



این روزها مشکلات متعددی گریبانگیر بخش‌های مختلف اقتصاد کشور شده و بازار و صنعت کامپیوتر نیز از این وضعیت بی‌نصیب نمانده است. در این شرایط، به‌طور طبیعی انگیزه مردم برای پرداختن به مقولاتی مانند پیشرفت، به‌کرد شخصی، مطالعه و آموختن مطالب جدید کم‌رنگ شده و حفظ یک معیشت متوسط و پایدار به اولویت ذهنی بسیاری تبدیل شده است.

تقارن تصادفی این اوضاع با تعطیلات تابستانی موسسات آموزشی، از انرژی و نشاط نهادهای علمی و فرهنگی مانند دانشگاه‌ها می‌کاهد و انگیزه نسل جوان را برای فکر کردن به هر چیزی غیر از دغدغه‌های مالی و معیشتی بیش‌ازپیش از رفق می‌اندازد.

بنا به عادات‌های فرهنگی ما ایرانیان در چنین شرایطی، حذف خرید **کتاب** و مجله از سبد خرید ماهانه در صدر فهرست مواردی قرار می‌گیرد که تا اطلاع ثانوی دیگر نمی‌خواهیم دنبال کنیم. از گوشه و کنار شهر اخبار تلخی از بسته شدن کتاب‌فروشی‌ها می‌شنویم. فروشگاه‌هایی که یا برای همیشه تعطیل می‌شوند یا تغییر کاربری می‌دهند و مثلا به اغذیه‌فروشی و کالباس‌فروشی تبدیل می‌شوند. اگر کشور ما یکی از کشورهای بود که سرانه مطالعه بالا یا حداقل قابل قبولی داشت، حذف موقت کتاب از سبد خرید مایه نگرانی نبود؛ اما قابل تأمل است وقتی که فکر کنیم شاید یک دلیل ریشه‌ای برای رسیدن به چنین نقطه‌ای در جامعه، همین بی‌توجهی به اهمیت پرداختن به علم و دانش، به‌ویژه از طریق مطالعه باشد. وقتی مطالعه کتاب در انتهای فهرست نیازهای ما باشد، در نهایت همه اقشار جامعه، از جمله نهادهای تصمیم‌گیری و مدیریتی نیز علاقه خود را به کتابخوانی و آموختن شیوه‌های نو برای هدایت امور کشور، از جمله صنعت و اقتصاد از دست می‌دهند؛ این به‌نوبه خود سیکل معیوبی پدید می‌آورد که در هر دوره، وضعیت علمی ما بدتر شده و با خود موج دیگری از افت صنعتی و اقتصادی را به همراه می‌آورد. در این وانفسا اما، کارشناسان کامپیوتر باید بیشتر از بقیه کارشناسان متوجه خطر ترک مطالعه باشند. به‌عنوان کسی که قریب 20 سال به‌عنوان برنامه‌نویس و کارشناس وب کار کرده‌ام، به جرات می‌توانم بگویم بزرگ‌ترین و خطرناک‌ترین تهدید شغلی برای یک **کارشناس کامپیوتر**، ترک مطالعه است. قبلا در همین ستون، به‌تفصیل درباره شباهت مغز انسان به یک کامپیوتر پیچیده گفته‌ام. تحقیقات علمی هم نشان داده، ساختار اطلاعات در مغز انسان مانند داریست ساختمانی عمل می‌کند؛ یعنی هرچه بیشتر یاد بگیرید و بیشتر بخوانید، ظرفیت و توان مغزتان بیشتر افزایش می‌یابد.

