان در دنیا امروز غرق اهداف از پیش تعیین شده هستیم که دیگر جایی برای دیدن من و اهداف برخاسته از آن نمی ماند.

اهداف خانواده؛ اهداف مدرسه؛ اهداف جامعه؛ اهداف سیستم حتی اهداف تلقین شده از سوی جریان های موقتی در جامعه.

همه یا هیچ، صفر و یک.



اینجا بهتر است به یک ابر سیستم مراجعه کنیم. ابر سیستمی به نام طبیعت.

شما احتمالا با علم بیونیک آشنا هستید.

بیونیک یا مهندسی الهام‌پذیر از زیست‌شناختگی: Bionics الگوگیری از سامانه‌ها، ساختارها و سازوکارهای طبیعت و موجودات زنده برای ابداع و اختراع، پدیدآوردن فناوری و حل مسائل فنی-مهندسی است.

این رشته به عنوان یک دانش میان‌رشته‌ای و یک روش‌شناسی حل خلاق مسئله، از شاخه‌ها یا گرایش‌های تخصصی خلاقیت نوآوری‌شناسی (Creanovatology) به‌شمار می‌رود. به عبارتی می‌توان گفت بیونیک هنر به‌کارگیری دانش سیستم‌های زنده در حل مسائل فنی است. این رشته به عنوان یک دانش میان‌رشته‌ای و یک روش‌شناسی حل خلاق مسئله، از شاخه‌ها یا گرایش‌های تخصصی خلاقیت نوآوری‌شناسی به‌شمار می‌رود. طبیعت با گذر از عصرهای بسیار دچار تغییرات و جهش‌های بسیاری شده‌است و به تکامل رسیده‌است. طبیعت هرآنچه را که با محیط سازگاری نداشته از بین برده و امروزه، طبیعتی که ما در آن زندگی می‌کنیم و هر جاندار موجود در آن، تکامل یافته‌ترین مخلوق در نوع خود تا به امروز می‌باشد. این بدان معنی است که هر مکانیسم و ساختاری در طبیعت در بهترین کارآمدترین حالت خود قرار دارد. پس بشریت می‌تواند با مطالعه این طبیعت تکامل یافته، در طراحی دست ساخته‌های خود ایده بگیرد. از اواخر قرن بیست شاهد بسیاری از دستاوردهای بشری هستیم که اگر دقیق‌تر به آن‌ها نگاه کنیم، درمی‌یابیم که الهام گرفتن از طبیعت کمک شایانی به بهتر ساختن آن‌ها کرده‌است.

سرگرد جک استیل، افسر هنگ هوانوردی ارتش آمریکا واژه

برای ما آشکار می‌سازد.

کارگران صبح هنگام و با روشن شدن هوا متوجه می‌شوند که زمین بغلی را ساخته اند یعنی زمین همسایه را.

این یعنی رسیدن به هدف دیگری.

دلیل اصلی حال خراب بسیاری از افراد موفق هم همین است. رسیدن به هدف دیگران.

دیگرانی که می‌توانند خانواده؛ مدرسه؛ دوستان و آشنایان یا حتی جو حاکم بر جامعه باشد.

اما بگذارید با واقعیتی بزرگتر آشنا شویم. اینکه اساسا موفقیت تمام آن چیزی نیست که ما واقعا می‌خواهیم و بنابراین با کمال تعجب یادگیریم چگونه موفقیت را به کناری بگذاریم و به دنبال چیزی بالاتر برویم.

توهم بزرگ:

به شما گفتیم که عموم سیستم های توسعه فردی و سازمانی ما را به سمت موفقیت سوق می‌دهند و نهایت هدیه ی جادویی که می‌خواهند به هزار و یک شکل به ما ببخشند در قالب همین یک کلمه خلاصه می‌شود.

همه می‌خواهند ما را موفق کنند.

همه می‌خواهند موفق شوند.

اما در عین حال دیدیم که موارد نقض متعددی به ما نشان می‌دهد که این راه ما را به مقصد حقیقی در زندگی نمی‌رساند.

اگر می‌رساند این همه آدم موفق که در ته خط پایان موفقیت های قابل فرض احساس ناکامی می‌کنند سراغ نداشتیم و احتمالا بقیه هم هنوز به آن ایستگاه آخر نرسیده اند که حالشان را بپرسیم. مجموع این شواهد در کنار بررسی دقیق ماهیت پارادایمی به نام موفقیت در چند خط آتی ما را به این نتیجه می‌رساند که باید در زندگی به دنبال چیز دیگری باشیم.

بگذارید به نقص مهم دیگری در ماهیت موفقیت نگاهی بیاندازیم. موفقیت را رسیدن به هدف معنی کردیم. دومین نقص بزرگ در ماهیت خود موفقیت نهفته است.

کمی دقت کنید!

موفقیت پارادایمی بسیار بی رحم است. مطلب ساده ست. شما یا موفق می‌شوید یا نمی‌شوید.

قضیه دیجیتالی، صفر و یک یا همه و هیچ است.

یک دونه نیمه موفق نداریم. یا از خط پایان گذشته و موفق شده یا نگذشته و شکست خورده.

موفقیت کاری به این ندارد که یک دونه ی ماراتن چند کیلومتر دویده و یا چقدر تلاش کرده است. این چیزها سرش نمی‌شود.

ظرفیت کلمه موفقیت بیشتر از این نیست.

موقعیت شما در مقابل پارادایمی به نام موفقیت از دو حال خارج نیست: یا موفق هستید یا شکست خورده. سومی هم ندارد.



کند نیلوفر آبی شود.

هر موجود تمام قوای خود را بکار می کند بهترین خودش شود. هر موجود تلاش می کند سیر زندگی خود را به شکل کامل طی کند.

و در این مسیر هیچ چیز نمی تواند جلو دارش باشد. هیچ چیز نمی تواند به دانه بگوید جوانه زن. و گل نکن اگر در مسیر درستش قرار بگیرد.

در این دنیای به این بزرگی برخلاف تمام موجودات ؛ ما انسانها تنها موجوداتی هستیم که بصورت غریزی مسیر خودشکوفایی خود را نمی دانیم. دلیل این مسئله هم بخاطر عظمت خلقت و مأموریتی است به عهده ی این اشرف مخلوقات گذاشته شده. آسمان بار امانت نتوانست کشید

قرعه ی فال به نام من دیوانه زدند

چه به لحاظ ژنتیکی و تولید مثل جنسی که ما Nature یا طبع و سرشت خطاب کردیم و چه به لحاظ تربیت و محیط که Nurture خواندیم هیچ دو انسانی از بدو خلقت مانند هم نیستند؛ حتی دوقلوهای همسان.

و این نشانه ی آشکاری است که ما خودهای متفاوت ، استعداد های متفاوت؛ ارزش های متفاوت و لذا اهداف واقعی و رسالت های متفاوتی در زندگی داریم که با رجوع به خود و خودشناسی باید آنها را بیابیم.

رسالتی که آگوستاو یونگ نیز به ما گوشزد می کند. اینکه تلاش کنیم بهترین خودمان باشیم

بر اساس این دیدگاه پارادایم موفقیت هدف جای خود را به پارادایم جدیدی به نام خود شکوفایی می دهد.

وقتی خودمان را بشناسیم سرنخ های اصلی برای تعیین هدف مان را به دست می آوریم.

هر موجودی تنها با شناختن چیستی خود می تواند چرایی و چگونگی زندگیش را دریابد.

بیونیک را نخستین بار برای علم سیستم هایی را که شالوده آنها سیستم های زنده است یا دارای خصوصیات سیستم های زنده هستند یا به سیستم های زنده می مانند به کار برد. واژه بیونیک برای اولین بار توسط جک ای. استیل در سال ۱۹۵۸ ابداع شد که احتمالاً از واژه فنی بیون (bion) از یونان قدیم به معنی واحد زندگی و پسوند ایک (ic-) به معنی مشابه تشکیل شده است. بدین ترتیب بیونیک را می توان مانند زندگی معنا کرد. برخی لغت نامه ها نیز این واژه را ترکیبی از بیو در واژه بیولوژی و نیک در واژه الکترونیک تعریف کرده اند. این واژه در دهه ۱۹۷۰ میلادی در سریال های تلویزیونی مرد شش میلیون دلاری و زن بیونیکی شناخته شد که بر اساس دو رمان با همین نام نوشته مارتین کایدین تحت تأثیر کارهای استیل ساخته شده بودند.

جان کلام بیونیک بازگشت به طبیعت است. ابر سیستمی که به پشتوانه هزاران سال تجربه تکاملی بهینه ترین و بهترین شکل سیستم ها را امروز و در ته خطشان در مقابل چشمان ما قرار داده است.

هوشمندانه خواهد بود که بجای از نو تجربه کردن؛ از کنار حاصل بی نقص این همه تجربه بی تفاوت نگذریم.

این رویکرد را وقتی توسعه دهیم در همه ی حوزه ها به داد ما خواهد رسید و بهترین الگوها را در مقابل چشمانمان قرار خواهد داد که شاید قبلاً از دیدنشان غافل بودیم.

در همین راستا در موضوعات مختلف با این رویکرد می توان از خط مشی طبیعت در برخورد با مورد مشابه الگو گرفت و مدلسازی کرد.

سؤال بزرگی که ما اکنون با این قرار می خواهیم از طبیعت بپرسیم این خواهد بود:

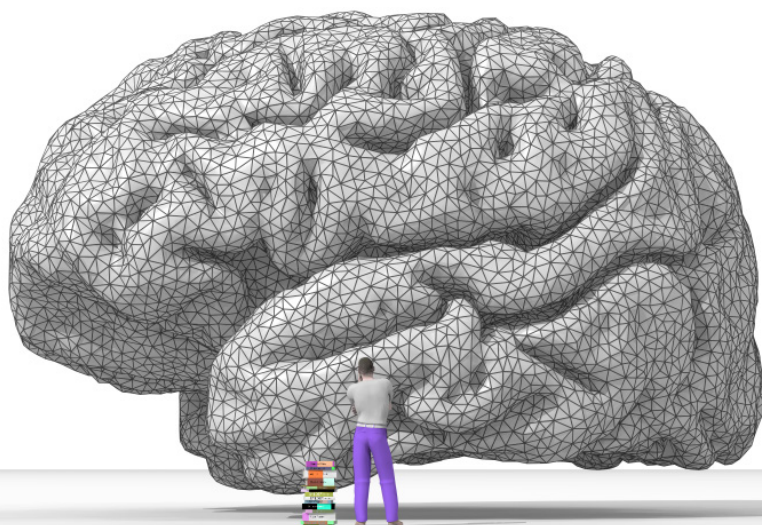
بهترین حال هر موجود در طبیعت را تحت چه شرایطی می توان دید؟

طبیعت به ما پاسخ می دهد: وقتی که گل می کند.

در ترجمه ما این جمله ی طبیعت می شود **خودشکوفایی**

ما جوانه ای نازکی و لطیفی را می بینیم که اسفالت خیایان را به سمت نور و گل کردنش می شکافد. ما ماهیان آزادی را می بینیم که مسیر رودخانه در خلاف جریان شنا می کنند تا به قیمت جان به بالا دست های رودخانه برای تولید مثل و تخم ریزی برسانند. ما تمام موجودات زنده را می بینیم که با نهایت قوای قابل فرضشان به سمت گل کردن بالفعل شدن قوای بالقوه و در یک کلام خودشکوفایی پیش می روند.

