

فناوری
<p>چین با تونل باد خود رکوردشکنی کرد</p> <div></div>
<p>دانشمندان چینی با شبیه‌سازی شرایط پرواز در تونل باد با سرعت ۳۳ برابر سرعت صوت، به رکورد جدیدی در حوزه تحقیقات پرواز مافوق صوت دست یافت. به گزارش ایسنا و به نقل از آی‌ای، غول بیگرت‌ترین تونل باد در جهان در حال حاضر در جنوب غربی چین عملیاتی شده است که آزمایشات کم هزینه و عالی را برای تحقیقات مافوق صوت امکان پذیر می‌کند. بر اساس گزارشی که توسط رسانه دولتی «ساوت‌چاینا مورنینگ‌پست» منتشر شده است، این مرکز می‌تواند شرایط پروازی پراشوب را با سرعت‌های بین ۲٫۵ تا ۱۱٫۵ کیلومتر در ثانیه، یعنی بیش از ۳۳ برابر سرعت صوت شبیه‌سازی کند. لیو ژینگو، سرپرست این تیم پژوهش از موسسه آیرودینامیک Hypervelocity تحت نظارت مرکز تحقیقات و توسعه آیرودینامیک چین در میانینگ گفت: ما بزرگترین تونل باد لوله انبساط با پیستون آزاد جهان را با آنتالیی بالا ساخته‌ایم.</p> <p>آنتالیی اندازه‌گیری مقدار گرمای موجود در هوا یا مقدار کل محتوای انرژی یک سامانه در فشار و دمای ثابت است. آنتالیی جمع انرژی درونی سیستم و حاصل ضرب فشار و حجم آن است. به گفته پژوهشگران، این تالیسات پیشرفته که توسط یک دانشمند استرالیایی طراحی شده است، در نهایت به تعدادی از ماموریت‌ها از جمله فرستادن فضاپروازن چینی به ماه و توسعه یک هواپیمای مافوق صوت که می‌تواند در یک ساعت به هر نقطه از جهان سفر کند، کمک خواهد کرد. پژوهشگران ادعا کردند که این تونل آزمایشی با قطر ۸۰ سانتیمتر (۳٫۶ فوت) تقریباً دو برابر بزرگتر از امکانات مشابه در دنیای غرب است. آنها با اشاره به سرعت فرار از میدان گرانشی زمین ادعا کردند که می‌توان از آن برای پروژه‌های مهندسی در سطح ملی مانند کیسول گرکشت پروژه فرود ماه، ورود به جو یک دنیای بیگانه با هواپیمای اکتشافی میان‌ستاره‌ای و توسعه وسایل نقلیه مافوق صوت استفاده کرد.</p> <p>به گفته پژوهشگران، قابلیت استفاده مجدد کامل از این پیستون، هزینه‌های عملیاتی تونل باد را به شدت کاهش می‌دهد. با این حال، این پیستون ۸۴۰ کیلوگرمی که سنگین‌ترین پیستونی است که تاکنون در یک تونل باد استفاده شده است، با یک دشواری مواجه است. این پیستون باید فشار خرد کننده هوای فشرده معادل ۱۰ هزار برابر نیروی گرانش را در حین حرکت با سرعت تا ۵۴۰ کیلومتر در ساعت تحمل کند. به گفته محققان چینی، این پیستون به دلیل طراحی خاص و استفاده از مواد جدید، آزمایش‌های مکرر و طاقت فرسا را بدون آسیب دیدگی تحمل کرده است.</p>

فیلم بازی
<p>خون به پا خواهد شد</p> <div></div>
