

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی، ورزشی صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: مهدی رحمانیان

نشانی: تهران: میدان فاطمی، خیابان بهرام‌مصری، پلاک ۲۲ • تلفن:۵۴ و ۸۸۹۳۶۲۷۰ • نمابر: ۸۸۹۲۵۴۶۷

تلفن آگهی‌ها: ۸۶۰۳۶۱۱۹ • تلفن امور آگهی‌های شهرستان‌ها: ۷-۴۴۰۱۹۸۰۵ • تلفن امور مشترکین: ۸۸۹۰۳۵۴۸ • توزیع: شرکت پیام‌رسان سبز • تلفن: ۶۶۲۸۷۳۴۴ • چاپ: صمیم

شترق

شنبه ۲۸ تیر ۱۴۰۴ • ۲۳ محرم ۱۴۴۷ • ۱۹ جولای ۲۰۲۵ • سال بیست‌ویکم • شماره ۵۱۵۹ • ۱۲ صفحه

اذان ظهرتهران ۱۲:۱۱ • اذان مغرب ۱۹:۳۹ • اذان صبح فردا ۳:۲۲ • طلوع آفتاب ۴:۰۳

www.sharghdaily.com

aparat:tasvirshargh

Telegram:SharghDaily

youtube:sharghdaily

twitter:sharghdaily

instagram:sharghdaily1

آسیب‌های وضعیت تعلیق



مهدی‌ملک‌محمد

روانشناس

محرك‌های روانی و فیزیکی از طریق فعال‌شدن محوری به نام هیپوتالاموس-هیپوفیز-غدد فوق‌کلیوی (آج‌پی‌ای) واکنش‌های بدن را در برابر تهدیدات درگ‌شده فعال می‌کنند. به عبارت دیگر، این محور در بدن انسان کانون سازوکار استرس است. حال ببینیم که این محور در برابر خطرات ادراک‌شده چگونه عمل می‌کند. محرك‌های روان‌شناختی (در اینجا، فقدان اطمینان و فقدان کنترل بر محیط) ابتدا در مراکز عاطفی‌ای به نام سیستم لیمبیک در مغز ارزیابی می‌شوند. اگر مغز اطلاعات دریافتی را تهدیدآمیز تفسیر کند، هیپوتالاموس هیپوفیز را وادار به ترشح هورمونی به نام آدرنوکورتیکوتروپ می‌کند. این هورمون هم به نوبه خود باعث می‌شود قشر غده فوق‌کلیوی هورمونی به نام کورتیزول را در گردش خون ترشح کند. هم‌زمان با این آشبار هورمونی، هیپوتالاموس پیام‌هایی را از طریق دستگاه عصبی سمپاتیك یعنی بخش ستنز یا گریز دستگاه عصبی به بخش دیگری از آدرنال می‌فرستد که مدولا نام دارد؛ مدولا نیز هورمون آدرنالین که همان هورمون ستنز یا گریز است را تولید و ترشح می‌کند و در نتیجه بلافاصله دستگاه قلبی‌عروقی و عصبی تحریک می‌شود.

معنای دقیق و صریح این توصیف علمی و تخصصی واکنش بدن به محرك‌هایی که تهدید تلقی می‌شود این است که بدن به صورت خردمندانه و هوشمندانه یکپارچه در برابر هرآنچه بقا را تهدید می‌کند، بسیج می‌شود و امکان ستنز یا گریز را برای انسان فراهم می‌کند. اما مشکل در استرس‌های مزمن این است که بدن برای مدتی طولانی سازوکارهای مواجهه با استرس را فعال می‌کند و امکان واقعی ستنز یا گریز با محرك تهدیدزا نیز فراهم

اتفاق خوانی

مرگ خیال، تولد یک گورستان



نوبت دوم کنکور برای پذیرش دانشجوی دوره‌های روزانه، نوبت دوم، دانشگاه پیام نور، موسسات آموزش عالی غیرانتفاعی و غیردولتی و دانشگاه آزاد اسلامی برای داوطلبان گروه‌های آزمایشی علوم ریاضی و فنی و علوم انسانی از ساعت هشت صبح روز پنجشنبه آغاز شد و داوطلبان نیم ساعت قبل از برگزاری آزمون در حوزه‌های امتحانی حضور یافتند. عکس: عباس تاجیک‌یار، آنا

زندگی خوانی

آیا دوباره می‌توانیم عادی زندگی کنیم؟



علی‌مرسلی

تقریباً روزی نیست که در ساختمان پزشکان محل کار ما برق قطع نشود. داشتن برق بدون قطعی در تمام طول روز حالا برای ما به خاطره‌ای دور و فراموش شده تبدیل شده است. انگار نه انگار که همین چند سال پیش، ساعات خاموشی نقطه‌ای از اعراب نداشت و داشتن برق مداوم، یک حق بدیهی بود. امروز، ساعات خاموشی –به‌ویژه در شهرهای خارج از پایتخت– به بخشی از «عادی‌تازه» یا همان new normal زندگی ما ایرانی‌ها بدل شده است.

