info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۱۵۰۱
یکشنبه / ۲۶ آبان / ۱۳۹۸
۱۹/ ربیع الاول / ۱۴۴۱
17 / Nov/ 2019

صاحب امتیاز: مؤسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون گارشناسان، رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۳۴۴۳۳-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۵۲۸۳۸
فکس اینترنتی پیام آشنا: ۸۹۷۸۶۷۳۹-۰۲۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۴۲/۴۶
چاپ: کارگر

کافه پیام

برای انعکاس نظرات و گلایه ها و پیشنهادات خود درباره مسائل البرز با پیام آشنا تماس بگیرید

۳۲۵۵۲۸۳۸
۳۲۵۴۱۴۹۵
۰۹۰۱۴۰۴۸۳۳۳

با شعرای کرج

سراب رویاها

پلی ساختم
با چشم هایم
وقتی
دردند تنهایی بود
دست هایت
چشم در چشم آسمان
می رقتی
به دیدار قرامولشی
به ناکجاآباد
پنبه ی قهر در گوش
نگاهت به میراهه
نشنیدی فریاد مرا
سراب رویاهایم شدی
تا همیشه

بهروز قاسمی (رها)

خبرچه

کلیسای قاجاری در همدان پارکینگ ماشین های بیمارستان شد

دانشگاه علوم پزشکی همدان در برخورد با بناهای تاریخی همدان که در اختیار دارد، رفتار دوگانه‌ای را در پیش گرفته است؛ بعد از تبدیل عمارت تاریخی «بدیع‌الحکما» به موزه‌ی پزشکی و تعطیلی آن بعد از حدود یک ماه فعالیت، تخریب نخستین بیمارستان همدان را سال گذشته به پروتدی بی‌توجهی‌های خود اضافه کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، این بی‌توجهی‌ها تا این روزها ادامه پیدا کرده و محیط اطراف کلیسای «آنجلی» اکنون به پارکینگ بیمارستان دانشگاه علوم پزشکی همدان تبدیل شده و در کنار تبدیل کلیسای قاجاری «آنجلی» در دل بیمارستان دانشگاه علوم پزشکی همدان به انبار بیمارستان، فضای اطراف کلیسا نیز که گورستانی از برخی شخصیت‌های موثر در تاریخ همدان است را به پارکینگ بیمارستان تبدیل کرده‌اند.

حسین زندی - فعال میراث فرهنگی همدان - با بیان این که بیمارستان دانشگاه علوم پزشکی همدان، محوطه کلیسای تاریخی «آنجلی» را به پارکینگ تبدیل کرده است، گفت: در اطراف این کلیسای قاجاری تیز گورستانی بسیار مهم از افرادی است که در تاریخ همدان نقش موثری داشته‌اند مانند «رلیی اسحاق» یا تعدادی از مبشورهای آمریکایی.

وی با اشاره به این که کلیسای آنجلی در زمان ساخت در دل بیمارستان آمریکایی‌ها به عنوان نخستین بیمارستان همدان ساخته شده بود، افزود: در طول سال‌های گذشته این بیمارستان با تغییر و تحولات زیادی مواجه می‌شود. اما مهر ماه دو سال گذشته و به طور ناگهانی این بیمارستان را تخریب کرده و جای آن بیمارستان جدیدی ساخته شد.

او با اشاره به ۶ طبقه بودن ارتفاع بیمارستان جدید به جای نخستین بیمارستان همدان که مترف به خیابان بوعلی است و این هتل بر روی این کلیسای قاجاری تیز سایه انداخته است، ادامه داد: با وجود اعتراض‌های زیادی که در طول چند سال گذشته نسبت به اتفاقات رخ داده در بناهای تاریخی وابسته به این دانشگاه اتفاق افتاده است، اما اکنون محوطه‌ی اطراف کلیسا «آنجلی» و قبرستان قدیمی این کلیسا به پارکینگ تبدیل شده است.

وی با اشاره به مالکیت بیمارستان دانشگاه علوم پزشکی همدان بر کلیسای آنجلی، اضافه کرد: قطعا این اتفاق که اثر تاریخی در مالکیت دستگاهی باشد، از آن سازمان توقع توجه و ساماندهی آن بنای تاریخی وجود دارد.

زندی اظهار کرد: قطعا کسی درخواست بازگرداندن کاربری گذشته این کلیسا را ندارد، اما به جای تبدیل این فضا به زباله‌دانی بیمارستان جدید ساخته شده می‌توان آن را به موزه‌ی مربوط به این دانشگاه یا آمفی تئاتر و مرکزی فرهنگی تبدیل کرد اما متاسفانه هر وسیله‌ی اضافی خود را در این فضای تاریخی انبار می‌کنند.

