سال بیست و هشتم ■ شماره ۸۰۶۳ ■ یکشنبه ■ ۶ آذر ۱۴۰۱

ایران

صاحب امتیاز:
خبرگزاری جمهوری اسلامی
مدیر مسئول: محمدحسن روزی‌طلب
جانشین مدیر مسئول و سردبیر: کمیل نقی‌پور

تلفن: ۸۸۷۶۱۷۲۰ نمابر: ۸۸۷۶۱۲۵۴ ارتباط مردمی: ۸۸۷۶۹۰۷۵
پیامک: ۳۰۰۰۴۵۱۲۱۳ روابط عمومی / نشانی: تهران خیابان خرمشهر، شماره ۲۰۸
صندوق پستی: ۵۳۸۸-۱۵۸۷۵ / امور مشترکین: ۸۸۷۴۸۸۰۰
چاپ: چاپخانه‌های همشهری، شرکت چاپ جام‌جم
سازمان آگهی‌های روزنامه ایران: دارنده گواهینامه ایزو ۹۰۰۱ از شرکت NISCERT
پذیرش سازمان آگهی‌ها: ۱۸۷۷ (۰۲۱)
انتشارات مؤسسه فرهنگی مطبوعاتی ایران: ۵-۸۸۵۴۸۸۹۲
http://irannewspaper.ir

اذان ظهر ۱۱/۵۲ | اذان مغرب ۱۷/۱۲ | نیمه شب شرعی ۲۳/۰۸ | اذان صبح فردا ۵/۲۴ | طلوع آفتاب فردا ۶/۵۳

سخن روز

امام صادق(ع):
بهشتی‌ها چهار نشانه دارند: روی گشاده، زبان نرم، دل مهربان و دستِ دهنده.
مجموعه ورام، ج ۲، ص ۹۱

نمک هنری مستندها کم شده است

امیر مهر یزدان: اولویت ما در حوزه سینمای مستند این است که به بخش هنری آن توجه بیشتری داشته باشیم. اتفاقی که شاید بتوان درباره آن گفت که کمی در حال به فراموشی سپرده شدن است. چراکه اکنون شاهد کم بودن نمک هنری تیپ کارهایی هستیم که در فضای مستند تولید می‌شود. بنابراین ما خودمان را مقید می‌دانیم که در این ماجرا نقش‌آفرین باشیم. بر همین اساس از تست کردن گونه‌ها، شیوه‌های جدید برای تولید کارهای خوب و فاخر ترسی نداریم. وقتی ما از هنر حرف می‌زنیم، طبیعی است که منظورمان هنر برای هنر نیست؛ در واقع حتماً به محتوای آثار هم باید توجه کرد. بنابراین باید بگویم محتوا هم برای ما حائز اهمیت است. اتفاقاً از این جنبه است که می‌گوییم توجه ما به هنر است. چون معتقدیم محتوای خوبی که در اختیار جبهه انقلاب بوده، با مسأله نبود هنر مواجه است.

از صحبت‌های مدیر مرکز مستند سوره حوزه هنری با مهر

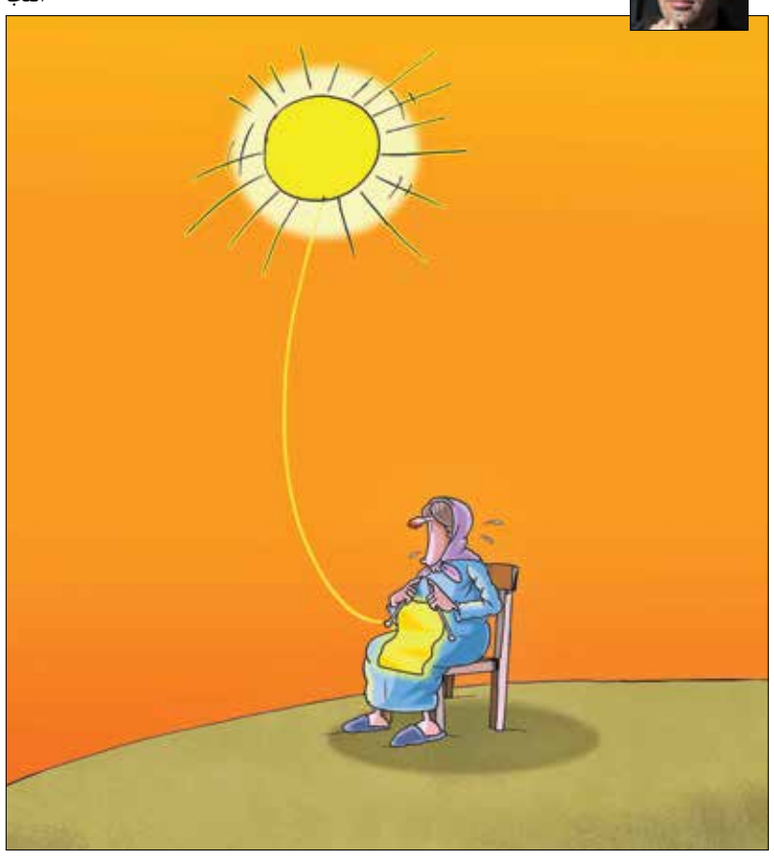
تنها یک چیز است که دسترسی به امید را غیرممکن می‌سازد: ترس از باخت.

