کافه کتاب

جرأت داشته باش

روش‌هایی برای افزایش اعتمادبه‌نفس
نویسنده: فردریک فانژه
مترجم: فاطمه فراهانی
گوینده: دادبه دادمهر
گروه گردآوری و ترجمه سبکتو
انتشارات سبکتو

پیام آشنا: میکرو کتاب صوتی جرأت داشته باش خلاصه‌ای از کتاب «جرأت داشته باش» اثر فردریک فانژه روان‌درمان گر فرانسوی است. فانژه در این کتاب راهکارهایی آثربخش را برای افزایش اعتمادبه‌نفس ارائه کرده است. او می‌کوشد به کسانی که جرأت و اعتمادبه‌نفس خود را از دست داده‌اند، کمک کند. دلایل این فقدان را بفهمند و در بازیابی این ویژگی حیاتی توفیق یابند؛ چراکه به گفته او از دست دادن اعتمادبه‌نفس عواقبی خطرناک خواهد داشت.

درباره کتاب صوتی جرأت داشته باش

کتاب صوتی جرأت داشته باش اثری از فردریک فانژه نویسنده، روان‌پزشک و روان‌درمان‌گر فرانسوی است. او در این کتاب از اهمیت «اعتمادبه‌نفس» و راهکارهای رسیدن به این توانایی ضروری سخن گفته است. اولین نکته‌ای فانژه برای خوانندگان و شنوندگان کتاب این است که بازیابی اعتماد به نفس در انسان محدود به سن و جایگاه نیست. «اشکالی ندارد که اگر در حال حاضر از اعتمادبه‌نفس خوبی برخوردار نیستید. همیشه امکان تغییر وجود دارد و هر روز می‌تواند متولد شود.» این جمله مصداق «هاهی را هر وقت از آب بگیری، تازه‌ست» و اولین پیش‌زمینه‌ای برای هر تغییری از جمله بازیابی اعتمادبه‌نفس است. اهمیت داشتن اعتمادبه‌نفس بر کسی پوشیده نیست اما فانژه در آغاز کتاب صوتی جرأت داشته باش بر یک اصل مهم تأکید دارد: «اگر اعتمادبه‌نفس در هر یک از ما کاهش یابد یا از بین برود، عواقب خطرناکی خواهد داشت.» کمبود اعتمادبه‌نفس طیف وسیع و متنوعی از مشکلات را ایجاد می‌کند؛ از ناتوانی در برداشتن قدمی کوچک که می‌تواند حسرتی عاطفی به درازای عمر انسان ایجاد کند، تا عقب‌نشینی در موقعیت حساس کاری که فرصت‌سوزی و خسران را باعث می‌شود به گفته فانژه زندگی ما در ابعاد مختلفی می‌تواند به‌خاطر کمبود اعتمادبه‌نفس تحت تأثیر قرار بگیرد؛ خواه مسیر شغلی، خواه زندگی شخصی و یا رابطه با دوستان. او با تکیه بر تجربه‌های که از مراجعان خود به‌دست آورده، تلاش می‌کند تا دلیل خود را در زمینه بازیابی اعتمادبه‌نفس به گونه‌ای مؤثر و نظام‌مند به مخاطبان پرشمارش ارائه دهد.

فانژه در فصل اول کتاب از سازوکارهای اعتمادبه‌نفس سخن گفته است. از چرخه‌ی چندمرحله‌ای شکست که با غالب شدن بر ذهن انسان، او را از حرکت بازمی‌دارد. فانژه پس از توضیح این چرخه، معکوس کردن آن را نیز بررسی کرده است. فانژه برای روشن شدن این عارضه از مثال‌های ساده و قابل درکی استفاده نموده است.

فصل دوم کتاب صوتی جرأت داشته باش به توضیح مشکلاتی اختصاص یافته که ریشه در کودکی و نوجوانی انسان دارد. عدم اعتمادبه‌نفس عموما از همین دوران سرچشمه می‌گیرد. نیاز به دوست داشته شدن یا در مرکز توجه قرار گرفتن، یکی از معضلاتی است که در کودکی جوانه می‌زند و در سنین بالاتر به درختی تنومند و مسموم تبدیل می‌شود. گاهی خصوصیتی ناشایست همچون «خودشیفتگی» روی دیگر عدم اعتمادبه نفس است که باعث می‌شود انسان به یک وجه وجود خود بطور نامعمول تکیه کند و آزار اطرافیان و در پی آن خود را به همراه آورد. او در این بخش به آفت بزرگ «پیش‌داوری» نیز پرداخته و رابطه‌ی آن را با عدم اعتمادبه‌نفس بررسی کرده است.