او با بیان این که این کلیسا روی تقشه‌ی گردشگری همدان تیز جاتمایی شده است، ادامه داد: این در حالی است که به هیچ عنوان اجازه‌ی ورود گردشگرانی که درخواست دیدن این کلیسا را دارند، داده نمی‌شود. حتی به دنبال وزش بادهای طوفانی سال گذشته در همدان، بخشی از سقف کلیسا تخریب شد که میراث فرهنگی همدان آن را مرمت و ساماندهی کرد این فعال میراث فرهنگی همدان به تاریخچه‌ی توجه دانشگاه علوم پزشکی همدان به بناهای تاریخی همدان اشاره کرد و گفت: در طول سال‌های گذشته این دانشگاه که عمارت تاریخی بدیع‌الحکما را در اختیار داشت، آن فضای تاریخی را بعد از سال‌ها مقاومت دوستداران میراث فرهنگی از تخریب، به موزه‌ی دانشگاه علوم پزشکی تبدیل کرد. آن موزه در کمتر از یک ماه تعطیل شد و دیگر کاری برای آن آیتم انجام نشد.

زندی این اقدامات را بیشتر به یک نگاه تبلیغاتی از سوی مسوولان این دانشگاه و بیمارستان مربوط دانست.

کلیسای «آنجلی» همدان در خیابان طالقانی و در محوطه بیمارستان آبکاران و در گورستان تاریخی آن، در ۱۲ آبان ۱۳۷۸ با شماره ثبت ۲۴۵۹ در فهرست میراث ملی به ثبت رسیده است.

خواندنی

امروز با حافظ

به جان پیر خرابات و حق صحبت او
که نیست در سر من جز هوای خدمت او
بهشت اگر چه نه جای گناهکاران است
ببار باده که مستظهرم به همت او

مخور صائب فریب فضل از عمامه‌ی زاهد
که در گنبد زبی مغزی صدا بسیار می پیچد

صائب تبریزی

اذان صبح | **طلوع آفتاب** | **اذان ظهر** | **غروب آفتاب** | **اذان مغرب**
۰۵:۱۶ | ۰۶:۴۴ | ۱۱:۵۳ | ۱۷:۰۰ | ۱۷:۱۸

برگه

اغلب عقل، موقعی به سراغ انسان می آید که دیگر خیلی دیر شده است...

گارسیا مارکز

تلنگر

رشد مصرف کتب الکترونیکی در ایران

وزیر ارشاد به تازگی آمارهای تازه از میانگین مطالعه کتاب در کشور را بر اساس یک پیمایش رسمی در پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات ارائه کرده است. این آمارها اطلاعاتی درباره میزان استفاده از کتاب‌های الکترونیکی ارائه کرده است که به نظر می‌رسد تخستین اطلاعات رسانه‌ای شده در این باره باشد.

به گزارش پیام آشنا، پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات در تازه‌ترین پیمایش رسمی خود نتیجه گرفته است، سرانه مطالعه در کشور حدود یک‌ونیم ساعت مطالعه در هفته و روزانه ۱۳ دقیقه است. این رقم برای افراد کتابخوان ۳۲ دقیقه در روز است. این پژوهش براساس جمع‌آوری اطلاعات از ۱۵ هزار و ۶۰۰ نمونه به نتیجه رسیده است.

وزیر ارشاد با ارائه جزئیاتی از یافته‌های این پژوهش گفته است: «حدود ۲۰ درصد از افرادی که به عنوان نمونه در این پیمایش بودند گفتند: کتاب الکترونیک می‌خوانیم و در بین کتابخوان‌ها حدود ۴۱/۵ درصد گفته‌اند کتاب الکترونیک می‌خوانند. یعنی عملا جریان کتاب دیجیتال و کتاب الکترونیک به‌عنوان یک قالب جدید در فضای کتابخوانی ما در حال رواج است و حتما جریان نشر و کتابخوانی باید به این مسیر توجه داشته باشند.» همچنان که پیش از این در همین صفحه گزارش کردیم، استفاده از کتاب‌های الکترونیکی به ویژه کتب صوتی در کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه روزبه‌روز رشد بیشتری را تجربه می‌کند و بسیاری از دولت‌ها نیز با فراهم کردن شرایطی که استفاده از کتاب‌های الکترونیکی را تسهیل می‌کند در این فرآیند حضور حمایتگرانه داشته‌اند.

بسیاری از کارشناسان اعتقاد دارند استفاده از کتاب‌های الکترونیکی به دلیل کاهش تدریجی قیمت استفاده از تکنولوژی، ارزان‌تر از پیش شود و این موضوع در کنار کمک به حذف کاغذ، انعطاف‌پذیری استفاده از این نوع کتاب‌ها و محبوبیت عمومی آنها را بیشتر از پیش خواهد کرد. معمولا پژوهش‌هایی که درباره سرانه مطالعه کتاب و همچنین بسیاری دیگر از موضوع‌های فرهنگی و هنری انجام می‌شود، تعاریف دقیق خود را از شاخص‌های پژوهش رسانه‌ای نمی‌کنند.