کیمیاگر / پائولو کوئیلو

نـــگاره

حمید صوفی

آفتاب



هنرمندان در فضای مجازی

بیشتر اخبار فرهنگ وهنر معطوف به برد تیم ایران در جام جهانی فوتبال است و فعالیت های بخشی از آثار هنری مربوط به همین حال وهواست. همچنین هنرمندان به مناسبت تولد استاد جمشید مشایخی با یاد این بازیگر پیشکسوت سینما، تئاتر و تلویزیون نامش را زنده نگه داشته و آثار و کارهایش را به تصویر کشیده‌اند.

■ **یاد**

امروز ششم آذرماه تولد جمشید مشایخی بازیگر پیشکسوت سینما، تئاتر و تلویزیون است. بازیگری که هر ایرانی با نام او آشناست و با بازی او خاطرات بسیاری دارد. او دارای تحصیلات ناتمام در رشته تئاتر و دارای نشان درجه یک فرهنگ و هنر است. مشایخی در سال ۱۳۴۹ به‌صورت حرفه‌ای بازیگری را آغاز کرد و با سریال خشت و آینه وارد سینما شد. او در بسیاری از فیلم‌های تاریخی مثل کمال‌الملک، شازده احتجاب، هزاردستان و بسیاری از فیلم‌ها و سریال‌های به یادماندنی ایفای نقش کرده است. جمشید مشایخی نقش کمال‌الملک را بخوبی ایفا کرد و از لحاظ ظاهری نیز به کمال‌الملک شباهت زیادی داشت.
همچنین او در سال ۱۳۶۳، بابت بازی در دو فیلم گل‌های داوودی و کمال‌الملک، برنده سیمرغ بلورین بهترین بازیگر نقش اول مرد جشنواره فیلم فجر شد. استاد مشایخی، بازیگر مطرح سینما و تلویزیون در طول عمر خود در عرصه سینما فعالیت‌های زیاد و گسترده‌ای داشته و موفق به دریافت جوایز زیادی شده است. او در سیزدهم فروردین سال ۱۳۹۸ در سن ۸۴ سالگی، پس از تحمل مدت‌ها بیماری در اثر ایست قلبی و بیماری در گذشت. روحش شاد و یادش گرامی.

■ **تجسمی**

همزمان با برگزاری مسابقات جام جهانی فوتبال نمایشگاه عکسی با عنوان «ایران من» از روز اول تا بیست و پنجم آذر ماه سال جاری در فرهنگسرای ارسباران تهران میزبان شهروندان است. به گزارش مهر، فرهنگسرای ارسباران با مشارکت آژانس عکس ایران به مناسبت برگزاری جشنواره «ایران پیروز» و هم زمان با برگزاری جام جهانی فوتبال ۲۰۲۲ نمایشگاه عکسی با عنوان «ایران من» را برگزار کرده است. این نمایشگاه با هدف ایجاد بستر مناسب برای ظهور و بروز خلاقیت هنری هنرمندان عکاس، معرفی ظرفیت‌های فرهنگی هنری ایران، ایجاد زمینه ارتباط هنرمندان عکاس و انتقال تجربه و بازنمایی طبیعت ایران، در نگارخانه‌های هنر شماره ۱، ۲ و ۳ پیش روی مخاطبان قرار داده شده است.
در این رویداد آثار هنرمندان عکاس با رویکرد آداب و رسوم و فرهنگ‌های اقوام ایران اسلامی، ظرفیت‌های گردشگری و جاذبه‌های میراث فرهنگی کشور و طبیعت زیبای ایران به نمایش گذاشته شده است. علاقه‌مندان می‌توانند برای بازدید از این آثار، همه روزه از ساعت ۹ تا ۱۸ به فرهنگسرای ارسباران واقع در خیابان شریعتی، خیابان جلفا مراجعه کنند.

