

توان یاب

سال نوزدهم شماره ۷۳
(پاییز ۱۳۹۸)

۲	سرمقاله
	زهر اگویا استاد دانشگاه شهید بهشتی:
۳	نقش مدرسه در جامعه پذیری افراد بی بدیل است
	مدیرعامل شرکت نیکزی:
۸	آموزش مجازی، دسترسی به آموزش و مهارت آموزی را فراگیر می کند
۱۲	آشنایی با مدرسه کار آفرینی پر تو
۱۴	رعد تاک، رویدادی برای گفت و گو
	غنچه استورنیا:
۱۸	از وابستگی ترس داشتیم و تصمیم گرفتیم مستقل زندگی کنیم
۲۱	زمزمه
۲۲	چه کسی می تواند به من کمک کند؟!:
۲۴	معرفی شبکه های اجتماعی فعال
۲۵	آموزش شهروندی و حقوق شهروندی، زیربنای ثبات اجتماعی
۳۰	توسعه سیستم آموزش همگانی
	مدرس کلاس زیورآلات:
۳۴	در این کلاس به کاربردن کلمه «نمی توانم» ممنوع است
	مدیر کل اداره کل امور تخصصی و گروه های ویژه در بنیاد شهید
۳۷	جزیره ای عمل کردن دیگر نتیجه ای ندارد!
۴۱	دلنوشته...
۴۲	باورم نمیشه، من هم...!:
۴۴	Dot: ساعت مخصوص نابینایان
۴۵	ما یکدیگر را عاشقانه دوست داریم و به هم احترام می گذاریم
۴۸	یک معلم، هزار تجربه ...
۵۱	معرفی کتاب
۵۲	مشاهیر دارای معلولیت
۵۳	سلامت
۵۴	مدل تغییر رفتار:
۵۶	همایش بزرگ دوچرخه سواری افراد دارای معلولیت برگزار شد
۵۴	در رعد چه خبر؟



صاحب امتیاز:
مجمع آموزشی نیکوکاری رعد
مدیر مسئول:
دکتر قاسم صالح خو
سر دبیر:
دکتر مریم رسولیان
شورای سیاست گذاری:
صدیقه اکبری، عبدا. توسلی،
دکتر محمد کمالی، دکتر مجید
میرخانی، دکتر نرگس شفاوردی،
دکتر مجتبی کامیاب، لیلا انگوتی،
محمدرضا دشتی، منصوره پناهی
دبیر تحریریه:
هاله باستانی
مدیر اجرایی:
رضا سخن سنج
همکاران این شماره:
سهیلا علیخانی، افسانه عسگری،
نازنین رحیم زاده
گرافیک: پرویز مقدم
طراح جلد: یاسمن روشنی تبریزی
صفحه آرایی: سمانه فطرس
عکاس: نگین موسوی پورمهرام
ویراستار انگلیسی: مهراوه عمرانی
مترجم انگلیسی: علی مجتهدزاده

نشانی دفتر نشریه: شهرک غرب
فاز ۲، خیابان هرمزان، خیابان پیروزان
جنوبی، پلاک ۷۴
کد پستی: ۱۴۶۶۶ صندوق پستی:
۱۴۴-۱۴۶۶۵
شماره تماس: ۸۸۰۸۲۲۶۶
۸۸۰۷۶۲۲۶
info@raad-charity.org
www.raad-charity.org

توان یاب از دریافت مقالات و دیدگاه های صاحب نظران استقبال می کند. مقالات ترجمه شده همراه با کپی اصل مقاله ارسال شود. مقالات ارسالی پس فرستاده نمی شود. توان یاب در ویرایش و کوتاه کردن مطالب آزاد است

آگاهی گام اول و مهم در توانمندسازی است، در هر زمینه‌ای که آگاهی فرد افزایش پیدا کند، توان او برای مدیریت و استفاده از آن موضوع به طور نسبی افزایش پیدا می‌کند و هم‌زمان با افزایش آگاهی، توانمندی فرد هم به صورت فزاینده‌ای افزایش می‌یابد. برای دستیابی به هر هدفی، داشتن اطلاعات شرط اولیه است. وقتی برای رفتن به مکانی تصمیم می‌گیریم، اولین مرحله عزم رفتن است که معادل با انگیزه‌ی اولیه و درونی است. در مرحله دوم کجا رفتن یا انتخاب هدف مهم است و در سومین مرحله چگونه رفتن و یا دانستن آدرس است که ما را در رسیدن به هدف راهنمایی می‌کند. این سه مرحله که شامل تصمیم رفتن، کجا رفتن و چگونه رفتن است، مراحل انگیزشی و پایه برای برنامه‌ریزی است. گام بعدی چگونگی اجرا و نحوه استفاده از اطلاعات موجود است.

توانمندی، معادل با افزایش احساس کفایت و عزت‌نفس است. آموزش و افزایش آگاهی سرمایه‌ای مهم برای احساس کفایت و افزایش اعتماد به نفس است. از همین رو در همه برنامه‌های توانمندسازی، آموزش یکی از پایه‌های اصلی برنامه است.

در دوران رشد تکنولوژی که اطلاعات به سادگی و با استفاده از ابزارهای روز در اختیار عموم قرار دارد، نقش ویژگی‌های انسانی، مهارت‌های ارتباطی و انگیزشی در موفقیت افراد و ایجاد مزیت برای آنان بسیار برجسته شده است. از همین رو بخش مهمی از آموزش‌ها علاوه بر آموزش‌های علمی و محتوایی، به آموزش‌های انگیزشی و مهارت‌های ارتباطی اختصاص داده شده است.

موضوع دسترسی به اطلاعات در عصر حاضر امری مهم و سرمایه‌ای غیرقابل انکار است. به طور مثال برای فعالیت در بورس هر کشوری اطلاعات صنعتی یا تجاری مربوطه که در دسترس عموم هم قرار دارد، نقش مهمی در موفقیت سرمایه‌گذار دارد. در همین راستا وضع قوانین سختگیرانه، مجازاتی برای پیشگیری از فساد و مشکلات بعدی در موارد رانت اطلاعات (در اختیار گذاشتن گزینشی اطلاعات و یا امکان دسترسی به اطلاعات به دلیل موقعیت خاص شغلی یا اجتماعی) یکی از موضوعات جنجال‌برانگیز دنیای امروز است، که خود دلیلی بر نقش ویژه و اهمیت داشتن دانش است.

در رقابت‌های فردی و حتی سازمانی، فرد یا سازمانی پیش‌تاز است که به توانمندسازی، افزایش آگاهی و رشد فردی خود توجه بیشتری کند و برنامه‌ای نظام‌مند، پویا و مدون برای این رشد ترسیم کند و اجرای این برنامه آموزشی را در صدر برنامه‌های خود قرار دهد. در دنیای جدید، همه چیز از آموزش شروع می‌شود.

دکتر زهرا گویا، دکترای رشته آموزش ریاضی/ برنامه‌ریزی درسی از دانشگاه بریتیش کلمبیا در ونکوور کانادا و استاد دانشکده ریاضی دانشگاه شهید بهشتی است. علاقه مشخص او در حوزه آموزش عمومی است و به همین دلیل، موضوع‌های مربوط به آموزش و پرورش را دنبال می‌کند و دغدغه آموزش عمومی را دارد.



زهرا گویا استاد دانشگاه شهید بهشتی؛

نقش مدرسه در جامعه‌پذیری افراد بی‌بدیل است

یکی از مهم‌ترین این بحث‌ها، ورود تکنولوژی به عرصه عمومی بود که نیازمند مهارت‌های جدیدی افزون بر خواندن و نوشتن و محاسبه کردن ابتدایی بود. بنابراین، انتظار از مدرسه برای ایجاد این سواد در دانش‌آموزان، بالاتر رفت. مدرسه همیشه قلب جامعه محلی در هر منطقه‌ای بوده و هست و همان‌گونه که در شروع آموزش رسمی انتظار می‌رفت که وجه تمایز بین افراد مدرسه رفته و مدرسه نرفته مشهود باشد، در اواخر قرن بیستم نیز انتظار می‌رفت که مدرسه، این انتظار را برآورده کند و مهارت تکنولوژیکی را در دانش‌آموزان ایجاد نماید. پاسخ به این نیاز در دنیای جدید، با اضافه کردن چند درس به آموزش‌های مدرسه‌ای یا جابه‌جا کردن چند واحد درسی به دست نمی‌آید و لازم است که توجه جدی نسبت به تغییرهای مناسب بر مبنای نیازهای جدید ایجاد شود. افزون بر مهارت‌های تکنولوژیکی،

در جدیدترین تعریف یونسکو از سواد، مهارت‌های تفکر انتقادی شامل انتخاب‌گری، تصمیم‌گیری، ارزیابی، استدلال کردن و مقایسه کردن نیز به تعریف قبلی اضافه شده‌است. این مهارت‌هایی هستند که انسانی که در جامعه امروز زندگی می‌کند، باید به آنها مسلط شود تا بتواند علم را به عمل درآورد

از شروع قرن بیستم تا حدود نیمه آن، این تعریف سواد، برای جامعه کمتر پیچیده آن زمان، کافی به نظر می‌رسید. ولی از اواخر نیمه دوم قرن بیستم به بعد، بحث‌های جدی‌تری نسبت به تعریف سواد مطرح شد.

خانم دکتر گویا، تعریف سواد در دنیای امروز چیست؟

تعریف کلاسیک سواد، خواندن و نوشتن و محاسبه کردن است که در تاریخ برنامه درسی به اسم 3R¹ معروف است. داشتن این سه مهارت از حدود ۱۵۰ سال پیش، به عنوان سواد محسوب می‌شد و وجه تمایز کسی که مدرسه می‌رفت با کسی که به مدرسه نمی‌رفت، کسب این مهارت‌ها بود. چون خواندن و نوشتن و محاسبه کردن، در مدرسه آموزش داده می‌شد. به همین دلیل از وقتی که آموزش رسمی در کشورها متداول شد، کسی با سواد بود که مدرسه می‌رفت و کسی که مدرسه نمی‌رفت، بی‌سواد محسوب می‌شد. طبق این تعریف از سواد، از اواخر قرن بیستم کلاس‌های سوادآموزی برای بزرگسالان هم به‌وجود آمد و مجامع محلی مجبور شدند هزینه کنند تا نسل قبل که از سه مهارت گفته‌شده محروم بودند، سواد بیاموزند.

1- Reading- (w)Riting- (a)Rithmetic: 3R



توسعه مهارت‌های اجتماعی، تمرین هم‌زیستی مسالمت‌آمیز، حفاظت از محیط زیست، آموزش صلح و آموزش فعالیت‌های مشارکتی و سواد شهروندی هم در آموزش‌های مدرسه‌ای، معنا و ضرورت پیدا کرده‌است.

همچنین در گذشته، تلفیق پیچیدگی‌های قومی، زبانی، اعتقادی، سلیقه‌ای و فرهنگی در جوامع محلی کمتر وجود نداشت و ارتباط جوامع محلی و جهانی اندک بود و بدین سبب، شاید نیاز چندانی وجود نداشت که افراد یاد بگیرند و سواد لازم را برای زیستن و تعامل در جوامع چندصدایی، کسب کنند. این‌ها مهارت‌هایی بودند که از اواخر قرن بیستم و به خصوص با تبیین و توسعه نظریه‌های انتقادی، با صراحت بیشتری مطرح شدند. با طرح نیازهای جدید و بالا رفتن سطح انتظارات اجتماعی، جامعه‌های محلی به تنهایی، توانایی پاسخگویی به این نیازها را نداشتند و بحث‌های زیادی در حوزه‌های گوناگون علوم انسانی و اجتماعی و از جمله علوم تربیتی مطرح شدند که تمرکز آنها این بود که با این همه تنوع و پیچیدگی و سطح انتظارات بالا، چه باید کرد؟

پس در هر دوره‌ای، اهداف آموزش متفاوت است و بر مبنای مقتضیات زمان تغییر می‌کند؟

بله. در هر دوره‌ای اهداف آموزش متفاوت بوده و هست و به این دلیل، همیشه آموزش عمومی، جایگاه ویژه‌ای در برآورده کردن انتظارات داشته و دارد. برای مثال، از دو دهه گذشته و با ورود به هزاره سوم، سطح و نوع انتظارات از مدرسه بسیار بالاتر رفته‌است. از دو دهه گذشته تکنولوژی، به جای این که تنها به عنوان یک وجه تمایز یا امتیاز در مدرسه و جامعه به حساب آید، زیرساخت‌های مدرسه را تغییر داده‌است. مثلاً از چندین سال گذشته تا به حال در ایران، حتی در دورافتاده‌ترین مناطق کوهستانی کشور نیز ثبت‌نام برای کنکور، به صورت الکترونیکی صورت می‌گیرد. پس وقتی که وارد جامعه‌ای با پیچیدگی‌های جدید می‌شویم، نمی‌توانیم برنامه‌های آموزشی خطی داشته باشیم. نمی‌توانیم بگوییم کسی که خواندن و نوشتن بلد نیست، نمی‌تواند تکنولوژی بلد باشد.

وقتی کودکان دارای معلولیت و کودکان عادی در مدرسه کنار هم قرار بگیرند، یاد می‌گیرند که این یک اتفاق طبیعی است که بعضی از افراد، دارای مشکل جسمی یا روحی هستند. مثلاً با وجودی که اکثریت می‌بینند، می‌شنوند و مشکلی ندارند، ولی بعضی‌ها نمی‌بینند، بعضی‌ها نمی‌شنوند و بعضی‌ها مشکلات دیگری دارند. آنها لازم است بدانند که سؤال کردن درباره این تفاوت-ها اشکال ندارد، اما تعجب کردن و نپذیرفتن است که اشکال دارد

در دنیای جدید، برنامه‌های درسی خطی و سلسله مراتبی، پاسخگو نیستند و ضروری است که ماهیتی درهم‌تنیده، چند بعدی و پیچیده پیدا کنند. ممکن است دانش‌آموزان فراتر از تمرکز بر تنها سه مهارت خواندن و نوشتن و محاسبه کردن، نیازمند آموزش برای کنترل خشم هم داشته باشند!

یعنی علاوه بر جایگاه تکنولوژی که امروزه جا افتاده‌است، بحث‌های دیگری مانند جامعه‌پذیری هم اهمیت پیدا کرده‌است، چون نیاز جامعه است و مدرسه باید به آنها هم بپردازد. درست است؟

دقیقاً! منتهی این در مورد جامعه‌ای است که خودش بداند که به چه مهارت‌هایی نیاز دارد! ولی می‌دانیم و می‌توانیم آموزش کنترل خشم و آموزش صلح و امثال آن را در مدرسه داشته باشیم. واقعیت این است که خیلی از این آموزش‌ها به جز مهارت‌های اولیه، آموزش‌های بومی هستند که با فرهنگ ما درآمیخته‌اند و غنای فرهنگی جامعه ما، پذیرای چنین آموزش‌های نوینی هست. البته جای تأسف دارد که در آموزش‌های مدرسه‌ای، از جامعه پرتحرک موجود در ایران، عقب‌تر هستیم. هنوز در کتاب ریاضی دوره ابتدایی، برای مبادلات پولی از سکه‌های یک ریالی و دوریالی و نظایر آن استفاده می‌شود و این نشان می‌دهد که آموزش عمومی ما از جامعه، عقب‌تر است. برای نمونه، قابل

پیش‌بینی است که از این به بعد در ایران، افراد در تبادل مالی خویش اصلاً با پول سروکار پیدا نکنند و در چنین شرایطی، طبیعی است که کودکان، «کارت‌خوان» را بیشتر از پول بشناسند. بدین سبب، آموزش سواد مالی یک ضرورت است. به همین ترتیب، آنها برای خرید یک بسته آدامس، ده‌ها انتخاب و مسئله تصمیم‌گیری دارند. پس آموزش چگونگی انتخاب و تصمیم‌گیری، در مدرسه شکل می‌گیرد و مدرسه مسئول آن است.

با توجه به نقش مدرسه در شکل‌گیری شخصیت افراد، باید گفت که اگر مدارس کارآمد باشند، در فرهنگ‌سازی برای آموزش‌های شهروندی در جامعه خیلی جلوتر می‌رویم. این در حالی است که با وجود ۱۵٪ از جمعیت که دارای انواع معلولیت هستند، هنوز این فرهنگ‌سازی ایجاد نشده که وقتی فردی با ناتوانی جسمی وارد جامعه می‌شود، همه با تعجب نگاهش نکنند یا به او ترحم نکنند؟

لازم است این فرهنگ‌سازی در مدرسه انجام شود، ولی به نظرم باید مراقب باشیم که واقعیت‌ناهنه و نه صوری، انجام شود. وقتی یک دانش‌آموز دارای معلولیت و یک دانش‌آموز معمولی در مدرسه کنار هم هستند، خیلی طبیعی است که دانش‌آموز معمولی از او بپرسد که چرا آن دو با هم فرق دارند؟ چیزی که وی تفاوت می‌بیند نه معلولیت. این در حالی است که در نظام آموزشی ایران، با معلولیت به عنوان یک واقعیت برخورد نشده و دانش‌آموزان عادی برای با هم بودن در کنار بچه‌هایی که معلولیت دارند و یاد گرفتن با هم، آموزش ندیده‌اند. در جوامع غربی نیز، طرح چنین سؤال‌هایی از طرف دانش‌آموزان، نامتعارف است، زیرا استدلال این است که طرح چنین سؤال‌هایی، ممکن است توهین نسبت به فرد دارای معلولیت محسوب شود. ولی کودک صادق است و وقتی این تفاوت را می‌بیند، از وی سؤال می‌کند و اگر پاسخ قانع‌کننده‌ای بگیرد، آن دو در مدرسه خیلی زود با هم دوست می‌شوند، به هم کمک می‌کنند و بینشان یک هم‌زیستی سالم و طبیعی به وجود می‌آید. در گذشته، بخشی از این آموزش‌ها در خانواده‌های گسترده اتفاق می‌افتاد که حالا دیگر، وجود خارجی ندارند. کودکان در خانواده،

از مادر بزرگ و پدر بزرگ و خاله و عمو و خواهرها و برادرها، خیلی چیزها را به طور مستقیم یا غیرمستقیم یاد می‌گرفتند و آموزش می‌دیدند. ولی در خانواده‌های امروزی که خانواده‌ها کوچک شده‌اند و پدران و مادران مجبورند ساعت‌های طولانی در بیرون از خانه کار کنند، مدرسه بهترین مکان برای یادگیری و یاددهی مهارت‌های اساسی زندگی است. فرهنگ‌سازی از طریق تک تک درس‌های مدرسه‌ای قابل انجام است، به شرطی که باری اضافه به برنامه‌های رسمی مدرسه تحمیل نشود. در جدیدترین تعریف یونسکو از سواد، مهارت‌های تفکر انتقادی شامل انتخاب‌گری، تصمیم‌گیری، ارزیابی، استدلال کردن و مقایسه کردن نیز به تعریف قبلی اضافه شده‌است. این‌ها مهارت‌هایی هستند که انسانی که در جامعه امروز زندگی می‌کند، باید بداند تا بتواند علم را به عمل درآورد. در عصر جدید، تکنولوژی یک امر خاص و تجملی نیست، بلکه ابزار کار افراد با هر شرایطی است. تکنولوژی به دانش‌آموز کمک می‌کند تا ده‌ها راه‌حل را با هم مقایسه کند و بعد بهترین تصمیم را بگیرد. اگر گفته می‌شود که مدرسه باید افراد را برای زندگی واقعی آماده کند، لازم است این نکته هم در نظر گرفته شود که زندگی واقعی، زندگی لوکس ترسیم شده در کتاب‌های درسی نیست. آموزش‌های مدرسه‌ای، معمولاً ناصافی واقعیت را نادیده می‌گیرند! ولی اکنون که حقایق از طریق تمام مراجع الکترونیکی و غیرالکترونیکی در دسترس هستند، دیگر تنها وظیفه مدرسه، آموزش حقایق و مسلمات، نیست. راه‌حل‌های مختلف برای یک مسئله، در زمینه‌های واقعی معنا و مفهوم پیدا می‌کند، و گرنه در زمینه‌های غیرواقعی، معمولاً هر مسئله، تنها یک راه‌حل دارد. در نتیجه، سوادی که ضرورت زندگی در دنیای امروز است، سوادی زیستن در جامعه پیچیده جدید و توانایی ایجاد تغییرات مثبت در آن و آگاه بودن نسبت به تغییر شرایط آن است.

دوست دارم از یک تجربه زیسته خود، مثالی بزنم: من در سه دوره زمانی متفاوت، برای شرکت در سه مناسبت علمی آموزشی، به ژاپن رفتم و فرصت‌های با ارزشی برای آشنا شدن با نظام آموزشی آن کشور یافتم. یکی

در ایران،
هنوز در آموزش ابتدایی ترین
مباحث شهروندی، کار چندان
انجام نشده است و
مدرسه نسبت به آن،
حساس نیست

از ویژگی‌های اجتماعی ژاپن این است که جامعه آموزشی در این کشور، تک صدایی است. بر این اساس، آموزش سکولار است و وارد مباحث اعتقادی و دینی نمی‌شود. همه مردم به زبان ژاپنی صحبت می‌کنند و تاریخ مکتوب و مدون و مشترکی دارند. در آخرین دهه قرن بیستم- سال ۱۹۹۲ میلادی- که برای اولین بار به ژاپن رفتم و از چند مدرسه دولتی بازدید کردم، و تا جایی که از تجربه محدودم آموختم، تنوع قومی و نژادی و زبانی و فرهنگی، جایگاهی در آموزش مدرسه‌ای نداشت. ولی بار دوم که در سال ۲۰۰۰ میلادی به این کشور سفر کردم، متوجه شدم که اتفاق‌های جدیدی در ژاپن، در حال وقوع است. برای مثال، منفی شدن رشد جمعیت در ژاپن بر تمام ابعاد سوادآموزی و آموزش و کارکردهای اجتماعی مردم ژاپن، تأثیر گذاشته بود. آموزش‌گرانی که با آنها صحبت می‌کردم، ابراز نگرانی می‌کردند که جامعه «پیر» شده، امید به زندگی بالا رفته و چون میل به ازدواج و تشکیل خانواده کاهش یافته، تعداد فرزندان که به دنیا می‌آیند، با شیب زیادی در حال کاهش است و رشد جمعیت، منفی است. در نتیجه فاصله بین پیرها و جوان‌ها به سرعت در حال زیاد شدن است و پیش‌بینی می‌شود که برای نگهداری از سالمندان، ژاپن مجبور خواهد شد که از خارج کشور، نیرو جذب کند و همین امر، یک‌دستی آن

جامعه را به تدریج، بر هم خواهد زد. مثلاً کسانی که از خارج می‌آیند، باید زبان ژاپنی یاد بگیرند، پس آموزش این زبان به غیر ژاپنی زبان‌ها، مسئولیت جدیدی برای نظام آموزشی ایجاد می‌کند. از طرف دیگر، برای مراد با «خارجی»‌هایی که ژاپنی زبان دومشان است و از فرهنگ‌های دیگری به آنجا می‌روند، ژاپنی‌ها نیز لازم است که هم، زبان افراد تازه جذب شده به کشور را یاد بگیرند و هم فرهنگ آنها را بشناسند. زیرا در غیر این صورت، سالمندان بدون پرستار می‌مانند! در آخرین باری که در سال ۲۰۱۸- آذر ۱۳۹۷ به ژاپن رفتم، موقع بازدید از مدرسه و گفت‌وگو با مسئولان آن و بازدید از کلاس‌ها، شاهد تغییرات باز هم بیشتری بودم که عمدتاً، ریشه در تغییرات اجتماعی در ژاپن داشت. منظوم این است که وقتی شرایط اجتماعی تغییر می‌کند یا دگرگون می‌شود، چاره‌ای جز بازاندیشی در برنامه‌های آموزشی و پیدا کردن راه‌حل‌های متناسب با شرایط جدید نیست. تغییر شرایط اجتماعی در تمام جهان، امری طبیعی است و یکی از علت‌های اصلی بازنگری و بازاندیشی در برنامه‌های آموزشی و درسی، همین است. با وجود این، در ایران نسبت به این واقعیت، لختی زیادی وجود دارد و اغلب اوقات، تغییرات اجتماعی، شرایط را هم تغییر می‌دهد و جامعه راه‌حل‌های تازه‌ای برای حل مشکلاتش پیدا می‌کند و بعد از همه اینها، تازه نظام آموزشی به فکر ایجاد تغییر آن هم به شکل قطره‌چکانی می‌افتد. در واقع، تا تغییرات اجتماعی و نیاز جدی به پذیرش تنوع و گوناگونی بر آموزش عمومی تحمیل نشود، تصمیم‌های آموزشی کمتر آنها را به حساب می‌آورد. برای نمونه، با وجود تفاوت‌های قومی و فرهنگی و نژادی و زبانی و مذهبی که موزاییک بی‌مثالی در ایران به وجود آورده‌است که در جهان کم‌نظیر است و باعث غنای جامعه ایرانی است، تقریباً کتاب‌های درسی طوری تدوین شده‌اند که انگار، جامعه ایران نظیر جامعه یک‌دست ژاپن قبل از تحولات اخیر آن است که یک سلیقه تبلیغ شده و اگر هم اشاره‌ای به تفاوت‌ها شده، بیشتر تصنعی است. در حالی که با تغییر مفهوم سواد، مدرسه موظف



است که از حجم مباحث نظری کم کند و برای پاسخ‌گویی به نیازهای واقعی جامعه چندفرهنگی ایران، فضای مناسبی اختصاص دهد.

در ایران، هنوز در آموزش ابتدایی‌ترین مباحث شهروندی، کار چندانی انجام نشده است و مدرسه نسبت به آن، هنوز حساس نیست. اگر دانش‌آموز در مدرسه یاد بگیرد که چگونه از خط عابر پیاده عبور کند، حق عابر و راننده نسبت به هم چیست، آب دهان یا اشغال خود را در خیابان و معابر عمومی نیندازد، حق دیگران را رعایت کند، معنای حریم خصوصی را درک کند و حفظ آن را برای خود و دیگران واجب بدانند، در صف صبور باشد و رعایت نوبت بقیه را بکند و ده‌ها و ده‌ها مورد دیگر را که نمی‌توان به همه آنها اشاره کرد، آیا جای دیگری برای آموختن این مهارت‌های شهروندی وجود دارد؟ به نظر من جای اصلی این آموزش‌ها در زمان حاضر، مدرسه است و بس! این‌ها حداقل‌هایی است که مدرسه باید به کودکان یاد بدهد. باید به مدرسه اعتماد کرد و این نهاد مهم اجتماعی را تقویت نمود. ولی لازم است توجه کنیم که تقویت مدرسه، به معنای دخالت کردن و صدور دستورات برای مدرسه نیست. البته در اکثر مدارس «ویژه» غیرانتفاعی، اولیا بر مدرسه حکومت می‌کنند و برایش تعیین تکلیف می‌کنند. چنین مدرسی، در خدمت والدین هستند و از نظر من، این بدترین نوع مدرسه‌داری است! مدرسه یک مفهوم عمیق است و باید هویتی مستقل و منسجم داشته باشد تا بتواند بر هویت اجتماعی افراد

هرچقدر که مدرسه، نسبت به شرایط اجتماعی آگاه‌تر باشد، رسالتش ویژه‌تر می‌شود و به نظر من، نقش مدرسه در جامعه‌پذیری افراد بی‌بدیل است! حیف است که از مدرسه، فقط برای آموختن همان سه مهارت خواندن و نوشتن و محاسبه کردن کلاسیک، استفاده شود

تأثیر بگذارد. تعریف سواد در طول زمان، حتماً گسترده‌تر می‌شود، چون بسیاری از افراد جامعه، اگر به‌طور واقعی هم با جهان ارتباط نداشته باشند، به‌طور مجازی رابطه دارند. یعنی افراد جامعه مجبورند یاد بگیرند که به قواعد و قوانین و تفاوت‌های همدیگر احترام بگذارند و جای این آموختن‌ها، مدرسه است و هنوز جای این آموزش‌ها در مدرسه، خالی است.

سی سال از جنگ در کشور می‌گذرد و علاوه بر وجود معلولیت به هر دلیل دیگری، تعداد زیادی از افراد جامعه در جنگ معلول یا جانباز شدند. از آن تاریخ تا کنون، انواع و اقسام ساختمان‌های دولتی و غیردولتی ساخته شده‌اند؛ خطوط مترو در این مدت به بهره‌برداری رسیده‌اند، وسایل نقلیه عمومی جدیدی ساخته یا وارد شده‌اند، ولی در اکثر این ساخت‌وسازها، به ضرورت دسترسی

گروه‌های ویژه مانند معلولان به آنها، توجه نشده است. این در حالیست که از سال ۱۳۶۳، در اکثر نهادهای دولتی و حکومتی، ستادهای «مناسب‌سازی» تشکیل شده است. این بی‌توجهی از کجا شکل می‌گیرد و فرهنگ‌سازی از کجا باید ایجاد شود؟

به نظر من، فرهنگ‌سازی یعنی این که تلاش کنید تا یک ذهنیت را تغییر دهید، ولی این تغییر اگرچه لازم است، کافی نیست. فرهنگ‌سازی تنها بخشی از ماجراست. تغییر تعریف «سواد»، مسئولیت‌های جدیدی برای نهادهای اجتماعی و در رأس آنها «مدرسه»، ایجاد کرده است که باید در مقابل آن، پاسخ‌گو باشند. هرچه فرهنگ‌سازی شود خوب است، ولی فرهنگ‌سازی الزاماً با پاسخ‌گویی همراه نیست. در صورتی که نظام‌های آموزشی و اجتماعی در مقابل ایجاد «سواد»، باید پاسخ‌گو باشند. شما اشاره کردید که از سال ۱۳۶۳، ستاد مناسب‌سازی ایجاد شده است. طبیعی است که وقتی ستادی تشکیل می‌شود، برای آن مدیرکل و معاون و کارمند و سایر امکانات هم پیش‌بینی می‌شود که هرکدام هزینه‌ای هم به جامعه تحمیل می‌کنند. ولی تا افراد آموزش نینند، بعید است که انواع این ستادها، خروجی جدی داشته باشند. البته مدرسه به تنهایی، نمی‌تواند مسئولیت همه این آموزش‌ها را به عهده بگیرد. در این مورد، آموزش عالی نیز سهم مهمی به عهده دارد. برای مثال، زمانی یک درس یک واحدی «تنظیم خانواده» طراحی شد که برای تمام دانشجویان، اجباری بود. این درس به دلیلی تعریف شد و به دلیل دیگری حذف شد! یا این که یک واحد درسی «کارآفرینی» برای همه الزامی شد

که انتظار می‌رفت دانشجویان، با اصول آن آشنا شوند و مهارت‌های اولیه را کسب کنند. اما در این درس، بارها مشاهده شده که از چند «کارآفرین» به اصطلاح موفق دعوت می‌شود تا برای دانشجویان، از چگونگی موفقیت در کسب‌وکارشان صحبت کنند. یعنی از یک طرف به‌طور نظری، راجع به مبانی کارآفرینی آموزش داده می‌شود و از طرف دیگر با ۱۸۰ درجه اختلاف در هدف اولیه، کارآفرین موفق را به گونه دیگری معرفی کرده‌ایم. افرادی که از «هیچ به همه چیز» رسیده‌اند، در صدر کارآفرین‌ها معرفی می‌شوند. درست است که همیشه در هر جامعه‌ای، حالت‌های استثنایی وجود دارند، ولی نمی‌توان تنها به آن موارد دلخوش بود و این نوع تبلیغات، نیاز جامعه را به «کارآفرینی»، برآورده نمی‌کند و بدین علت است که این ضرورت، تبدیل به یک موضوع درسی با مبانی نظری و عملی شده است. «کارآفرین»‌هایی که بدون اتکا به دانش نظری و حمایت نظام‌وار نهادهای مسئول موفق شده‌اند، تحسین برانگیزند ولی نمی‌توانند نقش الگویی داشته باشند. برای الگوسازی، باید از مسیرآموزش گذشت. به این دلیل تأکید کردم که فرهنگ‌سازی لازم است، ولی کافی نیست. یک تجربه کاری بگویم: از سال ۷۵ تا ۸۲، رئیس کتابخانه مرکزی دانشگاه شهید بهشتی بودم. یکی از اولین مشکلاتی که نظرم را جلب کرد، تعداد زیاد پله‌هایی بود که برای ورود به کتابخانه وجود داشت. اتفاقاً بعد از جنگ، دانشجویان زیادی داشتیم که مشکلات جسمی و معلولیتی داشتند و از طریق سهمیه‌های مختلف رزمندگان و ایثارگران و نظایر آن، در دانشگاه پذیرفته شده بودند. هر چه فکر کردم، دیدم که امکان استفاده این افراد از کتابخانه، وجود ندارد. تصمیم گرفتم به آقای دکتر ندیمی رئیس دانشگاه که انسان بسیار فرهیخته و مسئولیت‌پذیری بودند، مراجعه کنم. به ایشان گفتم این سهمیه‌ها بدون حمایت عملی، بی‌فایده است، زیرا ساختمان کتابخانه، فاقد ابتدایی‌ترین امکانات نظیر سطح شیب‌دار (رَمپ)، آسانسور و سرویس بهداشتی مناسب برای استفاده این افراد است. بالاخره، طرح مسئله و پیگیری‌ها، سبب شد تا بودجه‌ای برای ایجاد این امکانات حداقلی، فراهم شده و این کار، انجام شود. منظورم این است که این مشکل، فقط با فرهنگ‌سازی حل نمی‌شود، بلکه باید در سطح ستاد

تصمیم‌گیری دانشگاه، از حل این مسئله حمایت می‌شد و اقدام عملی انجام می‌شد که خوشبختانه انجام شد.

چنین اقداماتی چگونه باید در سطح وسیع صورت بگیرد و ضرورت عمل به آن، به وجدان عمومی جامعه راه پیدا کند؟

لازم است که این اتفاق، در سطح سیاست‌گذاری‌های کلان جامعه رخ دهد. جامعه فقط با پندهای اخلاقی و نصیحت کردن، متحول نمی‌شود و توسعه نمی‌یابد. جامعه باید بداند که در ازای هزینه‌ای که برای ادغام دانش‌آموزان دارای معلولیت با دانش‌آموزان عادی می‌کند، در میان‌مدت و درازمدت، به میزان زیادی از هزینه‌هایش کاسته می‌شود و از نظر مالی، جلو می‌افتد. یادم می‌آید در سال ۱۳۸۳، برای شرکت در کنگره آموزش ریاضی، به دانمارک رفته بودم. در مترو نشسته بودم و با دو نفر از شرکت‌کنندگان دانمارکی مشغول صحبت بودیم که چند نفر مسن که دارای معلولیت بودند، وارد مترو شدند و جالب این بود که همه شرایط استفاده از مترو برای این افراد، مناسب بود. با آن دو در این مورد صحبت کردم و آنها گفتند که ما ۱۰ سال هزینه می‌کنیم و در عوض، ۷۰ سال جلو می‌افتیم، زیرا با توانمند کردن معلولان و آموزش افراد و مناسب‌سازی فضا، افراد دارای معلولیت می‌توانند مانند افراد عادی، استقلال داشته باشند و مسئولیت زندگی خود را به عهده بگیرند. در حقیقت، منطق حرفشان این بود که جامعه باید بفهمد که هزینه کردن برای مناسب‌سازی فضا، ایجاد امکانات، آموزش و فرهنگ‌سازی، معلولان و افراد مسن را مستقل می‌کند و این کار، سرمایه‌گذاری با ارزشی است که علاوه بر جنبه‌های والای انسانی آن، از نظر اقتصادی نیز بسیار به صرفه است. همچنین، اگر جامعه از لحاظ روحی و روانی متعادل باشد، از هر نظر جامعه موفق‌تری خواهد بود. مثلاً اگر کنترل خشم، آموزش صلح، مشارکت‌پذیری در زندگی جمعی با رعایت حریم‌های فردی و نظایر آن در مدرسه به کودکان آموزش داده شود، بسیاری از هزینه‌های بعدی که بر اثر نبود هر یک از این مهارت‌ها به جامعه تحمیل خواهد

شد، کاهش می‌یابد.

در حال حاضر با توجه به گسترش فن‌آوری، آموزش‌های مجازی بسیار گسترده شده‌اند. آیا چنین آموزش‌هایی می‌توانند جای آموزش‌های کلاسی و حضوری را بگیرند؟

آموزش مجازی می‌تواند اطلاعات خوبی به افراد بدهد، ولی حس انسانی و تعامل انسانی در آن وجود ندارد. هر چقدر هم که فرد در فضای مجازی حضور داشته باشد، شاید نتواند خودش را در موقعیت واقعی آموزشی قرار دهد. قضای مجازی می‌تواند منبع خوبی باشد، ولی جای مدرسه و کلاس درس را نمی‌گیرد. متأسفانه در سراسر دنیا، دانشگاه‌ها برای کاهش هزینه‌های خود، به سرعت به سمت مجازی شدن پیش می‌روند که بررسی آن، خارج از این بحث است. اما مأموریت و مسئولیت مدرسه که نماد الزامی بودن آموزش است، با دانشگاه متفاوت است. آموزش عمومی مانند مایه‌کوبی و بهداشت عمومی، حق همگان و مسئولیت نظام اجتماعی نسبت به افراد جامعه است و مسیر آن از تعامل و گفت‌وگو می‌گذرد. همان‌طور که نمی‌توان مایه‌کوبی را به‌طور مجازی انجام داد، همه آموزش‌ها را هم نمی‌توان به صورت مجازی ارائه داد. البته من با سازوکارهای ذهنی خودم صحبت می‌کنم و ممکن است نسل جدید با من موافق نباشد و اتفاقاً آموزش‌های مجازی، برایش ملموس‌تر و عمیق‌تر باشد. با مطالعات و تحقیقاتی که در مورد مدرسه شده‌است، انتظار می‌رود که کارکردهای مدرسه، متناسب با تغییرات اجتماعی تغییر کند و جلوتر از جامعه حرکت کند تا مدرسه، باعث تغییرات لازم در جامعه شود. در حالی که گاهی اوقات مدرسه به موازات تغییرات اجتماعی حرکت می‌کند و گاهی اوقات هم تغییرات اجتماعی، مدرسه را به دنبال خود می‌کشاند. هرچقدر که مدرسه، نسبت به شرایط اجتماعی آگاه‌تر باشد، رسالتش ویژه‌تر می‌شود و به نظر من، نقش مدرسه در جامعه‌پذیری افراد بی‌بديل است! حیفاً است که از مدرسه، فقط برای آموختن همان سه مهارت خواندن و نوشتن و محاسبه کردن کلاسیک، استفاده شود.



موسسه نیک زیست فردا، استارت آپ جدیدی به نام نیکزی با موضوع آموزش مجازی بر پایه ویدئو با تاکید بر مهارت محوری را از سال ۱۳۹۵ راه اندازی کرده است. کاربران این شرکت در حال حاضر بیش از پنج هزار نفر از سراسر ایران و حتی خارج از ایران، از کشورهای فارسی زبان مثل؛ افغانستان و تاجیکستان هستند. حدود صد وسی و پنج دوره آموزشی روی سایت شرکت قرار دارد. با سید امیرمحمد فضلی، مدیرعامل استارت آپ نیکزی به گفت و گو نشستیم و از فعالیت این شرکت، چشم اندازها و چالش هایی که با آن روبه روست پرسیدیم. استارت آپ نیکزی تفاهم نامه ای با موسسه رعد برای همکاری بیشتر با این موسسه امضا کرده است.



مدیرعامل شرکت نیکزی؛

آموزش مجازی، دسترسی به آموزش و مهارت آموزی را فراگیر می کند

دارد و ما براساس استاندارد اسکورم که یکی از استانداردهای آموزشی مطرح است، کار را آغاز نمودیم.

فرآیند کاری شما چگونه شکل گرفت و دوره های آموزشی نیکزی، چه موضوعاتی را در برمی گیرند؟

انتخاب سرفصل ها و موضوعات آموزشی ما براساس نیازسنجی صورت می گیرد. نیازسنجی را از طریق تحقیقات بازار، پرسشنامه، ارتباط با مراکز آموزشی مختلف و بخشی هم از طریق جست و جو در وبسایت خودمان به دست می آوریم. بررسی می کنیم افرادی که وارد سایت می شوند، به دنبال چه آموزش هایی هستند. مثلاً بحث فرزند پروری، بالاترین نیاز بود و آموزش نرم افزارها در مرتبه دوم قرار داشت. آموزش هایی که منجر به یادگیری برای درآمدزایی میشوند هم از بیشترین مراجعات به سایت ما بودند.

موضوعات آموزشی ارائه شده چند دسته را شامل می شوند؛ یک دسته شامل مسایل روانشناسی است که مباحثی با موضوع خانواده، ازدواج، تربیت فرزند و بحث های مهارت های فردی مثل؛ کنترل

از مزایای آموزش مجازی، ایجاد امکان استفاده برای افرادی است که معلولیت و مشکلات حرکتی دارند و یا در بیرون رفتن از خانه دچار محدودیت هستند

آمریکا بود که از آن الگو گرفتیم. ما از ابتدا به دنبال تولید و طراحی محتوای آموزشی توسط خودمان بودیم چون کارهای ترجمه در مدل های مختلف آموزش مجازی از قبل وجود داشتند، ولی ما با رویکرد طراحی بومی آموزش مجازی، فعالیتمان را شروع کرده و به دنبال آموزش های ویدیویی رفتیم. طراحی در حوزه آموزش ویدیویی، چارچوب و اصولی

لطفا خودتان را معرفی کنید:

سید امیرمحمد فضلی، مدیرعامل استارت آپ نیکزی هستم. در رشته مدیریت فرهنگی و ادبیات نمایشی تحصیل کردم. از سال ۸۴ در مدارس و آموزشگاه ها و کارگاه های مختلف آموزش می دادم تا اینکه در سال ۹۵ با گروهی از دوستان، استارت آپ نیکزی را راه اندازی کردیم. رویکرد و هدف ما راه اندازی یک مجموعه، آموزش مجازی بر پایه ویدئو بود. آموزش هایی که به سمت مهارت آموزی برود و به جای دروس تئوری دانشگاهی، مطالب کاربردی را آموزش دهد.

