

تحریم، افزایش نرخ ارز و کور شدن شوق پریدن

## صنعت هوایی بال پرواز ندارد

ماجرای افزایش قیمت بلیت هواپیماها از روز رونمایی از بسته جدید ارزی شروع شد. در پانزدهم مرداد ۱۳۹۷ از بسته جدید ارزی رونمایی شد و این بسته از شانزدهم مرداد ۱۳۹۷ به اجرا درآمد و باه اجرای آن آمدن بسته جدید ارزی، شرکت‌های هوایی ایرانی در یافت ارز دولتی محروم شدند و بلیت‌ها که تا قبل از اجرای بسته، با ارز ۴۲۰۰ تومانی قیمت گذاری می شدند، بعد از اجرای بسته با نرخ ۸۸۰۰ تومانی قیمت گذاری شدند و همین عامل باعث شد تا نرخ بلیت هواپیماها تا بیش از دو برابر افزایش یابد.



آذر فخری، روزنامه‌نگار

از صبح به چند آژانس مسافرتی و تورهای داخلی و خارجی زنگ زدیم. طبق روال شهر پور ماه سال، دور دوم سفرهای تابستانی، شدت می‌گیرد و می‌دانم که الان برای خرید بلیت در همین ماه، خیلی دیر است. اما، واقعیت ساده، به خیلی ساده‌ای که اتفاق افتاده، این است که قیمت بلیت پروازهای داخلی و خارجی، به شدت جا به جا شده، حدس می‌زنم که می‌توان جای خالی پیدا کرد. البته با تماس‌هایی که می‌گیرم، حدس‌م بدل به یقین می‌شود؛ باین تفاوت که اگر پروازها و تورهای مختلف، برای خارج از کشور، جای خالی دارند، اما به شماطمینان قطعی در مورد سفر تان نمی‌دهند، هر لحظه ممکن است پرواز کنسل شود؛ چون تعداد مسافران به حد نصاب نمی‌رسد و پرواز با تعداد مسافر اندک نه برای ایرلاین و نه برای تورها، صرف نمی‌کند. تنها آن دسته از پروازها قطعی هستند که بلیت‌شان پیش از مرداد ماه، پیش خرید شده، یعنی پیش از رونمایی از بسته جدید ارزی در واقع شما با هر پروازی که بلیت‌ش را پیش از ۱۶ مرداد ماه، تهیه کرده باشید، می‌توانید به مقصد برسید. اما در مورد پروازهای پس از این تاریخ، هیچ قطعیتی وجود ندارد.

حذف پرواز از سید مسافرتی مردم! بسیاری از مردم، البته آن‌هایی که اهل سفر بودند و ترجیح می‌دادند با هواپیما، به مسافرت بروند، الان معتقدند که هیچ سفری، مگر تجاری یا درمانی، توجیه اقتصادی ندارد. افزایش ۱۰۲ درصدی نرخ بلیت و محاسبه آن بر اساس ارز ۸۸۰۰ تومانی، در پروازهای داخلی و خارجی، شوک وحشتناکی بود که به همه شوک‌های دیگر اضافه شد. اکنون، وضعیت پروازهای داخلی کشور با افزایش غیرشفاف و ناگهانی قیمت بلیت دچار چالش شده است. هر چند هنوز برنامه‌های پروازی ایرلاین‌ها تغییر نکرده، اما پروازها اغلب، مسافران اندکی دارند و برخی پروازها نیز به دلیل نبود مسافر انجام نمی‌شود.