■ **نغمه ونوا**

یکی از فعالان و پژوهشگران موسیقی اقوام از پایان تولید یک مجموعه موسیقایی به نام «چوپی» با نوازندگی مجید پاکدل از هنرمندان پیشکسوت نوازندگی نی جفتی خبر داد.
علی ثابت‌نیا پژوهشگر و مدیر گردآوری مجموعه موسیقایی «دمساز» با اشاره به تازه‌ترین فعالیت‌های انجام گرفته در این حوزه به مهر توضیح داد: «براساس برنامه‌ریزی‌هایی که از قبل انجام گرفته بود، قرار بود بعد از انتشار آلبوم «هتن» با هنرمندی محمدرحم دل‌خواه استاد نوازندگی سرنا منطقه تربت‌جام در قالب پروژه «دمساز»، آلبوم دیگری با عنوان «چوپی» به هنرمندی مجید پاکدل از استادان پیشکسوت موسیقی منطقه بوشهر که در عرصه نوازندگی نی جفتی تبحر دارد، پیش روی مخاطبان قرار گیرد، اما متأسفانه به‌دلیل شرایط و فضای فعلی که زمان مناسبی برای انتشار آثار موسیقایی نیست عرضه آن را به تاریخ دیگری موکول کردیم.»

همچنین گفتنی است «ویلکو جانسون» نوازنده گیتاریست گروه بلوز-راک بریتانیایی دکتر فیلگود که پس از ابتلا به سرطان، تغییر شغلی غیرمنتظره‌ای داشت، در سن ۷۵ سالگی درگذشت. به گزارش ایسنا به نقل از هالیوود ریپورتر، «جانسون» که در سال ۱۹۴۷ متولد شد و پس از تحصیل در رشته ادبیات آنگلوساکسون در دانشگاه نیوکاسل و تشکیل گروه موسیقی دکتر فیلگود، به‌عنوان معلم مدرسه کار کرد. این هنرمند با سبک گیتار پرشور و بی‌امان خود به متمایز بودن گروه موسیقی دکتر فیلگود در سبک بلوز و R&B کمک کرد و نگاهش به اندازه‌ای ترسناک بود که تا بعدها بتواند نقش شخصیت «سر ایلین پین» را به‌عنوان یک جلاد ساکت در سریال «بازی تاج و تخت» بازی کند.

■ **تئاتر**

نمایشنامه افسانه‌ای آگاتا کریستی حالا برادوی را عرصه تاخت و تاز خود خواهد کرد. «تله موش» اثر معمایی و مهم آگاتا کریستی که به‌عنوان پراجراترین نمایشنامه جهان شناخته می‌شود، در حالی که سال آینده ۷۰ ساله شدن اجرایش را جشن می‌گیرد، قرار است برای اولین بار سال ۲۰۲۳ راهی برادوی شود. آدام اشپیگل تهیه‌کننده بریتانیایی و کوین مک‌کالوم تهیه‌کننده برنده جایزه تونی، نسخه نیویورکی این نمایش را می‌سازند.
مک کالوم در بیانیه‌ای گفت: «از اینکه نمایش معمایی آگاتا کریستی که ذائقه تئاتر عامه پسند را تغییر داد و در ۷۰ سال گذشته به‌عنوان یک جاذبه هنری توریست‌های امریکایی را به وست‌اند لندن کشانده اکنون به برادوی می‌آید هیجان‌زده هستم.»

