

علیفر «سه سوت» تا اطلاع ثانوی محروم شد

حامد جبرودی
خبرنگار



بازی مقابل رئال مادرید، نام سیدجلال وجود داشت و با «تاج» کردن مورد نظر استاد علیفر می شد عکس کاپیتان پرسپولیس با پیراهن تیم ملی را هم دید ولی در داخل آن اطلاعات بازیکن اصلی (مونه نگرویی و شماره ۱۷ لوانته) وجود داشت. حالا این سؤال به وجود می آید که آیا اسکای اسپورت هک شده بود؟ اگر هم این اتفاق افتاده باشد، مگر علیفر اخبار فوتبال ایران را پیگیری نمی کند؟ هر چه هست، اینکه چنین اشتباهات عجیبی نه تنها به مذاق فوتبالدوستان خوش نمی آید بلکه هزینه سنگینی به رسانه ملی وارد می کند و شوربختانه اینکه چنین رویه ای مدت هاست وجود دارد و توجه خاصی به مخاطب و علاقه او نمی شود.

که فوتبالدوستان به نوعی در شوک این سوتی بودند و در محافل خبری و غیر خبری بحث در این خصوص داغ بود، صحبت های علیفر برای توجیه اشتباهش بر تعجب و حیرت همگان افزود. او گفت: «من قبل از بازی در اسکای اسپورت، نام سیدجلال را دیدم و نه تنها در این بازی بلکه در ۳ بازی قبلی هم طبق نوشته اسکای اسپورت، سیدجلال با پیراهن شماره ۱۷ در ترکیب این تیم حضور داشته و اگر اسم سیدجلال را تاج کنید، عکسش هم می آید.» او در پاسخ به اینکه شما که می دانید جلال حسینی در کدام تیم بازی می کند، چنین واکنشی داشت: «بعضی وقت ها بازیکن ها سه سوت به تیم دیگر می روند و هیچ اطلاع رسانی ای هم صورت نمی گیرد. من ملاکم سایت های جهانی است و اسکای اسپورت هم مثل ویکی پدیا نیست که قابل ویرایش باشد.» در این میان تعدادی از کاربران فضای مجازی معتقدند علیفر چنین سوتی هایی را از عمد می دهد و احتمالاً از نگاه او، بدنامی بهتر از گمنامی است. نکته حائز اهمیت اینکه با بررسی در سایت اسکای اسپورت و ارنج لوانته برای

احتمالاً خیلی از علاقه مندان پروپا قرص فوتبال به اشتباهات و سوتی های تعدادی از گزارشگران ورزشی صدا و سیما عادت کرده اند اما سوتی علیرضا علیفر در حین گزارش بازی شنبه رئال مادرید - لوانته، آنقدر عجیب و باور نکردنی بود که با هیچ متری قابل اندازه گیری و با هیچ معیاری قابل توجیه نباشد. جناب سرهنگ در حالی که سیستم لوانته را شرح می داد، از سیدجلال حسینی کاپیتان و مدافع پرسپولیس به عنوان هافبک (!) این تیم نام برد. این موضوع بلافاصله بازتاب منفی زیادی در فضای مجازی داشت. ساعاتی بعد هم روابط عمومی شبکه ورزش سیما اعلام کرد به منظور بررسی بیشتر درباره دلایل بروز این اشتباه، اوتا اطلاع ثانوی از گزارش مسابقات در این شبکه محروم خواهد بود. در حالی

اعتماد به نفس داریم؛ نداریم؟!

پرستور فیعی
خبرنگار



ویژگی افراد
با عزت نفس پایین:

- تفکر منفی غالب
- دست به عمل زدن قبل از بررسی
- والد کنترلگر و کودک آزاده فعال
- سرزنش خود و دیگران
- گویندگی بالا، شنوندگی کم
- در رسیدن به اهداف مصمم نیستند
- احساس شایستگی کم
- در مشکلات غرق می شود و توان حل مشکل را از دست می دهد
- مهرطلبی و تأیید خواهی زیاد
- قدرت نه گفتن و نه شنیدن ندارد
- براحتی به دیگران بی احترامی می کند
- تحت تأثیر محیط و دیگران دچار هیجان شدید می شود
- تمایل به عدم ارتباط با دیگران
- بی انگیزگی برای تلاش
- نیاز به برتری طلبی
- مشکلات ارتباطی
- ترس بیش از اندازه
- انتقادپذیری پایین
- تعارض بین خود ادراک شده و خود مطلوب