<p>«خون به پا خواهد شد» فیلمی آمریکایی در ژانر درام به کارگردانی، تهیه‌کنندگی و نویسنندگی پل توماس اندرسن، محصول سال ۲۰۰۷ است. این فیلم اقتباسی از رمان نفت‌با به قلم آپتون سینکلر، است که در سال ۱۹۲۷ چاپ شده‌است. از بازیگران آن می‌توان به دانیل دی-لوییس، پل دانهو، کوین جی اکونر و کیران هاینزد اشاره کرد. وقتی، در سال ۱۹۸۹ ذنیل پلین‌ویو دانیل دی-لوییس، از خفنان کارکشته نفت، اطلاع پیدا می‌کند که در دشتی در غرب آمریکسا چاهی از نفت در حال تراوش از زمین است، فوری دست‌سپسرخوانده‌اش را می‌گیرد و به آنجا می‌رود تا شانس‌هایش را در گرد و خاک بوستون بازیامد. دنیل که از کودکی تجربه‌های بدی با زندگی و اسان‌ها داشته، رفته‌رفته از نوع بشر تنفر پیدا کرده و قصد دارد با به دست آوردن ثروتی کلان زندگی‌ای ترتیب دهد تا دیگر به نوع بشر و تعامل با آن نیازی نداشته باشد. با وجود این طرز فکر، او به پسرخوانده‌ای که دست تقدیر بر سر راهش قرار داده (و دنیل ابتدا از او در جهت دروغ خانواده‌دار بودن و برای تسهیل مذاکرات تجاری‌اش استفاده می‌کند) دل می‌بندد. این پسرخوانده ناسپاس از آب در می‌آید و دنیل در تجربه دیگری با شخصی ورپرو می‌شود که خود را به دروغ، برادر گمشده‌ای از او معرفی می‌کند. این بار هم دنیل به نوع بشر شانس دیگری می‌دهد و به این «برادر» دل می‌بندد. بعداً متوجه این دروغ نیز می‌شود و وی را می‌کشد. هر تجربه بد او را خشن‌تر می‌کند تا جایی‌که دیگر از رنجاندن قبیع ناسپاس و کشتن ریاکارانی که به سراغش می‌آیند ابایی ندارد و فیلم پایان خونینی دارد.</p>

روزنامه‌بازی
<p>روزنامه کیهان – ۲۲ شهریور ۱۳۵۸</p> <div></div>
<p>علی‌رغم اینکه چند روز از درگذشت آیت الله طالقانی می‌گذشت اما همچنان بخش زیادی از مطالب اصلی روزنامه درباره وی بود. کیهان با انتشار عکسی از دوره زندان این مبارز بزرگ در صفحه اولف خبر داد که ۵ صفحه از روزنامه را به گزارش‌های اختصاصی از محاکمه و زندان آیت الله طالقانی اختصاص داده است.</p> <p>خبر دیگر این روزنامه، برگزاری نماز جمعه به امامت آیت الله منتظری در بهشت زهرا بود. آیت الله منتظری پس از آیت الله طالقانی امام جمعه تهران شد.</p> <p>از دیگر اخبار کیهان تصویب اصل «ولایت فقیه» در مجلس خبرگان قانون اساسی در آن روز بود.</p>

چهره‌ها
<p>احسان‌الله نراقی؛ پژوهشگر</p> <div></div>
<p>احسان‌الله نراقی در ۲۲ شهریور ۱۳۰۵ در کاشان به دنیا آمد. نیاکان و خوشاوندان پدری احسان نراقی از روحانیون نامی شیعه بودند. پدر وی حسن نراقی (معروف به شیخ حسن و اخ‌حسن) فرزند میرزا محمد حسین نراقی بود. وی از نوادگان ملا مهدی فاضل صاحب کتاب جامع‌السماعات بود. با این‌حال حسن نراقی در سال ۱۳۱۴ لباس روحانیت را کنار گذاشت.</p> <p>احسان نراقی تحصیلات مقدماتی را تا کلاس یازدهم در مدرسه پهلوی کاشان و سه هفته خودش تحت تربیتی متمایل به غرب گذراند. سسال دوازدهم را نیز در دارالفنون تهران به پایان رساند. ابتدا دوسال در دانشگاه تهران به تحصیل حقوق پرداخت و سپسسپه به توصیه پدرش برای ادامه تحصیل راهی سوئیس شد. او لیسانس جامعه‌شناسی را از دانشگاه ژنو دریافت کرد و پس از دوسال اقامت در تهران، موفق به اخذ بورس تحصیلی در مقطع دکترا از دانشگاه سوربن فرانسه گردید.