برای مثال در موضوع سرانه مطالعه تعریف مفاهیمی همچون «مطالعه»، «کتابخوان» و برای عموم یا رسانه‌ها تبیین نمی‌شود اما با وجود این مساله، اطلاعات قابل توجهی در پیمایش یاد شده وجود دارد. وزیر ارشاد درباره جزئیات دیگر این پژوهش گفت: در این پیمایش سهم رمان و داستان از سبد مطالعه ایرانیان ۱۶/۵ درصد و در بین جمعیت کتابخوان ۲۵/۴ درصد است یعنی همچنان طبق آمارهای پیشین رمان و داستان هم در جمعیت کتابخوان و هم در جمعیت‌های عمومی رقم اول را دارد. رقم دوم مربوط به کتاب‌های دینی است که ۱۰/۱ درصد در میان کل پاسخگویان و ۲۶/۱ در میان جمعیت کتابخوان است. کتاب‌های دیگر ماتند تاریخ اجتماعی روانشناسی و... در رتبه‌های بعدی قرار دارند.

مقاله

ایجاد فرهنگ اینترنت از صفر

بوطرق کردن تردید مدیران شرکت‌ها تنها یکی از چالش‌های متعددی بود که از زمان تاسیس شرکت بیت (Bayt.com) در سال ۲۰۰۰ با آن مواجه بودم. در آن زمان، اینترنت در آمریکا و خیلی از کشورهای غربی به‌خوبی جا افتاده بود اما در دنیای عرب، کمتر از یک درصد مردم دسترسی آنلاین داشتند. کارفرماها و متقاضیان کار بطور کلی همدیگر را با ملاحظات تجاری و ارتباطات فردی پیدا می‌کردند؛ روشی ناکافی که انتخاب‌ها را محدود می‌کرد. هزینه‌ها را بالا می‌برد و حتی اگر نرخ بیکاری بالا بود، صاحبان کسب‌وکار در پیدا کردن استعدادهای مناسب با مشکل مواجه بودند. من در خانواده‌ای لبنانی متولد شدم که در سال‌های دهه ۶۰ میلادی در کویت ساکن بود. تا ۱۷ سالگی آنجا بودم و سپس به آمریکا رفتم تا در رشته مهندسی برق در دانشگاه استنفورد تحصیل کنم. در آن زمان، حضور در استنفورد بسیار هیجان‌انگیز بود. اری پیج و سرگئی برین، موسسان گوگل و جری یانگ و دیوید فیلو که می‌خواستند کار یاهو را شروع کنند، در آنجا دانشجو بودند. آن روزها که قبل از پیدایش مرورگرهای وب بود، استفاده از اولین نسخه‌های اینترنت هیجان زیادی داشت. من ساعت‌های زیادی به امکانات تکنولوژی جدید و تصور اینکه چطور می‌تواند دنیا را متحول کند، فکرمی‌کردم.

بعد از دریافت مدرک کارشناسی ارشد در رشته مهندسی سیستم‌های اقتصادی، در بانک آمریکا برلون که قدیمی‌ترین بانک سرمایه‌گذاری آمریکا بود، استخدام شدم. این بانک فقط بر چند صنعت معدود متمرکز بود که یکی از آنها تکنولوژی بود. من به تیم تکنولوژی آن پیوستم که روی چند معامله ادغام و تملک و همچنین عرضه اولیه سهام خوب کار می‌کرد. این تجربه به من در مورد اینکه چطور یک ایده صرف را تبدیل به یک شرکت کنم، درک عمیقی داد. خیلی زود این فکر به سرم زد که بنگاهی را در خاورمیانه راه‌اندازی کنم. برای دنبال کردن این رویا، تصمیم گرفتم به این منطقه برگردم و در سن ۲۳ سالگی به دبی آمدم. خانواده‌ام چند سال قبل تر به این شهر مهاجرت کرده بودند تا کسب‌وکار عمرانی پدرم رونق بیشتری پیدا کند. حدود یک سال در شرکت پدرم کار کردم. سال ۱۹۹۵ بود و پروژه‌های عمرانی و شرکت‌ها از سراسر دنیا به دبی سرازیر شده بودند. این اتفاق الهام‌بخش تاسیس اولین شرکت من به نام «اینفوفورت» (InfoFort) بود که خدمات بایگانی، بازیابی و مدیریت اسناد را ارائه می‌داد. بذر این ایده در روزهایی که در بانک سرمایه‌گذاری کار می‌کردم، کاشته شد.