ویژگی افراد
با عزت نفس بالا:

- نقاط ضعف و اشکالات خود را می پذیرد
- با خود ارتباط عمیق دارند
- آسیب پذیری کم در تمامی روابط
- والد حمایتگر فعال دارند
- استرس و فشار عصبی کم
- کم بودن توقعات از دیگران و شرایط
- پذیرش و احترام نسبت به تفاوت ها و وقایع
- مسئولیت پذیری بالا
- گفت و گوی درونی بالغانه
- ایجاد احساسات مثبت در دیگران
- لذت بردن حتی از موقعیت های کوچک
- حس قدردانی زیاد
- احساس شایستگی
- حس ناامنی کم
- در رویارویی با مسائل به دنبال راه حل می گردد
- مشکل را عامل رشد خود قرار می دهد
- قادر به صمیمی شدن با دیگران
- ترس اندک از قضاوت شدن

اقتسابی است و می توان با گفت و گوی ذهنی بر آن اثر گذاشت. البته باید به یاد داشته باشید که اعتماد به نفس همیشه وابسته به توانایی های ما نیست. بنابراین باید برای افزایش اعتماد به نفس تلاش کرد. یکی از راهکارهای افزایش اعتماد به نفس الگوبرداری از افرادی است که اعتماد به نفس بالا دارند. توجه به نوع راه رفتن، حرف زدن و نوع معاشرت و زبان بدن آنها می تواند مؤثر باشد. دکتر فلاح می افزاید: در حقیقت اعتماد به نفس از عوامل مهم موفقیت در روابط است، اما در مقابل اعتماد به نفس کاذب هم وجود دارد که در واقع نمایشی از اعتماد به نفس است. به گفته این روانشناس عزت نفس نیز فاکتور مهم دیگری است که هر فردی برای مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی به آن نیاز دارد. وی عزت نفس را چنین معنا می کند: عزت نفس همان احساس ارزشمندی درونی درباره خود، صرف نظر از داشته ها، مهارت ها و ویژگی ها است. این احساس وابسته به تجربیات فرد از بدو تولد است. اگر محیط پاسخگوی خوبی به نیازها بوده باشد، احساس خوب و مهم بودن و در واقع ارزشمندی در فرد شکل می گیرد. فرد با عزت نفس بالا به دلیل ارتباط عمیق با خود، با احترام با شرایط مختلف و مشکلات روبه رو می شود پس آسیب پذیری او کم و در مقابل قدرت اثرگذاری او افزایش می یابد.

ایجاد آمادگی برای مواجهه با شرایط مختلف زندگی در سایه افزایش ظرفیت وجودی، ایجاد ارتباط بهتر با خود و همچنین درک اهمیت احساساتمان درباره خود میسر می شود. از آنجایی که اطلاعات در طول زمان و با تمرین تبدیل به رفتار می شود می توان با افزایش اطلاعات و آگاهی، کیفیت زندگی را تغییر داد و در مسیر افزایش آن گام برداشت. دکتر ویدا فلاح، روانشناس و متخصص مهارت های زندگی در گفت و گو با «ایران» می گوید: اعتماد به نفس بالا یکی از مهم ترین فاکتورها برای ایجاد تغییر و افزایش کیفیت زندگی است. وی در تعریف اعتماد به نفس می گوید: اعتماد به نفس به معنای احساس توانایی انجام کار یا همان اعتماد به خود برای یادگیری است. داشتن سطح بالایی از اعتماد به نفس می تواند به بهره بری مناسب از موقعیت ها منجر شود. فرد با اعتماد به نفس بالا بر راحتی اظهار نظر می کند و مخالفت دیگران را نیز بر راحتی می پذیرد. چنین فردی ناتوانی هایش را می پذیرد و آگاه است که قرار نیست در هر زمینه ای توانا باشد. این متخصص مهارت های زندگی تأکید می کند: این احساس

