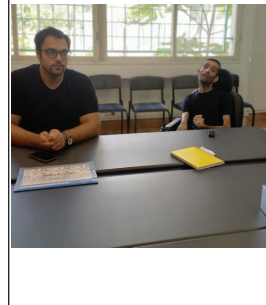
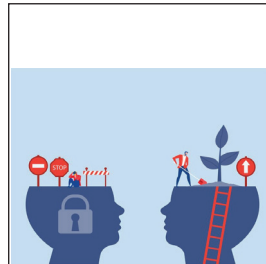


توان یاب

سال بیستم و دوم، شماره ۹۰-۸۹
(پاییز و زمستان ۱۴۰۲)

| | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|
| ۲ | سرمقاله |
| | ↳ سردبیر |
| ۴ | تغییر نگرش در مدارس |
| | ↳ آنت میناسیان، مدیر عامل رعد |
| ۶ | نقش رسانه در تغییر نگرش جامعه |
| | ↳ دکتر هادی خانیکی، استاد ارتباطات |
| ۱۰ | آموزش فراگیر برای دانش آموزان دارای معلولیت |
| | ↳ نسرین اکبرپور، مدیر دفتر آموزش رعد |
| ۱۶ | تاثیر گردشگری در تغییر نگرش جامعه نسبت به معلولیت |
| | ↳ محمدرضا دشتی، کارشناس روابط عمومی رعد |
| ۱۸ | تغییر نگرش در مورد توانایی های افراد دارای معلولیت |
| | ↳ نازنین رحیم زاده |
| ۲۲ | امیدوارم در آینده مربیان خوبی از بین بچه های رعد داشته باشم |
| | ↳ یک روز در کلاس |
| ۲۶ | تغییر نگرش جامعه از تغییر تفکر افراد دارای معلولیت نسبت به خودشان شروع می شود |
| | ↳ دکتر حبیبه بوسقی |
| ۳۰ | اولین زن دارای معلولیت بودم که آموزش شنا دیدم و به قهرمانی رسیدم |
| | ↳ چهره موفق |
| ۳۵ | دست در دست بهار |
| | ↳ بهار به |
| ۳۶ | با آگاهی کامل نسبت به بیماری همسرم، تصمیم به ازدواج گرفتم |
| | ↳ یک زندگی |
| ۳۹ | ویلچر من! |
| | ↳ دلنوشته |
| ۴۰ | ما به او محتاجیم و او مشتاق به ما! |
| | ↳ سازمان مردم نهاد |
| ۴۴ | تغییر نگرش در مددجویان و در خانواده از اهداف ماست |
| | ↳ آموزش تلفیقی |
| ۵۰ | تلخی آرزوها |
| | ↳ دلنوشته |
| ۵۲ | رنج مطلوب |
| | ↳ یادداشت |
| ۵۵ | دست مصنوعی |
| | ↳ تجهیزات |
| ۵۶ | خودپذیری چیست؟ |
| | ↳ سلامت |
| ۵۸ | موفقیت در فرایند تغییر نگرش در مدیریت کار و زندگی |
| | ↳ معرفی کتاب |
| ۵۹ | خواص سماق |
| | ↳ سلامت |
| ۶۰ | در رعد چه خبر؟ |



صاحب امتیاز:
مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد
مدیر مسئول:
دکتر قاسم صالح خو
سردبیر:
دکتر مریم رسولیان
شورای سیاست گذاری:
صدیقه اکبری، محمود توسلی،
دکتر محمد کمالی، دکتر مجید
میرخانی، دکتر نرگس شفاوردی،
دکتر مجتبی کامیاب، لیلا انگوتی،
محمدرضا دشتی
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 هرمان، خیابان پیروزان
جنوبی، پلاک ۷۴
کد پستی: ۱۴۶۶۶ صندوق پستی:
۱۴۴-۱۴۶۶۵
شماره تماس: ۸۸۰۸۲۲۶۶
۸۸۰۷۶۳۲۶
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

توضیح: نشریه توان یاب به علت مشکلاتی که در شروع اپیدمی بیماری کرونا با آن روبرو شد نتوانست طبق روال قبلی منتشر شود و شماره بهار و تابستان در یک شماره به چاپ می رسد.