حقیقت در دناک در مورد صنعت هواپیمایی، وابستگی آن به واردات است. طبعاً با اعمال تحریم و افزایش نرخ ارز، تامین قطعات این صنعت، دچار مشکلات و هزینه‌های فراوانی خواهد شد. هر چند با گرگان شدن بلیت هواپیما، صدای مردم در آمدمورخ‌ها نمایندگان نیز به این مسئله ورود کردند و در نهایت با دخالت مستقیم رئیس‌جمهور، قرار شد، تعادلی در نرخ پروازها به وجود آید. اما هنوز از تغییرات اساسی، خبری نیست، اما برخی شرکت‌ها و سایت‌ها، فهرست نرخ بلیت‌ها را اعلام کرده‌اند، اما عملاً، هیچ بلیتی با نرخ‌های اعلام شده فروش نمی‌رود. با توجه به ورود قوه مقننه و مجریه به ماجرای افزایش نرخ بلیت هواپیما، قرار است، نرخ بلیت فقط در پروازهای داخلی ۵۰ درصد کاهش یابد، کاهش‌هایی که هنوز اتفاق نیفتاده است. هم‌اکنون بیشتر کسانی که بلیت هواپیما خریداری می‌کنند یا جزو کسانی هستند که به سفرهای اقتصادی و تجاری می‌روند یا می‌جورند در کوتاه‌ترین زمان ممکن، خود را به مقصد مورد نظر برسانند. با افزایش نرخ بلیت هواپیماها به شدت از تعداد مسافران توریستی کاسته شده است که این می‌تواند به مرور زمان بر عملکرد آژانس‌های گردشگری نیز تأثیر بگذارد. از طرفی با کاهش تعداد مسافران به دلیل افزایش قیمت بلیت هواپیماها، سطح درآمد شرکت‌های هواپیمایی

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

ارزان و آسان شدن شرایط سفرهای داخلی می‌رود اما در پی گرانی دلار، افزایش قیمت در هر حوزه‌ای به طور زنجیره‌وار به دیگر حوزه‌ها نیز سرایت می‌کند؛ سازمان هواپیمایی، وزارت راه و شهرسازی، سازمان میراث فرهنگی و گردشگری و... در این راستا مسئول و تأثیرگذار هستند. مجید کیان پور با اذعان بر مشکلات خاص صنعت هواپیمایی ادامه می‌دهد: هر ساعت پرواز هزینه‌ای بر اساس ارزش پول بین‌المللی به همراه دارد به همین دلیل با وجود تحریم‌ها برای روی پانته داشتن صنعت هوایی باید به آن کمک کنیم تا در ادامه مانع از آوار شدن هزینه‌ها بر سر مردم در پی گرانی بلیت سفرها شویم، چرا که یک قطعه هواپیمایی که تا پرواز با دلار ۴۲۰۰ تومانی تامین می‌شد اکنون با ارز بازار ثانویه هم به سختی تامین می‌شود و متولیان مربوطه باید هزینه‌های خود را پرداخت کنند. طبق گفته کیان پور، کشور با پدیده کاهش ارزش پولی روبه‌رو است و کاهش بار این رویداد از دوش مردم نیازمند همراهی تمام دستگاه‌ها است، اما نمی‌توان از صنعت هوایی خواست قطعه خود را به نرخ بازار ثانویه تهیه کرده و از طرفی هزینه‌های حمل و نقل را افزایش ندهد؛ این هزینه‌ها سنگین است، آن چنان که این نماینده مجلس می‌گوید، یعنی برداشتن مستقیم هزینه‌های صنعت هواپیمایی، و حوزه‌های مربوط به آن، از جیب مردم، بی‌آن که هیچ تدبیری در مورد تورم و افزایش حقوق و دریافتی کارگران و کارمندان صورت گرفته باشد. کارشناسان، اخیراً در ارتباط با میزان تورم و وضعیت اقتصادی و معیشتی مردم، اعلام کرده‌اند که حداقل دریافتی کارمندان در تهران، باید ۵ میلیون و سیصد هزار تومان باشد، تا خانواده‌ها بتوانند به زندگی عادی خود، ادامه بدهند. اما البته اگر ورود رئیس‌جمهور در ماجرای کاهش نرخ بلیت هواپیما، جواب بدهد، حتماً مسئله افزایش حقوق هم در دستور کار قرار خواهد گرفت!

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

تنها آن دسته از پروازها قطعی هستند که بلیت‌شان پیش از مرداد ماه، پیش خرید شده، یعنی پیش از رونمایی از بسته جدید ارزی در واقع شما با هر پروازی که بلیت‌ش را پیش از ۱۶ مرداد ماه، تهیه کرده باشید، می‌توانید به مقصد برسید. اما در مورد پروازهای پس از این تاریخ، هیچ خبر قطعی وجود ندارد