بخش سوم کتاب عبارت است از راهکارهای فانژه برای رسیدن به سطح مطلوبی از اعتمادبه‌نفس است. او کلیدهای اصلی دستیابی به اعتمادبه‌نفس و راه‌های فائق آمدن بر موقع رسیدن به این ویژگی حیاتی انسان را مطرح کرده است.

کتاب «جرأت داشته باش» توانسته مخاطبان بسیاری به خود جذب کند و به همین جهت به زبان‌های مختلفی ترجمه شده است. میکرو کتاب صوتی جرأت داشته باش با ترجمه فاطمه فراهانی توسط انتشارات سبکتو و با گویندگی دادبه دادمهر منتشر شده است و خلاصه‌ای از کتاب اصلی است.

درباره فردریک فانژه

فردریک فانژه **(Fredrich Fanget)**، نویسنده، روان‌پزشک، روان‌درمان‌گر، عصب‌شناس و پژوهشگر فرانسوی است. او در یازدهم آوریل سال ۱۹۵۵ در لیون فرانسه به دنیا آمد. فانژه در رشته‌های متعددی در حوزه‌ی روان‌درمانی و روان‌پزشکی از جمله درمان شناختی-رفتاری، آسیب‌شناسی خواب و بیداری و روابط جنسی تحصیل کرده و مقالات پرشماری را منتشر نموده است. فانژه بعضی از فرانسه در دانشگاه‌های کشورهای دیگر مانند بلژیک و سوئیس به تدریس روان‌درمانی و رفتاردرمانی پرداخته است. او همچنین کارگاه‌ها و همایش‌های مختلفی را در زمینه روان‌درمانی، استرس، افسردگی و اعتمادبه‌نفس برگزار کرده است. فانژه در برقراری ارتباط با عموم مردم چه از طریق برنامه‌های تلویزیونی و چه سخنرانی‌های رودررو و انتشار کتاب‌های عمومی بسیار موفق بوده است. فانژه علاوه‌بر این در بیمارستان‌ها و مطب خود به درمان مراجعان خود به‌ویژه کسانی که از فوبیای اجتماعی رنج می‌برند، می‌پردازد. او پژوهش‌های مهمی در زمینه اعتمادبه‌نفس و راهکارهای ارتقای این ویژگی ضروری انجام داده و کتاب جرأت داشته باش او در این زمینه، یکی از موفق‌ترین و محبوب‌ترین آثار مکتوب است. از کتاب‌های دیگر فانژه‌می‌توان به «زندگی مشترک جرأت می‌خواهد» و «هدیوت رفتارهای یکهویی» که به فارسی نیز ترجمه شده‌اند، اشاره کرد. او علاوه‌بر کتاب‌های عمومی، کتاب‌هایی تخصصی نیز در حوزه‌ی پژوهشی خود تألیف کرده است.

شنیدن کتاب صوتی جرأت داشته باش را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم؟

شنیدن کتاب صوتی جرأت داشته باش را به کسانی که احساس می‌کنند آن‌گونه که باید از اعتمادبه‌نفس برخوردار نیستند پیشنهاد می‌کنیم. اعتمادبه‌نفس یک ویژگی ضروری و فراتر از یک امتیاز رفتاری است؛ ازاین‌رو شنیدن کتاب جرأت داشته باش برای همه مفید و خواندنی خواهد بود. اگر فرصت کافی ندارید، می‌توانید با شنیدن این میکرو کتاب، نکته‌های اصلی کتاب را درک کنید.