</p> <p>وی دویار نشان لژیون دونور را از روسای جمهور فرانسه شارل دوگل و فرانسوا میتران دریافت کرده است.</p> <p>او در دوره ریاست فدریکو مایور در یونسکو جزو مشاوران ارشد و تاثیرگذار او به شمار می‌رفت و توانست از نفوذش برای معرفی فرهنگ و هنر و برخی از هنرمندان نامی ایران استفاده کند .</p> <p>احسان نراقی نویسنده، پژوهشگر در حوزه فلسفه و جامعه‌شناسی و تنها ایرانی که معاون یونسکو بوده در ۱۲ آذر ۱۳۹۱ پس از طی یک دوره بیماری در تهران درگذشت.</p>

پارسا پیروزفر؛ بازیگر
<p>پارسا پیروزفر در ۲۲ شهریور ۱۳۵۱ به دنیا آمد. در طی سال‌های ۱۳۶۴ تا ۱۳۶۹ هنرگامی که در مدرسه به تحصیل مشغول بود، همزمان به طراحی کامیک استریپ و طرح‌های گرافیکی پرداخت که هرگز آن‌ها را انتشار نداد. سال ۱۳۶۹ در رشته ریاضی فیزیک از دبیرستان فارغ‌التحصیل و در سال ۱۳۷۰ در دانشگاه هنرهای زیبای تهران در رشته نقاشی به تحصیل مشغول شد. وی همان زمان در دانشگاه‌های مختلف به روی صحنه رفت و سسال ۱۳۷۲ در اولین نقش سینمایی‌اش، در نقش کوتاهی در فیلم پری ساخته داریوش مهرجویی حضور پیدا کرد. در سال ۱۳۷۴ دوره بازیگری را در مؤسسه هنرهای نمایشی استاد سمندریان پشت سر گذاشته و در سال ۱۳۸۰ نمایش هنر اث یاسمینا رضا را به روی صحنه برد. در طی سال‌های ۱۳۸۳ تا ۱۳۸۴ در مؤسسه فرهنگی هنری کارنامه و دانشگاه علامه طباطبائی و همچنین در سال ۱۳۸۶ در مؤسسه فیلم سازی هیلاج به تدریس بازیگری پرداخت. او در سال ۱۳۸۲ برای بازی در فیلم «همگان مامان» جایزه بازیگری هشتمین جشن خانه سینما را دریافت کرد. وی از زمان دانش‌آموختگی از دبیرستان تا کنون در زمینه‌های مختلفی از جمله گرافیک و تصویرسازی، و مجسمه‌سازی، ساختن بنرهای تبلیغاتی، دوبله و همچنین شرکت در نمایشنامه‌های رادیویی تجربه کسب کرده است. وی همچنین در تعدادی نمایش ویژه کودکان به صورت نوار کاست نیز همکاری داشته‌است</p> <p>پارسا پیروزفر در سنال ۱۳۹۴ نمایش «هاتریشوِشکا» براساس ۶ داستان کوتاه از آنتوان چخوف را در لس‌آنجلس آمریکا و شهرهای تورنتو و مونترال کانادا به روی صحنه برد.</p>

طرح روز
<p>مورات سائین</p> <div></div>
<p></p>
<p><i>بدون شرح /</i></p>

پیشنهاد
<p>جواد لکزبان</p> <div></div>
<p>پنجمین شماره مجله ادبی «نویا»</p>