این موجودات رو افسرده نمی بینیم مگر در خارج از این مسیر. یک میمون تلاش نمی کند گوریل شود و یک رز نیز تلاش نمی



نظریه تصمیم گیری و علوم شناختی

دکتر امید میربهاء

نظریه تصمیم گیری و علوم شناختی

در حیطه ی حکمرانی تصمیماتی هستند که کمتر به رفتار اجتماعی و نظر همگان بستگی پیدا می کنند، به عنوان مثال اگر ما در یک شهر فرودگاه بسازیم یا ارتباطات راه آهن و جاده ای آن را تقویت کنیم بحث هایی هستند که شاید بیشتر به مباحث تخصصی و کارشناسی مرتبط باشد. یا در جایی از یک سرزمین سدی ساخته شود که یکی از برنامه های توسعه ای دولت را بتوانند انجام دهند. با این وجود بازهم در اینجا رفتارهای اجتماعی و نظر همگان یا تا حدودی و حداقل به صورت محلی شرط می باشد و ممکن است نادیده گرفتن آن کل برنامه ها را دچار مشکل نماید. در مسئله ی کرونا این بحث بسیار مهمی است. نظر همگان و رفتارهای اجتماعی، تصمیمات و انتخابات عموم یک مبحث بسیار جدی است زیرا به صورت سراسری و گسترده مورد توجه و مخاطب قرار می گیرد. در مسائلی همچون کرونا ما نمی توانیم کل بار تصمیم گیری را یک طرف روی دوش دولت یا نظام سیاسی یا سیستم ها قرار دهیم؛ بخشی از بار نیز روی رفتارهای اجتماعی و نظر همگان و اشکال مختلف تصمیم گیری که در جامعه رواج دارد قرار دارد.

اما در نظریه ی تصمیم گیری از ابزارها، فرضیه ها و مدل های رایج علوم شناختی استفاده می کند برای اینکه ببیند این مخاطب عمومی و این همگان چیست و به چه شکلی حرکت و تغییر می کند و زمانی که مخاطب قرار می گیرد چگونه پاسخ می دهد و مسائلی از این دست.

در پیشرفته ترین مطالعات علوم شناختی به خصوص آن بخش از علوم شناختی که با عصب شناسی یا در واقع علم شناخت فعالیت مغز توأم هست ما عموماً رفتارهای همگانی را در سه گروه مشخص خلاصه می کنیم. قدیمی ترین شکل رفتارهای همگانی رفتارهایی هستند که ما تحت عنوان رفتارهای فیزیکی-هیجانی آنها را نامگذاری کرده ایم. رفتارهای کمی پیشرفته تر و شاید رایج تر در جوامع پیشرفته تر نه به معنای امروزی کلمه بلکه به

معنی تاریخی و شکل گیری تمدن ها، رفتارهایی هستند که ما تحت عنوان عاطفی-هیجانی می شناسیم و نهایتاً دسته سوم که این رفتارهایی را مدنظر می گیرد که واقعاً متعلق به جوامع مدرن امروزی هست.

مطالعات مختلف تحت عنوان به اصطلاح، رفتارهای همگانی اجتماعاً شکل گرفته یا تکامل یافته آنها را نامگذاری کرده اند. در اینجا بسیار مهم است که ما به این اشکال مختلف واکنش های همگانی که تصمیمات ما را در بر می گیرد و به اینکه آیا با تصمیمات تصمیم گیران جامعه مخالفت یا همراهی می شود جهت می دهد خوب است که ما دسته بندی ها و سه گروه مختلف رفتارهای همگانی را بررسی کنیم. چون به نوعی این رفتارها همان تصمیم گیری ها و فرآیند تصمیم گیری های روزمره ی افراد جامعه می باشد و ما باید این را بهتر بشناسیم و با دقت بیشتری آن را بررسی کنیم.

در گروه اول از رفتارهای همگانی در ارتباط با تصمیم گیری، ما در واقع انواع تصمیم گیری مبتنی بر نگرانی، اضطراب، ترس، افسردگی، احساس عدم امنیت و حتی شاید خشم و احساس تهدید و این قبیل مسائل را می بینیم یا رفتارهای دیگری از جنس بخت آزمایی که ممکن است ما بیش از اندازه توان خود را ارزیابی کنیم و به صحنه های مخاطره آمیز ورود داشته باشیم و یا تکیه ی بیجا به قضا و قدر و در بحث هایی از این دست که چنین رفتارهایی از انواع تصمیم گیری از ده ها هزار سال پیش ما این موارد را می توانستیم رویت کنیم و چیزی نیست که از صحنه اجتماعی محو شده باشد و این ها رفتارهایی نیستند که بتوان گفت متعلق به دوره ی جهل تاریخی بوده و هم اینک هم این رفتارها در صحنه ی تصمیم گیری وجود دارند و رایج هستند و بسیاری از انسان ها بدون اینکه خیلی از سیستم های عقلی استفاده کنند یادر جهت توضیح و توجیه رفتارهای خودشان اقدام کنند واکنش آنها در تصمیم گیری ها از این دست هستند در واقع از جنس فیزیکی-هیجانی هستند و همانطور که قبل از این اشاره

باید اگر آنها بگویند فلان کار را انجام دهید، انجام می دهند و اگر نگویند انجام نمی دهیم. یا در شبکه های اجتماعی و بعضی از گروه ها اگر با آنها هم عقیده باشند نسبت به چیزهایی که گفته شده هم گام می شوند. نه به عنوان هم عقیده ی محتوایی در خصوص کرونا، نه در اینجا هم یک بحث صد درصد عاطفی- هیجانی وجود دارد یعنی هم یک ارتباط عاطفی وجود دارد و هم یک هیجان زندگی و یک هیجان ذاتی در آن نهفته است.

رفتارها در تصمیم گیری، زمانی که مقداری پیچیده تر می شوند و در آنجا میبینیم که این تصمیم ها جنبه ی فردی دارد و در عین حال به صورت اجتماعی بروز کرده است مثلاً در خصوص انضباط اجتماعی که در بسیاری از کشورهای آسیای دور یا در اروپای شمالی دیده می شود، در این زمینه ها هم ما یک دسته ی سوم یا گروه سومی از واکنش های رفتاری در حوزه ی تصمیم گیری داریم که در واقع ما اینها را بیشتر تحت عنوان رفتارهای اجتماعی- تکامل یافته نامیده ایم و در زبان فرانسه به آن *Socialement Elabore* گفته می شود.

این دسته از واکنش های رفتاری، واکنش هایی هستند که در هرکجای دنیا هرچقدر در جامعه وزن بیشتری داشته باشند، به همان اندازه هم باعث می شود که حکمرانی، ساده تر و راحت تر صورت بگیرد. دو دسته ی اول به هر اندازه که در جوامع بیشتر رایج باشند کار حکمرانی را بسیار سخت می کنند و می بایست به طور ویژه به این گروه سوم رفتارها در تصمیم گیری در همینجا بیشتر پرداخته شود تا بتوانیم بهتر بفهمیم و ببینیم این رفتارهایی که یک حکمرانی خوب می تواند روی آن حساب باز کند و با آن هم آهنگ شود.

در این دسته ی سوم چیزی که مبنا قرار می گیرد سه هسته ی شناختی می باشند که مستقل از هم قابل تعریف هستند اما در فرآیند های اجتماعی می توانند کاملاً به هم مرتبط باشند و هم مجموعه ای از واکنش ها را نسبت به تصمیمات حکمرانان ایجاد می کنند و هم در عین حال می توانند در جامعه مبدأیی باشند که انسان ها چگونه برای زندگی خود تصمیم می گیرند و جامعه ی خود را چگونه می سازند.

شد به این معنی که خیلی به طبیعت بدن و طبیعت بدوی زیستی نزدیک است و در عین حال هم با هیجان و برخوردهای هیجانی توأم می باشد.

در این ایام کرونا در جوامع مختلف بسیار دیده شد که تعداد زیادی از افراد در جوامع در واکنش ها به قدری با یکدیگر متفاوت عمل کردند که به عنوان مثال در تصمیم به اینکه ماسک گذاشتن الزامی شود، یا در رعایت فاصله اجتماعی و یا تصمیم به اینکه مراسم ها و تجمعات کاهش پیدا کند و انواع و اقسام تصمیماتی که حکمرانی ایجاد می کرده که اتخاذ شود و واکنش های فیزیکی- هیجانی زیادی از این دست داشته ایم که بدون اینکه خیلی هم فکر کرده و درونی شده باشد افراد به مسافرت می روند فقط به این دلیل که دچار خشم و اعتراض هستند و یا تصمیم فردی می گیرند که شاید برای دیگری اتفاق بیافتد اما برای من اتفاقی نخواهد افتاد، یا رفتاری که در بالا به آن اشاره کردم مثل بخت آزمایی و اینکه من به بخت خودم، به توان فیزیکی خودم به شانس خودم بیش از اندازه اعتماد داشته باشم.

در گروه دوم که عاطفی- هیجانی نامگذاری شد بسیاری از تصمیماتی که به اصطلاح افراد مختلف در جوامع بشری می گیرند و در جوامعی که بسیار با یکدیگر متفاوت هستند و باز در اینجا تشابهی وجود دارد و علوم شناختی توانسته آن را تشخیص دهد و برملا کند اینست که در سراسر جهان در ایام کرونا خیلی بیشتر از مواقع عادی، بسیاری از تصمیمات از جنس عاطفی- هیجانی بوده است.

به چه معنی؟ به این معنی که ما خودمان تصمیم نمی گیریم و این تصمیم را واگذار کرده ایم به کسانی که دوست شان داریم، به آنها اعتقاد داریم، به آنها اعتماد داریم، دیگری که با ما می روند و می آیند دارند و یا کسانی که دوست نداریم اگر هم حرفی بزنند اصلاً انجام نمی دهیم. تصمیماتی صد در صد عاطفی- هیجانی که باعث این می شود که افراد نه بر اساس عقل خود یا تکیه بر عقل گرایی تصمیمی را بگیرند، بلکه بر مبنای اینکه بیشتر تصمیم دوستی را توضیح می دهند و توجیه می کنند، یا به آن فرد علاقه دارند بنابراین تصمیم کاملاً می کنند با آنکه از سازه های خمش شان



ایجاد می کند. حتی اگر در شرایطی که بعداً پیش می آید شباهت هایی با شرایط قبلی هم داشته باشد ولی دقیقاً آن شرایط نباشد از آنجایی که تشویق نشده و بلکه برخورد هم شده است این یک مانع اصلی عاطفی و منطقی است که در ذهن او شکل گرفته است. اینکه گفته می شود به لحاظ کلاسیک تصمیم گیری در یک مجموعه ی پی در پی منطقی و مراحل عقلایی شکل می گیرد که در واقع می خواهد یک بدیل و راه حلی را انتخاب کند که بهینه باشد این کلاسیسیزم می باشد، خیلی از اوقات تمام این فرآیند عاطفی که در بالا ذکر شد که پیرامون تأمین بقای موقت و تشویق شدن یا نشدن شکل می گیرد روی این مسیر تأثیر می گذارد. نهایتاً اگر بخواهیم این بحث فرآیند تصمیم گیری را در علم جدید شناختی و عصب شناسی تا حدودی فرموله کنیم و آن را به صورت یک فرآیند تعریف کنیم می توان از این مراحل که در ادامه گفته می شود استفاده کرد. البته زمانی که بار عاطفی کاملاً کاهش پیدا کرده باشد.

- تشخیص مسئله
 - تشخیص شاخصه هایی که برای تصمیم گیری به کار برده می شود
 - اولویت دادن و وزن دادن به این شاخصه ها در مورد تحلیل آلترناتیوها و سناریوهای مختلف
 - انتخاب یک راه حل و اجرای آن
 - و ارزشیابی و ارزیابی از خروجی ها
 - و با توجه به بحث هایی که همه در حال انکشاف می باشد نهایتاً این مرحله را تحت عنوان یادگیری جمعی می شناسیم.
- اینها همه بحث های به جایی دارد اما باید به یک نکته توجه کرد وقتی که هدف مشخص است، تمام راه حل ها و سناریوها مشخص هستند، اینکه بتوانیم ترجیحات خودمان و به چیزهایی که بیشتر برای مان اهمیت دارد وزن بدهیم میسر باشد و این هم در زمان پایدار باشد و هیچ محدودیت زمانی بر این فرآیند تصمیم گیری اثر نداشته باشد و در نهایت بتوانیم برای اخذ تشویق مورد نیاز یا اگر اقتصادی باشد تشویق اقتصادی داشته باشیم تا بهترین تصمیم را بگیریم این در واقعیت بارها زیر سوال رفته است. چرا؟ زیرا متغیرهای واقعی بارها این فرآیند را نقض می کنند و نمی گذارند که ما در واقع به یک نظریه ی استاندارد در تصمیم گیری برسیم. در واقع چیزی که قابل ذخیره شدن هست یک، شکل گیری ترجیحات ما و آن چیزهایی است که ما ترجیح می دهیم در این فرآیند است. دوم انجام کار و سوم تجربه ی نتیجه است. این سه عنصری که به آن اشاره شد در زمان باقی می ماند و قابل انتقال است.