بخشی از کتاب جرأت داشته باش

اگر در زندگی‌تان دچار کمبود اعتمادبه‌نفس باشید، این موضوع روی روابط شخصی، زندگی کاری و روابط اجتماعی شما تاثیر منفی می‌گذارد. دائما در رنجی قرار می‌گیرید که نمی‌دانید باید برای کاهش این رنج چه کاری انجام دهید. همین موضوع نشان می‌دهد که قبل از به کارگیری راه‌حل‌هایی برای کاهش ضعف در اعتمادبه‌نفس باید با ساز و کارهای آن به خوبی آشنا شوید. این شناخت به شما کمک می‌کند تا متوجه شوید که در چه مسیری قرار دارید و برای بهبود اعتمادبه‌نفس خود چه کاری باید انجام دهید. کمبود اعتماد به نفس، چگونه زندگی شما را از بین می‌برد؟ طبیعتا اگر به دنبال بررسی عواقب خطرناک اعتمادبه‌نفس در زندگی‌مان باشیم، این موضوع خود را به صورت‌های ناملایمی نشان می‌دهد. یعنی عواقب کمبود اعتمادبه‌نفس سنگین است. می‌خواهید کاری را انجام دهید، اما انجام نمی‌دهید، می‌خواهید به جلو حرکت کنید، اما هزاران دلیل و بهانه برای متوقف شدن پیدا می‌کنید به همین دلیل دائما در ترس، نگرانی و عدم‌رضایت از خود به سر می‌برید. گاهی هم دیگران را دلیل نرسیدن‌های خود می‌دانید به هر حال احساسی که دریافت می‌کنید، شکست است. این شکست‌ها باعث شدت گرفتن کمبود اعتمادبه‌نفس در شما می‌شود. افرادی که دچار این مشکل هستند همیشه یک تصویر منفی از خودشان دارند و این تصویر را در هر شرایط و موقعیتی با خودشان حمل می‌کنند. این ساز و کارهای کمبود اعتمادبه‌نفس، قدرت تغییر و تحول دارند و می‌توانند شما را وارد ابعاد جدیدی از زندگی کنند.

«مدیر کل دفتر توسعه کتاب وزارت ارشاد» در البرز مطرح کرد:

کاهش کتاب‌های فاقد مجوز و مردود در دولت سیزدهم

مدیرکل دفتر توسعه کتاب و کتابخوانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با اشاره به کاهش کتاب‌های فاقد مجوز و مردود در دولت سیزدهم، به ضرورت استفاده از هوش مصنوعی برای مقابله با کتاب‌سازی تأکید کرد.

به گزارش پیام آشنا، محمدحسین ظریفیان روز یکشنبه- نهم بهمن‌ماه در دیدار با تعدادی از ناشران و نویسندگان استان البرز با اشاره به اینکه استفاده از هوش مصنوعی یکی از راهکارهای وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی برای مقابله با پدیده ضد فرهنگی کتاب‌سازی است، افزود: در حال برنامه ریزی برای مقابله جدی با پدیده کتاب سازی هستیم.

وی ناکتاب را هم یکی دیگر از پدیده‌های ناخوشایند حوزه فرهنگ دانست و ادامه داد: برخی نوشته‌ها در قالب کتاب نمی‌گنجند اما برخی ناشران به منظور کسب سود مادی بیشتر برای این کتب مجوز دریافت می‌کنند.

ظریفیان در ادامه با اشاره به کاهش کتاب‌های فاقد مجوز و مردود در دولت سیزدهم، گفت: هر کتابی که بر اساس ضوابط نشر منتشر شود یک سرمایه اجتماعی برای کشور است.

وی در ادامه به برنامه گفت و گو و تعامل در دولت سیزدهم با نویسندگان و اهل علم و پژوهش اشاره کرد و افزود: بر خلاف تبلیغات رسانه‌های بیگانه و تصور عمومی، میانگین کتاب‌های رد شده در چهار دهه گذشته حدود دو درصد بوده است؛ در حالی که در دولت سیزدهم میانگین رد کتاب کاهشی بوده و این آمار به حدود ۱.۲ درصد رسیده است.

مدیرکل دفتر توسعه کتاب و کتابخوانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با بیان اینکه بیشتر کتابهایی که رد صلاحیت شده‌اند برخلاف باور عمومی در حوزه مسائل سیاسی نیستند؛ اظهار کرد: بیشتر کتاب‌های فاقد مجوز در خصوص مسائل غیراخلاقی، مسائل الحادی، ترغیب به خشونت و تروریسم بوده است.

ظریفیان با تاکید بر اینکه برخی از این کتاب‌های فاقد مجوز در هر کشوری با هنجارها و باورهای عمومی همخوانی ندارد، اضافه کرد: سیاست وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در دولت سیزدهم، تعامل حداکثری با نویسندگان و پژوهشگران است و به همین آمار کتاب‌های مشروط در این دوره رشد داشته تا به جای رد صلاحیت کتاب، فرصت اصلاح و بررسی بیشتر کتاب فراهم شود.

