کارگاه زندگی

راز فراموشی خواب‌ها؛ چرا بعضی صبح‌ها هیچ چیز به یاد نمی‌آوریم؟

محققان ایتالیایی طی چهار سال گذشته مشغول مطالعه پدیده «یادآوری رویای صبحگاهی» بوده‌اند. آنان در پژوهش خود بررسی کردند که چگونه الگوهای خواب و ویژگی‌های مرتبط با آن می‌توانند بر توانایی افراد در یادآوری رویاهای‌شان تأثیر بگذارند. تحلیل داده‌ها نشان داد که توانایی یادآوری رویاها در افراد مختلف به‌طور قابل توجهی متفاوت است و عوامل متعددی بر آن تأثیر می‌گذارند. به‌عنوان مثال، افرادی که دیدگاه مثبتی نسبت به رویاها دارند و تمایل بیشتری به خیال‌پردازی روزانه نشان می‌دهند، معمولا رویاهای خود را بهتر به یاد می‌آورند. پژوهشگران دریافتند که فصل‌ها نیز در این مسأله تأثیرگذار بودند و میزان یادآوری رویاها در بهار به‌طور کلی بیشتر از زمستان نشان می‌داد. تحلیل داده‌ها حاکی از آن که توانایی یادآوری رویاها در افراد مختلف به‌طور قابل توجهی متفاوت است و عوامل متعددی بر آن تأثیر می‌گذارند. به‌عنوان مثال، افرادی که دیدگاه مثبتی نسبت به رویاها دارند و تمایل بیشتری به خیال‌پردازی در طول روز نشان می‌دهند، معمولا رویاهای خود را بهتر به یاد می‌آورند. به گفته پژوهشگران، افراد جوان‌تر به‌طورکلی در یادآوری رویاها موفق‌تر بودند، درحالی‌که افراد مسن‌تر بیشتر با پدیده‌ای به نام «رویاهای سفید» مواجه می‌شدند. به‌این معناکه پس از بیدار شدن احساس می‌کردند که رویا دیده‌اند، اما قادر به یادآوری جزئیات آن نبودند.

«جام جم» جوانب آموزش زبان خارجی به دانش‌آموزان را با نگاهی به عدم تغییر فرهنگی بررسی می‌کند