اهمیت تغییر نگرش نسبت به افراد با نیازهای ویژه

سردبیر

ایجاد جامعه‌ای فراگیر ضروری است، تا افراد با نیازهای ویژه بتوانند با برخورداری از حقوق و فرصت‌های برابر متناسب با توانایی‌هایشان در نقش عضو فعال جامعه، خدمت بگیرند و خدمت برسانند.

۳ راهکارهای پیشنهادی تغییر در نگرش‌های اجتماعی نسبت به افراد با نیازهای ویژه:

تغییر نگرش نسبت به افراد با نیازهای ویژه نیازمند یک رویکرد چندوجهی است فیشر و پورکال (۲۰۱۷).

۳/۱ کمپین‌های آموزش عمومی: ابزارهای قدرتمندی برای تغییر تصورات نادرست و ترویج آگاهی هستند. این کمپین‌ها باید بر توانایی‌ها به جای محدودیت‌ها تمرکز کنند و دستاوردها و یا توانایی‌های بالقوه افراد با نیازهای ویژه را برجسته کنند. علاوه بر این میرته و همکاران (۲۰۲۰) دریافته‌اند که ویژگی‌های فردی مانند همدلی و میزان سطح تحصیلات عوامل پیش‌بینی‌کننده‌ی نگرش مثبت نسبت به افراد با نیازهای ویژه است. این نکته نشان می‌دهد که تقویت همدلی و انتخاب مسیرهای آموزشی مناسب می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر نگرش‌های اجتماعی نسبت به افراد با نیازهای ویژه در جامعه داشته باشد.

۳/۲ قانون‌گذاری: وجود قوانین حمایتی در جهت ایجاد فرصت برابر در جامعه نیز نقش حیاتی در تغییر نگرش جامعه نسبت به افراد با نیازهای ویژه دارد. اجرای قوانینی مانند دسترسی‌پذیری جغرافیایی شهری، ساختمانی و مکانی عمومی، عدالت آموزشی و قانون اجباری استخدام افراد با نیازهای ویژه (البته که با توانایی مورد نیاز شغل مربوطه) به تغییر نگرش‌های اجتماعی نسبت به افراد با

۱ **تعریف و اهمیت نگرش:** نگرش شامل گرایش روانشناختی است که با ارزیابی یک موجودیت خاص با درجاتی از موافقت یا مخالفت ادراک می‌شود (فیشر و پورکال، ۲۰۱۷).

نگرش گرایش آموخته شده‌ای است برای ارزیابی سوژه‌ها به روشی خاص. نگرش‌ها بر جهت و شیوه‌ی ارزیابی از افراد، مسائل، اشیاء یا رویدادها تأثیرگذار است. چنین ارزیابی‌هایی اغلب بار احساسی و ارزشی مثبت یا منفی را با خود حمل می‌کنند، گاهی اوقات نگرش‌ها از نظر بار احساسی خنثی هستند. نگرش‌ها از انواع قضاوت‌ها و باورها ساخته شده و بر نحوه واکنش افراد در مواجهه با افراد و موقعیت‌ها، تأثیر می‌گذارند.

نگرش‌ها اهمیت و قدرت زیادی در شکل دادن پنهانی به رفتارهای افراد و نتایج این رفتارها دارند. نگرش‌ها تأثیر قابل توجهی بر تمایل افراد برای تعامل و ارتباط با افراد دیگر دارد و یکی از پایه‌های مهم شکل‌گیری روابط انسانی و زندگی اجتماعی هستند.

۲ نقش نگرش‌ها در زندگی افراد با نیازهای ویژه

نگرش نسبت به اقلیت‌های مختلف در یک جامعه نقش مهمی در باور به خود و ادغام و برابری آنها در آن جامعه ایفا می‌کند. نگرش‌های مثبت یا منفی بر زندگی همه افراد از جمله افراد با نیازهای ویژه (افراد دارای معلولیت) تأثیر زیادی دارد.

