

نشست علمی تخصصی هنر ، معماری و شهرسازی عصر پنجشنبه ها

محل برگزاری: سالن اجتماعات مهندسين مشاور هرم پی

زمان: پنجشنبه ۲۰ فروردین ۱۳۹۴

عنوان: مدیریت ذهن با ابزار هوش احساسی و هوش معنوی

سخنران: آقای دکتر سهیل سهیلی

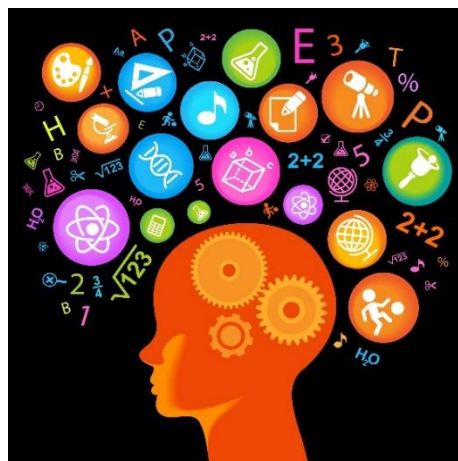
مدیریت ذهن با قدمتی حدود دو دهه در جهان مهارتی است که به درک مکانیزم های ذهن در بروز یک رفتار پرداخته و منجر به ساماندهی ذهن میشود ، تا به جای هجوم افکار بطور تصادفی به توانمندی ساماندهی و در سطوح بالاتر انتخاب افکار دست یابیم .

سی و ششمین نشست تخصصی هنر ، معماری و شهرسازی اندیشکده ی پژوهشی هرم پی با حضور استاتید به نام در زمینه هنر و معماری و جمعی دیگر از صاحب نظران علم هنر و دانشجویان و ... در سالن اجتماعات شرکت هرم پی برگزار گردید.

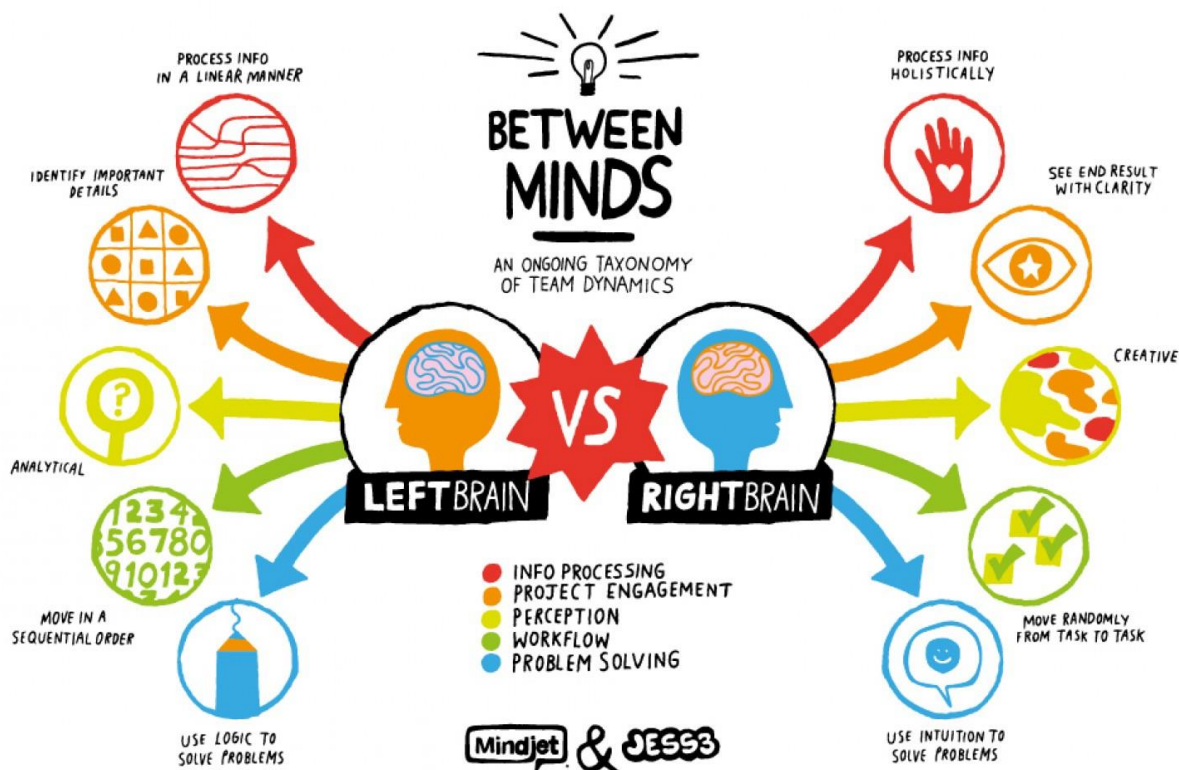
این نشست با بیان کلیات مباحث توسط دکتر محمد مهدی محمودی آغاز و سپس با سخنرانی دکتر سهیل سهیلی-فارغ التحصیل کارشناسی ارشد از دانشکده پردیس هنرهای زیبای دانشگاه تهران ودی بی ای از دانشکده مدیریت دانشگاه تهران و متخصص در زمینه هوش معنوی، هوش هیجانی و مدیریت ذهن ادامه یافت.

