



- جنسیت و توسعه
- خود شناسی تنها راه حل است
- محیط زیست و زنده گی
- نقش رسانه در ترویج اندیشه‌ها
- ژوند خنکه بنکلی کپو؟

صاحب امتیاز/ پوهنتون کاردان

مدیر مسوول/ میر محمد صدیق ذلیق

هیئت تحریر/ محمد آصف غفوری، عبدالواحد مهران و نورالله بابکرخیل

صفحه آرا/ عبدالله صالحی

عکاسان/ منصور ابراهیمی، مجیب شریفی و عبدالله صالحی

همکاران/ رمزیه جهش، مژده حبیب، طارق احمد، سید بها فرکیش

احمدشاه غفاری، بهاره فقیری، عبدالابرار ادیب، نازنین محمدی

احمد رشاد، عبدالباسط کروخیل، محمد ایاز عظیمی

ایمیل / s.zaliq@kardan.edu.af

آدرس / چهارراهی پروان دو، کابل - افغانستان

مسوولیت مطالب و مقالات نشر شده به دوش نویسندگی آن می باشد، گنجینه ی کاردان به استثنای

سرمقاله در قسمت سایر مطالب مسوولیتی ندارد.



فهرست

- ۱ جنسیت و توسعه
- ۴ مدیریت زمان
- ۵ از عشق و دیگر اهریمنان: داستان غم‌بار زندگی عاطفی نزار قبانی
- ۷ جوانان در عصر امروزی و اوج تکنولوژی
- ۸ کتاب، بال برای پرواز به عالم روشنایی
- ۹ خود شناسی تنها راه حل است
- ۱۰ محیط زیست و زنده‌گی
- ۱۱ شش موانع سخنرانی
- ۱۲ چگونه می‌توانیم در زندگی از اعتماد با بالا برخوردار باشیم؟
- ۱۳ زمستان
- ۱۵ کتابخانه پوهنتون کاردان مکان آرام برای مطالعه کردن
- ۱۶ تعصب
- ۱۷ ژوند خنکه بنبکلی کرو؟
- ۱۸ نقش رسانه در ترویج اندیشه‌ها



رسانه‌های افغانستان و برخوردهای متفاوت اخلاقی

اخلاق خبرنگاری یکی از ارکان مهم خبرنگاری در رسانه‌های آزاد است که در کشور های دارای نظام مردم سالار که پیش از نشر و در جریان کار خبرنگاری هیچ گونه نظارتی از تولید رسانه‌ای نمی‌شود، رعایت اخلاق خبرنگاری امر بس مهم شمرده می‌شود، اما در افغانستان دیده می‌شود که به نحوی اخلاق خبرنگاری از جانب خبرنگار و یا رسانه مراعات نمی‌گردد.

مراعات موازین اخلاقی در تحکیم عدالت اجتماعی، روابط دوستانه میان اقوام و بلاخره آوردن صلح و ثبات و همزیستی مسالمت آمیز کمک می‌کند، اما رسانه‌ها در افغانستان کمتر به این امر توجه دارند.

اگر رسانه‌ها را در افغانستان دسته بندی کنیم در یک نگاه گذرا به چنین رسانه‌هایی مواجه می‌شویم: اولین دسته رسانه‌های تجاری استند که به هر رویدادی با دید تجاری می‌نگرند، این رسانه‌ها حتی در برخی حالات چند مورد موازین اخلاقی را بخاطر خواست‌های تجاری شان زیر پا می‌کنند.

ما بار ها برخورد دوگانه رسانه‌های تجاری افغانستان را در مورد رویداد های مختلف شاهد بوده ایم، چنانچه هر رسانه تجاری هنگامی که در یک رویداد تعدادی از کارمندان را از دست می‌دهد، به بزرگنمایی آن رویداد می‌پردازد در حالیکه در حالیکه در حوادث کشته شدن ده‌ها تن از نیرو های امنیتی و یا افراد ملکی فقط به نشر گزارش‌های کوتاه و یا نسبتاً طویل آن رویداد اکتفا می‌کند.

شماری از رسانه‌ها در افغانستان متعلق به احزاب و گروه‌های سیاسی، تنظیمی و یا رهبران دینی و سنتی استند که این رسانه‌ها چه دیداری، شنیداری و چاپی؛ توجه عمیق شان به اشاعه خواست‌های حزب، تنظیم و یا رهبر معطوف است و در هر برنامه‌ای ولو خبری و تفریحی، به نوعی سایه پالیسی نشراتی شان سایه افکنده است که حتی با گرفتن نام این گونه رسانه‌ها فوراً چهره رهبر حزب و یا تنظیمی که به سرمایه و فرمایش او رسانه کار می‌کند، در نظر ها مجسم می‌گردد.

و بلاخره دسته دیگر رسانه‌های افغانستان رسانه‌های دولتی استند که به نام رسانه های ملی مسمی گردیده اند، ولی تا هنوز به گونه‌ی رسانه ملی عمل نمی‌کنند و بیشتر سایه مقامات دولتی بالای آن سایه افکنده است. این رسانه‌ها در ارایه خبر و گزارش‌های خبری برخورد خاص خود را دارند و برای آنها خبر اول همان خبر های دولتی است و بعد خبر های مربوط به مردم.

در چنین وضعی در می‌یابیم که موازین اخلاقی در رسانه‌های افغانستان کمتر مراعات می‌گردند و رسانه‌های تجاری، حزبی و خصوصی و دولتی افغانستان بیشتر متکی به مالکان و دستور دهنده‌گان استند و کمتر به موازین اخلاقی پابندی دارند.

در کنار اینها عده‌ای از رسانه‌های حزبی در روز های خاص به نشر مراسم بزرگداشت از یک فرد خاص و یا نشر گسترده برپایی مراسم مذهبی مربوط به مذهب خاص نیز می‌پردازند، در حالیکه رسانه‌های مخالف در چنین روز هایی به نشرات عادی خویش ادامه می‌دهند و در مقابل آنها بی تفاوتی اختیار می‌کنند و یا هم به مزمت آن می‌پردازند که این وضع می‌تواند خشونت‌های حزبی و مذهبی را فربه تر سازد.

در این چنین بازار آشفته‌ی کار رسانه‌ای در می‌یابیم که شماری از خبرنگاران و رسانه‌ها به ترویج انواع خشونت مشغول اند و زمینه را برای افزایش حس بد بینی و تاخت و تاز اقوام به همدیگر مساعد می‌سازند.

بیشتر رسانه‌های حزبی و تجاری افغانستان در تقویت ژورنالیزم جنگ و خشونت به گونه‌ی نا خواسته نقش داشته اند و طرفداران خویش و یا مالکان رسانه خویش را حق به جانب جلوه می‌دهند.

رسانه‌های حزبی از کشمکش‌های سیاسی میان مقامات و بزرگان احزاب سیاسی استفاده کرده و جناحی را که خودشان طرفدار آن استند را حق به جانب نشان می‌دهند و منازعات و یا کشیده گی‌ها میان مقامات را در این مساله وسعت داده و حتا منافع ملی را وابسته به رضایت و یا عدم رضایت جناحی می‌دانند که خودشان به آنها وابسته اند. اکثر رسانه‌های افغانستان از منظر موازین اخلاقی راه خلاف ورزی را بیشتر اختیار کرده اند و به صورت خواسته و یا نا خواسته در ترویج خشونت نقش داشته اند.

رسانه های حزبی و خصوصی افغانستان به افراد و اشخاص مخالف دیدگاه‌شان و در مسایل سیاسی تهمت‌هایی بسته اند که بعد ها حاضر به پاسخ گویی نبوده اند و یا هیچ ادراهای هم از آنها خواستار ارایه پاسخ به نسبت وابسته گی به مقامات نشده است.

رسانه‌های ما به ندرت با حفظ استقلال و بی‌طرفی کار کرده اند و کم اتفاق افتاده است که توازن را در خبر و گزارش‌های شان مراعات نمایند، زیرا خبرها و گزارش‌های این رسانه‌ها هنگامی حزب و یا فرد خاص مالک رسانه در کشمکش با نهاد و یا فردی بوده است، یکجانبه قضاوت کرده اند و کوشیده اند خویشتن را حق به جانب نشان دهند.

در کل موازین اخلاقی را رسانه‌ها هنگامی مراعات می‌کنند که پای منابع خود و یا حزب و مالک رسانه‌ی شان در میان نباشد. اما با این حال خبرنگاران افغانستان دست‌آورد های خیلی بلند و بالای دارند که در خور تحسین و ستایش است.

خبرنگاران رسانه‌های آزاد افغانستان دست‌آوردهای بسیاری دارند که می‌توان به چهره‌ی آزادی بیان اشاره کرد که در ماه حمل سال جاری طی یک محفل با شکوه، خانه آزادی بیان افغانستان، انیسو شهید خبرنگار طلوع نیوز را منحیت چهره‌ی آزادی بیان معرفی کرد.

هم چنان مرکز خبرنگاران افغانستان، نتیجه برنامه رقابتی جایزه سالانه خبرنگاری‌اش را اعلام کرد که بر مبنای آن فخریه رادفر، خبرنگار مرکز خبرنگاری تحقیقی پیک، آسیه حمزه‌ای، خبرنگار روزنامه هشت‌صبح و لیاقت لایق، خبرنگار روزنامه اطلاعات به طور مشترک جایزه «خبرنگار سال افغانستان» در سال ۱۳۹۹ را دریافت کردند.

گذشته از این‌ها در سالهای پسین خبرنگاران افغانستان جایزه خبرنگار شجاع را نیز در سطح بین الملل بدست آورده اند که این دستاوردها می‌تواند روزنه امیدی را برای شگوفایی آینده‌ی رسانه‌های افغانستان باز کند و در نهادینه سازی آزادی بیان و رعایت اصول اخلاقی و معیار های به روز خبرنگاری نقطه عطفی باشد.