رئیس شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی البرز:

بیشتر برنامه‌های دهه فجر امسال در مدارس برگزار می‌شود

رئیس شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی البرز گفت: دشمن در چند ماهه اخیر جامعه هدف خود را نوجوانان و جوانان قرار داده است و ما نیز بیشتر برنامه‌های دهه فجر را در مدارس و مراکز با حضور نوجوانان و جوانان برگزار می‌کنیم.

به گزارش پیام آشنا، حجت‌الاسلام علیرضا ابراهیمیان اظهار کرد: همان‌طور که خداوند در قرآن کریم فرمود که چه بسا گروه اندکی بر گروه کثیری پیروز می‌شوند، مردم مؤمن ایران نیز با اتکا به ایمان و باورشان به خدای بزرگ موفق شدند بر گروه کثیر دشمنان پیروز شوند و انقلاب اسلامی با یاری خداوند و براساس قوانین الهی به پیروزی رسید.

وی با بیان اینکه جهان از پیروزی انقلاب اسلامی شگفت‌زده شد، افزود: هر چقدر مردم باور و ایمان قوی داشته باشند می‌توانند بر روی آرمان‌های خود ایستادگی کنند که مردم ایران با ایمان و باور خود پیروزی انقلاب را رقم زدند.

ابراهیمیان با اشاره به اهدافت اخیر به ساحت مقدس قرآن کریم گفت: کسانی که قرآن را می‌سوزانند نمی‌خوانند مردم جهان با کلام خدا آشنا شوند و به‌دنبال از بین بردن روح آزادگی در جهان هستند، اما نمی‌توانند بر نور خدا غلبه کنند. امروز پرچم مقاومت اسلامی در دست مردم ایران است قبل از انقلاب اسلامی مردم توانستند با تکیه بر ایمان به خدا راه جهان را تغییر دهند و امروز تلاش رسانه‌های معاند علیه نظام جمهوری اسلامی ایران به‌دلیل دستاوردهای مهم انقلاب اسلامی است.

رئیس شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی البرز با اشاره به اینکه برنامه‌های دهه فجر امسال براساس ترکیبی از مسائل روز و حوادث سه ماه اخیر برنامه‌ریزی شده است، بیان کرد: دشمن در چند ماهه اخیر جامعه هدف خود را نوجوانان و جوانان قرار داده است و ما نیز بیشتر برنامه‌های دهه فجر را در مدارس و مراکز با حضور نوجوانان و جوانان برگزار می‌کنیم.

ابراهیمیان با اشاره به فعالیت ۲۰ کمیته دهه فجر در سطح استان البرز گفت: برنامه‌های دهه فجر با همکاری مردم و مسئولان در قالب مسابقات ورزشی و فرهنگی و با عنوان «فجر قهرمان» برگزار می‌شود و افتتاحیه این برنامه‌ها در پاسخ به اهانت به ساحت قرآن کریم با یک محفل انس با قرآن آغاز می‌شود. همچنین محفل انس با قرآن همزمان با اولین روز دهه فجر در روستای هیو-سولجاجاغ بعد از نماز مغرب و عشا با حضور قاریان بین‌المللی و مدیران استانی برگزار می‌شود.

وی ادامه داد: افتتاحیه پروژه‌های مهم استان، فعالیت گروه‌های جهادی در جهت محرومیت‌زدایی و ساخت منازل نیمه کاره، برپایی میز خدمت با حضور مدیران استان برای رفع مشکلات مردم، برگزاری موکب‌های شادی در سطح شهر، توزیع بسته‌های معیشتی میان خانواده‌های کم‌برخوردار، برگزاری جشن‌های خانوادگی برای خانواده‌های کارمندان و کارگران و جشن دستاوردهای انقلاب در شهرک دارویی برکت از جمله برنامه‌های دهه فجر در استان البرز است.

رئیس شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی البرز بیان کرد: برگزاری رژه موتوری در ۱۲ بهمن، مسابقه ایمیشیتی ویژه دانش‌آموزان و اهدای جایزه هر روز به ۱۵ دانش‌آموز و حضور یک دانشجوی نخبه در مراسم راهپیمایی روز ۲۲ بهمن به‌عنوان سخنران، برگزاری کرسی‌های آزاداندیشی، پاسخ به سؤالات دانش‌آموزان و دانشجویان توسط کارشناس با تجربه در مدارس و مراکز علمی نیز از دیگر برنامه‌های دهه فجر امسال است.