یک دشواری و یک فرصت

یکی از این نیازها که در ابتدای کار اینفوفورت متوجه آن شدم، به اشتغال مربوط بود. برای پیدا کردن استعدادهای خوب، با مشکل مواجه بودیم. این مشکل از یک دشواری گسترده‌تر نشات می‌گرفت و البته یک قرصت هم بود. هم جوانان عرب به سختی کار پیدا می‌کردند و هم کارفرماها برای پیدا کردن نیروی مدنظر خود با مشکل مواجه بودند. چطور می‌توانستم آنها را به هم مرتبط کنم؟ به این نتیجه رسیدم که یک فضای بازار کاریابی آنلاین می‌تواند این مشکل را حل کند. این کسب‌وکار فقط برای حل مشکل بیکاری نبود، بلکه می‌توانست استفاده از اینترنت را در دنیای عرب گسترده دهد. منطق من این بود که مردم منطقه برای تامین معیشت خودشان هم که شده به اینترنت روی می‌آورند. من ایده تاسیس استارت‌آپ «بیت» را در سر داشتم که در عربی به معنی «خانه» است. این استارت‌آپ می‌توانست مرکزی باشد که میلیون‌ها نفر در آن کار پیدا کنند وزندگی بهتری داشته باشند.

همان ابتدای کار با یک مانع سخت مواجه شدم. نداشتن اقدام خیرهای که بتواند وبسایت بسازند. در آن زمان، متخصصان این حوزه در منطقه خیلی کم بودند. همچنین به یک کارشناس بازاریابی نیاز داشتم؛ کسی که بتواند با مردم عادی که تجربه کار با اینترنت را ندارند ارتباط برقرار کند و آنها را به طور خاص به سمت وبسایت ما هدایت کند. به یک مدیر قروش هم نیاز داشتم؛ کسی که تیمی را جمع کند که بتواند به صاحبان کسب‌وکار دسترسی پیدا کند و آنها را متقاعد کند که سایت مانسبت به روش‌های دیگر ترکیبی بهتر و بزرگ‌تر از متقاضیان کار در اختیار آنها قرار می‌دهد و باعث صرفه‌جویی زمانی و پولی برای آنها می‌شود. برای تشکیل چنین تیم اولیه‌ای، به شبکه شخصی خودم مراجعه کردم. مدیر تکنولوژی منظرم، برای شرکت‌های آکسنچر و اویراکل در منطقه خاورمیانه کار کرده بود و دانش فنی او به شهرت رسیده بود. خواهرم را که تجربه جهانی در کار بازاریابی داشت و با شرکت‌های پروکتر اند گمبل و جانسون اند جانسون همکاری کرده بود، به عنوان مدیر بازاریابی انتخاب کردم. مدیریت تیم قروش را هم به مدیری عملیاتی که یک کارآفرین سریالی و از دوستان نزدیکم بود، سپردم. در ژوئن ۲۰۰۰ شرکت بیت رسما کارش را با چهار کارمند، از جمله خودم، آغاز کرد.

مسیری به سوی سودآوری

معرفی بیت به دنبال راه‌اندازی چند پلتفرم عربی دیگر اتفاق افتاد؛ از جمله پورتال وب Planetarabia.com، سایت ترجمه Ajeeb.com و پورتال Maktoob.com. هر کدام از این شرکت‌ها از طریق صندوق‌های سرمایه‌گذاری خطرپذیر، تامین سرمایه‌های خوبی کرده بودند. شرکت‌هایی که زمان را از دست داده بودند، توانستند سرمایه‌گذار چندانی جذب کنند که ما هم جزو آنها بودیم. کل سرمایه ما ۴۰۰ هزار دلار بود که از دوستان و خانواده قرض گرفته بودیم. من برای تامین سرمایه سازمانی، سفرهایی به نیویورک، لندن و خاورمیانه داشتم. در این سفرها با سرمایه‌گذاران بالقوه زیادی گفتوگو کردم که فقط یکی از آنها شرایط خود را برای تامین سرمایه ۱/۵ میلیون دلاری برای ما فرستاد. با اینکه گزینه‌های دیگری برای جذب سرمایه نداشتیم، اما می‌دانستم خیلی زود خودکفا خواهیم شد. همین اتفاق افتاد و ظرف ۱۸ ماه جریان نقدی ما مثبت شد. در نهایت، وقتی جهش ملموس بیت شروع شد سرمایه‌گذاران جهانی به ما روی آوردند. با همه اینها بیت سهامی به کسی واگذار نکرده و کل مالکیت آن در اختیار بنیان‌گذاران است و این در حالی است که در تاریخچه ۱۹ ساله فعالیت شرکت، فقط یک دور تامین سرمایه داشته‌ایم.