یادگیری زبان با حفظ هویت

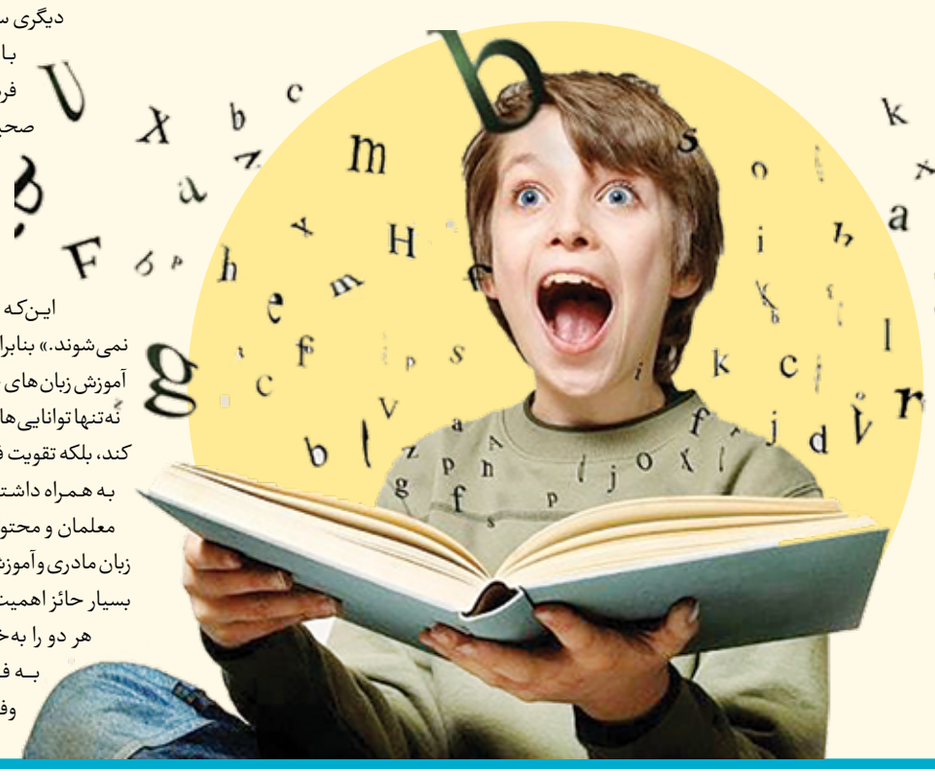
تهمینه سبحانی‌شاد
گروه جامعه

درحال‌حاضر آموزش زبان خارجی در بسیاری از کشورها ازجمله اقدامات موثری است که به تسهیل ارتباطات بین‌المللی در دانش‌آموزان منجر می‌شود. البته در این میان تاثیرات آموزش این زبان دوم بر فرهنگ و هویت ملی کشور، یکی از دغدغه‌های این موضوع است. البته همین چند روز گذشته بود که احمد محمودزاده، رئیس سازمان مدارس غیردولتی در نخستین رویداد ملی زبان‌های خارجی با بیان این‌که بومی‌سازی کتاب‌های آموزش زبان با رعایت تقویت هویت ایرانی و اسلامی در دستورکار است، گفت: «برای رفع انحصار یک زبان خاص و کاهش تداخل فرهنگی تلاش می‌شود.» مسأله‌ای که با توجه به گسترش فناوری و فراگیری ارتباط میان کشورهای جهان، چگونگی آموزش زبان‌های خارجی بدون خدشه‌دار شدن فرهنگ کشور را حائز اهمیت می‌کند. حالا سؤال اینجاست که چگونه می‌توان آموزش زبان خارجی را به گونه‌ای طراحی کرد که به هویت فرهنگی و زبان مادری آسیب نزند؟

سال ۱۳۸۱ بود که شورای عالی آموزش‌وپرورش، به‌منظور توسعه آموزش زبان‌های خارجی غیر از زبان انگلیسی، آموزش زبان‌های آلمانی، فرانسوی، ایتالیایی، اسپانیایی و روسی را در دستورکار خود قرار داد. البته موسی‌الرضا کفاش، معاون دبیرکل شورای عالی آموزش‌وپرورش با بیان این‌که به وزارت آموزش‌وپرورش اجازه داده شد حسب نیازها و تقاضای اجتماعی جدید و با رعایت اصل تنوع‌بخشی به زبان‌های خارجی غیر از زبان انگلیسی، نسبت به آموزش سایر زبان‌های خارجی اقدام کند، گفت: «مقرر شده در مناطقی که سازوکارهای لازم بدین منظور وجود ندارد، دانش‌آموزان زبان مربوط را در کانون زبان ایران و سایر موسسات آموزشی بگذرانند.» حالا بگذریم از این موضوع که بسیاری از دانش‌آموزان درحال‌حاضر، به سبب ناتوانی مدارس در آموزش زبان خارجی، به آموزشگاه‌های زبان پناه بردند. البته علیرضا کاظمی، وزیر آموزش‌وپرورش در کنار محتوای آموزشی در این خصوص معتقد است که باید به نیروی انسانی متعهد برای آموزش در زبان هم توجه شود. به‌هرحال در دنیای امروز، یادگیری زبان‌های خارجی به‌عنوان یکی از مهارت‌های ضروری برای رشد فردی و اجتماعی شناخته می‌شود و ضرورت یادگیری این مهارت آن است که آسیب و اثری به فرهنگ و هویت کشور وارد نکند.