به قول پروین اعتصامی:

"به هیچ مبحث و دیپاچه‌ای قضا ننوشت
برای مرد کمال و برای زن نقصان"

هیچ حقوق و قانونی تا امروز در پی آن نیست که تلاش کند به اثبات برساند هیچ گونه تفاوت میان زن و مرد نیست و تلاش کند تفاوت های ذاتی و فیزیکی میان این دو را از بین ببرد. بلکه این ممیزه های جنسی را به رسمیت شناخته و در تلاش حفظ جایگاه انسانی هر دو قشر است. حقوق و اسنادهای بین‌المللی این موضوع را که زنان از روی طبیعت محکوم به اسارت هستند و به هیچ وجه سزاوار شرکت در کارهای عمومی نیستند، نفی کرده است و مردود می‌داند. بذر حقوق بشر در هر خاکی که کاشته شود، اگر از محافظت و تغذیه‌ی مناسب بهره‌مند شود، سرانجام با غلبه بر بادهای مخالف جوانه می‌زند، اندیشه‌های آزادی‌بخش، راه خویش را در ذهن آدمیان با پشت سر گذاشتن هر مانعی که با آن روبرو شود، به آهستگی اما به استواری می‌گشایند. (مایور در گلن جانسون، اعلامیه‌ی جهانی حقوق بشر وتاریخچه‌ی آن)

هدف از توسعه، تبدیل یک گذشته‌ی نابرابر به یک آینده‌ی برابر است، که در آن هیچ یکی از طرفین محکوم به اسارت نیستند؛ زیرا توسعه‌ی یک کشور با مشارکت زنان و مردان در حیات سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی آن ارتباط مستقیم دارد و نگاه جنسیتی با ایجاد ممانعت بر سر حضور یکی از این گروه های انسانی در جامعه، نمی‌تواند نقش تاثیرگذاری آنها را بپوشد و انکار کند.

جنیست، زاده‌ی باورهای افراد یک جامعه در مقابل یک‌دیگر است. باورهایی که ریشه در نحوه‌ی نگاه ما نسبت به هم‌نوع مان دارد و یا هم آموخته‌های اجتماعی و انتظاراتی است که جامعه، از زنان و مردان دارد. علاوه براین، نقش و جایگاه متفاوت اجتماعی که در هر فرهنگی به عهده‌ی زنان و مردان قرار می‌گیرد، از مقوله‌های جنیست است (لیس تورس و دل روزاریو).

جنیست اصطلاح جدا از جنس است و در ادبیات اجتماعی به عنوان یک فرایند قابل تغییر در تمام لایه‌های اجتماعی به گونه‌های متفاوت مورد بحث قرار می‌گیرد؛ اما جنس ساختارهای بدنی و غیرقابل‌انکار در انسان را تعریف می‌کند که در هیچ نظام و فرهنگی قابل تغییر نیست. مانند: مرد ویژگی‌های بیولوژیکی مردانه؛ زن با

ویژگی‌های بیولوژیکی زنانه.

جنسیت و توسعه به تنهایی به زنان و یا مردان کاری ندارد، بلکه با ساخت اجتماعی جنسیت و تلقی جامعه از نقش، مسوولیت و انتظاراتی که جامعه از این دو (زنان و مردان) دارد، روبرو است.

یکی از نشانه‌های توسعه در جامعه، ایجاد فضای مناسب و مساعد کسب‌وکار است، که این فضا توسط زنان و مردان کارآفرین راه اندازی و مدیریت می‌شود. در این فرایند، زنان نیز نقش سازنده و مهمی دارند به عنوان یکی از مهم‌ترین سرمایه‌های انسانی می‌توانند همانند مردان نقش بالقوه‌ای در شکوفایی و توسعه‌ی جامعه ایفا کنند. نیروی کار زنان و مردان نقش مثبت و معناداری بر فضای کسب‌وکار دارد. کارکردن هردو در کنارهم، میزان بالایی از موثریت را بر شاخص توسعه در یک کشور برقرار می‌گذارد. توسعه یافتگی و ثبات اجتماعی جزء از دغدغه‌های کشورهای در حال توسعه است و کشورهایی که در حال گذار از بحران‌های اقتصادی و اجتماعی باشند؛ در آن سهم‌سازی زنان و مردان در تمام پروسه های رشدمحور و توسعه‌پذیر، امر حیاتی است.

سیمون کوزنتس، پیرو مکتب اقتصاد نهادی و استاد پوهنتون هاروارد، معتقد بود که: سرمایه‌ی اصلی یک کشور توسعه‌یافته، ابزار و وسایل صنعتی آن کشور نیست، بلکه ظرفیت تکنیکی و کاردانی نیروی کار آن کشور است. در همین‌حال، مشارکت زنان در فعالیت‌های اقتصادی، نه تنها در توسعه‌ی ظرفیت‌ها و توانایی های زنان بلکه در توسعه‌ی اقتصادی و اجتماعی آنها، نقش کلیدی داشته و دارد.

در واقع خصوصیات کیفی زنان کارآفرین نوعی سرمایه است. چرا که این خصوصیات می‌تواند موجبات بهبود و گسترش فضای کسب‌وکار را به واسطه‌ی درآمد، افزایش بهره‌وری، تولید بیشتر، سطح درآمد و رفاه بهتر، فراهم کند. (فیرلی وراب)

تمام لایه‌های اجتماعی و اقتصادی نیازمند سهم بارز و حضور مساوی همه‌ی نیروهای انسانی که ترکیب از زنان و مردان باشد، است. به هراندازه‌ی که این دو گروه نقش بیشتر و مساویانه را توأم با عدالت در جامعه به‌دوش داشته باشند، نظام اقتصادی و اجتماعی آن جامعه مشروعیت قابل قبول و غیرقابل ملاحظه‌ای را به همراه خواهند داشت.

اما به پیمانهای که کارآفرینان یک جامعه در لایه‌های مختلف اجتماعی، باهم درگیر و قهر باشند و نگاه انزجارطلبانه و انتزاعی نسبت به یک‌دیگر داشته باشند، به همان اندازه سایه‌ی منفی و عقب‌گرد بی‌باوری بر فعالیت‌های مثبت حوزه‌های انسانی تاثیر ناخوش خود را گذاشته و دست‌آوردهای مبتنی بر نتایج و اهداف تعیین‌شده، حاصل نخواهد شد.

آنچه که دغدغه‌های امروزی را شکل می‌دهد و باعث شده که روند توسعه‌یافتگی در یک کشور به کندی طی شود؛ توزیع ناعادلانه‌ی بازار کار برای زنان و مردان است. بنابراین، به هر پیمانهای که نیروهای انسانی، از بدنه‌ی دولت‌ها دور نگهداشته شوند، گراف بی‌توجهی و نبود موثریت کار در آن نظام تصاعد می‌کند. کشورهای خاورمیانه با وجودی که در تناسب با یک تعداد از کشورها زودتر با مقدمات آگاهی و توسعه، آشنایی حاصل کرده بودند، ولی نتوانستند پایه‌های لرزان را مستحکم سازند و نخستین جوانه‌ها را بارور سازند؛ زیرا جو حاکم این کشورها زمینه‌ی مناسب کسب‌وکار را برای زنان و مردان به‌صورت متوازن فراهم نکرده و زنان را در بازار کار، تافته‌ای جداافتاده از مردان معرفی کرده‌اند. برعلاوه، فارم‌ت زیستی و فعالیتی برای زنان که محدوده‌ای خانه است، تعیین کردند. این انحصار غیر قابل‌پذیرش از طرف زنان و دور نگهداشتن آنها از اجتماع، خود باعث فلج کردن یک نیروی عظیم کاری شده است، که با این وضعیت مردان تنها بهره‌گیران توسعه و زنان قربانیان توسعه خود به‌خودی، به حساب می‌آیند.

در تاریخ زندگی بشری با این وضعیت همواره دست‌آوردهای مثبت توسعه نصیب مردان شده است و زنان فراموش‌شدگان بی‌نشان دانسته می‌شوند. این فرایند نه تنها در درازای تاریخ توسعه، قابل جبران نبوده، بلکه بی‌عدالتی بزرگی را در تاریخ رقم زده بود. با در نظر داشت این موردها، وقتی که طرح پایان جنیست مطرح می‌شود، مسأله‌ی جنسیتی کردن توسعه نیز پیش می‌آید؛ چون زنان نسبت به مردان بیشتر در معرض سرکوب استعدادها و قابلیت‌های نهفته‌ی خویش قراردارند. هدف از جنسیتی کردن توسعه هم تبدیل یک گذشته‌ی نابرابر به یک آینده‌ی برابر است. روی این ملحوظ می‌بایست که زنان و مردان کاروان توسعه را به صورت مساویانه طی کنند، نه کم و نه هم زیاد.

از دیدگاه متخصصان عرصه‌ی فعالیت‌های اقتصادی و انسانی، آزادی حرفه و شغل، رفع تبعیض شغلی، برقراری امنیت شغلی و آزادی انتخاب، ایجاد امکانات و شرایط مساوی برای مردان و زنان، زمینه‌ی بهتر شدن فعالیت‌ها و بلندرفتن ظرفیت‌های زنان و مردان را فراهم می‌سازد. فعالیت زنان در اجتماع و محدودیت‌های حاکم بر وضعیت آنها، نسبت به مردان قابل انکار نیست. بعد از مسأله جنسیتی کردن توسعه، سازمان جهانی کار محدودیت‌های را سد راه فعالیت زنان برشمرد، که هنوز در اکثریت کشورهای جهان زنان با وجودی که طرح پایان جنسیت مورد بحث است، با ناهنجاری‌های محدودیت شغلی دست و پنجه نرم می‌کنند. مبارزات زنان برای پُرکردن این خلاها و هم‌سطح شدن شان با مردان، در همه‌ی فرایندهای توسعه از هر زمانی دیگر، برجسته‌تر می‌باشد.



در بحث جنسیتی کردن توسعه، محدودیت‌های عمده‌ای که در گزارش سازمان جهانی کار برای زنان کارآفرین شناسایی شده است، عبارت‌اند از:

- پررنگ‌تر بودن نقش زنان در خانواده و نیاز آن‌ها به حضوریابی دایمی در خانواده بیش از مردان؛
- وجود افکار منفی در مورد نقش زنان در کسب‌وکار؛
- سطوح آموزشی نسبتاً پایین‌تر زنان، به دلیل محدودیت‌های دسترسی به فرصت‌های آموزشی و شغلی؛
- فرصت‌های محدودتر در بخش‌های دولتی برای توسعه مهارت‌ها؛
- دسترسی ناکافی زنان کارآفرین به تکنولوژی، خدمات حمایتی و اطلاع‌رسانی؛
- دسترسی کمتر زنان به اعتبارات و موقوف‌های شغلی نسبت به مردان به دلیل ضعف مسایل مربوط؛
- محدودیت‌های قانونی و تبعیض آمیز برخی کشورهای در حال توسعه در زمینه‌ی دسترسی به خدمات دولتی در جهت کسب و کار جدید و ثبت زن به عنوان کارآفرین؛

زمانی که جامعه توسعه‌محور می‌شود، حداقل نیمی از مدیریت آن به دست زنان که مجری پرورش محبت و تربیت اجتماعی دانسته می‌شوند، خواهد بود. این گونه است که به کرامت و جایگاه زنان و مردان ارجحیت داده می‌شود و اهمیت نیروی انسانی بالا می‌رود و هردو به صورت مستقیم در تکامل و توسعه‌ی اقتصادی و اجتماعی حضور پیدا می‌کنند؛ زیرا بدون حضور و سهم یکی از این‌ها، پایه‌های نظام مستحکم نیست و فرایند توسعه، سیر صعودی خود را طی نخواهد کرد.