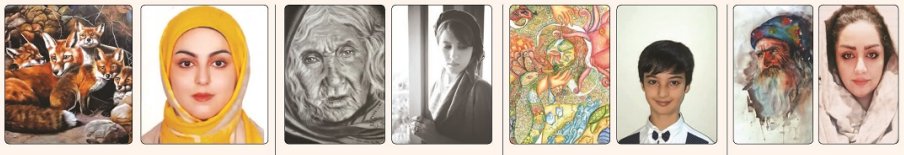
ابراهیمیان با اشاره به ترتین فضای شهر به بنرهای مرتبط با دستاوردهای انقلاب اشاره کرد و گفت: پیش از این روی بنرها جملات ساده‌ای چون «دهه فجر مبارک باد» نقش بسته بود، اما امسال تصمیم گرفتیم دستاوردهای ایران اسلامی را که رسانه‌های معاند نمی‌گذارند به گوش و چشم جوان ما برخورد در قالب بنر معرفی شود و زینت‌بخش شهر ما باشد.

امیدآفرینی، معنویت، معرفی هویت و شاد خواهد بود و اگر جوانان ما با هویت خود و ارزش‌هایشان آشنا شوند می‌توانند حقایق را دریابند و لازمه آن ایجاد ارتباط با خداوند متعال است.

در گفت‌وگو اختصاصی پیام آشنا مطرح شد:

خلاقیت؛ عامل ایجاد تفاوت میان آثار هنری

پیام آشنا- به بهانه برپایی نمایشگاه آنلاین هنرهای تجسمی «ربان رنگی» که با همکاری گروه‌های هنری و به همت الهام نیک روش برگزار شد، با ۴ تن از هنرمندان برتر شرکت کننده در این نمایشگاه به گفت و گو نشستیم که مشروح آن در پی می‌آید:



ملیحه‌مهدی، هنرمندنقاش خودتان رامعرفی کنید.

ملیحه مهدی متولد ۱۳۶۲ و فوق دیپلم حسابداری هستم. ۶ سال که بطور حرفه ای دارم آبرنگ کار می کنم.

روند آفرینش یک اثر هنری برای شما از ابتدا تا انتها چه مراحلی را پشت سر می گذارد؟

در تک تک لحظات با عشق و ذوق فراوان به کارم ادامه می دم.

چقدر برایتان مهم است که اثر شما همان گونه‌ای درک شـــود که شما می‌خواهید؟

بی شک خیلی مهم است. چون دوست دارم نگاه بیننده به اثرم مثل مثل خودم باشه.

محمد،ماهان ملازاده، هنرمندنقاش خودتان رامعرفی کنید.

من محمد ماهان ملازاده هســتم،۱۲ ســالم است، به نقاشی و هنر علاقه زیادی دارم و با پیشتکار مادرم، نقاشی های زیادی کشیدم و مقام های زیادی به دست آوردم، ولی مهمترین آرزویم که برایش بسیار تلاش می کنم، ساخت سیکی بنامم خودم است.

نقاشی وطراحی رااز چه زمانی شروع کردید؟

از زمانی که می توانستم مداد را در دستم بگیرم نقاشی را شروع کردم و نتوانستم با گذر زمان و تلاش های بیشتر به موفقیت کنونی برسم و هنوز برای پیشرفت تلاش می کنم.

ایده های نقاشی و طراحی را به چه صورت بدست می آورید؟ ذهنی یا از هنرمندان دیگر ایده می گیرید؟

زمانی که اسم یک موضوع به گوشم می خورد فکرها و ایده های نو مثل صاعقه از ذهنم شکل می گیرد، با آن ایده های کوچک جلو می روم و بعدها که در حال کار هستم، ایده های بیشتری به کارم اضافه می کنم.

بریجهر باوری، هنرمندطراح ومعمار خودتان رومعرفی کنید؟

من بریجهر باوری معمار و طراح هستم. برای یک معمار خلق کردن همیشه مسیری لذت بخش است. نقاشی برای من حس تکرار تجربه آفرینش اما در دنیایی غیرمادی و بدون محدودیت است.

روند آفرینش یک اثرهنری برای شما چگونه است؟

زمانی که موضوعی را برای نقاشی انتخاب می کنم روزها به خلق کردن همینه، مسیری لذت بخش است. نقاشی برای من حس تکرار تجربه آفرینش اما در دنیایی غیرمادی و بدون محدودیت است.