زبان؛ لازمه تفکر

تب دوزبانه شدن در بین برخی از خانواده‌ها و والدین برای فرزندان‌شان به حدی موج می‌زند که آنها از هر طریقی خود را به آب‌وآتش می‌زنند تا این اتفاق زودتر محقق شود. اما حالا پرسشی که پیش می‌آید این است که چه کاری انجام دهیم تا آموزش این زبان با تغییر فرهنگی همراه نشود؟ محمد آقاسی‌زاده، دکترای ادبیات فارسی در گفت‌وگو با جام جم و در پاسخ به این سؤال ما می‌گوید: «تا زبان مادری جاگیر نشود، تداخل زبان دیگری منجر به بروز اتفاقاتی می‌شود که یکی از آنها مسائل فرهنگی است. اما ما هیچ‌وقت به اتفاقات ذهنی آن فکر نکرده‌ایم، چراکه معتقدیم وقتی که یک زبان جدید یاد می‌گیرید، یک دنیای جدید دیگری در ذهن‌تان گشوده و تفکر انسان به زبان دوم هم ایجاد می‌شود.» وی همچنین می‌افزاید: «لازمه تفکر، زبان است، چراکه ما با زبان فکر می‌کنیم و اگر زبان مادری جاگیر نشده باشد، باعث می‌شود از این به بعد بدون زبان مادری که پیشینه فرهنگی‌مان هم هست فکر کنیم و خواه‌ناخواه یکی در زبان فارسی و دیگری در تفکرات فرهنگی‌مان تاثیر می‌گذارد.»



ارائه زیرساخت‌های فرهنگی کشور به زبان دیگر

به‌هرحال زبان و فرهنگ به هم مرتبط و وابسته‌اند اما محمد آقاسی‌زاده ضمن بیان ارائه زیرساخت‌های فرهنگی خودمان به زبان دیگر، عنوان می‌کند: «بهتر است بحث مسائل اقلیمی، تاریخی، جغرافیایی و... کشور را آماده ارائه به غربی‌ها و دیگران کنیم. برای نمونه اگر دانش‌آموزی به همراه والدین خودش به کشور دیگری سفر می‌کند، حداقل باید بتواند با یک گردشگر خارجی درباره فرهنگش اما به زبان انگلیسی صحبت کند. به این ترتیب دو عامل موفقیت را به دست کودکان داده‌ایم؛ یکی با جهان دیگری به فرهنگ خودمان می‌اندیشند و دیگری این‌که از فرهنگ کشورمان هم دور نمی‌شوند.» بنابراین به نظر می‌رسد که توجه به آموزش زبان‌های خارجی باید به گونه‌ای باشد که نه‌تنها توانایی‌های زبانی دانش‌آموزان را تقویت کند، بلکه تقویت فرهنگ و هویت ملی آنان را هم به همراه داشته باشد. از سوی دیگر، نقش معلمان و محتوای آموزشی مناسب در تقویت زبان مادری و آموزش زبان‌های خارجی در کنار هم بسیار حائز اهمیت است تا دانش‌آموزان بتوانند هر دو را به‌خوبی یاد بگیرند و درعین‌حال به فرهنگ و هویت خود نیز وفادار بمانند.

برش

دانش‌آموزان در پی فرهنگ غربی!

در طول آموزش زبان‌های خارجی، باید به دانش‌آموزان فرصتی داده شود تا به فرهنگ‌های مختلف احترام بگذارند و تفاوت‌های فرهنگی را درک کنند، بدون آن‌که فرهنگ خودشان تهدید شود. با وجود این نکته اما آقاسی‌زاده نیز بر این باور است که این اثر تفکر فرهنگی در بین دانش‌آموزان مشهود است و به ما دراین‌باره توضیح می‌دهد: «از یک جایی به بعد دانش‌آموزان به‌جای گرفتن جشن ایرانی و باستانی، نمی‌توانند به جشن‌های غربی فکر نکنند. درحال‌حاضر هم دانش‌آموزان دوره ابتدایی برخی جشن‌های غربی را خیلی بیشتر از جشن‌های ایرانی همچون یلدا، سده و نوروز می‌شناسند. این جشن‌ها بر عهده مدارس است، چون آنها در جشن‌های غربی به همراه خانواده‌های‌شان حضور پیدا کرده، به این دلیل که کلا بچه‌های ما با زبان دیگری فکر می‌کنند.» او ادامه می‌دهد: «البته این موضوع در زبان فارسی و بحث خواندن و نوشتن دانش‌آموزان هم تاثیر دارد. یکی از دلایلی که سرانه مطالعه کتاب بین دانش‌آموزان ابتدایی در حال کم شدن است، به این جهت است که آنان ارتباط مستقیم با زبان فارسی نگرفتند.»