مصاحبه‌ای در سیم‌ام مرداد ۱۳۹۷ ضمن اشاره به نگرانی فعالان حوزه آژانس‌های مسافرتی در زمینه بالارفتن قیمت بلیت هواپیماها، در همین رابطه گفت: رئیس‌جمهور همین امروز برای حل مشکل افزایش قیمت بلیت‌های هواپیما به وزیر صنعت دستور دادند. اما آیا با دستور می‌توان قیمت بلیت هواپیماها را کاهش داد؟

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

کاهش خواهد یافت و به مرور آن‌ها نخواهند توانست هزینه‌های خود را پوشش دهند. شرکت‌های هواپیمایی خارجی که با هدف کسب سود وارد بازار ایران شده‌اند، با تداوم این روند و کاهش تقاضا تصمیم گرفتند ایران را ترک کنند که چنین اتفاقی با گرگان شدن سرسام آور بلیت هواپیما و اعمال تحریم در مورد سه ایرلاین خارجی، گویای وضعیت نابسامان و نگران‌کننده صنعت هواپیمایی کشور است.

از گوشه و کنار

در جهت زیست‌شبانیه میدان ونک پیاده‌راه می‌شود



در راستای تبدیل برخی خیابان‌های دارای پتانسیل مناسب به پیاده‌راه با هدف اختصاص فضایی بیشتر، مناسب‌تر و امن‌تر برای عابران، ایجاد سرزندگی و محرکی برای توسعه محلی و منطبقاً، «میدان ونک» پیاده‌راه می‌شود. مصطفی سلیمی شهردار منطقه ۳ با بیان این مطلب گفت: یکی از سیاست‌های کلان معاونت حمل و نقل و ترافیک شهرداری تهران، توسعه حمل و نقل انسان محور در سطح شهر تهران می‌باشد و در این راستا معاونت حمل و نقل و ترافیک شهرداری منطقه ۳ طرح احداث پیاده‌راه در معابر این منطقه را مورد بررسی و امکان‌سنجی قرار داد. معابر مختلفی از حیث ظرفیت تقاضا را از بری و موقعیت مورد بررسی قرار گرفتند که در نهایت خیابان ونک به‌عنوان یکی از شاخصه‌های پرتردد منسحب از میدان ونک به عنوان محور پایلوت انتخاب شد. در حال حاضر جلسات بررسی و تصویب طرح در سازمان حمل و نقل و ترافیک تهران در حال برگزاری است و با اجرای این طرح جایگاهی عابرین پیاده در محدوده متر اکم‌وپرتردد میدان ونک با سهولت بهتری صورت خواهد پذیرفت و نیز با راه‌اندازی پروژه‌های اجتماعی از قبیل کارفوت، نمایشگاه‌های آموزشی و اجتماعی و سایر فعالیت‌های فرهنگی تلاش می‌کنیم تا کیفیت و جایگاه اجتماعی این میدان در کنار ارتقای ترافیکی بهبود یابد. علاوه بر احداث این طرح، زیست‌شبانیه در میدان ونک، جان دوباره خواهد یافت و ضمن ارتقای سطح افزایش سطوح قابل تردد برای شهروندان از مزایای طرح‌های ارائه شده استفاده خواهند نمود. شهردار منطقه ۳ افزود: به دلیل اهمیت میدان ونک در میانه بزرگترین خیابان خاورمیانه (حضرت ولیعصر «عج»)، یکی از مهم‌ترین و مترکم‌ترین میدان‌های شهری در شهر تهران می‌باشد که به‌عنوان مراکز اصلی دسترسی و پایانه مهم حمل و نقل و ترافیک بین‌شهری به‌شمار می‌رود. هم‌چنین نزدیکی آن به بوستان‌ها و فضاهای شهری خاصی به قبیل بوستان آب و آتش، ملت، طالقانی و ساعی به عنوان فضاهای دارای جذابیت بالای سفر، تلفیقی از پیاده‌سواره را در خود جای داده است.

رئیس شورای شهر تهران: عذرخواهی می‌کنم!