رعایت عدالت در سامانه خرید از کتابفروشی

کلمه

علی‌الله سلیمی
نویسنده و منتقد

سبد خرید برخی خانوارهای ایرانی این روزها بعضی اقلام فرهنگی مانند کتاب را کم دارد؛ این کالای فرهنگی خواسته و ناخواسته توسط گروهی از شهروندان از خریدهای معمول کنار گذاشته شده و همین مسأله که زیبنده فرهنگ و تمدن ایرانی نیست، صدای فعالان حوزه کتاب را در آورده که چرا برخی از گروه‌های اجتماعی کمتر کتاب می‌خرند یا بعضی‌ها اصلاً کتاب نمی‌خرند. اعتراض این عده در راستای خبرهای اغلب ناگواری است که سرانه مطالعه در کشور را بشدت پایین نشان می‌دهد و اغلب آمارها در این حوزه متأسفانه ناامیدکننده است. با این حال، مسئولان فرهنگی کشور بیکار ننشسته‌اند و در هر فرصت و مناسبتی که بشود، کتاب و کتابخوانی را به سرتیتر خبرهای روز آورده و تلاش می‌کنند طرح‌های توسعه‌ای در این زمینه را اجرایی و به کتاب و کتابخوانی در این وانفسا روح تازه‌ای بدمند و شوق کتابخوانی در جامعه را گسترش دهند. از برگزاری نمایشگاه‌های موردی، فصلی و سالانه کتاب که با طرح‌های حمایتی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی همراه است تا اجرای طرح‌های تخفیف فصلی کتاب که همگی در راستای تشویق مردم به خرید کتاب و توسعه کتابخوانی در جامعه است. طرح‌های حمایتی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در حوزه کتاب اغلب با نوآوری خلاقانه‌ای همراه است که سعی در توازن این حمایت‌ها بین فروشندگان و خریداران کتاب دارد. به بیان دیگر، مسئولان فرهنگی همواره کوشیده‌اند در توزیع یارانه‌های کتاب، عدالت بین همه اهالی کتاب، از ناشران و کتابفروشی‌های کوچک و بزرگ گرفته تا خریداران خُرد و کلان در گوشه و کنار کشور رعایت شود. مصداق عینی این رویکرد مسئولان فرهنگی در حوزه کتاب، راه‌اندازی «سامانه خرید از کتابفروشی» است که امسال در ایام هفته کتاب تحقق یافت و مراسم رونمایی از این سامانه با حضور محمدمهدی اسماعیلی (وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی)، یاسر احمدوند (معاون امور فرهنگی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی)، علی رمضانی (مدیرعامل مؤسسه خانه کتاب و ادبیات ایران) و جمعی از ناشران و فعالان فرهنگی، در مجتمع فرهنگی بنفشه برگزار شد. راه‌اندازی این سامانه در اصل جایگزین طرح‌های فصلی است که مزیت‌های خاص خود را دارد. پیش از این، در اجرای طرح‌های تخفیف فصلی کتاب، محدودیت‌هایی وجود داشت که دسترسی برخی از علاقه‌مندان به کتاب را با مشکل جدی مواجه می‌کرد. به عنوان مثال، فردی که در یک شهر کوچک یا روستای دورافتاده‌ای زندگی می‌کرد که آن منطقه فاقد کتابفروشی بود، بهره‌مندی از امتیازهای طرح تخفیف برای ساکنان آن بخش عملاً امکانپذیر نبود، اما در طرح جدید، (سامانه خرید از کتابفروشی) این امکان برای همه افراد در هر نقطه از کشور فراهم است که بتوانند از امتیازهای در نظر گرفته شده بهره‌مند شوند.