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۹۵۱

جدول عادی

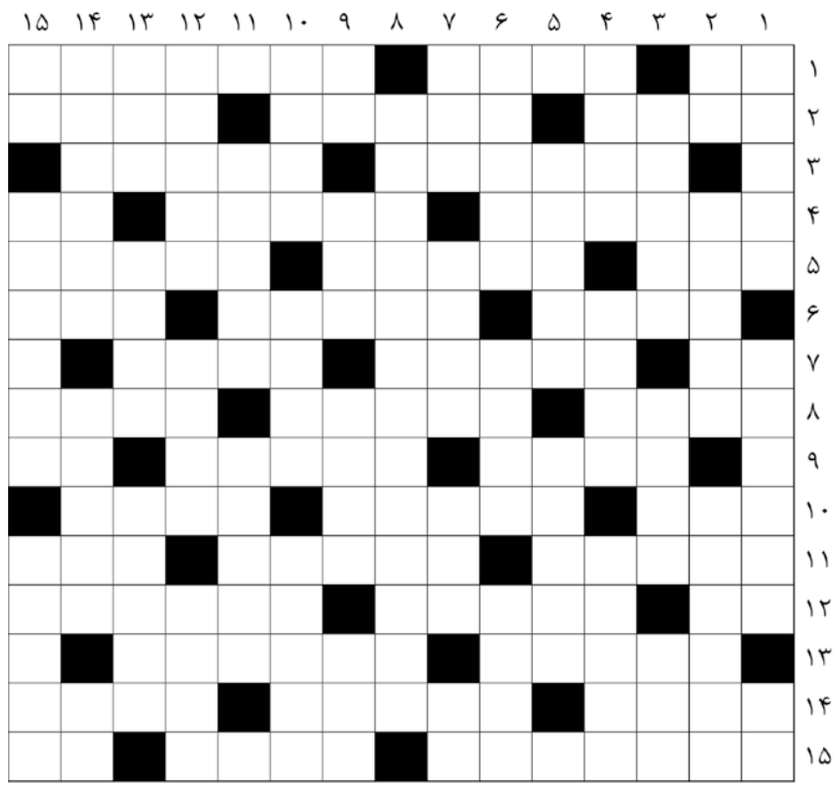
افقی: ۱) چاشنی غذایی ـ آشکار و نمایان ـ آبشار دیدنی شهر علی‌آباد کتول ۲) زندانیان جنگی ـ فولکلوریک ـ سهیم ۳) درمانگاه ـ دقت زیاد در جزئیات امری ۴) آنچه موضوع گفت‌وگوی بسیاری از مردم است ـ سرمه ـ دریا ۵) نژاد، تبار ـ نام سابق شهرکرد ـ بایگانی ۶) هدیه دادن ـ کمک‌های نقدی و غیرنقدی که برای انجام کار خیر جمع‌آوری می‌شود ـ صدا ۷) خون ـ نظارت و مراقبت ـ نوعی بیماری پوستی ۸) ابزار و وسایل ـ از اجزای چراغ نفتی ـ بهتر ۹) بازی قهوه‌خانه‌ای قدیم ـ کرم چراغدار ـ صوت شگفتی ۱۰) مستی ـ شفاف و درخشان ـ پیامبر کلیم‌الله ۱۱) از وسایل حمل‌ونقل درون‌شهری ـ گلی آپارتمانی ـ مقام و رتبه ۱۲) مذکر ـ واگذار کردن ـ موفق ۱۳) حماقت ـ اجرای دستورات کاربر در بانک اطلاعاتی ۱۴) اندازه و مقدار ـ سلطنتی ـ از الفبای انگلیسی ۱۵) اولین همسران تاریخ ـ موقر ـ چله کمان.