این پروژه توسط چه کسانی آغاز شد و به اجرا درآمد؟

پروژه نیکزی در موسسه نیک زیست فردا توسط گروهی از دوستان که با هم در این موسسه کار می کردیم، در سال ۹۵ راه اندازی و نام نیکزی که به معنی زندگی بهتر داشتن است، برایش انتخاب شد. یکی از اصلی ترین پایه های این برنامه، آموزش است. در آن سال، آموزش مجازی به شکلی که مورد نظر ما بود، در داخل کشور وجود نداشت. نمونه خارجی آن، سایت لیندا در



استرس، کنترل خشم، مدیریت تعارض و مدیریت حل مسئله را در بر می‌گیرد. این موضوعات براساس استانداردهای یونسکو تهیه شده و بسیار کامل و مفصل هستند. یکی دیگر از سرفصل‌های ارائه شده در سایت نیکزی، موضوعات مربوط به مدارس است. البته ما وارد آموزش کتاب‌های درسی نمی‌شویم، ولی بحث آموزش والدین را دنبال می‌کنیم. مثلا این‌که، والدین بچه‌های کلاس هفتم چه چیزهایی را باید بدانند که بتوانند شرایط مناسب را برای فرزندانشان فراهم کنند. معمولا این آموزش‌ها باید از طریق مدارس و انجمن اولیا و مربیان انجام شود که این اتفاق معمولا نمی‌افتد و یا برای والدین سخت است که در این جلسات شرکت کنند. ما در بخش ویژه آموزش والدین، فعلا شش دوره را ارائه کرده‌ایم که این دوره‌ها روز به روز بیشتر هم می‌شوند. بحث‌های مربوط به نوجوانان، بحث بلوغ، بحث هدایت تحصیلی و بحث اینترنت و غیره هم از موارد دیگری است که کار کرده‌ایم. دسته‌بندی دیگر، بحث سلامت است که شامل؛ تغذیه، دوران بارداری، روش‌های زایمان، بیماری‌ها و غیره است که در این خصوص، با یک موسسه معتبر همکاری داریم و با کمک آنها تولید محتوا می‌کنیم. آموزش‌های هنری، از دیگر موضوعاتی است که به آن می‌پردازیم. این بخش شامل؛ آموزش فیلم‌نامه‌نویسی، تدوین، عکاسی، طراحی، نقاشی، رنگ‌شناسی، طراحی لباس واز این قبیل موارد است. موضوعات دیگر آموزش‌های ما، مباحث مربوط به کسب و کار است که بسیار پرمحتوا هستند و آموزش‌های سازمانی ما هم در همین قالب شکل می‌گیرند. بخشی از آموزش‌ها هم مربوط به آموزش مهارت‌های منجر به اشتغال است که شامل؛ بازاریابی، فروش، تبلیغات و مهارت‌های سازمانی و غیره است. یک دسته‌بندی دیگر هم بحث نمازها، برنامه‌نویسی و فناوری اطلاعات است که آموزش در این حوزه از پایه انجام میشود. سعی کرده‌ایم این آموزش‌ها، کاربردی، مهارت‌محور و به‌روز باشند همچنین آموزش شبکه و امنیت و غیره... را ارائه می‌کنیم. آموزش آنها ندارد و ما ادعا نمی‌کنیم که چنانچه کسی دوره برنامه‌نویسی اندروید ما را ببیند، برنامه‌نویس خوبی می‌شود، ولی حتما می‌تواند یاد بگیرد و شاید لازم باشد دوره‌های تکمیلی دیگری هم ببیند.

کاهش هزینه‌های آموزشی، از فواید استفاده از این روش است. آموزش‌های مجازی هزینه حضور در کلاسهای آموزشی را تا حدود هشتاد درصد کاهش می‌دهد

آموزش در تهران، تولید می‌شود و مثلا فردی در یک روستای دورافتاده می‌تواند از آن بهره گیرد. در یک روستا ممکن است تا شعاع چهارصد کیلومتری، یک کلاس یا استاد خوب وجود نداشته باشد، ولی چون اینترنت همه جا هست هر کسی به راحتی میتواند از این آموزش‌ها برخوردار شود. بسیاری از افراد هم برای برخورداری از آموزش‌های مورد نیازشان، محدودیت دارند. مثلا مادر خانه‌داری که فرزند کوچکی دارد و نمی‌تواند در کلاس‌های آموزشی شرکت کند، از طریق آموزش‌های مجازی می‌تواند یاد بگیرد.

افراد چگونه می‌توانند از این خدمات استفاده کنند؟

علاقمندان با مراجعه به سایت یا اپلیکیشن نیکزی می‌توانند از این خدمات استفاده کنند. آنها می‌توانند یا اشتراک تهیه کرده و به صورت، ماهیانه یا سالیانه مبلغی را پرداخت نمایند و از کلیه آموزش‌های موجود استفاده کنند و یا می‌توانند برای شرکت در یک دوره خاص، ثبت‌نام کرده و مبلغی را در ازای آن بپردازند. در این صورت استفاده از مواد درسی، محدودیت زمانی هم ندارد.

اساتید را چگونه انتخاب کرده و آنها را مشتاق به همکاری می‌کنید؟

ما روی انتخاب استاد بسیار حساس هستیم و برای انتخاب اساتید، اعتبار سنجی‌هایی را انجام می‌دهیم. اساتید ما غالبا از بهترین دانشگاه‌ها و مراکز آموزشی هستند.

شما وارد آموزش‌های کلاسیک و مدرسه‌ای هم شده‌اید؟

خیر. ما وارد آموزش‌های مدرسه‌ای و کنکور نشده و نمی‌شویم. شاید آموزش زبان انگلیسی را با رویکرد مهارت محوری، شروع کنیم و در حال برنامه‌ریزی برای آن هستیم چون نیاز روز است. می‌خواهیم آموزش‌هایمان کاملا کاربردی باشند و در آینده قصد داریم آموزش زبان را در حوزه‌هایی مثل؛ آموزش زبان درنامه نگاری تجاری، آموزش زبان درگردشگری و سفر و از این قبیل موارد، طراحی کنیم.

چگونه افراد می‌توانند با شما ارتباط برقرار کنند؟

علاقمندان با مراجعه به سایت نیکزی به آدرس www.nikzee.com می‌توانند در جریان عناوین دوره‌های آموزشی ما قرار گیرند. در ضمن اپلیکیشن موبایل نیکزی برای اندروید پلی‌استور و برای آی او اس، در

آموزش‌های مجازی چه مزایایی نسبت به آموزش‌های کلاسی دارند؟

معمولا هرکدام از ما دقایق یا ساعتی از روز را در مترو یا اتوبوس به سر می‌بریم که از این زمان می‌توان برای آموزش و یادگیری استفاده کرد. یکی از دیگر مزایای آموزش مجازی، تکرار پذیر بودن آن است. فرد می‌تواند بارها آموزش یک مبحث یا درس را دریافت کند. هرکدام از مباحث آموزشی که در سایت قرار دارد، ممکن است چند ساعت باشد که به صورت درس‌های سه تا ده دقیقه‌ای ارائه شده و در هر درس یک موضوع، به‌طور کامل آموزش داده میشود. این مباحث موضوع بندی شده‌اند و خیلی سریع توسط هر فردی قابل استفاده هستند. از مزایای دیگر آموزش مجازی، قابلیت استفاده برای افرادی است که معلولیت و مشکلات حرکتی دارند و یا در بیرون رفتن از خانه محدودیت دارند. کاهش هزینه‌های آموزشی، از دیگر فواید استفاده از این روش است. آموزش‌های مجازی هزینه حضور در کلاسهای آموزشی را تا حدود هشتاد درصد کاهش می‌دهد. یکی دیگر از فواید آموزش‌های مجازی این است که یک درس آموزش مجازی، حدود یک‌سوم زمان آموزش حضوری زمان می‌برد، یعنی یک دوره آموزش مجازی ده ساعته، برابر با سی ساعت، آموزش حضوری است. این سی ساعت شامل زمانی که برای رفت و آمد صرف می‌شود و هزینه‌های رفت و آمد و حضور در کلاس و غیره می‌شود. مثلا هزینه یک دوره آموزش حضوری که یک میلیون و هشتصد هزار تومان است، در اپلیکیشن نیکزی، با نود هزار تومان ارائه می‌شود.

آموزش مجازی امکان دسترسی به آموزش را فراگیر می‌کند و محدودیت‌ها را کاهش می‌دهد. در آموزش مجازی، محدودیت دسترسی به مکان خاص وجود ندارد. این



سیبچه قرار دارد. دوستان می‌توانند هم به وبسایت و هم به اپلیکیشن مراجعه کنند. ثبت نام برای همه آزاد است. در آغاز اطلاعات اولیه از افراد گرفته می‌شود و دوستان می‌توانند دوره‌های مورد نیاز خود را انتخاب کنند و یا اشتراک تهیه کنند تا دسترسی به همه دوره‌ها برایشان مقدور شود. ارزش مجموع این دوره‌ها، اگر به صورت تک تک خریداری شود، حدود ده میلیون تومان است ولی با اشتراک یک ماهه با مبلغ ۴۵ هزار تومان به مدت یک ماه همه آن دوره‌ها در اختیارشان قرار می‌گیرد. اشتراک یکساله هم چیزی نزدیک به چهارصد هزار تومان است که در مقابل محتوایی به ارزش ده میلیون تومان، بسیار ناچیز است. این دوره‌ها آزمون آنلاین دارد که چنانچه دوستان در آزمون پایان دوره شرکت کنند، مدرک معتبر سازمان مدیریت دولتی به آنان داده می‌شود.

در مورد آموزش‌های سازمانی بیشتر توضیح دهید؟

در فاز بعدی فعالیت‌هایمان، وارد آموزش در سازمان‌ها شدیم. بسیار پیش می‌آید که کارمندی در طول روز کاری باید سر کلاسی حاضر شود و آموزش ببیند که وقت و هزینه زیادی بر سازمان تحمیل می‌کند. آموزش مجازی باعث صرفه‌جویی در هزینه‌های سازمان می‌شود. آموزش‌های سازمانی، مسئله بسیار مهم و هزینه‌بر در سازمان‌های بزرگ است و معمولاً شرکت‌ها، خیلی سخت به سراغ آن می‌روند چون معمولاً دستاورد مناسبی هم از این آموزش‌ها دریافت نکرده‌اند. سازمان‌ها، کارمندان خود را برای آموزش به جایی می‌فرستند و آنها هم شاید شرکت کنند و شاید هم نکنند و در آخر هم می‌گویند چیزی یاد نگرفته‌ایم. ولی در آموزش مجازی، آموزش دست خود سازمان است و سازمان افراد را موظف می‌کند که دوره‌ای خاص را ببینند و مدیر منابع انسانی هم پیگیری می‌کند که این فرد چقدر آموزش را کسب کرده و در انتها آزمون هم برگزار می‌شود. جواب آزمون مشخص می‌کند که این فرد چه مقدار پیشرفت داشته و آیا می‌تواند وارد دوره بعدی شود یا نه؟ ما در سازمان‌ها یک پیش آزمون برگزار می‌کنیم تا سطح افراد مشخص شود و براساس آن، دوره‌های آموزشی طراحی شوند. در آخر دوره هم آزمونی برگزار می‌شود که پیشرفت فرد ارزیابی شود. البته در پیشرفت سازمان، همه چیز به آموزش مربوط نیست و باید دید سازمان، از نظر انگیزشی چه کارهایی انجام می‌دهد و شیوه مدیریت در سازمان چگونه است؟ یک سازمان ممکن

وبسایت ما با آدرس
www.nikzee.com است که
علاقتمندان با مراجعه به این وبسایت
می‌توانند در جریان عناوین دوره‌های
آموزشی ما قرار گیرند. در ضمن
اپلیکیشن موبایل نیکزی برای اندروید
در پلیاستور و برای آی او اس، در
سیبچه قرار دارد

است اصلاً نداند که به چه آموزش‌هایی نیاز دارد پس ما نیازسنجی آموزشی را در جهت ارتقا شغلی کارمندان انجام می‌دهیم و دوره‌های مورد نیاز را در اختیارشان قرار می‌دهیم. در ابتدا یک کار تحقیقاتی و مشاوره‌ای انجام می‌دهیم و به سازمان اعلام می‌کنیم که به چه آموزش‌ها نیاز دارد. ما یک سری محتوای عمومی در اپلیکیشن و سایت داریم، ولی ممکن است سازمانی آموزشی را بخواهد که موجود نباشد، ما همان را برای آن سازمان تولید می‌کنیم.

با چه چالش‌هایی در امر آموزش مجازی روبه رو هستید؟

چون آموزش مجازی موضوع جدیدی است، هنوز برای خیلی از مردم قابل اعتماد نیست، پس نیاز به فرهنگ‌سازی در این زمینه وجود دارد. بیشتر افراد دوست دارند سر کلاسی بنشینند و اجباری برای یاد گرفتن داشته‌باشند. این فرهنگ ماست، در صورتی که آموزش مجازی چنین فضایی را ندارد. این فرهنگ، تازه در ایران دارد جا می‌افتد، در حالی که در کشورهای پیشرفته، کاملاً جا افتاده است. در این نوع آموزش، طبیعتاً یک سری محدودیت‌هایی وجود دارد. یکی از این محدودیت‌ها، عدم امکان سوال و جواب با استاد است ولی فرد باید بپذیرد که در مقابل محدودیت‌هایی که برداشته شده، محدودیت‌هایی هم وجود دارد. به هر حال در آموزش‌های مجازی، زمانی که صرفه‌جویی می‌شود را می‌توان به یافتن جواب سوال‌ها، اختصاص داد. البته آموزش حضوری فوایدی دارد که غیر قابل انکار است، ولی آموزش مجازی می‌تواند محدودیت‌های زیادی را برطرف کند. الان بسیاری از کارهای روزمره ما از طریق اینترنت و سیستم مجازی است،

از طریق اپلیکیشن تاکسی می‌گیریم، غذا سفارش می‌دهیم، بلیط هواپیما می‌خریم، خرید می‌کنیم، بیمه می‌کنیم و غیره. چالش دیگری که ما با آن روبه‌رو هستیم، تمایل نداشتن افراد برای صرف هزینه برای آموزش است. ما حاضر نیستیم برای پیشرفت خودمان، سرمایه‌گذاری کنیم و ترجیح می‌دهیم در اینترنت بگردیم و آموزش مجانی پیدا کنیم، ولی باید بدانیم که ممکن است این آموزش‌ها و اساتید مورد اعتماد نباشند و آموزش‌ها هم به روز نباشند. نکته بعدی این است که آموزش، یک فرآیند است و نمی‌شود به صورت کپسولی مطلبی را آموخت. این فرآیند برای داشتن زندگی بهتر مورد نیاز است. چالش دیگری که با آن روبه‌رو هستیم این است که خیلی از افراد اصلاً احساس نمی‌کنند که برای هر دوره زندگی خود نیاز به آموزش دارند. بسیاری از افراد که وارد سایت می‌شوند و دوره‌ها را می‌بینند، تازه درمی‌یابند که برای بسیاری از مسایل، مثلاً کنترل خشم کودک راهکارهایی وجود دارد که هیچوقت نمی‌دانستند، در حالی که کارشناسی آن را توضیح داده و ریشه علمی آن را بررسی کرده‌اند. چالش دیگری که وجود دارد بحث ذات کار استارت‌آپی است. محدودیت‌ها و چالش‌هایی که برای کار استارت‌آپی وجود دارد خیلی زیاد است. این محدودیت‌ها شامل دریایی از مجوزهاست که باید از سازمان‌ها و ارگان‌های مختلف بگیرد و برای هر کدام از این مجوزها باید مراحل کار را از صفر شروع کند. مرکزی وجود ندارد که این داده‌ها در آن جمع شوند و یک فرد، یک بار احراز هویت شود و صلاحیتش تایید شود. این در حالیست که در فضای کار خصوصی، سرعت کار بسیار مهم است ولی این موانع باعث کندی در کار و گردش مالی می‌شود.

آماری از تعداد کاربران خود دارید؟

کاربران ما در حال حاضر حدود پنج هزار نفرند. این افراد از سراسر ایران و حتی خارج از ایران، از کشورهای فارسی زبان مثل؛ افغانستان و تاجیکستان هم هستند. با وجودیکه هنوز تبلیغات اساسی در باره سایت و اپلیکیشن نیکزی شروع نکرده‌ایم، ولی استقبال خوبی از این پروژه شده‌است. حدود صد وسی و پنج دوره آموزشی روی سایت قرار دارد و تعدادی دوره هم آماده شده که هنوز بارگزاری نشده‌است. تا به حال بیشتر مشغول تولید محتوا بوده‌ایم و تبلیغات خود را از اول امسال شروع کرده‌ایم. البته اینستاگرام ما با نام Nikzee.ir فعال است. ما در نمایشگاه‌هایی مثل؛ نمایشگاه کتاب و ال‌کامپ



شرکت کردیم و تبلیغات محدود دیجیتالی هم داشته‌ایم و همین باعث شده که بتوانیم مخاطبان و کاربرانی را جذب کنیم. تبلیغات گسترده، در برنامه کاری آینده ما قرار دارد.

آیا باز خورد مثبتی از کاربران خود دریافت کرده‌اید؟

بازخوردها و پیغام‌های زیادی دریافت کردیم که افراد دنبال اساتید خاص یا آموزش خاصی بوده‌اند، مخصوصاً افرادی که از تهران و مراکز آموزشی معتبر دور هستند. جالب است بدانید بانوانی با سن بالا داریم که با فضای مجازی مرتبط شده و دوره‌های مجازی را می‌گذرانند. در بین دانشجویان، کارمندان شرکتها و خانم‌های خانه‌دار، کاربران زیادی داریم که از این نوع آموزش استقبال کرده‌اند. چون ما دو شرط برای خود گذاشتیم و به آن پایبند بوده‌ایم؛ یکی بحث کیفیت محتواست که آموزش‌های ما برپایه تکنولوژی آموزشی است و دوم، کیفیت بصری آموزش‌های ویدیویی ماست. ما سعی کرده‌ایم احترام مخاطب را کماکان حفظ کنیم. در اینترنت آموزش‌های بی کیفیت زیادی وجود دارد، ولی ما برای مخاطب، شخصیت و برای خودمان ارزش قائل هستیم و خط قرمزی برای خود تعیین کرده‌ایم و براین اساس پیش می‌رویم.

چگونه توانستید جلب اعتماد اساتید را به دست بیاورید؟

به موضوع مهمی اشاره کردید. یکی از چالش‌های ما همین موضوع بود. در اول کار، اعتمادسازی خیلی سخت بود ولی حالا با دیدن سایت و اپلیکیشن و دیدن کارهایی که انجام شده، همکاری راحت‌تر شکل می‌گیرد و اساتید علاقمند می‌شوند که اسمشان کنار دیگر اساتید باشد. یکسال ونیم که کار تولید محتوای اولیه را انجام می‌دادیم با مشکلات زیادی روبه‌رو بودیم ولی خدا را شکر مقاومت کردیم والان حدود صد و پنجاه دوره آموزشی را تهیه کردیم و کارمان روی روال افتاده است. روش کار ما با اساتید این گونه است که آنها را در فروش دوره آموزشی خودشان شریک میکنیم.

آیا شما با انجمن‌های مختلف در حوزه سلامت و یا معلولیت هم ارتباط دارید؟

همکاری خوبی با مجموعه رعد داریم و تفاهم نامه‌ای با این انجمن امضا کرده‌ایم. با سایر انجمن‌ها به‌طور مستقیم هنوز ارتباط نداریم ولی از اعضا و اساتید این انجمن‌ها در آموزش‌هایمان استفاده می‌کنیم. مثلاً دوره آموزشی در مورد اوتیسم داریم و از اعضای

من از طرف مجموعه نیکزی، کد تخفیفی اختصاصی این گزارش مجله توانیاب را در اختیار این دوستان قرار می‌دهم که آنها با استفاده از این کد، (TAVANYAB98) می‌توانند از تخفیف ۵۰ درصدی در دوره‌های آموزشی ما برخوردار شوند

این انجمن کمک گرفته‌ایم. در بحث سلامت روان و سلامت بارداری با موسسات مختلف هم تفاهم‌نامه‌هایی امضا کرده و همکاری می‌کنیم.

آموزش‌های مجازی، چه تاثیری در توانمندی افراد به‌خصوص افراد دارای معلولیت می‌تواند داشته باشد؟

آموزش آکادمیک و رسمی کارکرد خودش را دارد و در جای خودش خیلی مهم است ولی ما به دنبال این هستیم که ببینیم افراد چه چیزی بلد هستند و چه توانایی دارند و چه کاری را می‌توانند انجام دهند. قطعا برای افزایش مهارت و توانمندی همه افراد، آموزش‌های مجازی به خاطر در دسترس بودن، سریع بودن، قابل تکرار بودن، نداشتن محدودیت مکانی و پایین بودن هزینه، بسیار مفید هستند ولی برای افراد دارای معلولیت علاوه بر همه این موارد، چون نیاز به خروج از منزل ندارند، اولویت دارد. البته امیدواریم که محدودیت تردد در شهر برای این عزیزان وجود نداشته نباشد و خیلی خوب است که این دوستان بتوانند در جامعه حضور داشته‌باشند، ولی به هر حال آموزش مجازی برای افرادی که به دلیل مشکلات جسمی و فیزیکی نمیتوانند در جامعه تردد کنند، امکان مهارت‌آموزی را فراهم می‌کند. به هر حال پایه تحقق رویای ما که نیک زیستن و بهتر زندگی کردن است، آموزش است به این معنی که کمبودی که دارم را جبران کنم و مهارتی که نیاز دارم را یاد بگیرم. آموزش مجازی با برداشتن محدودیت‌ها، تاثیر زیادی در ایجاد شغل و ایجاد اعتماد به نفس دارد. امیدواریم که نیکزی بتواند در ایجاد مهارت شغلی به عزیزان کمک کند. آموزش‌های ما مهارت محور هستند و فردی که این آموزش‌ها را

بگذرانند می‌تواند ادعا کند که مهارتی را کسب کرده که در رزومه کاری‌اش تاثیرگذار است. البته ما در ابتدا به دنبال مدرک دادن نبودیم و هدفمان مهارت‌آموزی بود، ولی به دلیل فضای مدرک گرایی که در جامعه وجود دارد، مجبور به امضای تفاهم نامه با سازمان مدیریت دولتی شدیم که بتوانیم مدرک معتبری در اختیار کاربران دوره‌های آموزشی خود بگذاریم.

آیا نمونه‌ای از افرادی که این آموزش‌ها را دیده و به اشتغال پایدار رسیده دارید؟

بله. چنین افرادی را در همین شرکت نیکزی استخدام کرده‌ایم. این افراد، جوانانی هستند که یا دانشجو هستند یا تازه فارغ‌التحصیل شده‌اند و تجربه کاری ندارند. ما برای جذب آنها در قدم اول یک سری دوره مشخص می‌کنیم که باید آنها را ببینند و بعد از آن، وارد کار خود ما شوند. در واقع از خودمان شروع کردیم تا ببینیم این آموزش‌ها چه اندازه تاثیر دارند. بسیاری از افراد تنها به دلیل نداشتن تجربه کاری، در آزمون ورودی رد می‌شوند، ولی خیلی از آنها پرنرزی و پراکنجه هستند و می‌توانند با گذراندن چند دوره آموزشی مجازی، شاغل شوند.

و سخن آخر....؟

افراد دارای معلولیت هم مثل دیگر افراد جامعه، با رشد و توسعه توانایی‌های خود می‌توانند زندگی بهتری داشته‌باشند. امکان استفاده از آموزش مجازی، یک امکان فوق‌العاده برای همه افراد جامعه و به‌خصوص برای این دوستان است. امیدوارم دوستان از این نوع آموزش‌ها برخوردار شوند و به ما بازخورد دهند. من از طرف نیکزی، کد تخفیفی اختصاصی این گزارش مجله توانیاب را در اختیار این دوستان قرار می‌دهم که آنها با استفاده از این کد، از تخفیف مناسبی بهره‌مند شوند. این کد (tavanyab98) است که افراد با استفاده از این کد می‌توانند از تخفیف ۵۰ درصدی در دوره‌های آموزشی ما برخوردار شوند. با این امید که دوستان از فرایند آموزش مجازی در این اپلیکیشن و سایت راضی باشند و باور کنند که آنچه نیاز دنیای امروز است، مهارت است. امیدوارم همانطور که اسم این پروژه را " نیکزی " گذاشته‌ایم، افراد دارای معلولیت هم بتوانند با کمک این آموزش‌ها به سمت بهتر زندگی کردن پیش بروند.



آشنایی با مدرسه کارآفرینی پرتو

<https://partoschool.org>

در سال ۱۳۸۹ موسسه بین‌المللی اوراسیا، ارایه آموزش‌های کارآفرینی اجتماعی را با هدف توسعه راه‌حل‌های عملی برای مشکلات اجتماعی، آغاز نمود. دستاوردهای ارزشمند کارآفرینان اجتماعی کشورمان چون جبار باغچه‌بان (مؤسس اولین مدرسه ناشنوایان ایران) و یا ارسن میناسیان (مؤسس اولین خانه سالمندان ایران) که توانستند با وجود چالش‌های زیاد اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی، مرهمی برای دردهای جامعه بیابند، انگیزه‌ای بود برای برداشتن اولین گام‌ها در این راه.

با چنین هدفی، اولین دوره‌های آموزشی مدرسه پرتو در تابستان ۱۳۸۹ به صورت آنلاین و رایگان برگزار شد. از آن روز و تا کنون دانشجویان بسیاری از دوره‌های مدرسه پرتو، شامل؛ گام نخست در کارآفرینی اجتماعی، مدیریت مالی، مدیریت منابع انسانی، برنامه‌ریزی و مدیریت پروژه و پیاده‌سازی و اجرای پروژه، با موفقیت فارغ‌التحصیل شده‌اند.

در طول سال‌های گذشته، شاهد شروع و گسترش پروژه‌های مختلف کارآفرینی اجتماعی توسط دانش‌آموخته‌گان، در چهار گوشه کشور بوده‌ایم. پروژه‌هایی مثل اهدای کتاب به کتابخانه‌های محروم، اجرای ایده‌های خلاقانه اشتغال‌زایی برای زنان و جوانان، حفظ محیط زیست، آموزش کودکان، راه‌اندازی کسب و کارهای اجتماعی و متناسب‌سازی فضای شهری برای شهروندان دارای نیازهای ویژه، از جمله اقدامات همراهان مدرسه پرتو در سال‌های گذشته بوده‌است.

پس از کسب تمامی این دستاوردها، اکنون هدف ما این است که همراه با همه شما علاقمندان و دانش‌آموخته‌گان مدرسه، به این اطمینان خاطر برسیم که این نهال‌های جوان، ریشه دوانده و پایدار و پرثمر خواهند ماند. شما این زمین مستعد را به باغ و گلستان تبدیل کردید و اکنون زمان آن است که خود، باغبان آن باشید!

امروز مدرسه پرتو سعی دارد با ارائه ابزار و منابع تخصصی، به عنوان مرجع اطلاعات در حوزه کارآفرینی اجتماعی، همچنان در کنار شما باشد. این منابع در دسته‌بندی‌های موضوعی مختلف از جمله: برنامه‌ریزی و مدیریت پروژه، مدیریت مالی، مدیریت منابع انسانی و استراتژی ارائه می‌شود. همچنین مطالب وبلاگ مدرسه که حاوی گفت‌وگوها و تجربیات موفق در حوزه کارآفرینی اجتماعی است، همچنان ارایه می‌شود.



۷۵۱۱۱
تلفن: ۰۲۱۸۸۰۵۰۳۵۳۵

ارزش‌های مدرسه پرتو

ما همکاران مدرسه پرتو با به رسمیت شناختن سبک‌های کاری مختلف، دست در دست و گام به گام در کنار یکدیگر، در جهت دستیابی به اهداف مدرسه گام برمی‌داریم.

کارتیمی

پرتو نسبت به منابع کسب دانش، فرآیند، تکنیک‌ها و محتوای آموزشی و کلیه فعالیت‌ها و قواعد و مقررات مدرسه، شفاف عمل می‌کند.

شفافیت
فرایند آموزش

همراهان مدرسه پرتو می‌توانند با نام خود و یا نام کاربری انتخابی، در مدرسه عضو شوند. پرتو، اطلاعات شخصی افراد را با هیچ فرد، مؤسسه و یا سازمان سومی (برای تبلیغات و یا سایر دلایل) به اشتراک نمی‌گذارد.

حریم
خصوصی

طراحی محتوای آموزشی مدرسه پرتو با هدف «توسعه پایدار» و در راستای افزایش مهارت‌های تحلیلی، حل مسئله، مشارکت اجتماعی و تصمیم‌گیری صورت می‌گیرد. از این رو دانشجویان ما به جای «دریافت پاسخ مسئله»، می‌آموزند که «چگونه یک مسئله را حل نمایند».

توانمندسازی

مدرسه پرتو بر موضوعات تئوریک تکیه نمی‌کند. مباحث و محتوای آموزشی، شامل مثال‌های عملی و واقعی و راه‌حل‌های اجرایی است.

کاربردی
بودن

دانشجویان مدرسه پرتو از هر روستا، شهر و یا استان و با هر نوع عقیده و تاریخچه، دارای «حقوقی برابر» برای استفاده از خدمات مدرسه هستند.

برابری

برای تماس با مدرسه پرتو به آدرس info@partoschool.org مکاتبه نمایید.



گرچه هدف اصلی موسسه رعد، آموزش‌های منجر به اشتغال برای افرادی که معلولیت دارند هست، اما برای پذیرفته شدن این افراد، جامعه نیاز به اصلاح نگرش دارد. اینکه نسبت به توانایی‌های افرادی که در ظاهر با بقیه متفاوت هستند، قضاوت سطحی نکند و تفاوت ظاهری منجر به ندیدن توانایی‌های این افراد و حاشیه نشینی و حذف آنها از جامعه نشود. رعد در جهت تغییر نگرش، تا حد امکان فعالیت‌هایی را دنبال کرده است. ارتباط با دانش‌آموزان مدارس و ارتباط با مهدهای کودک در جهت ایجاد ارتباط دوطرفه و ایجاد شناخت متقابل، از کارهای رعد است. رویداد رعد تاک هم یکی دیگر از چنین فعالیت‌هایی است. برای آشنایی بیشتر با این رویداد با شهرزاد چهره نگار، روانشناس مرکز رعد گفت‌وگو کردیم.



رعد تاک، رویدادی برای گفت‌وگو

و اهدافش شروع شد. اعلام کردیم هرکدام از کارآموزان رعد که مایل به بیان تجربیات و در میان گذاشتن فراز و فرودهای زندگیشان به بقیه هستند، می‌توانند برای شرکت در این رویداد داوطلب شوند. عده‌ای ثبت‌نام کردند. از طرف همکاران رعد هم تیمی برای ارتباط با داوطلبان و صحبت در مورد چگونگی حضور آنها در این رویداد تشکیل شد و کار را شروع کردیم.

هدف رعد تاک، تغییر نگرش در دو گروه از افراد است: یکی عموم افراد جامعه و دیگری افرادی که معلولیت دارند

است. این که بدانیم که همه انسان‌ها با هم متفاوت هستند، ولی با همه این تفاوت‌ها کسی برتری نسبت به دیگری ندارد. همانطور که باید تفاوت‌های فردی یکدیگر مثل جنس و نژاد و رنگ پوست را قبول کنیم، باید تفاوت‌هایی که در جسم وجود دارد را بپذیریم. معلولیت نوعی تفاوت در جسم فرد است که اگر این تفاوت را بپذیریم و اگر توانمندی‌های خود را باور کنیم و پرورش دهیم، انسان موفق خواهد بود. روش کار ما از ابتدا با معرفی این برنامه

لطفا در مورد علت و چگونگی راه‌اندازی رویداد رعد تاک بگویید.

همانطور که از اسم این رویداد برمی‌آید، اساس آن بر برقراری گفت‌وگو است. پیشنهاد برگزاری این رویداد توسط آقای نجفی از یاوران رعد که داوطلبانه با ما همکاری دارند بود. ایشان در اینستاگرام خود صفحه‌ی روبه راه را اداره می‌کنند که چیزی شبیه به رعد تاک است، به همین دلیل به ما پیشنهاد کردند که برنامه‌ای این چنینی را در رعد هم داشته باشیم. این شد که در تابستان ۹۶ اولین ارائه این برنامه را با همکاری ایشان با نام رعد تاک صفر در محل آمفی‌تاتر رعد برگزار کردیم. رعد تاک صفر با شرکت شش نفر از کارآموزان داوطلب رعد انجام شد.

روش کار شما در شروع راه‌اندازی این رویداد چگونه بود؟

هدف از رعد تاک تغییر نگرش و نشان دادن توانمندی‌های افراد با تفاوت‌های مختلف



به عنوان یک نفر، یک شهروند و یک انسان با تفاوت‌هایی که دارد، مطرح شود و او خودش، توانایی‌هایش و زندگی‌اش را تعریف کند که شاید این آشنایی، موجب تغییر نگرش در مخاطبین شود.

از بازخوردهای مناسب که بعد از رعدتاک صفر دریافت کردید، تصمیم به ادامه این برنامه گرفتید. مخاطبین این رویداد چه کسانی هستند و چگونه از چنین برنامه‌ای مطلع می‌شوند؟

مخاطبین ما همه مردم هستند و این برنامه به‌طور لحظه شمار، درآپارات پخش می‌شود که هم مردم، هم مسئولان و هم خود افراد دارای معلولیت می‌توانند آن را ببینند. هدف ما در این برنامه تغییرنگرش در دو گروه از افراد است: یکی عموم افراد جامعه و دیگری افرادی که معلولیت دارند. می‌خواهیم مردم بدانند افرادی که معلولیت و محدودیت جسمی دارند، مثل همه مردم زندگی معمولی دارند و با وجود محدودیت‌ها، فراز و نشیب‌های بیشتری را طی می‌کنند، ولی چون خودشان را باور کرده و توانایی‌هایشان را شناخته‌اند و مسئولیت‌پذیر هستند، توانسته‌اند رشد کنند و زندگی خوب و موفقی هم داشته‌باشند. این در حالیست که بسیاری از افراد تندرست، تا آخر عمرهم نمی‌دانند که چه می‌خواهند و خودشان و توانایی‌هایشان را نمی‌شناسند. هدف دیگر این برنامه، تغییر نگرش در خود افراد دارای معلولیت است. این افراد، چه جسمی‌حرکتی و چه ناشنوا و چه نابینا شاید این تلقی را نسبت به خودشان داشته‌باشند که به خاطر معلولیت هیچوقت نمی‌توانند رشد کنند و زندگی مستقلی داشته‌باشند ولی وقتی ببینند که افرادی از جنس خودشان هستند که توانایی‌هایشان را فعال کرده و افسار زندگی را به دست گرفته و تجربیاتشان را بیان می‌کنند، آنها هم انگیزه پیدا می‌کنند که خودشان را باور کرده و بیشتر تلاش کنند. خود من با وجودی که در هر سه برنامه رعدتاک، با بچه‌ها خیلی نزدیک شدم و شناخت زیادی از آنها پیدا کردم ولی هر بار که آنها روی سن می‌روند و شروع به صحبت می‌کنند، باز هم از توانمندی و عزم راسخ آنها شگفت زده و احساساتی می‌شوم که یک انسان چقدر می‌تواند توانمند باشد و خودش را بشناسد و این حس خیلی خوبی است.

می‌خواهیم مردم بدانند افرادی که معلولیت و محدودیت جسمی دارند، مثل همه مردم زندگی معمولی دارند و با وجود محدودیت‌ها، فراز و نشیب‌های بیشتری را طی می‌کنند، ولی چون خودشان را باور کرده و توانایی‌هایشان را شناخته‌اند و مسئولیت‌پذیر هستند، توانسته‌اند رشد کنند و زندگی خوب و موفقی هم داشته‌باشند

شما نام اولین رعد تاک را، رعد تاک صفر گذاشتید. شاید به خاطر اینکه ایرادانش را در عمل ارزیابی کنید که در ادامه تکرار نشوند. آیا اینچنین بود؟

بله همینطور بود. مثلا در رعد تاک صفر متوجه شدیم که یک چیزهایی نباید در صحبت‌های بچه‌ها باشد. مثلا نباید از ما تعریف و تشکر کنند. ولی باوجودیکه این تذکرات را داده بودیم، این اتفاق افتاد. بعد از رعد تاک صفر متوجه شدیم که در این برنامه نیاز به مجری نداریم و هرکدام از شرکت‌کنندگان خودشان باید از اول تا آخر برنامه را اجرا کنند. مجری فقط برای معرفی افراد و هدایت برنامه مورد نیاز است. بعد از این که بازخوردهای خوبی از رعد تاک صفر دریافت کردیم، تصمیم به ادامه کار گرفتیم و رعد تاک یک را اجرا کردیم. رعد تاک یک، با سه نفر برگزار شد و هدف این بود که در زمان کمتر، تاثیر بیشتری ایجاد شود. رعد تاک دو نیز با سه نفر در خرداد امسال برگزار شد. این بار این سه نفر از کارآموزان رعد نبودند.

پس چگونه این افراد مطلع شدند و اعلام آمادگی کردند؟

فراخوان دادیم که همه افراد دارای معلولیت می‌توانند در این برنامه شرکت کنند. مناسب دیدیم که افراد دارای معلولیت از جنس‌های مختلف، چه زن و چه مرد و چه از سنین مختلف بتوانند در این رویداد شرکت کنند. در رعدتاک دو یکی از شرکت‌کنندگان، یک مرد هفتاد دوساله بود. خیلی از افراد دارای معلولیت، آینده خود را مبهم می‌دانند و نگران تنهایی خود در آینده هستند ولی وقتی این فرد هفتاد و دوساله در مورد معلولیتی که در جوانی در اثر سانحه برایش رخ داده و

از فراز و نشیب‌های زندگی‌اش صحبت کرد، نشان داد که او هنوز تنه‌ها زندگی خوبی دارد، که فرد بسیار موفقی هم هست. ارائه این الگو بسیار انگیزه بخش بود. این رویداد نشان می‌دهد که افراد دارای معلولیت اگر بخواهند، اگر مسئولیت‌پذیر باشند، اگر خود را باور کنند و توانایی‌هایشان را بشناسند، حتما در زندگی موفق خواهند بود.

به مخاطبین این برنامه در این سه دوره چگونه اطلاع رسانی شد؟

مخاطبین از طریق سایت ایوند ثبت نام کردند وعده‌ای را هم خودمان دعوت کردیم. هم در سایت رعد و هم در اینستاگرام رعدتاک، فراخوان عمومی دادیم. البته برای این که بدانیم تعداد شرکت‌کنندگان چند نفر هستند لازم بود که ثبت نام صورت بگیرد. ما از مسئولین هم دعوت کردیم. مراسم از لحظه نگار هم پخش شد و خبرنگاران روزنامه همشهری هم در رعدتاک دو با ما همکاری خوبی داشتند و گزارش تهیه کردند. استقبال کارآموزان رعد هم از این برنامه خیلی خوب است.

استقبال افرادی که در رعدتاک روی سن رفتند از این رویداد چگونه بود؟

استقبال دوستان دارای معلولیت از این برنامه خیلی خوب است. در رعد تاک صفر که هرشش نفر شرکت کننده از بچه‌های رعد بودند حتی این دوستان مایل بودند که در رعدتاک بعدی هم دوباره روی سن بروند و چیزهای بیشتری بگویند که این از سیاست رعدتاک خارج بود. به آنها گفتیم که این فرصت هم به شما داده شد که تجربه خودتان را بگویید و هم به ما این فرصت داده شد که از شما را بیشتر بشنویم. جالب اینجاست که هرکدام از افرادی که روی سن می‌روند و از خودشان می‌گویند، وقتی پایین می‌آیند حال خودشان هم بهتر می‌شود. چون علاوه براین که تجربه خود را انتقال می‌دهند، خودشان هم در صحبت‌هایشان متوجه می‌شوند که چقدر توانمند بوده‌اند و چه دورانی را گذرانده‌اند تا به اینجا رسیده‌اند.

آیا رویداد رعدتاک درصدا و سیما هم انعکاس داده‌شد؟

خیر. هنوز از طرف صدا و سیما ارتباطی با ما برقرار نشده‌است.



مختلف شرکت کننده داشته باشیم و افرادی هم از بیرون مجتمع رعد در این برنامه شرکت کردند که مورد استقبال قرار گرفت.

برای برگزاری این رویداد، با انجمن‌های دیگر معلولان مثل نابینایان و ناشنوایان و معلولان ذهنی هم در ارتباط هستید؟
بله. از طریق فراخوان با سایر انجمن‌ها در ارتباط هستیم. ما افرادی داریم که معلولیت روانی و ذهنی دارند ولی در شرایط پایداری هستند و کار می‌کنند و افراد موفق‌تری هم محسوب می‌شوند. در آینده با انجمن‌های بیشتری ارتباط خواهیم داشت و از انواع معلولیت‌ها در رعدتاک بهره می‌گیریم.

بازخوردهایی که از این رویداد دریافت کرده‌اید، چطور بوده‌است؟

بازخوردی که از مخاطبین رعدتاک گرفتیم خیلی خوب است. به‌طوری‌که پس از پایان برنامه احساس خیلی خوبی به مخاطبین منتقل شده و آشنایی با این موارد را تلنگری برای خود دانسته‌اند و از دست‌اندرکاران برنامه بسیار تشکر کرده‌اند. ما هم از طریق برگزاری این رویداد توانستیم حامیان خوبی برای رعد پیدا کنیم. کسانی که بعد از آشنا شدن با رعد از طریق رعدتاک، حاضر شده‌اند گوشه‌ای از مسئولیت‌های رعد را برعهده بگیرند. برگزاری رعدتاک هزینه‌هایی هم دارد که از طریق اسپانسرها تامین می‌شود و هیچ‌گونه بار مالی بر دوش مجتمع رعد ندارد. در آخرین رعدتاک سیم کافه اسپانسر برنامه بود که پذیرایی مراسم را هم برعهده گرفت.

به امید برگزاری رعد تاک بعدی!

خود من با وجودی که در هر سه برنامه رعدتاک، با بچه‌ها خیلی نزدیک شدم و شناخت زیادی از آنها پیدا کردم، ولی هر بار که آنها روی سن می‌روند و شروع به صحبت می‌کنند، از توانمندی و عزم راسخ آنها شگفت زده و احساساتی می‌شوم!

آموزش‌هایی داده می‌شود. به تدریج که گفته‌های این دوستان پخته‌تر شد، در آمفی‌تئاتر برنامه آزمایشی برگزار می‌شود تا آنها آماده یک اجرای خوب شوند.

اعضای دبیرخانه رعدتاک چه کسانی هستند؟

اعضای دبیرخانه، در هر اجرای رعدتاک، مقداری تغییر کرده‌است. من و خانم لاله اعضای ثابت آن هستیم. در رعدتاک آخر، خانم کیا مسئول برنامه بودند و من، خانم لاله و آقای سخن‌سنج به عنوان اعضای دبیرخانه، اهداف را توضیح می‌دادیم و راجع به افراد تصمیم‌گیری می‌کردیم. متخصص فن بیان هم در کنار ما هست و همه ما تلاش داشتیم که از احساساتی شدن صحبت‌ها جلوگیری شود. چون قرار نیست که در این برنامه اشک کسی را درآوریم، قرار است که واقعیت‌ها گفته‌شوند. خوشبختانه در رعدتاک دو بسیاری از ناهمواری‌ها برطرف شده بود و کیفیت بهتری نسبت به دو برنامه قبل داشت. مخصوصاً که توانستیم از سنین

رعدتاک بعدی چه زمانی اجرا می‌شود و اصلاً این رویداد چند بار در سال اجرا می‌شود؟

سعی ما این است که سالی دوبار رعدتاک داشته باشیم. هنوز برنامه‌ریزی انجام نشده ولی به احتمال زیاد رعدتاک بعدی در پاییز امسال برگزار می‌شود. افرادی که مایلند در رعدتاک شرکت کنند چه شرایطی باید داشته باشند؟ هرکسی که در هر قسمت از بدنش محدودیت داشته باشد می‌تواند داوطلب شود. لازم نیست حتماً جسمی حرکتی باشند. افراد دارای معلولیت نابینایی، ناشنوایی و هرنوع معلولیتی که فرد توانسته با آن کنار بیاید و مثل هر شهروند دیگری زندگی کند و به مرحله‌ای از موفقیت رسیده باشد، می‌تواند داوطلب شرکت در این رویداد باشد.