تکرار می کنم بسیار مهم است که از تمام تجربیات در تصمیم گیری هایی که داشته ایم چیزی که باقی می ماند:

- ۱ - ترجیحات ماست - ۲- اینکه چطور کاری را انجام داده ایم و
- ۳ - چه نتیجه ای از آن گرفته ایم که اینها در مغز می ماند، قابل

یکی از این سه هسته ی شناختی تحت عنوان انتظارات متقابل نامیده می شود و دوم بحث اعتماد است که با اعتماد سرمایه اجتماعی متفاوت است و یک اعتماد شناختی است و سوم محاسبه ی ریسک می باشد که این نیز برای خودش یک هسته ی شناختی کاملاً مستقل می باشد که به صورت یک موجود در ذهن انسان وجود دارد و کاملاً به شکل کیفی عمل می کند. ما در تصمیماتی که می گیریم معمولاً این محاسبه را انجام می دهیم، ممکن است عددی نباشد اما کیفی می باشد.

همه ی این ها در علوم شناختی و ارتباط با نظریه ی تصمیم گیری تشریح شده که در ذیل به اختصار توضیح داده خواهد شد: برای اینکه بتوانیم با مباحث قبلی نقطه ی اتصالی داشته باشیم به این صورت می توان گفت که علت اینکه راحت تر می شود در نظریه ی تصمیم گیری از این مدل های جدید استفاده کرد در این است که هر ارگانیزم زنده ای را در نظر بگیریم، دائماً در حال تلاش است که از راهکارها و راهبردهای رفتاری استفاده کند برای اینکه مدام خودش را با محیط جدید تطبیق دهد و بقای خودش را حتی به صورت مقطعی تضمین کند. این مسئله ی بسیار مهمی است که بتواند بقای خودش را حتی به صورت موقت تضمین نماید. در واقع از همینجاست که می توانیم به یک هدف غایی که یک موجود زنده دارد که می تواند مادی یا ذهنی باشد پی ببریم و نتیجه بگیریم که اصل فعالیت هایی که یک انسان در جامعه انجام می دهد به این دلیل است که بتواند یک هدف اصلی که تأمین بقای موقت خودش می باشد را انجام دهد.

تصمیماتی هم که گرفته می شود می تواند در یک موقعیت قطعیت دار انجام شود که همه ی ابعاد آن را می تواند از قبل تشخیص دهد و یا درست بالعکس در شرایط عدم قطعیت و پیچیدگی های دوگانه و اینکه می تواند یک سری احتمالاتی وجود داشته باشد که قابل محاسبه نباشند. بعضی از تصمیماتی که می گیرد به عنوان بدیل هایی ظاهر می شوند که ریسک قابل ملاحظه ای دارند و احتمال اینکه مجدداً هم رخ دهند بالا و قابل مقایسه می باشد. در نتیجه ممکن است به تدریج از تهدیدآمیز بودن آنها کاسته شود. که در این صورت گفته می شود فرد می تواند اطلاعات را با بار عاطفی بیشتری بررسی کند. در اینجا می تواند از موقعیت های پیشین و تجربه ای که حاصل شده و اطلاعاتی که پیرامون آن شکل گرفته استفاده کند و نهایتاً به آن خروجی اصلی که تصمیمات به آن نیل پیدا می کند و تشویقی که می خواهد اتفاق بیافتد در اینجا می تواند ظاهر شود و یک بستر عاطفی لازم را پیدا کند.

در اینجا یک موقعیت باینری یک و صفر پیش می آید که می تواند خروجی تشویق باشد یا درست برعکس می تواند برخوردی باشد که با شخص انجام شده است. یعنی به جای اینکه تشویق شود که این تصمیمی را که گرفته شده است بتواند در آینده تکرار کند در واقع نتیجه ی حاصل شده چیزی است که جلوی این را می گیرد که دوباره چنین تصمیمی گرفته شود و حالت یک مانع و سد را

انتقال است و ما می توانیم آن را منتقل کنیم چه از طریق عاطفی و چه از طریق یاد دادن و یادگیری.

انتظارات متقابل به چه معناست؟

در یکی از هسته های شناختی انتظارات متقابل را داشتیم این انتظارات متقابل هستند که نهایتاً برای ما الگویی را ایجاد می کند از رفتارهایی که ما پیش از این انجام داده ایم و منجر به تشویق یا توبیخ شده است. توبیخ کلمه ی سنگینی است به معنی برخورد و تنش. برخورد و تنش حتی به صورت موقت تهدیدی برای بقا می باشد. لذا دور زدن و پرهیز کردن از برخورد و تنش یک بحث کاملاً قابل فهم و یک رفتار عقلایی است. ممکن است ما در فرهنگ کشورمان یا در فرهنگ جوامع مختلف اسطوره هایی را داشته باشیم که این اسطوره ها رفتار قهرمان آمیز و غیره را تشویق می کنند اما در واقعیت پرهیز کردن از تنش منطقی ترین و قابل فهم ترین رفتار ممکن برای مغز و بدن انسان می باشد. لذا چه در سازمان و چه در جامعه، چه از بابت حاکمیت خوب و چه از بابت مدیریت مبتنی بر تصمیم-یاری و کامپیوتر در هر سطحی که خودمان را قرار دهیم بحث انتظارات متقابل یک بحث کاملاً باینری یک یا صفر است که در صورت یک- تشویق و در صورت صفر تهدید و تنش خواهیم داشت.

پس باید حتماً در نظر بگیریم که وجود مدیریت و حاکمیت از هر نوع که می خواهد باشد این به هیچ عنوان بی تفاوت یا بی اثر نیست. به هر میزان و مقداری که باشد برای ما تشویق ایجاد کرده یا تنش و تهدید ایجاد می کند. حال ممکن است افرادی باشند که خود را با این تهدید و تنش به نوعی وفق داده اند و از استرس کمتری برخوردار می شوند و در نتیجه دچار بیماری، افسردگی، استرس و درگیری نشوند و کمتر در جامعه یا در شرکت زندگی کنند. صرف وجود یک ساختار سلسله مراتبی و یک ساختار هرمی در جامعه استرس زا، تهدید آمیز و تشویق آمیزه می باشد. تکرار می کنم به هر مقداری که می خواهد باشد. چیزی که برای حاکمیت و مدیریت مهم است این است که این تشویق و تهدید کاملاً مشخص باشد. یعنی خطوط قرمز و سبز کاملاً مشخص باشد و بدانیم که در کجا تشویق می شویم و کجا تشویق نخواهیم شد. این فقط یک بحث رسانه ای نیست که حاکمیت یا مدیریت از طریق رسانه هایی که در اختیار دارد این کار را انجام دهد و در زندگی اجتماعی این را از طریق خانواده و دوستان شما به شما منتقل می کند.

و این یک بعد عاطفی نیز دارد و فقط یاد دادن و یاد ندادن و در دسترس گذاشتن یا در دسترس نگذاشتن مطرح نیست. هر کشوری که بتواند این انتظارات متقابل را همانطور که باید و شاید توسط حاکمیت در جامعه رواج دهد و آن را

همه گیر کند می تواند در موقعیتی قرار بگیرد که حاکمیت خوب و مناسبی داشته باشد، صرفنظر از اینکه اساساً ما بد و خوب ارزش هایی که این حاکمیت با خود حمل می کند نظر دهیم یا حتی دیگران نظر دهند. اساساً در اینجا بحث ارزش ها مطرح نیست در موضوع نظریه ی تصمیم گیری ما بحث ارزشی نداریم. حاکمیت و مدیریت یک شرکت را بر اساس خیر و شر ارزیابی نمی کنیم. شاخصه های ارزیابی ما از این جنس هستند که ما می بینیم آیا توانسته ایم انتظارات متقابل را درست و شمرده و قابل شناسایی در اختیار قرار دهیم و ببینیم آیا مدیریت و حاکمیت ما در موقعیتی قرار گرفته است که بتواند مدیریت کند یا نه و اصل هم در همین است که بتواند این انتظارات متقابل را به صورت شفاف منتقل کند، چه از طریق عواطف و چه از طریق عقل و رسانه.

این اولین نکته در خصوص تحریر هایی که در مورد کشورهای مختلف و تصمیمات آنها در مورد کرونا بوده است و فوق العاده مهم بود که باید در مورد آن صحبت می کردم تا بتوانیم از کل بحثی که کردیم یک نتیجه بگیریم. دوباره مسئله را بررسی می کنیم؛ ارزش ها را کنار گذاشتیم و با آنها کاری نداریم می خواهیم ببینیم صرفاً انتظارات متقابل درست تفهیم شده یا نه. اگر از این زاویه نگاه کنیم ما در کشور خودمان مشکل داریم. پایبندی به ارزش های دینی در جامعه با مشکل رو به رو شده و ما نظامی داریم که این پایبندی را تشویق می کند. کجا با مشکل رو به رو شده است؟ جایی که ما در سال های اخیر دیده ایم که کسانی هستند که می توانند این پایبندی ها را در ظاهر داشته باشند ولی در واقع ندارند و این به نقطه ی مناسبی که باید یک مدیریت و حاکمیت در آن قرار بگیرد بسیار ضرر وارد کرده است که بگویم چه چیزی را شفاف تشویق می کنم و چه چیزهایی را تشویق نمی کنم یا چه چیزی برای شما تهدید آمیز است. صرفاً ابزار تنش زا و تهدید آمیز یعنی درست نقطه ی برعکس تشویق است که الان در کشور و در جامعه ی ما قالب شده است و این یک نقطه ضعف است که اگر در یک سازمان و شرکت این اتفاق می افتاد هم یک نقطه ضعف بود از جنس اینکه شاید آن سازمان و شرکت کارایی خودش را از دست بدهد.

نکته ی دوم بحث اعتماد است بحث هسته ی شناختی اعتماد بحث بسیار مهمی است. در قسمت نظری صحبت ها بخصوص در اواخر آن به چیزی اشاره کردیم و گفتیم که سه مرحله است که از نقطه نظر مغز انسان پایداری دارد؛ ۱. ترجیحات ما ۲. اینکه ما چگونه عمل کرده ایم و کاری را انجام داده ایم ۳. نتایج آن چه بوده است و تجربه ی نتایج آن. اگر بخواهیم در یک جمله زندگی اجتماعی در کشورمان را خلاصه کنیم می گوییم اعتماد اجتماعی پایه ی تاریخی

تجاری این اپلیکیشن حتماً تولید شده است و می توانیم از آن استفاده کنیم اما برای تصمیم گرفتن در مورد اینکه آیا در مورد تصمیمی که حاکمیت در مورد مثلاً قرنطینه آیا از این تبعیت کنیم یا نه کماکان کاملاً کیفی باقی می ماند. لذا در این مدل کاهش اعتماد یعنی بروز حالت های کیفی متعدد که از پس محاسبه ی ریسک کیفی قابل پیش بینی می باشد. ساده تر بگوییم هرکس به صورت کاملاً فردی و نه جمعی می تواند تشخیص دهد که مغازه ی خود را ببندد یا باز بگذارد. بدیهی است زمانی که ببیند چند نفر دیگر مغازه های شان را باز می کنند او هم همین کار را می کند زیرا ریسک برخورد با یک مجموعه کاسب کمتر است تا با یک نفر.