تفاوت دیگر این سامانه با سامانه خرید از نمایشگاه است؛ کتابفروشی‌ها گاه چاپ‌های مختلف یک کتاب را با قیمت‌های مختلف عرضه می‌کنند و به این ترتیب ممکن است که خریدار بتواند کتاب مورد نظرش را با قیمت پایین‌تری که به آن تخفیف هم تعلق می‌گیرد، تهیه کند. بازدید و خرید از سامانه خرید از کتابفروشی، به‌صورت ۲۴ ساعته و غیرحضوری ممکن است و به هر کد ملی که سیمکارت تلفن همراه به نام آن ثبت شده باشد، مبلغ یک میلیون ریال یارانه کتاب تعلق می‌گیرد. در این سامانه به خریداران تا سقف ۴۰۰ هزار تومان ۲۵ درصد تخفیف داده می‌شود و هر خریدار برای ۴۰۰ هزار تومان خرید کتاب، تنها مبلغ ۳۰۰ هزار تومان پرداخت می‌کند و خرید بیشتر از ۴۰۰ هزار تومان در سامانه بدون یارانه نیز امکان‌پذیر است. سامانه خرید از کتابفروشی با هدف گسترش ویترین کتابفروشی‌ها به‌صورت دائمی راه‌اندازی شده است و علاقه‌مندان می‌توانند با مراجعه به سایت ketab.ir کتاب‌های مورد نظر خود را در سامانه، جست‌وجو و خریداری کنند. خریداران برای هر بسته پستی از هر نقطه کشور صرفاً ۸ هزار تومان هزینه پرداخت می‌کنند و مابقی تعرفه پستی نیز به‌عنوان یارانه ویژه در نظر گرفته شده که از سوی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و شرکت ملی پست جمهوری اسلامی ایران پرداخت می‌شود. از لازمه‌های فعالیت موفقیت‌آمیز این سامانه در آینده، اطلاع‌رسانی دقیق و گسترده است، به گونه‌ای که همه علاقه‌مندان کتاب، حتی در روستاهای دورافتاده کشور از ویژگی‌ها و خدمات آن مطلع و به جمع مخاطبان سامانه بپیوندند. در چنین شرایطی است که می‌توان به توسعه فرهنگ کتابخوانی در جامعه امیدوار بود و البته همچنان چشم‌انتظار طرح‌های تازه و خلاقانه در زمینه کتاب و کتابخوانی در کشور بود.

جنگ‌ها هیچ وقت پیروز ندارند

پیشنهاد

دکتر مهدی نیک عهد
پژوهشگر حوزه کودک و رسانه

استاپ موشن کوتاه مناقشه یا تعارض (Conflict) اثری از هنرمند روسی به نام گری باردین (Garri Bardin) با نام کامل‌تر «گری یاکوفلویچ باردنشتین» با مدت زمان ۷ دقیقه است. این اثر در سال ۱۹۸۳ ساخته شده‌است و با آن که سال‌ها از ساخت آن می‌گذرد، موضوع و مسأله‌ای که انیمیشن به آن پرداخته، هنوز کهنه نشده است. این انیمیشن انتقادی و مفهومی، با محوریت جنگ ساخته شده و به‌گونه‌ای استعاری روایتی از شروع مضحک جنگ‌ها و دامن‌زدن کورکورانه به آن و در نهایت عاقبت شوم آن برای طرفین جنگ را بیان می‌کند.
ماجرا اینگونه آغاز می‌شود که در ابتدا ساده‌ترین تفاوت‌ها و تمایزات باعث به‌وجود آمدن مرزبندی‌ها و تفاوت‌های عمیق‌تر می‌شود و در ادامه بر سر اتفاقی مضحک، جنگی آغاز می‌شود و بعد طرفین با نابخردانگی خویش به آتش جنگ دامن می‌زنند و در نهایت این جنگ باعث نابودی هر دو سوی خود می‌شود.
پایان شوم انیمیشن در حالی رقم می‌خورد که در آغاز می‌بینیم که همه آنها عضو یک گروه و در یک مقوله مشترک جای داشتند؛ اما کوچکترین تمایزی اینچنین آنها را به نابودی کشاند. کارگردان خلاق این اثر، این ماجرای استعاری و آموزنده را با تشبیه انسان‌ها به چوب‌های کبریت به نمایش درمی‌آورد. خاستگاه مشترک تمام چوب کبریت‌ها ما را یاد شعر سعدی شیرازی می‌اندازد که «**بنی آدم اعضای یکدیگرند / که در آفرینش ز یک گوهرند**».
توجه به صلح و پیشگیری از جنگ، یکی از پررنگ‌ترین مسائلی است که بشر در طول تاریخ همواره به آن پرداخته و از هزاران سال پیش همه تلاش‌ها برای نزدیک‌کردن بشر به صلحی دائمی و پایدار، بی‌اثر بوده است. جنگ، شاید شوم‌ترین و پلیدترین کنش ما انسان‌ها باشد که بنا بر شهادت تاریخ همواره به‌سبب جاه‌طلبی‌ها و زیاده‌خواهی‌ها و گاهی عقده‌گشایی‌های قوم یا کشور یا مردمانی رخ داده است. جنگ‌هایی که امروزه و در دنیای امروز ممکن است باعث نابودی تمام تمدن بشری بشوند.