تاسیس کسب‌وکار، کار آسانی نبود. علاوه بر اینکه مجبور بودیم خدماتمان را به شرکت‌هایی بفروشیم که هیچ تجربه‌ای در رابطه با اینترنت نداشتند، گاهی با برخی مدیران منابع انسانی ارتباط برقرار می‌کردیم که تا به حال با کامپیوتر هم کار نکرده بودند و با وجود هزینه‌های بالای روش‌های سنتی استخدام، وقتداری محکمی به آن داشتند. بنابراین، خودمان را ملزم کردیم که کوچک‌ترین جزئیات دنیای دیجیتال را به مشتریان آموزش دهیم. اولین مورگز وب را روی کامپیوترهای آنها نصب کردیم. روش اتصال به اینترنت را به مدیران منابع انسانی آموزش دادیم و رزومه‌ها را بررسی گرفتیم و به صورت دستی به آنها تدایم تا دسترسی به خدمات ما برای آنها آسان شود.

فراتر از دبی

برنامه ما از ابتدا این بود که از دبی فراتر برویم و ظرف سه سال ۱۲ دفتر دیگر در ایوظبی، ریاض، کویت، امان، قاهره و لاهور باز کردیم. در آن زمان، پدرم از من می‌پرسید چرا یک شرکت دیجیتال باید دفاتر فیزیکی خود را توسعه دهد و در پاسخ به او گفتم، هدف ما این است که فرهنگ کاری جدیدی ایجاد کنیم که افراد را در قلب عملیات قرار می‌دهد؛ فرهنگی که به سطح جدیدی از خدمات‌دهی به مشتری نیاز دارد. برای اینکه شرکت‌ها را در مورد ارزشی که می‌توانیم در اختیارشان قرار دهیم مدتیر کنیم، باید در دسترس‌شان باشیم و به مدیران آموزش دهیم که بازگشت سرمایه خود را به حداکثر برسانند. ما متعهد بودیم که خدمات روزانه در اختیارشان بگذاریم. مدل ما این نبود که یک مشکل خاص را حل کنیم و بعد بگذاریم و برویم. می‌خواستیم روابط عمیقی با مشتری داشته باشیم که اشتغال را به طور کلی افزایش دهد. توسعه عملیات در دفاتر کاری همچنین یک مزیت استراتژیک مهم داشت. وقتی شرکت‌های جهانی متوجه موفقیت ما می‌شدند، جای چندانی برای رقابت نداشتند. حرکت بعدی توسعه ما، تحول از یک ابزار کاریابی منطقه‌ای به یک پلتفرم تکنولوژی جهانی بود.

نتیجه‌گیری

روحیه کارآفرینی هنوز در تیم بیت قوی است و چون فرهنگ کاری ما با تمرکز بر خلاقیت و تولدمندسازی شکل گرفته به اکوایتوری برای پروژه‌های کارآفرینان در منطقه تبدیل شده‌ایم. در سال ۲۰۱۰ سایت GoNabit را راه‌اندازی کردیم که اولین سایت معاملات روزانه در خاورمیانه و شمال آفریقا محسوب می‌شود. در سال ۲۰۱۲ اعضای تیم ما پلتفرم YallaMotor را توسعه دادند که مخصوص خرید و فروش خودرو است. در سال ۲۰۱۱ خواهرم که مدیر بازاریابی ما بود، شرکت را ترک کرد تا استارت‌آپ خودش را که یک خردفروشی آنلاین برای محصولات مادر و کودک بود، تاسیس کند. مدیر قروشان هم بعد از ترک شرکت، چند استارت‌آپ موفق در منطقه راه‌اندازی کرده است. در ضمن، با به کارگیری تکنولوژی داده و هوش مصنوعی در کاریابی آنلاین، مسیرمان را در بیت گسترده‌تر کردیم. در هر منطقه تحت پوشش ما دو سوم نیروی کار رزومه‌های خود را در اختیار ما گذاشته‌اند. در واقع تعداد کاربران ثبت شده در سایت ما از کل جمعیت برخی کشورهای حوزه خلیج فارس بیشتر است.

مترجم: مریم رضایی

بریده جراید

اختلال شخصیت اجتنابی

همشهری- اختلال شخصیت اجتنابی یا دیوی گزین (Avoidant Personality Disorder)، یکی از اختلالات شخصیت گروه C است. فرار همیشگی از جمع، احساس حقارت، نداشتن اعتماد به نفس و حساسیت بیش از اندازه نسبت به دیدگاه و انتقادات دیگران، ویژگی اصلی کسانی است که دچار اختلال شخصیت اجتنابی هستند. این ویژگی‌ها بیش‌تر در پایان کودکی و آغاز نوجوانی در فرد دیده می‌شوند. کسانی که دچار این اختلال روان‌شناختی هستند از انتقاد، تأیید نشدن از سوی دیگران، پذیرفته نشدن و لاکنش‌های گفتاری-رفتاری دیگران می‌ترسند. آن‌ها احساس می‌کنند که دیگران می‌خواهند از آن‌ها ایراد بگیرند به دلیل همین ترس‌هایی که فرد به آن‌ها دچار است، از فرار گرفتن در جمع و دیدار با دیگران خودداری می‌کنند.