از اینجا به بعد تمام رفتارهای ناشایست اجتماعی قابل توجیه می شود. حتی به خطر انداختن جان دیگران هم قابل توجیه می شود. نه از بابت ارزشی و خوب و بد. همینطور که گفته شد و باز هم تأکید می کنم در نظریه ی تصمیم گیری بحث در این است که عملکرد ما اصلاً چه هست؟ نه اینکه از نقطه نظر جامعه و غیره چه ارزشی را با خود حمل می کند. بدیهی است که ممکن است احتکار کنند، بدیهی است که ممکن است انواع و اقسام قرص و واکسن و غیره را به صورت تقلبی وارد کنند و بسازند زیرا از اینجا به بعد محاسبه ی ریسک معنی آن یک چیز بیشتر نیست اینکه برای من مفید باشد و حداقل امکان تنش کمتری داشته باشد.

چنین شرایطی در کشور ما از ابتدا قابل پیش بینی بوده است به این دلیل که می دانستیم انتظارات متقابل بین حاکمیت و مردم ضربه دیده است و هم می دانستیم که اعتماد اجتماعی در ایران کاملاً پایین است. این اعتمادی که از آن صحبت می کنیم یک اعتماد شناختی است و با آن اعتماد سرمایه اجتماعی متفاوت است. ممکن است بشود این دو مقوله ها را به هم مرتبط کرد ولی در اینجا به بحث ما مربوط نمی شود. اگر می خواستیم همین تحلیل را در مورد کشورهای دیگر انجام دهیم می توانستیم به راحتی و سهولت انجام می شد و واقعاً در چند جمله ی کوتاه خلاصه می شد، چه در مورد چین، چه در مورد آمریکا یا آلمان یا کره ی جنوبی به همین سادگی می شد تحلیل کرد.

در حوزه ی انتظارات متقابل، حاکمیت چین از چینی می خواهد که کار کند، پول در بیاورد، کسب و کار راه بیاندازد، کارآفرین باشد، از حاکمیت اطاعت کند، تمام آزادی های فردی را می تواند داشته باشد و نباید به حوزه ی مسائل سیاسی ورود کند مگر اینکه در چارچوب تعریف شده ی حاکمیت چین باشد و کاملاً واضح و روشن است. چینی ها هم از این حاکمیتی که چنین خط قرمز ها و خط سبزهایی را مشخص کرده است می خواهند که کشور در مسیر وفور و پیشرفت دائمی قرار بگیرد به شکلی که کسب و کار راه

ندارد.

اعتماد پایه ی تاریخی ندارد یعنی چه؟ یعنی در کشور ما و در جامعه ی ما در طی دو قرن گذشته چیزی به نام تجربه ی اجتماعی به آن معنا که بتواند ترجیحات ما را در خود لحاظ کند، اقداماتی که ما به جهت دستیابی به این ترجیحات داشته ایم و نتیجه ای که ما از آن گرفته ایم پایداری ندارد و برای آن مثال های متعددی وجود دارد.

در دهه ی ۴۰-۵۰ در کشور ما درس خواندن یک قاعده بود. می گفتند تحصیل کرده ها هستند که در بالای هرم اجتماعی قرار می گیرند و بسیاری از افراد جامعه بر این مبنا که فرض قاطع پایدار است فرزندان خود را با هزینه های گزاف یا به خارج فرستادند یا در داخل در دانشگاه آزاد و غیره به درس خواندن وادار کردند و در نتیجه به کجا رسیدیم؟ به اینکه این فرض پایدار نبوده، مورد تشویق قرار نگرفته و کسب و کار بوده است که باید تشویق می شده است. اعتماد اجتماعی به همین شکل سلب می شود. در عنصر تجربه های انسانی چه کوچک و چه بزرگ فرقی ندارد به دنبال اسطوره ها بودن بحث دیگری است. ما در اینجا در بحث نظریه ی تصمیم گیری دوباره تکرار می کنیم نه بحث عاطفی داریم و نه بحث ارزشی. در حوزه ی علوم شناختی و عصب شناسی ما برای آنچه که برای مغز رفاه دارد مهم است. رفاه برای مغز، ۱. پس زدن و مواجه نشدن با تهدید و تنش می باشد و ۲. پایداری در اینکه من برای خودم یک سری ترجیحات و اولویت ها برای خودم تعریف کردم و یک سری کارها انجام دادم که تشویق شده ام و این باید پایدار بماند و اگر پایدار نماند، چیزی که به آن اعتماد می گوییم تضعیف خواهد شد.

از اینجا به بعد بحث های بسیار پیچیده ای پیش می آید زمانی که اعتماد کاهش پیدا می کند، انتظارات متقابل تعریف و قالبی که داشته است را از دست می دهد و متزلزل می شود و جایی برای ورود و بروز مدل های جدیدی از انتظارات متقابل باز می شود اتفاقی که می افتد این است که مغز انسان به یک حوزه ی کاملاً پیچیده ورود پیدا می کند که به این حوزه محاسبه ی ریسک گفته می شود.

محاسبه ی ریسک در حوزه ی ذهن یا مغز انسان به صورت معادلات ریاضی طرح نمی شود و ما این را می دانیم و در نظریه های مدیریتی هم کاملاً به این موضوع توجه شده است. احتمالات پیش بینی شده ی ما یا ارزش های نسبی که مورد انتظار ما هستند همه سابژکتیو و ذهنی هستند. اینها در یک حالت کیفی باقی می ماندند و کمی نمی شوند. در دنیای کامپیوتر و در دنیا برای عموم بحث هایی مطرح می باشد اما اگر بخواهیم در اینجا محاسبات ریسک را از حالت ذهنی و کمی به حالت کیفی تبدیل کنیم باید بدانیم مسائل را عددی کنیم که به اپلیکیشن احتیاج داریم و برای یک معامله ی

خواهیم شد و باید به تنهایی گلیم خود را از آب بکشیم. اگر قرار باشد به صورت جمعی شمال برویم خوب است اما اگر بخواهیم جمعی اعتراض کنیم یا سازمان دهی کنیم کسی انجام نمی دهد. فقط به سه چیز فکر کنید؛ آیا انتظارات متقابل شفاف است؟ آیا در حافظه ی اجتماعی و فردی و شخصی من نسبت به یک تجربه ای که اتفاق افتاده تجربه موفقیت یا شکست وجود دارد؟ و سوم اینکه چه اندازه فضا برای محاسبات ریسک ذهنی و کیفی ما وجود دارد و برای آن چقدر فضا ایجاد شده است؟ کم یا زیاد؟ آیا ما دائماً مجبوریم که به صورت کیفی محاسبه ی ریسک انجام دهیم. همین تحلیل ها را می شود نسبت به کشور آمریکا و دوره ی کرونا داشت و نظام فدرالی و سیستم دو حزبی آمریکا واکنش های بسیار ضعیف و حساب نشده و شکننده ای را در این ایام کرونا داشته است. انتظارات متقابلی که شاید قبلاً روشن بود در این دوره ی کرونا کاملاً به دوشقه تقسیم می شود زیرا به صورتی که کشور آمریکا عملاً نسبت به مسئله ی کرونا در دو نقطه ی مقابله هم صف آرایی کردند. کسانی که کرونا یک توطئه و یک سرماخوردگی ساده تلقی کردند و هیچگونه نظمی را نپذیرفتند رعایت کنند تا بتوانند جلوی شیوع آن را بگیرند و کسانی که درست بالعکس این رو به عنوان یک بی نظمی و یک ضرر و زیان ملی تلقی کردند. در اینجا واقعاً انتظارات متقابل بین یک حاکمیت و مردم کاملاً شکسته شده و شفافیت خودش رو از دست داده و حتی در اینجا ابهام و دوگانگی خیلی سختی رو ایجاد کرد. این ایالتی بودن و فدرالی بودن این کشور هم کار رو آسان تر نکرده، شما می بینید در یک ایالت رعایت می کنند و در ایالت دیگه اصلاً رعایت نمی کنند. در ایالتی که رعایت می کنند نیروهایی حتی گاهی اوقات مسلحانه اعتراض می کنند که ما ماسک نمی خواهیم بگذاریم و این ها واقعیت یک آشفتگی کاملی است که نتیجه ای که از آن به وجود می آید، همین است که می بینیم، تعداد مرگ و میر خیلی بالا و تعداد مبتلایان بسیار بالا، سیستم های بهداشتی که کاملاً از ظرفیت خارج شده اند و مسائل دیگر.

بحث هایی که مربوط به اعتماد می شوند هم در همین سطح قرار می گیرد. یعنی آن چیزی که به آمریکایی یاد داده بودند که او هم بتواند به فرزندان خودش بیاموزد کلاً از هم پاشیده است و این نگاهی که ما می توانیم در آمریکا نسبت به اعتماد اجتماعی ببینیم و انتقال یک تجربه پایدار که بتواند به ثبات ذهنی، عقلی و روحی ما کمک کند و ما بتوانیم از این تشتت در بیابیم و دوره ی کرونا را از سر بگذاریم هم دیگر جایگاهی نداشته است. محاسبات ریسک فردی به جایی رسیده که در اوج فلاکت اقتصادی با میلیون ها بیکار، بورس آمریکا در اوج قرار گرفته است و این نشان می دهد که آنها کسانی هستند که کلاً ریسک کرونا را در ارتباط با وضعیت معیشتی خود احساس می کنند و دیگران همان ریسکی را که برای معیشت عده ای مضر می دیدند برای خودشان به عنوان ثروت اندوزی بیشتر تلقی می کنند.

از این دست مثال های بسیار زیادی در بسیاری از کشورهای دنیا

بیاندازند بتوانند پول در بیاورند و کار کنند و وضعیت اجتماعی خود را بهتر کنند. این انتظارات متقابلی است که دارند یعنی چینی ها می خواهند که خودشان و خانواده شان رشد کنند و این رشد همراه یا رشد کل جامعه ی چین باشد. کاملاً مشخص است، از قانون اساسی که چیزهایی گفته است که ما در جامعه نمی توانیم اجرا کنیم یا اجرا نمی کنیم و یا بحث های ارزشی و اندیشه ای که از مردم خواسته می شود کاری را انجام دهند که نمونه آن اجرا نمی شود و این قابل پذیرش نیست این ها به شکل انتظارات متقابل تعریف نشده اند و گرفتاری ایجاد می شود.

نقطه مناسب مدیریتی در کشور ما وجود ندارد اما در کشور چین وجود دارد. اصلاً بحث ارزشی مطرح نیست که آیا حاکمیت چین خوب یا بد است یا حاکمیت ایران خوب یا بد است. این بحث ها اصلاً در نظریه تصمیم گیری مطرح نمی شود. شفاف بودن و روشن بودن انتظارات متقابل یعنی انسان بتواند در جامعه صفر و یک به مسائل نگاه کند و چیزی مبهم نباشد. در کشور ما مدام در موقعیت های مبهم و فازی هستیم و دائماً باید محاسبه ریسک کنیم. در آنجا این مسئله کاملاً مشخص است اگر این کار را بکنی تشویق می شوی اگر این کار را نکنی توبیخ می شوی و همه چیز صفرو یک می باشد. برای مدیران چینی هم به همین شکل است اگر یک مدیر کار خود را به درستی انجام ندهد به شدت توبیخ می شود براینکه مردم اعتراض می کنند و حاکمیت چین سریعاً آن فرد را به زندان می اندازد. در چند سال پیش حول و حوش بیست هزار نفر از مدیران چینی به جرم سوء مدیریت تیرباران شدند. این انتظارات متقابل چنان شفاف و روشن است و کاملاً چهارگوش است و هیچ جایی برای ذره ای منحنی و انحراف باقی نمانده است. در بحث اعتماد هم از زمانی که یک چینی در خانواده ی خود چشم باز کرده است یک چیز را دیده است اینکه هرچقدر بیشتر کار کنی، بیشتر پول درمی آوری. اطاعت و رابطه بسیار چیز مفیدی است، هیچ چیز یکدفعه تغییر نکرده است و همه چیز کاملاً مشخص و پایدار است. یعنی پایداری و ثبات تجربه، اولویت ها تعریف شده، اقداماتی هم انجام داده شد و به نتایجی هم می رسند و اگر این کار را مجدداً تکرار کنم پس نتیجه می گیرم.