جنگ‌ها هیچ وقت پیروز ندارند. در واقع وقتی صدای گلوله‌ها برخاست، دیگر صدای گفت‌وگو و مفاهمه خفه شده است و این سقوط انسانیت، مدنیت و تمدن است و نه پیروزی یک انسان بر دیگری.
آنچه دیدن انیمیشن و پرداختن به چنین موضوعی را ضروری می‌سازد، این نکته است که هشدارهای محیط زیستی و علائم و نشانه‌های تغییرات اقلیمی آنقدر جدی هستند که بشر امروزی به جای اینکه به فکر جنگیدن و گسترش مرزهایش باشد، باید به فکر اجماع و همفکری جهانی برای نجات زمین و بقای بشر در کل کره زمین باشد؛ زیرا که ما همه در یک خانه مشترک به‌سر می‌بریم که افتادن هرکدام از ستون‌های آن باعث ویرانی کل خانه خواهدشد و به نظر می‌رسد اگر با همین روال، بر ناقوس جنگ‌ها بکوبیم، دیگر انسانی و مرز و جغرافیایی وجود نخواهد داشت که بر سر آن جنگی صورت بگیرد.
سوای اینکه ایجاد صلح باعث می‌شود انسان‌های کمتری بمیرند و نابودی کمتری به وجود بیاید، صلح و اجماع جهانی در عصر امروز، یک ضرورت اساسی برای اجماع تمام جهان برای نجات زمین و مبارزه با دست‌درازی‌هایمان به طبیعت، کره خاکی و بقای بشر است. ضرورتی که کماکان جاه‌طلبی‌ها مانع آن است. غافل از اینکه بدون این اجماع و صلح جهانی، قطعاً پایان داستان برای ما خوش نخواهد بود.