<p>پنجمین شماره مجله ادبی «نویا» با پرونده‌ای در اهمیت نقد منتشر شد. در این شماره یازده داستان کوتاه از حمید نامجو و ده نوسنده جوان ایران و افغانستان آمده است. طرح جلد مجله میز شامی است با حضور منتقدین ادبی ایران، از صادق هدایت و پرویز نائل خانلری گرفته تا رضا برهنی و عنایت سمیعی و … این طرح جلد کاری است از حمیدرضا باباییگی و شسیوا باباییگی در این شماره یازده داستان کوتاه از یازده نویسنده همراه با نقد آمده است. یک داستان از حمید نامجو و باقی داستان‌ها از نویسندگان جوان و شناخته نشده ایران و افغانستان. در پنجمین شماره مجله نویا فصل اول دو رمان آمده است، نخست، رمان جدید و در دست نگارش مهیار رشیدیان که قرار است توسط نشر نیولوفر به‌چاپ برسد و دوم، فصل نخست جدیدترین رمان بختیارعلی ترجمه مریوان حلچهای که قرار است به‌زودی توسط نشر ثالث راهی بازار کتاب شود. در بخش ترجمه این شماره ابتدا داستانی منتشر شده از ارنست همینگوی را می‌خوانید. این داستان دوسال پیش در میان کاغذپاره‌های همینگوی توسط نوه‌اش کشف شد برای نخستین‌بار در مجلهٔ نیویور کر منتشر شد. فضای داستان ما را به رمان «پیرمرد و دریا» می‌برد و گوئی طرحی اولیه باشد پیش از خلق «پیرمرد و دریا» که با ترجمهٔ لیدا قهرمانلو که در شمارهٔ چهارم مجله داستانی از این نویسنده و مترجم منتشر شده بود. در ادامه داستانی می‌خوانید از «کریس آفوت» ترجمهٔ امید نعمتی که فضای داستان خواننده را به رمان «زندگی در پیش رو» رومن گازی و «باران تابستان» مارگارت دوراس می‌برد. و در آخر ترجمه‌ای از عبدالعلی دستغیب آمده است. در بخش بازچاپ مقاله‌ای بر مغز، با اهمیت و آموزنده درباب ترجمهٔ داستان به قلم نجف درایبندری آمده است. مقاله‌ای که سال ۱۳۴۵ ایراد گردید و امروز بعد از گذشت پنجاهوشش سال هنوز نکاتی تازه و کاربردی می‌توان درونش یافت و گمان برد طی همین سال‌ها به نگارش آمده است. شاه‌نامه‌ها فصلی تازه در مجله است. در این بخش که ناشی از کتاب تازهٔ سیروس شمیسا گرفته شده، سعی شده است از شاهنامه نوشته شود و مقالات و یادداشت‌هایی را بیابوند که برای شاهنامه‌پژوهان و علاقمندان و نویسندگان جوان آموزنده آید. دبیری این بخش با آقای دکتر آرمان فاتح است که از شاهنامه‌پژوهان جوان به شمار می‌آید. در پنجمین شماره نویا، نخستین پروندهٔ موضوعی مجله «نویا» را می‌خوانید. پرونده‌ای در باب اهمیت نقد و به‌طور ویژه نقد ادبی. مجله تلاش کرده است به سوالاتی که باید در این پرونده پاسخ داده شود، در قالب گفت‌وگو، مقاله-گفت‌وگو و یادداشت و مقالات به جواب برسد. در این پرونده گفت‌وگویی مفصل با عنایت سمیعی و رضا خندان مهدادی آمده است همراه با یادداشت‌ها و مقالاتی از دکتر ناصر فکوهی، دکتر اترک ایزی‌نژاد، دکتر سیروس شمیسا، دکتر لیلیا صادقی و … در پنجمین شماره فصلنامه «نویا» بهار و تابستان ۱۴۰۱ به سردبیری مجتبا نرمان با قیمت ۱۰۰ هزار تومان روانه کتاب‌فروشی‌ها شد.</p>

دانستنی‌ها
<p>نقش یک دارو در درمان علائم اصلی اوتیسم</p> <div></div>