در مکالمات روزمره، مردم اغلب زمان را ببا ارجاع به وقایع بزرگ تقسیم می‌کنند: «قبل و بعد از جنگ»، «قبل و بعد از کرونا» یا «قبل و بعد از انقلاب». این نوع زمان‌بندی عجیب به نظر نمی‌رسد؛ چراکه تاریخ‌نگاری انسان همیشه مبتنی بر وقایع مهم بوده است؛ همان‌طورکه تاریخ هجری با هجرت پیامبر اسلام و تاریخ میلادی با تولد مسیح آغاز می‌شود.

اما هر رویداد تاریخی که تبدیل به مبنای زمانی ذهنی یا رسمی ما شود، به‌طور طبیعی تغییرات عمیقی در زندگی ما ایجاد می‌کند. ما، چه بخواهیم چه نخواهیم، با این تغییرات زندگی می‌کنیم و همه چیز به مرور «عادی» به نظر می‌رسد. به این وضعیت تازه، در ادبیات معاصر مفهومی به نام «عادی‌تازه» یا new normal گفته می‌شود. در زندگی روزمره ما در ایران، چنین «عادی‌تازه‌ای» رخ داده است. ما پس از جنگ و با تبعات و مقتضیات ساجنگ، ظاهراً به شکل عادی زندگی می‌کنیم. اما واقعیت این است که جنگ، هیچ‌گاه یک امر عادی نبوده و نخواهد بود؛ بنابراین «عادی‌تازه‌ای» که بر مبنای جنگ شکل گرفته، نمی‌تواند واقعا عادی باشد، به‌ویژه وقتی سایه تهدید و ترس از جنگ همچنان بر سر جامعه وجود دارد. از سوی دیگر، این «عادی‌تازه» برای ما دیگر چندان تازه هم نیست. ما سال‌هاست که در مورد احتمال جنگ، از تریبون‌های رسمی تا گفت‌وگوهای خانوادگی سر سفره شام، صحبت می‌کنیم. از مارس ۲۰۰۳ (زمان حمله آمریکا به عراق) تا امروز، ما در فضای انتظار دائمی برای جنگ یا تحریم‌ها زندگی کرده‌ایم و همین فضای اضطراب، بر مناسبات اجتماعی، اقتصادی و حتی فرهنگی ما تأثیر گذاشته است. شاید نام این وضعیت را new normal یا هر اصطلاح دیگری بگذاریم، اما حقیقت آن است که ما هیچ‌وقت در شرایط «عادی» نبوده‌ایم که حالا با یک «عادی‌تازه» روبه‌رو باشیم. عادت ما به وضعیت‌های غیرعادی قدیمی (old unnormal) همچنان ادامه دارد.

ما در سازگاری با «نرم‌های تازه» مهارت زیادی داریم. همان‌طورکه آلودگی هوا، خودروهای بی‌کیفیت داخلی، تورم لجام‌گسیخته، بی‌برقی، بی‌آبی و بی‌نظمی را پذیرفته‌ایم و با آنها زندگی می‌کنیم. کسی دقیق به یاد نمی‌آورد از چه زمانی بی‌برقی یا آلودگی هوا در بیشتر روزهای سال شروع شد، اما همه ما روزانه با آنها دست‌وپنجه نرم می‌کنیم. این مشکلات، درد و رنج ما را کم نمی‌کنند؛ فقط یاد گرفته‌ایم آنها را به عنوان پس‌زمینه زندگی ما (ظاهر عادی) خود بپذیریم.

اما این عادی‌سازی، واقعیت غیرعادی و ناعادی زندگی ما را تغییر نمی‌دهد. اتفاقاً استمرار این روند، ما را از زیست واقعی‌مان، از ارزش‌ها، از روابط انسانی و از خود درونی‌مان بیگانه‌تر می‌کند.

وقتی یک وضعیت تازه به‌تدریج «عادی» می‌شود، ارزش‌ها و باورهای قدیمی ما آرام‌آرام رنگ می‌بازند. شاید آزادی، محبت یا جمع‌شدن دور یک میز برای ما حیاتی باشد، اما وقتی بحران‌های بزرگ (مانند جنگ یا پاندمی کرونا) از راه می‌رسند، ترس، تنهایی یا فاصله‌گذاری به وضعیت جدید ما بدل می‌شوند.