چقدر برایتان مهم است که اثر شما همان گونه‌ای درک شود که شما می‌خواهید؟

برای هر نقاش یا یک سوژه یکسان ممکن است یک یا چند ویژگی پررنگ تر دیده و انتقال داده شود. از نگاه من خروجی تلفیقی از احساسات سوژه و شخص نقاش است. اگر در پایان کار حسی که بیننده از کار دریافت می کند، احساسات دریافتی نقاش از سوژه باشد به این معناست که هنرمند پیامش را به درستی انتقال داده است.

ملیحه‌نعیمی،هنرمندنقاش خودتان رومعرفی کنید؟

ملیحه‌نعیمی‌هستم،۲۷ ساله،با اینکه تحصیلات آکادمیک و دانشگاهی در رشته هنر ندارم اما همیشه جزو دغدغه های زندگی‌ام بوده، حتی اگر گاهی به دلیل مشغله ها کمرنگ شده اما پابرجا بوده است.

اصول روند آفرینش یک اثر هنری برای شما از ابتدا تا انتها چه مراحلی را پشت سر می گذارد؟

ابتدایی ترین و البته مهمترین قدم ایده پردازی است. که گاهی این ایده ها فی البداهه و گاهی با تحقیق و تامل به دست می آید. سپس بر اساس ایده اولیه توانایی هنرمند در خلق آن از اجزای فکار ناپذیر است. آشنایی با تکنیک ها، اصول و ابزار ساخت است که می تواند یک ایده منفعل را به فعلیت برساند، البته نمی تول منکر نقش مهم خلاقیت در آفرینش یک اثر هنری بود چراکه این خلاقیت انفرادی و خاص هر هنرمند است که می تواند تفاوت ها را خلق کند و آثار منحصر به فردی را به وجود آورد.

چقدر برایتان مهم اســت که اثر شما همان گونه‌ای درک شود که شما می‌خواهید؟

چیزی که همیشه باعث رضایت خاطر هنرمند می شود این است که ارزش کار او درک شود، و مخاطب بتلد که خلق یک اثر حاصل سال‌ها تجربه و زحمت و هزینه بوده است. اما در نحوه استبناط فرد از نگاه یک بیننده باید گفت یک مخاطب، تمام و کمال حق درک و استنباط شخصی خود را دارد و لزوما اصراری به درک اثر به همان گونه که هنرمند با درک احساس و دید خود آن را خلق کرده نیست.

چند بلیت در جشنواره فیلم فجر به هر نفر فروخته می‌شود؟

مدیر فناوری اطلاعات چهل‌ویکمین جشنواره فیلم فجر اعلام کرد که برنامه نمایش جدول سینماهای مردمی بدون مشکل اجرا خواهد شد و در بلیت فروشی امسال تعداد بلیت‌هایی که با هر شماره تلفن همراه میتوان خرید نیز افزایش یافته است.

به گزارش پیام آشـــنا به نقل از ایسنا، میلاد شـــکرخواه درباره ظرفیت بلیت‌هایی که امسال عرضه خواهد شد بیان کرد: ظرفیت کلی با سال قبل تفاوت چندانی ندارد که رقم جزئی‌تر آن را در روزهای آینده می‌توان اعلام کرد ولی تفاوت بلیت‌فروشی امسال نسبت به سال گذشته در این اســـت که قبلاً از هر شماره موبایل امکان خرید دو بلیت از هر فیلم وجود داشـــت که با توجه به تقاضاهای مطرح شده، امسال برای هر شماره تلفن همراه، امکان خرید چهار بلیت از هر فیلم در سامانه‌های اعلام شده، فراهم شده است.

او افزود: قیمت بلیت هم به تناسب (نوع و درجه کیفی) سینما با دو نرخ ۳۵ و ۴۵ هزار تومان عرضه خواهد شد.

شکرخواه در پاسخ به اینکه شنیده شده نسخه نهایی بعضی از فیلم‌ها هنوز آماده نشـــده و این مسئله جدول سینماهای مردمی را دچار مشکل نمی‌کند؟ گفت: تمام فیلم‌ها مطابق با جدول اعلام شده و بدون نمایش مشکل نمایش داده خواهند شـــد و روال همانند عملیات خرید فیلم است؛ یعنی اطلاعات فیلم‌ها با مشخصات سانس، روز و سالن سینما به طور کامل برای انتخاب در اختیار مخاطبان قرار خواهد داشت.