برای این‌که در بازار کار همچنان دوام بیاوریم باید مرتب مطالعه کنیم. از نظر نوع مطالعه، هم به مطالعه مطالب کامپیوتری و هم غیرکامپیوتری نیاز داریم. اهمیت مطالعه مطالب فنی نیازی به توضیح ندارد؛ اما چرا به مطالعه غیرفنی در این روزها نیاز داریم؟ مثلا مطالعه یک کتاب داستان یا شعر چه فایده‌ای دارد؟ پاسخ در مکانیزم حیرت‌انگیز مغز انسان است. مغز شیوه بی‌نظیری در استراحت کردن دارد. بدهی است که کل مغز همچون قلب انسان هرگز نمی‌تواند حتی یک ثانیه کارش را متوقف کند. توقف مغز به معنای مرگ ما خواهد بود و

این را از تجربه دردناک کسانی که دچار سکتة مغزی می‌شوند، متوجه می‌شویم. پس مغز انسان چگونه خستگی می‌گیرد و استراحت می‌کند؟

جواب این سوال را می‌توانیم در علت بی‌خوابی، بدخوابی و کم‌خوابی‌هایمان جست‌وجو کنیم. آیا دقت کرده‌اید که وقتی ذهن‌تان آرام و قرار ندارد، حتی نمی‌توانید درست بخوابید؟ علت این است که استراحت کردن مغز حتی از خوابیدن هم فراتر است. مغز از طریق عوض کردن ریل افکار از یک موضوع به موضوعی دیگر استراحت می‌کند. مثلاً درحالی‌که مشغول کار فنی و مهندسی هستیم، بخش دیگری از مغزمان که با مفاهیمی مانند روابط خانوادگی، مسائل معنوی، عشق و غیره شکل گرفته در حال استراحت نسبی است. به همین ترتیب وقتی سراغ نیازهای معنوی‌مان می‌رویم، قسمت‌های ریاضی‌محور و منطق‌گرایانه ذهن‌مان که هنگام کار فنی به‌شدت مشغول بوده‌اند کمی استراحت کرده و نفسی تازه می‌کنند.

انجام بی‌وقفه یک نوع ثابت از کار- هر کاری- قسمتی از مغز را به‌شدت خسته می‌کند و در نهایت مغزمان از طریق سردرد و احساس سنگینی، به ما سیگنال هشدار می‌فرستد. مطالعه کتاب‌های غیرفنی مانند ادبیات، این حسن را دارد که ذهن‌مان را مجبور می‌کند دقایقی خودمان را از مشغله‌های روزمره و دغدغه‌های معیشتی دور کنیم و به مغزمان استراحت بدهیم. آرامشی که از این طریق به دست می‌آوریم به ما کمک می‌کند وقتی به کارهای فنی و شغلی برمی‌گردیم، مقداری از انرژی و نشاطی که به‌خاطر استرس‌های کاری و معیشتی از دست داده بودیم، بازیابی شود. در واقع، نه تنها محتوای کتاب‌ها کمک‌مان می‌کند که انسان موفق‌تر و آگاه‌تری باشیم، بلکه تفاوت پررنگ موضوع یک کتاب با دغدغه‌های روزمره‌مان به مغز فرصت استراحت می‌دهد.

در این شماره از مجله، گزارشی داریم از [پلتفرم‌های مطالعه کتاب الکترونیک](#). سعی کردیم گلچین مختصری از بهترین و محبوب‌ترین سایت‌ها و اپلیکیشن‌های خرید کتاب الکترونیک را جمع‌آوری کنیم. کتاب‌های الکترونیک ارزان‌تر از کتاب‌های چاپی هستند و وزن فیزیکی ندارند. یعنی بهترین امکان را برای رها نکردن مطالعه در اختیارمان قرار می‌دهند. حتی اگر تبلت ندارید می‌توانید این کتاب‌ها را روی گوشی یا در مواردی، روی کامپیوتر شخصی خود مطالعه کنید یا - به‌صورت صوتی- بشنوید. مطالعه‌ای لذت‌بخش برایتان آرزو می‌کنم.

تاریخ انتشار:

13 شهریور 1397

نشانی منبع:

<https://www.shabakeh-mag.com/computer-science/13668/%D8%A7%D9%87%D9%85%DB%8C%D8%AA-%D9%85%D8%B7%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%87-%DA%A9%D8%AA%D8%A7%D8%A8-%D8%AF%D8%B1-%D8%A7%DB%8C%D9%86-%D9%88%D8%A7%D9%86%D9%81%D8%B3%D8%A7>