<p>نتایج پژوهش جدید پژوهشگران دانشگاه اسلو نشان می‌دهد، داروهای ضد اسهال ممکن است به درمان علائم اصلی اوتیسم کمک کند. به گزارش ایسنا و به نقل از تی‌ای، وراثت پذیری بالا و ناهمگونی بالینی، اختلال طیف اوتیسم (ASD) را توصیف می‌کنند.</p> <p>مشکلات ارتباط اجتماعی علائم اصلی اولیه هستند. هیچ دارویی برای درمان این علائم تایید نشده است و داروهایی که برای درمان علائم عمومی استفاده می‌شوند دارای عوارض جانبی مضر هستند. پژوهشگران دانشگاه اسلو نروژ در یک مطالعه جدید به بررسی این موضوع پرداختند که آیا یک داروی موجود درمان جدیدی را ارائه می‌دهد یا خیر. در این مطالعه، دانشمندان با استفاده از یک مدل رایانه‌ای حاوی پروتئین‌های دخیل در اختلال طیف اوتیسم، چگونگی تاثیر داروهای مختلف بر پروتئین‌های این سیستم را شناسایی کردند. آنها همچنین داروهای کاربردی برای درمان این اختلال را شناسایی کردند. چنین شبکه‌هایی، پروتئین‌ها و تعاملات پیچیده بین آنها را بررسی می‌کند. توجه به این پیچیدگی هنگام مطالعه سیستم‌های بیولوژیکی ضروری است، زیرا تاثیر گذاری بر یک پروتئین اغلب می‌تواند اثرات ثانویه‌ای در جای دیگر داشته باشد. با بررسی داروهای موجود و تعامل آنها با پروتئین‌ها در این شبکه، پژوهشگران چندین دارو را که با فرآیند بیولوژیکی زمینه‌ساز اختلال طیف اوتیسم مقابله می‌کند، شناسایی کردند. یک داروی رایج ضد اسهال به نام لوپرامید (Loperamide) یک کاندیدی امیدوارکننده بود. دانشمندان فرضیه جالبی در مورد نحوه عملکرد آن در درمان علائم اختلال طیف اوتیسم دارند.</p> <p>پروتئین گیرنده مواد آبیونی که اغلب تحت تاثیر داروهای مخدر مانند مورفین قرار می‌گیرد، به لوپرامید متصل شده و توسط آن فعال می‌شود. این گیرنده علاوه بر اثراتی مانند کاهش درد، بر رفتار اجتماعی نیز تاثیر می‌گذارد.</p>

قاب
<p>رودتیز</p> <div></div>
<p></p>
<p>مسابقه خودروهای دست ساز بدون موتور در شهر آلمانی قزاقستان</p> <div></div>

مردم‌سالاری
<p>روزنامهٔ اجتماعی – سیاسی – فرهنگی وارتصالی</p>
<p>صاحب امتیاز: حزب مردم سالاری مدیرمسئول:مصطفی کواکبیان</p>
<p>نشانی اینترنتی:www.mardomsalari.net نشانی تلگرام: mardomsalardaily نشانی اینستاگرام: mardomsalari</p>
<p>آدرس تحریریه: اتوبان شیخ‌فصل‌الله نوری شمال به جنوب خروجی خیابان سازمان آب - خیابان حاجی‌میر امیر - کوچه چهارده - پلاک ۱</p>
<p>تلفن: ۲۹-۸۸۲۸۲۲۶ فکس: ۸۸۲۳۲۰۴۴ رشته روزنامه: ۳</p>
<p>جابه: نشر ریحان - تلفن: ۶۵۶۰۷۹۱۷</p>
<p>اتان صبح: ۵/۱۷ طلوع آفتاب: ۶:۴۴ انان‌ظهر: ۱۳/۰۱ اتان مغرب: ۱۹:۳۴ شنبه: ۲۲ شهریور- ۱۴۰۱ مهر ۱۴۴۴- ۱۳ سپتامبر ۲۰۲۲- شماره: ۵۸۰۸</p>

نگاه
<p>خطاهای شناختی را جدی بگیریم</p>
<p>مهدی حاج محمود عطار</p> <div></div>