پایداری در استمرار زمان اعتماد می آورد. در این اینجا می بینیم افراد با مخارج بسیار بالا فوق لیسانس می گیرند و در آژانس اتومبیل کار می کنند و در شرایط الان کرونا کار هم ندارد و درآمدی هم ندارد و سربار خانواده است. در آن کشور امکان ندارد چنین چیزی اتفاق بیافتد. زمانی که فردی یک مسیر شغلی را انتخاب کند تا آخر همان مسیر شغلی را نیز ادامه می دهد. برای راه اندازی کسب و کار هم می تواند از وام های بالا با بهره های فوق العاده پایین استفاده کند.

جایی برای محاسبه ی ریسک پیچیده ای که فردی باشد وجود ندارد همه چیز جمعی است و حرکت کردن به صورت جمعی ریسک پایین تری دارد در صورتی که در کشور ما کاملاً برعکس می باشد. اگر به صورت جمعی حرکت کنیم دچار گرفتاری

کل مغز اتفاق می افتد و اینها از طریق ابزارهای رایانه ای تصاویر مغز کاملاً قابل دسترس هستند بی نهایت افزایش پیدا می کند. به عبارت دیگر این کار هرکسی نیست که در بازی های استراتژیک که منجر به تصمیم گیری می شود و تصمیم گیری هم از داخل تعاملات بیرون می آید و نه اینکه فقط محاسبات استراتژیک و تخصصی دارد بلکه نیازمند برخی تعاملات در یک سطح بالا نیز می باشد هر کسی کشش مغزی این را ندارد که بتواند عملکرد مناسبی داشته باشد.

این نکته ی بسیار مهمی است و هیچ ربطی هم به سطح مدرک تحصیلی فرد ندارد که بگوییم اگر دکترا دارد پس فعالیت مغزی او باید کامل شده باشد و به بهترین وجه ممکن در تعاملات اجتماعی و در بازی های استراتژیک و در تصمیم گیری هایی که بر این دو مبتنی شده اند خوب عمل کند. اصلاً در اینجا مدرک تحصیلی مهم نیست. مغز هر فردی نمی تواند با انواع مختلف مدارک در یک چنین فرآیند هایی موفق عمل کند. این مطالعاتی که انجام شده است با خودش قطعاً پیامدهایی هم برای آینده دارد. امروزه به دنبال این هستند که افرادی را که به دنبال این هستند که افرادی را که می خواهند در پست های تصمیم گیری بالا در بنگاه های اقتصادی مهم شرکت کنند، تا حدودی هم از این آزمایش ها و فرآیند های اسکن مغز در حین بازی های استراتژیک و با تعامل خیلی بالا استفاده شد تا تشخیص دهند آیا این افراد توانایی چنین کاری را دارند و مغز آنها کشش دارد یا نه. بسیاری از این معیارهایی که ما به زحمت در سال های اخیر در کشورمان استفاده کردیم برای اینکه تشخیص داده شود چه کسانی می توانند در انتخابات مجلس، در سایر انتخاباتی که ممکن است مربوط به شورای شهر، ریاست جمهوری یا هرگونه انتخاباتی شرکت داشته باشند اینها را کاملاً زیر سوال خواهد برد. پس این مسئله ی بسیار مهمی واقع است در

وجود دارد که این سه هسته ی شناختی که انتظارات متقابل، اعتماد و محاسبه ی ریسک را به صورت یک محاسبه ی ریسک را به صورت یک سیستم ذهنی می توانیم در نظر داشته باشیم در خیلی از مثال های متعدد در دنیا نشان می دهد که این سیستم ذهنی عمل می کند و افراد را در جوامع مختلف از یکدیگر تمیز می دهد و حتی جوامع بشری را نیز از یکدیگر تمیز خواهد داد. اگر در دو گروه اول از رفتار های همگانی در زمینه ی تصمیم گیری می توانیم این را ببینیم که یک وجه اشتراک جهانی دارد یعنی افراد کم و بیش در جوامع مختلف فوق العاده به هم شبیه هستند. نوع سوم که سیستم ذهنی است که از آن سه هسته ی شناختی تشکیل شده است در جوامع مختلف آنها را از یکدیگر تفکیک و متفاوت می نماید.

در اینجا است که می توانیم ببینیم یک فرد ایرانی یا آمریکایی یا چینی چطور می تواند آنقدر نسبت به یک بیماری متفاوت عمل می کنند، تصمیم می گیرند و چطور با هم متفاوت هستند. اگر چنین سیستم ذهنی که وفق دادن فرد به اجتماع را با خودش به همراه دارد باید افراد در همه جای دنیا به یکدیگر شباهت های خیلی عمیقی داشتند و نسبت به این بیماری یا بحران های مشابه شاید مشابه هم عمل می کردند.

کلاً این سیستم ذهنی با پیدایش جوامع معاصر، صنعتی و فراصنعتی تقویت شده و این سیستم های ذهنی که در هریک از ما و هر یک از انسان ها به وجود آمده در جوامع مختلف تابعی است از شرایط و شاخص ها و عواملی که در آن بستر اجتماعی جاری می باشد. اگر رفتار همگانی در تصمیم گیری و یا همان عوام در تناسب تصمیمات و عملکرد حکمرانی مهم است و سنگینی می کند. رفتارهای دوایر تصمیم گیری ما هم که در نوک هرم اجتماعی قرار دارند و معرف نظام سیاسی و دولت و یا همان خواص هستند می تواند هم به تنهایی و هم در تعامل با رفتارهای همگانی و عوام نقش فوق العاده مهمی دارد. در آخرین مطالعاتی که از

طریق ابزارهای رایانه ای اسکن فعالیت های مغزی انجام شده به خصوص وقتی که کسانی که در یک تحقیق یا شرکت کنندگان تحقیقات آزمایشی در حال بازی های استراتژیک بودند نشان داده که افزایش فعالیت تصمیم گیری در مغز متناسب با افزایش تعاملات اجتماعی و کل فعالیتی که مغز از خود نشان می دهد برای اینکه بتواند در این بازی های استراتژیک شرکت کند.

به زبان ساده تر این تعاملات است که تعیین می کند که به چه اندازه ای فعالیت مغزی داشته باشیم و این تعاملات در تصمیم گیری ها به عنوان مهره های کلیدی ظاهر می شوند و در واقع هر اندازه فرآیند تصمیم گیری های ما مبتنی بر این تعاملات باشد به همان اندازه فعالیت هایی که در



که می کنند بر اساس این است که چه همخوانی با نحوه ی تصمیم گیری فرد یا افرادی که می خواهند منتخب باشند و در دواير تصمیم گیری قرار می گیرند بیشتر توجه می کنند. به زبان ساده تر افراد جامعه کسانی را انتخاب می کنند که در جامعه در دواير بالاتر قرار بگیرند که مثل خودشان تصمیم می گیرند و یا رفتارهای تصمیم گیری آنها شبیه عوام است و این را می توانیم باز هم در انتخابات آمریکا این را ببینیم، در نخست وزیر انگلیس "جانسون" و در خیلی از جاهایی که سیستم های دموکراتیک موجود می باشد این را می توان ملاحظه کرد. اتفاقاً از همین طریق بود که در سال ۲۰۱۶ شرکتی به نام "کمبریج آنالیتیکا" به انتخابات آقای ترامپ از طریق بیگ دیتا و مجموعه ای از داده های کلان موبایلی، سایت ها و شبکه های اجتماعی توانست از طریق سایت هایی که ایجاد می کردند و محتوایی که در سایت ها می گذاشتند تصمیمات فیزیکی- هیجانی و عاطفی- هیجانی را تقویت کند و این تمایلات بیشتر به سمت آقای ترامپ می رفته چون ایشان دقیقاً به همین شکل تصمیم می گرفته است.

جالب است که بعد از انتخابات ریاست جمهوری آمریکا در انگلیس سریعاً این شرکت را پای میز محاکمه می کشانند و آن را منحل می کنند. این خودش نشان دهنده ی این است که آنها روشی را پیدا کرده بودند و از ابزارهای مدرن و تکنولوژی های مدرن توانستند استفاده کنند برای اینکه بتوانند در فرآیند دموکراتیک افرادی را به کرسی بنشانند که خودشان می خواستند. این تئوری قدیمی اثرگذاری بر جامعه از طریق افرادی که از جایی پشتیبانی می شوند یا اثرگذاری آنها در جامعه به نوعی است که کاریزما دارند مثل آقای ترامپ که به این معروف است که کاریزما دارد. علوم شناختی امروزه می گوید که این کاریزما یعنی افراد جامعه و عوام که بیشتر در گروه اول و دوم رفتارهای تصمیم گیری قرار می گیرند وقتی کسی را می بیند که مثل خودشان تصمیم می گیرد او را انتخاب می کنند و اصلاً به این که این فرد چه می گوید و چه محتوای عقلایی را پیشنهاد می کند کاری ندارند.

این هم به نوعی یک مشکل جدی برای ما در کشور خودمان می باشد که اگر بخواهیم از ظرفیت های دموکراتیک استفاده کنیم ممکن است منجر شود به مشکلات پیچیده ای که الان در کشورمان به وجود آمده به ویژه در شوراهای شهر و روستا که افراد کسانی را انتخاب کرده اند که به نوعی از جنس خودشان هستند و این نگاه خاص به شیوه های انتخاب افراد در دواير بالای تصمیم گیری که ما آن را روش های دموکراتیک خطاب می کنیم، به نظر می رسد که در چالش های خیلی عمیقی فرو رفته و شاید علوم شناختی به زودی زود نشان دهد که شاید یکی از بزرگترین مشکلاتی که ما در جوامع بشری کنونی داریم همین روش انتخاب افراد در دواير بالای تصمیم گیری کشوری

فرآیندهای تصمیم گیری مبتنی بر تعاملات و بازی های استراتژیک کار هرکسی نیست.

نکته ی دومی که در اینجا مطرح می شود و واقعاً هم قابل تامل می باشد اینست که افرادی هم که از آن دو گروه واکنش های رفتاری در تصمیم گیری در دو گروه اول استفاده می کنند یعنی فیزیکی- هیجانی و عاطفی- هیجانی هم پایه محکمی درون دواير بالایی تصمیم گیری ندارند. علت آن هم این است که در گروه اول که فیزیکی-هیجانی است، شما با رفتارهای استرس زا و برخوردهای خشن تعاملات حذف می شود و دوم اینکه با رفتارهای عاطفی هیجانی ممکن است چشم ها به واقعیت بسته شود. در بازی های نظری برداشت شما از واقعیت و شناسایی واقعیت از آنچه که می گذرد بسیار اهمیت دارد دیده نمی شود و بیشتر از افراد مختلف دنباله روی صورت می گیرد لذا در اینجا ممکن است نتوان نقش موثر را در یک بازی استراتژیک ایفا کرد.

افرادی که فیزیکی- هیجانی یا عاطفی- هیجانی در تصمیم گیری ها اقدام می کنند عوامل خوبی برای سطوح بالایی دواير تصمیم گیری نخواهند بود و این بحث مهمی است برای اینکه در اینجا هم تمام سیستم های گزینشی که ما داریم عملاً به این نوع مسائل توجهی نمی کنند. قابل توجه است در کشوری که به هر حال ادعای رهبریت جهان را داشته فردی به ریاست جمهوری رسیده به نام آقای ترامپ که ایشان دقیقاً تمام تصمیم گیری هایی که در این ۴ سال انجام داده بلااستثناء از جنس فیزیکی- هیجانی یا عاطفی- هیجانی می باشد. بسیار به ندرت از دستگاه ریاست جمهوری ایشان تصمیماتی برخاسته که بیشتر از جنس رفتارهای تکامل یافته ی اجتماعی بوده است.

این ضدیت و تضادی که بین رئیس جمهور آمریکا و رئیس جمهور چین وجود دارد که یکی به شدت هیجانی برخورد می کند و دیگری با یک آرامش مطلق و حتی عصبانیت هایی که اکثر مواقع با یک لبخند هم همراه می باشد که لبخند معنی داری است اما به هر حال لبخند می باشد این خود بسیار جالب است. در نتیجه این مشکلی نیست که فقط مرتبط با کشور ما می باشد این یک مشکل جهانی است یعنی افرادی که به هر حال به این دواير بالایی تصمیم گیری ورود پیدا می کنند این ها از نقطه نظر علوم شناختی مدرن گزینه ها و انتخاب های خیلی مناسبی نیستند. از همین جا در چند سال گذشته و تحقیقات آزمایشگاهی که در علوم شناختی مدرن اتفاق افتاده مسائل دیگری را هم نشان می دهند که بسیار حائز اهمیت می باشند.