سخنرانی با نمایش یک فیلم کوتاه با عنوان دکتر کوانتوم به منظور آشنایی اولیه در مورد موضوع شروع و با توضیح مفهوم مدیریت ذهن ، چرایی و چگونگی آن ادامه یافت .

دکتر سهیلی در این خصوص گفت : هر روزه هزاران فکر متفاوت بصورت ناخواسته و تصادفی در ذهن جریان دارد و از آنجایی که کنترلی بر افکار نداریم ، تحت تاثیر آنها احوالات درونی ما خوب و یا بد می شود .



مدیریت ذهن در واقع مهارت مدیریت افکار است ، و مانند هر مهارت دیگری در حوزه ی یادگیری نیازمند تمرین و ممارست است و تنها با مطالعه ی کتاب حاصل نمی شود . برای مدیریت صحیح همواره باید شناخت کافی وجود داشته باشد ، بنابراین گام اول در مدیریت ذهن شناخت هر لحظه ی اتفاقاتی است که در ذهن ما جریان دارد .



وی در ادامه افزود : انتخاب های ما حاصل افکار ماست ، انسان هر لحظه در جزیی ترین مسائل روزمره اش در حال انتخاب است ، اطلاعاتی که از طریق حواس پنجگانه وارد مغز می شود و تاثیر عواملی در مغز انسان که از جنس افکار ، باورها و احساس است در نوع انتخاب ما تاثیر گذار است . اگر معیار درستی یک واقعیت را ۱۰۰ در نظر بگیریم ، ۱۵ درصد حاصل ورودی اطلاعات به مغز از طریق حواس پنجگانه و ۸۵ درصد دیگر صرفا ویرایش مغز است . بنابراین با در نظر گرفتن خطای پنجگانه ی انسانی و میزان ناچیز درصد آن از کل ، می توان نتیجه گرفت که مغز انسان در درک واقعیت بیشترین تاثیر را دارد ، و به دلیل وابستگی مغز به عوامل درونی مثل باور و احساس و افکار درک افراد از واقعیت می تواند متفاوت باشد . به عبارتی واقعیت تنها رندر کردن اطلاعات وارد شده از طریق حواس پنجگانه توسط مغز انسان است .



سهیلی در ادامه در خصوص هوش احساسی گفت: هوش احساسی مقوله ای است که کمتر از ۲۰ سال در دنیا مطرح شده و در واقع پرسپکتیوی است که از طریق آن می توانیم ذهنمان را مشاهده کنیم. برای درک بهتر رفتارهایمان را صفحه نمایش ساعت در نظر می گیریم، که کاملاً تحت تاثیر مکانیزم حرکت، عوامل داخلی ساعت و موتور آن است، خود آگاهی درک هر لحظه ای مکانیزم های درونی ماست.



متخصص در زمینه مدیریت ذهن این نکته را عنوان کرد که مهارت مدیریت ذهن به حداقل زمان ۳ تا ۶ ماه یادگیری و تمرین نیاز دارد و مسعود محمدی - مشاور ارشد بازاریابی - را به عنوان فردی که در حال یادگیری دوره ی مدیریت ذهن به نتایج مطلوبی رسیده معرفی کرد و انتهای جلسه به پرسش و پاسخ سوالات حاضرین اختصاص یافت و به دلیل پیچیدگی و وسعت موضوع ادامه ی بحث به زمان دیگری موکول شد.

سی و ششمین نشست تخصصی هنر، معماری و شهرسازی با طرح عنوان و تاریخ جلسه بعدی مجمع توسط دکتر محمد مهدی محمودی پایان یافت.