افراد چگونه برای رعدتاک انتخاب می‌شوند و قبل از رفتن روی سن آیا نیاز به آموزش خاصی دارند؟

پس از انجام فراخوان در سایت و اینستاگرام رعد، داوطلبان می‌توانند با دبیرخانه رعدتاک تماس بگیرند و ثبت نام کنند. بعد از مصاحبه با هر کدام از داوطلبان، افراد پذیرفته شده با شرکت در جلساتی، از برنامه و اهداف رعدتاک مطلع می‌شوند. این افراد حداقل دو ماه آموزش می‌بینند. در همان هفته اول از آنها خواسته می‌شود که اولین پیام صوتی را از زندگی خود برای دبیرخانه بفرستند. این افراد هفته‌ای یک بار یعنی حداقل هشت پیام صوتی برای گروه دبیرخانه می‌فرستند. این پیام‌ها توسط من و چند نفر دیگر، خصوصاً یک متخصص فن بیان شنیده شده و مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. سپس طی جلسات هفتگی به منتخبین در مورد چگونگی بهتر صحبت کردن،



من یک گوزپشت هستم

یک سال پیش اگر کسی به من می‌گفت که قرار است چیزی بنویسم که در آن این حقیقت را بازگو کنم، حتما وحشت می‌کردم. شاید هم گریه می‌کردم و البته بسیار خجالت می‌کشیدم. مردم از آن با الفاظ و اسامی مختلفی یاد می‌کنند.

برآمدگی روی ستون فقرات، برآمدگی غیر طبیعی روی کمر انسان، استخوان اضافه، زائده، کیفوز، یا همان اسم خودمانی قوز! راستش را بخواهید من اصلا از این چیزی که می‌گویم یاد نمی‌کنم و حقیقتا ما با هم حرف هم نمی‌زنیم! در واقع برای خودمان اهمیتی هم ندارد، اما خب برای مردم خیلی مهم است. گاهی وقت‌ها فراموش می‌کنم که یک دختر جوان و گوزپشت هستم. مثل بقیه‌ی مردم که گاهی فراموش می‌کنند مثلا کلیه دارند، یا انگشت دارند و لحظه‌ای ناگهان به آن نگاه می‌کنند و می‌گویند: آره! من یه انگشت دارم!

مسلم است که ما در تمام طول عمر و در هر لحظه به داشتن کلیه و انگشت کوچک پا و گوش و حلق و بینی و قلب و بقیه‌ی اعضای بدن فکر نمی‌کنیم. مگر آن‌که آن‌ها را نداشته باشیم یا هرکدامشان درد بگیرد. خب بگذارید صادقانه بگویم که گوزپشتی زیاد درد ندارد و قرار نیست که لحظه به لحظه زمین را از درد گاز بگیریم.

می‌خواهم با یک مثال ساده برای شما توضیح بدهم که چرا اطمینان می‌دهم گوزپشتی درد ندارد؟

تصور کنید سر شما کاملا بدون مو است. منظورم کم مویی یا چیزی شبیه به آن نیست. بلکه یک سر کاملا بدون مو و تراشیده و جساتا نورانی که در واقع نور را منعکس می‌کند. دوستان و آشنایان و خلاصه هر کسی که با او ملاقات می‌کنید، هنگام احوال‌پرسی دست روی سر شما می‌کشند و شاید تصور می‌کنند دست آن‌ها باعث رشد موی مجدد شما می‌شود. شاید مدتی این حرکت جالب به نظر بیاید و عکس‌العمل شما فقط خنده باشد. اما بعد از مدتی این حرکت دیگر باعث خنده نمی‌شود و ممکن است شما را ناراحت کند. کم‌کم شاید به نقطه ضعف شما تبدیل شود و شاید هم سعی بر مخفی کردن آن داشته باشید. طبیعتا شما دوست دارید مردم با شما دست بدهند. به جای این‌که دست روی سر شما بکشند و صدای لیوان شسته شده دریاورند و این موضوع را بزرگ‌تر از چیزی که هست جلوه بدهند.

این یک مثال ساده و البته دور از ذهن بود. چون در واقع هنگام احوال‌پرسی، کسی دست روی سر کسی نمی‌کشد. در کشور ما که این‌طور مرسوم نیست.

اما در واقع در مواجهه با یک شخص گوزپشت، اتفاقا این حرکت کاملا مرسوم است! وقتی شما گوزپشت هستید، توقع دست دادن با کسی را نداشته باشید. در واقع این قوز یا کیفوز شما است که نقش دست شما را بازی می‌کند و دست شخص مقابل مستقیم به طرف همان عضو جدید می‌رود و اینجا است که شما دلتان می‌خواهد به همه اطمینان بدهید که آن قسمت درد ندارد و بهتر است دست از ماساژ دادن هنگام صحبت بردارند، احوال‌پرسی تمام شده و باید فاصله بگیرید.

البته داستان به همین جا ختم نمی‌شود. بعد از ماساژ، وارد مرحله‌ی سنجش و معاینه می‌شوند و تازه می‌خواهند بررسی کنند که:

_ سایز قوز شما دقیقا چقدر است؟

_ کیفوز شما چقدر پیشرفت کرده‌است؟

_ چه ناحیه‌ای را دربر گرفته‌است؟

و در مرحله‌ی بعدی با فشار دست می‌خواهند بررسی کنند مقاومت و سختی کیفوز چقدر است!

در مواردی شاید مکالمه‌ی شما دقیقی به طول بیانجامد یا حتی به ساعت برسد، اما دست آن‌ها هنوز روی کیفوز شماست! در واقع مطمئن نیستم کیفوز جای راحتی برای دست باشد یا نه، اما فکر می‌کنم گاهی دلم می‌خواهد بگویم:

_ دوست عزیز جای دست شما روی کمر من یک کیفوز درآمده. لطفا دستتان را بردارید.

یک چیزی مثل همان سبز شدن علف، یا از این قبیل اتفاقات.

شاید فکر کنید من روی نقطه ضعفم حساس هستم، که البته درست فکر می‌کنید. اما در حقیقت این حرکات و برخوردها معذب‌کننده و ناراحت‌کننده است.

من مهر و محبت و همدردی مردم را حس می‌کنم. اما خواهش می‌کنم به نقص‌های ظاهری بدن هیچ‌کس دست نزنید! علاوه بر این‌که ممکن است برای او دردناک باشد، ممکن است ناراحت‌کننده هم باشد. ممکن است معذب بشود یا هر چیز دیگری که من و شما حتی فکرش را هم نمی‌کنیم.

همین گوزپشتی را در نظر بگیرید، شاید کسانی که این متن را بخوانند، هزاران بار با خود فکر کنند که من که منظوری نداشتم! و من دست همه‌ی آن‌ها را می‌بوسم.

این متن را برای کسانی نوشتم که نمی‌دانند برای بررسی جزئیات، می‌توانند از خود شخص سوال کنند. می‌توانند اطلاعات پزشکی را در اینترنت مطالعه کنند یا حداقل بعد از نیم ساعت دست‌شان را بردارند و استراحت کنند.

اگر اولین بار است که یک دوست معلول یا توان‌خواه و یا هر چیزی که اسمش را می‌گذارید، ملاقات می‌کنید، لطفا به حریم او احترام بگذارید.

فاطمه کنهانی



غنچه استوارنیا ۳۶ ساله و اهل قزوین است. او بر اثر تصادف رانندگی در پانزده سال قبل، از ناحیه گردن دچار ضایعه نخاعی و ویلچر نشین شد. به دلیل شدت ضایعه همه از او قطع امید کردند، ولی او زنده ماند و قدردان زنده بودنش شد تا جایی که او بود که به اطرافیان برای پذیرش شرایطش روحیه می‌داد. حالا او زندگی مستقلی را شروع کرده، کار می‌کند و درآمد دارد و به آینده امیدوار است.



غنچه استوارنیا؛

از وابستگی ترس داشتیم و تصمیم گرفتیم مستقل زندگی کنیم

افرادی که در اثر سانحه دچار معلولیت می‌شوند، معمولاً یک دوره افسردگی طولانی را تجربه می‌کنند. شما چگونه با این اتفاق ناگهانی کنار آمدی؟

خیلی سخت بود، خصوصاً برای دختری مثل من که بسیار پرشور و شور و پر جنب و جوش بود. بلافاصله بعد از حادثه و قبل از عمل جراحی، متوجه شدم که قطع نخاع شده‌ام. در مدتی که در بخش مراقبت‌های ویژه بستری و تنها بودم، خیلی فکر کردم و دیدم که انتخاب دیگری ندارم پس تصمیم گرفتم که زندگی کنم. می‌دانستم که اگر به خودم سخت بگیرم، هم کنار آمدن با آن برای خودم سخت‌تر خواهد شد و هم برای اطرافیانم و یک سیکل معیوبی ایجاد می‌شود که به همه سخت می‌گذشت. روزهای سختی را گذراندم، من انسان مستقلی بودم که یک‌باره تبدیل به آدمی وابسته به دیگران شدم. تا یک سال هیچ‌کدام از کارهای شخصی‌ام را

نقطه عطف زندگی من این بود که به خوبی لمس کردم که در این تصادف می‌توانست همه چیز برای من، تمام شود برای همین وقتی زنده ماندم، قدر زندگی را بیشتر دانستم و خدا را شکر کردم

در آی سی یو بستری بودم و در همین مدت تکلیفم را با خودم روشن کردم. وقتی از آی سی یو به بخش منتقل شدم، آنقدر خوش‌رو و خوش‌اخلاق بودم که مایه تعجب اطرافیان شده بود. در واقع من به خانواده و دوستانم روحیه می‌دادم.

لطفاً در ابتدای این گفت‌وگو خودتان را معرفی کنید.

غنچه استوارنیا ۳۶ ساله و اهل قزوین هستم. پانزده سال پیش، وقتی بیست و یک ساله بودم در اتوبان تهران قزوین تصادف کردم و به دلیل ضایعه نخاعی از آن زمان روی ویلچر می‌نشینم. سانحه تصادف بسیار شدید بود و من از ناحیه دنده و ریه هم دچار آسیب شدم، به‌طوری‌که دو بیمارستان مرا جواب کردند. فکر می‌کنم نقطه عطف زندگی من همین بود که به خوبی لمس کردم که می‌توانست همه چیز برای من تمام شده باشد برای همین وقتی زنده ماندم، قدر زندگی را بیشتر دانستم و خدا را شکر کردم که هنوز زنده‌ام. در این حادثه مرگ را از نزدیک حس کردم و وقتی زنده ماندم، فکر کردم فرصت دوباره‌ای به من داده شده و قرار است با شرایط جدید، زندگی‌ام را ادامه دهم. به همین دلیل خیلی زود با این وضعیت کنار آمدم و شرایطم را پذیرفتم. دو هفته



نمی‌توانستم خودم انجام دهم و این برایم بسیار دشوار بود. بزرگ‌ترین سختی آن بود که همیشه یک نفر باید در کنارم باشد و مرتب به من سرویس دهد؛ چون از ناحیه سینه‌ای قطع نخاع شده‌بودم و جابه جاشدن به تنهایی برایم ممکن نبود، کنترل ادرار و مدفوع هم نداشتم. تا یک‌سال به خاطر شکستگی دنده‌ها، اجازه نشستن نداشتم. دو ماه در بیمارستان بستری بودم و بعد هم که به خانه آمدم بیش از یک سال طول کشید که بتوانم دستانم را جایگزین پاهایم کنم. دستانم باید آنقدر قوی می‌شدند که با کمک آنها بتوانم بلند شوم، بنشینم و خودم را به ویلچر یا روی تخت منتقل کنم که این زمان زیادی برد. ولی حدود سه سال بعد از تصادف، تصمیم گرفتم که وابسته به کسی نباشم و کاملاً مستقل شوم. از آن زمان تا کنون در حالی که خانواده‌ام در قزوین هستند، به تنهایی در تهران زندگی می‌کنم.

در چه رشته‌ای درس خوانده‌اید؟

من رشته بهداشت حرفه‌ای خوانده بودم ولی چون کار در این رشته فعالیت فیزیکی زیادی طلب می‌کرد و محیط کارش هم در کارخانه به عنوان مسئول ایمنی و بهداشت بود، دوباره کنکور دادم و در رشته مدیریت جهانگردی قبول شدم. من هر دو رشته را خواندم ولی حتی یک روز هم در این رشته‌ها کار نکردم. فکر می‌کردم می‌توانم تورلیدر شوم و یا مثلاً در آژانس هواپیمایی کار کنم، ولی نتوانستم. به هر حال چون مستقل شده بودم، مجبور بودم کار کنم و درآمد داشته باشم.

بالاخره به چه کاری مشغول شدی و چگونه به درآمد رسیدی که توانستی زندگی مستقلی را شروع کنی؟

ابتدا به عنوان کارشناس فروش تلفنی در شرکتی شروع به کار کردم و بعد در یک سری دوره‌های آموزشی فروش و مذاکره شرکت کردم که در کارم حرفه‌ای شوم. مدتی هم در شرکت شاتل کار کردم. علاوه بر کار شرکتی، یک سری زیورآلات دست‌ساز را با سنگ و مفتول درست می‌کردم که به همکاران می‌فروختم و از این راه هم کمک درآمدی داشتم. یک دوره هم برای کار و زندگی به

**پیچ اینستاگرام من با نام خودم،
غنچه استوارنیا است و بیشتر در
مورد شیوه زندگی خودم و زندگی
افراد که مشابه من هستند، است
و این که زندگی افرادی با شرایط من
چگونه می‌گذرد**

جزیره کیش رفتم که این ایام، فرود و فراز بزرگی در زندگی من داشت. فکر می‌کردم در کیش بتوانم درآمد خوبی داشته باشم. قرار بود کافی شاپ راه بیاندازم که این کار میسر نشد. از آنجا که به کیش رفته بودم و خانه اجاره کرده بودم، مجبور شدم به هر طریقی به درآمد برسم. مدتی زیورآلات درست می‌کردم و روی اسکله می‌فروختم. البته درآمدش خیلی نبود و نمی‌توانست برای درازمدت زندگی مرا اداره کند، ولی مخارج روزمره مرا پاسخ می‌داد. با وجود این که ماموران گشت جزیره کیش، پی در پی مانع دست‌فروشی من می‌شدند ولی به کارم ادامه دادم تا جایی که توانستم غرفه‌ای در یکی از پاساژها برای فروش سیگار و پیپ و فن‌دک و قلیان اجاره کنم. اتفاقاً کارم حسابی گرفت و پیشرفت کردم. برای مردم هم خیلی جالب بود که با وجود مشکل جسمی چنین کاری راه‌انداختم. ولی پس از دو سال به دلیل یک سری مشکلات خانوادگی، مجبور شدم به تهران برگردم و دوباره کار فروش را ادامه دهم. در این حین با یک گروه سینمایی که کار مستند انجام می‌دادند، آشنا شدم و با آنها هم شروع به کار کردم. به عنوان مدیر تولید، کارهای پشت صحنه را انجام می‌دادم که هنوز هم این همکاری ادامه دارد.

آیا در حوزه فیلم و مستند سابقه کار یا تحصیلاتی هم داشتی؟

تحصیلاتی در این حوزه نداشتم ولی به این صنعت علاقه داشتم. قبل از تصادف، هم تئاتر بازی می‌کردم و هم در یک فیلم سینمایی کوتاه بازی کرده بودم. بعد از تصادف این کارها منتفی شد، ولی به دلیل سال‌ها آشنایی که با این دوستان

داشتم، به پروژه‌هایشان سر می‌زدم و از آنها یاد می‌گرفتم. آدمی هستم که زود کارها را یاد می‌گیرم و چون ریسک‌پذیر هستم، کار با این گروه را ادامه دادم. در حال حاضر علاوه بر کار پروژه‌ای با این گروه مستندساز، کار رسانه اجتماعی هم انجام می‌دهم و برای دو مجموعه، تولید محتوا می‌کنم و کارهای سایتشان را انجام می‌دهم. یک صفحه اینستاگرام هم دارم که کار تبلیغات انجام می‌دهم.

چرا تصمیم گرفتی بدون کمک خانواده و اطرافیان، به‌طور مستقل زندگی کنی؟

همان زمان که در منزل پدری بودم هم سعی داشتم یک سری کارهایم را خودم انجام دهم. چون نگران سلامتی مادرم بودم که بار مشکلات من بیشتر از همه بر دوشش بود. از طرفی فکر می‌کردم اگر خدای نکرده روزی مادرم نباشد، من چه می‌خواهم بکنم؟! از این وابستگی ترس داشتم و می‌دانستم که هیچکس مثل مادرم نیست که همیشه حاضر به فداکاری و سرویس دادن به من است. خیلی روی این مسائل حساس بودم و همیشه به فکر این بودم که خودم باید بتوانم کارهایم را انجام دهم. وقتی تصمیم به زندگی مستقل در تهران گرفتم، خانواده به شدت با من مخالفت کردند و اصلاً حرفم را جدی نگرفتند. ولی من تصمیم خودم را گرفته بودم. در تهران به منزل یکی از دوستان رفتم و شروع به جستجو برای پیدا کردن کار کردم. چندین جا برای مصاحبه کاری رفتم و وقتی کارم مشخص شد، سوئیت کوچکی را در حیاط یک ساختمان قدیمی اجاره کردم. تا آن موقع خانواده تصمیم من را جدی نمی‌گرفتند ولی وقتی بار اول به تهران آمدند و اتاق مرا دیدند، تعجب کردند که چطور می‌خواهم در چنین جایی زندگی کنم. البته روزهای سختی را هم گذراندم و مدتی طول کشید تا به این شرایط عادت کردم. چون تا قبل از آن دلم قرص بود که اگر اتفاقی برایم بیافتد، بالاخره کسی هست به دادم برسد. البته اگر باز هم به عقب برگردم، دوباره همین راه را انتخاب می‌کنم، چون این تصمیم، تأثیر زیادی بر بالارفتن اعتماد به نفسم داشت و هرکس هم که می‌شنید من مستقل زندگی می‌کنم، مرا تحسین می‌کرد





احساس می‌کردم که می‌توانم کارهای بیشتری انجام دهم و موفق باشم و حتی کارهایی که برای دیگران سخت بود را هم می‌توانم انجام دهم. به مرور شرایط مالیم بهتر شد، توانستم ماشین بخرم و منزل بهتری تهیه کنم. خیلی خوشحالم که هرچه دارم را با پشتکار خودم به‌دست آوردم و برای ذره ذره آن زحمت زیادی کشیده‌ام.

با مرکز رعد چگونه آشنا شدید؟

خیلی اتفاقی چند وقت پیش با رعد آشنا شدم. یکی از دوستانم در گروه بوجیا رعد بود و از طریق او نام مرکز رعد را شنیده‌بودم، ولی پیش نیامده بود که به این مرکز بایم. قبل از عید پارسال برای مسابقات بوجیا به عنوان مهمان به مجتمع رعد دعوت شدم و بعد از آن با این مرکز آشنا شدم. در همان زمان دوستان به من پیشنهاد دادند که در برنامه رعد تاک شرکت کنم. بعد از عید امسال که رفت و آمدم به این مرکز بیشتر شد، تصمیم گرفتم که در رعدتاک دو، که در خردادماه امسال برگزار می‌شد، شرکت کنم. در این رویداد شرکت کردم و از خودم گفتم. بعد از آن تصمیم گرفتم از کلاس‌های آموزشی رعد هم استفاده کنم. در حال حاضر در کلاس زبان انگلیسی ثبت نام کرده و در مرکز توانبخشی رعد از خدمات کاردرمانی بهره می‌گیرم.

این مرکز را چگونه دیدی؟

به نظرم محیط بسیار خوبی است. کلاس‌ها و برنامه‌هایی هم که برای افراد دارای معلولیت دارد، بسیار عالیست. من در طول این سال‌ها همیشه در حال کار کردن بودم و هیچ وقت، نه وقت کافی و نه پولی داشتم که بخواهم برای کلاسی پول پرداخت کنم. باورم نمی‌شد که کلاس‌های این مرکز، رایگان است. وقتی شرایط رعد را دیدم خیلی استقبال کردم و به نظرم کار بسیار با ارزشی است. کم‌کم در رعد دوستانی پیدا کردم که با هم در ساعات بین کلاس معاشرت می‌کنیم.

لطفاً پیچ خودت را هم معرفی کن تا علاقمندان بتوانند با آن ارتباط بگیرند؟

پیچ اینستاگرام من با نام خودم، "

هدف من این است که مردم به فردی که معلولیت دارد، مثل یک آدم عجیب و غریب نگاه نکنند، خودم هم گاهی فراموش می‌کنم که روی ویلچر هستم

غنچه استورانی^۱ است و بیشتر در مورد شیوه زندگی خودم و زندگی افرادی که مشابه من هستند، است و این که زندگی افرادی با شرایط من، چگونه می‌گذرد. در این پیچ، ساده زندگی کردن را نشان می‌دهم تا افرادی که آن را دنبال می‌کنند ببینند که خیلی فرقی ندارد که روی ویلچر باشی و یا روی پاهایت راه بروی و بدانند دارای هر نوع معلولیتی هم که باشی، می‌توانی یک زندگی عادی داشته باشی و داشتن زندگی عادی، چیز عجیب و غریبی نیست. من هم مثل بقیه غذا می‌پزم، فیلم می‌بینم، رانندگی می‌کنم و کارهایی که دوست دارم را انجام می‌دهم. خیلی زیاد این بازخوردها را از افراد می‌گیرم که می‌گویند، احساس نمی‌کنیم که تو معلولیت یا مشکل فیزیکی داری، چون همه موزه‌ها را می‌روی و جاهایی می‌روی و کارهایی را انجام می‌دهی که ما با وجود تندرستی انجام نمی‌دهیم. هدف من از انتشار این مطالب این است که مردم به فردی که معلولیت دارد، مثل یک آدم عجیب و غریب نگاه نکنند. خودم هم گاهی فراموش می‌کنم که روی ویلچر هستم. من به ویلچرم "اسکوتر" می‌گویم و فکر می‌کنم که بعضی اوقات زندگی با اسکوتر راحت‌تر است. من هیچوقت افراد را دسته‌بندی نمی‌کنم که این فرد معلولیت دارد و یا این فرد معلولیت ندارد، چون خودم را هم هیچ موقع از این زاویه نگاه نکرده‌ام.

به آینده فکر می‌کنی و برای آینده چه برنامه‌ای داری؟

قبلاً خیلی به آینده فکر می‌کردم ولی متأسفانه آنقدر شرایط اجتماعی نامناسب است که هیچ‌کس نمی‌تواند برای آینده خودش برنامه‌ریزی کند. گاهی فکر می‌کنم اگر فرصتی پیش بیاید، شاید از ایران بروم. ولی اگر در ایران بمانم، دوست دارم کاری راه بیندازم، کارآفرینی کنم و افرادی را از آن طریق و با توجه به توانایی‌هایشان به کار بگیرم. خودم هر موقع که برای کاری به جایی مراجعه کرده‌ام، انتظارم این بوده که مصاحبه کننده، من را فارغ از وضعیت جسمی‌ام ببیند و به توانایی‌هایم توجه کند، ولی متأسفانه هیچوقت این‌طور نبوده‌است. به همین دلیل کار برای افراد دارای معلولیت به سختی پیدا می‌شود، چون نگاه مردم در ابتدا به ظاهر است. من خوشبختانه همیشه در هر فعالیتی که داشتم، توانستم خودم را ثابت کنم و اعتماد دیگران را جلب نمایم. می‌خواهم بگویم موفقیت در هر کاری بستگی به نگاه فرد به خودش و توانایی‌ها و تلاشش دارد. هر کسی فارغ از تفاوت‌های ظاهری، در هر کاری می‌تواند موفق باشند.

چه توصیه‌ای به دوستانی که شبیه به خودت هستند داری؟

مهم این است که هرکسی خودش را باور کند. وقتی من اعتماد به نفس داشته باشم، این حس را خواه‌ناخواه به طرف مقابل نه فقط با حرف زدن، بلکه با زبان بدنم، با فرم نشستیم و با گپ زدنم، انتقال می‌دهم. نشان می‌دهم که من یک فرد ضعیف نیستم که نیاز به دلسوزی دارد. من به افرادی که در روابط احساسی و اجتماعی به خود اجازه سوء استفاده از کسی که معلولیت دارد را می‌دهند و یا چون این فرد به تعبیر او کم‌توان است، کمتر از دیگران حقوق می‌دهند، به شدت اعتراض دارم. آرزو دارم که همه افرادی که به نوعی معلولیت دارند، به نقطه‌ای برسند که خود را دست کم نگیرند و به دیگران این مفهوم را انتقال دهند که نیازی به ترحم ندارند و دلسوزی ندارند. امیدوارم روزی برسد که همه دوستانی چون من، خود را در این موضع ببیند و خودشان را دست کم نگیرند.



ناز چشمت می‌گشاید این دل، بیا
کشته ناز توام ای بی وفا
می‌خورم از دست دل، من خون دل
می‌کنم این سرو جانم بهرت فدا

به چشمون تو باشد گنج قارون
ز لبهایت بریزد شهد، بیرون
گشائی تا لبانت، غنچه ناز
به عشقت می‌شود این دل، پریشون

مهدی صداقت، کارآموز رعد



چه کسی می‌تواند به من کمک کند!؟



رضاقلیخانی

در حالی که آنها به دلیل فاصله گرفتن از مردم، رفته رفته اصول درست زندگی کردن را فراموش کرده‌اند و با باورهای مخرب و منفی، ذهنیت و روحیه خود را خراب می‌کنند. تلقی آنها این است که دیگران در حقشان ظلم می‌کنند و وقتی مدام این فکر را برای خودشان تکرار می‌کنند، تبدیل به باور برایشان می‌شود.

به‌خاطر همین برای این که کمتر آزار ببینید، خود را در خانه زندانی می‌کنند و حتی منطق خود را رفته رفته از دست می‌دهند و وقتی با آنها حرف منطقی زده شود فکر می‌کنند که از افراد دیگر دفاع می‌شود و آن حرف‌ها را گوش نمی‌کنند. به همین دلیل دوست صمیمی ندارند و بعد از مدتی احساس می‌کنند که کسی آنها را دوست ندارد و کسی برای آنها ارزشی قائل نیست.

ولی دسته سومی هم از افراد دارای معلولیت هستند که در جامعه حضور فعال دارند و در نگاه سایرین بسیار با ارزش و قابل احترام هستند. این افراد به دلیل داشتن مهارت‌های ارتباطی قوی، به راحتی با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند و دوستان زیادی دارند. این افراد برایشان مهم نیست که به آنها معلول بگویند، توان‌یاب بگویند، فردی با قابلیت خاص بگویند یا هر اسم دیگری، آنها در هر حال به دنبال ارتقا فکری خود هستند.

هیچ کس نمی‌تواند به ما کمک کند، جز خودمان!

اگر به ما بگویند معلول یا توان‌یاب یا فردی با ویژگی‌های خاص، هیچ فرقی نمی‌کند. همه‌ی ما می‌دانیم که این فقط بازی با کلمات است و هیچ تأثیر روی روابط اجتماعی ما نخواهد گذاشت.

حال به سراغ اصل مطلب می‌رویم

نکته: اگر متن بالا را خیلی سرسری مطالعه کردید، حالا از شما می‌خواهم از اینجا به بعد را با دقت مطالعه کنید.

ما معلولان برای بهتر زندگی کردن و تقویت روابط اجتماعی باید مطالعه کنیم. ولی این نکته را به خاطر

قصد دارم در این مقاله به موضوع جالبی بپردازم و از شما خانواده‌های عزیز دارای فرزند دچار معلولیت بخواهم که این مقاله را تا انتها بخوانید. اگر هم خواننده این مقاله خود شخص دارای معلولیت است چه بهتر، زیرا قرار است نکات مهمی را با شما در میان بگذارم.

شاید بیشترین رنجی که تا به حال ما معلولان برده باشیم این باشد که در ایجاد روابط اجتماعی بسیار ضعیف هستیم. معمولاً لحن خوبی در گفت‌وگو نداریم و یا در جمع نمی‌توانیم موضوعی را انتخاب کنیم تا با دیگران در موردش صحبت کنیم. حتی وقتی وارد جمعی می‌شویم و آنها در حال گفت‌وگو در مورد موضوعی هستند، بیشتر ما نمی‌توانیم اظهار نظر کنیم و مجبور خواهیم بود ساکت بمانیم و فقط گوش دهیم. یا وقتی که قصد داریم موضوعی را شروع کنیم یا بارها در خصوص آن حرف زده‌ایم و یا یک موضوع ساده و پیش پا افتاده را شروع می‌کنیم که اغلب دیگران تمایلی ندارند در آن موضوع وارد شوند.

این در حالیست که دیده شده که فرد دارای معلولیتی که روابط عمومی و اجتماعی بالا و لحن خوبی دارد، در بین مردم و همکارانش چگونه از احترام برخوردار است تا جایی که از او در خصوص هر موضوعی راهنمایی می‌خواهند و گاهی نبودنش در جمع به شدت احساس می‌شود و همه سراغش را می‌گیرند. از طرف دیگر، افرادی هم هستند که بودن و نبودشان برای هیچ کسی تفاوتی ندارد.

برای ادامه بحث قصد دارم معلولان را دسته‌بندی کنم و مثال واضح و روشنی بزنم.

دسته اول کسانی هستند که در جامعه حضور پیدا می‌کنند ولی کسی با آنها ارتباط برقرار نمی‌کند و نادیده‌اش می‌گیرند. در جمع هستند ولی نمی‌توانند روابط خوبی با دیگران برقرار کنند و همین دلیل باعث طرد شدن آنها می‌شود. دسته دوم کسانی هستند که خود را در خانه پنهان می‌کنند و کمتر بین مردم حضور پیدا می‌کنند.

این دو دسته یعنی؛ دسته اول و دوم، به دلیل نداشتن مهارت ارتباطی و اجتماعی همیشه دیگران را مقصر می‌دانند





انعافی بوده بدنه موفقیت یب رمز به‌خصوص دارد. رمز موفقیت : تلاش، شکست، تلاش، زمان، زمان، شکست، تلاش، زمان و نتیجه نهایی.

و کلام آخر....

با گفتن توان‌یاب و یا فردی با قابلیت خاص به جای معلول، هیچگاه در زندگی ما تغییری ایجاد نمی‌شود بلکه با مطالعه و گوش دادن به کتاب‌های انگیزشی، زندگی ما متحول می‌شود و فردی اجتماعی می‌شویم. در کتاب‌های الهام‌بخش، به صورت شفاف به ما علم و یا راهکار، آموزش می‌دهند. مناسبانه برخی از توان‌یابان این موضوع را می‌داند ولی به بقیه نمی‌گویند. ولی من این گنج بزرگ را خیلی راحت با شما عزیزان به اشتراک گذاشتم.

کلید: در اینترنت جستجو کنید و این فایل‌ها و یا هر فایل دیگری که دوست دارید را دانلود کنید و گوش کنید تا تغییر کنید.

- پادکست صوتی باور چیست؟
- پادکست صوتی باور
- پادکست انگیزشی
- پادکست تغییر باورها
- پادکست صوتی الهام بخش
- پادکست‌های انگیزشی
- به دنیا آمده‌ایم تا خوشبخت باشیم
- خودشناسی

هر مورد دیگری که تمایل دارید را در اینترنت جستجو کنید و گوش کنید. می‌توانید در یوتیوب هم جستجو کنید و حتی می‌توانید عضو شبکه‌های اجتماعی فعال هم شوید. برخی از شبکه‌ها هر روز یک فایل در کانال خوششان ارائه می‌دهند. بدانیم که فقط خودمان هستیم که می‌تواند به خودمان یاری رساند.

داسه‌باسیم که هر صابی نمی‌باشد به ما نمک نند بدنه باید کتابی مطالعه کنیم که از درون ما را دگرگون کند و در درون رفتار ما تغییر ایجاد کند و به ما حس خوب زندگی بدهد. اگر به دنبال بهانه هستین که به مطالعه علاقه ندارید، به شما راه دیگری را که خودم از آن استفاده می‌کنم، پیشنهاد می‌دهم و آن راهی نیست جز گوش دادن به فایل‌های پادکست و یا همان فایل‌های صوتی. پادکست (فایل صوتی) انگیزشی، که امروزه با گسترش اینترنت پرسرعت و شبکه‌های اجتماعی و رقابت بین وبسایت‌ها که هر کدام تلاش می‌کنند کتاب صوتی بهتری ارائه دهند این زمینه را فراهم کرده که معلولان بتوانند به صورت رایگان و یا پرداخت اندک پولی، کتاب صوتی را تهیه کنند و تحول بزرگی در درون خود ایجاد کنند.

من توصیه می‌کنم، فقط کتاب‌های الهام بخش و یا همان کتاب‌های انگیزشی گوش بدهید نه این که رمان‌های بلند گوش کنید که به شما چیزی آموزش نمی‌دهد. اگر قرار باشد کتاب صوتی و یا کتابی مطالعه کنید که زندگی یک خانواده را قرار است روایت کند به شما پیشنهاد می‌دهم هیچ وقت این کار را نکنید و همان بهتر است که پای تلوزیون بنشینید و وقت خود را تلف کنید! اگر فکر می‌کنید که کسی دوست تان ندارد، به دنبال این باشید که در درون خود تحول ایجاد کنید، پس فقط و فقط کتاب انگیزشی مطالعه کنید و یا فایل انگیزشی گوش کنید.

امروز کتاب‌های الهام‌بخش و یا همان کتاب‌های انگیزشی تنها راه موفقیت ما معلولان است. هر پادکست با عناوین مختلف تولید می‌شود و در سایت‌ها قرار می‌گیرند. برخی از این کتاب‌های صوتی رایگان و برخی هم هزینه‌دار هستند ولی با پرداخت کمترین هزینه، می‌توانند سرمایه کلانی درون ما ایجاد کنند.

اگر تا به حال کتاب‌هایی مطالعه کرده‌اید که فقط جنبه سرگرمی برای شما داشته، دیگر از آن کتاب‌ها دوری کنید. این را بیاد داشته باشید که هیچ فردی از بدو تولد فهمیده به دنیا نیامده و موفق نبوده و هیچ موفقیتی



معرفی شبکه‌های اجتماعی فعال



شبکه‌های اجتماعی مجازی روز به روز گسترده‌تر می‌شوند. برای افرادی که حرفی برای گفتن دارند، امکان صحبت بی قید و شرط با مخاطبانشان بیش از پیش فراهم شده‌است. حرفه‌هایی که در نبود این شرایط، نه گفته می‌شد و نه شنیده می‌شد. قرار داریم در هر شماره از نشریه توان‌یاب، یکی از شبکه‌های اجتماعی فعال را معرفی کنیم.

فاطمه کهنانی، از بهمن ماه گذشته بر آن شد که سایت "فرهنگ توان‌یابان" را راه‌اندازی کند. خودش می‌گوید: "مدتی پیش به این نتیجه رسیدم که بعضی از برخوردها و رفتارهایی که برای افراد دارای معلولیت، ناراحت کننده است، برای سایر افراد جامعه شناخته‌شده نیست و اصلاً فکرش را هم نمی‌کنند که این رفتارها یا حرف‌ها، شاید باعث ناراحتی تعداد زیادی از شهروندان شود. فکر کردم که اگر خود ما این نکات را مطرح کنیم، شاید یک سری از برخوردهای آزاردهنده تغییر کنند و مردم متوجه چگونگی برخورد صحیح شوند. اغلب مردم در برخوردها و رفتارهای نامناسب، منظور سوئی ندارند و چنین رفتارهایی ممکن است ناآگاهانه پیش بیاید."

برای همین بهمن ماه سال گذشته، تصمیم گرفتم صفحه "فرهنگ توان‌یابان" را باز کنم. با فعالیت در شبکه‌های مجازی، فهمیدم که خودم هم چقدر نیاز به آموزش دارم و بعضی از حقایق را نمی‌دانم. مثلاً فهمیدم که چقدر کم در مورد دوستان نابینا، می‌دانم. بازخورد این سایت بعد از چند ماهی که از فعالیتش می‌گذرد خوب است و صدتاً فالوور دارم. البته هنوز اول راه هستم. پست‌های من بیشتر در مورد خرده فرهنگ‌ها و مشکلات افراد دارای معلولیت در جامعه یا محیط خانواده و دوستان است. نکاتی را هم در مورد نحوه برخورد صحیح با افرادی که معلولیت دارند را منتشر می‌کنم.

آدرس سایت:

[Instagram.com/tavanfarhang](https://www.instagram.com/tavanfarhang)



۷۵۱۱۱۱۱۱۱۱
توان‌یابان
۱۳۸۰
فرهنگ توان‌یابان

آموزش شهروندی و حقوق شهروندی، زیربنای ثبات اجتماعی

سید هادی موسوی

دموکراسی و مشارکت پایدار شهروندان می‌گردد. این مؤلفه ضامن بقا و تداوم حیات اجتماعی و میزان توسعه همه‌جانبه جوامع صنعتی و رو به پیشرفت است. چنین تربیتی از همان آغاز طفولیت نوعی اعتماد به نفس و رفتارهای مسؤولانه را از نظر اجتماعی و اخلاقی به وجود می‌آورد؛ نقش دیگر این مؤلفه، ارائه اطلاعات و آگاهی در مورد مسایل عمومی جامعه در ابعاد محلی، ملی و جهانی است. چنین آموزه‌هایی واجد فضایل و اخلاق مدنی و جمعی است و جستجویی برای مساوات طلبی است. در واقع آموزش شهروندمداری در یک جامعه باعث این شده که تمام اعضای جامعه از حس شهروندی مثبتی به صورت ملی برخوردار باشند و ضمن برخورداری از احترام ملی، از حقوق مشخص اجتماعی و سیاسی و اقتصادی و فرهنگی بهره‌مند گردند.

یادگیری پارامترهای آموزش رفتار شهروندی به افزایش کیفیت زندگی جمعی و تقویت سرمایه اجتماعی در زندگی کمک شایانی می‌کند. آموزش رفتارهای شهروندی در افزایش کیفیت عملکرد سازمان‌های مدنی بسیار اثرگذار است، این آموزه‌ها به تقویت اخلاق اجتماعی و بسط همبستگی اجتماعی یک جامعه در سطح محلی، ملی و جهانی کمک خواهد کرد، آموزش شهروندی بخشی از وظایف مدیریت شهری است، در واقع دولت و نهادهای قانون‌گذار، سازمان‌های ملی و محلی، تشکل‌های مدنی و... از طریق آموزش حقوق شهروندی و مهارت‌های زندگی جمعی و شناخت اصول مدیریت شهری نقش بارزی در تربیت شهروندان خواهند داشت. بر این اساس، در نوشتار حاضر، مطالب در دو محور بررسی شده است: نخست تعریف مفهوم شهروندی و حقوق شهروندی و آموزش و تربیت شهروندی مورد بحث و بررسی قرار گرفته و سپس به ابعاد و انواع حقوق شهروندی و آموزش آن پرداخته شده است.

تعاریف

۱-۱- شهروندا: شهروند عبارت است از کلیه افراد اعم از زن و مرد، کوچک و بزرگ، از هر نوع دین و آیین و قومیت و طبقه اجتماعی که در یک جامعه زندگی می‌نمایند (ملکی، ۱۳۸۷ به نقل از ساعی ارسعی، ۱۳۹۱). شهروند به اتباع یک شهر یا کشور اطلاق می‌شود که توسعه و رعایت و ایجاد مصادیقی مانند: آزادی، مالکیت، امنیت و غیره برای احاد مردم در نظر گرفته می‌شود. شهروند در گذشته به کسی گفته می‌شد که در شهر ساکن بوده و مطابق قانون از مزایای مدنی آن بهره‌مند می‌گردید

<http://iranco.com>

یکی از ویژگی‌های جهان معاصر، برجستگی و محوریت انسان و موضوعات مرتبط با او در کلیه عرصه‌هاست. انسان به‌عنوان عامل محوری هر گونه نقش‌آفرینی در آینده مورد توجه ویژه‌ای قرار گرفته است.

از عصر روشنگری به بعد، جامعه بشری، به تعریف جدیدی از انسان و جهان پرداخت. طی این سال‌ها، انسان به‌عنوان موجودی ذاتی شناخته شده که توانایی اداره امور شخصی و اجتماعی خود را (از طریق قراردادهای اجتماعی) دارد. حق یکی از مقوله‌های فربه در رشته‌های مختلف همانند حقوق، علوم سیاسی و اخلاق می‌باشد و از این رو پرداختن به آن ولو کلی و مختصر به عنوان پیش‌زمینه در همه عرصه‌هایی که بحث حق و حقوق به معنای عام آن پیش می‌آید، به نظر حیاتی می‌آید.

تا قبل از قرن سیزدهم میلادی، حق عمدتاً در معنای حق بودن (خیر) که نقطه مقابل آن باطل بودن (شر) است به کار می‌رفت. از قرن سیزدهم به بعد حق به معنای جدید آن یعنی حق داشتن به‌کار رفت و این معنای دوم بود که باعث شفافیت و عینیت مفهوم حق و همین‌طور کاربرد آن گردید. حق در این معنا مهم‌ترین عنصر شهروندی و همین‌طور مهم‌ترین هدف و محرک حرکت‌ها و نهضت‌های اجتماعی است و از آن مهم‌تر انسانیت انسان، حیثیت ذاتی و کرامت او در پرتو بهره‌مندی‌اش از حق‌ها معنا و مفهوم پیدا می‌کند. حضور حق‌ها در بطن زندگی اجتماعی و از آن طریق تأمین و تضمین انسانیت و حیثیت و کرامت انسان در گرو تلاش فردی و اجتماعی انسان‌هاست به عبارتی، تلاش افراد در روابط بین خودشان و در رابطه با موجود قدرتمند دولت، ضامن واقعی اجرای حق‌هاست. از طرف دیگر اگر جنبش‌های اجتماعی در قالب و چارچوب حق‌مدار شکل گرفته و ماهیت احساسی و خطرناک به خود نگیرد و دولت (که اصولاً باید نماینده همه شهروندان باشد) و گرایش غالب و حاکم بر جامعه، این حرکت حق‌مدار را پذیرا شده و طرد نکند، در آن صورت می‌توان به تأمین و تضمین صلح و زندگی مسالمت‌آمیز، عدالت، ثبات و تمامیت ارضی و وحدت جوامع امیدوار بود.