در فرجام این را نباید فراموش کرد که زنان با ظرفیت‌های موجود در خودشان، وزن می‌شوند، نه با تکمیل کردن ساختارهای اجتماعی و رنگ‌بخشیدن به رفتار و ادعای فیمینستی یک توده. هر زمانی که افراد جامعه ظرفیت را با معیارهای تعیین شده‌ی اجتماع، برای پیدا کردن یک جایگاه به اشتباه بگیرند؛ این جاست که ذهنیت‌ها دچار عقب‌گرد و مفهوم توسعه به معنای واقعی آن نادیده گرفته می‌شود. ظرفیت‌ها با تشویق کاذب در یک ترازو جاپذیر نیست و نباید به اشتباه هم‌وزن یک‌دیگر قلمداد بشوند که این خواست‌گاه، هیچ نتیجه‌ی مثبت و انسانی در پی ندارد.



مدیریت زمان

نویسنده: مژده حبیب محصل سمستر پنجم ژورنالیزم و ارتباطات عامه پوهنتون کاردان

مرحله سوم تغییر: حالا وقتش است که زمان‌های از دست رفته تان را مدیریت کنید. سه نکته زیر برای کاهش زمان از دست رفته و مدیریت زمان کارا است.

اول اولویت بندی:

پس از مشخص ساختن کارهای مهم و کارهای که فقط زمان شما را ضایع می‌کند، پنج کار مهم تان را در اولویت کارهای روز تان قرار بدهید که مفید است.

دوم مرتب کاری:

همیشه مرتب باشید و لوازم تان را در جای معین آن بگذارید. تا زمانی که به یک سند مهم تان ضرورت دارید، زمان تان در جستجوی آن ضایع نشود.

سوم برنامه ریزی:

برای هر پلان و کار تان زمان تعیین کنید چون نمی‌شود که هم زمان چند کار را انجام داد. این باعث می‌شود تا هر پلان تان را با خیال آسوده انجام بدهید. این کارها باعث می‌شود تا روز تان را صرف کارهای مفید کنید و در آخر روز یک نتیجه خوب داشته باشید. یک هفته این روند را ادامه دهید. در پایان هفته ببینید که چقدر در مدیریت زمان موفق بوده اید و در زمان صرفه جویی کردید.

می‌خواهم از این‌جا آغاز کنم که می‌گویند وقت یا زمان طلا است. مگر آیا در واقع زمان فقط طلا است؟ اگر مقایسه کنیم طلا چیزی است که با وجود گران‌بها بودن آن، بدست آمدنی است یعنی می‌توانیم طلا را بدست بیاوریم و هر زمانی در اختیار خود داشته باشیم اما زمان هیچ‌گاه دوباره بدست نمی‌آید پس از طلا، با ارزش‌تر است. چالشی که اکثر انسان‌ها در طول عمر خود با آن مواجه می‌شوند، مدیریت زمان است.

زمان در زندگی انسان یک بخش بسیار مهم است چون زندگی با زمان بستگی دارد. ما تا زمانی زنده هستیم که زمان ما تعیین شده است پس باید از زمانی که در دست داریم به درستی استفاده کنیم زیرا اگر توجه بیشتر به این مساله نداشتیم باعث ایجاد استرس گردیده و حالت روحی ما را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

ما از ۲۴ ساعت که در یک شبانه روز داریم می‌توانیم به صورت درست استفاده و مدیریت کنیم. ولی چگونه؟ چند مرحله است که می‌توانیم با تطبیق آن زمان با ارزش خود را که حتی یک ثانیه آن دوباره نمی‌آید، مدیریت و استفاده مفید کنیم.

مرحله اول کارهای تمام روز تان را لست کنید:

زمانی که هر صبح بیدار می‌شوید تا وقتی که خواب می‌کنید، پلان تمام روز تان را بنویسید که امروز چند دقیقه و یا چند ساعت مصروف چی کار بودید. به طور مثال: چند دقیقه زمان می‌برد که برای رفتن به کار یا درس آماده شود، چند ساعت کار می‌کنید و حتی این که چند ساعت خواب می‌کنید.

مرحله دوم تحلیل و تجزیه:

در آخر روز یک نگاهی به لست کاری تان بیاندازید که کدام کار تان مفید و کدام آن وقت شما را ضایع کرده است. مثل اینکه چند ساعت کار مفید انجام داده اید و چند ساعت فقط به کمپیوتر تان نگاه کرده اید و یا مصروف شبکه‌های اجتماعی بوده اید. با خود صادق باشید و کارهای مفید تان را مشخص ساخته و کارهای که فقط وقت تان را ضایع می‌سازد را خط بزنید.



از عشق و دیگر اهریمنان: داستان غم‌بار زندگی عاطفی نزار قبانی

نویسنده: سید بها فرکیش محصل دیپارتمنت علوم سیاسی و روابط بین‌الملل

و هلاهل به کام فراخ حیاتش ریخته شد.» پدر دختر تن به این وصلت نداد تا این که حسن البکر، رییس جمهور عراق خود این دو دلداد را به هم رساند.

پرده‌ی دوم: نزار و بلقیس به بیروت کوچیدند. شهری که جولان‌گاه خیل عظیمی از روشن‌فکران عرب در دهه‌ی هفتاد و هشتاد میلادی بود. ولی این عروس مدیترانه می‌رفت تا آهسته آهسته در شعله‌های مشعشع جنگ داخلی آتش بگیرد. جنگی که سامان زندگی جمع بزرگی، از جمله نزار و بلقیس را برای همیشه دگرگون کرد. مسیحیان مسلح پی جمیل و متحدان او از فرقه‌ی کتابی با چیره‌دستی تمام به یاسر عرفات و هم‌رزم‌های شیعه‌اش می‌تاختند و دمار از روزگار هم در می‌آوردند. نزار اما بیروت را این‌گونه می‌ستاید:

{بیروت معشوقه‌ی جهان
شهر نخستین عشق، نخستین پیمان
شهری که شعر در آن سرودم
و در جعبه‌ی بنفش پنهانش کردم}

بلقیس الراوی، «زنی افسونگر، با کلاهی از پر و گل سینه‌ای از طلا» و سرسپردگی مخصوص زن عرب که آن را از دوره‌ی چادرنشینی تا امروز حفظ کرده است، در پی آزادی فلسطین از چنگ دشمنان عبرانی و اشکنازی برآمده و در این راه به شدت می‌کوشید. در این هنگامه، نزار هر روز بیشتر و شوریده‌تر به او عشق می‌ورزید و در او به کشفی تازه دست می‌یابد. این دو صاحب‌دختر و پسری شدند و به خوشرویی با هم روزگار گذراندند. نزار، پاره‌ای از زیباترین و دل‌انگیزترین نوشته‌هایش را در طول همین یازده سال هم‌خانگی با بلقیس خلق کرد. در جایی می‌گوید:

{این عشق است
این عشق است
مقدس‌ترین... نیرومندترین
تواناترین... شناخته‌ترین
ناشناخته‌ترین... رازناک‌ترین
به اشاره‌ی انگشتی
گندم در زیر پوست‌مان می‌روید
و رودخانه‌ها نغمه می‌خوانند}

«تو زیبایی ای دلارام،

هم‌چون اورشلیم در ذروه‌ی شوکت خویش

و هم‌چون ترسه به اسرائیل

غزل‌های سلیمان»

ترجمه‌ی احمد شاملو

بی تردید نزار قبانی حتا بعد از گذشت بیست و اند سال از خموشی شمع زندگانی‌اش به نزد عرب و عجم به یکسان گران‌مایه و عزیز است. عرب در سده‌ی بیستم ترسای سخی سنجان و شاعران چیره دست فراوان به خود دیده است. از جبران تا آدونیس و از غاده السمان تا محمود درویش ولی آن‌گونه که من فکر می‌کنم، هیچ کدام هم‌وزن و هم‌سنگ نزار نشدند. نزار را «شاعر عشق و زن» خوانده‌اند و به گمان من این بهترین استعاره‌ای است که در وصف او به کار رفته است. او، آن‌گونه که بر عنوان یکی از دفترهای شعرش نقش بسته است «پنجاه سال در ستایش زن بوده» و اندیشه‌ی «زن و ازدها هر دو در خاک به» شرق‌نشینان را به تندی مسخره کرده و به رگبار بسته است. من در این نبشته قصد دارم در سه پرده به پیوند نزار و زنی بپردازم که خود او را «موزون‌ترین نخل عراق» «تجسم عظمت سومری» و «تمامی عشق» وصف کرده است: بلقیس الراوی. نزار بخش بزرگ آن گنجینه‌ی بلندبالای عاشقانه‌هایش را مدیون بلقیس است و پس از او حتا سطری شعر غنایی نسرود.