کسانی که دچار این اختلال شخصیتی هستند دوستان انگشت‌شماری دارند و با آنان هم چندان صمیمی نیستند. این افراد معمولاً شغل‌هایی را انتخاب می‌کنند که انفرادی باشد تا امکان دوری کردن از دیگران را داشته باشند. برای نمونه، رانندگی در جاده یا نگهبانی کارهایی است که برخی از شخصیت‌های اجتنابی بر عهده‌ی می‌گیرند. اما به این معنی نیست که هر کسی چنین کاری را انجام می‌دهد دچار شخصیت اجتنابی است.

اختلال شخصیت اجتنابی با اعتماد به نفس پایین، ترس از قضاوت شدن، احساس گناه و شرم ارتباط تنگاتنگی دارد. تجربه‌های تلخ دوران کودکی و نوجوانی به ویژه در تعامل با گروه همسالان می‌تواند زمینه را برای پیدایش این اختلال شخصیت فراهم کند. برای نمونه زمانی که کودکان و نوجوانان در تعامل با گروه همسالان مورد تمسخر یا طرد شدن قرار بگیرند این تجارب تلخ ممکن است برای سال‌های پیایی رنج و پریشانی را در فرد به همراه داشته باشد و زمینه را برای بروز اختلال شخصیت اجتنابی فراهم کند.

افرادی که در خانواده‌ای با روابط میان‌فردی ضعیف رشد پیدا می‌کنند بیش‌تر در خطر بروز این اختلال شخصیت هستند. هم‌چنین در شرایطی که پدر یا مادر دچار اختلال اضطراب اجتماعی، اضطراب فراگیر یا شخصیت اجتنابی باشد احتمال بروز اختلال شخصیت اجتنابی در فرزندان افزایش پیدا می‌کند. چون فرزندان از رفتارهای پدر و مادر الگوبرداری می‌کنند و تحت تأثیر آنان هستند. هم‌چنین عوامل ژنتیکی تیز ممکن است در این اختلال نقش داشته باشند.

تفاوت اختلال شخصیت اجتنابی و اختلال شخصیت اسکیزوئید

در هر دو اختلال فرد دچار گوشه‌گیری است. اما مهم‌ترین تفاوت اختلال شخصیت اجتنابی با شخصیت اسکیزوئید در این است که شخصیت اسکیزوئید، انزواطلبی و گوشه‌گیری را دوست دارد، ولی شخصیت اجتنابی را دوست ندارد و ولی تمی‌تواند در جمع باشد. شخصیت اجتنابی تشنه‌ی محبت و تعامل با دیگران است اما در برقراری این ارتباط احساس ناتوانی می‌کند.

هم‌ایندی اختلال شخصیت اجتنابی با دیگر اختلالات روان‌شناختی

اختلال شخصیت اجتنابی می‌تواند با دیگر اختلالات روانی مانند اختلال آگورافوبیا، اختلال اضطراب اجتماعی یا افوبیای اجتماعی، اختلال اضطراب فراگیر، پتیک افک و حتی اختلال شخصیت مرزی، همایندی یا Comorbidity داشته باشد.

در کتاب DSM ۵ تشابه‌های تشابهی و تشخیص اختلال شخصیت اجتنابی یاد شده است. به یاد بسپارید تنها با داشتن تشابه‌ها می‌توانید اختلال روان‌شناختی را تشابهی کنید. زیرا برخی از اختلالات روان‌شناختی تشابه‌های همانند با تزدیک به هم دارند و ممکن است در تشابهی اختلال دچار اشتباه شوید. برای نمونه ممکن است این اختلال را با اختلال شخصیت اسکیزوئید یا اضطراب اجتماعی اشتباه بگیرید به همین خاطر است که فرآیند تشابهی و درمان اختلالات روانی از سوی روان‌شناس انجام می‌شود.

تشابه‌های DSM ۵ برای اختلال شخصیت اجتنابی چنین است: فرد همیشه و در همه‌ی زمینه‌های زندگی در حضور دیگران احساس تراحتی و رنج می‌کند. احساس می‌کند ناتوان و بی‌کفایت است. تسبت به واکنش و ارزیابی منفی دیگران تسبت به خودش به‌شدت حساس است. این وضعیت از پایان نوجوانی و آغاز بزرگسالی پدید آمده و در شرایط گوناگون دیده می‌شود. این حالت را حداقل با ۴ مورد از موارد زیر تشان می‌دهند:

۱- از کار و شغل‌هایی که در آن‌ها نیاز به تماس اجتماعی، روابط میان‌فردی و تعامل اجتماعی زیاد است پرهیز می‌کند. چون از انتقاد، ایراد گیری یا مورد پذیرش تبودن می‌ترسد.

۲- دوست ندارد با دیگران روابط میان‌فردی و دوستانه‌ی تزدیک داشته باشد مگر این که مطمئن باشد که آن‌ها وی را دوست دارند.