یکی از مکانیسم‌های اساسی در این راستا، آموزش شهروندی است. (همتی، ۱۳۸۷) آموزش شهروندی عامل مهمی در نهادینه شدن حقوق شهروندی است. آموزش شهروندی منجر به تحکیم و تقویت نظام ارزشی مهارت‌های شهروندی در جهت استحکام

1. Citizen



شماره ۷۳، پاییز ۱۳۹۸

قلمداد می‌شود (مهرمحمدی، ۱۳۷۷) در مجموع مؤلفه‌های شهروندی عبارتند از:

۱-۲- دانایی محوری

شهروند، کنجکاو و در جستجوی دانایی است. در دانایی محوری که مهم‌ترین مؤلفه متشکله شهروندی است، گام اول مشارکت فعال و مسؤولیت پذیری است و داشتن آگاهی در زمینه موضوعات تاریخی، اجتماعی و فرهنگی در سطح محلی، ملی و بین‌المللی پیش‌نیازی اساسی به شمار می‌رود.

۲-۲- وطن دوستی

یک شهروند به شهر و کشورش احساس تعلق می‌کند. وطن‌دوستی به معنای وفاداری نسبت به کشور خود و دیدن مصالح جامعه در انجام فعالیت‌های روزانه است. یکی از مسائل عینی شهروندی، احساس تعلق اجتماعی به فرهنگ، آداب و رسوم و... یک کشور است. تجلی عینی این احساس این است که یک شهروند، مرز و بوم خود را خانه‌ی اصلی خود بداند. این احساس به طور طبیعی در میان جامعه مهاجران، احساس ضعیفی است.

۳-۲- قانون مداری

قانون عاملی است که زمینه انسجام و یگانگی میان افراد جامعه را فراهم می‌سازد. شهروند تلاش می‌کند تا قوانین را علی‌رغم این که مغایر با نفع شخصی او باشد، در زندگی به کار گیرد. او هرگونه اعتراض به قانون را از مسیر گفتمان پی می‌گیرد. اما در ابتدا التزام عملی به قانون را وظیفه خود می‌داند.

۴-۲- مسؤولیت پذیری

شهروندی مفهومی است که با مسؤولیت و مسؤولیت‌پذیری آحاد جامعه همراه است از آنجایی که در جامعه، فرد آینه‌ی دیگران است، هرگونه تسامح در انجام وظایف خود را، در زیرساخت‌های جامعه مؤثر می‌داند. زیباترین احساس خوشایند شهروندی، تلاش برای همکاری و تعاون و بار مسؤولیت خود و دیگران را به دوش کشیدن است.

اما امروزه شهروند اصطلاحی است که با نفوذ حقوقی مدرن و تلقی‌های جدید مفهوم وسیعی یافته و مترادف تمام اتباع یک کشور به کار می‌رود و مصادیق آن آزادی، مالکیت و امنیت است (همان منبع: ص ۱۳۹).

۲-۱- حقوق شهروندی:

حقوق شهروندی عبارت است از برخورداری افراد یک جامعه از کلیه‌ی حقوق فردی و اجتماعی. حقوق شهروندی آمیخته‌ای از وظایف و مسؤولیت‌های افراد در قبال یکدیگر، شهر و دولت می‌باشد. به مجموعه‌ی این حقوق و مسؤولیت‌ها «حقوق شهروندی» اطلاق می‌شود (ساعی ارسعی، ۱۳۹۱).

اصطلاح حقوق شهروندی (در مفهوم جدید) اولین بار در اعلامیه حقوق بشر و شهروندی سال ۱۷۸۹م فرانسه مطرح شد که پس از تصویب در صدر قانون اساسی سپتامبر ۱۷۹۱م قرار گرفت. اعلامیه جهانی حقوق بشر که در سال ۱۹۴۸م در مجمع عمومی ملل متحد به امضای کشورها رسید در بسیاری از مواد خود از محتوای اعلامیه حقوق بشر و شهروند فرانسه الهام گرفته است (آفنداک، ۱۳۸۵ به نقل از محسنی، ۱۳۸۹).

مؤلفه‌های شهروندی



برای شهروندی، مؤلفه‌هایی قائلند. صاحب‌نظران با توجه به نوع نگاه خود، مؤلفه‌های شهروندی را مطرح می‌کنند؛ سامرز، تفکر انتقادی، توجه به نفع عمومی، مشارکت در زمینه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی، درک نیازها و نگرش‌های دیگران، رفتار متعهدانه و... را مدنظر قرار می‌دهند. (فتحی واجارگاه و واحد چوکده، ۱۳۸۸) اندیشه‌ورزی و ژرفاندیشی، سعه صدر و تحمل اندیشه‌های مخالف، قانون‌گرایی و قانون‌پذیری، احساس خودارزشمندی و عزت و اعتماد به نفس، تمایل به رقابت سازنده، عدم تمکین به روابط مبتنی بر قدرت مستبدانه، تقویت روحیه پرسش‌گری و کنجکاو، تمایل به تفکر خلاق و واگرا در حل مسائل مبتلابه محیط پیرامون، توانایی و جرأت در ابراز اندیشه، از جمله ویژگی‌هایی است که به‌عنوان پایه‌های مفهوم شهروندی



۲-۵- مشارکت

ارسطو، جامعه سیاسی را یک جامعه اخلاقی می‌داند که در آن شهروندان از طریق مشارکت پیشرفت می‌کنند. از نظر ماکیاوولی، شهروندی مغبایر با بی‌تفاوتی است، آن یک وظیفه و تعهد است که هم به نفع جمعی و هم به نفع شخصی توجه دارد. مشارکت تنها این نیست که فرد در نقش رأی دادن ظاهر شود، بلکه در فرآیند شهروندی باید نقش راهبردی داشته و اشاعه‌دهنده فرهنگ مسؤولیت‌پذیر باشد.

۲-۶- انتقادگری و انتقادپذیری

انتقادگری و انتقادپذیری اصل اساسی تعاملات مؤثر میان شهروندان است. آنان باید توانایی داشته باشند تا فعل و انفعالات جامعه را مورد مذاقه قرار دهند و سپس هرگونه تحلیل فکری، منظم و منطقی و جهت بهبود فرآیندها را ارائه دهند (فتحی و اجارگاه و واحد چوکده، ۱۳۸۸). انتقادپذیری نیز به معنای توانایی تحلیل نظر دیگران و سپس درک منطق و مفهوم پیاده و پذیرش و یا رد آن است.

۲-۷- شهروندی چند بعدی

شهروندی چند بعدی، لازمه فعالیت شهروندان در مواجهه با چالش‌های قرن بیست و یکم است. شهروندی چندبعدی، مستلزم این است که شهروندان دارای توانایی‌های زیر باشند: مواجهه با مشکلات به‌عنوان عضوی از یک جامعه جهانی؛ فعالیت مشارکتی با دیگران؛ عهده‌دار شدن مسؤولیت برای نقش‌ها و وظایفی که در جامعه وجود دارد؛ تفکر منتقدانه و منظم و البته مستمر؛ توانایی حل تعارض در یک بستر عاری از خشونت؛ اتخاذ شیوه زندگی که پاسدار و حامی ویژگی‌های محیطی است؛ احترام و دفاع از حقوق بشر؛ مشارکت در زندگی عمومی؛ به‌کارگیری تکنولوژی اطلاعات به‌عنوان یک مزیت مدنی.

۳- آموزش و تربیت شهروندی

آموزش و تربیت شهروندی از مفاهیم مجادله‌ای و بحث‌برانگیزی است. گواپگلی در تبیین مفهومی تربیت شهروندی، سه مؤلفه‌ای به هم مرتبط را تحت عنوان دانش شهروندی، مهارت‌های شهروندی و نگرش شهروندی مدنظر قرار داده و آنها را از جمله عناصر اصلی تعریف شهروندی می‌داند (فتحی و اجارگاه و واحدچوکده، ۱۳۸۸).

وی هر کدام از مؤلفه‌های سه گانه فوق را عبارت می‌داند از: دانش شهروندی عبارت است از عقاید و اطلاعات اساسی که یادگیرندگان به منظور این‌که شهروند مسؤول و مؤثر یک دموکراسی باشد باید بدانند و به کار گیرند. مهارت شهروندی عبارت است از مهارت‌های عقلانی مورد نیاز به منظور فهمیدن، توضیح دادن، مقایسه کردن، ارزیابی کردن اصول و عملکردهای دولت و شهروندی. مهارت‌های شهروندی همچنین شامل مهارت‌های مشارکتی است که شهروندان را قادر می‌سازد تا خط مشی‌های دولت را تحت نظارت و تأثیر قرار دهند.

نگرش شهروندی عبارت است از ویژگی‌های شخصیتی، خلق و خوی‌ها، تعهدات مورد نیاز برای حفظ و گسترش حکومت دموکراتیک و شهروندی. نمونه‌هایی از نگرش شهروندی عبارت است از احترام به ارزش افراد، صداقت، تحمل و شکیبایی، همدردی و وطن پرستی، تعهد نسبت به حقوق بشر، نفع عمومی، برابری و

رعایت قانون. گواپگلی، تربیت شهروندی را توسعه دانش، مهارت‌ها و نگرش شهروندی در فراگیران می‌داند (همان منبع).

استراتژی یونسکو در قلمرو آموزش شهروندی و حقوق انسانی مبنی بر رویکرد جامع برای حقوق انسانی است، این حقوق غیرقابل تقسیم بوده و وابستگی متقابل با همه حقوق شهروندی (فرهنگی، اقتصادی، سیاسی و اجتماعی) دارد. در این دیدگاه، هدف آموزش شهروندی انتشار و توزیع اطلاعات برای ساختن یک فرهنگ کلی حقوق انسانی با بهره‌مندی دانش و مهارت قالب بندی نگرش‌های مثبت و آماده کردن فراگیران با توانایی‌های لازم برای همراهی و ایجاد تغییرات اجتماعی است. بنابراین هدف آموزش حقوق انسانی و شهروندی عبارت است از: تلاش و کوشش فراوان در رابطه با حقوق انسانی و آزادی‌های اساسی. توسعه کامل شخصیت انسانی و احساس وی از جایگاه و مرتبه خود. رشد ادراک افراد، برابری جنسیتی و دوستی و برادری بین همه ملل، افراد بومی و گروه‌های نژادی، تقویت فعالیت‌هایی در جهت برقراری صلح (ایزدی، صمد و علی آقامحمدی، ۱۳۸۶).

ابعاد حقوق شهروندی

اعلامیه جهانی حقوق بشر در این زمینه مقرر می‌دارد؛ کمال مطلوب انسان آزاد و رهایی یافته از ترس و فقر در صورتی حاصل می‌شود که شرایط تمتع هر کس از حقوق اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی و همچنین مدنی و سیاسی او ایجاد می‌شود. بند دوم ماده ۲ میثاق بین‌المللی حقوق اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی مقرر داشته که: کشورهای طرف این میثاق متعهد می‌شوند که اعمال حقوق مذکور در این میثاق را بدون هیچ نوع تبعیض از حیث نژاد، رنگ، جنس، زبان، مذهب، عقیده سیاسی یا هرگونه عقیده دیگر، اصل و منشاء ملی یا اجتماع، ثروت، نسب یا هر وضعیت دیگر تضمین نمایند. همچنین در بند سوم همین ماده بر توجه به حقوق اقتصادی شناخته شده در این میثاق و تضمین آن تأکید شده است. حقوق اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی را می‌توان در مؤلفه‌هایی چون حق آزادی، انتخاب شغل و استفاده از شرایط اختیار و رضایت بخش و همچنین حمایت در برابر بی‌کاری و دریافت دستمزد مساوی و برابر و دریافت پاداش منصفانه و رضایت‌بخش، حق داشتن مسکن، حق تشکیل اتحادیه‌ها و سندیکاهای صنفی و عضویت در آنها، حق استفاده از بهداشت عمومی، مراقبت‌های پزشکی، بیمه‌های اجتماعی و خدمات اجتماعی، حق تحصیل و کارآموزی حرفه‌ای، حق مشارکت در فعالیت‌های فرهنگی با در نظر گرفتن شرایط یکسان، حق دسترسی به کلیه امکانات خدماتی که به عموم عرضه می‌شود از قبیل وسایل نقلیه، هتل‌ها، رستوران‌ها و پارک‌ها، مورد مطالعه قرار داد (ماده ۵ کنوانسیون بین‌المللی؛ به نقل از محسنی، ۱۳۸۹).

آلن سیرز و وان هبرت در تحلیل ابعاد شهروندی، دیدگاه دیگری را بیان می‌کنند. آنها ابعاد شهروندی را عبارت می‌دانند از:

- ۱- بعد مدنی شهروندی؛
- ۲- بعد سیاسی شهروندی؛
- ۳- بعد اجتماعی - اقتصادی شهروندی؛
- ۴- بعد فرهنگی یا گروهی شهروندی.

در بعد مدنی شهروندی، ارزش‌های اساسی جامعه، حدود تصمیم‌گیری‌های دولتی در ارتباط با افراد شهروند، حقوق و تعاملات گروه‌های ویژه و ذی‌نفع را مشخص می‌کند. بعد مدنی شهروندی، عواملی نظیر آزادی در گفتار، برابری در مقابل قانون، آزادی در تعاملات و ارتباطات به معنای عام و همچنین جریان



یا محل کار یا کارگاه‌های آموزشی و یا به‌طور رسمی در دروس مدارس ابتدایی به شهروندان آموخته می‌شود. آنان از این طریق به شهروندان فعال، آگاه و مسئول تبدیل می‌شوند.

تربیت شهروندی، یکی از فروع شهروندی است که با توجه به تحولات سریع اجتماعی، فن‌آوری و سیاسی دوران معاصر، از جمله دل‌مشغولی‌های برنامه‌ریزان و سیاست‌گذاران آموزش و پرورش کشورهای جهان به شمار می‌آید. در کشورهای توسعه‌یافته، مفاهیم شهروندی از دوران کودکی تا نوجوانی آموزش داده می‌شود و دولت نیز آموزش‌های لازم را در اختیار والدین و آموزگاران قرار می‌دهد. در انگلستان از سال ۲۰۰۲ میلادی، آموزش شهروندی و آشنایی با آن به‌طور رسمی در برنامه‌ی درسی مدارس از سنین ۱۱ تا ۱۶ سالگی قرار گرفت. اهداف این آموزش بدین قرار است:

- ۱- آشنایی با حقوق و مسئولیت‌های شهروندی
- ۲- بحث و بررسی درباره‌ی سرفصل‌ها و موضوعات مهم شهروندی
- ۳- فهم و شناخت جامعه و آشنایی با فعالیت‌های اجتماعی
- ۴- مشارکت فعال در یک برنامه اجتماعی یا گروهی (خورشیدی، ۱۳۸۹ به نقل از ساعی، ۱۳۹۱).

۷ مهارت‌های اجتماعی مرتبط با درک و حمایت از حقوق شهروندی:

شناسایی و پذیرش تفاوت‌ها؛ ایجاد روابط فردی مثبت و غیرظالمانه؛ حل اختلاف به‌صورت مسالمت‌آمیز؛ قبول مسئولیت؛ مشارکت در تصمیم‌گیری‌ها؛

۸ روش‌های و راهکارهای ایجاد و تقویت مهارت شهروندی

- برخی از مهم‌ترین روش‌های ایجاد و تقویت مهارت شهروندی در مدرسه عبارتند از:
۱. آشناکردن دانش‌آموزان با قوانین و مقررات جامعه
 ۲. آشناکردن دانش‌آموزان به حقوق شهروندیشان
 ۳. آموزش اخلاق و ادب اجتماعی به دانش‌آموزان
 ۴. آموزش رعایت انضباط اجتماعی و حفظ اموال عمومی
 ۵. آموزش کمک به هم‌نوعان و شهروندان بدون توجه به مکان؛ ندگه، ننگ، نژاد، مقام و ثروت.

آزادانه دسترسی به اطلاعات را شامل می‌گردد. بعد سیاسی شهروندی، مسائل حق رأی و مشارکت سیاسی شهروندان است. به عبارت دیگر، شهروندی سیاسی، به حقوق و وظایف سیاسی اشاره دارد که در قالب نظام سیاسی تبلور پیدا می‌کند. بعد اجتماعی - اقتصادی شهروندی، به ارتباط بین افراد در یک موقعیت اجتماعی و همچنین به مشارکت در یک فضای باز سیاسی اشاره دارد. بعد فرهنگی یا گروهی شهروندان، به شیوه‌ای از فرآیند گسترش تنوع فرهنگی اشاره می‌کنند که با موضوعاتی نظیر توانایی پذیرش فرهنگ‌های دیگر، مهاجرت جهانی، افزایش تحرک و تغییرپذیری همراه است. شهروندی فرهنگی به آگاهی از میراث عمومی فرهنگی اشاره دارد (فتحی و اجارگاه و واحد چوکده، ۱۳۸۸).

۵ انواع حقوق شهروندی

حقوق شهروندی در سه بعد حقوق مدنی، حقوق اجتماعی و حقوق سیاسی قابل شناسایی است.

۵-۱- حقوق مدنی
آزادی بیان، آزادی عقیده، آزادی عقیده و مذهب، آزادی مالکیت و آزادی رفت و آمد از برجسته‌ترین حقوق مدنی یک شهروند شمرده می‌شوند. بدون تضمین حفاظت از این حقوق توسط نظام سیاسی و جامعه نمی‌توان قائل به وجود مفهوم «شهروندی» شد.

۵-۲- حقوق اجتماعی
حق تشکیل سازمان، انجمن و سندیکا برای تجمیع، بیان و برآورده‌سازی مطالبات اجتماعی، حق برخورداری از بهداشت عمومی، حق برخورداری از آموزش فراگیر و عمومی، حق برخورداری از حمایت قانون، حق برخورداری از رفتار برابر در مقابل دستگاه قضایی، حق داشتن دستمزد عادلانه، حق داشتن استراحت و توزیع اوقات فراغت، حق زنان در برخورداری از حقوق برابر با مردان، حق برخورد مبتنی بر کرامت انسانی و رعایت حقوق طبیعی از طرف حکومت، حق برخورداری از آزادی تجمع برای اعتراض مسالمت‌آمیز و حقوقی مشابه. شهروند فردی است که در عرصه جامعه از حقوق ذکرشده برخوردار باشد.

۵-۳- حقوق سیاسی
حق دسترسی برابر به مناسب حکومتی، حق برخورداری از مشارکت سیاسی نهادمند، حق تشکیل حزب برای شرکت در تصمیم‌سازی سیاسی، حق برخورداری از انتخابات منظم ادواری، آزاد و سالم، برخورداری از حق عزل حاکمان از طریق سازوکارهای مطلوب، حق داشتن امنیت سیاسی، حق نقد حاکمان از طریق نهادینه‌سازی آزادی بیان. حقوق سیاسی به عنوان حقوق عالی شهروندی تعریف می‌شود. چنانچه حقوق سه‌گانه‌ی فوق رعایت نشود وجود مفهوم «شهروند» دچار شک و تردید می‌شود. رعایت یا عدم رعایت حقوق گفته‌شده با ماهیت نظام‌های سیاسی ارتباط مستقیم دارد. بنابراین مردم‌سالاری کردن (دموکراتیزاسیون) در حوزه سیاست ابزاری مهم برای تحقق «شهروندی» است. استبداد سیاسی یا به‌عبارتی حکومت مطلقه مانعی مهم برای نهادینگی «حقوق شهروندی» قلمداد می‌شود (ساعی ارسعی، ۱۳۹۱).

۶ آموزش حقوق شهروندی

آموزش حقوق شهروندی به‌طور غیررسمی در خانه



۶. آموزش قائل شدن حق زندگی برای همه
۷. اشاعه آزادانه افکار، مردم‌سالاری و وحدت ملی در جامعه به دانش آموزان
۸. آموزش رعایت حقوق همه‌ی گروه‌ها، طبقات، ادیان، قومیت‌ها و نژادها و...
۹. گسترش ارزش‌های والای انسانی در جامعه و نهادینه کردن آنها
۱۰. از بین بردن تضاد و کشمکش بین مردم در جامعه
۱۱. آموزش احترام به کرامت‌های انسانی به دانش آموزان
۱۲. آموزش نظم، وجدان کاری و فرهنگ کار به دانش آموزان
۱۳. آموزش عدالت‌جویی و حق‌جویی و پرهیز از ظلم به دانش آموزان (همان منبع).
۱۴. برگزاری سمینارها و دوره‌های آموزش حقوق شهروندی
۱۵. ارائه بروشورهایی در زمینه آموزش حقوق شهروندی
۱۶. اجرا و توجه جدی به طرح شهردار مدرسه در مدارس
۱۷. بهره‌گیری از الگوی مدارس دموکراتیک در مدرسه.

از دیگر مهارت‌هایی که آموزش و یادگیری آنها در پرورش شهروندانی فعال موثر است، می‌توان به این موارد اشاره کرد:

- الف - تقویت شیوه‌های همکاری و کار گروهی.
- ب - تصمیم‌گیری به شیوه شورایی.
- ج - توانایی بخشیدن به افراد برای استدلال و نقد کردن.
- د - تقویت مهارت‌های مؤثر ارتباطی.
- هـ - مدیریت مشترک فعالیت‌ها و کارهای محلی.
- و - درگیر شدن در کارها و فعالیت‌های محلی.
- ز - تقویت گفتگو و مهارت‌های مشارکتی (ذکایی، ۱۳۸۱).

نتیجه‌گیری

شهروندی مجموعه‌ی گسترده‌ای از فعالیت‌های فردی و اجتماعی است. فعالیت‌هایی که اگرچه فردی باشند اما برآیند آن، به پیشرفت وضعیت اجتماعی کمک خواهد کرد. شهروندی، از جمله مفاهیم نو پدیداری است که به طور ویژه‌ای به برابری و عدالت توجه دارد و در نظریات اجتماعی، سیاسی و حقوقی جایگاه ویژه‌ای پیدا کرده است. مقوله «شهروندی» وقتی تحقق می‌یابد که همه افراد یک جامعه از کلیه حقوق مدنی و سیاسی برخوردار

باشند و همچنین به فرصت‌های مورد نظر زندگی از حیث اقتصادی و اجتماعی دسترسی آسان داشته باشند. ضمن اینکه شهروندان به عنوان اعضای یک جامعه در حوزه‌های مختلف مشارکت دارند و در برابر حقوقی که دارند، مسئولیت‌هایی را نیز در راستای اداره بهتر جامعه و ایجاد نظم بر عهده می‌گیرند، و شناخت این حقوق و تکالیف نقش مؤثری در ارتقای شهروندی و ایجاد جامعه‌ای بر اساس نظم و عدالت دارد. براین اساس آموزش حقوق شهروندی، همانا نهادینه سازی نظامی از حق‌ها و تکالیف‌های متناسب با شهروندی مبتنی بر کرامت و ارزش والای انسانی است. آموزش حقوق شهروندی یا به طور رسمی در دروس مدارس ابتدایی به شهروندان آموخته می‌شود یا به طور غیررسمی در خانه (رفتار والدین بهترین الگوی عملی برای تقویت مهارت‌های شهروندی فرزندان جامعه می‌باشد) یا محل کار یا کارگاه‌های آموزشی.

۹-۱-۱- آموزش رسمی از مقطع آمادگی آغاز و تا دوره دانشگاهی ادامه می‌یابد. در هر یک از مقاطع آمادگی، دبستان، راهنمایی و دبیرستان با توجه به شرایط سنی و ذهنی کودکان و نوجوانان و جوانان، آموزش حقوق شهروندی با روش کاملاً غیرمستقیم (از طریق نحوه رفتار و برخورد آموزگار با کودکان)، به عبارتی مدارس برای دانش‌آموزان فضایی فراهم کنند که دانش‌آموزان، شهر را تجربه کنند و با حقوق شهروندی به شکل عملی آشنا شوند. یعنی ساختارها، روش‌ها و محیط‌های آموزشی برای تدوین و یادگیری شهروندی آماده شوند و طرح مستقیم مفاهیم حقوق شهروندی با دانش‌آموزان (با بهره‌گیری از روش‌های تدریس فعال از جمله؛ روش حل مسئله، روش کاوشگری، روش پروژه، روش یادگیری مشارکتی و...) و همچنین اطلاع‌رسانی در خصوص حقوق شهروندی با برگزاری کنفرانس، سمینار، دوره‌های کوتاه مدت و تهیه و تدوین کتابچه تصویری، کتب آموزشی، ابزار سمعی و بصری و فعالیت‌های فوق برنامه و اردوهای دانش‌آموزی به‌عنوان راهکارهای تربیت شهروندی بهره برد.

۹-۲-۲- آموزش غیررسمی موجب عمومیت یافتن حساسیت نسبت به رعایت حقوق شهروندی از طریق مشارکت نهادهای عمومی و خصوصی می‌گردد. آموزش حقوق شهروندی و آزادی‌های عمومی در نهادهای عمومی دولتی و غیر دولتی از اهمیت مضاعفی برخوردار است، زیرا موجب استقرار و گسترش فرهنگ انسان ذبیح و مطالبه‌کننده - حکومت خادم و پاسخ‌گویی و در نتیجه تعمیق دولت قانون‌مدار می‌شود.

۹-۲-۱- فعالیت خاص شهرداری‌ها در زمینه آموزش همگانی (اجتماعی) در زمینه‌های مختلف حقوق شهروندی توصیه می‌گردد، خصوصاً در زمینه‌های: حقوق و تکالیف شهروندی؛ زنان؛ کودکان؛ مشارکت سیاسی؛ حقوق سندیکایی؛ حقوق محیط زیست؛ حقوق اقتصادی و اجتماعی، شهرداری‌ها می‌توانند این مهم را از طریق ابزار سمعی و بصری، برقراری دوره‌های کوتاه‌مدت و برنامه‌های هنری و فرهنگی و تأسیس نهادهای مدنی و غیر دولتی مانند «مجمع‌های محلی ارزیابی و پژوهش» به‌عنوان نوعی برنامه عملی برای آشنا ساختن جوانان با حقوق و وظایف خود به عنوان شهروند انجام دهند.



توسعه سیستم آموزش همگانی



ترجمه و تدوین: لیلا شریف

بند ۲۴ کنوانسیون در ابتدا به نكوهش تبعیض پرداخته و بر آموزش همگانی تأکید می‌کند. همچنین کمک به شکوفایی استعدادهاى بالقوه ذهنی و جسمی همه افراد اجتماع، اعم از عادی یا دارای معلولیت و محدودیت را جزئی از وظایف اصلی دولت‌ها در جهت رعایت حقوق یکسان همه انسان‌ها می‌داند. بر این اساس دولتها مکلف هستند شرایطی را مهیا کنند که هیچ کودکی به دلیل دارا بودن معلولیت یا هرگونه محدودیت جسمی و حرکتی، از آموزش‌های عادی و اجباری در آن جامعه محروم نشود. این کودکان باید امکان دسترسی به آموزش‌های ابتدایی و دبیرستان را به‌صورت رایگان و همسان با کودکان بدون معلولیت داشته باشند. همچنین این کودکان باید به نحو مناسبی از تسهیلات و امکانات حمایتی ویژه متناسب با معلولیت و محدودیتی که دارند نیز برخوردار باشند. کمک برای آموزش خط بریل یا روش‌های دیگر برقراری ارتباط، امکانات جابجایی و نیز همراهی مربی در صورت نیاز، از جمله این تسهیلات می‌باشد. همچنین دولت‌ها را مکلف کرده است که آموزش‌هایی در زمینه مهارت‌های زندگی و اجتماعی برای این کودکان در نظر بگیرند. افراد و به ویژه کودکان نابینا و یا ناشنوا نیز باید به طور خاص از روش‌های ارتباطی و آموزشی مخصوص به خودشان بهره‌مند شوند. این کنوانسیون به روشنی حق تحصیل افراد دارای معلولیت و محدودیت را با آموزش در محیط همگانی گره زده است. چرا که شواهد روزافزونی وجود دارد که نشان می‌دهد آموزش در محیط همگانی نه تنها محیط آموزشی مناسبتری حتی برای کودکان دارای اختلالات ذهنی فراهم می‌کند، بلکه باعث از بین رفتن بسیاری از موانع و کلیشه‌ها در مورد محدودیت‌های جسمی و ذهنی در جامعه شده و به جای ترس از محدودیت و معلولیت، آن را به عنوان یک واقعیت انسانی بپذیرد. وقتی همه کودکان، چه با معلولیت و چه

طبق گزارش اخیر سازمان بهداشت جهانی ملل متحد (WHO)، حدود ۱۵ درصد جمعیت جهان یعنی معادل یک میلیارد نفر، به نوعی دارای معلولیت و محدودیت‌های جسمی، ذهنی و حرکتی هستند. کنوانسیون سازمان ملل متحد در خصوص حقوق افراد دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی (United Nation Convention on the Rights of Person with Disabilities (UNCRPD) مشخصاً بند ۲۴ آن، که خواستار توسعه سیستم آموزش همگانی برای کلیه کودکان شده، همزمان چالش و فرصتی را برای کلیه کشورهای جهان ایجاد کرده است. بند ۲۴ این کنوانسیون موارد متعددی را در مراحل مختلف زندگی این افراد در برمی‌گیرد و اولویت آن، تشویق کودکان معلول برای حضور در مدرسه در تمامی سطوح آموزشی می‌باشد. این بند، همچنین به نیازهای آموزشی بزرگسالان معلولی می‌پردازد که کم‌سواد یا بی‌سواد هستند. همچنین افرادی را در برمی‌گیرد که در بزرگسالی دچار اختلال شده و نیاز به گذراندن آموزش‌های فنی حرفه‌ای و یا تحصیلات تکمیلی دانشگاهی جهت اشتغال دارند. آنچه نتیجه پرسش از جامعه‌ی آماری متشکل از ۲ کشور آسیایی و ۷ کشور آفریقایی در خصوص نیازهای افراد دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی نشان می‌دهد، اولین نیاز ۷۵٪ این افراد "دستیابی به تحصیل" است. کوفی عنان، دبیرکل سابق سازمان ملل متحد، نگاه غالب به این افراد را نگاهی تحقیرآمیز توصیف کرده که در بهترین حالت توسط نهادهای خیریه مورد توجه قرار می‌گیرند. همچنین اظهار تأسف می‌کند که آنها فقط بر روی کاغذ از کلیه حقوق خود همانند افراد عادی برخوردار هستند، ولی در عمل از موقعیتهایی که در اختیار سایر افراد قرار می‌گیرد، محروم می‌شوند. اجرای بندهای این کنوانسیون باعث می‌شود رویکرد "درمانی/خیریه‌ای" قدیم به رویکرد "حق محور/مدل اجتماعی" تبدیل گردد.



بدون معلولیت، در کنار هم بزرگ شوند و در یک مدرسه شانه به شانه همدیگر تحصیل کنند، درک متقابل از هم داشته و به یکدیگر احترام بدهند گذاشت. نتیجه مثبت این امر داشتن جامعه‌ای صورتی و سازنده‌تر خواهد بود. چون با حرکت سیستم آموزشی به سمت آموزش کودک محور و منعطف‌تر نه تنها افراد ناتوان، که تمامی کودکان و والدین آنها و جامعه محلی در این تلاش مشارکت می‌نمایند. توسعه آموزش همگانی نیازمند برنامه تغییر، جهت توسعه سیستم آموزشی هر کشور در کلیه سطوح بوده و فراتر از آن نیازمند تغییر اساسی در نحوه تفکر و دیدگاه کلیه افرادی است که در جایگاه تاثیرگذار و تصمیم گیرنده هستند. این کنوانسیون در تاریخ ۱۳ دسامبر ۲۰۰۶ در مجمع عمومی سازمان ملل پذیرفته شده و از تاریخ ۳۰ مارس ۲۰۰۷ آماده امضای اعضا گردیده است. مطابق آمار اعلامی از سوی سازمان ملل متحد، ۱۵۳ کشور این کنوانسیون را امضا کرده‌اند و ۱۰۷ کشور نیز آن را به تصویب کشورهایشان رسانده‌اند که ایران نیز یکی از آنهاست. در گردهمایی که در سال ۲۰۱۰ با حضور نمایندگان ۱۹ کشور در ژوهانسبورگ آفریقای جنوبی در مورد مشکلات افراد دارای معلولیت و محدودیت‌های جسمی و ذهنی برگزار شد، علیرغم تأکید بند ۲۴ کنوانسیون مبنی بر دسترسی به آموزش با کیفیت برای این افراد، موارد زیر به عنوان مشکلات موجود در کشورهای سراسر جهان گوشزد گردید:

- کمبود پرسنل و معلمان آموزش دیده و با تجربه در تمامی مقاطع تحصیلی
- کمبود آگاهی در مورد تکنولوژی‌های جدید مرتبط با آموزش افراد دارای محدودیت و یا عدم استفاده از آنها
- نبود خطوط راهنما برای آموزش در محیط‌های همگانی و عدم تعهد به اختصاص بودجه برای این منظور
- نبود یا کمبود آگاهی و همچنین امکانات آموزشی در حاشیه شهرها و یا شهرهای کوچک
- نبود یا کمبود مدارس یا وسایل حمل و نقل مخصوص این افراد
- عدم وجود برنامه آموزشی متناسب با نیازهای این افراد
- عدم دسترسی به بورسیه‌های تحصیلی و کاری برای افراد دارای معلولیت و محدودیت‌های جسمی و ذهنی

است. راهی که از ده‌ها سال قبل آغاز شده و همواره تلاش داشته که افراد دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی را هم‌تراز با سایر انسانها قرار داده و حقوق بشر در زمینه آموزش را به ایشان نیز تعمیم دهد. از این رو برای دستیابی به نتایج عملی‌تر، در بند ۲۴ کنوانسیون سازمان ملل متحد، الزاماتی نیز برای کشورهایی که این کنوانسیون را تصویب می‌کنند در نظر گرفته شده است. برای مثال این کشورها در مجموعه قوانین خود، بایستی از وجود حق برابر تحصیل برای همه افراد از جمله افراد دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی در هر سنی و در هر مقطعی اطمینان حاصل کنند. در این کشورها، باید قوانینی وضع و اجرا گردد که به موجب آنها این افراد امکان استفاده از محیط‌های آموزشی همگانی را با دارا بودن برنامه آموزشی مختص به خود، داشته باشند. همچنین قوانینی که امکانات و تسهیلات ویژه مورد نیاز این افراد را در اختیار آنها قرار بدهد. البته اجرایی شدن حقوق مذکور در این بند بدون مشارکت گسترده خود این افراد عملی نخواهد شد. یونسکو (UNESCO) راهنمای مفیدی برای حمایت از آموزش همگانی در سطح محلی و منطقه ای تهیه کرده است. این راهنما تلفیقی از استراتژی‌هایی است که نمونه‌های موفق در سراسر دنیا به کار گرفته اند. اولین استراتژی، استراتژی تغییر است که توضیح می‌دهد چگونه یک تغییر را شروع کرده و ساختار اداری جدید را تشکیل و منابع را بکار بگیریم. همچنین اطلاعاتی برای کمک به مدیران ارائه می‌دهد. بر اساس این راهنما الزامات توسعه حرفه‌ای برای آموزش همگانی به شرح زیر است:

- رویکرد سیستماتیک که بخشی از توسعه‌ی عمومی مدارس است.
- توسعه مدارس حمایت شده که تمامی کارکنان با یکدیگر آموزش می‌بینند.
- استفاده از آموزش مجازی در مواردی که فواصل زیاد است.
- بررسی ساختار آموزش معلمان به گونه‌ای که کلیه معلمان آموزش‌های لازم را دریافت نمایند.
- آموزش‌های اولیه جهت حصول اطمینان از پذیرش رویکرد آموزش همگانی در کل سیستم به منظور فرهنگ‌سازی

همچنین در سال ۲۰۰۱ یونسکو ۹ قانون طلایی برای مواجهه با انواع ناتوانی‌ها، بخصوص آنهایی که نیازهای ویژه‌ای دارند، تدوین کرده است.

بنابراین آنچه که واضح و مبرهن است برای اینکه این حقوق، از روی کاغذ تبدیل به برنامه عملیاتی و اجرایی گردد، راهی طولانی در پیش



معلمین سراسر دنیا این قوانین را مفید دانسته و اعتقاد دارند در صورت پیاده‌سازی آنها دانش‌آموزان نیز یادگیری بهتری خواهند داشت.

۱ شمول کلیه دانش‌آموزان

۲ محوریت ارتباطات در تدریس

۳ مدیریت کلاس درس

۴ برنامه ریزی دروس

۵ برنامه ریزی فردی برای دانش‌آموزان

۶ کمک‌رسانی فردی

۷ استفاده از تجهیزات کمک‌آموزشی

۸ مدیریت رفتارها

۹ کار گروهی

دانش‌آموزان مشارکت کامل داشته باشند. معلمین نیز باید امکان دستیابی برابر را به گونه‌ای ارتقا دهند که این مشارکت کامل برای افراد با توانمندی‌های گوناگون فراهم گردد. برخی از نکات عملی برای آموزش کودکان با اختلال پیشرفته به شرح زیر توصیه می‌گردد:

۱ از لغات و جملات ساده در آموزش استفاده کرده و بررسی گردد

که آیا دانش‌آموز متوجه شده است یا خیر

۲ به جای استفاده از قلم و کاغذ، از اشیاء واقعی که کودک می‌تواند

دست گرفته و حس کند، استفاده گردد

۳ تنها یک فعالیت در یک زمان با کودک انجام شود و برای وی

تمام فعالیت اول و شروع فعالیت بعدی توضیح داده شود

۴ یک فعالیت به چند مرحله‌ی کوچکتر تقسیم شده و از ساده‌ترین

مرحله که برای کودک قابل اجراست شروع و به تدریج به مراحل

سخت‌تر حرکت کند. چنانچه در بخشی با مشکل مواجه گردید،

یک مرحله به عقب بازگردد.

۵ سعی شود که فعالیتها به تجارب زندگی روزمره کودک مرتبط

گردد

۶ فعالیت چند بار تکرار شود تا کودک در انجام آن ماهر گردد.

بدین ترتیب اعتماد به نفس وی نیز افزایش می‌یابد

۷ از دانش‌آموزانی که فعالیت را بهتر انجام می‌دهند خواسته

شود که به همکلاسان خود کمک کنند. این امر باعث رشد

اجتماعی، احساسی و آکادمیک آنها نیز می‌گردد.

۸ هنگامیکه دانش‌آموزی موفق می‌شود و یا سخت تلاش

می‌کند، وی مورد تشویق قرار گرفته و به او جایزه داده شود

۹ بقیه دانش‌آموزان را تشویق کرده که در فعالیت‌های

ورزشی و فوق برنامه خارج از کلاس با دانش‌آموزان دارای

یک مدرسه‌ی خوب برای دانش‌آموزان دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی، مدرسه‌ای است که نه تنها تحصیل آکادمیک را تسهیل نماید، بلکه مهمتر آنکه به یادگیری زندگی اجتماعی در جهانی با تنوع بسیار کمک کند. بنابراین برای اینکه این دانش‌آموزان بتوانند با همسالان خود یادگیری موثرتری داشته باشند، باید یک سیستم حمایتی به وجود آورد. این سیستم حمایتی، دستیابی برابر کلیه دانش‌آموزان به تمامی منابع آموزشی مدرسه را تضمین می‌نماید. به این ترتیب، دانش‌آموزان دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی می‌توانند در کلیه فعالیت‌های آموزشی با دیگر



۷۵۰۱۱
کتابخانه
۳۸۰
تاسیس

محدودیت‌های جسمی و ذهنی مشارکت کنند. این امر سبب ارتقاء توانمندی‌های هر دو طرف خواهد شد.

۱۰ هرگاه کودک رفتار بدی برای جلب توجه انجام می‌دهد آنرا نادیده گرفته و در عوض در برابر رفتار خوب تشویق گردد.

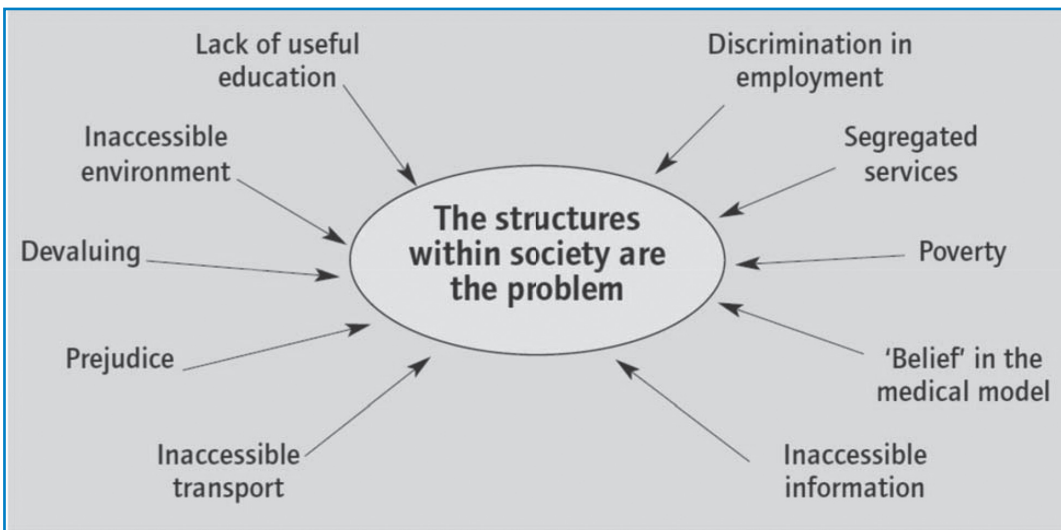
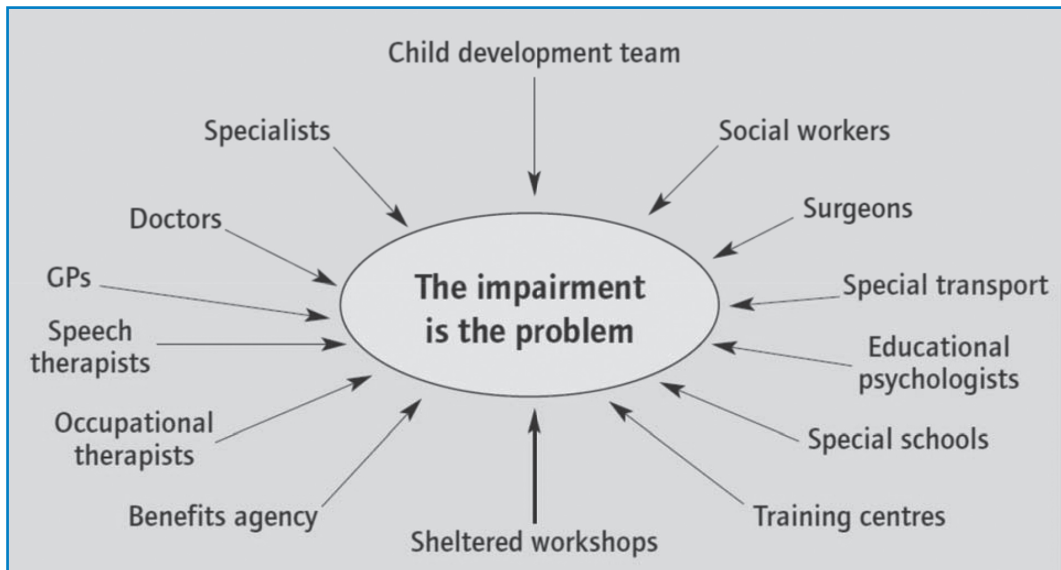
نتیجه‌گیری

اجرای کنوانسیون سازمان ملل متحد در خصوص حقوق افراد دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی، نیازمند تغییر نگرش همگانی از جمله کلیه ارکان دولت، مربیان، اولیا دانش‌آموزان و ارگانهای فعال در این زمینه است. لازمه این تغییر نگرش آن است که به جای اینکه معلولین و کم توانان جسمی و ذهنی را مشکل جامعه بدانیم، آنها را به طرز فعالانه‌ای در امور اجتماع و در تمامی سطوح مشارکت داده و قوانین، سیاستها و دستورالعملهای معطل مانده در این مورد را عملیاتی کنیم. یکی از چالش‌هایی که در اجرای بند ۲۴ کنوانسیون با آن مواجه هستیم، تغییر برنامه‌ریزی تحصیلی به‌گونه‌ای که ایجادکننده انگیزه برای تمامی دانش‌آموزان بوده و متناسب با توانمندی‌های ایشان باشد. همچنین باید تعداد معلمان کافی و آموزش دیده با رویکرد آموزش همگانی به منظور توانایی کار با کودکان با گستره وسیعی از اختلالات وجود داشته باشد.