عمودی: ۱) دزد سرگردنه ـ آگاهی داشتن ـ کار ناتمام ۲) کافی ـ فرکانس ـ مؤثر و مفید ۳) پاورقی ـ شبکه استانی صداوسیمای مرکز خراسان شمالی ـ ترس ۴) از ظروف آزمایشگاهی ـ پزشک ـ فنی در کشتی ۵) پروردگار ـ فرزند نتیجه ۶) گریزنده از روی ترس ـ فال گرفتن ـ پشت‌نویسی سند تجاری یا مالی ۷) زربفت ـ برگه کوچک مقوایی ـ شرط دوستی ـ گشاده ۸) نویسنده، متفکر و جامعه‌شناس فقید و صاحب کتاب فاطمه فاطمه است ۹) اندک ـ کتاب هندو ـ ذکر حاجیان در مراسم حج ـ اهلی، مطیع ۱۰) خانه‌های عرب ـ بوی خوش ـ نمایندگی ۱۱) فهرست ـ خودداری کردن ۱۲) سخت و مشکل ـ اسب بارکش ـ منت‌گذارنده ۱۳) پشت‌سر ـ شرح‌دهنده ـ بازدید ۱۴) بخش مراقبت‌های ویژه در بیمارستان ـ استانی در جنوبی‌ترین نقطه سوریه ـ در خود فرو رفتن ۱۵) اثر چربی ـ تعادل ـ مترسک.

جدول ویژه

افقی: ۱) نوعی بالاپوش ـ سوگند ـ فیلمی به کارگردانی کوروساوا ۲) تن‌پوش ـ ساحل دریای عمان از بندرعباس تا این بندر امتداد دارد ـ فراوانی ۳) سرویس پستی برای ارسال کالا ـ نوعی الیاف مصنوعی ۴) دلسرد شدن ـ فیلمی ساخته کریستوفر نولان ـ لنگه بار ۵) از حروف یونانی ـ آزادی ـ گردهمایی ۶) عطا کردن ـ از منابع مهم درآمدی شهرداری‌ها ـ از آلات موسیقی ۷) رود آرام ـ تهیه کردن ـ باد خنک ۸) شیوه تلفظ ـ گلی زیبا ـ روز قیامت ۹) داخل شدن ـ داربست تاک ـ نشانه جمع مونث عربی ۱۰) کتاب هندو ـ دلتنگ ـ اسب سرخ ۱۱) تیم فوتبال ایتالیایی ـ پهلوان اسطوره‌ای یونان ـ فاضلاب ۱۲) خدای درویش ـ شیره انگور ـ نام مستعار ویلیام سیدنی پورتر ۱۳) ساز کریستوفری ـ نمایشنامه تاریخی ویکتور هوگو ۱۴) آتش ـ از شخصیت‌های داستانی رمان اولیور توییست ـ لغو ۱۵) براده‌برداری از فلزات ـ دانش ذاتی ـ ضمیر جمع.

عمودی: ۱) اثری به قلم ژان پل سارتر ـ مطلوب ـ نفرت و بیزاری ۲) پایتخت باستانی مصر ـ نامی دخترانه ـ عیوب انکساری چشم با این واحد اندازه‌گیری می‌شود ۳) گشاد شدن ـ برنا ـ درنده جنگلی ۴) آسان ـ پاکیزه ـ فراهم آوردن ۵) سرسبز و خرم ـ سروته ۶) بی‌همتا ـ سندرم نقص ایمنی اکتسابی ـ راننده ۷) منقار پرنده ـ دشمنان ـ از بند رسته ـ E ـ ۸) کارگردان فیلم علمی تخیلی سولاریس ۹) عریان ـ همسر حضرت یعقوب (ع) ـ انتهای ناخن ـ سال آذری ۱۰) زین و برگ اسب ـ هر بخش از مسابقه تکواندو ـ محل تقاطع دو دیوار ۱۱) علم اعداد ـ نوعی تفنگ شکاری ۱۲) هر نوع انقباض دردناک عضله ـ ستارگان ـ ورزش یخ و چمن ۱۳) ترمیم پارگی پارچه ـ اشتباه ـ نقاش فلاماندی قرن هفدهم ۱۴) سوار کردن قطعات یک دستگاه ـ پوستین دوز ـ زهر ۱۵) طلا ـ گروه محافظ مقام‌های بلندپایه ـ ویولن آلتو.