وی درباره نحوه تحویل بلیـــت هم توضیح داد: مطابق با سال‌های گذشته عملیات خرید بلیت، آنلاین اتفاق می‌افتد و تماشـــاگران با مراجعه به سالن‌های سینما می‌توانند از کیوسک‌های تعبیه شده در سالن‌ها کد خرید را وارد کرده و بلیت چاپ شده را در اختیار بگیرند و به تماشای فیلم‌ها بروند.

شکرخواه درباره فروش حضوری بلیت در گیشنه سینماها هم گفت: با توجه به آن که نمی‌خواهیم سردرگمی و ازدحامی برای مردم ایجاد شود و نیز برای برقراری یک وحدت رویه، بلیت‌ها فقط به صورت اینترنتی عرضه خواهند شد و اصلا مثل دوره‌های قدیمی جشنواره فروش بلیت به صورت حضوری و کاغذی در گیشـــه نداریم. البته برای زمان شروع و برگزاری جشنواره هم یک ظرفیت معینی را تحت عنـــوان فـــروش روزانه در نظر گرفته‌ایم که مردم می‌توانند از آن استفاده کنند.

فروش بلیت فیلم‌های جشـــنواره برای مردم از ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۰ بهمن ماه ۱۴۰۱ آغاز خواهد شد به صورت برخط و از طریق ســـامانه‌های آی‌تیکت (iticket.ir)، ایران‌تیک (irantic.com) و گینـــه هفت (gishehv.ir) خواهد بود.

کوتاه از استان

۸۵ مسجد البرز میزبان مراسم معنوی اعتکاف می‌شوند

معاون فرهنگی، آموزشی و پژوهشی تبلیغات اسلامی البرز گفت: امسال پس از سه سال محدودیت‌های کرونایی مراسم اعتکاف به‌صورت کاملا حضوری در ۸۵ مسجد استان برگزار می‌شود.

به گزارش پیام آشنا، حجت‌الاسلام محمد صفوی با اشـــاره به اینکه ۸۵ مسجد اســـتان برای میزبانی مراسم معنـــوی اعتـــکاف آماده شـــدند، اظهار کرد: امســـال پس از سه سال محدودیت‌های کرونایی مراسم اعتکاف به‌صورت کاملا حضوری در مساجد برگزار می‌شود.

وی با اشاره به اینکه پیش‌بینی می‌کنیم امسال بیش از ۱۰ هزار نفر در مراسم معنوی اعتکاف در سراسر اســـتان حاضر شوند، گفت: برگزاری حلقه‌های معرفت، کرسی‌های تلاوت قرآن، اقامه نماز جماعت، برگزاری سخنرانی مذهبی، مولودی‌خوانی و برگزاری گفتمان دینی با موضوعات گام دوم انقلاب، جهاد تبیین، بررسی هجمه‌های دشمنان علیه ایران و... از جمله برنامه‌های در نظر گرفته شده در این مراسم معنوی است.

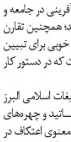
این مسئول به حضور مبلغان در این مراسم معنوی اشاره کرد و افزود: برای این مراسم علاوه بر مبلغان و روحانیون مستقر در هر منطقه، تعدادی مبلغ ملی نیز به‌صورت چرخشی در نقاط مختلف استان حضور می‌یابند و مطالب تبیینی و معارف و معالم قرآن و اهل بیت(ع) را به معتکفان ارائه خواهند داد؛ این مباحث با پیوست‌هایی همچون جهاد تبیین، امید آفرینی در جامعه و دعوت به وحدت و همدلی همراه می‌شـــوند؛ همچنین تفاوت مراســـم اعتکاف با ایام‌الله دهه فجر، فرصت خوبی برای تبیین دســـتاوردهای انقلاب و معارف اسلامی است که در دستور کار مبلغان قرار دارد.

معاون فرهنگی، آموزشـــی و پژوهشی تبلیغات اسلامی البرز تصریح کرد: همچنین دعوت از قاریان و اســـاتید و چهره‌های برجسته قرآنی اســـتان و حضور در مراسم معنوی اعتکاف در جای‌جای استان جهت برپایی محافل انس با قرآن کریم نیز در دستور کار قرار دارد.

صفوی در پایان با بیان اینکه ما وظیفه داریم در راســـتای بهتر برگزار شدن این مراسم معنوی فعالیت ویژه‌ای انجام دهیم، گفت: با توجه به هجمه‌های اخیری که دشمنان با انجام انواع عملیات فریب علیه نوجوانان و جوانان صورت دادند، باید روشـــنگری اساسی در این زمینه صورت دهیم که اعتکاف محل مناسبی برای تبیین مسائل مختلف برای آحاد مردم است.