در مقوله آموزش افراد دارای محدودیت‌های جسمی و ذهنی، در جوامع مختلف دو رویکرد مواجهه وجود دارد.

- ۱ مدلی که این افراد را به عنوان معطلی در جامعه بیان می‌کند که باید تمام ارکان جامعه در خدمت ایشان باشند
- ۲ مدلی که در آن ساختار اجتماعی، معطلی برای این افراد است که باعث می‌شود قابلیت‌های بالقوه ایشان به عنوان عضوی از جامعه و همپای سایر افراد، شکوفا نگردد.

نتایج به دست آمده از واحدهای آموزشی سراسر دنیا حاکی از آن است که نتایج آموزشی دانش‌آموزانی که در مدارس عادی تحصیل می‌کنند اختلاف قابل توجهی با دانش‌آموزانی دارد که با معلولیت مشابه در مدارس استثنایی تحصیل کرده‌اند. در این مطالعه‌ها، در پایان دوره ابتدایی نتایج دانش‌آموزان طیف اوتیسم که در مدارس عادی درس خوانده بودند، ۲۳ برابر بهتر از موارد مشابه در مدارس استثنایی بود. نتایج مشابهی برای دانش‌آموزان با اختلالات یادگیری نیز مشاهده گردید. نتایج یکی از تحقیقاتی که در خصوص دانش‌آموزان سندروم دان در انگلیس صورت پذیرفت، نشان می‌دهد این دانش‌آموزان در صورت تحصیل در مدارس استثنایی، علیرغم تلاش زیاد معلمان، امکان دستیابی به سطوح بالای علمی را نخواهند داشت.



رها قریبی، کارشناس صنایع دستی، گرایش هنرهای چوبی است. چهارسال است که در موسسه رعد، رشته زیورآلات را به کارآموزان علاقمند این رشته آموزش می‌دهد. او معتقد است که کار با دست و ذهن، برای کارآموزان این کلاس نقش درمانی و توان‌بخشی را هم ایفا می‌کند. خودش سابقه نه سال کار آزاد در این رشته را دارد و امیدوار است هنرجویانش بتوانند به تسلط به این حرفه به استقلال مالی دست یابند.



مدرس کلاس زیورآلات؛

در این کلاس به کار بردن کلمه "نمی‌توانم" ممنوع است

سری از موارد در این رشته دشوار است و آموزش آنها زمان بیشتری می‌برد ولی هر گروه از بچه‌ها که به کلاس وارد می‌شوند، می‌توانند کارهایی را یاد بگیرند و وارد بازار کار شوند. کارهنری انتها ندارد و همیشه ایده‌ها و عناوین جدیدی پیدا می‌شود. کلاس زیورآلات، به‌صورت ترمی برگزار می‌شود ولی چون توان افراد با هم متفاوت است، طول دوره هر کلاس ثابت نیست. مثلاً یک سری از کارآموزان در پنج ترم کار را یاد می‌گیرند ولی عده‌ای نیاز به آموزش‌های بیشتری دارند. در این کلاس به کار بردن کلمه "نمی‌توانم" ممنوع است. بعضی از بچه‌ها به دلیل سختی این کار، در ترم اول خسته و دلزده می‌شوند و ادامه نمی‌دهند ولی بعضی‌ها هم با تلاش و پیگیری پای ثابت کلاس هستند. من هیچوقت از درس دادن خسته نمی‌شوم و همیشه حاضریم یک مطلب را چندین بار تکرار کنیم و به بچه‌ها اطمینان می‌دهیم که اگر بخواهند حتماً یاد می‌گیرند. به آنها می‌گویم که توان هر کدام از شما با فرد بغل دستی متفاوت است و چون

خوشبختانه تعدادی از بچه‌ها که در کلاس آموزش دیدند، خودکفا شدند و حالا برای خودشان کار می‌کنند و به درآمد رسیده‌اند

نه سال در جمعه بازار پروانه، غرفه زیورآلات داشتم که فروش خوبی هم داشت. شروع کارم در رعد با یک سری از کارآموزان فعال مثل مهتاب ناظری بود. خوشبختانه در این مدت تعدادی از بچه‌ها که در کلاس آموزش دیدند، خودکفا شدند و حالا برای خودشان کار می‌کنند و به درآمد رسیده‌اند.

دوره‌های کلاس زیورآلات به چه صورت است و هر دوره آن چه مدت طول می‌کشد؟
کلاس زیورآلات در دو سطح مقدماتی و پیشرفته برگزار می‌شود. یادگیری یک

لطفا خودتان را معرفی کنید و بگویید چگونه با رعد آشنا شدید؟

رها قریبی، کارشناس صنایع دستی گرایش هنرهای چوبی هستم. به مدت نه سال در زمینه زیورآلات در خارج از رعد کار کرده‌ام. زمانی که وارد این کار شدم کلاسی به نام زیورآلات در جایی وجود نداشت و هر آنچه که بلد هستم را با پیگیری‌های خودم و از طریق افراد مختلف یاد گرفته‌ام. استادان من افرادی بودند که به هنرهای مختلفی مسلط بودند و من از آنها بسیار آموختم. آشنایی من با رعد از طریق خانم خالقی، مدرس هنر معرق در موسسه رعد بود. ایشان مدرس کلاس چوب در دانشگاه ما بودند و به من پیشنهاد برپایی کلاس هنری در رعد را دادند. از من پرسیدند که در چه زمینه می‌توانم آموزش بدهم و من زیورآلات را پیشنهاد دادم. از طریق ایشان به دفتر آموزش رعد معرفی شدم و پس از صحبت‌های اولیه، کلاس زیورآلات را راه‌اندازی کردم. الان چهار سال است که با رعد همکاری دارم.

چه شد که به این رشته کاری وارد شدید؟
به کار زیورآلات از قبل علاقه داشتم و قبل از اینکه با رعد شروع به همکاری کنم، به مدت



ساختن زیورآلات، کارظرفی است که با سنگ ومهره ونخ انجام می شود، پس باید قلق دست خودتان را پیدا کنید. مثلاً در نقاشی، هرکس یک جور قلمو را به دست می گیرد، ولی در نهایت کار همه قابل قبول است. این کلاس تا حدودی نقش فیزیوتراپی و کاردرمانی هم برای بچه ها ایفا می کند، چون کار با دست، فعالیت مغزی را بالا می برد. یکی از مزایای این رشته هنری این است که به مواد اولیه عجیب و غریب و ابزار و سنگین نیاز ندارد. مواد اولیه و ابزار در این رشته قابل حمل وسبک هستند و بچه ها اگر علاقمند و خلاق باشند به راحتی می توانند در منزل کار کنند و به درآمد برسند و کسب و کار خانگی داشته باشند. همانطور که تعدادی از کارآموزان این کار را انجام می دهند.

در کلاس های مقدماتی و پیشرفته کارآموزان چه مواردی را آموزش می بینند؟

در دوره مقدماتی بچه ها، گره های اولیه و ساخت انواع دستبندها را با نخ وسیم آموزش می بینند. وقتی گره و کار با نخ را یاد گرفتند، کار با سیم و استاپر را شروع می کنند. در این دوره بچه ها می توانند انواع سرویس های زیورآلات مثل؛ دستبند و گردنبند را بسازند. البته طول این دوره برای هر شخص با توجه به توانایی اش متفاوت است. در دوره پیشرفته آنها کار با رزین را یاد می گیرند و نوع متریال هم از مهره و سنگ، به مواد گران قیمت تر تغییر می یابد چون کار بچه ها در کلاس پیشرفته، دیگر دورریز و پرتی ندارد. تصمیم داریم از ترم آینده در کلاس پیشرفته، با همکاری واحد اشتغال، کارهای جدیدی متناسب با بازار و برای فروش در مکان های لوکس تولید کنیم. در واقع در کلاس مقدماتی، بحث آموزش و در کلاس پیشرفته، بحث تولید کار برای فروش در بازار و مکان های لوکس تر است.

در خارج از مجتمع رعد هم کلاس آموزشی دارید؟

خیر. من فقط در رعد تدریس می کنم و فقط برای کارآموزان رعد کلاس دارم. دوسالی هم هست که دیگر خودم هم غرفه ندارم و برای خودم کار نمی کنم، چون محیط جمعه بازار پروانه برایم خسته کننده

این کلاس تا حدودی نقش فیزیوتراپی و کاردرمانی هم برای بچه ها ایفا می کند، چون کار با دست، فعالیت مغزی را بالا می برد

شده بود. من کار در این رشته را با کار رزین شروع کردم که کاری با متریال شیشه ای است. در آن زمان کار تازه ای بود و خیلی زود جواب می داد و نمونه چینی اش هم هنوز وارد ایران نشده بود، بنابراین استقبال بالایی از آن می شد و فروش خوبی داشت. در رعد هم چهار سال پیش کار را با رزین شروع کردم و فروش خوبی هم از تولیدات رزین داشتیم. در ترم های بعدی قصد دارم مدل های جدید و پیشرفته تر رزین را آموزش دهم.

استقبال کارآموزان رعد از این کلاس چطور است و آیا از این راه به درآمد رسیده اند؟

بچه ها دو دسته هستند؛ یا می آیند و وقتی متوجه می شوند که علاقه ای ندارند، ادامه نمی دهند و یا می آیند و علاقمند می شوند و می مانند. خیلی از بچه ها که کار را به خوبی یاد گرفته اند، در خانه کار می کنند و به درآمد رسیده اند. این بچه ها در بازارچه ها و نمایشگاه هایی که در داخل و خارج رعد برگزار می شود، غرفه دارند و کارهایشان را می فروشند. یک سری از بچه ها که کمتر از خانه خارج می شوند هم توسط خانواده و اطرافیان شان حمایت می شوند و به دوست و آشنا و همسایگان خود و آرایشگاه محل و ... تولیداتشان را ارائه می کنند و به فروش می رسانند. تعدادی از بچه ها هم کانال تلگرام و اینستاگرام دارند و کارهایشان را از این طریق به فروش می رسانند. البته ادعا نمی کنم که درآمد حاصل از این کار، به غیر از چند نفری که کار رابه صورت حرفه ای دنبال می کنند، خیلی بالاست، اما با توجه به هزینه مواد اولیه و امکان کار در خانه قابل قبول است. این کار هم جنبه سرگرمی دارد و هم درآمدزاست.

مواد اولیه شما چیست و آنها را از کجا تهیه می کنید؟

مواد اولیه ما سنگ و مهره و بند و نخ است و آنها را از بازار تهران تهیه می کنم. معمولاً هر ترم یک خرید کلی انجام می دهم. در شروع هر ترم سری به بازار تهران می زنم و مواد مختلف و قیمت ها را بررسی می کنم. می بینم چه مغازه ای چه چیزی آورده و قیمتش چند است و خرید آنها به صرفه هست یا نه؟ خوشبختانه خوبی کارما این است که اگر محصول نهایی خوب در نیاید می توانیم آن را باز کنیم واز متریال آن دوباره استفاده کنیم، یعنی دور ریز ما خیلی کم است.

آیا توانسته اید با مکان های دیگری برای عرضه محصولات خود ارتباط ایجاد کنید تا تولیدات خود را به آنها بفروشید؟

خانم کیا زحمت کشیدند و به گالری های مختلف هنری سر زدند و نمونه کارهایمان را نشان داده اند و بعد با تبادل نظری که با هم داشتیم، سفارش هایی دریافت کرده ایم. فعلاً در پی تهیه مواد اولیه و شروع به ساخت آنها هستیم. در بازارچه ها هم کارهایمان را عرضه کرده و فروش خوبی داشتیم.

تعداد کارآموزان کلاس چند نفر هستند؟

الآن در ترم تابستان حدود بیست نفر در دو کلاس مقدماتی و پیشرفته آموزش می بینند.

آیا تاثیر این کلاس در توانمندی بچه های رعد قابل مشاهده است؟

بله، بچه هایی که با انگیزه در چنین کلاس هایی شرکت می کنند حتماً توانمندتر می شوند. بعضی از بچه ها یاد گرفته بودند که برای وقت گذرانی به مرکز رعد بیایند، ولی من از اولین جلسه کلاس به آنها توصیه کردم که نباید برای وقت گذرانی به رعد بیایند، بلکه باید از آنچه که یاد می گیرید، استفاده کنند. چه نقاشی، چه معرق، چه سفال و چه کلاس های دیگر. من به بچه ها توصیه می کنم که خودشان تحقیق کنند و مواد اولیه را با هم ترکیب کرده و محصول جدیدی بسازند. مثلاً می گویم که آیا می توانید از سفال های کوچک گردنبند یا دستبند و چیزهای دیگری درست کنید؟ وقتی این صحبت ها تکرار می شود، روی بعضی از افرادی که واقعا به دنبال یادگیری هستند، تاثیر می گذارد و تلاش خود را بیشتر می کنند.





با تعدادی از کارآموزان کلاس زیورآلات حرف زدیم و انگیزه آنها برای شرکت در این کلاس و چگونگی آشنایشان با رعد را پرسیدیم.

زیورآلاتی که می‌سازم، تک و سفارشی است

سونیا یعقوبی: پنجاه و پنج ساله هستم ولیسانس ریاضی دارم. من با رعد از بیست و پنج سال پیش آشنا شدم ولی چون فرزند کوچک داشتم، نمی‌توانستم در کلاس‌های رعد شرکت کنم. حدود پنج شش سال پیش به رعد آمدم و در کلاس کامپیوتر و زبان ثبت‌نام کردم. در کلاس‌های آشپزی سامان گلریز هم شرکت داشتم و الان هم در کلاس زیورآلات شرکت می‌کنم. من از کودکی به کارهای هنری علاقه داشتم ولی تا قبل از این به دلیل مشغله‌های زندگی نتوانسته‌بودم به این رشته بپردازم. مرکز رعد چون مناسب‌سازی شده، برای همه ما قابل استفاده است. بچه‌ها در این مکان باهم آشنا می‌شوند و تجربیات خود را به اشتراک می‌گذارند که خیلی مفید است. من از آنچه در کلاس کامپیوتر یاد گرفته بودم، در کار در کافی‌نت استفاده کردم. از آموزش‌های کلاس آشپزی هم استفاده کردم و مدتی در منطقه فرحزاد رستوران زدم. ولی به خاطر بالا بودن اجاره محل نتوانستم ادامه بدهم. سه ترم است که به این کلاس می‌آیم و کار زیورآلات را هم خوب یاد گرفته‌ام. خانم قریشی خیلی زحمت می‌کشند و آموزش‌های کاربردی و مفیدی به ما می‌دهند. من به خاطر علاقه‌ام به کار هنری و به خاطر استفاده مفید از وقت این کارهنری را دنبال می‌کنم. الان به مرحله‌ای رسیده‌ام که هرکاری را انجام نمی‌دهم و کاری می‌کنم که از آن لذت ببرم. معمولاً هم هرکسی کارم را می‌بیند خوشش می‌آید و توانسته‌ام فروش هم داشته باشم. البته کمی مشکل تهیه مواد اولیه دارم چون رفتن به بازار و تهیه آن برایم سخت است. کارهای من تک و سفارشی است و وقت سری کاری ندارم چون از مادر ۸۶ ساله‌ام که سگته کرده‌اند هم پرستاری می‌کنم. ولی برای اینکه از لحاظ ذهنی دچار مشکل نشوم این کار که کمک بزرگی به من می‌کند را ادامه می‌دهم. الان در دوره پیشرفته هستم و توانسته‌ام در بازارچه‌های رعد تولیداتم را عرضه کنم و بفروشم.

این هنر در تقویت روحیه من تاثیر زیادی داشته‌است

دریا پرخچی محمدی: من از سال ۹۲ وارد رعد شدم. ابتدا در دانشگاه علمی کاربردی رعد در رشته مترجمی زبان درس می‌خواندم و بعد به رشته گرافیک تغییر رشته دادم. به تدریج با کلاس‌های مجتمع رعد هم آشنا شدم و به توصیه یکی از دوستان در کلاس‌های خوشنویسی و زیورآلات شرکت کردم. سه سال است که به این کلاس می‌آیم و کارهای زیادی را یاد گرفتم که باعث خوشحالی و رضایتم است. این هنر در تقویت روحیه من تاثیر زیادی داشته و باعث شده مورد تشویق دوستان و اطرافیان قرار بگیرم و بتوانم از افراد مختلف سفارش کار بگیرم. از این طریق به درآمد هم رسیده‌ام. غیر از کار زیورآلات، کارهای طراحی لگو هم انجام می‌دهم، چون رشته‌ام طراحی و گرافیک است. در کلاس نقاشی هم شرکت می‌کنم. کارهای تولیدیم را در صفحات مجازی مثل؛ تلگرام و اینستاگرام به نمایش و فروش می‌گذارم.

دوست ندارم کارهای تکراری انجام دهم

مهتاب ناظری: متولد سال ۶۶ هستم و از آبان ۹۴ به رعد می‌آیم.

از همان اول علاقه به کار زیورآلات داشتم فقط در همین کلاس ثبت نام کردم. اکنون در کلاس پیشرفته هستم. با معرفی از طریق خانم قریشی، با چند نفر از کارآموزان کلاس برای آموزش کار با طلا و نقره به کلاس‌های خارج از رعد معرفی شدیم و این دوره پیشرفته طلاسازی را هم با موفقیت به پایان رساندیم. اکنون در دانشگاه رعد، رشته روابط عمومی را می‌خوانم و در خانه هم کار زیورآلات را به‌طور سفارشی انجام می‌دهم. همیشه به اندازه یک میز، کارآماده دارم که بتوانم در بازارچه‌های مختلف شرکت کنم. در صفحه اینستاگرام هم کارهایم را معرفی و به فروش می‌رسانم. روز اولی که به این کلاس آمدم خانم قریشی به همه ما گفتند که جوری این کار را یاد بگیرید که بتوانید مشتری جذب کنید. توصیه ایشان باعث شد که برای حرفه‌ای شدن در این هنر بسیار تلاش کنم و اعتماد به نفسم بالا برود. من در نمایشگاه‌های مختلفی غرفه گرفتم و فروش خوبی هم داشتم. این مهارت، تاثیرات بسیار خوبی در من گذاشته و درآمد داشتن باعث افزایش اعتماد به نفسم شده‌است. اگر درآمد از کاری باشد که به آن علاقمند باشم، مثل کار زیورآلات که با سنگ و رنگ و نخ‌های رنگی است و جنبه هنری و خلاقیتش بالاست، تاثیر بهتری بر روحیه و حال من دارد. من خودم هم به دنبال ایده‌های جدید و بافت‌های جدید هستم و دوست دارم بتوانم کارهای نویی عرضه کنم و کمتر کار تکراری انجام بدهم.

امیدوارم بتوانم به عنوان مربی، به سایر دوستان علاقمند آموزش بدهم

مهنوش ایل بیگی: از سال ۹۴ در کلاس‌های رعد شرکت می‌کنم. از بچگی به کارهای هنری علاقه داشتم و در کلاس‌های نقاشی، سفالگری و بازاریابی رعد شرکت کرده‌ام و حدود سه سال است که به کلاس زیورآلات و بدلیجات می‌آیم. در بازارچه‌های مختلف در رعد و در بیرون از رعد، شرکت کرده‌ام. در منزل هم کار می‌کنم و زیورآلات درست می‌کنم و به دوستان و آشنایان می‌فروشم و از این راه درآمد هم دارم. از خانم قریشی تشکر می‌کنم که دلسوزانه این هنر را به ما آموزش می‌دهند. توسط یکی از دوستان با این کلاس آشنا شدم و چند جلسه آمدم تا ببینم می‌توانم این کار را انجام بدهم یا نه، خوشبختانه توانستم و به این هنر خیلی هم علاقمند شدم. امیدوارم که در این زمینه بیشتر پیشرفت کنم و بتوانم با اعتماد به نفس بالا به عنوان مربی به سایر دوستان علاقمند آموزش بدهم.



شماره ۸۳۰
پاییز ۱۳۹۷

مرکز ضایعه نخاعی از سال ۱۳۶۹، فعالیت‌هایش را با هدف درمان و توانبخشی جانبازان ضایعه نخاعی آغاز کرد. ولی به دلیل افزایش فعالیت‌ها و تغییراتی که به مرور در وظایفش ایجاد شد، نامش تغییر یافت و فعالیت خود را تحت عنوان "اداره کل امور تخصصی و گروه‌های ویژه بنیاد شهید و امور ایثارگران" ادامه داد. با دکتر مسعود جوادی پروانه، مدیر کل اداره کل امور تخصصی و گروه‌های ویژه در بنیاد شهید به گفت‌وگو نشستیم و از فعالیت‌های این مرکز پرسیدیم.



جزیره‌ای عمل کردن دیگر نتیجه‌ای ندارد!

فعالیت‌هایی را شروع کرد. بیشترین موضوعی که موجب ارتباط مرکز با سایر سازمان‌های غیردولتی و مراکز تحقیقاتی و دانشگاهی شد، فعالیت‌های آموزشی بود. فعالیت مهم دیگر مرکز، پر کردن اوقات فراغت این عزیزان به بهترین شکل ممکن بود. بردن جانبازان عزیز به همراه خانواده به اردوهای آموزشی، تفریحی و ورزشی یکی از این فعالیت‌هاست. در طول فعالیت این مرکز، حدود هزار نفر از جانبازان و خانواده‌هایشان به اردوهای آموزشی، ورزشی، درمانی و تفریحی برده شده‌اند. در این اردوها سعی شده در کنار برنامه‌های آموزشی و ورزشی، فضایی برای گفت‌وگو، انتقال تجربه و تبادل نظر ایجاد شود تا جانبازان در کنار همدیگر، روز خوبی را بگذرانند و سلامتی جسم و روانشان افزایش یابد. درحالی که با محدودیت‌های شدید بودجه درگیر هستیم، ولی اصرار داریم که این فعالیت‌ها حتما دنبال شوند.

در اردوها سعی شده در کنار برنامه‌های آموزشی و ورزشی، فضایی برای گفت‌وگو، انتقال تجربه و تبادل نظر ایجاد شود تا جانبازان در کنار همدیگر روز خوبی را بگذرانند و سلامتی جسم و روانشان افزایش یابد

نیازمند بسترسازی و ایجاد ساختاری گسترده و وسیع بود که با وجود محدودیت‌های موجود، این حوزه هم فعال شد. از دیگر فعالیت‌های مرکز، فعالیت‌های آموزشی است. همانطور که می‌دانید آموزش در دنیای امروز چه در بحث ارتقاء سلامت، چه در بحث پیشگیری از بیماری‌ها و چه در حوزه توان‌بخشی، بسیار مورد توجه است. لذا مرکز، در این زمینه هم

مرکز ضایعات نخاعی از چه سالی و با چه هدفی تشکیل شد؟

این مرکز از سال ۱۳۷۰ شروع به کار کرد. چون در طول هشت سال جنگ تحمیلی، تعداد زیادی از رزمندگان دچار آسیب‌های نخاعی شدند، نیاز بود که مرکزی برای ارائه خدمات به این عزیزان تاسیس شود. به همین دلیل، مرکز ضایعات نخاعی با اهداف مختلفی شروع به کار کرد که یکی از مهم‌ترین آن، ارائه به‌روزترین برنامه‌های درمانی با همکاری بهترین متخصصان در حوزه آسیب‌های نخاعی چه در داخل و چه در خارج از کشور بود. یکی دیگر از فعالیت‌های مرکز، بحث پایش سلامت است که توسط پزشکان معتمدی که با مرکز در ارتباط هستند، صورت می‌گیرد. اینکه پزشکان با توجه به ارتباطی که از طریق این مرکز با جانبازان تحت پوشش پیدا می‌کنند، به‌طور مرتب آنها را معاینه کرده تا از بیماری‌های ثانویه پیشگیری شود. این فعالیت



این مرکز زیر نظر بنیاد شهید است یا بنیاد امور جانبازان و ایثارگران؟
 قبلا سازمان امور جانبازان، زیر نظر بنیاد مستضعفان و جانبازان بود، ولی از این بنیاد جدا شد و پس از ادغام با بنیاد شهید و ستاد آزادگان، تبدیل به بنیاد شهید و امور ایثارگران شد. در حال حاضر بخش ضایعات نخاعی، زیر مجموعه اداره کل امور تخصصی و گروه‌های ویژه است و این اداره کل هم زیر مجموعه معاونت بهداشت درمان بنیاد شهید و امور ایثارگران می‌باشد.

لطفا در مورد خدمات اداره کل امور تخصصی و گروه‌های ویژه بیشتر توضیح دهید؟ آیا این تغییرات، در خدماتی که ارائه می‌شود هم اثر داشته است؟

همانطور که گفتیم جامعه هدف مرکز ضایعات نخاعی، جانبازان عزیز هستند و خدمات مرکز، شامل پیگیری‌های درمانی و بحث پایش سلامت و برنامه‌های آموزشی و اردوهای تفریحی و آموزشی درمانی می‌باشد.

چگونه افراد با شما ارتباط می‌گیرند و از خدمات این مرکز بهره‌مند می‌شوند؟

معاونت بهداشت درمان بنیاد شهید و امور ایثارگران در استان‌های مختلف، زیر مجموعه‌ای به نام معاونت بهداشت و درمان در همان استان دارد و اداره کل امور تخصصی و گروه‌های ویژه هم در تعامل با معاونت‌های بهداشت و درمان استان قرار دارند. عموماً فعالیت‌های درمانی یا پایش سلامت، در استان‌ها انجام می‌شود. ساختار مرکزی، یک ساختار ستادی است و در تعامل با کل این مجموعه فعالیت می‌کند و اهداف را دنبال می‌کند. مثلاً بحث پایش سلامت، در سطح استان‌ها پیگیری می‌شود، ولی بعضی از فعالیت‌ها در ستاد برنامه‌ریزی می‌شود، مثل؛ برگزاری اردوهای کشوری که جانبازان همه استان‌ها را پوشش می‌دهد. البته در سال‌های اخیر به دلیل محدودیت بودجه شدیدی که با آن روبه‌رو هستیم، برگزاری اردوها با مشکل روبرو شده است. در گذشته در هر سال، چهار یا پنج اردو در نقاط مختلف کشور برگزار می‌کردیم ولی

آدرس سایت
اداره کل امور تخصصی و
گروه‌های ویژه؛
www.isaarsci.ir

غیردولتی فعال در حوزه معلولان برگزار کنیم و با توجه به اینکه نتایج فعالیت‌هایمان را منتشر می‌کنیم، علاقه‌مندی برای همکاری و مشارکت روزبه‌روز در حال گسترش است. در سال قبل بیش از صد کلیپ صوتی آموزشی و فیلم‌های آموزشی کوتاه ساخته‌ایم، این در حالیست که به شدت با محدودیت بودجه مواجهیم. ولی چون ارتباطات خوبی ایجاد کرده‌ایم و فعالیت‌هایمان مشارکتی است، توانستیم این فعالیت‌ها را ادامه و روزبه‌روز هم گسترش دهیم.

چگونه فعالیت‌هایتان را به اطلاع علاقه‌مندان می‌رسانید و خبر رسانی می‌کنید؟

یک سیستم خبررسانی را در طول پانزده سال اخیر ایجاد کرده‌ایم که نتایج فعالیت‌هایی که در حوزه آموزشی انجام می‌شود را به سرعت در اختیار علاقه‌مندان حوزه معلولان مثل؛ دانشگاه‌ها، مراکز تحقیقاتی و سازمان‌های دولتی و غیردولتی فعال در حوزه آسیب نخاعی قرار می‌دهد. کانالی با نام کانال "مرکز ضایعات نخاعی در سایت آپارات" هم ایجاد کرده‌ایم که در آن بیش از دویست و سی فیلم کوتاه آموزشی، سخنرانی‌ها و کلیپ‌های صوتی آموزشی وجود دارد که مجموعه‌ای غنی است که نظیرش در کمتر کشوری پیدا می‌شود. چون اساس فعالیت ما مشارکتی است، این فعالیت‌ها مرتب افزایش پیدا می‌کند و احتمالاً تا پایان سال به بیش از سیصد فیلم و کلیپ خواهد رسید که رایگان در اختیار همه قرار می‌گیرد.

ارتباط شما با سایر انجمن‌های حوزه معلولان چگونه است؟

ارتباط ما با انجمن‌های فعال در حوزه آسیب نخاعی بسیار عالی است و فعالیت‌های آموزشی خوبی را با آنها در حال برنامه‌ریزی و اجرا هستیم. همچنین همکاری بسیار خوبی نیز با انجمن نیکوکاری رعده داریم و همایش‌های خوبی را در این موسسه برگزار کرده‌ایم و در ساخت اپلیکیشن‌های آموزشی هم از همفکری کارشناسان رعده بهره برده‌ایم. زمانی که اولین اپلیکیشن معلولان توسط

در سال‌های اخیر این تعداد کاهش پیدا کرده است.

آیا تسهیلاتی مثل ویلچر، واکر، پای مصنوعی و... هم در اختیار جانبازان قرار می‌دهید؟

طبق ضوابطی که در معاونت بهداشت و درمان بنیاد شهید و امور ایثارگران تعریف شده، هر جانباز نخاعی، صندلی چرخ‌دار و سایر تجهیزات توانبخشی و لوازم مصرفی درمانی را دریافت می‌کند. این خدمات به بخش دارو و تجهیزات اداره کل درمان و توانبخشی برمی‌گردد که در مورد تجهیزات و داروهای خاص مورد نیاز افراد، برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری می‌کند.

در مورد بحث آموزش بیشتر توضیح دهید؟

با توجه به این که فعالیت مرکز ضایعات نخاعی گسترده‌تر شده است، در پانزده تا بیست سال اخیر روی دو موضوع تاکید بیشتری داشته‌ایم؛ یکی اعتمادسازی و دیگری جلب مشارکت. همین جهت‌گیری باعث شده که بتوانیم به تدریج ارتباطات خوبی با سازمان‌های غیردولتی و مراکز تحقیقاتی و دانشگاه‌ها برقرار کنیم. بنابراین توانستیم برنامه‌های آموزشی بسیاری را اجرا کنیم که با نظم و انضباط تعریف‌شده‌ای پیش رفت و اعتماد خوبی را ایجاد کرد. در سال قبل توانستیم حدود پنجاه همایش و نشست را با مشارکت دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی و سازمان‌های دولتی و



کانالی با نام کانال "مرکز ضایعات نخاعی در سایت آپارات" ایجاد کرده‌ایم که در آن دویست و سی فیلم آموزشی، سخنرانی و کلیپ‌های صوتی وجود دارد. مجموعه‌ای، غنی که شاید نظیرش در کمتر کشوری پیدا شود



ما ساخته شد، در جشن سی‌امین سالگرد موسسه رعد، از مرکز ضایعات نخاعی بنیاد شهید و امور ایثارگران به خاطر ساخت این اپلیکیشن تقدیر شد. در رویداد توان‌تک در نمایشگاه الکمپ نیز با موسسه رعد همکاری داشتیم.

چه تعداد از جانبازان نخاعی در سطح کشور، عضو این مرکز هستند و از شما خدمات دریافت می‌کنند؟

تغییری که در نام مرکز ضایعات نخاعی صورت گرفت، به دلیل فعالیت‌های روبه جلوی این مرکز بود و با این تغییرات، فعالیت‌های جدیدتری به حوزه کاری مرکز اضافه شد. قبلاً فعالیت ما روی جانبازان نخاعی متمرکز بود، اما با این تغییر، گروه‌های هدف نیز در حال تغییر هستند و عزیزان جانباز با مجروحیت‌های دیگر نیز به جامعه هدف خدمات‌رسانی این اداره کل اضافه شده‌اند.

آیا خدمات شما شامل افرادی که دچار ضایعه نخاعی هستند ولی جانباز نیستند هم می‌شود؟

فعالیت‌های ما بر خدمت‌رسانی به گروه هدف که جانبازان عزیز هستند، برنامه‌ریزی شده‌است. البته در حوزه آموزش، با انجمن‌هایی که منظم و قابل اعتماد بوده‌اند، در طول این سال‌ها ارتباط خوبی برقرار کرده و فعالیت‌هایمان را به جلو بردیم. فعالیت‌های ما تحت عنوان اداره کل امور تخصصی و گروه‌های ویژه، بسیار گسترده‌تر شده‌است. افرادی

و فایل‌های صوتی کانال مرکز نخاعی در آپارات، چیزی حدود پانصد هزار دقیقه دیده و شنیده شده‌است و این نشان می‌دهد که با گسترش این برنامه‌ها، در آینده اتفاقات خوبی برای جانبازان و معلولان در سراسر کشور خواهد افتاد. چون از این طریق فرهنگ‌سازی می‌شود و جامعه به سمت حساسیت نسبت به مناسب‌سازی فضاهای عمومی و نحوه صحیح ارتباط با این افراد می‌شود. خوشبختانه تعداد انجمن‌های فعال ایثارگران در حال افزایش است و با گسترش فعالیت این انجمن‌ها می‌توانیم شاهد توسعه خدمات‌رسانی بهتر به جانبازان عزیز و معلولان در کشور باشیم. انجمن‌های فعال نخاعی ایرانیان، از انجمن‌های فعال در این حوزه است که مشارکت و همکاری خوبی با ما دارند. هرچه

در جنگ دچار قطع اندام شده‌اند، عده‌ای دچار نابینایی شده‌اند و یا به انواع دیگری از معلولیت‌ها دچار شده‌اند، ما به دنبال این هستیم که حوزه فعالیت خود را در تمام این ابعاد گسترش دهیم و بتوانیم با سایر انجمن‌ها به یک هدف مشترک برسیم. آموزش‌های زیادی برای جانبازان نخاعی داریم که قابل استفاده برای خیلی از معلولیت‌هاست. بیش از سه سال است که در بیمارستان خاتم، کارگاه‌های آموزشی را با کمک متخصصان برگزار کردیم که نتایج آن به صورت فیلم و کلیپ وجود دارد و به صورت رایگان در اختیار همه افراد دارای معلولیت قرار گرفته‌است. مثلاً وقتی کارگاه آموزشی در مورد اختلال خواب گذاشته می‌شود، برای یک کشور قابل استفاده است. طبق آمار، در نیمه دوم سال ۹۷، فیلم‌ها



این انجمن‌ها توسعه پیدا کنند و ارتباطاتشان با هم منسجم‌تر شود، اتفاقات خوبی برای جامعه معلولان می‌افتد.

آیا آمار دقیقی از تعداد جانبازان جنگ وجود دارد؟ این آمار دیگر افزایش نمی‌یابند؟

آمار دقیقی در مورد جانبازان جنگ با ریز جزئیات مجروحیت آنان به دلیل حضور در کمیسیون‌های پزشکی برای تعیین درصد جانبازی وجود دارد و سالانه تعدادی به این آمار اضافه می‌گردد.

تاثیر آموزش‌های غیررسمی در توانمندسازی جانبازان نخاعی چگونه است؟

مهم‌ترین عاملی که می‌تواند زمینه‌ساز تغییر رفتار باشد، آموزش است. بخشی از این آموزش براساس نیازهای جامعه صورت می‌گیرد. ما در حال حاضر چند مشکل داریم. جانبازان نخاعی ما در آستانه ورود به سالمندی هستند و به همین دلیل بخشی از آموزش‌هایمان در حوزه جانبازان نخاعی را در سال جدید به سمت سالمندی برده‌ایم تا ببینیم در این حوزه چه فعالیت‌های آموزشی می‌توانیم انجام دهیم. این آموزش‌ها براساس نیاز این افراد مطرح شده‌است. در ۲۶ تیرماه، نشست با عنوان پیشگیری از آلزایمر و بیماری‌های مشابه داشتیم. تا انتهای سال، چندین نشست آموزشی با انجمن جانبازان نخاعی در زمینه سالمندی خواهیم داشت و نتایج این نشست‌ها هم منتشر می‌شود.

افراد دارای معلولیت، نیازمند صندلی چرخ‌دار خوب هستند و نیاز دارند که در این زمینه از آموزش‌های لازم برخوردار شوند. ما یک کمیته عالی تحقیقات و آموزش بهبود کیفیت صندلی چرخ‌دار تشکیل داده‌ایم که یک سری از سمن‌ها و دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی در آن عضو هستند. این کمیته از سال قبل تا کنون کارگاه‌ها و نشست‌هایی را برگزار کرده که به صورت مستمر هم ادامه دارد. در کانال مرکز ضایعات نخاعی در آپارات نتایج این نشست‌ها منتشر شده‌است. نیاز دیگری که در کشور ما

ارتباطات وسیعی با انجمن‌ها، مراکز تحقیقاتی و دانشگاه‌ها و همچنین ارتباطات خوبی با موسسه رعد داشته و فعالیت‌های آموزشی خوبی را با مشارکت رعد انجام داده‌ایم

وجود دارد، بحث مناسب‌سازی است. عدم مناسب‌سازی فضاها و اماکن عمومی مانعی در مقابل مشارکت اجتماعی عزیزان جانبازو افراد دیگری که معلولیت دارند می‌باشد. در این حوزه هم در دوم مردادماه، همایشی با موضوع مناسب‌سازی در مجتمع‌های بین راهی داشتیم. مجتمع‌های بین راهی در سراسر کشور مورد بازدید قرار گرفتند و نتایج آن در این همایش ارائه شد. برای مناسب‌سازی در سطح وسیع نیاز به آموزش است که انجمن‌های فعال در حوزه معلولان همیشه در کنار ما بوده‌اند و مشارکت‌های خوبی با هم داشته‌ایم.

ارتباط شما با رسانه‌های عمومی، مانند صدا و سیما چگونه است؟

علاقه ما برای ورود مستمر و فعال به رسانه‌های عمومی برای آموزش جامعه هدف در زمانی است که بتوانیم یک ارتباط منسجم با همه مراکز تحقیقاتی و سازمان‌های دولتی و غیردولتی فعال در حوزه معلولیت برقرار نماییم تا با یک فرهنگ‌سازی درست بتوانیم در حوزه آموزش قدم‌های مهمی برداریم. سعی داریم بعد از بسترسازی‌های مناسب و تقویت بنیه علمی خود، سراغ رسانه‌ها برویم و شروع به فرهنگ‌سازی کنیم. البته فعالیت‌هایی از ما در رسانه‌هایی نظیر صدا و سیما و رادیو منتشر شده‌است.

و سخن آخر؟

می‌خواهم بگویم که برای رسیدن به موفقیت‌های پایدار، تمام

انجمن‌های حوزه معلولان باید با هم به یک مشارکت فعال برسند. جزیره‌ای عمل کردن دیگر نتیجه‌ای ندارد. در دنیا هم اگر در پروژه‌هایی به موفقیت رسیده‌اند، به این خاطر بوده که کار تیمی و گروهی داشته‌اند. گاهی می‌بینیم بیش از پنج تا ده هزار نفر روی یک پروژه کنار هم فعالیت می‌کنند. اگر بخواهیم در حوزه معلولان و جانبازان شاهد اتفاقات خوب باشیم، باید به این درجه برسیم. باید همه انجمن‌های مردم نهاد و سازمان‌های فعال دولتی و غیردولتی به روش علمی و درست و غیراحساسی برای بهبود زندگی افراد دارای معلولیت با یکدیگر مشارکت کنند. در این صورت هرکاری را اراده کنیم به سرعت می‌توانیم انجام دهیم. وقتی مشارکت بین سازمان‌ها گسترده شود، به راحتی می‌توان کارهای بزرگی انجام داد. به خاطر ارتباطات گسترده‌ای که داریم، به سرعت فیلم می‌سازیم و همایش‌ها و کارگاه‌ها را برگزار می‌کنیم. ما اساتیدی داریم که اعلام آمادگی کرده‌اند که به صورت رایگان آموزش دهند، سالن‌های زیادی برای برگزاری همایش‌ها اعلام آمادگی کرده‌اند. فایل‌های صوتی این همایش‌ها در آپارات در دسترس همگان قرار دارد. شاید پانزده یا بیست سال پیش اگر کسی دچار آسیب نخاعی می‌شد، باید بسیار تلاش می‌کرد تا بتواند مطالب آموزشی مفید را به دست بیاورد، ولی الآن اگر چنین فردی اراده کند، فیلم‌های آموزشی و کلیپ‌های صوتی فراوانی در دسترس اوست و با بهره‌گیری از آنها می‌تواند از سلامتی خود محافظت نماید. همه این کلیپ‌های آموزشی و کاربردی کاملاً رایگان است و به راحتی در اختیار متقاضیان قرار می‌گیرد و این نتیجه‌ایست از خود گذشتگی تعداد بسیار زیادی از متخصصان، کارشناسان و فعالان حوزه معلولان و جانبازان می‌باشد که امیدواریم روزبه‌روز گسترش یابد. اگر نشریه توان‌یاب هم بتواند در حوزه اطلاع‌رسانی برنامه‌های آموزشی با ما همکاری کند، فرصت‌های خوبی در اختیار افراد دارای معلولیت قرار می‌گیرد که می‌توانند از آنها بهره‌برند.



۱۳۸۸ خرداد ماه

وقتی که از معلولیت حرف به میان می‌آید، ذهن افراد به بیماری مادام‌العمر و از کارافتادگی معطوف می‌شود. بررسی‌ها نشان می‌دهد که بیش از ۸۰ درصد افرادی که معلول هستند، از بدو تولد به این ناتوانی مبتلا نبوده‌اند و هر کدام به دلایلی، مثلاً در اثر ابتلا به یک بیماری خاص و یا حادثه‌ای مانند تصادف، معلول شده‌اند.