حل جدول عادی ۶۹۵۰

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	پ	ا	ر	ا	ک	ل	ی	ن	ی	ک	■	و	ک	ل	ا
۲	ی	و	ز	■	د	پ	ر	س	■	ب	ا	ج	ن	ا	ق
۳	ک	ا	ن	ت	ا	ت	■	ا	ن	ی	س	■	ش	ی	ت
۴	■	■	ا	ل	م	ا	س	■	م	ر	م	ی	■	ن	ص
۵	س	ر	ن	■	خ	پ	و	پ	ک	■	ش	ک	و	ف	ا
۶	س	ا	س	ا	ن	■	ر	ا	ی	ش	■	ر	ا	ک	د
۷	ت	ن	■	ب	ا	ه	ن	ر	■	ا	ب	و	ی	■	■
۸	ی	ش	م	■	خ	ی	ا	ل	ا	ت	ی	■	ا	ب	ه
۹	■	■	ر	غ	ن	ا	■	م	ز	ر	غ	ه	■	ل	ی
۱۰	د	ر	ی	ل	■	ت	م	ا	ر	■	ت	ف	ا	و	ت
۱۱	س	ن	خ	ی	ت	■	ف	ن	د	ق	■	ت	ف	ک	ر
۱۲	ت	ک	■	ت	ن	ف	س	■	ن	ا	س	ا	ز	■	■
۱۳	ن	خ	ی	■	ه	ا	ر	ی	■	ا	ر	د	و	ا	ن
۱۴	ب	د	ل	ک	ا	ر	■	ر	ب	ن	ا	■	د	ل	ق
۱۵	و	ا	ه	ی	■	س	ن	ا	ی	ی	غ	ز	ن	و	ی

حل جدول ویژه ۶۹۵۰

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ک	ی	خ	س	ر	و	خ	ر	و	ش	■	ع	د	ر	ا
۲	ا	ل	و	■	ت	ر	ن	م	■	پ	ا	ر	ا	س	ل
۳	م	ک	ا	ن	ی	ک	■	د	و	ش	س	■	ل	ا	و
۴	■	■	ن	ا	ل	ا	ن	■	ع	ک	ا	س	■	ن	ه
۵	ت	ن	د	ر	■	ک	ه	ب	د	■	س	ر	م	ی	■
۶	م	و	ه	و	م	■	م	ر	ه	م	■	م	ح	ن	ت
۷	د	و	■	ا	ک	ر	ا	ن	■	د	ا	د	ا	■	■
۸	د	ل	ا	■	م	ی	ر	ش	ک	ا	ر	■	ل	ح	م
۹	■	■	م	ب	ل	غ	■	س	ا	ل	و	ک	■	ا	ش
۱۰	س	ل	ا	خ	■	و	ل	ت	ر	■	غ	ر	ا	م	ت
۱۱	ک	ن	ج	ش	ک	■	ا	ن	ت	ن	■	ک	ن	د	ه
۱۲	د	د	■	ش	ر	ش	ر	■	ن	ا	خ	و	ش	■	■
۱۳	ا	ف	ه	■	ن	ب	و	ت	■	ی	ا	ک	ر	ی	م
۱۴	ن	ی	و	پ	ا	ر	ن	■	ی	س	ا	ل	■	ا	ر
۱۵	ی	ل	د	ا	■	م	ر	غ	ا	ب	ی	ا	ح	ش	ی

آگهی مناقصه مطالعات بازنگری طرح جامع حمل و نقل شهر بجنورد
نوبت اول
شهرداری بجنورد درنظردارد مطالعات بازنگری طرح جامع حمل و نقل شهر بجنورد را از طریق مناقصه عمومی با برآورد اولیه ۸۰،۳۰۶،۰۰۰،۰۰۰ ریال و تضمین شرکت در مناقصه ۴،۰۱۶،۰۰۰،۰۰۰ ریال به شماره فراخوان ۲۰۰۳۰۰۵۲۹۷۰۰۰۰۳۶ سامانه ستاد از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.
کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت‌نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی راجهت شرکت در مناقصه محقق سازند.
۱-تاریخ انتشار مناقصه درسامانه ۱۴۰۳/۱۲/۱۹ می‌باشد. ۲-مهلت زمان دریافت اسناد مناقصه از سامانه تا ساعت ۱۴:۱۵تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۷ ۳-مهلت زمان ارائه پیشنهادات تا ساعت ۱۴:۱۵تاریخ ۱۴۰۴/۰۱/۱۸ ۴-زمان بازگشایی پاکت‌ها ساعت ۱۴:۱۵ تاریخ ۱۴۰۴/۰۱/۱۹
اطلاعات تماس دستگاه مناقصه‌گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت‌ها:
آدرس: بجنورد، بلوار دولت شهرداری بجنورد و تلفن ۱۴-۳۲۲۲۲۱۱۰-۰۵۸
شهرداری بجنورد