<p>بسیاری از دانشمندان علوم شناختی، معتقدند انسانها با سه عامل تاثیر گذار بر خود، نسبت به پدیده‌ها و رویدادهای پیرامونی واکنش نشان می دهند.</p> <p>عملا این عوامل عبارتند از «تفکار»، «احساسات» و «رفتار». که با یک بیوستگی دقیق می توان اینگونه برداشت کرد که در هنگام مواجهه با یک تفکر، احساسات ما شکل گرفته و منبعث از آن فکر و احساس، رفتاری از ما نشات می گیرد. پس بی تردید اگر رفتاری نا شیاست از ما سر می زند محصول، فکر یا احساس مدیریت نشده در ما خواهد بود. و این مساله بسیار در حوزه‌های متنوع تعلیم تربیت، سوادهای عاطفی و رسانه ای، پایداری دوستی‌ها و حتی مدیریت‌های مختلف رفتاری حائز اهمیت می باشد. فلذا باید آن را خوب شناخت و خوشر بنکار گرفت، چرا چون خطاهای شناختی افکارهای منفی حاصل از فرض‌های غلطی است که درباره خود، دیگران و دنیا داریم، بنابراین وقتی احساس و رفتار غیرمنطقی داریم، افکارمان نیز مسلما با واقعیت مناسبتی ندارد. به افکار نادرست شخصی که با دنیای واقعی تعلق نداردند، خطاهای شناختی می‌گویند.</p> <p>حсал باید بررسی کنیم و دریابیم تا مفهوم دقیق خطای شناختی چیست؟ از دیدگاه شناخت درمانگران، ما چه در روابط شخصی و چه در ارتباطات اجتماعی و زناشویی خود و در رابطه با همسر نیز دارای سوگیری و خطای شناختی هستیم و همین باعث می شود این روابط متزلزل شده و خطرات جریان ناپذیری را رقم بزنند. همین خطاهای بعضا ساده و کوچک به راحتی می‌توانند ما را در هنگام تجزیه و تحلیل و بازآفرینی اثرات شناختی در رویدادهای مختلف گرفتار نموده و مانع ارزیابی دقیق و درست ما از حوادث پیرامونی گردند.</p> <p>همه ی ما در کودکی تجارب خوب و بدی را بدست می‌آوریم که همین تجارب متنوع ما را در برابر پدیده‌های پیرامونی دچار سوگیری، فسادهای شنازده و انحرافات شناختی می‌کند و در جامعه این تزامنها باعث تشدید خطاهای شناختی خواهد شد. خطاهای شناختی که به صورت افکارهای منفی بروز می‌یابد، به افراد اجازه می‌دهد که قوانین و فرض‌های غلط دربساره خود، دیگران و دنیا را با وجود «شواهد نقض بسیار»ی که از طول زندگی با آن مواجهه می‌شوند، هم‌چنان حفظ کنند و این پاسه‌نی از آشیل این ماجراست.</p> <p>ما با عینیک بر چشم که از طفولیت قوانین و فرضیهایی را با تجربه فراگرفته‌ایم در جامعه زیست می‌کنیم. فرض‌هایی مانند: اگر موفق نباشی، تو را دوست نخواهند داشت، برای آن که خوشحال و خوشبخت باشی، باید با کسی در ارتباط باشی، دنیا مکان خطرناکی است، به هیچ‌کسی نباید اعتماد کرد، اگر دیگران ترکت کنند، حتما اشکالی در کارت بوده است …</p> <p>حال زمانی که قوانین و فرضیات در فرد شکل گرفت، برای پیش‌بینی وقایع و اتفاقات بد در آینده و محافظت بیشتر از خود، این مفروضات را تا بزرگسالی نگه می‌دارد. مثلا فردی که در کودکی مورد آزارجنسی قرار گرفته، برای محافظت از خود، می‌پندارد که دنیا جای امنی نیست. بنابراین در بزرگسالی نمی‌تواند روابط مناسبی با فردی که به عنوان همسر به او نزدیک می‌شود، ایجاد کند.