



زنگنه  
دوشنبه  
۱۶ بهمن  
۱۴۰۶  
۲ محمد  
۲۴ جولای  
۸ سپاهه  
۷۵۱

د  
ن  
م  
ی  
ت  
ر  
ه

## هرانس ۶۰ در صدی نسل زد از پاسخ به تماس تلفنی

افراد جوان و نوجوانی که نسل امروز رامی سازند پر خلاف پدران و مادرانشان یا پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌ها یا شناسان دلشان نمی‌خواهد از طریق مکالمه تلفنی با دوستان و آشناها و حتی برای مسائل کاری با همکاران و شرکای خود ارتباً طبقه برقرار نماید. در عرض، بیشتر احساس‌ساز راحتی می‌کنند که به جای صحبت کردن، پیام متنی یا صرفاً تصویر ارسال کنند. به گوارش «طلاعات آنلاین»، «ویچیتی» که مطالعات اخیر آشکار کرده‌اند این است که نسل جوان عصر دیجیتال دچار فوبیای صحبت کردن با تلفن هستند و از صحبت کردن با اتفاقی هراس دارند. درست مانند افرادی که از قرار گرفتن در اتفاقی ترسند یا «کلاستروفوبیا» دارند؛ یعنی از گیر کردن در محیط‌های بسته یا مکان‌های تنگ می‌ترند.

تماس‌های سرد استرس زارت است  
تماس‌های ناشناسی باید بون همانگی  
قلیل که در اصطلاح «تماس‌های سرد»  
نامیده می‌شوند به مراتب برای جوانان  
امروزی استرس‌زتر است؛ چون ذهنشان  
در گیرین می‌شود که برای مثال چرا این  
فرد به جای این که پیام بدهند چه کرد  
است. گاهی تماس‌های ناشناس و بدون  
همانگی ترس عمیقی از این که ممکن  
است اتفاقی بیفتند افتاده باشد در آن‌ها  
ایجاد می‌کند. وقتی پیگیری می‌کند و  
طمیئن می‌شوند که موقعیت اضطراری  
تلفنی یاریافت انت است در



تماس سرد وضعیت هشدار  
غیر ضروری برای آن‌ها  
ایجاد کرده است،  
احساس می‌کند  
مورود حمله‌ها کمین  
کسی قرار گرفته‌اند  
یا ان که آرده خاطر  
می‌شوند.  
وابستگی بیشتر به وسایل  
دیجیتالی

پژوهشگران ارتباطات بر این باورند

که بسیاری از ناواروی‌های جدید بجای

ترویج تماس صوتی و تلفنی مانع از برقراری

آن‌های شوند و افراد نسبت به انجام

گفت‌وگوهای تلفنی‌یی می‌کنند. این امر

موجب اتفاقی دور از ادب و سخنانه است. به

همین خاطر، برخی از آن‌ها همچنان

پاسخ نمی‌دهند، حتی اگر به جای تماس

را بوسیل می‌صدوق پیست صوتی دایر

می‌کنند و پس از تمام کارشان از طریق پیام

منتهی به آن‌ها پاسخ می‌دهند.

اضطراب ۸۱ در صدی جوانان قبل از  
تماس تلفنی  
یک نظرسنجی که در سال ۲۰۲۳ از بیش  
از ۱۰۰۰ فرد جوان که به آن‌ها نسل زد  
گفته می‌شود، انجام شدنشان داد که تقریباً  
۶۰ در صد از این هزار گرفتن تماس تلفنی‌یا  
دریافت آن واهمه دارند. نظرسنجی دیگری  
حاکی این بود که ۸۱ در صد از گروه دیگری  
از نسل امروزی‌ها که به آن‌ها نسل «هزاره»

است اتفاقی بیفتند افتاده باشد در آن‌ها  
ایجاد می‌کند. وقتی پیگیری می‌کند و  
طمیئن می‌شوند که موقعیت اضطراری تماس

تلفنی یاریافت انت است در

زندگی کاری، تخصصی و

اجتماعی جوان‌های تأثیر

منفی دارد. این فوبیا

عصر جدید می‌تواند

سبب از دست دادن

یک مهارت ارتباطی

مهم در نسل های جوان

شود. به عنوان مثال برای

افرادی که در رشته روزنامه‌نگاری

یا خبرنگاری تحصیل می‌کنند یاری

و خبرنگار هستند، یکی از مزایهای موقعیت

داشتن توانایی در گرفتن تماس‌های به موقع

و مفید است. بسیاری از دانشجویان این روش

عقیده دارند که به نظر آن‌ها جواب دادن به

تماس‌های صوتی به طور غیر منظره و بدون

اعلام قابلی دور از ادب و سخنانه است. به

همین خاطر، برخی از آن‌ها همچنان

پاسخ نمی‌دهند، حتی اگر به امداد رسان

یا شوهر ارتباطی دیگر به جای تماس

پشت خط باشد. این گروه از افراد، تماس‌ها

را بوسیل می‌صدوق پیست صوتی دایر

می‌کنند و پس از تمام کارشان از طریق پیام

منتهی به آن‌ها پاسخ می‌دهند.