تجدید آگهی فراخوان مناقصه عمومی یک‌مرحله‌ای
شماره مناقصه TENCO-TENDER 03-63
نوبت اول
TENCO
۱ شرکت توسعه انرژی و نفت نگین آفاق کیش (تنکو)
در نظر دارد انجام عملیات موضوع مناقصه خود را در پروژه لرزه‌نگاری دوبعدی مغان واقع در استان اردبیل را به یک شرکت واجد صلاحیت واگذار نماید.
۲ موضوع مناقصه: حفاری ۱۰،۰۰۰ چاله با عمق ۱۲ متر و قطر ۷۶ میلی متر
۳ فعال سازی ۱۵ گروه حفاری مورد نیاز پروژه ۴ محل پروژه: استان اردبیل ۵ مدت انجام پروژه: ۲۴۰ روز
۶ شرایط مناقصه‌گر: داشتن سابقه و تجربه کافی و مرتبط با موضوع مناقصه توانایی ارائه ضمانتنامه بانکی معتبر شرکت در مناقصه به مبلغ ۲۳/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (بیست و سه میلیارد ریال) متقاضیان واجد شرایط می‌توانند حداکثر تا ۳ روز کاری پس از انتشار آگهی با ارسال نامه تمایل خود را جهت شرکت در مناقصه به نشانی ایمیل tender@petrotenco.com اعلام نموده و اسناد مناقصه را دریافت نمایند. برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره: ۸۸۵۷۶۲۴۰-۰۲۱- داخلی ۱۹۴۱ و ۱۹۴۲ رایانامه Tender@petrotenco.com تماس حاصل نمایند. هزینه درج آگهی روزنامه بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.
مدیریت حقوقی و امور قراردادها

تجدید و اصلاحیه آگهی فراخوان مناقصه عمومی یک‌مرحله‌ای
شماره مناقصه TENCO-TENDER 03-64
نوبت اول
TENCO
۱ شرکت توسعه انرژی و نفت نگین آفاق کیش (تنکو)
در نظر دارد تجهیزات موضوع مناقصه خود را جهت بکارگیری در پروژه لرزه نگاری دوبعدی و سه بعدی زعفران-زنگوان از یک شرکت واجد صلاحیت خریداری نماید.
۲ موضوع مناقصه: خرید ۶۰۰۰ دسته ژئوفون و متعلقات
۳ محل پروژه: استان ایلام - زعفران -زنگوان ۴ مدت زمان قرارداد: ۶۰ روز کاری
۵ شرایط مناقصه‌گر: داشتن سابقه و تجربه کافی و مرتبط با موضوع مناقصه توانایی ارائه ضمانتنامه بانکی معتبر شرکت در مناقصه به مبلغ ۱۸،۷۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال (هجده میلیارد و هفتصد و پنجاه میلیون ریال) متقاضیان واجد شرایط می‌توانند حداکثر تا ۳ روز کاری پس از انتشار آگهی با ارسال نامه تمایل خود را جهت شرکت در مناقصه به نشانی ایمیل tender@petrotenco.com اعلام نموده و اسناد مناقصه را دریافت نمایند. برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره: ۸۸۵۷۶۲۴۰-۰۲۱- داخلی ۱۹۴۱ و رایانامه Tender@petrotenco.com تماس حاصل نمایند. هزینه درج آگهی روزنامه بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.
مدیریت حقوقی و امور قراردادها