پرده‌ی یکم: بغداد، سال شصت و نه میلادی. کنگره جهانی شعر عرب امسال در بغداد برگزار شود. شهر هزار و یک شب میزبان خامه‌ی زن‌های عرب است که از جابلقا تا جابلسا و از هرات تا فرات بدان پناه آورده‌اند تا از باده‌ی شعر بنوشند و اندک اندک مستان شوند و آن چنان‌تر. جشنواره‌ی امسال ارزش نمادینی هم دارد. اسرائیل به همان نزدیکی و در طی شش روز چنان پوستی از سر اعراب کنده بود که تا شش دهه هم از بهت و حیرت آن به خود نیامدند. عرب به یک باره تا کستان‌های سوری جولان، ساحل غزه، کرانه‌ی باختری، شبه جزیره‌ی سینا و مهم‌تر از همه اورشلیم شرقی را به هیچ باخته و از کف داده بود. اکنون ستاره‌ی داوود با هیمنه و شکوه تمام در آنجا درخشیدن را آغاز کرده بود. در این «بن‌بست کوچ‌ویج سرما» نزار قبانی به «یار غدار ناپایدار و دلبر جفاکار مکار» دل باخت و «از دست سُبک‌سری وبی‌خبری او، زلازل به ارکان کاخ مدارکاتش افتید

{آیا معشوق من-بلقیس- را می‌شناسید؟
او ناب‌ترین مضمون کتابهای عاشقانه
و آمیزشی مقدس از مرمر و ابریشم بود
و بنفشه‌ها در میان چشمانش
آسوده می‌خوابیدند.

بلقیس
ای شمیمی که هنوز در خاطرمان مانده‌ای
و ای مزاری که در میان ابرها در پروازی
در بیروت
تو را هم‌چون آهویی از پای درآوردند
و از آن پس شعر را
سر بریدند.}

پرده‌ی سوم: روزی از روزهای زمستان ملول و طولانی سال هشتاد و یکم میلادی. تاکسی زردرنگی به چرخش کُرکس وارش در محوطه‌ی سفارت عراق در بیروت پرداخت و سرانجام در گاراژ سفارت، جا خوش کرد. دقیقه‌ی بعد هر سه طبقه‌ی سفارت عراق در بیروت و در ظرف ثانیه‌ی کوتاه و با قوت تمام فرو ریخت و آواز شوم و خوف‌انگیز انفجار «چهار رکن هفت اقلیم خدا را» برآشفت. تاکسی زردرنگ تا گلو پُر از ماده‌ی منفجره بود. جان‌های بی‌پناه بسیاری در این فاجعه تلف شدند. یکی‌شان هم بلقیس‌الراوی. همانی که نزار قبانی روز عاشق‌شدنش به او را، روز میلاد خویش عنوان کرده و او را متمایزترین زنان لقب داده بود. حالی پاره‌های تن بلقیس آذین‌بخش کوی و برزن بیروت شده بودند. نزار تا آخر عمر هیچ شعر عاشقانه‌ی دیگری نسرود ولی در عوض، مرثیه‌ی در سوگ بلقیس از او به جا ماند که مو بر تن خواننده راست می‌کند و تارهای احساس او را می‌نوازد.

پرده‌ی چهارم: کابل؛ سرمای استخوان‌سوز. ادبیاتچی سیاه‌پرده که شیفته‌ی نزار است، پس از این که مرثیه‌ی تلخ او را بارها می‌خواند و اشک چشمانش خشک نمی‌شود، کمر به این می‌بندد تا عنان قلمش را به دست «آتش‌گاه احساس» بسپرد و نتیجه‌اش هم این سطرهای نه‌چندان جالب می‌شوند.



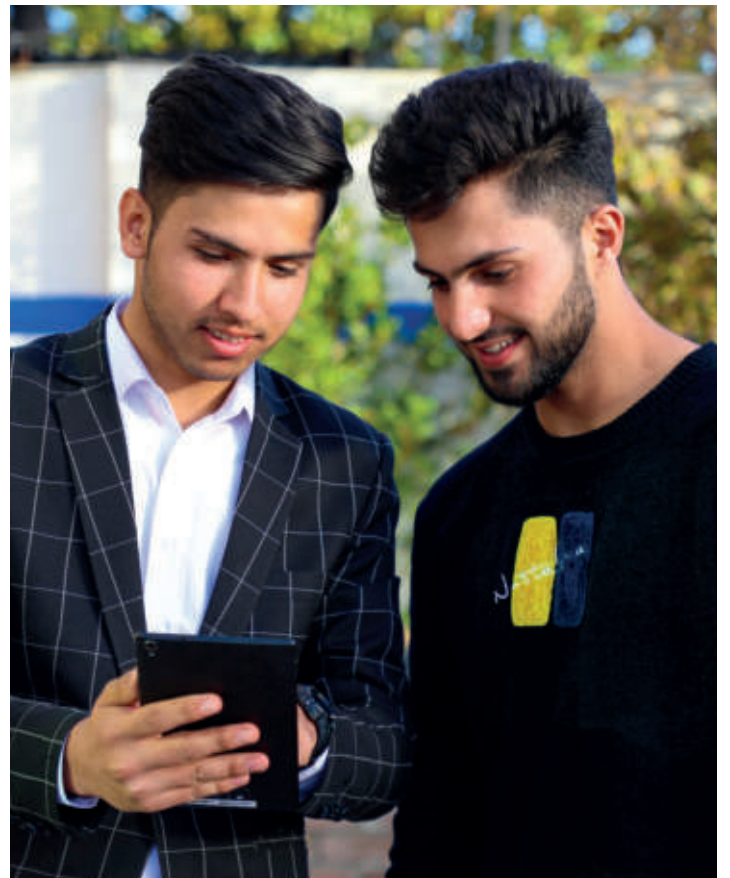
جوانان در عصر امروزی و اوج تکنالوژی

نویسنده: احمد رشاد محصل دیپارتمنت ژورنالیزم و ارتباطات عامه

ستون‌های جامعه‌ی کنونی ما بیش‌تر متضرر از سایت‌ها، رسانه‌ها، صفحه‌های اجتماعی و... شده‌اند. این پایه‌های اساسی جامعه همانا جوانان می‌باشند که نفوس فعال یک ملت را تشکیل می‌دهند و آینده‌ی یک کشور را می‌سازند. اما چطور بتوانیم این زیربنای کشور را از خطرهای تکنالوژی نوین ننگه داریم؟

واژه‌ی جوان در لغت تداعی‌کننده‌ی توانایی، بالندگی، اقتدار، سلامتی، شادابی، سرزندگی، حرکت و فعالیت است که می‌باید در رفتار و عملکرد خویش صادق و راست باشد و مبنای فکر و عملش را خدمت به مردم و جامعه تشکیل بدهد؛ اما بدبختانه با ارزیابی زندگی و افکار جوانان امروزی به ندرت می‌توان این معانی و افکار سازنده را در آن‌ها دریافت؛ زیرا بیش‌ترین زمان جوان امروزی با مصروفیت بیجا در شبکه‌های اجتماعی و اینترنت ضایع می‌شود.

این مصروفیت بیهوده‌ی اکثر جوانان در فضای مجازی سبب می‌شود تا نسل آینده تنبل، وابسته به اینترنت، کوتاه‌فکر و کم‌تلاش



برآیند که سرانجام، نسل فعال جامعه کم شده و کار آفرینی، نوآوری و روحیه‌ی ابتکار در جوانان به صفر نزدیک شود. وابستگی و ضیاع بی‌مورد وقت در فضای مجازی بالای زندگی شخصی جوان نیز تاثیر دارد و جوان را به مثل آب راکد و ایستاده بار می‌آورد که سرنوشت‌اش را باد تعیین می‌کند؛ در حالی که یک جوان باید جنب‌وجوش داشته باشد و سرنوشت‌اش را به دست باد نسپارد.

البته هستند جوانانی که بیش‌ترین سود را از اوج تکنالوژی می‌برند و از پیشرفت‌های جدید به نفع خود و جامعه استفاده می‌کنند، چون راه دست‌یابی به موضوعات جدید و بکر جهانی به مردم ما تنها همین تکنالوژی و اینترنت است که با استفاده از آن می‌توان تغییرات مثبت و سودمند را در کار، زندگی، آموزش و اجتماع آورد و جامعه را به سوی پیشرفت و ترقی سوق دهد. تکنالوژی امروزی سهولت‌های زیاد و حتا بی‌شمار را به جهانیان فراهم کرده است و جهان را به یک دهکده‌ی کوچک می‌دل کرده است؛ اما در جامعه‌ی ما در کنار سهولت‌ها، یک سلسله مشکلاتی را نیز بار آورده است که مهم‌ترین آن همین استفاده‌ی ناسالم جوانان از تکنالوژی است که مردم ما مخصوصاً جوانان را در گرو خویش گرفت که حالا اگر در سطح جوانان ارزیابی انجام دهیم، بی‌گمان در خواهیم یافت که یکی از وابستگی‌های آنها را همین تکنالوژی شکل می‌دهد که البته معضل بزرگ اجتماعی است؛ زیرا نسل بیدار و سازنده‌ی جامعه را به سان خرچنگ در چنگ خویش محکم گرفته است و اگر مهار نشود ممکن مانند سرطان در جامعه پیشرفت کند.

اما با این حال هستند جوانانی آگاه و هدفمندی که از فرآورده‌های اینترنتی و تکنالوژی مدرن برای بلند بردن اندوخته‌های علمی و تحقیقی شان استفاده می‌نمایند و یا جوانانی که از این فرآورده‌ها بخاطر تکمیل درس و تحصیل و آگاهی از تازه‌های علمی و اجتماعی استفاده می‌نمایند.

برای این که مدیریت درست از فضایی مجازی داشته باشیم باید به این چند نکته توجه کنیم: در نخست باید زمان بیش‌تر را با خانواده‌ی تان بگذارید. در طول روز بیش‌تر از ۵۵ دقیقه وقت خود را صرف فضای مجازی نکنید. اما اگر از این فضا برای کارهای علمی و تحقیقی و یا تکمیل تدریس و کارهای خانگی استفاده می‌نماییم مفید خواهد بود.

کتاب، بال برای پرواز به عالم روشنایی



نویسنده: بهاره فقیری محصل دیپارتمنت ژورنالیزم و ارتباطات عامه

کتاب مجموعه‌ای از صفحات نوشته شده مصور، ساخته شده از کاغذ یا هم نوشته‌ای روی پوست حیوانات می‌باشد که پنج هزار سال از تاریخ آن می‌گذرد. حدود ۴۵۰۰ سال پیش، اهالی بین‌النهرین از لوح‌های گلی برای ثبت مسایل حکومتی یا مالی استفاده می‌کردند.

کتاب دریچه‌ای است که از طریق آن می‌توانیم استعدادهای خود را پرورش دهیم. کتاب خوانی از جمله صفاتی است که همه علاقمند آن هستند. خوشبخت کسی است که به یکی از این دو چیز دسترسی دارد؛ یا کتاب‌های خوب یا دوستانی که اهل کتاب باشند- ویکتور هوگو می‌گوید. اگر بخواهیم در تمام امور زندگی پیروز باشیم پس باید مطالعه کنیم به هر اندازه‌ای که بخوانیم و مطالعه کنیم به همان اندازه ساعات زندگی برای ما لذت بخش می‌شود.