یکی دیگر از خروجی های این مطالعات این است که عموماً افراد جامعه زمانی که در شرایط تصمیم گیری اجتماعی قرار می گیرند خیلی کمتر به محتوای عقلایی یا اصلاً محتوای مطرح شده دقت و ملاحظه دارند. این انسان ها اغلب انتخابی

برای اخذ تصمیمات جمعی کاملاً رؤیت می شود این است که هیچکس انتظار ندارد که پیشنهادی که می دهد مورد وفاق قرار بگیرد و همه آماده اند تا بخشی از انتظارات خودشان و بخشی از تصمیمی که می خواهند بگیرند را برای منافع دیگری یا با چشم انداز دیگری مرتبط بدانند و اینکه الزاماً گروهی بر گروه دیگر قالب شود معنی ندارد و باور دارند که باید به یک تصمیمی برسند که این تصمیم مورد معامله و چانه زنی همه قرار گرفته است و در نتیجه یک تصمیمی حاصل شده است.

نکته ی بسیار مهم در اینجا این است که این دوایر تصمیم گیری در بالاترین سطح یا در سطوح ارشد می بایست تکلیف خود را با سبک های مختلف تصمیم گیری های گروهی که گفته شد روشن کنند. به این دلیل که هر اندازه آن سبک و فرآیندی که قبول و انتخاب می کنند حذف کننده ی گروه اول و گروه دوم تصمیم گیری های همگانی باشد و هرچقدر بیشتر آنها را حذف کنند افرادی را که می خواهند به این دوایر ورود کنند مجبور می شوند از ظرفیت های مغزی بالاتری برای شرکت در تعاملات پیچیده و همگام با مباحث بازی استراتژیک بیشتر این ظرفیت ها را تکامل دهند و لذا از منطق های واکنشی فیزیکی و عاطفی - هیجانی دور شوند. بدیهی است که این سبک باید با فرهنگ موجود کشور و جامعه و فضای اجتماعی بتواند در یک هماهنگی قرار بگیرد.

این یکی از مشکلات جدی است که بسیاری از کشورها دامن گیر آن شده اند و ازدیاد تنش های سیاسی دقیقاً نشان دهنده ی اینست که آن سبک موجود و تعادل بخش از بین رفته و به جای آن سبک جدیدی بوجود نیامده است و کل دوایر تصمیم گیری را به آشوب کشانده و این آشوب از داخل دوایر تصمیم گیری به کل جامعه هم سرایت می کند و این دقیقاً اتفاقی است که در آمریکا افتاده است.

و در نقطه ی عکس این جغرافیای سیاسی جهانی دیده می شود که در چین سبک موجود هم با جامعه و هم فرآیند تاریخی که کشور چین طی کرده هماهنگ است و هم در عین حال این سبک به بحران هم ورود نکرده است و اگر می بینیم که دوایر ارشد تصمیم گیری در چین به شدت برخورد می کنند با هرگونه مداخله ی دموکراتیک و یا با دست اندازی در سیستم سیاسی داخلی چین از طریق داخل یا خارج به شدت برخورد می کنند، چون اگر چین با یک میلیارد و چهارصد میلیون جمعیت سبک موجود خود را در حوزه ی سیاسی و دوایر ارشد تصمیم گیری، بحرانی که از درون آن به کل جامعه منتشر می شود مهارشدنی نیست.

نکته ی آخری که در این بخش حائز اهمیت است و اشاره کردن به آن می تواند مهم باشد مربوط به نظریه ی بازی یا همان "گیم تئوری" معروف می باشد که در حال حاضر بسیاری از آزمایش ها در علوم شناختی مدرن که با اسکن مغز توأم می

و نظام های سیاسی می باشد.

با ورود به این مبحث جدید ما صرفاً در حوزه ی احتمالات و ریاضی و غیره نیستیم ما به مباحث شناختی و بحث های مدل سازی تصمیم گیری در حوزه ی تعامل چند بازیگری و مباحث مربوط به مهندسی شناختی و تصمیم گیری اجتماعی که تصمیم را در یک حالت توزیع شده در دستگاه های مختلف و در حالت های مختلف عادی، غیرعادی، بحرانی و پرفوریت بررسی می کنند که به نظریه ی تصمیم گیری در حالت های پیچیده معروف می باشد و در واقع تشخیص رفتار بهینه که منجر به تصمیم بهینه می شود و بارتاب آن را می توانیم در حوزه ی اقتصاد و توسعه هم ببینیم. منظور چیست؟ منظور اینست که انواع مختلف فرآیندهای تصمیم گیری را در حوزه ی مدیریت بررسی می کنند.

مثلاً تصمیم گیری اقتدارگرایانه؛ طبیعی است که در این نوع تصمیم گیری منظور بیشتر اینست که یک فرد تصمیم میگیرد. تصمیم گیری اکثریت گرا؛ که شیوه هایی وجود دارد و این شیوه ها اجازه می دهد اکثریت و اقلیتی در حوزه ی اخذ تصمیم قالب شود. تصمیم گیری اقلیت گرا؛ که این تصمیم گیری از اندیشه های بسیار قدیمی در تاریخ فلسفه می باشد و به این معروف است که ما یک "نئوسفر" داریم (کلمه ی یونانی به معنی دارندگان دانش) یعنی اعتقاد آنها بر اینست که اکثریت را اغلب خیلی ذیصلاح نمی دانند در خیلی از حوزه ها که واقعیت هم همین است و وقتی اوضاع تخصصی می شود اکثریت نظرات می تواند کاملاً بی ربط باشد و در نتیجه شیوه ها و روش هایی را قالب می کنند که اقلیت بتواند تصمیم بگیرد.

دیگرفرآیندی که در این زمینه می شناسیم و در نظریه ی تصمیم گیری جایگاه ویژه ای دارد گونه ی اجماع گرایانه است و این اجماع گرایی به این معنی است که ما از شیوه ها و رفتارهایی بهره می گیریم که اجازه بدهد به هر مقدار که لازم است بحث و گفتگو مجادله کنیم تا نهایتاً به یک اجماع برسیم و قبل از این اجماع تصمیم نگیریم.

فرآیند دیگری که قابل ملاحظه می باشد با عبارت توافق گرایانه یا معامله جویانه با آن آشنایی داریم، به این معنی که اگر اقلیت و اکثریتی باشد و اگر گروه های مختلفی داخل یک مجموعه باشند که می خواهند تصمیم بگیرند با هم به یک توافق برسند و اگر لازم است معامله هم بکنند و این توافق را پیاده کنند.

تساهل گرایانه فرآیند بعدی است؛ این بحث جالبی دارد و این ها معتقدند که اگر ما نمی توانیم ضرورت یک تصمیم را ثابت کنیم یا اگر نمی توانیم ثابت کنیم که یک تصمیم اشکال دارد و ضرر دارد پس باید این تصمیم پذیرفته شود و در واقع به شکلی اثبات ضرر ده بودن برای رد یک تصمیم واجب است.

فرآیند آخر هم که ما تحت عنوان فرایاره عقلانیت ها که بحث بسیار پیشرفته و جالبی هم هست و در اتحادیه ی اروپا

باشد روی همین مباحث کار می کند.

در نظریه ی بازی یا همان "گیم تئوری"، در واقع ما به بررسی تصمیماتی می پردازیم که افراد به منظور پیروزی در بازی در مقابل یک یا چند رقیب اتخاذ می کنند. منظور هم از بازی استراتژیک این است که بازی شامل دو یا چند شرکت کننده می باشد که انتخاب هایی دارند و یا ممکن است که بسته به اقدامات صورت گرفته توسط یکی از بازیکنان در برابر رقیب پیروز شوند یا شکست بخورند، در اینجا زیر کلمه ی ممکن است را خط می کشم زیرا ممکن است بازی ادامه پیدا کند و پیروزی و شکستی هم در آن وجود نداشته باشد.

در برخی از این بازی ها هیچگونه استراتژی بردی هم وجود ندارد؛ بنابراین بازی ادامه پیدا می کند تا تعادل حاصل شود. ایده ی نقطه ی تعادل، انسجام پایه در نظریه ی بازی است. بنابراین مجموعه ای از نقاط تعادل به سادگی مجموعه ای از استراتژی های مناسبی از یک بازی برد-باخت تنظیم می کند. رفتارهایی هستند که به آنها رفتارهای مشارکتی می گوئیم و می تواند نتایج ضعیف تری را بوجود بیاورد اما در مجموع نتایج بهتری را برای تمام بازیکنان به همراه دارد. بیشتر بازی ها چند حرکتی و دینامیک هستند و با فاکتورهای محیطی هماهنگ بوده و تغییر موقعیت بازیکنان در طول زمان با توجه به عوامل محیطی مشخص می شوند. وابستگی در بازی ایجاب می کند عملکرد بازیکن با توجه به تصمیمات دیگر بازیکنان شکل بگیرد و به هیچ وجه تصمیمات یکجانبه وجود نداشته باشد و پیامد بازی را طول بازی تعیین می شود. چیزی که در اینجا بسیار مهم است اینست که این بازی های استراتژیک و این نظریه ی بازی دقیقاً به آنچه که بین خواص و در دوایر تصمیم گیری بخصوص در دوایر بالاتر رخ می دهد بر می گردد.

فضای این دوایر دارای یک رفتار عقلایی صد در صد و اینکه نه قصد پیروز شدن دارند نه قصد اینکه کسی را به شکست برسانند از این نوع احساسات مبرا نیستند. هر بار که تصمیمی گرفته می شود، پیش از تصمیم و پس از تصمیم گیری بحث هایی هستند که مربوط به روابط قدرتی بین اعضای این دوایر می باشد که ادامه و جریان دارد.

چیزی که خیلی مهم است، ورود نکردن ناشیانه به بازی استراتژیک می باشد، یعنی پرهیز کردن از اینکه نقطه ی تعادل را بشکنیم و عملاً به بازی هایی که پشت تصمیم گیری های مهم هستند و پنهان شده اند اهمیت بیشتری بدهیم نسبت به نتیجه ی خود تصمیمی که می خواهیم بگیریم.

بسیاری از افرادی که در دوایر تصمیم گیری ارشد جامعه حضور دارند بدون اینکه چندان هم آگاهانه باشد به دنبال این هستند که برنده شوند و شکست دهند و نقطه ی تعادل و رفتار مشارکت جویانه را کاملاً فراموش می کنند. برخی نیز اصلاً استعداد فوق العاده ای برای چنین رفتارهایی دارند و به گفته ی برخی دانشمندان علوم شناختی، این استعدادها تا حدودی ژنتیکی هم

می باشند. خودشان هم ردپاهایی به جا می گذارند و اگر دقت بیشتری صورت بگیرد یا با ابزارهای علوم شناختی در زمینه ی اسکن فعالیت های مغزی آرام آرام با بحث های ژنتیکی به این نتیجه برسند که این یک پروفایل خاص ژنتیکی می باشد که این تمایلات را دارد. در آن زمان واقعیت این است که صحنه ی تصمیم گیری به روی نظریه بازی باز شده است و اینکه بازیگرها به جای اینکه کل دایره ی تصمیم گیری را به یک نقطه تعادل برسند به قصد برد و باخت وارد می شوند.

اما در سال های گذشته به کرات در امور تصمیم گیری جهانی دیده ایم و بخصوص در صحنه ی تصمیماتی که مربوط به مبارزه با شیوع بیماری کرونا بوده و ما بارها این را رؤیت کردیم که پزشکان و سیاسیون به جان هم افتادند و نهادهای مختلفی که دست اندرکار یک کار مشخص هستند با یکدیگر درگیر شده اند و نه فقط در ایران بلکه در کل جهان شاید به غیر از کشور چین که همانطور که گفتم الان در حال حاضر در سطح دنیا مانند یک استثناء عمل می کند.