۳- حتی هنگامی که با کسی روابط میان‌فردی و دوستانه دارد با احتیاط گفتوگو می‌کند و احساساتش را به آسانی بروز تمی‌دهد. تودار است و تگران این است که شرمنده یا مسخره شود.

۴- در موقعیت‌های اجتماعی و در تعامل با دیگران همیشه به این فکر می‌کند که ممکن است از او ایراد بگیرند یا بلوبرهایش را تیدیرند.

۵- در روابط میان‌فردی تراحت و در تعامل با افراد جدید عصبی می‌شود چون احساس ناتوانی و بی‌کفایتی می‌کند.

۶- احساس می‌کند که جذابیت شخصی تدارد، مهارت‌های اجتماعی تدارد یا خود را پایین‌تر از دیگران احساس می‌کند.

۷- معمولاً ریسک‌پذیر تیست. دوست تدارد در فعالیت‌های تازه شرکت کند چون ممکن است به دیگران ثابت شود که او تتوانا است و این باعث شرمندگی او شود.

درمان اختلال شخصیت اجتنابی

همان گونه که گفته شده برای اختلال شخصیت اجتنابی دارو درمانی کاربرد اساسی تدارد. در حقیقت داروها زمانی تجویز می‌شوند که بخواهیم میزان اضطرابی که فرد به آن دچار است را کاهش دهیم. پس در برخی از شرایط داروهای ضداضطرابی برای فرد تجویز می‌شوند. اما داروها قتش کنترل کننده دارند و فرآیند درمانی با روان‌درمانی انجام می‌شود.

روان‌درمانی اختلال شخصیت اجتنابی

برای درمان اختلال شخصیت روش‌های گوناگون مانند رفتاردرمانی شناختی یا CBT، طرح‌واره درمانی و روان‌کاوی کاربرد دارند. در روان‌درمانی این اختلال شخصیت تلاش بر این است که مهارت‌های اجتماعی و روابط میان‌فردی به فرد آموزش داده شوند. هم‌چنین باورهای تادرستی که فرد تسبت به دیگران و تعامل با آن‌ها دارد مورد بررسی قرار می‌گیرند تا باورهای درست جایگزین شوند. از آن‌جایی که اعتماد به تفس این افراد پایین است باید برای تغییر تگرش و خودپندارهای منفی فرد تلاش کرد. با افزایش اعتماد به تفس، روند اجتماعی شدن فرد شتاب پیدا می‌کند. یکی از چالش‌های مهم در فرآیند روان‌درمانی کسانی که دچار این اختلال شخصیت هستند جلب و حفظ اعتماد آنان است. اگر درمانگر تتواند به روان‌شناس اعتماد کند یا از فرآیند درمانی احساس تاامنی و ترس کند، روان‌درمانی اثر گذار نخواهد بود. روان‌شناس باید بتواند اعتماد درمانجو را جلب و حفظ کند.

یادداشت

اثر هنری یا هنرمند؟

گسترش امکان دسترسی به فضای عمومی یکی از پدیده‌های ارزشمند زمانه کنونی است. اینکه در روزگار ما به مدد اینترنت و فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی تقریباً همگان می‌توانند تا حدود زیادی دیدگاه‌ها و نظرات خود را آشکارا بیان کنند. قتی حدنشبه امری میمون و مبارک و ضروری است که آن را پاس بداریم و به بسط و تقویت آن دامن بزنیم. اما مثل هر پدیده علم و قرآیگری، این واقعیت ناگزیر پیامدها و نتایج ناخواسته‌ای هم دارد. از جمله جنگ‌طلبی هری فرانکفورت، فیلسوف امریکایی معاصر می‌گوید رواج سخنان یاوه و نااندیشیده، حرف‌هایی بدون زحمت، گتره‌ای و بدون مطالعه که مبنا و پشتوانه ندارد و معمولاً با انگیزه‌هایی ناگفته بیان می‌شود برای نمونه یکی از شیوه‌های رایج به اصطلاح نقد آثار هنرمندان امر از خوشنودگان و کارگردانان و بازیگران و... این شده که به زندگی خصوصی آنها سرک می‌کشند یا کردار و گفتار آنها را در عرصه عمومی ملاک قرار می‌دهند و بر مبنای آنها راجع به آنـ‌ری که این افراد خلق کردهاند اظهارنظر می‌کنند. برای مثال گفته می‌شود قیلم آن کارگردانی که سـور ماشین قلان می‌شود، ارزش دیدن نـدارد یا حتی در برخی موارد این به اصطلاح نقد از حمله کردن به اثر آن هنرمند (اعم از ـ) قراتر می‌رود و کلیت شخصیت او را زیر سـوال می‌برد. برای نمونه در به اصطلاح نقادی «آقـازاده»ای که از حق و حقوق مردم سـخن می‌گوید اما در قلان جا کسـرت می‌گذارد، هیچ کاری به اثر او ندارند و یکسره به تناقض گفتار و کردارش (بهزعم خودشان) بسنده می‌کنند.