معلولیت عبارتست از محدودیت‌هایی در زمینه‌های مختلف جسمی، حسی یا ذهنی و روانی که شخص مبتلا به آن را در زندگی روزمره در مقایسه با سایر افراد جامعه، دچار مشکل یا محدودیت می‌کند.

البته مشخص است که زندگی هر کسی در اثر معلولیت، کاملاً دچار تغییر می‌شود، اما می‌توان با پشتیبانی صحیح و تامین نیازهای مادی و غیر مادی، باری از مشکلاتش برداشته شود تا آنها به زندگی معمولی بازگردند.

فردی که دچار معلولیت می‌شود، در ابتدا احساس افسردگی می‌کند و اضطراب دارد و معمولاً از آینده خود احساس ناامیدی می‌کند.

اگرچه معلولیت توانایی‌های جسمی فرد را محدود می‌کند، اما تاثیرات روانی بر او بسیار بیشتر است که اگر درمان نشود، لطمه بزرگی به روحیه فرد وارد می‌کند و او را به گوشه‌گیری می‌کشاند.

افرادی که به تازگی دچار معلولیت شده‌اند، تمایل ندارند که در اجتماع حضور پیدا کنند و از مواجهه با افراد پرهیز می‌کنند. اطرافیان این افراد باید بسیار هوشمندانه عمل کنند و متناسب با مشکلات روانی به وجود آمده، راه حل مناسبی را برای آن بیاندیشند و حتی‌المقدور با روانشناس ماهر در این خصوص مشورت کرده و سعی کنند در درجه اول بهداشت روانی او را حفظ کنند تا معلولیت به چالشی بزرگ در زندگی او تبدیل نشود.

فعالیت‌های عملی برای حمایت از افراد دارای معلولیت باید با پشتکار و صبر انجام بگیرد. در ابتدا باید مشخص شود که او چه فعالیت‌هایی را می‌تواند به‌صورت مستقل و بدون کمک دیگران انجام دهد.

متأسفانه هنگامی که فرد دچار معلولیت می‌شود، نه تنها به خدمات بهداشتی و توانبخشی که غالباً هزینه بر و گران هستند نیاز پیدا می‌کند، بلکه به سبب معلولیت و کاهش توانایی‌های قبلی خود، با کاهش درآمد نیز روبه‌رو می‌شود.

بنابراین اکثر این افراد دچار مشکلات مالی می‌شوند و اگر تحت حمایت موسسات بیمه و خیریه قرار نگیرند، مشکلات مالی نیز بر مشکلات روحی و جسمی آنها اضافه می‌شود و تحمل شرایط را بیش از پیش برایشان دشوار می‌سازد.

اغلب افرادی که دچار معلولیت می‌شوند، باید تحت حمایت خدمات پزشکی و پیراپزشکی قرار بگیرند؛ به خصوص فیزیوتراپی و کاردرمانی. هدف از انجام خدمات توانبخشی، بهبود کامل معلولیت نیست، بلکه در بسیاری از موارد حفظ توانایی موجود و کاهش تحلیل توانایی‌های باقیمانده اوست. اطرافیان فردی که معلولیت دارد باید محیط عاطفی برای او ایجاد کنند و خدمات و تجهیزات لازم را در اختیار او قرار دهند و در صورت نیاز، برای رفع نیازهای روزانه او مانند نظافت شخصی و دستشویی و حمام رفتن، برای او پرستار بگیرند.

سعیده طوفی، کارآموز رعد



قرار است در هر شماره از نشریه توان‌یاب، یادداشتهایی از آقای محمد علی شفا، استاد کلاس مهارت‌های زندگی در موسسه رعد را منتشر کنیم. این یادداشت اولین نوشته از این سلسله است.

باورم همیشه، من هم....؟!

پیاده توقف می‌کردند تا عابرین با خیال راحت از عرض خیابان عبور کنند. جالب نیست؟! به یک‌باره یاد روزی افتادم که عزیز نابینایی چقدر تلاش می‌کرد تا بتواند از عرض خیابان عبور کند، متاسفانه نه خودرویی می‌ایستاد و نه کسی برای کمک به او اقدام می‌کرد. راستش اونجا برای اولین بار از خودم خجالت کشیدم. اما موضوع به همین جا ختم نشد. در سفرهای دیگرم چیزهای جالب و جذاب‌تری هم دیدم که در فرصت‌های دیگر آنها را بازگو خواهم کرد.

مثلا در سفر به پیزا (ایتالیا) نکات جالب دیگری توجه مرا به خود جلب کرد. افرادی را در اتوبوس دیدم که ظاهرشان شبیه افراد مبتلا به سندرم داون بود. یا در جایی دیگر افرادی که مبتلا به اوتیسم بودند. متعجب بودم که در اتوبوس چه می‌کنند؟ اشتباهی سوار شده‌اند یا راه خود را گم کرده‌اند؟ چند ایستگاه بعد، دکمه اطلاع‌رسانی به راننده را فشار داده و پس از توقف اتوبوس، مثل همه بلیت خود را پرداخت کرده و پیاده شدند. از طرفی راننده‌ی اتوبوس هم رفتار جالبی داشت. انگار او روش برخورد با این افراد را می‌دانست و با شیوه‌ی خاصی برخورد می‌کرد، حتی شاید آموزش دیده بود.

از آنجایی که تیپ شخصیتی من یک جستجوگر تمام عیار است (شما بخوانید فضول) مسئله برایم خیلی تازگی و جذابیت پیدا کرد و کلی علامت سوال رنگارنگ در ذهنم ایجاد شد. پس از پرس‌وجوهای فراوان متوجه شدم در آنجا افراد کم‌توان ذهنی (مثل مبتلایان به سندرم دان، اوتیسم، ...) را نیز آموزش می‌دهند تا خودشان کارهای روزمره‌ی زندگی را انجام دهند و مستقل

به همراه پدرم برای شرکت در همایشی به لیوبلیانا (بخوانید لوبیانا) پایتخت اسلوونی دعوت شده بودیم. در بدو ورود چیزهای زیادی توجه ما را به خودش جلب کرد. چیزهایی به ظاهر ساده و پیش پا افتاده، اما مهم و عمیق انضباط و زیبایی شهر، شهروندان قانونمند، احترام به حقوق دیگران و... در این سفر تجارب ارزشمند و بسیار زیادی نیز کسب کردم که به‌عنوان نمونه تجربه شیرین عبور از عرض یک خیابان را برایتان بازگو می‌کنم. اولین باری که می‌خواستم از عرض خیابان عبور کنم مثل همیشه نگاهی به چپ و راست انداختم ماشینی ۱۰۰ متر دورتر از من و با سرعت کم در حال حرکت بود.

به محض ورود به خیابان، ماشین توقف کرد. گمان کردم ایستاده تا خرید کند، اما چرا در خط دو؟ چرا کنار نیامد و پارک نکرد؟ با اینهمه فرهنگ بالای رانندگی و البته قوانین سختگیرانه در اسلوونی این توقف برایم عجیب بود. گفتم حتما مشکلی پیش آمده. به راه خودم ادامه دادم، به محض عبور از خیابان، خودرو نیز حرکت کرد و به راه خود ادامه داد و با لیخندی از مقابلم عبور کرد. موضوع برایم جالب شد، فکر کردم نکنند برای عبور من ایستاده بود؟ نه، حتما دلیل دیگری داشت.

برای تست این موضوع، چندین بار و در جاهای مختلف این کار را تکرار کردم، نتیجه یکسان و بسیار شگفت‌انگیز بود. (الان که به آن روز فکر می‌کنم یاد رد شدن پلنگ صورتی از خیابان افتادم) (یاد شوت بازی‌های مستر بین افتادم) بله، همه‌ی خودروها چند صد متر دورتر از عابر



باشند و در جامعه حضور پیدا کنند، کار کنند، درآمد داشته باشند، با اتوبوس و مترو جابه‌جا شوند و مسیر محل کار یا تحصیل و مسیر خانه‌هایشان را خودشان پیدا کنند، در خیابان‌ها، معابر عمومی، مراکز خرید و... حضور داشته باشند و از تمام مزایای یک شهروند عادی بهره‌مند باشند. آنها می‌دانند چطور با چالش‌ها مواجه شوند و با افراد جامعه تعامل کنند و البته دیگران هم می‌دانند با این‌گونه افراد در جامعه چگونه باید ارتباط برقرار کنند.

راستش ایتالیایی که بلد نیستم، زبان انگلیسی‌ام هم تعریفی نداشت.

به ناچار از هموطنان مقیم ایتالیا پرس و جو کردم که شرایط زندگی معلولان در اینجا چگونه است؟ گفتند اینجا چیزی به عنوان معلول نداریم.

در دل با خود گفتم می‌خواهند این‌جا را طور دیگری جلوه بدهند و برای همین می‌گویند ما معلول نداریم. مگر می‌شود جایی معلول نداشته باشد؟

گفتم: خودم افرادی را دیدم که با ویلچر تردد می‌کنند، افرادی را دیدم که نابینا یا ناشنوا هستند، یا افرادی که دست یا پا ندارند، مگر این‌ها معلول نیستند؟

گفتند: این افرادی هستند که فقط دارای نقص عضو هستند، همین. اما چیزی به‌عنوان معلول نداریم. معلول کسی است که نتواند از یک زندگی عادی برخوردار باشد، نتواند زندگی خود را اداره کند، هدف نداشته‌باشد یا نتواند برای اهداف خود برنامه‌ریزی و تلاش کند و خلاصه نتواند به خواسته‌های طبیعی خود برسد.

اما در اینجا همه‌ی افراد دارای مشکلات جسمی یا ذهنی می‌توانند به راحتی زندگی کنند، می‌توانند تفریح و حتی ازدواج کنند، از خدمات پزشکی و تمام حقوق شهروندی برخوردار باشند و در مجموع از یک زندگی طبیعی و با کیفیت بهره‌برند.

فکر کردم شاید منظورم را خوب نرسانده‌ام، اما نه، انگار من بودم که منظور آنها را نمی‌فهمیدم، مگر داریم؟ مگر می‌شود؟

قصه برایم خیلی جذاب شده بود.

و دائم ذهنم مشغول مقایسه شرایط آنجا با ایران بود.

حتی یک لحظه ذهنم آرام نداشت.

آن روزها مدام به یاد جامعه خودمان می‌افتادم، که چرا ما با اینهمه قدمت تاریخی و فرهنگ غنی، به

این میزان از دیگر جوامع عقب مانده‌ایم؟ در بهت و حیرت بودم که با این تعریف انگار همه‌ی ما معلول هستیم.

از کسی که می‌خواهد درس بخواند و نمی‌تواند، جوانانی که می‌خواهند ازدواج کنند و نمی‌تواند، دختری که می‌خواهد کار کند و اجازه ندارد، کسی که دنبال رزق و روزی حلال است و می‌خواهد نان حلال سر سفره خود ببرد و به‌خاطر شرایط اجتماعی و محیط کارش نمی‌تواند، پیرزنی که می‌خواهد از مترو استفاده کند ولی به‌خاطر پله‌های زیاد نمی‌تواند، پدری که می‌خواهد لحظات خوشی را در کنار فرزندانش سپری کند اما به‌خاطر شرایط اقتصادی، دستمزد کم و هزینه‌های بالا، مجبور است چند شیفت و تا پاسی از شب دور از خانواده باشد، نمی‌تواند وقت کافی برای فرزندانش بگذارد...

دانشجویی که پس از تحصیلاتش دوست دارد در یک پست مناسب به کشورش خدمت کند و نمی‌تواند، مخترعی که می‌خواهد اختراعش را ثبت و محصولش را تولید کند اما به‌خاطر قوانین دست و پاگیر و نبود حمایت، نمی‌تواند، کارخانه‌داری که می‌خواهد حقوق کارگران زحمتکشش را به‌موقع پرداخت کند اما به‌دلیل چک‌های برگشتی نمی‌تواند، تولید کننده‌ای که نمی‌خواهد کارمندانش را اخراج و تولیدی را تعطیل کند اما به‌خاطر ورود کالاهای بی‌کیفیت و ارزان قیمت چینی، نمی‌تواند.

تا نابینایی که نمی‌تواند در معابر نامناسب عبور کند، شخصی که نمی‌تواند با ویلچر از پیاده‌رو یا خیابان و پل‌های هوایی عبور کند، معلولینی که نمی‌توانند از سینماها، پارک‌ها، فضاهای آموزشی، سرویس‌های بهداشتی عمومی، سرویس‌های حمل و نقل عمومی، خدمات پزشکی عادی، و بسیاری امکانات ساده و پیش‌پا افتاده استفاده کنند، یا افراد سندرم داوون که برای نگهداری، مستقیم به بهزیستی سپرده می‌شوند و چه بسیار ناتوانی‌های دیگر که در جامعه‌ی ما وجود دارد. گویا ملتی هستیم با انواع معلولیت و ناتوانی‌های پیدا و پنهان.

با خود گفتم، آیا روزی می‌رسد که جامعه‌ی سالم و با افراد توانمند و توان‌یاب و به دور از اینگونه معلولیت‌ها داشته‌باشیم؟

و این قصه ادامه دارد....

حتما در شماره‌های بعد نیز همراه ما باشید ...



Dot

ساعت مخصوص نابینایان

تکنولوژی و پیشرفت‌های عرصه فناوری همواره به کمک افرادی آمده که از اختلالات بینایی، گفتاری، حرکتی و دیگر معلولیت‌ها رنج برده‌اند. صدها نمونه از این نوع اپلیکیشن‌ها و ابزارها در بازار وجود دارد که این افراد با استفاده از آنها می‌توانند کارهای روزانه و عادی خود را به مراتب راحت‌تر انجام دهند. از کمک‌رسانی به هنگام خواندن مطالب با وجود ناتوانی‌های بصری و مشارکت دادن افراد ناشنوا در مکالمات گروهی تا کمک به بیمارانی که از لرزش دست رنج می‌برند، همگی فقط بخشی از کمک‌هایی است که این ابزارهای فناوری در اختیار افراد قرار می‌دهند. در ادامه به نمونه‌هایی از موفق‌ترین این اپلیکیشن‌ها و ابزارها اشاره می‌شود.

Dot را می‌توان اولین ساعت هوشمند بریل در جهان دانست. این وسیله در مقایسه با دیگر ابزارهای الکترونیکی خط بریل کاربرد بیشتری داشته و هزینه به مراتب کمتری برای افراد نابینا به همراه دارد. Dot به فرد نابینا کمک می‌کند که در هر زمانی به پیام‌ها، توییت‌ها و حتی کتاب‌ها دسترسی داشته باشد. از لحاظ فنی، این ابزار با شش نقطه در چهار ستون کار می‌کند که تمامی این نقاط روی صفحه نمایش ساعت هوشمند قرار گرفته است. این نقطه‌ها بالاتر و پایین‌تر می‌رود تا در هر زمانی چهار حرف مخصوص بریل را شکل دهد. این وسیله می‌تواند به راحتی از طریق بلوتوث به هر گوشی هوشمندی متصل شده و سپس متن مربوط به ایمیل یا پیام را برای صاحبش به خط بریل تبدیل کند.



اکبر خانی، مدرس کلاس تعمیران موبایل و مربی ورزش والیبال نشسته در موسسه رعد است. او با همسرش المیرا حسین زاده، پنج سال قبل ازدواج کرد و حالا آن دو پسری سه ساله به نام آتیلا دارند. با این خانواده خوشبخت گفت‌وگو کردیم.



المیرا حسین زاده؛

ما یکدیگر را عاشقانه دوست داریم و به هم احترام می‌گذاریم

زندگیم بسیار راضی هستم و به آرامش رسیده‌ام. البته ماهم مانند بقیه مردم کمبودها و مشکلاتی داریم، ولی کاملاً احساس خوشبختی می‌کنیم. من عقیده دارم که هر چه زندگی را سخت بگیریم، سخت‌تر می‌گذرد.

اکبر: همانطور که همسرم گفتند قبل از ازدواج آشنایی ما محدود به خانواده‌ها بود. من برادرشان را در تهران می‌شناختم چون در مراسمی مثل جشن‌ها و مراسم عزاداری محرم که معمولاً همه هم‌ولایتی‌ها در یک جا جمع می‌شوند، ایشان را دیده بودم. وقتی خانواده ایشان برای ازدواج به ما معرفی شدند، به خواستگاری رفتیم و بعد از گفت‌وگو و احساس تفاهمی که در عقاید و اخلاق با هم داشتیم، ازدواج کردیم. بعد از دیپلم، به دنبال کار آزاد رفتیم. مغازه‌ای داشتیم و کار تعمیرات موبایل انجام می‌دادم. همچنین مدیرعامل تعاونی مسکن جامعه معلولان دماوند هم بودم. ما یک زندگی ساده با افکار و ایده‌های رنگی را شروع کردیم و توانستیم مرحله اول که معمولاً

اکبر خانی: یک زندگی ساده با افکار و ایده‌های رنگی را شروع کردیم و توانستیم مرحله اول که معمولاً با چالش‌هایی همراه است را رد کنیم و خدا را شکر که به ثبات و آرامش نسبی رسیده‌ایم و احساس خوشبختی و رضایتمندی از زندگی داریم

آمدند، خیلی مورد تایید خانواده قرار گرفت. بعد از انجام مراسم خواستگاری، وقتی که با هم صحبت کردیم و بیشتر آشنا شدیم، متوجه شدیم که افکار و رویاهایمان خیلی به هم نزدیک است و این شد که جواب مثبت دادم و ازدواج کردیم. من مدرک لیسانس حسابداری داشتم ولی بعد از ازدواج و بچه‌دار شدن، کاری را دنبال نکردم و بیشتر وقتم را به بودن با فرزندم اختصاص دادم. از

لطفا خودتان را معرفی کنید و از چگونگی آشنا شدنتان با هم بگویید؛ آشنایی که به ازدواجتان انجامید.

اکبر خانی، متولد سال ۱۳۵۹ در شهر تهران هستم ولی خانواده‌ام اصالتاً اهل تبریز هستند. در کودکی به دلیل ابتلا به فلج اطفال از ناحیه پا دچار مشکل شدم.

المیرا حسین زاده، متولد سال ۱۳۶۷ و اهل تبریز هستم. حاصل ازدواج ما یک پسر سه ساله به نام آتیلا است.

المیرا: ما پنج سال پیش با هم ازدواج کردیم. در آن زمان من در تبریز زندگی می‌کردم و اکبر در تهران. با هم نسبت دور فامیلی داریم. البته خودمان همدیگر را ندیده بودیم ولی خانواده‌ها یکدیگر را می‌شناختند. در نوروز سال ۹۳، بعد از ملاقات خانواده‌ها با همدیگر، از طریق خانواده به هم معرفی شدیم. البته پدر و برادرهایم ایشان را از قبل می‌شناختند، به همین دلیل وقتی صحبت خواستگاری و ازدواج پیش آمد، پدرم موافقت کرد. وقتی هم به خواستگاری



المیرا: دوسه سال اول زندگی، درآمدان کم بود ولی سعی کردیم خیلی سخت نگیریم و خدا را شکر که شرایطمان بهتر شده است.

شما با بچه‌های دارای معلولیت از نزدیک کار کرده‌اید و آنها را می‌شناسید، به این دوستان چه توصیه می‌کنید؟

اکبر: بچه‌ها باید خودشان را باور داشته باشند و اطمینان داشته باشند که در هر شرایط جسمی که هستند می‌توانند موفقیت کسب کنند. منتظر ایده‌آل‌ها نباشند و پا به عرصه فعالیت بگذارند. درست است که کشور ما در زمینه مناسب‌سازی وامکانات برای افراد دارای معلولیت ضعیف است، ولی در همین شرایط دوستانی داریم که از مشکلات نرسیدند، جلو آمدند و موفق هستند. دوستان باید مهارت‌ها و توانمندی‌های خود را ارتقا بدهند، در کلاس‌های آموزشی شرکت کنند و یاد بگیرند تا بتوانند حرفه‌ای مناسب با علاقه و وضعیت جسمی خود پیدا کنند. وقتی دوستان اعتماد به نفس، شغل مناسب و درآمد نسبی داشته باشند، چیزی که به آنها انگیزه زندگی می‌دهد، تشکیل خانواده است. ازدواج، انگیزه تلاش بیشتر برای زندگی را به افراد می‌دهد و می‌توانند اهداف بهتر و رویاهای بزرگ‌تری را در ذهن خود ترسیم کنند و با برنامه‌ریزی، به نتیجه برسند. وقتی دونفر باهم ازدواج می‌کنند، دو فکر در یک جا جمع می‌شود و ایده‌های بهتر و رویاهای بزرگ‌تری پیدا می‌شود، البته باید به دنبال اهداف دست‌یافتنی بود که به واقعیت نزدیک باشد نه این که فقط اهداف و رویاهایی داشته باشند ولی بدون تلاش فقط منتظر باشیم که کسی برایمان کاری کند. به نظرم افراد برای رسیدن به مرحله ازدواج،

المیرا حسین زاده: من مدرک لیسانس حسابداری داشتم ولی بعد از ازدواج و بچه‌دار شدن، کاری را دنبال نکردم و بیشتر وقتم را به بودن با همسر و قرزندم اختصاص دادم

برآیند. ولی اگر با همان حقوق کم بتوانند برنامه‌ریزی درستی کنند و به فکر ارتقاء شرایط زندگیشان بوده و ایده‌های خوبی را برای بهتر شدن درآمد و کار داشته باشند و امیدشان را از دست ندهند، می‌توانند به فکر تشکیل زندگی و بچه‌دار شدن باشند.

الآن زندگی شما با درآمدی که دارید، می‌چرخد؟ در حال حاضر به چه کاری مشغولید؟

اکبر: در اوایل تشکیل زندگی جدید، درآمد خیلی بالا نبود و مشکلاتی داشتیم. ولی در حال حاضر، هم مغازه تعمیرات موبایل را دارم که بعد از ظهرها در آنجا مشغول به کار هستم و هم در مجموعه رعد، مسئولیت گروه ورزشی و مربیگری والیبال نشسته را برعهده دارم. سه سال هم هست که در موسسه رعد، مدرس کلاس تعمیرات موبایل هستم و به کارآموزان رعد آموزش می‌دهم. خدا را شکر می‌کنم که این آموزش‌ها به بار نشسته و پنج نفر از کارآموزان از همین طریق به اشتغال رسیده و مستقل شده‌اند.

با چالش‌هایی همراه است را رد کنیم و خدا را شکر که به ثبات و آرامش نسبی رسیده‌ایم و احساس خوشبختی و رضایتمندی از زندگی داریم.

با توجه به اینکه در کشور ما ازدواج بین جوان‌ها کم شده و سن بچه‌دار شدن هم بالا رفته، چه توصیه‌ای به دوستان خود دارید؟

المیرا: معیارهای افراد در ازدواج و نگاهشان به این موضوع با یکدیگر متفاوت است و نمی‌شود توصیه کلی کرد ولی به هر حال جوانان نباید زندگی را سخت بگیرند. ازدواج تجربه خوبی است و آرامشی که بعد از ازدواج به دست می‌آید، بسیار ارزشمند است. من و همسرم بیشتر از این که زن و شوهر باشیم، همدل و دوست یکدیگریم. برای هر کاری با هم مشورت کرده و برنامه‌ریزی‌ها و اهداف خود را با هم تعیین می‌کنیم. من به دوستان جوان توصیه می‌کنم که حتماً ازدواج کنند. البته معیارها متفاوت است و در شرایط کنونی هم ازدواج سخت‌تر شده ولی جوانان باید بدانند که نمی‌شود از اول زندگی همه چیز را با هم داشت، باید با همدلی و صبر و تلاش به تدریج به مطلوب‌هایشان برسند.

با توجه به شرایط فعلی مملکت و دشواری‌هایی که در تامین هزینه‌های زندگی وجود دارد، از اینکه بچه‌دار شوید ترسی ندارید؟

المیرا: ما از بچه‌دار شدن نترسیدیم و امیدوار به بهبود شرایطمان بودیم. اکبر: ترسی که در جوانان برای ازدواج و بچه‌دار شدن وجود دارد، به خاطر این است که اطرافیان خود را می‌بینند که با حقوق کارمندی و کارگری نمی‌توانند از پس مخارج زندگی و هزینه‌هایی که یک کودک خواه‌ناخواه ایجاد می‌کند،



اول باید پیش‌زمینه لازم را ایجاد کنند. در بین افراد دارای معلولیت، کسانی را داشته‌ایم که بدون فکر و بدون ایجاد شرایط لازم، ازدواج کردند و شکست خوردند. یکی از پیش‌زمینه‌های ازدواج، داشتن اعتماد به نفس و باور داشتن به خود است. بعد هم با توجه به شرایط جسمی می‌توانند شغل مناسب و همسر ایده‌آشان را پیدا کنند و زندگی خوبی را برای همسر و فرزندان خود مهیا کنند. در بین کارآموزان رعد یکی دو مورد را می‌شناسم که شرایط لازم برای ازدواج را دارند و اقداماتی هم در این مورد انجام داده‌اند. یکی از بچه‌هایی که در کلاس تعمیرات موبایل آموزش دید، با دید فنی که داشت در این کار حرفه‌ای شد و مغازه زد و ازدواج کرد. همسر او از بچه‌های رعد است و خدا را شکر زندگی خوبی هم دارند.

به نظر شما افرادی که محدودیت جسمانی دارند، بهتر است با افرادی مانند خود ازدواج کنند یا نه؟ البته همسر خود شما تندرست است. آیا تفاوت ظاهری شما هیچ اثری در زندگی‌تان داشته‌است؟

اکبر: به نظر من تفاوت‌های ظاهری نقش زیادی در زندگی دونفر با هم ایفا نمی‌کند. چون بعد از مدتی معلولیت فرد اصلا به چشم نمی‌آید و به حاشیه رانده می‌شود. رفتار، کردار و تفاهم فکری و اخلاقی دوطرف است که در دوام زندگی نقش دارد. خیلی از زوج‌های سالم را داریم که مثلا یکی از آنها خسیس یا بدبین یا بداخلاق است، این زندگی دوام پیدا نمی‌کند. در مورد افراد دارای معلولیت هم چه یک طرف دارای معلولیت باشد و چه دوطرف، آنچه که مهم است اخلاق و رفتار است و معلولیت بعد از مدتی عادی می‌شود. بچه‌ها باید به خودباوری و اعتماد به نفس رسیده باشند که خود را همانطور که هستند قبول کنند و توانمندی‌های خود را ببینند، حالا به فرض آنها نمی‌توانند بدون یا تند راه بروند، ولی می‌توانند در کنار همسرشان به خواسته‌های خود برسند. البته نقش خانواده هم در رفتار و برخورد با فرزندان دارای معلولیت خیلی مهم است که این افراد را مستقل و توانمند بار بیاورند.

خانواده شما چه نقشی در توانمند شدن‌تان در کودکی داشتند؟ آیا خانواده

اکبرخانی: به نظر من تفاوت‌های ظاهری نقش زیادی در زندگی دونفر با هم ایفا نمی‌کند. چون بعد از مدتی معلولیت فرد به حاشیه رانده می‌شود. رفتار، کردار و تفاهم فکری و اخلاقی دوطرف است که در دوام زندگی نقش دارد

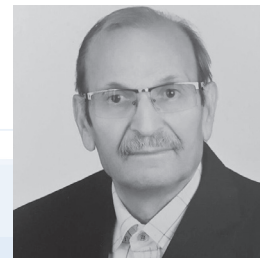
توجه بیشتری نسبت به سایر فرزندان به شما داشت؟

اکبر: در فرهنگ سنتی بیشتر ما ایرانی‌ها توجه بیشتر به فرزندی که توانایی کمتری است وجود دارد برای همین به فرزندی که مشکل جسمی دارد، توجه بیشتری می‌شود. در خانواده ما هم، چنین بود. ما پنج برادر هستیم و من بچه سوم خانواده هستم. این توجه بیشتر، گاهی مرا اذیت می‌کرد و اعتراض می‌کردم. مثلا دوست داشتم با برادرانم که از من بزرگتر بودند به مدرسه عادی بروم. ولی خانواده اسم مرا در یک مدرسه نمونه دولتی که مقداری هم هزینه داشت نوشتند. همیشه به اینکه چرا به من بیشتر محبت می‌کنند، اعتراض می‌کردم. البته این مدرسه از نظر علمی خیلی خوب بود و تحصیل در این مدرسه به نفع من بود، ولی از اینکه خانواده برای من تبعیض قائل شده‌اند، شاکی بودم. به نظرم حمایت دلسوزانه خانواده از فرزند دارای معلولیتشان، در جاهایی خوب است ولی گاهی هم به عزت نفس او ضربه می‌زند. فردی که مرتب مورد حمایت خانواده است، وقتی بخواهد مستقل شود با مشکلات بیشتری رو به رومی‌شود. البته حمایت‌های افراطی به همه فرزندان، چه محدودیت جسمی داشته باشند و چه تندرست باشند، با آنها لطمه می‌زند. خانواده‌ها تا حدودی باید از فرزند دارای معلولیت خود حمایت کنند ولی او را آماده پذیرفتن مسئولیت و رویارویی با مشکلات زندگی هم بکنند تا عزت نفسشان پایین نیاید. البته معلولیت من اندک بود و هیچ‌وقت تفاوتی با دیگران احساس نمی‌کردم و رفتار خانواده هم جوری نبود که وابسته بار بیایم و یا اعتماد به نفسم پایین بیاید، ولی به هر حال

تاثیراتی داشت. من خیلی تلاش کردم که خودم را به اطرافیان بشناسانم تا بدانند که یک فرد مستقل و توانمند هستم. الان هم من و همسرم کاملا مجزا و مستقل از خانواده چه از نظر سکونت و چه از نظر درآمد زندگی می‌کنیم.

المیرا: من از همسرم بسیار تشکر می‌کنم. او فردی صبور، مسئولیت‌پذیر، مثبت‌اندیش و خوش اخلاق است و من این خصوصیاتش را تحسین می‌کنم. خودم معمولا خیلی زود نگران می‌شوم و به هم می‌ریزم، ولی ایشان بسیار صبور است و همیشه مرا راهنمایی می‌کند. اکبر از صبح تا شب مشغول کار است، ولی وقتی به منزل می‌آید خستگی‌ها و مشکلات را پشت در می‌گذارد و وقتش را برای من و پسرم می‌گذارد. با آتیلا بازی می‌کند و به من کمک می‌کند. من خیلی از زندگی خود راضی هستم و احساس خوشبختی می‌کنم. ما یکدیگر را عاشقانه دوست داریم و به هم احترام می‌گذاریم. خدا را بابت این همه محبت و آرامش که در زندگی دارم شکر می‌کنم. من هیچ‌وقت همسرم را به عنوان کسی که ناتوانی در جسمش دارد نمی‌بینم. همه انسان‌ها کمبودها و ناتوانی‌هایی دارند مهم این است که چقدر نقش مشکلات را در زندگی‌شان بزرگ کنند و آن را مانع بدانند. فکر می‌کنم اگر با شخصی کاملا تندرست هم ازدواج می‌کردم، شاید اینقدر خوشبخت نبودم. همسر من نمی‌تواند بدود و من هم دیدن را دوست ندارم او نمی‌تواند کوهپیمایی کند، من هم کوهپیمایی را دوست ندارم. توصیه‌ام به دوستان دارای معلولیت این است که حتما ازدواج کنند. قرار نیست که همه مثل هم باشند، زن و مرد باید مکمل هم باشند. در هر زندگی اختلاف نظر وجود دارد و قرار نیست دو نفر از هر لحاظ با یکدیگر یکسان و یک جور باشند، در این صورت زندگی خسته کننده می‌شود. شاهد طلاق در زندگی بسیاری از افراد هستیم که از نظر ظاهری بی مشکل هستند. صرف این که یک نفر معلولیت و یا دو نفر معلولیت داشته باشند، دلیل نمی‌شود که نتوانند با هم زندگی کنند. معیارهای اخلاقی و رفتاری در ازدواج ارجحیت دارد و افراد باید با کسی که همدل و همفکر هستند و البته با آگاهی کامل نسبت به هم، ازدواج کنند.





روزگار من در رعد (۱۳۹۸-۱۳۶۴)

من افتخار دارم در کشاکش روزگار پس از سپری کردن دوران معلمی و بازنشستگی زودرس خودخواسته (۱۳۳۹-۱۴۶۴) در خدمت جوانانی قرار بگیرم که علی‌رغم هوش و استعدادهای نهفته فراوان، به خاطر محدودیت در اندام‌های ظاهری، به انزوا کشیده شده و مجبور به کنار آمدن با حداقل‌ها شده بودند.

خیریه رعد با شروع فعالیتش در ۳۵ سال قبل، توانست با انجام خدمات توان‌بخشی و ارائه آموزش‌های مختلفی مثل؛ دوره‌های فنی و حرفه‌ای، بخش مهمی از توانمندی‌های آنان را احیاء و ورودشان به جامعه و برخورداری از حقوق شهروندی‌شان را هموار نماید. اینک که در ۳۵ سالگی تأسیس رعد (۶۳/۴/۱۶) قرار داریم و وارد سی و ششمین سال تأسیس این موسسه خیریه می‌شویم، مایه مباهات است که طی ۳۴ سال، در خدمت این عزیزان بوده‌ام. خاطراتی که در ادامه تقدیم خوانندگان خواهد شد، تأکید بر آن دارد که پس از لطف ایزدمنان در سال‌های متوالی، خودم هم از کمک و مساعدت خیرین گرامی، کارشناسان محترم و عوامل درونی و بیرونی بهره فراوان گرفتم. گرچه گاهی به دلایلی، در پیشرفت کارم در موسسه، رکود ایجاد شد تا جایی که برای مدتی مجبور به فاصله گرفتن از رعد شدم ولی از آنجایی که لطف خدا همواره شامل حالم بوده، توانستم مجدداً فعالیت خود را در این موسسه از سر بگیرم.

خاطراتی از سال‌های دور...

در شروع آغاز به کار رعد، برای جذب کارآموزان از میان عزیزان جانباز و افراد دیگری که معلولیت داشتند، به مراکز ذی‌ربط از جمله؛ بنیاد جانبازان مناطق مختلف، سازمان بهزیستی و ادارات مربوطه مراجعه می‌کردم. همچنین با ارسال آگهی در جراید به منظور اطلاع‌رسانی در مورد آموزش‌های منجر به اشتغال برای دوره‌های نقشه‌کشی صنعتی و ساختمان با مدرک دیپلم و برای رشته الکترونیک با مدرک سوم راهنمایی به بالا، اقدام می‌شد. در ماه‌های اولیه راه‌اندازی کلاس‌های آموزشی در پارکینگ نابینایان ابابصی، یکی از عزیزان جانباز مراجعه کرد و متقاضی شرکت در کارگاه آموزشی موتور پیچی و تعمیر لوازم خانگی شد. از آنجایی که فرد مورد نظر تحصیلاتش در حد ششم ابتدای بود و امکان انجام محاسبات ترانس پیچی را نداشت او را نپذیرفتیم،



ولی با اصرار ایشان و بعد از اینکه فهمیدیم قبلاً جوشکار بوده و در زمینه کارهای فنی تجربه دارد، با چند سوال فنی به صورت مشروط و با نظر مساعد مربی، ثبت نام شد. خوشبختانه این عزیز دوره آموزشی را با موفقیت گذراند و طی تماسی که بعدها با من گرفت، گفت: طبق قولی که داده بودم، در شهر فردیس کرج مغازه تعمیر لوازم خانگی و موتورپیچی دایر کرده و نام این تعمیرگاه را هم «الکترو رعد» گذاشته‌ام. قبلاً ایشان با موتور سه چرخه، دوره‌گردی می‌کرد و قاب عکس می‌فروخت.

۲ نفر از عزیزان جانباز پس از طی دوره الکتروتکنیک در رعد، با مراجعه به بنیاد جانبازان درخواست کار کردند و از این طریق کارگاه متروکه‌ای مجهز به وسایل و ابزار تراش‌کاری، میل‌سازی، ریخته‌گری و ... در جاده آعلی در منطقه بومهن، در اختیار آنان قرار گرفت، به شرطی که سهامداران این کارگاه، از بین جانبازان قطع نخاعی باشند. این دوستان ۷ نفر از جانبازان قطع نخاعی که سابقه فنی داشتند را با خود همراه کردند و کارگاه را تحویل گرفتند. من با اطلاع از این موفقیت، به محل مراجعه کردم و با راهنمایی‌های لازم و کمک‌های فکری، در فعال کردن بخش‌های عمده آن کارگاه تولیدی به آنها کمک نمودم. فعالیت آنها با موفقیت راه‌افتاد و تعدادی از جانبازان در این کارگاه مشغول به کار شدند. این دوستان بعدها دفتری در خیابان سید جمال‌الدین اسدآبادی (یوسف‌آباد) راه‌اندازی کردند که من هنوز گاهی به آنان سر می‌زنم. گزارشی از فعالیت‌های این مجموعه، در مجله وزین هماهنگ (سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور) به چاپ رسید. بعد از پایان هر دوره آموزشی، شخصا پیگیر اشتغال به کار این عزیزان بودم. تعدادی از بچه‌های الکتروتکنیک، از جمله: آقای نوری در اردبیل، خداشکر عزیزی در فردیس کرج، داداش‌زاده و یوسف مرادزاده در شهرک‌های اطراف تهران، محسن محقق در خیابان بهار در تهران و همچنین دوستان نقشه‌کشی در جایگاه تهران بزرگ، مغازه دایر کردند و در دفاتر فنی مشغول به کار شدند. در حال حاضر تعدادی از این دوستان، بازنشسته شده‌اند و یا در حال گذراندن دوران بازنشستگی خود هستند.

ساختمان رعد:

در بخش اول این خاطرات، به نحوه در اختیار گرفتن زمین فعلی از سازمان نوسازی و عمران اراضی غرب شهر تهران، شهرک قدس (غرب) و مشکلات مالی آن زمان اشاره کردم. بعد از در اختیار گرفتن زمین فعلی، در چند نوبت اخطار لغو واگذاری زمین از طرف آن سازمان صادر شد، ولی به لطف خدا بالاخره این ساختمان با طی فراز و نشیب‌هایی به بهترین شکل ساخته‌شد و به بهره‌برداری رسید. سال گذشته از مدیران وقت سازمان نوسازی، برای شرکت در مراسم افطاری رعد دعوت کردم. در این مراسم از صبر و شکیبایی آنها و امضاءکنندگان واگذاری زمین تشکر و قدردانی شد و نتیجه کار خیرخواهانه آنها به ایشان ارائه گردید.

آموزش در رعد:

دوره‌های آموزشی در سال‌ها اولیه شروع به کار رعد، مطابق با استانداردهای سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای و با بهره‌گیری از مربیان آن سازمان در بعدازظهرهای هر روز به جز پنجشنبه (از ساعت ۳ تا ۷ بعد از ظهر) ارائه می‌شد. مطابق استانداردهای سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای، هر ۲ رشته آموزشی شامل ۹۰۰ ساعت بود که حدود یک‌سال طول می‌کشید. دو برنامه برای افتتاحیه و اختتامیه دوره‌های آموزشی در نظر گرفته بودم که براساس آن با دعوت از خیرین در همان پارکینگ نمودار (نمدار)، مراسم برگزار شد و گزارشی از عملکرد رعد و نیازهای این خیریه به اطلاع حضار رسید. یکی از مدعوین آن مراسم مرحوم آقای مهندس عبدالله حکمتی بود که ضمن تماس و عذرخواهی از عدم حضور در مراسم، هزینه مراسم را قبول کردند و با توجه به سخاوتمندی ایشان، بهترین میوه و شیرینی را برای میهمانان تهیه نمودم که در ابتدا مورد اعتراض هیأت مدیره قرار گرفت، اما وقتی متوجه شدند که این پذیرایی بانی (اسپانسر) دارد، با خیال



روز بعد سرپرست کارگران که یک افغانستانی شریف و نازنین به نام آقا سید بود نزد من آمد و گفت: امروز حال خوشی نداری، چه شده؟ گفتم بلوک چینی باغچه روی دستم مانده است، او گفت، اجازه می‌دهید که من این کار را انجام بدهم؟ از روی ناچاری قبول کردم. این سید بزرگوار کار را شروع کرد و با تخصص و محاسبات تجربی خود، بلوک‌های شیب تند باغچه را تا عصر تمام کرد و در پایان گفت: کاش از اول کار را به من سپرده بودید. این بلوک چینی پس از ۲۸ سال هنوز از جای خود حرکت نکرده است.

«سید بزرگوار: در رعد یادت ماندنی است»

یادی هم از شادروان جانباز خلبان مرحوم، آقای مجید فتحی نژاد کنم.
در آخرین ساعات روز پنجشنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۵/۲۴ مطلع شدم مجید عزیز را ازدست داده‌ایم.
مجید فتحی نژاد از کارآموزان سال‌های ۱۳۶۹-۱۳۶۸ رعد در پارکینگ نابینایان ابابصیر در رشته الکتروتکنیک بود. ایشان پس از پایان دوره آموزشی در رعد، با یکی دیگر از جانبازان گرانقدر در منطقه سعادت‌آباد تعمیرگاه دایر کردند. ایشان با توجه به توانمندی‌های اجتماعی که داشتند، مدتی در انجام امور رعد به طور افتخاری با من همکاری داشتند.
مجید فتحی نژاد، در کنار فعالیت‌های خود، دوره آموزش خلبانی هواپیمای سبک را هم طی نمود و به عنوان مربی آموزش خلبانی به کار در این حوزه هم مشغول شد.
برای من مایه افتخار است که همواره با این عزیزان در ارتباط بوده و هستم.
جا دارد از طرف خود و همه مسؤولان رعد فقدان این عزیز از دست رفته را به یکایک اعضاء خانواده و هم‌زمان بزرگوارش تسلیت عرض کنم. روحش شاد و یادش گرامی. باشد تا در فرصتی دیگر از رویدادهای ۳۵ ساله رعد مطالب دیگری را هم تقدیم عزیزان نمایم.

راحت میل کردند. این جلسه در یک عصر گرم تابستان (اواسط شهریور) در یک فضای ۷۰ متری با ارتفاع یک مترو شصت سانتی متر (۱/۶۰) برگزار شد. میهمانان به شدت گرمشان شده بود و من از همین فرصت استفاده کردم و ضمن عذرخواهی از شرایط نامساعد مکان، اعلام کردم که اگر دوستان مساعدت فرمائید، سال آینده همین جلسه را در ساختمان جدید در شهرک غرب خواهیم داشت. همینطور هم شد و سال بعد مراسم افطاری ماه مبارک رمضان را در ۲ اتاق که در شهرک غرب آماده کرده بودیم، برگزار نمودیم.