شما می بینید که در کشورهایی مانند آلمان رقم ابتلای روزانه ی آنها بالای ده هزار نفر می باشد در صورتی که در چین همانطور که نشریات اروپایی نیز به آن اشاره دارند، در چین زیر ۳۰ نفر می باشد.

این آخرین نکته بود که گفتن آن اهمیت داشت و در واقع بازیگرهای دوایر تصمیم گیری ارشد جامعه می بایست جویای نقطه ی تعادل و مشارکت باشند و نه برد و باخت علیه یکدیگر و یا با کسی مشارکت کردن علیه افراد دیگر و این متأسفانه کاری است که به شدت شیوع پیدا کرده است و اغلب می بینیم که درگیری های سیاسی بیهوده ای را بوجود می آورد.

نتیجه گیری

در قسمت آخر و جمع بندی و نتیجه گیری می بایست به دو بخش متفاوت اما کاملاً مکمل یکدیگر توجه داشت. اول در مورد حوزه ی علم و فناوری است که ما باید این علم را در حوزه ی علوم انسانی و اجتماعی حتماً متحول کنیم و تا جایی که امکان دارد با تفکر میان رشته ای به این تحول در علوم انسانی و اجتماعی بپردازیم. ویژگی های کشور خودمان را قبول کنیم، بپذیریم و اختلالاتی را که در سطوح کلان و میانی و خرد دولت وجود دارد را تحلیل کنیم و نهایتاً بتوانیم برنامه های آموزشی و پژوهشی را در نظر بگیریم که توان تربیت مدیران آینده ی این کشور را با توجه به تمام مسائلی که قبلاً گفته شد در نظر بگیرد.

چارچوبی که من برای مدل نظری در نظر گرفتم یکی از نظریه ی سیستم ها استفاده می کند و دیگری از نظریه ی اطلاعات؛ که در نظریه ی سیستم ها ما از تعاریف سیستم های باز استفاده می کنیم و در بحث نظریه ی اطلاعات از کلمه ی کلیدی مفهوم پیچیدگی یا کامپلکسیتی استفاده می کنیم که در واقع اعتقاد نظریه ی اطلاعات در این است که هر چه پیچیده تر باشد اختلالات هم اضافه می شود و اختلالات در تعاملات بیشتر با یکدیگر قرار می

سیستم ها را تا جایی که بتوانند به این سیستم ها اضافه کنند تا از این اشتباهات به وجود نیاید که یک مسئله حل شود اما هزاران مسئله جدیدتر به وجود بیاورد.

به هر حال حتی اگر بتوانند این کار را انجام دهند باز هم به متخصصینی نیاز دارند که بتوانند با مباحث ذهن یا دروس اصلی که افراد باید پیگیری کنند تا با چنین وسیله هایی مانند AGI و غیره کار کنند یا در رأس دولت یا در دستگاه های دولت انجام وظیفه کنند و مدیریت خوبی داشته باشند. چنین عناوین دروسی یا این عناوین کندوکاو در علم جدید مورد بررسی قرار بگیرد؛ داده کاوی و شناخت سیستم های پیچیده ی اجتماعی که به ما اجازه می دهد به شکلی آمار را تحلیل کنیم که از دل خود دسته های آماری اطلاعات و مدل هایی را بیرون بیاوریم که بتوانیم وضعیت اختلال یک پدیده را تشخیص دهیم. علوم داده و مهندسی اجتماعی که نظیر آن را در "کمبریج آنالیتیکا" در سال ۲۰۱۶ دیدیم که با استفاده از اطلاعات بیگ دیتای فیسبوک توانستند انتخابات آمریکا را مهندسی کنند و جمهوری خواهان را در آن به پیروزی برسانند و اگر توانستند آن را انجام دهند باید مطمئن باشیم کارهای کوچکتر از آن را هم با بیگ دیتا و مهندسی اجتماعی می توانند انجام دهند. فناوری های نوین در علوم شناختی بحث بسیار پیچیده ای است و در واقع علوم شناختی و عصب شناسی با هم گره خورده اند و تصویربرداری مغز به ما کمک می کند بفهمیم افرادی که می خواهند حاکمیت خوب را پیاده کنند اصولاً باید چه پروفایل شناختی داشته باشند چون در غیر این صورت تمایل به اینست که ما به سبک های سنتی اداره ی ممالک پیش برویم خیلی زیاد است و یکی از نمونه های آن آقای "اردوغان" در ترکیه و همسایه ی ما هستند. بحث هایی که مربوط به نظریه ی تصمیم گیری و مدیریت سیستم های پیچیده ی اجتماعی می شود که نظریه ی تصمیم گیری مباحث مربوط به هسته های شناختی مدل های محاسبه ی ریسک اعتماد اجتماعی و انتظارات متقابل دولت و ملت را می تواند تعریف کند و می تواند سبک های نوین تصمیم گیری را اشاعه دهد و به ما بیاموزد. نظریه ی آشوب و نقد اثبات گرایی در مدیریت سیستم های پیچیده ی اجتماعی که یک بک گراند فلسفی بسیار مهمی دارد که ما در علوم انسانی و اجتماعی بخصوص مدیریت از مباحثی که متکی شویم به ابزار ریاضی و بخواهیم حتماً چیزی را ثابت کنیم دست برداریم و نظریه ی آشوب را به عنوان نظریه ای که اغلب جوامع را در قرن ۲۱ تکان خواهد داد بپذیریم و متوجه باشیم که به لحاظ فلسفی اصولاً پدیده های پیچیده ی اجتماعی آشوب زده و اختلال آمیز هستند و در نتیجه نمی توانیم با اثبات گرایی و مباحثی که مربوط به قطعیت طلبی دترمینیستیک و مباحث پوزیتیویسم نمی توانیم با آن رو به رو شویم.

بدیهی است که این امر امکان پذیر نیست مگر اینکه ما توجه عمیق و ویژه ای به تحولات فناوری و اطلاعات و ارتباطات و کلاً فناوری های نوین داشته باشیم. در این دنیای پهناور مانند جامعه، گستردگی مسائل و عوامل به اندازه ایست که این ابزارها در آنجا

گیرند و آنتروپی برای تصمیم گیری بالا می رود؛ به معنای اینکه ما واقعاً نمی دانیم چه چیزی سیاه و چه چیزی سفید است و همه چیز به نظر خاکستری می رسد و ما اطلاعات از دست می دهیم و در عین حال آنتروپی که بالا می رود اطلاعات نیز کاسته می شود یعنی نمی توانیم پدیده ای را که در حال بررسی انکشافات و تغییرات آن هستیم را تشخیص دهیم و برایمان قابل فهم نیست و در نتیجه در عدم قطعیت و با ابهام تصمیم می گیریم و این منجر به مشکلاتی می شود که بعداً با خود پیامدهای دیگری دارد که باز هم اختلالات جدیدی را ایجاد می کند. منظور از سیستم های باز و بسته اینست که زمانی یک بنگاه اقتصادی را در نظر می گیرید و برای این بنگاه اقتصادی پیرامون محدودی را در جامعه برای آن در نظر می گیرید که یک سری مشتری ها و فعالیت های مشخص دارد که برای آنها سیستم تعریف شده است و یک تعداد افراد مشخص هم هستند که دایره ی تصمیم گیری آن را تعیین می کند و در اینجا یک سیستم بسته داریم که اختلالات زیادی نداریم ولی به محض اینکه پیرامون اجتماعی گستردگی پیدا می کند و از دامنه ی قطعیت خارج می شود، سیستم های ما را زیر ضرب می برد و شاید نیاز داشته باشیم که هر روز سیستم های مان را بازنگری و اوپتیمایز کنیم و سیستم های جدیدی را بیاوریم و ببریم و دایره ی افراد تصمیم گیر ما به هزار نقطه متصل باشند، چه در شرکت های چندملیتی و چه درون احزاب سیاسی، در این صورت می بینیم که به یک سیستم باز رسیده ایم و این سیستم باز هرچقدر در آن سازمان ها بیشتر شوند و دوایر تصمیم گیری تکثیر شوند و پیرامون گسترده تر و به اندام یک جامعه برسد به این ها سیستم های اجتماعی پیچیده می گوئیم.

طبیعی است که دولت از این جنس می باشد، دولت از جنس یک دستگاه نیست بلکه دولت هزاران دستگاه را در خود جای داده و در یک دستگاه دولتی و یا در خود دولت شما مطمئن نیستید که افرادی که تصمیم می گیرند همان افراد هستند یا شاید با نظام سیاسی کلان کشور در ارتباط هستند. معلوم نیست این تصمیم گیری در کجا اتفاق می افتد پس در نتیجه واقعاً با سیستم های اجتماعی پیچیده ای روبه رو هستیم که این ها برای اینکه مدیریت شوند نیازمند مهندسی و فناوری هستند و به احتمال خیلی زیاد در قرن ۲۱ مدیریت نوین می بایست از طریق ابداع در فناوری و در مهندسی سیستم های اجتماعی پیچیده صورت بگیرد.

در همین ایام می توانیم ببینیم زمانی که افرادی مثل آقای "ترامپ" در آمریکا یا آقای "جانسون" در انگلیس ظاهر می شوند و سیستم های موجود چندین و چند دهه ای را به هم می ریزند در همین ایام می بینیم که AGI، (Artificial General Intelligence) وجود دارد و این هم مانند افرادی برخورد می کند ممکن است یک مشکل را حل کند اما با خودش هزاران مشکل جدید ایجاد می کند و از همین الان گفته می شود دهه ی ۲۰۴۰ تا ۲۰۵۰ در واقع مدیریت اغلب کشور های جهان توسط AGI اتفاق خواهد افتاد و از همین الان سیستم های عصبی و اکسپرس

داشته باشد چون موبایل و هم شبکه های اجتماعی و هم بحث های اینچنین و فروشندگان پهنای باند و غیره را درگیر می کند و هم مراجع بیمارستانی و بهداشت و درمان را. این قبیل همکاری های فرابخشی بسیار کمیاب هستند ولی در صورتی که اتفاق بیافتند و بر محور تصمیمات حاکمیتی خوب انجام شوند و تصمیم گیری را تسهیل کنند و کمک یار یا تصمیم یار باشند نشان می دهد که بسیار خوب عمل می کند. تجربه ی دیگری که انجام شده و تجربه ی جالبی هم هست و درسی که مدیران این ستادهای مبارزه با این بیماری از آن گرفتند شاید خیلی عمومیت پیدا نکرده باشد اما در جای خودش کاملاً قابل بررسی و جالب است.

تا امروز هفت بافت مختلف ویروس کرونا که از زمانی که این ویروس برای اولین بار مشاهده شده جهش های مختلفی داشته است شناسایی شده که این بافت ها جهش های مختلف این ویروس می باشد. جالب اینجاست که این ویروس از کپی و تکثیر شدن به تعداد خیلی زیاد در بدن افراد به جهشی که می خواهد دسترسی پیدا می کند. همین باعث شد که در کره ی جنوبی تحقیقی انجام شود که این هم باز در نوع خودش کاملاً قابل استفاده و جالب است. نوع ویروسی که در ابتدا در کره ی جنوبی آن بافت ویروسی که پیدا و مشاهده شده در یک فرقه ی مسیحی خیلی مشخصی پیدا شده که اعضای بیشماري دارد که تمام این اعضا حامل این ویروس بودند.