برای روشن شدن بحث، باید چند موضوع را از هم متمایز کرد نخست اینکه نویسنده آگاه است که تفکیک زندگی خصوصی و زندگی عمومی در مورد هنرمندان به عنوان افرادی تاثیرگذار و پرمخاطب، کار سـاده‌ای نیسـت. شکی نیسـت افرادی که خواسته یا ناخواسته و درست یا غلط به الگوهای جامعه بدل شـده‌اند وظیفه و مسـوولیت بیشـتری نسبت به سایر افراد جامعه دارند. به خصوص که از مزایای شهرت بهره می‌برند و عموماً این اشتهار را به لطف جامعه کسب کرده‌اند. اگرچه بدون تردید اولاً کوشـش‌های شخصی آنها نیز در این زمینه دخیل بوده و ثانیاً با وجود همه مباحثی که راجع به ابهام مرزهای میان زندگی خصوصی و زندگی عمومی این افراد هسـت، به هر حال آنها نیز حریم خصوصی و خلوتی (privacy) دارند که حاضر نیسـتند حتی محکی است لااقلی آثار آنها نیز تخطی از پرداختن به اثر هنری و توجه به حواشی را یافت و نشان داد. بحث این نیست که هر چه آنها گفته‌اند یا کرده‌اند درسـت است. سخن بر سر آن اسـت که وظیفه منتقد هنری، نقد اثر هنری یا معیارهای زیبایی‌شناسـانه و عمومی (universal) به معنای خاص خودش اسـت. نه سر در حواشـی کردن و حرف‌هایی به ظاهر تند و تیز گفتن که بیان‌شـان چنانکه در آغاز نوشتیم، چندان هم دشوار نیسـت. بگذریم که با وجـود ادعای این به اصطلاح منتقدان، خطری هم برای شـان دربرندارد و در بهترین حالت به شهرت‌شـان می‌افزاید. یعنی همان چیزی که مدعی نقد آن هسـتند.

محسن آزموده

تلنگر

رشد مصرف کتب الکترونیکی در ایران

وزیر ارشـاد به تازگی آمارهای تازه از میانگین مطالعه کتاب در کشور را بر اساس یک پیمایش رسمی در پژوهشـگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات ارائه کرده است. این آمارها اطلاعاتی درباره میزان استفاده از کتاب‌های الکترونیکی ارائه کرده است که به نظر می‌رسـد تخسـتین اطلاعات رسانه‌ای شده در این باره باشد.

به گزارش پیام آشـنا، پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات در تازه‌ترین پیمایش رسمی خود نتیجه گرفته‌اسـت، سرانه مطالعه در کشور حدود یک‌ونیم ساعت مطالعه در هفته و روزانه ۱۳ دقیقه است. این رقم برای افراد کتابخـوان ۳۲ دقیقه در روز است. این پژوهش براساس جمع‌آوری اطلاعات از ۱۵ هزار و ۶۰۰ نمونه به نتیجه رسیده است.

وزیر ارشـاد با ارائه جزئیاتی از یافته‌های این پژوهش گفته است: «حدود ۲۰ درصد از افرادی که به‌عنوان نمونه در این پیمایش بودند گفتند: کتاب الکترونیک می‌خوانیم و در بین کتابخوان‌ها حـدود ۴۱/۵ درصد گفته‌اند کتاب الکترونیک می‌خوانند. یعنی عمـلا جریان کتاب دیجیتال و کتاب الکترونیک به‌عنوان یک قالب جدید در فضای کتابخوانی ما در حال رواج اسـت و حتما جریان نشر و کتابخوانی باید به این مسیر توجه داشته باشند.» همچنان که پیش از این در همین صفحه گزارش کردیم، اسـتفاده از کتاب‌های الکترونیکی به ویژه کتب صوتی در کشـورهای توسـعه یافته و در حال توسـعه روزبه‌روز رشد بیشتری را تجربه می‌کند و بسیاری از دولت‌ها نیز با فراهم کردن شرایطی که استفاده از کتاب‌های الکترونیکی را تسهیل می‌کند در این فرآیند حضور حمایتگرانه داشته‌اند.

بسیاری از کارشناسـان اعتقاد دارند استفاده از کتاب‌های الکترونیکی به دلیل کاهش تدریجی قیمت اسـتفاده از تکنولـوژی، ارزان‌تر از پیش شود و این موضوع در کنار کمک به حذف کاغذ، انعطاف‌پذیری اسـتفاده از این نوع کتاب‌ها و محبوبیت عمومی آنها را بیشتر از پیش خواهد کرد. معمولا پژوهش‌هایی که درباره سرانه مطالعه کتاب و همچنین بسـیاری دیگر از موضوع‌های فره