جایگاه دوستان افغانستانی در احداث ساختمان

۱- در دوران احداث ساختمان، کار دیوار چینی توسط خود رعد انجام می‌شد و چون قبلاً پیمانکارما برای سقف و ستون‌ها از کارگران افغان استفاده می‌کرد، ما نیز از وجود این عزیزان استفاده کردیم. هفته اول به هر شکلی که بود، حقوق کارگران را فراهم کردم، ولی وقتی که خواستم تسویه حساب کنم، آنها قبول نکردند و گفتند شما به اندازه خرجی روزانه، دستمزد ما را پرداخت کنید و مابقی طلب را در پایان کار و در روزهای آخر که قصد سفر به افغانستان داریم، تسویه کنید. این خبر خوبی بود و کمکی به ما بود تا نسبت به تأمین مصالح ساختمان، دستمان باز شود.
۲- در طراحی حیاط مجتمع رعد قرار شد در حاشیه دیوار ضلع جنوبی ساختمان، باغچه‌ای با مساحت حدود ۶۳ متر احداث شود ولی با توجه به شیب تند از در ورودی تا انتهای حیاط مجتمع، بلوک چینی (دیواره باغچه) کار هر کسی نبود.
۳- این اقدامات به شرح زیر انجام شد:
الف: شرکتی که پل محمودیه را احداث می‌کرد، استادکار ماهری را برای بلوک چینی معرفی کرد (در روز تولد حضرت امام رضا (ع)). من هم یک جعبه شیرینی گرفتم و به رعد رفتم. استاد در حال کار بود ولی وقتی به شیب تند رسید و چند بلوک چید دست از کار کشید و گفت، این کار من نیست. با جعبه شیرینی بدرقه اش کردم و کار ناتمام ماند.



معرفی کتاب



نام کتاب: جهان معلول ساز، درباره اخلاق معلولیت

نویسنده: نعیمه پورمحمدی

ناشر: انتشارات توانمندان (قم)

نوبت چاپ: اول، بهار ۹۸

کتاب حاضر در راستای تدوین تاریخ معلولیت، جامعه شناسی معلولیت و اخلاق معلولیت است که توسط نعیمه پورمحمدی، (نویسنده اثر) به رشته تحریر درآمده است. این کتاب سه فصل و دو پیشگفتار دارد که یکی به قلم ناشر و دیگری به قلم نویسنده است.

در پیشگفتار نخست این کتاب، ناشر علت عمده معضلات معلولان در ایران را از یک سو سازمان‌های متولی امور معلولان؛ مانند سازمان بهزیستی و دانشگاه علوم بهزیستی و ... که هنوز اندر خم الگوهای پیشین هستند و خود را با اقتضاعات مدرن وفق ندادند، می‌داند. به نوشته او، هنوز رشته‌هایی چون مطالعات معلولیت، اخلاق معلولیت و جامعه‌شناسی معلولیت در بدنه آموزش عالی ایران جایی ندارد و آموزش عالی، با مسائل افراد دارای معلولیت در ایران بیگانه است.

ناشر، این کتاب را اولین اثر در زمینه اخلاق معلولیت در ایران می‌داند که مهم‌ترین ویژگی آن مطالعات موردی وعینی است، چون نویسنده این کتاب، فرزندى با معلولیت شدید دارد که او علاوه بر مطالعات وسیع روی پدیده معلولیت، تلاش کرده برای نوشتن این کتاب، از تجربیات دیگران نیز بهره گیرد.

در پیشگفتار دوم، نگارنده با اشاره به آمار افراد دارای معلولیت در ایران، سالخوردگی و بروز حوادث مختلف را از عواملی می‌داند که به واسطه آنها ممکن است افراد تندرست هم به معلولیت دچار شوند. او همچنین انواع معلولیت را در شش گونه تعریف می‌کند. معلولیت بینایی، شنوایی، جسمی و حرکتی، معلولیت شناختی و یادگیری که انواع اختلالات ذهنی و گفتاری را در بر می‌گیرد و معلولیت ارتباطی و معلولیت هیجانی.

در پیشگفتار دوم، نویسنده با بیان این که مطالعات معلولیت با رویکرد فلسفی و اجتماعی بسیار نوپاست، به کتاب جامعه‌شناسی معلولیت، نوشته خدیجه جیلی و کتاب الکترونیکی جسمیت و قدرت، نوشته سعید سبزیان که درباره معلولیت و تحولات اجتماعی است، اشاره دارد. فصل اول کتاب، در مورد تبار شناسی معلولیت است. در این فصل نگارنده پدیده معلولیت را از منظر تاریخی در سه دوره؛ پیشامدرن، مدرن و پست مدرن مورد بررسی قرار داده است.

در دوره پیشامدرن، نگارنده به فرهنگ‌های غلطی که تحت تاثیر کلیسا و کتاب مقدس وجود داشت، اشاره می‌کند و اشکالات هر یک را بیان می‌کند.

در دوره مدرن، نویسنده در مورد مطالبی مثل؛ سالم سازی، توانمند گرایی، تعریف IQ، پیشرفت پزشکی و نرمال سازی و در دوره پست مدرن در مورد چرخش الگوی درمانی به الگوی اجتماعی مطالبی را به تفضیل عنوان می‌کند.

در فصل دوم، نگارنده با هدف بازسازی جایگاه افراد دارای معلولیت در الهیات، به نقد جایگاه آنها در این حوزه پرداخته و در مبحث الهیات بر اساس چشم‌انداز معلولیت، در مورد آموزه‌های الهیاتی؛ یعنی تصور از خدا، کلیسا شناسی و آخرت‌شناسی مطالبی را عنوان می‌کند.

نویسنده، در فصول انتهایی کتاب با بیان نظریاتی مانند: استقلال بدنی به عنوان ارزش و وابستگی بدنی به عنوان ضد ارزش، دیگری سازی از معلولان، انحراف دانش و تجربه بدنی به سوی بدنی سالم و ... به نقد این نظریات می‌پردازد. در مبحث دیگر با بیان انواع نام‌گذاری‌ها بر روی افرادی که معلولیت دارند، عیوب این نظریات را در جهت هویت بخشی مثبت به آنها بیان کرده است. در مبحث مسائل اخلاقی نیز مسائلی؛ مانند زنان و معلولیت، پنهان کردن هویت معلولیت و ... مطالبی عنوان شده است.



اولین خلبان زن بدون دست

<https://www.bartarinha.ir>

برای انسان‌های با اراده راسخ و پر دل و جرات معلولیت نه تنها محدودیت نیست بلکه این معلولیت گاهی موجب پیشرفت و ترقی در این افراد می‌شود که حتی کمتر کسی که از سلامت کامل بدنی برخوردار است نمیتواند توانایی‌های این افراد را داشته باشند. جسیکا کاکس یکی از افرادی است که با وجود داشتن معلولیت توانایی‌های شگفت‌انگیز و باور نکردنی دارد.

«جسیکا کاکس» اهل منطقه «تاکسون» آمریکا با وجود نداشتن دو دست، گواهینامه خلبانی خود را از انجمن هواپیمایی آمریکا دریافت و به عنوان بهترین خلبان زن بدون دست در آمریکا مطرح است. جسیکا کاکس که اکنون کمر بند مشکی انجمن تکواندوی آمریکا را نیز دریافت کرده، بدون دست متولد شده و حالا در ۳۲ سن سالگی، به یکی از موفق‌ترین زنان آمریکا تبدیل شده‌است.

او در ۱۴ سالگی تصمیم می‌گیرد که از دست‌های مصنوعی استفاده نکند و به جای آن از پاهایش برای انجام کارها کمک بگیرد. نتیجه‌اش اینکه حالا او می‌تواند رانندگی و غواصی کند، تایپ کند و پیانو بنوازد. او حتی با پاهایش لنزهای مصنوعی چشمش را می‌گذارد.

او که در سال ۲۰۰۸ پس از سه سال آموزش، موفق به دریافت گواهینامه خلبانی شد و نامش در کتاب رکوردهای جهانی گینس به ثبت رسید، ازدواج کرده و حتی در روز عروسی توانست قطعه‌ای کیک در دهان همسرش بگذارد. جسیکا تلاش می‌کند که درباره معلولان و شرایط و محدودیت‌هایشان آگاهی رسانی کند و اخیراً برای انجام این کار در اجرای بهتر کنوانسیون سازمان ملل در زمینه حقوق افراد معلول رایزنی کرده‌است. او به نمایندگی از معلولان تاکنون به ۲۰ کشور دنیا برای ترویج کنوانسیون سفر کرده و به والدین افراد معلول و فرزندان‌شان نیز کمک می‌کند. جسیکا با وجود دستاوردهای فراوان، هنوز مشکلات بسیاری برای زندگی کردن دارد اما تصمیم گرفته است که مثبت ببیند. جسیکا معتقد است: می‌توانستم به خاطر شرایطم خشمگین باشم که در بچگی هم همینطور بودم اما آموختم که می‌توانم قدر دان باشم و آموختم که با سپاسگزار بودن احساس بهتری دارم.

قرار است براساس زندگی جسیکا فیلمی مستند ساخته شود که سال‌های زندگی او را ثبت کند. تهیه کننده مستند اعتقاد دارد: «داستان زندگی جسیکا کاکس می‌تواند انسان‌های زیادی را که با شرایط سخت دست و پنجه نرم می‌کنند را به فکر بیاندازد. تلاش جسیکا برای غلبه بر حس از خودبیگانگی و نفرت، همان چیزی است که انسان‌های سالم و توانا مخصوصاً دختران نوجوان می‌توانند با آن ارتباط برقرار کنند.



رژیم مناسب من!

دکتر حمیدرضا فرشچی

آیا رژیم غذایی در درمان کم‌کاری تیروئید موثر است؟

هنگامی که غده تیروئید به میزان کافی هورمون تولید و ترشح نکند فرد به کم‌کاری تیروئید (هیپوتیروئیدیسم) مبتلا می‌شود. هورمون‌های تیروئید که شامل تری‌یدوتیرونین (T₃) و تیروکسین (T₄) هستند در تنظیم متابولیسم (سوخت و ساز)، رشد و تکامل مغز، عملکرد قلب و سیستم عصبی، تنظیم دمای بدن، قدرت عضلات، تنظیم چرخه قاعدگی در زنان و... نقش دارند. برخی از علائم هیپوتیروئیدیسم عبارتند از:

- خستگی
- افزایش وزن
- عدم تحمل سرما
- کاهش ضربان قلب
- درد، گرفتگی و ضعف مفاصل و عضلات
- یبوست
- خشکی پوست
- نازک شدن و شکنندگی موها
- اختلال قاعدگی در زنان
- افزایش کلسترول خون
- بی‌خوابی
- پف‌آلود بودن صورت، پاها و دست‌ها
- کم‌خونی

رژیم غذایی و کم‌کاری تیروئید

به طور کلی رژیم غذایی خاصی برای مبتلایان به هیپوتیروئیدیسم وجود ندارد. اگرچه ادعاهایی در این مورد وجود دارد، اما شواهد علمی تاثیر مصرف یا عدم مصرف برخی غذاها را در درمان بیماران مبتلا به کم‌کاری تیروئید اثبات نکرده‌اند. با این حال، وجود ید کافی در رژیم غذایی برای عملکرد غده تیروئید ضروری است. در بسیاری از کشورها به کمک افزودن ید به نمک و سایر مواد غذایی بیماری‌های تیروئید که ناشی از کمبود ید هستند تقریباً ریشه‌کن شده‌اند.

در دوران بارداری، نیاز به ید افزایش می‌یابد. استفاده از نمک یددار و دریافت مکمل‌های ویژه این دوران می‌تواند نیاز زنان باردار را تامین کند.

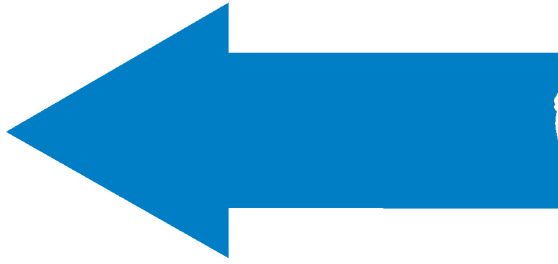
غذاهای گواتروژن به غذاهایی اطلاق می‌شود که فرآیند تولید هورمون‌های تیروئید را مختل می‌کنند. از این دسته از مواد غذایی می‌توان به خانواده کلم اشاره کرد. ایزوفلاون‌های لوبیای سویا (جنیستین و دیادزئین) نیز مانع سنتز هورمون‌های غده تیروئید می‌شوند. مواد غذایی گواتروژن تنها زمانی برای بیماران مبتلا به کم‌کاری تیروئید مشکل‌ساز هستند که یا در مقادیر بسیار زیاد مصرف شوند و یا فرد به کمبود ید یا سلنیم مبتلا باشد. ید به سنتز هورمون‌های تیروئید کمک می‌کند. سلنیم نیز که در مغزهای خوراکی، مرغ، گوشت گاو و غلات یافت می‌شود در غده تیروئید نقش آنتی‌اکسیدانی داشته و در متابولیسم هورمون‌های آن نقش دارد. پختن غذاها مواد گواتروژن موجود در آن‌ها را غیرفعال می‌کند.

درمان کم‌کاری تیروئید

هیپوتیروئیدیسم از طریق دارو درمانی و جایگزین کردن هورمون‌های تیروئید درمان می‌شود. اگر شما به کم‌کاری تیروئید مبتلا هستید باید داروهای تجویز شده را حتماً طبق دستور پزشک (معمولاً به صورت ناشتا) دریافت کنید. مصرف بیش از حد فیبر، مصرف برخی غذاها، مکمل‌ها و داروها می‌تواند جذب داروهای تجویز شده برای درمان هیپوتیروئیدیسم را در بدن مختل کند. بنابراین، توصیه می‌شود از مصرف همزمان این داروها با موارد زیر اجتناب کنید:

- گردو
- لوبیای سویا
- مکمل‌های حاوی آهن
- مکمل‌های حاوی کلسیم
- داروهای آنتی‌اسید که حاوی آلومینیوم یا منیزیم هستند
- برخی داروهای کاهنده کلسترول
- شما می‌توانید داروها و مواد غذایی فوق را با چند ساعت فاصله از داروهای تجویز شده برای درمان کم‌کاری تیروئید استفاده نمایید.





مدل تغییر رفتار؛

مراحلی که برای تغییر یک رفتار باید طی کنیم

تغییر رفتار حتی در زمان‌هایی که خودتان تصمیم به انجام آن گرفته باشید نیز کار ساده‌ای نیست. دشواری این کار در مورد رفتارهایی است که تبدیل به یک عادت شده‌اند. اما گاهی تنها دلیل دشوار به نظر رسیدن تغییر عادات رفتاری، ندانستن روش درست برای تغییر است. برای هر رفتار روش مخصوصی می‌توان در نظر گرفت. در حقیقت برای تغییر یک رفتار باید یک رفتار مناسب را جایگزین عادت قبل کنید. به این منظور باید راهی برای حذف عادات قدیم و شکل‌دهی رفتاری جدید پیدا کنید. شما می‌توانید از راهکارهایی که در این مطلب به آنها اشاره کرده‌ایم استفاده کنید.

قدم‌های اول برای تغییر رفتار

در قدم اول باید بدانید هیچ راه کلی و عمومی برای تغییر رفتار وجود ندارد. بسته به رفتار مورد نظر، شرایط شما و مسائلی که با آنها درگیر هستید، شیوه تغییر رفتار متفاوت است. همه ما در مواردی توانسته‌ایم رفتاری را تغییر داده یا ایجاد کنیم، اما در حفظ آن موفق نبودیم. ایجاد تغییرات پایدار در رفتار و عادت‌ها چنان‌که به نظر می‌رسد کار ساده‌ای نیست. برای تغییر عادات می‌توان به شیوه آزمون و خطا راه‌های مختلف را امتحان کرد و یا از کمک یک متخصص بهره گرفت. علاوه بر این شناخت عناصر، مراحل و فرایندهای تغییر رفتار نیز می‌تواند مفید باشد.

عناصر مهم در فرایند تغییر رفتار

برای موفق شدن باید مهم‌ترین عناصر فرایند تغییر رفتار را بشناسیم. این عناصر را در ادامه به اختصار مرور می‌کنیم. آمادگی برای تغییر: منابع، توانایی‌ها و دانش مورد نیاز برای تغییر را باید برای خود مهیا کرده و در کسب آن‌ها تلاش کنید. موانع تغییر: هر چیزی که مانع تغییر در آن رفتار می‌شود باید دقیقاً شناسایی کنید. انتظار بازگشت: شما می‌توانید احتمال وقوع هر چیزی که در کنترل‌تان باشد را به صفر نزدیک کنید، اما اینکه دقیقاً صفر باشد، در اکثر موارد امیدی‌واهی است. باید عواملی که ممکن است باعث بازگشت به رفتار پیشین شود، دقیقاً شناسایی و رصد شوند.

مراحل تغییر رفتار

مدل‌های مختلفی از تغییر رفتار وجود دارد که در این مقاله بر مؤثرترین و آسان‌ترین روش تمرکز می‌کنیم. هر چند مدل تغییر رفتار مرحله‌ای که موضوع بحث ماست را به عنوان آسان‌ترین روش نام بردیم، اما در همین روش می‌دانیم که تغییر عادات و رفتار هرگز کار آسانی نیست. در این روش باید قدم‌های کوچک و تدریجی برای هدف‌های بزرگ برداشته شود. مراحلی که در این روش برای تغییر رفتار مطرح است را در ادامه مرور می‌کنیم.



مرحله اول

قبل از تصمیم

اغلب افراد در این مرحله حالت انکار را نسبت به رفتار خود دارند. رفتاری که به عنوان یک عادت بد و مضر وجود دارد را به عنوان یک مشکل نمی‌شناسند. در این مرحله معمولاً فرد از آسیب‌های ناشی از رفتارش آگاه نیست یا به آنها توجه ندارد. اگر در این مرحله باشید، شما قدرتی برای کنترل بر موقعیت در خود نمی‌بینید. در این مرحله باید از خودتان بپرسید که چرا ممکن است یک رفتار به عنوان مشکل مطرح شود و بخواهید آن را ترک کنید.

مرحله دوم

تصمیم به تغییر

در این مرحله فرد نسبت به فوائد ترک رفتار خود آگاه می‌شود. با این حال هنوز احساسی دوگانه نسبت به چرایی تغییر خود دارد. سختی‌های ترک یک رفتار در مقابل فوائد آن باعث بروز این احساس در فرد می‌شود. به خاطر همین احساس دوگانه، این مرحله از تغییر عادات و رفتار ممکن است مدت زمان زیادی طول بکشد. گاهی همین دوگانگی مانع عبور شما از این مرحله به مرحله بعد می‌شود. ماندن در این مرحله برای شما به جای کسب منافع معنای از دست دادن و محرومیت پیدا می‌کند.

مرحله سوم

آمادگی برای تغییر

در این مرحله اقداماتی در جهت تغییر عادات‌هایتان انجام می‌دهید، اما تغییر کامل رفتار اتفاق نمی‌افتد. ترک تدریجی مواد مخدر و کم کردن دوز مصرفی، مثال بارزی از این مرحله است. در بسیاری از موارد برای تغییر یک عادت نیاز به مشورت با یک متخصص نیز دارید. در این مرحله نیاز است همه آنچه درباره رفتار مورد نظر وجود دارد، فرا گرفته شود.

مرحله چهارم

عملی کردن تغییر رفتار

در این مرحله اقدامات عملی‌تر و مستقیم‌تری برای جایگزین کردن رفتار انجام می‌شود. به اهداف مشخصی که در مرحله قبل تعیین کرده‌اید، دست می‌یابید. هر چند معمولاً در این مرحله تغییر اتفاق می‌افتد اما نمی‌توان آن را به معنای پایان فرایند تغییر رفتار دانست. پاداش دادن به خودتان در این مرحله کمک می‌کند که احتمال بازگشت را کاهش دهید.

مرحله پنجم

مراقبت از بازگشت به رفتار

این مرحله به معنای ادامه دادن رفتار جدید و بازگشت نکردن به رفتار قبلی است. در این مرحله از بازگشت نکردن به رفتار ترک شده مطمئن می‌شوید. راه‌های مختلفی برای مراقبت از بازگشت به رفتار ترک شده وجود دارد که لازم است برای یادگیری آنها بهتر است با یک فرد با تجربه مشورت کنید. یکی از راه‌های مراقبت از بازگشت به رفتار در نظر گرفتن جایزه برای هر بار مقاومت در برابر تکرار رفتار است.

مرحله ششم

بازگشت به رفتار قبلی

ممکن است عجب به نظر برسد اما بازگشت به رفتار بخشی از فرایند تغییر رفتار است. احساس ناامیدی و شکست در مرحله بازگشت برایتان ایجاد می‌شود. دلیل شروع مجدد رفتار و میل به رفتار باید مورد بررسی قرار بگیرد تا از بازگشت جلوگیری کنید.

مراحل تغییر عادات رفتاری همیشه در این چهارچوب پیش نمی‌روند.

اغلب اوقات در طی مراحل، بازگشت به عقب نیز وجود دارد. ممکن است فردی پس از تغییر یک رفتار دوباره در تصمیم‌گیری خود تردید کند و از خود بپرسد که آیا تغییر آن رفتار کار درستی بوده‌است؟ همچنین در صورت بازگشت به رفتار علی‌رغم تصمیم برای تغییر می‌توانید مراحل تغییر را مجدداً طی کنید. طی کردن چند باره این مراحل در مدل تغییر رفتار به تثبیت بهتر در رفتار جدید کمک می‌کند.

چگونه به رفتار مطلوب برسیم؟

شناسایی یک رفتار، ترک و جایگزین کردن آن با رفتاری جدید نیاز به بررسی دقیق دارد. شما می‌توانید با نوشتن زمان وقوع رفتار مورد نظر به اتفاقاتی که موجب بروز آن رفتار می‌شوند، پی ببرید. برای مثال بسیاری از شما برای ترک کردن سیگار به عنوان یک عادت رفتاری اقدام کرده و در این مسیر شکست خورده‌اید. ممکن است بارها از روش‌ها و مراحل که دیگران برای ترک این عادت به شما معرفی کرده‌اند استفاده کرده باشید. اما باید بدانید هر رفتاری که از شما سر می‌زند در واکنش به یک عامل درونی و یا بیرونی است. شناخت این عوامل به شما کمک خواهد کرد تا بتوانید پاسخی متفاوت به آن بدهید. بسیاری از عواملی که باعث بروز یک رفتار در شما می‌شوند احتمالاً برایتان روشن است، اما باز هم با وجود تلاش‌هایتان هیچ تغییری رخ نمی‌دهد.

مشاوران متخصص و با تجربه با استفاده از جدیدترین روش‌های درمانی در حوزه شناخت و رفتار، به شما جهت شناخت عوامل و تغییر عادات مخرب و جایگزین کردن آنها با رفتاری موثر کمک خواهند کرد. بسیاری از این روش‌ها حتی برای عادات مخربی چون اعتیاد رفتاری نیز کاربرد دارند.

<https://honarehzendegi.com/fa>



به مناسبت هفته بهزیستی و سه‌شنبه‌های بدون خودرو همایش بزرگ دوچرخه‌سواری افراد دارای معلولیت برگزار شد



به گزارش روابط عمومی وامور بین الملل انجمن فرهنگی، ورزشی و گردشگری معلولان پارس:

به مناسبت هفته بهزیستی و سه‌شنبه‌های بدون خودرو همایش بزرگ دوچرخه‌سواری افراد دارای معلولیت، تحت عنوان "شهر در دسترس برای همه"، با حضور پیروز حناچی شهردار تهران، وحید قبادی دانا رئیس سازمان بهزیستی کشور، مدیران شهرداری منطقه ۱۲ و بهزیستی شهر تهران، مسئولان انجمن معلولان پارس، مدیران تشکل‌های مردم نهاد و افراد دارای معلولیت (جسمی، ناشنوا، کم توان ذهنی و سندرم دان) در پارک شهر روز سه‌شنبه ۲۵ تیرماه ۹۸ برگزار گردید.

تعدادی از افراد دارای معلولیت، با هماهنگی قبلی از میدان توحید تا محوطه پارک شهر را در کنار دکتر حناچی، شهردار تهران و دکتر قبادی دانا، رئیس سازمان بهزیستی رکاب زدند.

وحید قبادی دانا روز سه‌شنبه در آیین دوچرخه‌سواری با افراد دارای معلولیت، به مناسبت روز بهزیستی به خبرنگار ایرنا گفت: هدف ما این است که افراد دارای معلولیت، یک زندگی مستقل مانند همه مردم، با حفظ منزلت اجتماعی خود داشته باشند؛ یعنی بتوانند در اماکن مختلف ورزشی حضور پیدا کنند.

وی تاکید کرد: بهزیستی به دنبال ایزوله کردن افراد دارای معلولیت و ایجاد مراکز خاص برای آنها نیست.

رئیس سازمان بهزیستی کشور ادامه داد: هنگامی شرایط را برای افراد دارای معلولیت مطلوب می‌دانیم که شرایط امکان ورزشی برای حضور همه افراد جامعه مناسب باشد و افراد دارای معلولیت نیز بتوانند مانند بقیه افراد، به طور مستقل در آنجا حضور پیدا کنند و ما به دنبال این هستیم که همه اماکن شهری مناسب‌سازی شوند.

حناچی، شهردار تهران در حاشیه این مراسم گفت: من دوچرخه مناسب‌سازی شده برای معلولان کمتر دیدم. امروز ما عزیزی داشتیم که با یک پا با ما همراهی کردند و رکاب زدند، اما به طور کلی بحث مناسب‌سازی فضای شهری برای معلولان بسیار مهم است و این مسئولیت اجتماعی همه ماست که شهر را برای همه افراد جامعه مناسب کنیم.

محمد اسمعیل شیخ قرایی، مدیرعامل انجمن معلولان پارس، ضمن تشکر از مدیران بهزیستی شهر تهران و شهرداری منطقه ۱۲ بابت حمایت از این همایش اظهار داشت: اعتماد به سازمان‌های مردم نهاد از سوی دو سازمان بزرگ، نقطه عطفی برای تحقق اهداف جامعه هدف و نمایش توانمند بودن تشکل‌های معلولان است.

در پایان همایش، از سوی شهرداری منطقه ۱۲ و بهزیستی شهر تهران، به تمامی شرکت‌کنندگان در همایش بزرگ دوچرخه‌سواری افراد دارای معلولیت هدایایی اهدا گردید.



تجلیل از روابط عمومی مجتمع رعد در چهاردهمین جشنواره ملی انتشارات روابط عمومی

اهداف برگزاری این جشنواره اعلام می‌دارد. امید است با همدلی و تلاش بیش از پیش حضرت‌عالی و همکاران ساعی در روابط عمومی شاهد شکوفایی، اعتلا و توسعه دانش علمی روابط عمومی در کشور باشیم.

گفتنی است، این مراسم با حضور سعید رضا عاملی دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی، زهرا سعیدی رئیس فراکسیون رسانه و روابط عمومی مجلس و محمد خدادی معاون امور مطبوعاتی و اطلاع‌رسانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، پروفسور باقر ساروخانی پدر جامعه‌شناسی ارتباطات، دکتر مهدی باقریان دبیر کل جشنواره ملی انتشارات روابط عمومی، دکتر حسن بشیر عضو هیئت علمی دانشگاه امام صادق علیه‌السلام و جمعی دیگر از اساتید و متخصصان روابط عمومی در مرکز همایش‌های سازمان مدیریت صنعتی (سازمان مطالعات و بهره‌وری نیروی انسانی) برگزار شد و چند تن صاحب‌نظران روابط عمومی در موضوع تحلیل محتوا، روابط عمومی دیجیتال، بایدها و نبایدهای روابط عمومی در دوران معاصر سخنرانی کردند.

در مراسم اختتامیه چهاردهمین جشنواره ملی انتشارات روابط عمومی که در مرکز همایش‌های سازمان مدیریت صنعتی برگزار شد از فعالیت‌های روابط عمومی مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد در سال ۱۳۹۷ تجلیل به عمل آمد.

رضا سخن‌سنج، مدیر روابط عمومی مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با حضور در مراسم اختتامیه چهاردهمین جشنواره ملی انتشارات، تندیس و لوح سپاس این رویداد را از پروفسور باقر ساروخانی پدر جامعه‌شناسی ارتباطات دریافت کرد.

بر اساس اعلام دبیرخانه این جشنواره، روابط عمومی مجتمع رعد در ۲ محور از ۵ محور جشنواره شامل: مصاحبه و تیزر رتبه اول و در محورهای پوستر، محصولات خلاقانه و فیلم‌های مستند رتبه دوم کشوری را کسب نمود.

در بخشی از لوح سپاس جشنواره آمده است؛ با توجه به کسب موفقیت در بخش‌های مصاحبه و تیزر (رتبه اول)، پوستر، محصولات خلاقانه و فیلم‌های مستند (رتبه دوم) در سطح ملی توسط آن روابط عمومی، مراتب تشکر و قدردانی خود را از حسن انجام مسؤلیت در قبال



مجتمع رعد،

استاندارد ملی مؤسسات خیریه را کسب نمود



پس از دریافت گواهینامه بین‌المللی مؤسسات خیریه (SGS)، به فاصله کوتاهی جلسه ممیزی مؤسسه «مدیریت حامیان نو اندیش افرا» برگزار شد و مجتمع رعد با پاسخگویی به مراحل هفتگانه، موفق به کسب امتیاز ۸۲ شد.

مؤسسه مدیریت حامیان نو اندیش افرا با مطالعه ملاک‌های استانداردسازی مؤسسات خیریه و نیکوکاری در سطح جهان و بومی‌سازی آنها، کارآمدترین روش‌های ارزیابی مؤسسات خیریه فعال ایرانی را با عنوان «استاندارد ملی مؤسسات خیریه» در ۷ محور حاکمیت سازمان، منابع انسانی، ارتباطات، امور مالی، برنامه‌ریزی، اجرا و ارزیابی، بهبود مستمر و زیرساخت، تدوین کرده است. این مؤسسه در گام نخست مجتمع رعد را ارزیابی و ممیزی کرد که در پایان این نشست این مجتمع با کسب امتیاز ۸۲ از ۱۰۰، شایسته دریافت نشان نقره «افرا» شد.

بر اساس این گزارش، پس از ۸ ماه تلاش مشترک تیم‌های کارشناسی مؤسسه افرا و مجتمع رعد و تعامل تنگاتنگی که از شهریور سال گذشته تا اوایل خرداد امسال با هدف اخذ گواهینامه (SGS NGO Benchmarking) آغاز شده بود و بر بنای آمادگی‌های ایجاد شده در هر دو طرف، ارزیابی مجتمع رعد با استانداردهای افرا برای بهبود زیر ساخت‌های مدیریتی انجام شد و مجتمع رعد نایل به دریافت این گواهینامه شد.

در خلاصه گزارشی که مؤسسه افرا برای ممیزی از مجتمع رعد تدوین، تنظیم و ارایه نمود، توصیه‌هایی را اعلام کرد. این توصیه‌ها عبارت بودند از: به‌روزرسانی برنامه‌های راهبردی، اصلاح ساختار سازمانی، طراحی ساز و کار پایداری و نظارت در حوزه حاکمیت سازمانی، تبدیل بهبود مستمر به‌عنوان یک رویکرد مدیریتی به فرهنگ سازمانی و طراحی برنامه تحول برای حرکت از وضع موجود به وضع مطلوب در ۷ سال پیش‌رو. همچنین سطح توسعه یافتگی سازمانی که از نظر مؤسسه افرا به ۴ بخش؛ زیر ساخت، هوشمندی

عملیاتی، هوشمندی تحول و هوشمندی استراتژیک منحصر می‌شود، از نگاه افرا، مجتمع رعد با کسب امتیاز ۸۲ در سطح هوشمندی عملیاتی قرار گرفت و اعلام شد که این مؤسسه بخش‌های مهمی از هوشمندی تحول را نیز آغاز کرده‌است.

مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد این موفقیت بنیادین را به تمام خانواده بزرگ این مؤسسه شریف و با سابقه از نیکوکاران تا داوطلبان، مدرسان، کارکنان، کارآموزان و عموم مردم شریف تبریک گفته و امیدوار است که با همدلی همه‌ی عزیزان، شاهد موفقیت‌های بیشتری برای مجتمع رعد باشد.



کسب مقام برتر «راديو توان» در رویداد استارت‌آپی رویش‌تک

در مراسم اختتامیه رویداد فرهنگی اجتماعی رویش که به ارزیابی استارت‌آپ‌های حوزه افراد دارای معلولیت اختصاص داشت، رادیوتوان، موفق به کسب رتبه برتر در این رقابت‌ها شد. رویش، رویدادی برای فعالان اجتماعی، جویندگان کسب و کارهای جدید در حوزه افراد دارای معلولیت بود که آموزش در جهت چگونگی ارائه و کمک به اجرایی شدن ایده‌های خلاقانه فردی یا تیمی و ایده‌هایی جهت بهبود زندگی افراد دارای معلولیت را دنبال می‌کرد. بر اساس این گزارش در روز اول رویداد، استارت‌آپ‌های شرکت‌کننده به ارائه یک دقیقه‌ای ایده خود پرداختند و در روز دوم و پس از برگزاری کارگاه، ایده‌های خود را پرورش داده و در روز سوم پس از ۳ روز تلاش و فعالیت مستمر، بعضی از تیم‌ها با هم جمع شدند و در انتها ۱۶ تیم برای ارائه نهایی، اعلام آمادگی کردند.

اغلب ایده‌ها در زمینه راه‌اندازی فروشگاه اینترنتی، تجهیزات پزشکی، نمایشگاه هنر و صنایع دستی به صورت آنلاین، اپلیکیشن‌های کاربردی و... بود. شرکت‌کنندگان سعی داشتند با توجه به مسؤولیت اجتماعی خود گوشه‌ای از مشکلات افراد دارای معلولیت را تسهیل یا برطرف نمایند.

در میان تمام ایده‌ها، ایده «راديو توان» نیز توسط عوامل اجرایی به بینندگان و داوران حاضر در سالن ارائه شد و در ساعات پایانی بر اساس تصمیم داوران و پس از بررسی و ارزیابی طبق استانداردهای لازم و معتبر، رادیو توان توانست کسب رتبه اول را در بین شانزده تیم شرکت‌کننده به خود اختصاص دهد. همچنین استارت آپ «دیجی بریل» رتبه دوم و «بهبین جا» ف رتبه سوم را در این رویداد کسب کردند.

مجمع رعد این موفقیت ارزشمند را به کارآموختگان این موسسه، زهرا خان‌اف و یوسف رستمی صمیمانه تبریک عرض می‌کند و امیدوار است شاهد موفقیت‌های بیش از پیش تمام عزیزان توان‌یاب باشد.

رویداد استارت‌آپی اجتماعی رویش

نوآوری و خلاقیت به نفع افراد دارای معلولیت

تیم اول (صد میلیون ریال) - تیم دوم (شصت میلیون ریال) و تیم سوم (چهل میلیون ریال)

زمان: ۲۰ شهریور تا ۱۳۹۵
مکان: سرای همایونگانه
مکان: تهران
سازمان: موسسه تخصصی توان‌یابان
تلفن: ۰۲۱-۸۳۳۱۹۱۱۴
وبسایت: www.roosh.ir
آدرس: تهران، خیابان ولیعصر، پلاک ۱۳۹، طبقه اول، مجتمع تجاری همایونگانه



درخشش ورزشکاران رعد در مسابقات انتخابی بوچای استان تهران

دختران ورزشکار عضو تیم بوچای مجتمع رعد با حضور در مسابقات قهرمانی کشور با عضویت در ترکیب تیم تهران «الف» با سایر استان‌ها رقابت کردند و در پایان این مسابقات به عنوان قهرمان این دوره نایل آمدند. در دهمین دوره مسابقات قهرمانی کشور بوچای بانوان، ورزشکاران در کلاس‌های چهارگانه‌ی BC۱ تا BC۴ با یکدیگر به رقابت پرداختند و در پایان مسابقات، تیم تهران الف مرکب از: فاطمه بهمنی و مهناز فتحی در جایگاه نخست ایستادند و مقام قهرمانی را از آن خود کردند. شایان‌ذکر است، ۸۴ ورزشکار و ۱۶ تیم از استان‌های تهران، آذربایجان غربی، آذربایجان شرقی، قزوین، کرمانشاه، کرمان، سمنان، اصفهان، اردبیل، خوزستان، خراسان رضوی، گلستان، یزد، البرز، قم و گیلان طی ۳ روز در سالن شهید حمیدی شهر مشهد در دهمین دوره مسابقات قهرمانی کشور بوچای بانوان با هم به رقابت پرداختند. در این دوره از مسابقات، تیم‌های تهران الف با ۴۴ امتیاز در جایگاه نخست، خراسان رضوی با ۲۴ امتیاز مقام دوم و تهران «ب» با کسب ۲۱ امتیاز رده سوم را کسب کردند، همچنین کاپ اخلاق نیز به تیم گیلان تعلق گرفت.



درخشش ورزشکاران رعد در مسابقات انتخابی بوچای استان تهران



تیم بوچای رعد که با مربیگری محمد بیگدلی و عضویت علی اصغر دستوری، امیر شیرزادی، امیررضا دهقان، مهرشاد و نیکزاد، محمد حسین قادری و علی مظاهری در مسابقات بوچیا، انتخابی تیم استان تهران در سالن ۲۲ بهمن شرکت کرده بود، در پایان این مسابقات امیر شیرزادی در کلاس BC۲ مقام اول و امیررضا دهقان در کلاس BC۱ مقام دوم را کسب کردند و به عضویت تیم استان تهران نائل آمدند.



حفظ محیط زیست با حمایت از توان یابان

انسان دوستانه، زمینه مشارکت هر چه بیشتر مردم را فراهم آورد تا جایی که مدتی پیش، کودک خردسالی به نام رونیکا فرخیان به همراه فریبا کریمی‌نژاد، فرزند پروفیسور محمدحسن کریمی‌نژاد بنیانگذار و مؤسس رعد کرمان ضمن حضور در خیریه رعد ضمن اهدای در بطری‌های جمع‌آوری شده در این طرح مشارکت نمود. لازم به ذکر است در تشخیص توان‌یابان نیازمند به ویلچر، فرم مددکاری که توسط مراکز رعد یا مراکز بهزیستی در استان‌ها تکمیل شده بود، ملاک عمل قرار می‌گیرد. مجتمع رعد ضمن تبریک به این کودک نیکوکار و خانواده خیرش، از عموم شهروندان دعوت می‌کند با پیوستن به این پویش اجتماعی، سهمی در توانمندسازی و حضور اجتماعی افراد دارای معلولیت برعهده بگیرند، بدین منظور تلفن ۰۹۱۲۵۳۹۴۹۴۳ برای هماهنگی و همکاری در این زمینه تعیین شده‌است.

طرح تهیه و توزیع ویلچر برای افراد دارای معلولیت نیازمند که از ۴ سال پیش در مجتمع رعد با همکاری پویش «هستمت» آغاز شد، همچنان پرتوان دنبال می‌شود. پیشنهاد همکاری پویش اجتماعی «هستمت» که با هدف حفظ محیط زیست اقدام به جمع‌آوری داوطلبانه در پلاستیکی بطری در استان‌های مختلف کشور آغاز شده‌بود، با پذیرش مسؤلیت از طرف مجتمع رعد و تجدید ساختار دبیرخانه طرح، ثبت‌نام، نوبت‌دهی، راستی‌آزمایی، انجام تحقیقات کارشناسی، تهیه و توزیع ویلچرها پرتوان‌تر از گذشته دنبال شد. به نحوی که تا پایان سال ۱۳۹۷، ۷۵ دستگاه ویلچر تهیه شد و در بین افراد دارای معلولیت در استان‌های: سیستان و بلوچستان، کردستان، بوشهر، کرمانشاه، گیلان، قم، اصفهان و تهران توزیع گشت. مجتمع رعد از ابتدای سال ۹۸، با دعوت از علاقه‌مندان و نیکوکاران به مشارکت در این طرح



قطار قصه‌های رعد تاک از ایستگاه دوم عبور کرد

گزارشی از برگزاری رعد تاک ۲

دومین رویداد رعد تاک در حالی در سالن همایش‌های خیریه رعد برگزار شد که حاضران در این سالن از شنیدن قصه‌های مسعود حاتمی، غنچه استوارنیا و حسن میرزاحسینی بسیار تحت تأثیر قرار گرفتند و با تشویق‌های پی در پی آنها را تحسین کردند.

اما درآمدش کفاف هزینه‌های خانواده ۴ نفره ما را نمی‌کرد. تصمیم گرفتم به ایران بازگردم، اما این تصمیم از طرف همسرم حمایت نشد و مجبور شدم تنها به ایران برگردم. با ۵۰۰ مارکی که سال ۱۳۷۰ حدود ۴۰ هزار تومان ارزش داشت به ایران آمدم و از میدان امام حسین(ع) یک تخت و کمدم خریدم و در اتاق کوچکی که یکی از دوستان قدیمی داخل شرکتش به من داد، زندگی جدیدی را آغاز کردم. با جوانی که برای شروع فعالیت بازرگانی به کمک نیاز داشت، آشنا شدم و با تسلطی که به زبان آلمانی و انگلیسی داشتم، نمایندگی ماشین‌آلات صنعتی، یخچال، فریزر و کولر خودرو را از کشورهای آلمان، ایتالیا و دانمارک گرفتم. همزمان نامه‌ای از آلمان به دستم رسید که همسرم درخواست طلاق داده بود. طلاق انجام شد، اما این ضربه به قدری سنگین بود که بعد از ۱۰ سال راه رفتن، این بار برای همیشه ویلچرنشین شدم. ولی به شدت کار می‌کردم. مسؤول روابط خارجی شرکت شدم و شریک مسؤول امور فنی، نصب و راه‌اندازی دستگاه‌ها شد. امروز ۷۰ درصد ماشین‌آلات انتهای خط در یک کارخانه خودروسازی، از شرکت ما است و در کارخانه دیگری ۱۰۰ درصد ماشین‌آلات انتهای خطش را شرکت ما تأمین می‌کند.

قصه دوم را غنچه استوارنیا کارشناس دیجیتال مارکتینگ و مدیر کافه واته روایت کرد. او داستانش را از ساعت ۱۲ روز یکشنبه ۱۳۸۳/۹/۱۵ شروع نمود، روزی که بر اثر یک تصادف شدید، قطع نخاع شد. غنچه از نوجوانی آرزوی بازیگر شدن داشت تا اینکه با یک حادثه رانندگی در سن ۲۱ سالگی، تمام رویاهایش به هم ریخت و به قول خودش زندگی چهره دیگری را

مسعود حاتمی مدیر کارآفرین شرکت صنایع توانبخشی همگام که در اثر حادثه تصادف رانندگی در روز پنجم تیرماه ۱۳۶۱ در جاده فیروز کوه از ناحیه مهره‌های کمر آسیب‌دیده بود، گفت: در آن سال که به استخدام یک شرکت آلمانی برای ساخت نیروگاه نکا درآمده بودم، جهت حضور در محل کارم با یک سواری پیکان از تهران به سمت ساری سفر می‌کردم. حدود ساعت ۹ صبح، در حالی که سرگرم تماشای مناظر بیرون بودم رانندگی نامناسب راننده در سر پیچ‌ها وحشت‌زده‌ام کرد. دیگر چیزی نفهمیدم. وقتی به هوش آمدم، درد شدیدی را در ناحیه کمرم احساس کردم.