رئیس شورای شهر گفت: همه شهروندان عذرخواهی می‌کنم، چرا که آن‌طور که شهروندان جامعه انتظار داشتند با توجه به آن‌ری که به اعضای شورای پنجم دادند، نتوانستیم پاسخگوی انتظارات آن‌ها باشیم. محسن هاشمی در جلسه علنی روز یکشنبه شورای پنجم شهر تهران و پس از انتخاب به عنوان رئیس این شورادر سال دوم افزود: به رغم این که در طول یکسال گذشته ۴ شهر دار ۲ شهر دار و ۲ سرپرست، را در تهران داشتیم اما در بخش‌های مختلفی موفق عمل شده به گفته‌وی، در بخش نگهداشت شهرداری موفق عمل شده و در بخش سرمایه‌گذاری کمی ضعف وجود داشت که یکی از دلایل اصلی آن نبود ثبات در مدیریت شهری بود. هاشمی ادامه داد: بدهی به سیستم بانکی، رکود اقتصادی و تحریم‌های اقتصادی نیز در پهنرسیدن به هدف‌گذاری معین شده در سرمایه‌گذاری در شهر تأثیرگذار بود که البته فعالیت‌های خوبی در این زمینه در حال انجام است. وی با اشاره به پایان یافتن سال نخست فعالیت شورای پنجم شهر تهران گفت که در جلسه بعدی شورای محمود میرلوحی معاون اجرایی گزارش می‌دهد و در خصوص عملکرد سال گذشته شورادر صحن ارائه خواهد کرد. رئیس شورای شهر تهران افزود: طی مدت یاد شده ۸۱ جلسه علنی، ۶۰ جلسه هم‌اندیشی و ۵۰۰ جلسه کارشناسی کمیسیون‌ها برگزار و هزاران بازدید توسط اعضای مناطق و محله‌های مختلف انجام شده است. هاشمی با بیان اینکه باید در سال دوم تلاش مضاعفی انجام شود، خاطر نشان کرد: دوازده شهروندان به دلیل هرنوع کمبود و نقص در عملکرد شورای شهر بانوجه به انتظارات بحق آن‌ها عذرخواهی می‌کنم.

یادداشت

## تأثیرات روانی اخبار تلخ



فانزه ناصح، دکترای روانشناسی عمومی

آخرین باری که در روزنامه‌ها، سایت‌های خبری و پایگاه‌های خبرگذاری به «خبر خوبی» برخورد کردید و زیرلب جمله «چه خبر خوبی!» را نجوا کردید، کی بود؟ اصلاً به یاد دارید از طریق رسانه‌ها یا اخبار خوب و خوشایند روبرو شده باشید؟ اختلاس، گرانی، تحریم، تورم، دروغ، تصادف، تجاوز، جنگ، عقب‌افتادگی حقوق، زبان‌های مالی، بدسرپرستی‌ها، اختلاف‌های طبقاتی، بی‌مسئولیتی مسئولان و یا حتی گاهی یک حرف‌نیشدار سهوی کافی است برای اینکه حال ما را بیچید و امید کم‌رنگ‌مان را نابود کند و یاس و ناامیدی سرتاسر وجودمان را فرا بگیرد؛ در اینصورت است که فضای روانی زیادی از ذهنمان درگیر می‌شود، انرژی روانیمان به‌جای آنکه صرف جرقه‌های برای حرکت، موفقیت، فعالیت و یا تجربه‌های خوشایند شود اکنون صرف‌نخوراها، وسواس‌های فکری، باگرو و اماهای بی‌شماری می‌شود که جز آفسوس و حسرت ثمری دیگری ندارد.

این روزها بیش از گذشته شاهد مخابره اخبار منفی و ناراحت‌کننده از سرتاسر دنیا هستیم و در این میان نمی‌توانیم سهم شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌ها را در انتشار و پوشش دهی این نوع از اخبار نادیده بگیریم. در چنین دنیایی که بطور شبانه‌روزی در محاصره اخبار هولناک هستیم و نگاه اصحاب رسانه صرفاً حول و پیرامون اخبار بد می‌چرخد، چطور می‌توانیم تأثیر روانی این حجم از مصیبت‌ترازیک را کنترل کنیم؟ روانشناسان معتقدند در برخورد با فجایع و رخدادهای دلخراش‌کننده‌های همچون ریختن ساختمان پلاسکو، حادثه کشتی سانچی، زلزله کرمانشاه، اختلاس‌های میلیاردی، فسادهای مالی مسئولان، رسوایی‌های فرزندان مسئولین و یا فجایعی از این دست که در قالب اخبار بد منتشر می‌شوند، واحساسات ملی را به شدت درگیر می‌کنند و حساسیت‌های گروه‌های مختلفی را برمی‌انگیزانند. افراد باید حتماً در مورد این دسته از اخبار و حواشی‌های پیرامون آنها با کسانی که به‌شبان اعتماد دارند و اهل مطالعه، اندیشه و فکر هستند صحبت کنند و احساساتشان را با آنان در میان بگذارند. متخصصین روانشناسی یادآور می‌شوند مهم آن است که افراد آنچه سبب ناراحتی و نگرانی‌شان شده را با دیگران