یادداشت

رضایت شغلی در سازمان‌ها



شیما سادات موسوی میر کلایی

سازمان‌های رســـمی بـــه گروه‌هایـــی از افـــراد اطلاق می‌شـــوند که برای رســـیدن بـــه اهـــداف مشـــخص، کوشش‌هایشان را هماهنگ می‌ســـازند. هرجـــا موضوع گروه‌های انسانی و مجموعه‌های ازافرادمطرح‌می‌شودمفاهیمی از قبیل روابط میان فردی، اهداف مشـــترک، منفعت جمعی و انگیزه‌های ارتباطی و مشارکتی و رهبری نیز مطرح خواهند شد. بدیهی است سازمان‌ها بدون ایجاد و حفظ رضایت شغلی در کارکنان خود در طولانی‌مدت در رسیدن به اهداف خود موفق نخواهند بود. امروزه بخش عمده‌ای از کارکنان دولتی در تلاش برای بازنشـــستگی زودتر از موعد، جابه‌جایی و یا راه‌هایی برای استفاده از مرخصی‌های طولانی مدت هستند. به نظر میرسد با وجود دریافتی ناکافی، عـــدم وجود فرصت‌های برابر و انعطاف در مجموعه‌های دولتی، رضایت شغلی به یکی از مولفه‌های آسیب‌پذیر در سازمان‌ها بدل شده. در همین راســـتا یکی از وظایف خطیر هر مدیری تلاش جهت افزایش رضایت شغلی کارکنان است که در نتیجه آن عملکرد، روابط میـــان فردی و برخورد با ارباب رجوع و همکاران و انگیزه و خلاقیت در کار افزایش و فرسودگی شغلی نیز کاهش می‌یابد.

تحقیقات نشان می‌دهد عوامل متعدد درونی و بیرونی در افزایش رضایت شغلی نقش دارند که در این متن تلاش شده به وظایف مدیران در این خصوص اشاره گردد.

مواردی از قبیل وجودروابط میان فردی مثبت، روحیه انتقادپذیری مدیر، ایجاد زمان و اهداف مشترک سازمانی، وجود برابری در ارتقا سازمانی و همچنین بهرمندی از منافع مالی به صورت عادلانه، فرصت‌های برابر ترفیع و وجود بازخورد صحیح و به موقع به رفتار و عملکرد فرد و حتی فضای فیزیکی مناسب مانند نور کافی و محیط آرام همگی از مواردی است که ضروریست هر مدیری جهت افزایش رضایت شـــغلی کارکنان به آنها اهتمام ورزد. یکی دیگر از مولفه‌های تاثیرگذار بر رضایت شغلی تناسب شغل-شخصیت است. در صورتی که مدیر در مشـــخص نمودن وظایف محوله به هر فرد و انتخاب افراد برای پســـت‌های مختلف بدون توجه به ویژگی‌های شخصیتی افراد عمل کنند نتیجه، چیزی جز کاهش عملکرد و رضایت شغلی نخواهد بود. تصور کنید مدیر روابط عمومی مجموعه‌ای، دارای شخصیت درون‌گرا، دوری گزین و فاقد مهارت‌های میان فردی باشد!!!

از دیگر موضوعات تاثیرگذار در رضایت شـــغلی سبک رهبری مدیراست.امروزه با تغییر سبک فکری و انتظارات افراد، وجود ســـبک رهبری غیرمنعطف، تک رو و غیر حمایتی باعث برانگیختن احساسات منفی در کارکنان می‌شود در صورتی که کارمند احساس کند در صورت رسیدن سازمان به اهدافش او نیز به اهداف شغلی خود خواهد رسید و ضمنا مدیر خود را شخصی حمایتگر و رهنمون کننده و منعطف که پذیرای تغییر و انتقاد است، قلمداد کند یقینا انگیزه بیشتری در انجام وظایف خود، نشان خواهد داد.

رضایت شغلی، از مفاهیم مهم در سطوح مدیریتی منابع انسانی سازمان‌ها بوده اهمیت خاصی به آن داده شده است. چراکه این مفهوم در پیشرفت و بهبود سازمانی و نیز سلامت روانی نیروی کار تاثیرگذار است.

کاندیدای دکتری روانشناسی