در ظاهر، ما با این وضعیت کنار می‌آییم؛ اما در عمق روان و زیست روزمره‌مان، زخم‌هایی به‌جا می‌ماند. آیا روح و روان ما، پس از این همه سال زندگی در «عادی‌تازه»، روزی روزگاری حتی اگر همه چیز عادی شود، می‌تواند دوباره به زندگی آدم‌های عادی و نرمالی شویم یا اینکه ما و حداقل نسل ما برای همیشه قابلیت زیست عادی خود را حتی در شرایط محال عادی از دست داده است؟

♦دندانپزشک

واکنش خوانی

برای اخراج‌شدگان بازگشت معنا ندارد

جمعی از کنشگران حقوق زنان ایران اخراج اتباع افغانستانی را محکوم کرده‌اند. در بخشی از این بیانیه از قول جمعی از فعالان حقوق زنان آمده است: «در میان همه مهاجران، زنان افغانستانی در موقعیتی به‌غایت آسیب‌پذیر قرار دارند. بسیاری از آنان در ایران در خانه‌ها، کارگاه‌ها و مزارع در شرایطی بی‌ثبات، بدون بیمه و بدون حمایت قانونی کار کرده‌اند.

زنان سرپرست خانوار با اخراج به افغانستان با وضعیت فاجعه‌بارتری دست به گریبان خواهند بود. آنها به کشوری بازگرفته می‌شوند که در آن اجازه کار ندارند و از تأمین معیشت محرومند. زنی که تنها نان‌آور خانواده است، در افغانستان تحت سلطه طالبان، راهی برای زنده‌ماندن خود و فرزندانش نخواهد داشت.

دخترانی که در مدارس ایرانی بزرگ شده‌اند، اکنون به کشوری رانده می‌شوند که در آن، آموزش برایشان ممنوع است.

اخراج برای زنان فقط تغییر جغرافیا نیست؛ بازگشت اجباری است به سیستمی زن‌ستیز که آنها را از ابتدایی‌ترین حقوق انسانی محروم می‌کند.

برای بسیاری از اخراج‌شدگان، «بازگشت» معنایی ندارد. برخی در ایران به دنیا آمده‌اند و خانه‌ای جز اینجا نمی‌شناسند. برخی دیگر، با وجود تولد در افغانستان، پس از سال‌ها زندگی در ایران ریشه‌های تازه‌ای پیدا کرده‌اند؛ شبکه‌های اجتماعی، مدرسه فرزندان، امنیت نسبی یا شغلی که با زحمت به دست آمده. اخراج برای همه آنها شکلی از تبعید، بی‌خانمانی و برای برخی به معنای به خطر افتادن جان است.»

همچنین در بخش دیگری از این متن امضاکنندگان این بیانیه اعلام کرده‌اند: «در کنار مهاجران افغانستانی، به‌ویژه زنان و کودکان، ایستاده‌اند»

خبرخوانی

یک سریال با هوش مصنوعی ساخته شد

حدود دو سال پیش بود که تظاهرات و اعتصاب گسترده علیه استفاده از هوش مصنوعی در هالیوود آغاز شد. استفاده از هوش مصنوعی مولد در صنعت سرگرمی، نگرانی از بیکاری، به‌ویژه در زمینه‌هایی مانند صنعت تولید و جلوه‌های ویژه را برانگیخته است که نقطه عطف آن اعتصاب هم‌زمان بازیگران و عوامل تولید در سال ۲۰۲۳ بود.

طبق گزارش کاردین، نتفلیکس برای اولین بار در یکی از سریال‌های تلویزیونی خود از هوش مصنوعی استفاده کرده است؛ اقدامی که به گفته رئیس این شرکت پخش آنلاین، فیلم‌ها و برنامه‌ها را ارزان‌تر و باکیفیت‌تر می‌کند.

یکی از مدیران نتفلیکس اعلام کرد: سریال علمی-تخیلی آرژانتینی «اترنا» اولین سریالی است که این شرکت ساخته که در آن از تصاویر هوش مصنوعی مولد استفاده شده است. این سریال که تلاش برای بقا پس از یک بارش برف سمی سریع و ویرانگر را به تصویر می‌کشد، شامل استفاده نتفلیکس و متخصصان جلوه‌های ویژه از هوش مصنوعی برای نمایش فروریختن یک ساختمان در بونئوس آیرس است.

مقامات این بلتفرم پخش می‌گویند استفاده از هوش مصنوعی باعث شده سکانس جلوه‌های ویژه ۱۰ برابر سریع‌تر از آنچه می‌توانست با ابزارها و گردش‌های کاری سنتی جلوه‌های ویژه تکمیل شود، به انجام برسد. در واقع نتفلیکس تأکید کرده است فناوری مورد استفاده در سریال «El Eternauta» فرصتی است تا «به سازندگان کمک کند فیلم‌ها و سریال‌ها را بهتر بسازند، نه فقط ارزان‌تر». باید دید این روند با چه واکنشی از سوی سینماگران روبه‌رو خواهد شد.