دریچه‌ای به دنیای پیرامون

یادداشت

مازیار معاونی
منتقد سینما

رشته ورزشی فوتبال به‌عنوان پرطرفدارترین و محبوب‌ترین رشته ورزشی در سراسر جهان آنچنان از جنبه‌هایی همچون تب و تاب طرفداران، هیجانات و التهابات برد و باخت و حذف و صعود، قهرمانی و سقوط به دسته پایین‌تر و نکات فنی و حاشیه‌ای، سرشار است که گاهی مواقع همه فراموش می‌کنند که در مواجهه با این ورزش عجیب و منحصربه‌فرد علاوه بر آنچه که در طول زمان نود دقیقه‌ای مسابقه و در داخل میدان بازی در جریان است با چه پدیده پیچیده و چندوجهی‌ای روبه‌رو هستیم و در بسیاری از دیگر شئون و جنبه‌های زندگی‌مان هم ردپایش را به وضوح می‌بینیم.
شاید اکثریت قریب به اتفاق علاقه‌مندان جدی‌تر فوتبال که این رشته ورزشی را تنها از دریچه ورزش و بازی و مسابقه نگاه نمی‌کنند بر این موضوع متفق‌القول باشند که موضوع رابطه ورزش با دیگر عرصه‌های زندگی از اقتصاد و سیاست گرفته تا جامعه‌شناسی و فرهنگ و هنر اولین‌بار توسط چهره‌ای در همین تلویزیون خودمان مطرح شد که دیگر در بین ما نیست. زنده یاد دکتر حمیدرضا صدر که سال گذشته ناباورانه از دستش دادیم برای نخستین‌بار در اواخر دهه هفتاد و اوایل دهه هشتاد خورشیدی که به‌عنوان کارشناس در برنامه‌های فوتبالی آن مقطع زمانی از جمله برنامه از دست رفته ۹۰ حضور پیدا می‌کرد، توجهات عموم علاقه‌مندان این رشته ورزشی را به مناسبات فوتبال و جامعه از تمام جنبه‌ها و وجوه متفاوتش جلب کرد که گامی بود بس بزرگ و تحسین‌آمیز. نگاه دکتر صدر فقید به جنبه‌های کمتر دیده شده فوتبال خوشبختانه به ایشان و برنامه‌های فوتبالی آن بازه زمانی محدود نماند و بتدریج در دیگر برنامه‌های ورزشی تلویزیون و حتی خارج از این مدیوم هم به این موضوع قابل تأمل پرداخته شد که از آن جمله می‌توان به دو کتاب «فوتبال علیه دشمن» نوشته سایمون کوپر با ترجمه عادل فردوسی‌پور و کتاب «رهبری» نوشته سرالکس فرگوسن (سرمربی افسانه‌ای باشگاه منچستریونایتد) اشاره کرد که در هر دو کتاب به بهانه ورزش فوتبال به پشت‌پرده‌های سیاسی و مدیریتی آن به شکل جذابی پرداخته شده است.
اما برنامه «فوتبال زندگی‌ست» که همزمان با شروع جام جهانی فوتبال از شبکه نسیم پخش می‌شود نیز تازه‌ترین برنامه تلویزیونی است که مقوله نگاه متفاوت و چندجانبه به فوتبال را مدنظر قرار داده تا مخاطبان خاص‌تر تلویزیون و جام جهانی که مقولات بین‌رشته‌ای را با جدیت بیشتری دنبال می‌کنند در طول پرمخاطب‌ترین رویداد فوتبالی دنیا از تماشای زمینه‌های مورد علاقه خود بی‌نصیب نبوده باشند. علاوه بر آیتم‌های فوتبالی‌ای نظیر حضور چهره‌های عرصه بازیگری در کشور قطر و گپ و گفت در خصوص مقدمات برگزاری مسابقات و اشتراکات فرهنگی کشورها که به هر حال جذابیت‌های خاص خودش را دارد، آیتم‌های دیگری که به داستان زندگی و موفقیت‌ها و ناکامی‌های ستاره‌های دنیای فوتبال می‌پردازد هم جذاب هستند. یکی از مهم‌ترین آیتم‌های این برنامه که قرابت بیشتری با مقوله جذاب «مباحث میان رشته‌ای» دارد، بخشی است که دوربین برنامه به سراغ چهره‌های مختلفی در عرصه‌های متفاوت هنری و حتی غیرهنری که در عین حال هوادار با مطالعه و پیگیر رشته ورزشی فوتبال هم به حساب می‌آیند می‌رود تا مخاطبین فوتبالدوست از زبان این چهره‌ها معجونی دلنشین از نوستالژی و نگاه متفاوت به محبوب‌ترین رشته تاریخ ورزش را توأمان تجربه نمایند، رویکردی خاص که می‌تواند به فوتبال محدود نشده و برای سایر رشته‌های ورزشی هم مورد توجه برنامه‌سازان تلویزیونی قرار بگیرد.