خواندن کتاب روح و روان ما را تغذیه می‌کند، فکر و اندیشه ما را بارور می‌سازد و قدرت نویسندگی ما را پرورش می‌دهد. برای ما امکان این را می‌دهد تا تمام تفکرات و ایده‌های فکر خود را روی کاغذ بریزیم. امروزه در سراسر جهان افراد هزینه بیشتری را برای کتاب پرداخت می‌کنند و تقریباً بالای هفت ساعت در روز کتاب مطالعه می‌کنند.

با این حال در کشور ما فرهنگ کتاب خوانی وجود ندارد، بر اساس آمارها، تقریباً ۴۲ درصد مردم افغانستان باسواد اند و متباقی آن بی‌سواد هستند. کشور ما در فقر فرهنگ کتاب خوانی به سر می‌برد، آنهایی که پول دارند اهل مطالعه نیستند و آنهایی که سواد دارند پول ندارند.

اگر بخواهیم این فرهنگ را در خود و در جامعه خود ترویج کنیم، نیاز است برای همیشه یک کتاب با خود داشته باشیم و حتی یک برگه‌ای از آنرا مطالعه کنیم. هیچ دلیلی وجود ندارد کتابی را که آغاز کرده ایم حتماً به پایان برسانیم.

با دوست که اهل مطالعه است صحبت کنیم و کتاب مفید را که برای ما توصیه می‌کند بخوانیم، تحقیقات نشان داده است در حدود ۴۵ درصد دختران علاقه به کتاب‌های داستانی یا رومان دارند در حالی که این رقم در پسران به ۲۵ درصد است پس توصیه می‌شود.

عواملی که می‌تواند بر روی فرهنگ مطالعه موثر باشد جامعه و رسانه‌های جمعی است که می‌توانند توسط تبلیغات فرهنگ مطالعه را در میان جامعه و مردم گسترش دهند. همچنان با برگزاری نمایشگاه‌های کتاب و همچنان تبلیغ در این زمینه فرهنگ مطالعه را می‌توان بیشتر گسترش داد.

خود شناسی تنها راه حل است

نویسنده: عبداللبار ادیب محصل دیپارتمنت ژورنالیزم و ارتباطات عامه

قرآن کریم، دانشمندان، فیلسوفان و علما گفته اند که: انسان یک موجود اجتماعی است و بدون خانواده، دوستان و اقارب نمی‌تواند زنده بماند. اما، چرا عده‌ی با داشتن تمام این اصل‌ها باز هم نمی‌توانند زندگی خوبی داشته باشند.

بعضی افراد هستند که می‌گویند: ما که هر کار را آغاز می‌کنیم به شکست روبرو می‌شویم. روان‌شناس بزرگ جهان، علی ابن ابی طالب چنین می‌گوید: «هم‌واره مواظب سه چیز باشید؛ در تنهایی مواظب افکار تان، در خانواده مواظب رفتار تان و در جامعه مواظب گفتار تان». در این‌جا نکته‌ای مهم که بر آن اشاره شده است افکار شخص می‌باشد چون افکاری ما اراده‌ای ما را می‌سازد و اراده‌ای ما است که کردار ما را شکل می‌دهد و کردار ما تقدیر ما را شکل می‌دهد.

مولانای بزرگ جسم انسان را به انبار گندم تشبیه می‌کند و زیان‌های که بر جسم ما می‌رسد به موش که این انبار را فاسد می‌سازد تشبیه کرده است، یعنی مشکل خود ما هستیم، ما اجازه نمی‌دهیم که به خود برسیم حتا به اندازه‌ی که اجازه نمی‌دهیم خود را دوست داشته باشیم. اگر بخواهیم، می‌توانیم این دگرگونی‌های منفی را از خود دور کنیم.

مولانای بزرگ می‌گوید:

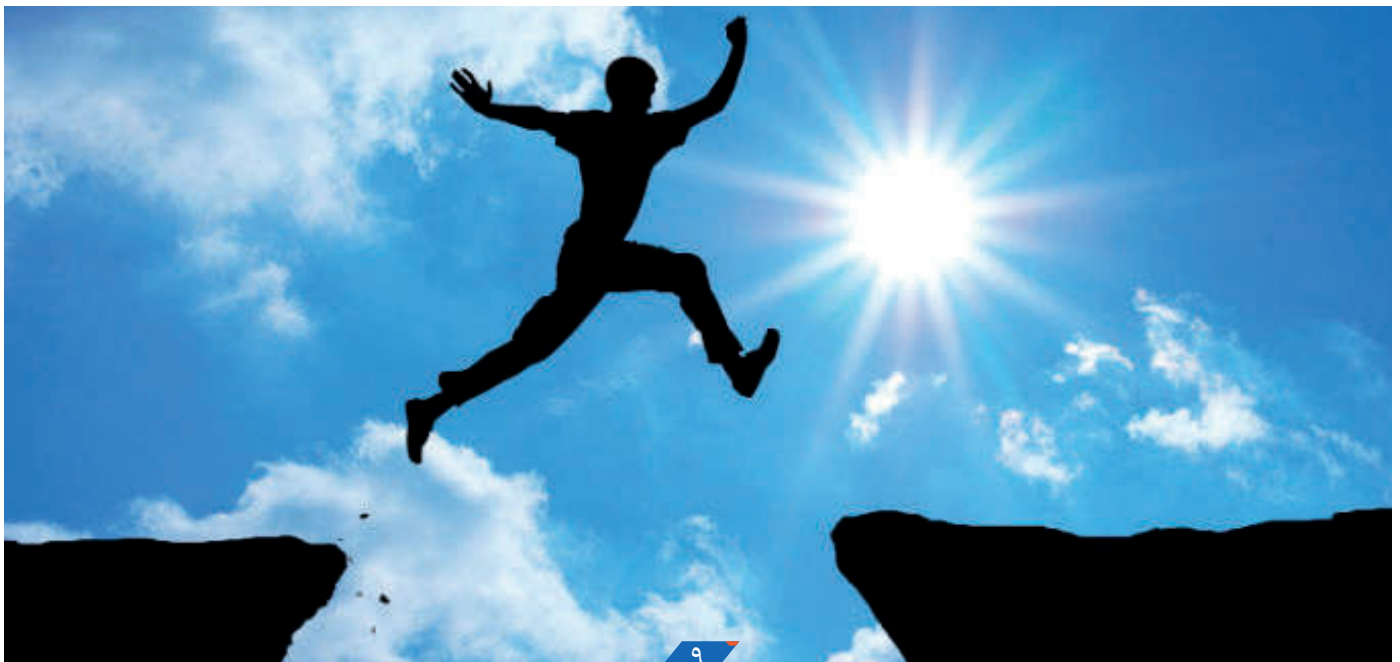
اگر گویی که بتوانم، قدم درنه که بتوانی
وگر گویی که نتوانم، برو بنشین که نتوانی

هر فرد در زندگی خود دچار مشکل‌ها می‌شود که این خود برای شخص گودالی ناامیدی و شکست را می‌آفریند. با توجه با نکات ذیل و عملی نمودن آن در زندگی، فرد می‌تواند از این دگرگونی‌های ذهنی خود تا حدی رهایی یابد اما باید خاطر نشان کرد مشکل خود ما هستیم، پس باید تا حد امکان خود را تحت هر شرایطی کنترل کرد.

این هرگزها را باید در ذهن و فایل‌های وجود خود ذخیره ساخت: هرگز کسی را که در موقعیت آن نبوده‌ای قضاوت نکن، هرگز تحت کنترل سه چیز قرار نگیر: گذشته، پول و مردم، هرگز سه چیز را فدای هیچ چیز نکن: احساس، صداقت و خانواده، هرگز از سمت راست به یک گاو، از عقب به یک خر و از هیچ سمتی به احمق نزدیک نشو چون؛ نادان را از هر طرف بنویسی نادان است.

نباید این را فراموش کرد؛ اگر کاری خوب پیش نمی‌رود در آن دو نکته وجود دارد: اول: یا مقاومت ما را به سنجش می‌گیرد. دوم: یا این که باید مسیری خود را تغییر بدهیم.

ما باید فردی باشیم که در هنگام بحران و نابسامانی‌ها در جاده‌ای اشتباه قدم‌های درست را برداریم. یادتان باشد، کسانی که در مسیر غلط گام درست بر می‌دارند، به مراتب سریع‌تر از کسانی که در مسیر درست گام غلط بر می‌دارند به مقصد می‌رسند. به امید آن که گام‌های درست شما در جاده‌های پر خم و پیچ، از شما یک قهرمان بسازد.



محیط زیست و زنده گی



نویسنده: نازنین محمدی محصل دیپارتمنت ژورنالیزم و ارتباطات عامه

چالش‌های محیط زیست: جهان با چالش‌های متفاوت محیط زیستی رو به رو است به گونه مثال می‌توان گفت آلودگی آب و هوا، آلوده شدن آب‌های زیر زمینی، آب‌های سطحی، دریاها و فرسوده شدن خاک که باعث کاهش حاصلات در زمین‌های زراعتی می‌شود. هم‌چنان تغییر آب و هوا که با افزایش درجه حرارت محصولات زراعتی را کاهش می‌دهد.

حقوق محیط زیست: حقوق می‌تواند به عنوان یک ابزار یا وسیله در مقابل تعیین دستورها ایجاد شود و قانون را دربر گیرد که با رعایت آن به نتیجه مثبت پایان یابد. در این جا نیز ما می‌توانیم با استفاده از حقوق محیط زیست، مقرراتی را که میان طبیعت و انسان ساخته شده است را در نظر بگیریم. حقوق محیط زیست یعنی انسان‌ها در مقابل عناصر مختلف محیط زیست چه مقرراتی را باید مدنظر گیرند. جهت تنظیم رابطه میان عناصر محیط زیستی مثل آب و هوا، خاک، نباتات و حیوانات با انسان، نیاز به حقوق محیط زیست داریم. مقررات محیط زیست می‌تواند جلوگیری از قطع درختان، حفظ و پاک نگهداشتن از محیط و سایر بخش‌ها را داشته باشد. محیط زیست یک بخش عمده و اساسی ما را تشکیل داده ارتباط با سایر موارد خورد و بزرگ زنده گی مان را در بر می‌گیرد، پس باید توجه بیشتر در مراقبت از محیط زیست مان داشته باشیم.