حاتمی در ادامه گفت: بعد از چند روز که در بیمارستان ساری بستری بودم، مرا به بیمارستان مهر تهران منتقل کردند. دکتر معالج بعد از معاینه گفت: چیز مهمی نیست ۲ تا از مهره‌های کمرت شکسته است. فردا صبح عملت می‌کنیم و به زودی خوب می‌شوی ولی به پیشنهاد تعدادی از دوستان برای پی‌گیری معالجات تصمیم گرفتم به آلمان سفر کنم. تا اجازه خروج از کشور، ۲ ماه طول کشید. در شهر هایدلبرگ آلمان، پزشک معالجم نظر دیگری داشت. او گفت: آسیب‌دیدگی من بسیار جدی و مهم است و باید حدود ۲ ماه روی یک تخت دوار بستری باشم و بعد از گذراندن یک دوره چند ماهه فیزیوتراپی، تا پایان عمر هم باید از ویلچر استفاده کنم. این خبر ضربه مهلکی به من زد به نحوی که فکر می‌کردم مرگ برایم بهتر از این زندگی است. اما در طول این مدت سعی کردم با یادگیری زبان آلمانی خودم را سرگرم کنم. بعد از طی این دو ماه، روزی ۸ ساعت در کلینیک، ورزش و فیزیوتراپی داشتم. از سال بعد، تمام کارهایم را با ویلچر انجام می‌دادم ولی بعد از مدتی با کمک عصا کم‌کم شروع به راه رفتن کردم. حاتمی با اشاره به اینکه ۹ سال در آلمان زندگی کرد، ادامه داد: همسرم شغلی در شهرداری پیدا کرده بود



کنید یا نه، چند بار با من مکاتبه کردند، بخشی از سناریو را برایم فرستادند و از من تست گرفتند. بعد از این ماجرا فاصله‌ام را با سینما کم کردم و در پشت صحنه کارهای کوچکی انجام دادم.

استوارنیا تحول دیگر زندگیش را به سال ۲۰۱۵ و آشنایی با فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی مرتبط می‌داند و می‌گوید: شبکه اینستاگرام باعث شد، جرات بیشتری پیدا کنم، آدم‌های زیادی به من پیام می‌دادند که باورمان نمی‌شود، آدمی که روی ویلچر نشسته اینقدر شاد باشد، بگردد، مهمانی برود و.....

وی در بخش پایانی داستانش گفت: با همه اینها من فکر می‌کنم آن کسی که باید اینجا می‌بود، من نبودم. شایسته بود، کسی اینجا باشد که در ۳۷ سالگی همسرش را از دست داد و با ۳ فرزند کوچک و نوجوانش مستاجری کشید، سخت کار کرد و در یک شهر غریب، بچه‌هایش را خیلی خوب بار آورد، کسی که به من «مبارز بودن» را یاد داد، از مادرم صحبت می‌کنم. تشویق حضار فضای سالن را پر می‌کند. من قوی بودن را از مادرم یاد گرفتم و خودم را مدیون او می‌دانم.

حسن میرزاحسینی آخرین کسی بود که در رعدناک ۲ داستان زندگی‌اش را برای حضاران تعریف کرد؛ یک ورزشکار تمام عیار، کسی که زمین‌های فوتبال را به ستوه آورده بود، کسی که آرزوی کسب مقام قهرمانی بود و ...

میرزا حسینی گفت: نقل و قولی است که می‌گوید: قصه، آدم‌ها را به هم متصل می‌کند و در دنیا هیچ چیزی قوی‌تر از قصه، وجود ندارد. این جمله‌ای است که زندگی مرا عوض کرد. ۱۲، ۱۳ سال است که مسیر زندگی من عوض شده‌است. من عضو تیم ملی سنگ‌نوردی و اسکی معلولان و جانبازان و جزء اولین پاراسلک لانیرهای جهان هستم. متولد دهه ۶۰ هستم و خصوصیات پسرهای دهه شصتی را دارم، کمی بازی گوشم و عاشق تفریح و ورزش هستم. بچگی من مثل همان بچه‌های دیگر در کوچه خاکی، گل کوچیک، والیبال با توپ پلاستیکی و به صورت عادی پیش می‌رفت تا اینکه در ۱۸، ۱۹ سالگی وقتی در اوج عشق به فوتبال بودم در زمین خاکی فوتبال، آسیب دیدم. فکر کردم، مثل تمام آسیب‌دیدگی‌های قبلی، با یک قرص و آمپول، خوب می‌شوم. دکتر که رفتم، متوجه شدم، قضیه با آن چیزی که فکر می‌کردم فرق دارد ولی

به او نشان داد. در این تصادف، به خاطر شکستگی مهره‌ها، قطع نخاع شد و به دلیل شکستگی دنده‌ها به ریه‌اش آسیب جدی وارد شد. پزشک آمبولانس نهایت تلاشش را برای بیدار ماندن او و قطع نشدن جریان تنفسش انجام داد. غنچه می‌گوید: وقتی بیدار شدم، از این که از مرگ نجات پیدا کرده‌ام، شگفت‌زده شدم. اما مطمئن بودم راه سختی پیش رویم هست. غنچه در ادامه افزود، اینجا نیامدم از سختی‌هایم برای شما بگویم، اینجا هستم تا از خوشی‌ها و موفقیت‌هایم بگویم. تا مدت‌ها پس از تصادف به این فکر می‌کردم که چرا باید یک اتفاق که هیچ دخالتی در آن نداشتیم، اینقدر زندگی مرا دگرگون کند، راننده ماشینی که من مسافرش بودم، مقصر بود و من از او بغض و ناراحتی داشتم. مدت‌ها زمان برد تا من با این مسأله کنار بیایم. به جای اینکه از او انتقام بگیرم، بخشیدمش و خوشحالی این بخشش، برایم ماندگار شد. ۴، ۵ سال بعد از تصادفم، تصمیم گرفتم، مستقل زندگی کنم. از قزوین به تهران آمدم و اتاقی در گوشه‌ی یک حیاط را اجاره کردم. تمام حقوقی که می‌گرفتم یک جا برای اجاره خانها می‌رفت. پس شروع به ساختن زیورآلات با مفتول برنجی و مسی و مهره‌های سنگی کردم که برایم کمی درآمد داشت.

وی در ادامه قصه‌اش به سفر کیش اشاره کرد و گفت: چون شنیده بودم در کیش رونق اقتصادی و پول زیاد است، تصمیم گرفتم که بروم کیش. در کیش کاری که می‌خواستم انجام بدهم، جور نشد و من دست فروشی را انتخاب کردم. بساط زیورآلات را برداشتم و رفتم روی اسکله و شروع کردم به فروختن. بالاخره توانستم یک کانتینر در یکی از پاساژهای جزیره بگیرم و کارم را ادامه دهم. خیلی زود شعبه دوم را زدم و پخش‌کننده اصلی سیگار و محصولات دخانی در جزیره کیش شدم ولی متأسفانه به خاطر برخی مشکلات شخصی مجبور شدم برگردم تهران و دوباره از صفر شروع کنم.

از کودکی آرزو داشتم بازیگر شوم، بزرگ‌تر که شدم شروع کردم به بازی در تئاتر و یک فیلم کوتاه نیز کار کردم و برای بازی در یک تئاتر جایزه هم گرفتم. بعد از این جایزه، تصویر خودم را کنار فیلم‌های پرفروش می‌دیدم و این نهایت رویای من بود. تصادف که کردم اولین چیزی که محو و نابود شد، همین تصویر بود. اما حدود ۲ سال پیش یک روز صبح که از خواب که بیدار شدم، پیام عجیبی دیدم در اینستاگرامم دیدم. از نتفلیکس برای بازی در قسمتی از سریال «او ای» از من دعوت شده بود! نمی‌دانم، می‌توانید حال مرا در آن لحظه تصور



انتظار نداشتم که دکتر به من بگوید تو سرطان داری! شوک بزرگی بود و دنیای من دگرگون شد. پسری که اکثر وقتش در مدرسه و ورزشگاه می‌گذشت، یک دفعه افتاد در اتاق ایزوله شیمی درمانی که فقط روزی ۳ بار پرستارش را می‌دید. این دوران خیلی برای من که کاپیتان تیم و لیدر دوستانم بودم، دردآور بود.

در نهایت بعد از مدتی شیمی درمانی، دکترها به این نتیجه رسیدند که من می‌توانم یک آدم زنده باشم با یک پا، یا اینکه ۲ پا داشته اما زندگی نکنم. من ترجیح دادم یک آدم زنده باشم با یک پا، پس قبول کردم یک پایم را قطع کنند. پایم قطع شد و من از شرایطی که قبلاً داشتم، کاملاً جدا شدم. من در دوران نوجوانی قهرمان ژیمناستیک بودم و از بچگی عاشق قهرمانی بودم و حالا با این بیماری، به دنیای دیگری پرتاب شدم.

حسن میرزااحسینی که در بین دوستانش به عمو حسن معروف است در مورد زندگی بعد از عمل جراحی‌اش، گفت: بعد از اینکه یک پایم قطع شد به خودم گفتم ادامه تحصیل می‌دم و به دانشگاه می‌روم. در رشته حسابداری درس خواندم، کار پیدا کردم و زندگی عادی را شروع کردم. اما همیشه احساس می‌کردم، یک چیزی در زندگیم جایش خالی است، یک گمشده‌ای دارم که باعث می‌شود، آنقدر که لازم است، شاد نباشم. تا اینکه به صورت اتفاقی یک کتاب به دستم رسید از پائولو کوئیلو به نام «خاطرات یک مغ»، کتاب خیلی جالبی است و خیلی ذهنم را به خودش مشغول کرد. من با مسافر و راهب داستان همسفر شدم. انتهای این قصه به این نتیجه رسید که آن راهب برای کار خاصی به دنیا آمده‌است. این کتاب خیلی مرا تحت تأثیر قرارداد و به خودم گفتم که من برای چه کاری به این دنیا آمده‌ام؟

بعد رفتم سراغ معروف‌ترین کتاب این نویسنده، «کیمیاگر». بعد از خواندن کتاب «کیمیاگر» کاملاً روحم به تسخیر قهرمان قصه درآمد. من با چوپان قصه پائولو کوئیلو به مصر سفر کردم و با تمام اتفاقاتی که برای قهرمان داستان افتاده بود، همزاد پنداری نمودم. بعد از خواندن آن کتاب به این نتیجه رسیدم که من هم باید یک رویا داشته باشم.

خیلی فکر کردم به اینکه «من یک رویا داشته باشم» یعنی چی؟ تا اینکه به این نتیجه رسیدم، رویا داشتن یعنی وقتی که تو به رویا فکر کنی، ضربان قلبت بالا می‌رود، گردش خون در رگ‌هایت سریع‌تر می‌شود و حالت بهتر می‌شود. چه چیزی توی دنیا که این حس را برایم به وجود می‌آورد؟ یک برگشت به گذشته (فلش بک) مرا به دوران

کودکی و بچگیم برد، همان ژستی که روی سکو می‌گرفتم، همان حسی که موقع قهرمان شدن، احساس می‌کردم. به خودم گفتم، این همان چیزی است که من می‌خواهم. می‌خواهم یک بار دیگر قهرمان ورزشی باشم، می‌خواهم یک بار دیگر بروم روی سکو. می‌خواهم رویایم این باشد که قهرمان ورزشی شوم.

هم، کارم را تعطیل کردم و هم ادامه تحصیل را. ریسک خیلی بزرگی بود. شروع کردم به جنگیدن، چون این رویای و رسالت من در زندگی بود و من آن خوشحال بودم.

عمو حسن قصه‌اش را این‌گونه ادامه داد: اولش خیلی سختی کشیدم اما با ممارستی که داشتم، موفق شدم به عضویت اولین تیم ملی سنگ‌نوردی ایران دربیایم. ولی قانع نشدم و فکر کردم هر چقدر بیشتر تلاش کنم و هرچقدر رویای خودم را بزرگ‌تر تصور کنم، می‌توانم کارهای بزرگ‌تری انجام دهم. بعد از سنگ‌نوردی، رفتم برای اسکی. خیلی‌ها من را از این کار منع کردند ولی من به حرف هیچ‌کس گوش نکردم. سر تمرینات اسکی این قدر زمین می‌خوردم که یک جاهایی، خودم دلم برای خودم می‌سوخت. اما آنقدر ادامه دادم تا به عضویت تیم ملی اسکی ایران در بیایم. احساس می‌کردم در اوج خستگی و ناامیدی، آن رویا می‌تواند به من انرژی دهد. همینطور هم می‌شد و من می‌توانستم بلند شوم و ادامه دهم.

حسن میرزااحسینی در پخش پایانی داستانش گفت: من همچنان تلاش می‌کنم تا به رویای خودم برسیم، من با چوپان قصه کیمیاگر همراه شدم و یک کوله‌باری برای خودم بستم. شما وقتی عازم سفری می‌شوید، یک کوله‌ای برای خودتان بر می‌دارید، باید گوشه آن کوله برای یک چیز دیگری هم جا بگذارید و آن رویای خودتان است، رویای خود را باور کنید. دومین چیزی که باید همراه داشته باشید، امید است. هیچ وقت نباید امیدتان را از دست بدهید. شما بارها و بارها زمین می‌خورید، بارها و بارها شما را ناامید می‌کنند، نفستان را می‌برند، تنها راهی که می‌توانید، موفق بشوید این است که دست از تلاش کردن برندارید. من به عنوان یک آدم موفق اینجا حاضر نشدم، من به عنوان کسی که در حال تلاش کردن است و به ۳۵ درصد رویایش رسیده و امیدش را از دست نداده، اینجا هستم. پیامم به شما این است که تحت هیچ شرایطی دست از تلاش کردن برندارید.

رعدتاک ۲ با داستان عمو حسن تمام شد، اما قصه رعدتاک همچنان ادامه دارد، برای شنیدن قصه «الگوهای زندگی امروز» رعدتاک را از دست ندهید.

سومین رویداد توان تک برگزار شد

نمایشگاه توان تک، به کسب و کارها و استارت‌آپ‌های علاقه‌مند به فعالیت در حوزه افراد دارای معلولیت ارایه کردند. هدف اصلی این انجمن‌ها، تغییر نگرش جامعه به موضوع معلولیت، معرفی توانایی‌های متفاوت این افراد و توسعه دسترس‌پذیری آنها به فضاهای وب، خدمات و سرویس‌های مورد نیازشان بود.

انجمن‌های مرتبط با حوزه معلولیت در این دوره از توان تک ترکیبی بودند از: معلولان جسمی حرکتی، ذهنی، حسی، نابینا، ناشنوا، اوتیسم و ... که طی ۴ روز فعالیت نمایشگاه با برنامه‌ریزی قبلی پاسخگوی بازدیدکنندگان بودند و با حضور خود در سایر بخش‌های نمایشگاه الکامپ و رایزنی با شرکت‌کنندگان، زمینه تعامل و توجه آنها را به موضوع معلولیت فراهم آوردند.

رویداد توان تک که آن را «الکامپ حوزه معلولیت» نامیده‌اند، برای سومین دوره متوالی با هم‌افزایی مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد و صاحب نظران عرصه فناوری اطلاعات در محل نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران برگزار شد و اهداف زیر را پی‌گیری نمود:

- دسترس‌پذیری افراد دارای معلولیت به فضای وب
- متناسب‌سازی محصولات و خدمات کسب و کارهای موفق و نوپا برای توسعه کاربران توان‌یاب
- بهبود کیفیت زندگی افراد دارای معلولیت با بهره‌مندی از ظرفیت فناوری اطلاعات
- شناخت و معرفی فرصت‌های اشتغال در حوزه فناوری اطلاعات برای افراد دارای معلولیت
- معرفی توان‌یابان صاحب ایده به شتاب‌دهندگان و سرمایه‌گذاران

ویژگی این دوره

با همکاری و مساعدت سازمان نظام صنفی رایانه‌ای کشور، ستاد برگزاری نمایشگاه الکامپ و ستاد توسعه فناوری‌های اقتصاد دیجیتال و هوشمندسازی، سومین رویداد توان تک در غرفه‌ای به مساحت ۲۰۰ مترمربع که در مقایسه با سال گذشته ۳ برابر افزایش داشت با کیفیت مطلوب برگزار شد.

ویژگی‌های این دوره عبارت بود از:

۱. تشکیل پایبندی جهت مشورت‌های تخصصی انجمن‌های حوزه معلولان با همراهی ۲۵ انجمن
۲. برپایی نمایشگاهی از استارت‌آپ‌ها و کسب و کارهای مناسب‌سازی شده
۳. معرفی استارت‌آپ‌هایی که توسط توان‌یابان راه‌اندازی شده
۴. برگزاری کنفرانس خبری و تشریح نتایج رویداد توان تک
۵. برگزاری نشست تخصصی «جامعه توان‌یابان و حکمرانی فناوری اطلاعات در ایران» با حضور صاحب نظران
۶. اهدا جایزه مسؤولیت اجتماعی رعد به موفق‌ترین کسب و کار، استارت‌آپ برتر و خانواده حامی توان‌یاب

فهرست انجمن‌ها

نمایندگان ۲۵ انجمن فعال حوزه افراد دارای معلولیت، مشاوره‌های تخصصی خود را در بخش پایبون

این مراکز عبارت بودند از:

۱. مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد
۲. انجمن علمی و آفرینش‌های هنری معلولان ایران
۳. جامعه معلولان ایران
۴. انجمن معلولان ضایعات نخاعی استان تهران
۵. انجمن معلولان پارس
۶. انجمن نابینایان ایران
۷. انجمن ندای معلولان ایران
۸. انجمن برنا
۹. انجمن ام اس ایران
۱۰. انجمن باور
۱۱. مرکز آسیب نخاعی بنیاد شهید و امور جانبازان
۱۲. کانون سندروم داون ایران
۱۳. دفتر فرهنگی معلولین
۱۴. انجمن آرمان فرصت‌های برابر
۱۵. انجمن پیام آوران ساحل امید
۱۶. مرکز جامع معلولان ذهنی عمل
۱۷. کانون هموفیلی ایران
۱۸. کانون معلولان توانا
۱۹. انجمن دفاع از حقوق معلولان
۲۰. انجمن تخصصی معلولین ایران
۲۱. انجمن علمی کاردرمانی ایران
۲۲. انجمن نابینایان افق سبز
۲۳. مرکز حرفه‌آموزی دخترانه کم توان ذهنی عاطفه
۲۴. انجمن خانواده ناشنوایان ایران
۲۵. خیریه همگام (کمپین ۱۱ ایران)



معرفی استارت‌آپ‌ها و کسب و کارهای سومین رویداد توان‌تک

در سومین رویداد توان‌تک، ۲ گروه؛ استارت‌آپ‌ها و کسب و کارها حضور داشتند. این دو گروه در ادامه به ترتیب معرفی می‌شوند:

هاناپ: هوش مصنوعی برای کمک به افراد ناشنوا. فن‌آسا: تولید نوعی قاشق برای افرادی که لرزش دست دارند. آی‌قصه: داستان صوتی برای افراد نابینا. نسیم صحت راستین نصر: تولید تسهیل کننده حرکتی ویلچر. آزمایش آنلاین: خدمات آزمایش و چکاپ در منزل. توانیتو: رابط افراد دارای معلولیت و سالمندان با سرویس‌ها و خدمات مختلف. پکنوما: تسهیل اشتغال افراد نابینا. سازیتو: ایجاد سایت فروش محصولات. پونز: معرفی امکان دسترس‌پذیر برای افراد دارای معلولیت. لاندراپ: خدمات شست و شوی لباس با دریافت و ارسال رایگان. پونیشا: پلتفرمی برای جست و جوی کار در زمینه آی.تی در بخش استارت‌آپ‌ها. چیلیوری: خدمات سفارش غذا که به تازگی افزونه‌ای به اپلیکشین خود برای افراد دارای معلولیت اضافه کرده تا راحت‌تر از آن استفاده کنند. حامی سان: سرویس پشتیبانی تلفن. دیوار: پلتفرم خرید و فروش که افزونه‌ای به اپلیکشین خود برای افراد دارای معلولیت اضافه کرده تا راحت‌تر از آن استفاده کنند. پازلی: پلتفرمی برای ساخت اپلیکیشن.

گزارش نشست خبری در سومین رویداد توان‌تک



با حضور ۱۸ نفر از خبرنگاران حوزه فناوری اطلاعات و سرویس اجتماعی رسانه‌ها و خبرگزاری‌های حاضر در نمایشگاه الکامپ، کنفرانس خبری رویداد توان‌تک با حضور؛ منصوره پناهی مدیرعامل مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد و مهندس شاهین طبری رئیس هیأت مدیره شرکت چارگون و عضو دائمی دبیرخانه رویداد توان‌تک برگزار شد.

منصوره پناهی، مدیرعامل مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد خطاب به خبرنگاران گفت: چند سال پیش تعدادی از فعالان عرصه فناوری اطلاعات به حضور نداشتن معلولان در نمایشگاه الکترونیک و کامپیوتر اشاره کردند و با الگو قرار دادن الکامپ، رویدادی با نام توان‌تک را برنامه‌ریزی کرده و اولین دوره آن را در مجتمع رعد برگزار نمودند. پس از آنکه استارت اولیه رویداد توان‌تک در موسسه رعد زده

شد، سال گذشته در کنار نمایشگاه الکامپ فضای محدودی به ما تعلق گرفت و امسال در دل نمایشگاه الکامپ در فضایی ۲۰۰ متری، این امکان در اختیار ما گذاشته شد که مشارکت و حضور توان‌یابان مطابق دیگر شرکت‌کنندگان دیده شود. وی با اشاره به نقش استارت‌آپ‌ها و خدمات‌رسانی آنها به جامعه توان‌یابان و کسب و کارهایی که در این حوزه فعالند و با محصولاتشان زندگی را برای آنها راحت کرده‌اند، افزود: این دوره در توان‌تک، از ۲۵ انجمن فعال مدافع حقوق معلولان دعوت کردیم تا علاوه بر مشارکت در برگزاری رویداد توان‌تک، با حضور موثر خود، انتظارات و مطالبات مخاطبانشان را به اطلاع کسب و کارها و مدیران استارت‌آپ‌ها برسانند و زمینه دسترس‌پذیری الکترونیک را برای افراد دارای معلولیت فراهم کنند.

مهندس شاهین طبری رئیس هیأت مدیره شرکت چارگون و ایده‌پرداز رویداد توان‌تک، از تعداد بسیار زیاد جمعیت معلولان در جهان گفت. او ادامه داد، از ۸ میلیارد نفر انسانی که در دنیا زندگی می‌کنند، یک میلیارد نفر آنها با معلولیت زندگی خود را ادامه می‌دهند و اگرچه با مشکلات زیادی در زندگی روبه‌رو هستند، اما توانمندی‌های زیادی هم دارند. توان‌تک درباره فناوری‌هایی سخن می‌گوید که زندگی را برای این جمعیت یک میلیاردری آسان‌تر کند. وی با اشاره به اینکه برخی از توان‌یابان در عرصه فناوری اطلاعات و ارتباطات، توانمندی‌های چشم‌گیری دارند، گفت: کسانی در جمع توان‌یابان حضور دارند که مدیر کسب و کار خودشان هستند و توان‌تک باید نگاه و نگرشی که از طرف سایرین به آنها وجود دارد را اصلاح کند. آنها افراد موفق هستند و سعی دارند زندگی را برای خود و کسانی که در شرایطی مثل خودشان زندگی می‌کنند، راحت‌تر کنند.





شود. یکی از کارهای که شرکت ما (اسنپ) باید به غیر از دسترس پذیری انجام دهد، این است که بدانیم این افراد نباید خانه نشین شوند و باید بتوانند، داشته باشند. امکانات «اپ» اسنپ برای افراد دارای معلولیت مهم است، اما کافی نیست. شرکت ما به دنبال ایجاد امکاناتی است که این افراد احساس مفید بودن کنند.

محمدرضا دشتی دیگر سخنران این نشست ادامه داد: من معتقد نیستم که معلولان نباید در عرصه تصمیم گیری حضور داشته باشند. ولی اول باید ذهن جامعه آماده شود و فرد دارای معلولیت هم باید به حقوق شهروندی خود آشنا شوند. رعایت حقوق افراد دارای معلولیت باید نهادینه شود. باید به آگاه سازی جامعه کمک کنیم تا نسبت به حقوق افراد دارای معلولیت آگاه شود.

در قسمت پرسش و پاسخ، یکی حضار از قابلیت های اسنپ در مورد نابینایان که در آپدیت های بعدی حذف شده است پرسید و گفت: اصلاح این کمبود زمان کمی می برد، اما در عوض تعداد زیادی از افراد می توانند از آن استفاده کنند. آیا برای برقراری مجدد آن برنامه های دارید؟

ژوبین علاقه بند پاسخ داد: به نکته به جا و درستی اشاره کردید. ولی واقعیت این نیست که این موضوع فراموش شده است. به دنبال فراهم کردن امکانی به نام «تماس امن» هستیم که راننده و مسافر شماره همدیگر را نبینند. این برای افراد ناشنوایی که تکس ارسال می کردند هم به روز نشده بود و حالا که اصلاح و امکان تکس فراهم شده، در اپ اندروید دسترسی ها برگشته و در ایزو نیز به زودی همگانی می شود.

برهمنند در ادامه افزود: وقتی از فرهنگ سازی حرف می زنیم یکی از نکات این است که ما که یک رسانه ملی وسیع به نام صدا و سیما داریم که نقش مهمی در فرهنگ سازی ایفا می کند، آیا این ناراحت کننده نیست که در قوانین استخدامی این سازمان، منع استخدام برای افراد دارای معلولیت وجود داشته باشد؟ باید برای این مشکلات و نابرابری های اجتماعی چاره اندیشی کرد.

در سومین روز از برگزاری نمایشگاه الکامپ، نشست تخصصی توان تک در سالن ۳۵ نمایشگاه با حضور «آرش برهمنند» مدیر اجرایی الکام استارز، «شاهین طبری» رئیس هیأت مدیره شرکت چارگون، «ژوبین علاقه بند» مدیر عامل اسنپ، «محمدرضا دشتی» سردبیر وبسایت شمعدانی و «وحید رجبلیو» کارآفرین توان یاب و عضو هیأت داوران انتخاب جوایز رویداد توان تک در حاشیه نمایشگاه الکامپ برگزار شد و موضوع جامعه توان یابان و حکمرانی فناوری اطلاعات در ایران را از نگاه ۶ صاحب نظر عرصه فناوری اطلاعات و فعالان اجتماعی حوزه افراد دارای معلولیت مورد نقد و بررسی قرار داد.

وحید رجبلیو در این نشست گفت: هیچ وقت دوست نداشتم به مدرسه استثنائی بروم، به من گفته بودند که در مدارس عادی اذیت خواهم شد، اما من خواستم که به این مدارس بروم و آزار و اذیت ها را اصلاح کنم. کارآفرینی هم همینطور است، استعداد افراد در ذهن و فکرشان است، نه در جسمشان که معلولیت مانع آن شود. بارها عنوان کرده ام که کار خیریه ای انجام نمی دهم من به دنبال راه اندازی کسب و کار هستم. همیشه این دیدگاه را داشته ام که اول جامعه را مد نظر قرار بدهم، بعد خانواده و بعد خودم. این احساس مسؤولیت اجتماعی همیشه با من بوده است.

• شاهین طبری گفت: بالاترین چیزی که در ذهن من است و به دنبالش هستم این است که وقتی از توان یاب حرف می زنیم، افراد به یاد فردی مثل «وحید رجبلیو» بیفتند تا از این طریق، تلقی جامعه نسبت به افرادی که محدودیت فیزیکی دارند، تغییر کند که وقتی واژه توان یاب را به کار می بریم، به یاد یک انسان توانمند بیفتند. توانیابانی که برای اشتغال به مراکز مختلف مراجعه می کنند هم با این مشکل روبه رو هستند چون کارفرماها تصور صحیحی از توانیابی افراد دارای معلولیت ندارند ولی وقتی آشنا می شوند، تغییر عقیده می دهند.

• ژوبین علاقه بند افزود: باید اطلاع رسانی و فرهنگ سازی



جوایز مسؤولیت اجتماعی رعد و برگزیدگان سومین رویداد توان تک

یکی از برنامه‌های جانبی رویداد توان تک، معرفی موفق‌ترین کسب و کارهایی بود که فعالیتشان نقش مهمی در بهبود کیفیت زندگی توان‌یابان ایفا کرده‌است و معرفی استارت‌آپ‌های برتر سومین رویداد توان تک به همراه مؤثرترین حمایت‌کننده از میان اعضا خانواده یک توان‌یاب به صورت نمادین. این افراد در بخشی از نشست تخصصی برگزیدگان، معرفی شدند و با اهدا لوح سپاس و تندیس از آنها تجلیل به عمل آمد.

در این مراسم شرکت «ویتانا» توانست جایزه مسؤولیت اجتماعی مجتمع رعد را به خود اختصاص دهد. این شرکت با حمایت از جام ورزشی بوچیا «سفیران ۱۱ ایران» و نیز اسپانسر سومین رویداد توان تک، علاقه‌مندی خود را برای حضور در حل مشکلات جامعه توان‌یابان ثابت کرد. در بخش استارت‌آپ‌ها نیز استارت‌آپ «آزمایشگاه آنلاین» با طراحی «محمد مجددی» به مقام سوم و استارت‌آپ «نسیم صحت راستین نصر» به مدیریت «دکتر حیدری» برای طراحی ویلچر ارزان قیمت برقی به مقام دوم نایل آمدند. استارت‌آپ «هاناپ» ویژه توان‌یاب ناشنوا با مسؤولیت «حمیدرضا محترم» نیز به عنوان استارت‌آپ برتر معرفی شد. همچنین جایزه تقدیر از خانواده توان‌یاب نیز به «ابراهیم دشتی» برادر «محمد رضا دشتی» سردبیر وبسایت شمعدانی و یکی از فعالان دفاع از حقوق افراد دارای معلولیت اهدا شد.



دستاوردهای رویداد توان تک

- فعالیت غرفه توان تک در میان استارت‌آپ‌های نمایشگاه الکام استارز بسیار چشمگیر بود، به نحوی که تعداد زیادی از مردم با مراجعه به کانترهای این غرفه از کارشناسان حاضر، پاسخ سؤالات خود را دریافت می‌کردند. بخشی از عملکرد این رویداد به شرح زیر است:
- ۱۵۰۰ بازدید روزانه و مذاکره با کسب و کارها و استارت‌آپ‌ها
 - بازدید روزانه بیش از ۵۰۰ نفر بازدیدکننده از کانتر توان تک (در این بازدیدها به پرسش‌های بازدیدکنندگان پاسخ داده شد و نیز فرم‌های همکاری داوطلبانه بین نفرات علاقه‌مند توزیع شد)
 - گروه‌های مذاکره‌کننده غرفه توان تک با مراجعه به کسب و کارها و تکمیل فرم ملاقات، موفق شدند ۱۲۷ شرکت علاقه‌مند به دسترس‌پذیر کردن سرویس‌ها و خدمات را شناسایی نمایند.
 - در مدت برگزاری رویداد توان تک، ۲۱ شرکت تمایل خود را برای حمایت از فرآیند توانمندسازی افراد دارای معلولیت اعلام کردند.
 - در زمان برپایی غرفه توان تک، ۴۷ کسب و کار در زمینه اشتغال توان‌یابان به صورت داوطلبانه ابراز علاقه کردند.
 - ۴۹ مؤسسه آموزشی برای تکمیل چرخه آموزش به روز برای افراد دارای معلولیت، قول همکاری دادند.
 - ۲۳ شرکت خدمات‌رسان بعد از آشنایی با اهداف مجتمع رعد، متعهد شدند که خدماتی را در حد توانشان ارائه دهند.
 - تیم اشتغال حمایت‌شده مجتمع رعد طی بازدید از شرکت‌های حاضر در نمایشگاه الکامپ، توانستند با ۷۰ شرکت مذاکره نموده و آنها را ترغیب به بازدید از غرفه توان تک یا همکاری‌های آتی کنند.



۷۵۱۸
توان تک
۱۳۹۸
شماره ۳۳



امسال در نمایشگاه الکامپ توان تک با همراهی ۲۵ انجمن حوزه افراد دارای معلولیت، به کسب و کارهایی که به دنبال دسترس‌پذیر کردن کار خود بودند، مشورت داده شد. همچنین ۱۱ استارت‌آپ و کسب و کار از جمله «دیوار» و «چیلیوری» و «پونیشا» به معرفی خدمات خود برای افراد دارای معلولیت پرداختند.

«آزمایش آنلاین»، یکی از استارت‌آپ‌هایی بود که در توان تک شرکت کرد. آزمایش آنلاین، یک آزمایشگاه سیار است که افراد دارای معلولیت به هر دلیلی اگر امکان رفتن به آزمایشگاه برای انجام چکاپ را ندارند، می‌توانند تنها با پرداخت هزینه آزمایش و بدون پرداخت هزینه ایاب ذهاب، از امکانات آن بهره‌مند شوند.

«لاندراپ»، کسب و کار دیگری بود که در توان تک امسال شرکت نمود. این استارت‌آپ، خدمات شست‌وشو را ارائه می‌دهد و برای توان‌یابان این امکان را فراهم می‌کند که البسه خود را برای شست و شو به این اپ بسپارند. استارت‌آپ دیگری که در توان تک شرکت کرد، «توانیتو» بود. توانیتو که توسط وحید رجبلو یکی از داواران انتخاب جایزه توان تک بود، در اپلیکیشن و سایت خود امکانی را فراهم آورده که افراد با نیازهای خاص بتوانند از خدمات درمانی و عمومی متناسب با شرایط جسمی خود بهره‌مند شوند. توانیتو در واقع سامانه‌ای ارائه خدمات در منزل این افراد یا محل کار خدمات دهنده است.

همچنین در توان تک امسال، «سازیتو» که یک فروشگاه ساز برای کسب و کارهای کوچک و متوسط است هم شرکت کرد. بسیاری از توان‌یابان در خانه به خود اشتغالی رسیده‌اند و آثار هنری مانند نقاشی، معرق یا مجسمه تولید می‌کنند. آنها می‌توانند از طریق سایت «سازیتو» برای خود فروشگاه آنلاین بسازند.

«هاناپ استارت» هم از استارت‌آپ‌هایی بود که در توان تک امسال شرکت داشت. هاناپ، اپی است که توسط حمیدرضا محترم، یکی از ناشنوایان مبتکر طراحی شده و این امکان را برای ناشنوایان فراهم آورده تا با استفاده از هوش مصنوعی و بدون نیاز به فرد ثالث، بتوانند با دیگران ارتباط برقرار کرده و صداها را توسط این اپلیکیشن تشخیص دهند.

فناوری هوشمند «فناسا» دیگر استارت‌آپی است که در توان تک امسال شرکت کرد. فناسا فاشق هوشمندی را برای آن دسته افرادی که به علت بیماری یا معلولیت دچار لرزش دست هستند، عرضه کرد و این امکان را فراهم آورد که بدون مشکل و به صورت مستقل غذا میل کنند.

پازلی هم در توان تک امسال همراه خیریه رعده حضور داشت. پازلی که سایتی برای ساخت اپلیکیشن است در سایت خود این امکان را فراهم کرد تا افراد نابینا بتوانند با لمس محتوا و جمله‌ها صدای آن را بشنوند و از امکانات این سایت استفاده کنند.

اپلیکیشن «دیوار» نیز امکانی را فراهم آورده که افراد نابینا بتوانند با روشن کردن و افزودن «تاک بک» از محتوای سایت استفاده کنند.

«آی قصه»، یکی دیگر از آپ‌هایی بود که در توان تک امسال به دعوت خیریه رعده شرکت نمود. آی قصه، به کودکان نابینای علاقمند به شنیدن داستان فرصت می‌دهد تا با استفاده از این نرم‌افزار داستان مورد علاقه خود را گوش کنند.

«پونز» هم از اپلیکیشن‌هایی بود که در توان تک امسال شرکت کرد. بسیاری از افراد دارای معلولیت که قصد تفریح دارند با این مشکل مواجه هستند که نمی‌دانند چه محل‌هایی برای آنها دسترس‌پذیر شده‌است. پونز این امکان را معرفی می‌کند.

یکی از مشکلات افراد دارای معلولیت عدم وجود کار است. اما شرکت «حامی سان» این مشکل را برای بسیاری از افرادی که معلولیت دارند، حل کرده‌است. حامی سان که یک مرکز تماس تلفنی است و برای افراد دارای معلولیت، این امکان را فراهم آورده که در این شرکت مشغول به کار شوند.

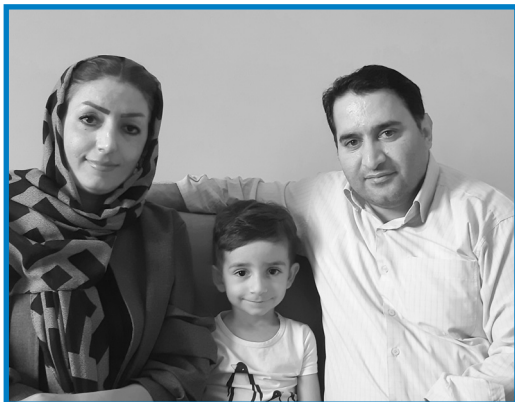
Dr. Javadi - the general manager of the administration of the Administration of Bonyad Shahid for Specialized Affairs and Special Groups - believes that in order to obtain sustained success, all associations active in the area of disability should reach an active collaboration. Working separately does not bear results any more. It's the same case regarding other countries where their success has been a result of team work.

▲ **An article about life skills**

Mohammad Ali Shafa

▲ **Dot - a special watch for the visually-impaired**

▲ **We love one another dearly, and we respect one another**



A conversation with Akbar Khani and Elmira Hosseinzadeh; a happy couple who got married five years ago and have a three-year-old son named Atila

Akbar khani is an instructor of mobile phone repair classes and also the coach of sitting volleyball classes in Raḡad. In this conversation, they talked about the ups and downs they have faced in their life and how they have dealt with them.

▲ **Lifetime learning**

A note by Hossein Ghorbani - holder of MA in electrical engineering and business management

In this note, he refers to 11 reasons which indicate how necessary it is to seek education and learning in all parts and aspects of life

▲ **One teacher, a thousand experiences...**

In the previous edition of Tavanyab journal, in the page that contained "one teacher, a thousand experiences", we had printed the memories of Mahmood Ameri who was - and still is - a great service to the foundation and development of Raḡad Institution . The continuation of these memories is in this edition of Tavanyab.

▲ **The first armless female pilot**



Jessica Cox is one of those people who have tremendous and incredible abilities despite their disability. Jessica Cox comes from Tucson, Arizona. Despite having no arms, Jessica Cox obtained her pilot certification from the U.S. Federal Aviation Association and is regarded as the best armless female pilot in the U.S.

▲ **My suitable diet**

A note about the relation between diet and curing hypothyroidism

▲ **Behavioral Change Model; the stages we have to go through in order to change a behavior**

Behavioral Psychology

▲ **The big event of the people with disabilities who are bicycling was held**



A report of the people with disabilities who are bicycling with the mayor of Tehran

▲ **Murmur**

▲ **Introducing a book**

«The Disablizing World: On Disability Ethics»

▲ **What's up in Raḡad?**

This event is held biannually in Raʿad Institution and is attended by the trainees who are interested.

▲ Who can help me?

A note by Reza Gholikhani, one of the trainees in Raʿad

▲ I am a hunchback

A note by Fatemeh Kanhani

▲ I dreaded being dependent on others, so I decided to live on my own



A conversation with Ghonche Ostovarnia, 36 years old, from Ghazvin

She sustained a spinal cord injury due to a car accident fifteen years ago and has been confined in a wheelchair ever since.

Everyone had given up hope on her, due to the intensity of her injuries, however she survived and was grateful for being alive; she was grateful to the point that she was the one who was cheering up her family and friends at the time to come to terms with her condition.

Now, she is leading an independent life, she works, she is making a living and is looking forward to a better future.

▲ Murmur

▲ The website “Farhang Tavanyaban”

Introducing the website “Farhang Tavanyaban” which has been established since last February by Fatemeh Kanhani

▲ Civil education and civil rights, the infrastructure of social stability

An article by Seyed Hadi Moosavi

▲ Using the term “I cannot” is forbidden in this class



A conversation with Raha Ghorayshi - a craftsmanship connoisseur, oriented towards wood art

She has been teaching the art of jewelry to Raʿad trainees for the past four years. She believes that working using your hands and mind has a curative and invigorating effect on the trainees of this class. She has been working freelance in this area for nine years and is hoping that her trainees will be able to obtain financial independence through this career.

▲ Working as if you were separated from everyone else does not lead to any result any more



A conversation with Dr. Masood Javadi Parvaneh, general manager of the administration of Bonyad Shahid for specialized affairs and special groups, about the activities and duties of this administration

According to Dr. Javadi, the spinal cord injuries center began working in 1991, aiming its goal at providing cure and rehabilitation for the disabled at war who suffered from spinal cord injuries;

however, since its activities expanded and its scope of duties gradually underwent changes, its name changed and it pursued its activities under the title of «the Administration of Bonyad Shahid for Specialized Affairs and Special Groups».



▲ Editorial

▲ The role of schools in sociability of people is second-to-none



A conversation with Zahra Gooya about how literacy is defined in the world today and the role of schools in sociability of people

Dr. Zahra Gooya is a holder of PhD in Mathematics Teaching/Curriculum from British Columbia University, Vancouver, Canada. She is a professor at the School of Mathematics in Shahid Beheshti University.

Since her particular interest is in public education, she follows matters regarding education and has concerns about public education.

She believes that there still hasn't been much work done in Iran regarding educating people, about the most preliminary civil matters, and schools still do not take interest in it.

▲ Virtual training will generalize access to education as well as skill training



A conversation with Seyed Amir Mohammad Fazli, the managing director of Nikzi company, about the activities of this company, its vision, and the challenges it is faced with.

Nikzi company is a newly-established company that started its skill-oriented virtual trainings in 2016. This company currently has five thousand members from across Iran and Farsi-speaking countries such as Afghanistan and Tajikistan.

At present, there are about 135 training courses on the website.

▲ An acquaintance with the entrepreneurial school "Parto"

In 2010, the international institution "Eurasia" began rendering social entrepreneurial trainings in order to develop practical solutions to social problems. Based on this objective, the first training course of Parto institution was held online and free of charge in summer 2010.

Since then, several students have successfully graduated from the training courses at Parto school training courses such as: The First Step to Social Entrepreneurship, Financial Management, HR management, Project Planning and Management and Executing Projects.

▲ Introducing international associations

▲ Raʔadtalk, an event for having conversation



A conversation with Shahrzad Chehrenegar - the psychologist of Raʔad about the Raʔadtalk event

At this event, the first session of which was held in Raʔad's amphitheater in summer 2017 under the title of Raʔadtalk Sefer, six interested trainees talked about the ups and downs of their lives and shared their life experiences with the audience.