و باز از طریق بیگ دیتا و تلفن های همراه و شبکه های اجتماعی تخصصی که این افراد با یکدیگر داشته اند و رجوع به سایت ها به سرعت توانستند که منشاء شیوع این ویروس همین فرقه است و این فرقه را به سرعت به قرنطینه مجبور کردند زیرا خودشان با رضایت هم نمی خواستند قرنطینه شوند. پس از آن به کنترل اتباع خارجی که از طریق فرودگاه ها یا دریا به سمت کره می آمدند به شکلی که از طریق موبایل و غیره کار خود را شروع کردند هر بار که کسی که از خارج می آمده و از این هفت خوان رستم رد می شده و وارد کره می شده و بیمار می شده را باز از طریق کنترل تلفنی و غیره توانستند از طریق افرادی که با این ها در تماس می بودند و بیماری به ایشان منتقل شده بود را چک کنند و به بیمارستان ببرند و شروع فهم ویروس کرونا و جهش هایی که داشته از طریق همین تحقیقات به این صورت شکل گرفته است. ایزوله کردن یک بافت مشخص در یک جای مشخص یا در یک سری افراد مشخص و بعد دنبال کردن پیدایش بافت های جدید ویروسی و بررسی نقشه ی ژنتیکی این ها و این هم بدون تکنولوژی فناوری اطلاعات اصلاً امکان پذیر نبوده و از این رو می توان گفت که این تکنولوژی می تواند جدا برای چنین مشکلات و بحران هایی مفید واقع شود، حتی به منزله ی یک پایگاه داده ای تحقیقاتی که به

دیگر خیلی کاربرد ندارند و باید از ابزارهای دیگری استفاده کنیم. ابزارهایی که امروزه استفاده می کنیم بیشتر تحت عنوان رشته ی علوم داده ها جای می گیرد و بحث های آن اکثراً برمی گردد به آنچه که به آن بیگ دیتا گفته می شود. می توان گفت که بیگ دیتا عملاً مجموعه ای از داده ها و اطلاعاتی است که از طریق تلفن موبایل، رجوع به سایت ها و شبکه های اجتماعی تولید می شوند.

چند نمونه می آورم و شاید در این قسمت بیشتر جای صحبت باشد چون به محض اینکه من وارد بحث شرکت ها و کسب و کار و سیستم های تصمیم یاری شوم در آن مبحث بحث و گفتگو کمتر خواهد بود. برخی از این نمونه ها که مربوط به کرونا می شود را به شما خواهم داد که نمونه های بسیار خوبی هم به دست آمده تا برای تان قابل لمس باشد که از این بیگ دیتا چه استفاده ای می شود کرد.

معروفترین نمونه ی استفاده از بیگ دیتا در دانشگاه استنفورد آمریکا و شهر شیکاگو بوده است و در آن شهر همکاری خوبی با دانشگاه اتفاق افتاد و کلیه ی داده های مربوط به موبایل که هشتاد و شش میلیون داده را جمع آوری کردند که تماس های تلفنی از طریق موبایل بوده به اضافه ی مراجعه ی افراد به سایت های مختلف و داده های مختلف مربوط به اعضای شبکه های اجتماعی و صحبت هایی که با هم داشته اند. این هشتاد و شش میلیون قلم اطلاعات را با نقشه ی شیوع کرونا در شهر شیکاگو مقایسه کردند و در واقع داده ها و اطلاعاتی را که از بیگ دیتا گرفتند نقشه برداری کردند و جاهای مختلفی که از آنها تماس های مختلفی گرفته شده را روی یک نقشه گذاشتند و شاید سایت هایی که گرفتند بحث هایی که در شبکه های اجتماعی بوده که چه کسی مبتلا بوده یا چه کسی مبتلا نشده و غیره و به هر حال در اینجا بیشتر تماس مهم بوده تا محتوای تماس و یک نقشه ی دیگر هم از نقاط کلیدی شیوع کرونا با توجه به داده های بیمارستانی و مدیریت بهداشت و درمان استخراج کردند و این دو نقشه را زمانی که روی هم گذاشتند شروع به تحلیل کردند متوجه شدند که اصلی ترین مراکز شیوع این بیماری ۱. رستوران ها ۲. سالن های ورزشی و بدنسازی (بیشتر سالن های بدنسازی) و ۳. هتل ها بوده اند. خود این موضوع باعث شد که شهر درگیر یک قرنطینه ی خیلی فشرده با آسیب های فراوان اقتصادی نشود و به مقدار خیلی زیادی در مقطع مشخص تابستان توانست به هر حال محدودیت ها را تا حدودی به شکلی اعمال کند که این محدودیت ها باعث ضربه دیدن بافت اقتصادی نشود و این از کاملترین فعالیت هایی بوده که در چندوقت اخیر صورت گرفته و شاید بگوئیم که یکی از معدودترین همکاری های موفق دانشگاه ها با حوزه ی فناوری اطلاعات و ارتباطات که بحث های پیچیده ای هم می تواند

به شکلی که حاکمین توسط دانشمندانی که با آنها کار می کنند می توانند متوجه انتظارات شوند تا بتوانند انتظارات خود و مدل های متقابل اجتماعی را تغییر دهند و حتی بتوانند نظریه های سیاسی را ایجاد کنند و افرادی را بسازند که بتوانند در یک مقطع مشخص به قدرت برسند و تمایلات حزبی خود را پیاده کنند این را در یکی از شرکت های اصلی که درگیر بحث به روی کار آمدن ترامپ بود که اسم آن "کمبریج آنالیتیکا" می باشد و این شرکت بعداً در انگلستان محاکمه و منحل شد کاملاً به چشم می خورد و از این چنین ابزارهایی در جاهای دیگر نیز استفاده می شود از قبیل کشور روسیه و جاهایی که دولتمردان نیاز دارند که مدیریت را همراه با کنترل اعمال کنند. باید قابل توجه باشد یکی از دلایل اصلی که این بحث در آمریکا و انگلیس مطرح شد این است که این شبکه ی جاسوسی گسترده ی شهروندان آمریکا، انگلیس و اتحادیه اروپا و غیره بوده و به منظور مقابله با تروریسم شکل گرفته شده است و مبنای اصلی بیگ دیتای جمع آوری شده همان شبکه هایی بودند که شبکه های امنیت اجتماعی را تشکیل می دادند. در اینجا بحث حاکمیت خوب و نظریه تصمیم گیری اطلاعات را می بندم و به سمت کسب و کار و مسائل شرکتی و تصمیم یاری می رویم.

از بزرگواری پرسیدند: "از این همه دعا به درگاه خداوند چه به دست آورده ای؟" پاسخ داد: "هیچ؛ اما بعضی چیزها را از دست داده ام مثل خشم، نگرانی، اضطراب، افسردگی، احساس عدم امنیت، ترس از پیری و مرگ، همیشه با بدست آوردن نیست که حال مان خوب می شود گاهی با از دست دادن ها خیال آسوده تری پیدا می کنیم."

دنایا فردا بیش از هر زمان نیازمند سخنان چنین بزرگوارانی است به این دلیل که علم و تکنولوژی و فناوری نمی توانند جای خالی شفاف سازی ها و بردباری های لازم و اینکه خواص جامعه بتوانند آموزش و پرورشی را اهدا کنند که مردمان را بیشتر به سمت سبک تصمیم گیری تکامل یافته در جامعه ببرند تا اینکه از واکنش های فیزیکی-هیجانی و فیزیکی-عاطفی خود استفاده کنند. هدف از صحبت آخر این است که بدون فلسفه بدون معرفت و بدون دین امکان خلاص نمودن جامعه از مشکلات آینده امکان پذیر نیست، امروز کروناست و دفعه ی بعد چیز دیگری خواهد بود که ممکن است وحشتناک تر از آن باشد و اگر در آینده که چنین بحرانی دامن گیر جوامع بشری شود بخواهیم به همین سبک فعلی عمل کنیم باید این را به یاد داشته باشیم که این بار کرونا شیوع قوی داشت و مرگ و میر کم و دفعه ی بعد ممکن است ویروسی بیاید که مرگ و میر بسیار بالا و شیوع بسیار بالایی داشته باشد.

جهش های ویروسی می پردازد.

مورد بعدی استفاده ی فناوری اطلاعات و بیگ دیتا در چین بوده است که از همان ابتدا شروع کردند به ایجاد بانک های داده ای پر قدرت در زمینه ی تست های وسیع در شهرهای مختلف، و ایجاد بانک های داده ای در یک تقویم زمانی و بررسی این بانک ها نقطه به نقطه با توجه به اینکه در زمان های مختلف در یک مکان مشخص یک بیماری بروز کرده و خودش را نشان داده و توانستند به یک نقشه ی جغرافیایی و یک مدلی برسند که این مدل شیوع ویروس کرونا در جاهای مختلف کشورشان بود.

طبیعی است که این مدل بسیار به آنها کمک می کند که بعداً بتوانند با سرعت عمل بالاتر جلوی شیوع ویروس را بگیرند چون این تیپ ویروس ها نشان می دهد که از طریق بررسی دیتاهای مربوط به تلفن همراه و غیره چطور آن را ردگیری می کنند و چگونه در آن مدل قرار دهند و ببینند کجا باید دنبال افرادی بگردند احتمالاً حامل و بیمار هستند و به احتمال زیاد سیمپتوم ها و عوارض لازم را هم ندارند.

نمونه دیگری را به شما معرفی می کنم که به کرونا ارتباطی ندارد و تا حدودی می تواند چشم انداز شما را نسبت به این موضوع گسترش دهد که بحث مهاجرت به اروپاست. مهاجرت به اروپا از کشورهای مختلف بحثی است که واقعاً بسیار پیچیده است و سرمشء این مهاجرت ها شاید گاهی اوقات بحث های پلیسی هم در آن وجود داشته باشد که به دنبال این هستند که قاچاقچیان انسانی را پیدا کنند. پیچیدگی آن هم زمانی بیشتر می شود که به دنبال این باشیم که این افراد به چه دلایلی و از کجا حرکت کردند و از چه مسیرهایی رد شدند و آیا توانسته اند خودشان را به مقصد برسانند یا نتوانسته اند.

در اینجا هم بیگ دیتا توانسته به کسانی که در اتحادیه اروپا مایل به کمک کردن به مهاجرین هستند مفید باشد و برای سیاست گذاران اتحادیه اروپا هم ابزارهایی خوبی را برای جابه جایی و برای پذیرش این مهاجرین به وجود آورده است.

یک نمونه ی دیگر هم می آورم و اگر برایتان جالب بود می توانید نمونه های دیگر را جستجو کنید و سعی کنید بیشتر به موضوع بپردازید. بحث هایی که در حوزه ی نظرسنجی افکار عمومی و حوزه ی نارضایتی های سیاسی و مقبولیت های سیاسی افراد جامعه است که شاید این بحث به پذیرایی تبلیغات یا تصمیمات حاکمین منجر شود که به نوعی در چارچوب حاکمیت خوب و حساب شده جای می گیرد.

باز هم در این مورد از بیگ دیتا کمک می گیرند برای اینکه التهاب ها، هراس ها و نقاط اتکای عاطفی افراد جامعه کجاست را بررسی کنند و در اینجا از شبکه های اجتماعی و رجوع به سایت ها و تلفن های موبایل کمک می گیرند.



حامیان این شماره از ماهنامه جلا
(نیاز اندیشه روز)

پایگاه اطلاع رسانی فکر ورزی به آدرس Fekrvarzi.ir و کارگاه تجربی برنامه ریزی
فرهنگی می باشند.

راه های ارتباط با ما:

اینستاگرام:

[@fekrvarzi](https://www.instagram.com/fekrvarzi)

[@fardroo](https://www.instagram.com/fardroo)

[@jalamonthly](https://www.instagram.com/jalamonthly)

یوتیوب:

fekrvarzi.ir

در این شماره می توانید این مطالب را مطالعه نمایید:

- آنترپی در سیستم‌های اجتماعی
- دنیا به انواع ذهن‌ها نیاز دارد.
- توهم نخبگی
- علم داده و مدیریت شهری
- آرزوی بزرگ بودن، " آرزوی مهم بودن "
- با مختصات جدید جهان آشنا شویم
- چگونه آتشفشان خشم خود را مهار کنیم؟
- تاریخ متعلق به گذشته نیست
- تاثیر هنر بر روابط اجتماعی
- در اهمیت مهارت و مهارت آموزی
- سلبریتی ها و واسطه های فرهنگی.
- دو فنجان چای تلخ
- هنر زندگی کردن
- مسئله شناسی
- برای سال جدید هوشمندانه هدف گذاری کنید
- اعتماد به نفس - خودشیفتگی
- چالش ها و مشکلات تدریس فضای مجازی.