ارزش محیط زیست: محیط زیست، محیطی که در چهار اطراف ما قرار دارد از ارزش زیاد برخوردار است و هر انسان وظیفه دارند تا از محیط مراقبت کند که مراقبت از محیط زیست ضامن صحت انسان می‌باشد. ارزش محیط زیست این است که تمامی موجودات زنده می‌تواند از آن برای نیازمندی‌های اولیه زنده گی خود سود بجوید، از جمله آب و هوا، اکسیجن، درختان و دیگر منابع طبیعی که باید در این زمینه بیشتر مراقب محیط زیست باشیم.

انواع محیط زیست: محیط زیست سه نوع است: محیط زیست طبیعی: آب، خاک، هوا، گیاهان، جنگل‌ها، دشت و دریاها و غیره می‌باشد. محیط زیست طبیعی محیطی است که انسان‌ها برای در پدید آوردن آن نقش ندارد عوامل محیط زیست طبیعی به دو نوع می‌باشد: جانداران (حیات وحش، رویش طبیعی) و بی‌جانان (آب، هوا و خاک)

محیط زیست مصنوعی: راه‌ها، جوی‌بارها، مناطق زیستن و غیره می‌باشد و ساخته شده توسط خود انسان است.

محیط زیست اجتماعی: این محیط از خانواده آغاز می‌شود و همسایه‌گان، همکاران، فروشنده‌گان، دوستان رهگذران جامعه شهری و روستای را شامل می‌شود.

۱- ترس قبل از سخنرانی

سخنران باید قبل از رفتن به روی استیژ موضوعی جالب داشته، ظاهر مناسب، آماده‌گی کامل و از اعتماد به نفس بالایی برخوردار باشد. اگر ظاهر آراسته نداشته باشد خود را از حضار کم حس می‌کند و حرف‌های در ذهنش خطور کرده که باعث ضعفی اعتماد به نفس اش می‌شود. اگر ترس از آرایه سخنرانی دارد، باید قبل از آرایه چند مرتبه در خانه و در پیش روی آینه تمرین نماید. قبل از شروع سخنرانی، خود را به محیط آنجا آشنا سازد و با مخاطبان اش به نحوی ارتباط برقرار کند تا خود را از آنها و آنها را از خود، بیگانه حس ننماید. وقتی که این نکات را مدنظر گیرید، یک سخنرانی عالی می‌داشته باشد.

۲- ترس در شروع سخنرانی:

سخنران باید در ابتدا همه‌ی مخاطبان اش را بشناسد که در کدام درجه‌ی تحصیلی قرار دارند. اگر قشر بی‌سواد جامعه را تشکیل می‌دهند، باید از رفتن به روی استیژ موضوعی جالب داشته، ظاهر مناسب، آماده‌گی کامل و از اعتماد به نفس بالایی برخوردار باشد. اگر ظاهر آراسته نداشته باشد خود را از حضار کم حس می‌کند و حرف‌های در ذهنش خطور کرده که باعث ضعفی اعتماد به نفس اش می‌شود. اگر ترس از آرایه سخنرانی دارد، باید قبل از آرایه چند مرتبه در خانه و در پیش روی آینه تمرین نماید. قبل از شروع سخنرانی، خود را به محیط آنجا آشنا سازد و با مخاطبان اش به نحوی ارتباط برقرار کند تا خود را از آنها و آنها را از خود، بیگانه حس ننماید. وقتی که این نکات را مدنظر گیرید، یک سخنرانی عالی می‌داشته باشد.

دهند، باید از ادبیات عام فهم استفاده نماید. اگر از قشر باسواد جامعه اند، با ادبیات خودشان صحبت کند. در جریان سخنرانی به همه جا نگاه کند (به سوی مخاطبان، به چیزی که در جریان سخنرانی به آن اشاره می‌کند و...) و به حرف‌های درون خود گوش دهد و برای خود بگوید که همه این جا آمده اند تا پیامی من را بشنوند و به آن عمل کنند و سپس بگوید که همه انسان‌های هستند و ترسی در درونم، من را آزار نمی‌دهد.

۳- استرس و یا فشار روانی

استرس یک نوع هورمون است؛ زمانی ترشح می‌شود که از هر لحاظ روی ما فشار باشد (زمان سخنرانی، شروع سخنرانی، بدنه سخنرانی، و ختم آن). راه حل ساده‌ی نیز وجود دارد که این استرس را تا اندازه‌ای کم می‌کند و آن مدیریت زمان است. هرگاه در هنگام این سخنرانی، مدیریت زمان داشته باشیم هیچ‌گاه به این گونه مشکل روبرو نمی‌شویم.

۴- قرار گرفتن سخنران در مکان مناسب

سخنران باید در جایی قرار گیرد که همه به آسانی وی را دیده بتوانند و از حرکات بدن و طرز سخنوری اش استفاده کنند. نه در مکانی نامعلوم که تنها صدایش شنیده شود؛ ولی خودش دیده نشود و یا عده‌ای او را ببینند و عده‌ای دیده نتوانند.

۵- حضور شنونده‌گان نامطلوب

اگر در جریان سخنرانی اشخاصی می‌خواهند که این جمع را از هم متفرق سازند، در این جا سخنران نباید دست و پاچه شود، نباید اعتماد به نفس اش را از دست دهد، قهر نشود، با لحن تند سخنرانی ننماید. نباید آن‌ها را از محل سخنرانی خارج کند. کوشش کند تا با سخنان عالی اش آن‌ها را سرکوب منطقی کند.

سخن سنجیده گو تا دوست را دشمن نگردانی ز حرف بی مروت آشنا بیگانه می‌گردد

۶- حرکات اضافی

حرکات در سخنرانی ۵۵ درصد نقش دارد. اگر سخنران، حرکاتی را از خود تبارز می‌دهد و با مطالب آن هم‌خوانی ندارد پس سخنران ماهری نیست. راه حل آن در هم‌خوانی بودن زبان با حرکات دست و بدن است.



چگونه می‌توانیم در زندگی از اعتماد با نفس بالا برخوردار باشیم؟

نویسنده: عبدالباسط کروخیل محصل دیپارتمنت ژورنالیزم و ارتباطات عامه

شاید برای تقویت اعتماد به نفس راه های زیادی وجود داشته باشد مگر پنج مورد از بهترین روش های تقویت اعتماد به نفس است:

اول: همیشه خداوند متعال را یاد نموده و به قدرت و یاری او اعتماد داشته باشیم و در همه مکان ها او را حاضر بدانیم. خداوند بزرگ استوارترین و پایدارترین تکیه گاه انسان می باشد اگر هر انسان به خداوند توکل کند و به یاری و کمک او باور داشته باشد حتمن به آرامش و اعتماد به نفس زندگی می کند.

دوم: باید با چشم تماس برقرار کنیم. زمانی که ما با کسی ارتباط برقرار می کنیم باید به چشم های او نگاه کنیم بخاطر که این عادت را فقط کسانی دارند که اعتماد به نفس شان بالا باشد.

سوم: ورزش کنید. ورزش کردن یکی از کارهای مهم در زندگی ما به شمار می رود که اثر فوق العاده و عمیقی بر اعتماد به نفس دارد چون ورزش کردن منظم باعث می شود تا انرژی شما بالا برود و مواد کیمیایی گوناگونی مثل اندروفین و تستوسترون تولید شود و شما را به حالت مثبت تری سوق می دهد. ورزش کردن زندگی شما را تغییر داده و سبب می شود که اعتماد به نفس تان را بالا می برد و همچنان زیبایی اندام شما را دو چند می کند و این عامل به بالا رفتن اعتماد به نفس یاری می کند.

چهارم: همیشه باید لبخند به لب داشته باشید. لبخند بر لب داشتن نشانه خوشحالی و اعتماد به نفس می باشد پس همیشه باید لبخند بر لب داشته باشید. لبخند روحیه انسان را عالی می سازد و احساس انسان را بهتر می کند.

پنجم: از الله متعال در هر حالت زندگی شکرگذاری کنید. همیشه از الله متعال خوشنود و شکرگذار باشیم چون این دنیا فانی است باید برای آخرت فکر نمود.

باید در آخر یادآور شد که اعتماد به نفس پدیده ای اکتسابی بوده و برخورداری از این خصیصه در گرو تمرین و برنامه ریزی می باشد. شخصی که در این خود را ضعیف و نا توان می داند، می تواند از رهنمودها و روش های علمی با روحیه امیدواری برای تغییر شخصیت خود اقدام عملی نماید.

گام های کوچک نشان دهنده یک هدف بزرگ است.

اعتماد به نفس: یعنی توانایی و علاقه برای خلق چیزهای که در زندگی به آن احتیاج داریم. اعتماد به نفس سبب می شود تا خود را به خدای بزرگ و انسان های دیگر را به نحو بهتر بشناسیم و ارتباط صمیمانه برقرار کنیم چون رسول اکرم (ص) فرمودند: بهترین خردمندی خودشناسی می باشد و هر که خود را شناخت از عقل بهره جسته و هر که خود را شناخت به گمراهی می رود.

اعتماد به نفس بالا یکی از نیازهای مهم هر فردی است و هر فرد باید در زندگی خود از اعتماد به نفس بالایی برخوردار باشد تا احساس خوشبختی در زندگی خود نماید.





نویسنده: محمودالله غزالی محصل دیپارتمنت روابط بین الملل

غرق در همین افکار بود که ناگهان صدایی خلوتش را درهم شکست، کسی داشت اسمش را صدا می‌زد، به آن صدا دقیق‌تر شد و فهمید که مادرش صدایش دارد و می‌گوید بیا قند مادر بیرون سرد است و خواب بکن. عبدالرحمان با شنیدن صدای مادر راهی اتاق خود شد و به زیر لحاف که مادر برایش پهن کرده درآمد و بعد از چند دقیقه‌ی در چشمان خود خستگی حس کرد و آهسته، آهسته به خواب رفت.