تقسیم کنند و همچنین به یاد داشته باشند ناراحتی، خشم، نگرانی و عصبانیت از شنیدن اخبار بد، رفتاری کاملاً طبیعی تلقی می‌شود و بدانند قطعاً تنها آنان نیستند که تحت تأثیر چنین اخبار و حوادثی قرار می‌گیرند و باناراحتی و ابراز خشم از خودشان واکنش نشان می‌دهند. روانشناسان به کرات در موارد مختلف در خصوص تأثیرات منفی شگرف اخبار حوادث و رویدادهای ناراحت‌کننده هشدار داده‌اند و در بسیاری از موارد هم اصحاب رسانه را نیز مورد دشمنان و انتقاد قرار داده‌اند. اما به هر حال قرار نیست شما حبابی از بی‌خبری دور خودتان بسازید و خودتان را بدور از اجتماع و محیط بی‌زوله کنید؛ از اینرو همه ما می‌دانیم وظیفه رسانه، انتشار اخبار است و قطعاً آگاهی و همچنین شنیدن اخبار رویدادها و اتفاقاتی که در هر لحظه در جهان اطرافمان رخ می‌دهد همیشه مفید است. نکته مهمی که جامعه روانشناسان بر آن تأکید می‌کنند رعایت تعادل در پیگیری اخباری است که دنبال می‌کنید: نه بصورت افراطی اخبار بد را دنبال کنید که دچار اضطراب، یاس و نومیدی شوید، و نه به صورت بیش از حد از اخبار حوادث و رویدادهای جهان و اجتماع بدور باشید که به شادی غیر واقع‌بینانه دچار نشوید. روانشناسان اظهار دارند اخبار منفی و ناخوشایند، محرک بسیاری از اتفاقات منفی در درون بدن انسان‌ها است و روح و روان آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به همین

تربیب آنان معتقدند چک‌نکردن اخبار در رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی و مجازی به معنای غفلت، بی‌توجهی و خودخواهی شما نیست؛ و رواقع شما بانجام این کار به خود یادآور می‌شوید که ابراز تأسف و ناراحتی مخصوصاً مانیکه کمک‌چندانی از دستتان برمی‌آید، کاری عیب و بیهوده است و فقط شما را از مسیر اصلی زندگیتان دورتر می‌سازد. کارشناسان حوزه رواند مانگری نیز از مردم می‌خواهند دایماً به خودشان متذکر شوند «قرار نیست همه مشکلات جهان راحل و فصل کنند و دنیا را یک‌تنه از شر اخبار حوادث منفی، تلخ و گزنده نجات دهند.» از اینرو واضحاً باید در هنگام هجوم سلسله‌وار اخبار بد منفی، بر وضعیت روحی و روانی خودشان تسلط داشته باشند و متقابلاً مصرف عامدانه اخبار خوب و مثبت را در زندگیشان افزایش دهند؛ چرا که وقتی این‌باور در ذهنشان شکل بگیرد که دنیا دار دروبه قهقرا می‌رود و هر روز بیشتر از گذشته تاریک‌تر می‌شود، بدون شک تصور شما بر روی باورهایتان و تصمیم‌گیری‌های زندگیتان تأثیر منفی خواهد داشت. بر همین اساس متخصصین روانشناس با توجه به مطالب ذکر شده توصیه می‌کنند، شناخت دقیق روحیات، خلق و خو و واکنش‌های روانی هر یک از افراد به حوادث و رویدادهای منفی و تلخ زندگی یکی از فاکتورهای مهم برای حفظ سلامت روان انسان‌ها می‌باشد که به آنها کمک می‌کند تا راحت‌تر بتوانند عادت‌های خود را در پیگیری‌های اخبار تغییر دهند.