رازهای برقراری ارتباط مؤثر با فرزندان

یک فنجان حرف

شهرزاد عیدیه
روانشناس

برقراری رابطه مناسب و صحیح با فرزندان در هر سنی در تربیت موفقیت‌آمیز والدین نقش بسیار مهمی دارد. پدرها و مادرها نه تنها لازم است بدانند چه کارهایی را باید انجام بدهند بلکه بسیار مهم است که نبایدهای ارتباطی را هم بشناسند.
نبایدهای ارتباطی درواقع نکات کلیدی هستند که به ما نشان می‌دهند در مسیر فرزندپروری چه رفتارها و سخنانی به برقراری تعامل مثبت ما و فرزندمان صدمه زده و او را هر روز از ما دورتر و دورتر می‌کند.
رابطه در واقع مانند جاده‌ای دوطرفه، غیرقابل پیش‌بینی و پویا است که ما فقط توانایی کنترل رفتار و گفتار خودمان را داریم و می‌توانیم امیدوار باشیم فرزندمان هم از ما پیروی کند.
در این جاده دوطرفه PMT یا همان «آموزش مدیریت رفتار کودکان به والدین» به کمک ما می‌آید تا ما را در این مسیر پرفرازونشیب و پرپیچ و خم راهنمایی کرده و به برقراری رابطه مؤثر و سالم ما و فرزندانمان کمک کند. تعامل مثبت نخستین گام در PMT است، تعاملی که سنگ بنای روابط سالم و صحیح محسوب می‌شود و از بسیاری از مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان پیشگیری می‌کند. تعامل مثبت سه گام مهم دارد که این گام‌ها شامل داشتن زمانی با کیفیت با فرزندان، گفت‌وگوی انعکاسی و محبت فیزیکی است.
بسیار مهم است که والدین بدانند چه رفتارها یا حرف‌هایی می‌تواند به رابطه آنها و فرزندشان صدمه بزند، پس بهتر است همین امروز یک قلم و کاغذ بردارید و لیستی از رفتارها و گفتارهایی را که خودتان احساس می‌کنید آفت‌های رابطه شما و فرزندتان هستند یادداشت کنید. ما هم در اینجا به برخی از این نبایدهای کلامی و غیرکلامی مشکل‌ساز در رابطه شما و فرزندتان اشاره می‌کنیم.
توهین، بی‌احترامی، تحقیر و ناسزاگویی به فرزند یا حتی همسرتان در حضور وی: به جای همه این رفتارهای مخرب بهتر است در مورد مشکلتان صحبت کنید و اگر عصبانیت چنین اجازه‌ای به شما نمی‌دهد، از روش‌های کنترل خشم بهره بگیرید. اولین کاری که می‌توانید انجام دهید این است که تا ۱۰ بشمارید و بحث را متوقف کنید تا زمانی که آرام شوید.
نداشتن تماس چشمی هنگام صحبت با فرزند: نگاه یکی از مهم‌ترین ابزارها در برقراری ارتباط است و شما با حذف آن نه تنها یکی از کلیدهای مؤثر ارتباطی را از دست می‌دهید بلکه به طور غیرمستقیم به فرزندتان احساس نادیده گرفته شدن داده و او را تحقیر می‌کنید.
انتقاد زیاد و غرزدن: اگر فکر می‌کنید با انتقادهای وقت و بی‌وقت می‌توانید دلبندتان را به شاهراه موفقیت و خوشبختی هدایت کنید متأسفانه سخت در اشتباه هستید چون این کار نه تنها او را از شما دور می‌کند بلکه باعث می‌شود به شما به‌عنوان یک فرد غرغرو نگاه کند بنابراین دیگر توجهی به صحبت‌هایتان نخواهد داشت.
قطع کردن صحبت فرزندتان: با این کار نه تنها به طور غیرمستقیم به او یادآور می‌شوید برای حرف‌هایش اهمیتی قائل نیستید و به نوعی او را به سکوت دعوت می‌کنید بلکه به او آموزش می‌دهید که او نیز با دیگران چنین رفتار نادرستی داشته باشد و رعایت نوبت را جدی نگیرد.
پیش‌بینی‌های منفی درباره آینده‌اش: شاید شما بخواهید با چنین پیش‌بینی‌هایی او را از عواقب کارهایش آگاه کنید و به نوعی زنگ خطر و هشدار را برایش به صدا درآورید اما باور کنید این پیش‌بینی‌ها نتیجه خوبی به دنبال نخواهد داشت. پیش‌بینی‌های منفی نه تنها مشوق او برای تغییر رفتارش نخواهند بود بلکه او را از شما و مسیر مورد نظرتان دورتر می‌کند.
دعوا و جر و بحث در حضور فرزندان: هر والدی می‌داند که نباید در حضور بچه‌ها دعوا و جر و بحث کند با این حال هر روزه کودکان و نوجوانان زیادی شاهد دعوا و بحث‌های طولانی والدین خود هستند. این بچه‌ها احتمال بیشتری دارد که الگوهای ارتباطی ناسالم مانند بحث و دعوا را در روابط خود با دیگران و حتی والدینشان در پیش بگیرند. دعواها و بحث‌های طولانی والدین، فرزندان را در معرض مشکلات اضطرابی، افسردگی و انواع ترس‌ها قرار می‌دهد.

عکس نوشت

سیدمجید پوراحمدی، مدیرعامل صندوق اعتباری هنر به همراه نیکنام حسینی‌پور، مشاور صندوق اعتباری هنر، عصر جمعه ۴ آذر به دیدار ابوالفضل پورعرب رفت و پیگیر روند درمانی این بازیگر برجسته سینما و تلویزیون شد. ابوالفضل پورعرب از ۲۹ آبان ماه برای درمان یک مشکل عفونتی در بیمارستان بستری شده است. /روابط عمومی صندوق اعتباری هنر