جمعیت انبوهی از مردم داشتند از کوچه‌ها و پس کوچه‌های شهر بیرون می‌آمدند و به سمت مشخصی همه در حرکت بودند پسرک نیز با جمعیت از مردم به همان سمت در حرکت شد و کم‌کم در افق چشم‌هایش نقش مسجدی پدیدار گشت. جوان از مرد میان سالی که داشت از عقبش می‌آمد سوالی پرسید، بیخشی برادر این جا کجا است؟ مرد میان‌سال با صدای گیرایی که داشت جواب داد جان برادر! ما در قونیه هستیم، امروز هم که جمعه است و مولانای بزرگ در مسجد سخنرانی دارد. زمانی که آن پسر جوان به مسجد رسید نگاهش ناخودآگاه به چشمان مولانای بلخی افتاد، مرد چهارشانه با ریش و موهای پرپشت که با صدای بلند داشت برای

دانه‌های برف داشت دانه دانه به مثل پنبه‌های سفید از آسمان بر روی زمین می‌نشست، در آن سوی پنجره پسرک به بالش تکیه داده بود و با کاغذ و قلم که در دست داشت چیزی می‌نوشت، خطاش تیره بود و به جز خودش کسی دیگر توان نداشت که آن دست خط نامنظم را بخواند، ناگهان صدایی سکوت اتاق را شکست تا به خودش آمد فهمید دارد بی اراده متن نوشته شده خود را به صدای بلند می‌خواند. نگاهی به اطراف خود انداخت و فهمید کسی دیگر جز خودش در اتاق نیست دوباره توجه خود را به آن کتابچه که چند لحظه پیش داشت چیزی می‌نوشت کرد و خواندن متن را با صدای بلند از نو آغاز کرد.

در یک شب زمستان جوانی به نام عبدالرحمان داشت بر روی حویلی (حیاط) خانه‌شان راه می‌رفت و به فکر چند روز بعد زندگی خودش بود.

چیزی کمتر از یک‌ماه از نامزدی‌اش می‌گذشت و قرار بود تا چند روز آینده عروسی کند، همین‌طور که داشت به‌روی حیاط خلوط خانه قدم می‌زد دلهره داشت از این که با سن کم تصمیم به عروسی گرفته و آیا می‌تواند از عهده این مسوولیت بزرگ برآید یا خیر و از سوی دیگر نزدیک شدن امتحان‌های وسط‌سمستر به نگرانی‌های وی می‌افزود

مولانا با عصبانیت پرسید؛ این چه سوالی است؟ چگونه می‌توان پیامبر خدا محمد مصطفی را با یک صوفی یک لا قبا یکی می‌دانی؟ شمس لحن صحبتش را عوض می‌کند و می‌افزاید: خوب فکر کن. مگر حضرت پیامبر این‌گونه نفرموده‌اند: «ای پروردگارا تو را ستایش می‌کنم. چندان که شایسته است، ولی تا هنوز تو را نشناختم». حال آن که بایزید بسطامی گفته است: «خود را ستایش می‌کنم، مرتبه‌ام متعالی است. زیرا خدا را در خرجه‌ام دارم». یکی خودش را در مقایسه با خدا کوچک می‌داند و دیگری خداوند را در درونش دارد. به نظر تو کدام یک از این دو نفر والاتر است؟

مولانا لحظه‌یی درنگ کرد و زمانی که خواست جواب آن مرد صورت پریشان را بدهد، ناگهان پسرک دستی را بر شانه‌ی خود حس کرد که کسی آنرا می‌فشارد، و درست زمانی که می‌خواست صاحب دست را ببیند، ناگهان سر از خواب بلند می‌کند، و مادر را بر بالای سر خود می‌بیند، که وی را به نماز صبح بیدار کرده است.

مردم تبلیغ و نصیحت می‌کرد. پسرک گوشه‌ی از مسجد را پیدا کرد و در آنجا نشست بعد از ختم نماز پسرک زودتر از همگی داشت در کوچه‌های قونیه قدم میزد که ناگهان فریاد‌های بلندی را شنید و به سمت آن حرکت کرد، به محض رسیدن به محله‌ی صداها در یافت که مریدان مولانا دارند وی را که بر اسپ نشسته تشویق می‌کنند، همین‌طور قافله که داشت میرفت ناگهان مردی از کوچه‌ی دیگر جلو اسپ مولانا ایستاد و گفت؛ ای علامه دهر مولوی، ای مولانا بی‌همتای شرق و غرب در باره تو سخنان نیکو زیادی شنیده‌ام اگر اجازه باشد می‌خواهم از تو سوالی کنم، مولانا با صدای ملایمی فرمود سوال خود را بپرس ای غریبه، آن مرد نحیف و لاغر قبل از این که سوال خود را بپرسد از مولانا خواست که از اسپش پیاده شود تا هردو باهم برابر شوند! همه در حیرت شدند، چنانچه که حضرت عزرائیل را دیده باشند و روح از جسم‌شان در آمده باشد، مولانا از اسپش پیاده شد و آن مرد را صدا زد تا سوال خود را بپرسد، آن مرد به سخن آمد و به سوال کردن آغاز کرد.

«ای مولانا به نظرت از میان پیامبر اسلام حضرت محمد (ص) و بایزید بسطامی کدام یک بزرگ‌تر است؟»



کتابخانه پوهنتون کاردان مکان آرام برای مطالعه کردن

نویسنده: عبدالباسط کروخیل محصل دیپارتمنت ژورنالیزم و ارتباطات عامه

کتابخانه پوهنتون کاردان در سال ۲۰۰۴ ایجاد شد که شامل بیشتر از ۱۶۰۰۰ کتاب‌های مختلف است که کتاب‌های علمی، اکادمی، معلوماتی، عمومی، سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و اسلامی می‌باشد.

سهولت‌ها و خدمات کتابخانه پوهنتون کاردان برای محصلان این پوهنتون کتاب‌های فزیک و الکترونیک، انترنت، ژورنال‌های علمی معتبر جهان، رساله‌های علمی و سایر منابع مورد نیاز آموزشی را فراهم کرده است.

علاوه بر آن، فضای کاملاً آرام جهت مطالعه و اتاق‌های کار انفرادی و بحث‌های گروهی نیز در کنار آن در نظر گرفته شده است که محصلان می‌توانند از کمپیوتر لب‌های مجهز و خدمات کتابخانه دیجیتالی پوهنتون کاردان نیز مستفید گردند.

کتابخانه پوهنتون کاردان با وسایل تکنالوژی نوین نیز تجهیز گردید است که با راه اندازی این تجهیزات اکنون محصلان می‌توانند به آسانی از کتاب‌های این کتابخانه استفاده نمایند و پروسه جستجوی کتاب، گرفتن کتاب، و دوباره تسلیم‌دهی این کتاب‌ها اکنون دیجیتالی گریده است.

کتابخانه پوهنتون کاردان از ماشین‌ها برای سهولت هرچه بیشتر محصلان در این کتابخانه راه‌اندازی گردیده است و فعال‌سازی وسایل دیجیتالی کتابخانه پوهنتون کاردان یک گام مهم در عرصه دیجیتالی ساختن فعالیت‌های این کتابخانه می‌باشد.

کتابخانه یکی از بخش‌های مهم یک نظام تحصیلی شمرده می‌شود که مدیریت معلومات پوهنتون کاردان براساس همین اصل در کتابخانه پوهنتون، وسایل دیجیتالی را آماده کرده که محصلان را در جستجوی کتاب‌ها، بدست آوردن و بازپس‌دهی کتاب‌ها کمک می‌کند.

مطالعه کتاب‌ها، همه‌چیز را ممکن می‌سازد و هرچه بیشتر کتاب بخوانیم، موضوعاتی بیشتر را خواهیم فهمید و هرچه بیشتر بدانیم، سبب می‌شود که مقام و منزلت بالا داشته باشیم. یکی از دانشمندان می‌گوید که خوشبخت کسی است که به یکی از این دو چیز دسترسی دارد اول کتاب‌های خوب و دوم دوستانی که اهل کتاب باشند. یکی از سهولت‌های مهم و اساسی کتابخانه پوهنتون کاردان، ماشین‌های دیجیتالی می‌باشد که در افغانستان بسیار کم یافت است.



ليکوال: محمد اياز عظيمي د ماستری د پروگرام زده کړيال



تعصب هغه باور يا چلند ته وايي چې په حق يا ناحقه په ډېر شدت سره د هغه ډلې ملاتړ وکړي چې ته ورسره په کورنۍ، نسب، ژبه، قبيله، وطن، جغرافيايي موقعيت، سمت، مذهب، تنظيم حزب او داسې نورو کې اشتراک او گډون ولري.

پوهان د تعصب په اړه وايي:

تعصب بېنا سترگي ښکاري او اوربدونکي غوږونه کاڼه کوي. (ابو ريحان البيروني)
متعصب هغه څوک دی چې خپل نظر يا هم موضوع نشي بدلولی. (وينستون چرچيل)

ټولنيزه او فرهنگي انزوا قومي او نژادي مسايلو ته ډېر نقش ورکوي او په دې برخه کې تعصب ډېروي.

څنگه له تعصب څخه ځان وژغورو؟

ټولو مذهبونو او ژبو ته بايد درناوی ولرو. ځان خپله په خپل کار بوخت وساتو، تر څو له بې ځايه فکر کولو څخه ډډه وکړو. خپل او د نورو ترمنځ بايد توپير ونه کړو. مثبت باورونه ډېر کړو او تل د هر څه په هکله مثبت فکر وکړو. مخالفې ډلې مطالعه کړئ، او حقيقتونه يې درک کړئ. که موږ پورتنی کارونه ترسره کړو، خپله تعصب لمنځه وړلاى شو.

همدا تعصب دی چې مونږه يې سره په خپلو کې مصروف کړي يو او له ملي ارزښتونو څخه يې غافله کړي يو، تر دې چې ملي ارزښتونه هم د تعصب له عينکو گورو، چې کوم هم زما د حزب، قوم، خپل او سمت له لوري نه وي، هغه سپک گڼو.

نو راځئ چې له دې آفت څخه ځانونه وژغورو، خپل ځانونه رښتيني افغانان کړو، خپل هېواد او هېوادوال ته په درنه سترگه وگور، که هغه د هرې سيمې، قوم او ژبې وي، نو په دې سره به هغې رښتيني آزادۍ او خپلواکۍ ته ورسېږو چې زمونږ نيکونو د هغې له پاره قربانۍ ورکړي دي او د آزادۍ رښينی مفهوم يې تر مونږه را رسولی دی.