با فردی که بساور بی‌اعتمادی در او شکل گرفته، اگر در بزرگسالی با افرادی مواجه شود که بسیار قابل اطمینان هستند، براساس فرض و باور خود نمی‌تواند به آن‌ها اعتماد کند و بسا فکریایی مانند: هنوز به من خیانت نکرده است، این‌ها همه برای جلب اطمینان من است، معلوم نیست هدفش چیست، باور بنیادین گذشته خود را حفظ می‌کند. باید به سرعت متوجه این موضوع بود که قبل از اتخاذ تصمیمات مهم مثل ازدواج و فرزندآوری و … با روندرمانی و آموزش این خطاهای شناختی را در فکر خود به چالش کشیده و افکار ناشی از آنها را با افکار سالم تر به روز آوری کنیم.</p> <p>برخی خطاهای شناختی موثر و بسیار متداول در روابط زناشویی را می‌توان به شرح زیر خلاصه کرد:</p> <p>تفکر همه یا هیچ (صدی) که فرد حاضر نیست دنیای واقعی را خاکستری ببیند و از فرغ رویدادا بیشتر از اصل آنها منصرف می‌گردد.</p> <p>تعمیمات مبالغه آمیز که بیشتر در افراد دارای فوبیا بروز و ظهور دارد و این افراد هر نوع ترسی را در بالاترین شدت تاثیر خود بر زندگی تفسیر کرده و از آنها رویگردان می‌شوند.</p> <p>فیلتر منفی – که اغلب افراد افسرده کوچکترین رویدادی را به عنوان تنباهی و سیاهی کل برنامه زندگی خود فرض کرده و حاضر به پذیرش نکات مثبت هیچ شکست و پیروزی نیستند.</p> <p>و همین موضوع باعث می‌شودد کلا از توجه به نکات مثبت غافل باشند. باید اندیشی – یا همان اصرار بر این موضوع که آنچه در ذهن من هست همان است که در بیرون هست – غافل از اینکه رویدادهای بیرونی لزوما منطق با چهارچوبهای ذهنی و پیش یافته ی ما نیست و ما عملا انتظار داریم آنچه در ذهن ما هست در بیرون به وقوع بپیوندد که عملا اینگونه نمی‌شود و مدام در حال شکست خواهیم بود.</p> <p>از دیگر خطاهای شناختی مهم ، خود مقصر پنداری ، بی توجهی به امور مثبت ، برچسب زنی و بزرگ و کوچک بینی مغرط و نیز استدلالات احساسی است که هر یک به تنهایی قدرت تخریب هر ارتباطی را خواهند داشت.</p> <p>با شناخت این خطاهای و جلوگیری از بروز آنها و تربیت خود در مواجهه با سوگیری‌ها روابط عاطفی خود را ترمیم و استحکام بخشیم. این سو گیری‌ها و خطاهای سهمگین شناختی در حوزه‌های متنوع گرایش افراد به بسزه کاری و خلق جریان بسیار موثر بوده و از جمله راه‌های ملموس پیشگیری در جریان باید به تدریس این مهارتها در سنین کودکی و ترمیم خطاهای شناختی کودکان در مدارس توجه ویژه داشت. به یاد داشته باشیم، با ذهن خام و کاملا شفاف کودکان و نیز تاثرات ماندگاری این مقوله‌های تربیتی ، تلاایی ترین دوران بازآموزی و اصلاح خطاهای شناختی همان دوران کودکی است. و با انجام عملیات «تخطاب» در خانه ، پدران و مادران می‌توانند ، ذهن درحال شکل گیری کودک خود را در مدرسه بازآفرینی کرده و با گفت‌وگو و تمرین این مقوله ی حساس را در فرزند خود به بهترین شکل بیمه نمایند.</p> <p>منبع:خبر آنلاین</p>