نکته‌ها

## ۸ راهکار برای این که هوش هیجانی تان را بالابرید



### ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام  
۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۲۰ و نتلگرام: پیام ۲۰۰۰۹۹۹۱

برانگیزه. امیدوار مر رئیس جمهور جدید  
بنواند در پر ابر مافیا خود را کشود

باشند و مشکلات را حل کنند.

\* قدر بعضاً های دلایل نسبتی داشتند

در خواست طلاق میدن. و افشار شد.

یعنی چی که شوهرم باید صحنه امروز

باره کنار تخت خواب ایم! قیح خلی جیزها

ریخته متاسفانه. مربوط به مطلب صفحه

خانواده.

\* در باره مطلب در درس‌های کول و پنکه

در تابستان! باید بگم مگه میشه بدن

کلور و پنکه در این شب‌های گرم خواهدید؟

اگر خاموش شون کنیم، از در درس‌های

بی خوابی بدخت می‌شیم.

\* توضیحات این بلاک خود را در باره

کیفیت پایین خود را های داخلی تامل

بنویسید.

\* از افرادی که برای رسیدن به هدف شون  
تلاش می‌کنند نامیدند نیشون، خوشم  
می‌دانند. مثل همین جوان بیکار که علاقه و

استعداد شر اکشاف کرده و صبر کرده تا

امروز که طعم موقفيت را جشند.

\* در باره مطلب در درس‌های کول و پنکه

در تابستان! باید بگم مگه میشه بدن

کلور و پنکه در این شب‌های گرم خواهدید؟

اگر خاموش شون کنیم، از در درس‌های

بی خوابی بدخت می‌شیم.

\* خود راهی روز جهان هم در زندگی سلام

نمطلقی تایین تضمیم گرفته شود.

کیفیت پایین خود را های داخلی تأمل

بنویسید.

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

برگ سیز و سند کمپانی پریل مدل ۱۲۱۵۶  
مل نل انتظامی -۷۶-۷۷-۷۸ مدل ۱۲۱۵۶

پنام غلزار رفیعی مفکود شده و قفل انتشار است

به وجود آمده، سرخورد نخواهد شد.

### ۴ حمایت عاطفی

اگر فرزندتان از شکست نامزد مسروط علاقه ایشان نداخت است، به او گوش دهید و احساسات را در فرآیند تجربه می‌تواند فصلی برخورد باشد. مراقب رفتارهای خودتان هم باشید که این ناراحتی را تبدیل به چیزی که بچرخان نگویید.

### ۵ تشویق به مشارکت فعال

به فرزندتان نشان دهید که مشارکت در جامعه و عالجهای مدنی می‌تواند تاثیرگذار باشد. این توصیه هایی توأم با نامزد مسروط مورد علاقه شنیده شدند.

### ۶ الگوی خوبی باشید

رفتار شما بعنوان والدین می‌تواند این را بخوبی بگشاید. سعی کنید خودتان هم بازیگری و مهارتی داشته باشید. این تفاوتها می‌توانند این را بخوبی بگشایند.

### ۷ آموزش پیش‌نیاز تفاوتات

به فرزندتان بیاموزید که افراد مختلف نظرات و دیدگاه‌ها را دارند. این تفاوتی می‌تواند این را بخوبی بگشاید.

### ۸ تشویق به گفت‌وگو

فضایی فراهم کنید که فرزندتان بتواند درباره احساسات و نظرات خود صحبت کند. این گفت‌وگوهای توأم می‌توانند این را بخوبی بگشایند.

### ۹ تاکید بر اهمیت فرایند

به فرزندتان بیاموزید که شرکت در انتخابات بیان این را کنند. این تاکید می‌تواند این را بخوبی بگشاید.

### ۱۰ تشویق به مفهوم انتظارات

فرزندتان از نظر انتظارات خود می‌تواند این را بخوبی بگشاید. این تاکید می‌تواند این را بخوبی بگشاید.

### ۱۱ توضیح و اعیانهای انتظارات

در ادامه چند توصیه برای این را بخوبی بگشاید. این توصیه هایی از این را بخوبی بگشاید.

### ۱۲ تشویق به تفکر انتقادی

به فرزندتان بی