د تعصب پايلې څه وي؟

رواني ستونزې پيدا کوي، ځکه هر څومره څوک متعصبه شي هغومره فکر يې گډوډېږي، ټولنيزي ستونزې رامنځته کوي، ځکه د متعصبه وگړو له کبله ټولنه هم زيان وينی. سربېره پر نورو ستونزو شخصيت ته هم لويه صدمه رسوي.

د متعصب ځينې نښې

څوک چې متعصبه وي تل غواړي شر او جنگ جوړ کړي، په زړه کې ډېره کينه ساتي، له هر څه زيات يې شهرت او مقام خوښېږي او غواړي تل يوازې دوی له ژوند خوند واخلي، کله چې نور څوک خوشحاله وويني دوی خپه کېږي، او هر څه يوازې د خپل ځان لپاره غواړي، خپلواکي خوښوي.

متعصبه خلک به څنگه پېژنو؟

تل په نورو باندې نيوکه کوي، په سم ډول خبرې نه کوي، يعنې خبرې يې له منطقه خالي وي، د ځان لوړ گڼلو او خپلواکۍ فکر کوي، نه پرېږدي چې پرته له دوی بل څوک پرمختگ وکړي، تل نورو ته په غوسه وي او په هره څه باندې اعصاب خرابي کوي، د نورو له پرمختگ او کارونو څخه وېره لري او په اندېښمن وي.

تعصب څوک کوي؟

د ځينې کسانو شخصيت همداسې وي چې تعصب يې تل خوښېږي، ځينې بيا ږوند تقليد کوي، پرته له دې چې په کوم څه پوه شي يا يې وويني، نو خپل کار کوي.

ژوند څنگه بنکلی کړو؟

لیکوال: محمد ایاز عظیمي د ماسټرۍ برنامې زده کړیال

سختېږي، شېبه په شېبه مو بیا خلق تنگېږي او بالاخره د ژوند د خور نعمت څخه بهې برخې کېږو.

د ژوند په هکله حمزه بابا بیا وايي:
بد لیږي رابد لیږي په خپل ځان کې رنگ په رنگ
دانه چې چیرته تللی یا راغلی دی ژوندون

حمزه بابا وايي، "چې زه خو ژوند تل قایم او په یو حال گڼم. په ژوند کې چې کوم تغیر راځي دا د شیانو تغیر دي؛ ځکه چې شیان عین ژوند نه دي؛ دا خو د ژوند مظاهر دي او د ژوند تعلق خو د شیانو سره نه دی. دا خبره سمه نه ده چې ژوند لار یا راغي. اصل کې ژوند په روح پورې مربوط دی. همدغه روح دی چې دغو، شیانو ته اتصال او انفصال ورکوي.

ژوند داسې نه دی چې ددغو، شیانو د یو ځای کیدو څخه ظاهر شي او یا ددغو عناصرو دخوږیدو له وجهې ژوند ختم شي. دې مادې جسم ته که کوم تغیر راځي همدغه روح دی چې محرک یې دی. که محرک ماده وي نو ماده خو تل متغیره وي؛ نو د هغې سره د خپل ځان واک نه وي د بل به څه محرکه پاتې شي.

لنډه دا چې که مور وغواړو خپل ژوند په اسانه سره بنکلی کولای هم شو او بدرنگ هم، ټول هغه شیان او کړنې چې ژوند پرې بنکلی کېږي زموږ په ولکه کې دي او زموږ وس پرې بر دی، نو پدې اساس ویلی شو چې ژوند بنکلی دی، په خپل ژوند کې قناعت وکړئ او د ژوند کولو خوند واخلي.

هر انسان په خپل ذهن کې د خپل راتلونکي لپاره یو انځور لري، چې ددغه انځور په جوړولو سره خپل ژوند پرمخ بیايي. د هر انسان د ذهن انځور د هغه د شخصیت، اوصولو او چلند بنکارندویي کوي. زموږ او ستاسې دغه انځور زموږ او ستاسې د ژوند مسير مالوموي چې څه وکړو او پر کومه لار ولاړ شو.

ددې انځور موبنه داده چې انسان خپل ټول امکانات او وړتیاوې پر کار واچوي او خپلې موخې ترلاسه کړي. په ژوند کې بدلون ممکن او شونی دی، تر څو چې بدلون ونکړو تر هغې خپلو موخو ته نشو رسیدلای.

بريالي انسانان تل په ژوند کې ځان منظموي او حرکت پیلوي او کله چې منظم حرکت پیل کړي موخو ته رسېږي. د ژوند ټول کړاوونه او ستونزې په حقیقت کې هغه زده کړې دي چې مو او تاسې ترې گټه پورته کوو او ځانونه پرې جوړوو.

ژوند کې ویره او شک له مور او تاسې خوښۍ اخلي او زموږ او ستاسې د پرمختگ مخه ډب کوي. په لوړ باور او پر څښتن تعالی باندې توکل سره باید حرکت وکړو او هر قسم ویره له زړه وباسو. ژوند مینه ده او هر کله چې مور او تاسې مینه زده کړه نو بیا له نورو سره هم مینه کولای شو او کله د کایناتو سره بنکلی اړیکې ټینګې کړو نو ژوند به ژوند شي.

هر کله چې مور او تاسې د ژوند د اوصولو څخه سرغړونه شروع کړو او په غلطو او منفي افکارو سره د ژوند د اصلي مداره ووځو، نو بیا ژوند



نقش رسانه در ترویج اندیشه‌ها



نویسنده: نازنین محمدی محصل دپارتمنت ژورنالیسم و ارتباطات عامه

در درازای تاریخ ما شاهد ظهور انواع رسانه بودیم، رسانه‌های که در زمان خودش کارکرد منحصر به خودش را انجام دهد. از جمله رسانه‌های همگانی می‌توان به روزنامه، رادیو، تلویزیون، سینما، ماهواره و اینترنت اشاره کرد.

رسانه‌ها از آغاز پیدایش تا اکنون توانسته اند تغییرات مهم اجتماعی را در جهان به وجود آورند. رسانه‌های همگانی می‌تواند در ساختارهای یک جامعه از جمله ساختارها و ابعاد سیاسی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی سر و کار داشته باشد و بر روی هر کدام تاثیرگذار باشد و موجب تحول و پویایی هر کدام از این ساختارها گردد. در میان دانشمندان عرصه‌ی ارتباطات و خبرنگاری مک لوهان از جمله افراد شناخته شده قرن اخیر است او می‌گوید: در گذشته جنگ محلی بود، خونریزی‌ها نیز در میان مردم یک محله، یا یک کوچه یا شهر باقی می‌ماند. حالا چنین نیست یک عمل خشن، دل مردم جهان را به درد می‌آورد. این رسانه‌ها است که جامعه، متاثر از آن می‌شود. در همین حال، نقش رسانه‌ها در جامعه انکارناپذیر است، رفتارها و نگرش‌های ما، محصول تماشای رسانه و خواندن مطالب نشریات است.

حالا رسانه‌ها دنیای جدیدی را ایجاد کرده و محدودیت‌ها را از میان برداشته است. در مورد این که رسانه‌ها تا چه حد می‌تواند نقش اساسی و تاثیرگذار داشته باشد. بعضی دیدگاه‌ها وجود دارد، که عبارت اند از:

۱. بعضی بر این باورند که میزان تاثیرگذاری رسانه بر زندگی انسان نامحدود است.

۲. برخی دیگر را عقیده بر این است که رسانه‌ها دارای قدرتی زیادی است که می‌تواند نسلی تازه‌ی را برای اولین بار در تاریخ انسان پدید آورد. ناگفته نباید گذاشت که سطح شناخت و آگاهی هر فرد جامعه و یا سطح رشد ارتباطات کشور با کشوری، حاصل ارتباطاتی است که از طریق رسانه‌ها صورت می‌گیرد. به این اساس می‌توان جامعه‌ی را مورد ارزیابی قرار داد که قبل از رسانه‌ها، و جامعه‌ی که در آن رسانه‌ها به وجود آمده‌است از هم چه تفاوت‌های دارد.

در نخست جامعه‌ی قبل از رسانه‌ها:

چنان‌که، ارتباطات در سال‌های گذشته در میان انبوه از مردم که در سایر محل‌های دوردست زنده‌گی می‌کردند به اشکال مختلف انجام می‌شد. مانند؛ برقراری ارتباط از طریق دود و آتش، طبل (دهل) ویا برای انتشارخبری از چابک‌سواران، پرنده‌گان و تیز پایان استفاده می‌کردند. در این دوره از تاریخ ارتباط برقرار کردن شرایط محدود را به دنبال داشت، اگر هم برقراری ارتباط میسر میشد تنها با افراد مشخص شده و یا یک مخاطب، انجام می‌شد.

جامعه‌ی که در آن رسانه‌ها به وجود آمد:

دوره گذار از جامعه‌سنتی به جامعه جدید، برای نیازمندی و خواست‌ها و برای برقراری ارتباط میان همه و یا گروه اندک، وسایل ایجاد شد. در این دوره محدودیت‌ها کمتر و از راه‌های مختلف و آسان می‌توان به حل مشکلات، آگاهی و ارتباطات از وسایل استفاده کرد.

آنچه که رسانه‌ها را با ارزش و مهم جلوه می‌دهد همان ویژه‌گی که در همه جا قرار دارد و می‌تواند ضرورت انسان را مرفوع بسازد، است. رسانه‌ها هم‌چنان در مورد مسایل داغ جامعه‌را آگاه می‌سازند، طبقه‌ی اجتماع از مردم، که توان تحلیل و یا درک درست از آن را ندارند. یا مسایل پیچیده و گنگ را برای مردم تصحیح می‌کند. این رسانه است که برای مردم جامعه موضوعات را که باید بدانند، بیان می‌کند و موضوعات را که نمی‌دانند را یاد آوری می‌کند.

رسانه‌ها، نقش مهمی را در جامعه دارند، زیرا جامعه می‌تواند در بخش‌های مختلف برای تک‌تک افراد زمینه‌های آموزشی، اطلاع‌رسانی، آگاهی‌دهی و سایر زمینه‌ها را فراهم می‌کند.





پوهنتون کاردان
KARDAN UNIVERSITY

☎ ۰۷۷۷ ۵۲ ۸۳ ۸۳

✉ info@kardan.edu.af

📍 چهارراهی پروان دو، کابل_افغانستان