وجود نگرش‌های منفی نسبت به پدیده معلولیت، مانع عمده‌ای در مسیر حضور آنها در جامعه است که این عدم حضور اغلب تبعیض و حذف را در پی دارد. کاهش دسترسی به فرصت‌های موجود در زمینه‌ی حضور در جامعه، آموزش و اشتغال منجر به محدودیت در روابط بین فردی، زندگی خصوصی و مشارکت اجتماعی می‌شود. نگرش‌ها تأثیر عمیق اجتماعی و روانشناختی دارند به عنوان مثال وقتی نسبت به فردی نگرش مثبت وجود دارد اکثر افراد ترجیح می‌دهند با او معاشرت داشته باشند و او به مراسم مختلف دعوت می‌شود و این ارتباطات اجتماعی فرصت‌های فراوانی برای او ایجاد می‌کند و عکس این مسئله اگر نسبت به فرد نگرش منفی وجود داشته باشد فرصت‌های کمی در اختیارش قرار می‌گیرد. بنابراین، شناخت، درک و بهبود نگرش‌های محدود کننده برای



نیازهای ویژه کمک زیادی می‌کند. علاوه بر این، رویکردهای آموزشی و حرفه‌ای فراگیر به تغییر نگاه جامعه کمک می‌کند تا با حضور افراد با نیازهای ویژه در عرصه‌های عمومی و دیده شدن ایشان در جامعه، منجر به پذیرش، هنجارسازی و کاهش برچسب‌زنی شود.

۳/۳ نقش رسانه‌ای: یک عامل محوری دیگر است. رسانه‌هایی که توانایی‌های افراد با نیازهای ویژه را به صورت واقع‌گرایانه و مثبت نشان می‌دهند، می‌توانند در راستای به چالش کشیدن استریوتایپ‌ها و ترویج فرهنگ فراگیر با نگرش مثبت کمک زیادی کنند. این حضور رسانه‌ای نقش زیادی در تغییر باورهای نادرست عمومی داشته و بر بهبود نگرش‌های اجتماعی در این زمینه تأثیر بسزایی می‌گذارد.

۴ حضور افراد با نیازهای ویژه در سیاست‌گذاری‌ها: مشارکت افراد دارای معلولیت در تصمیم‌گیری‌های سیاستی و گفتمان‌های عمومی اطمینان می‌دهد که صدای آنها شنیده و به رسمیت شناخته خواهد شد، و معرفی عمومی این حضور هم نقش مهمی در اصلاح باورها دارد.

۵ تغییر نگرش افراد با نیازهای ویژه: در موارد زیادی تصورات و نگرش‌های منفی جامعه بر افراد با نیازهای ویژه تحمیل می‌شود و این شرایط بر عزت نفس و دیدگاه کلی آنها نسبت به خود تأثیر گذاشته و به باور من نمی‌توانم می‌رسند. تغییر این نگرش درونی‌سازی شده با توانمندسازی آغاز می‌شود. نگرش منفی نسبت به خود (انگ به خود) یکی از مهمترین عوامل انزوای اجتماعی یا کاهش حضور اجتماعی است. این انزوا منجر به کاهش مهارت‌های دانشی و اجتماعی افراد می‌شود. گروه‌های هم‌تایان و خودمدیریتی در بهبود این شرایط نقش مهمی ایفا می‌کنند. رابینسون و همکاران (۲۰۲۳) معتقدند که گروه‌های خودمدیریتی افراد با نیازهای ویژه با استفاده از رویکردهای توسعه جامعه از مسیر گسترش دانش و تجربیات زندگی خود، به تغییر نگرش جامعه و تغییرات سیستمی در جامعه کمک می‌کنند. برنامه‌های توانمندسازی که خودمدیریتی، توسعه مهارت‌ها و مشارکت در جامعه را تشویق می‌کنند، می‌توانند تصویر مثبت از خود و حس عاملیت (انتخاب و اختیار) را تقویت کنند.

۶ پشتیبانی همسالان و مربی‌گری: این شرایط می‌تواند بسیار مؤثر باشد. تعامل با همسالانی که چالش‌های مشابه را با موفقیت پشت سر گذاشته‌اند، می‌تواند الهام‌بخش و استراتژی‌های عملی برای غلبه بر موانع اجتماعی را فراهم کند. این نوع حمایت می‌تواند تمرکز را از محدودیت‌ها به امکانات منتقل کرده و نگرش مثبتی را ترویج کند.

۷ مداخلات روانشناختی فردی: مانند درمان شناختی- رفتاری، می‌توانند به افراد کمک کنند تا الگوهای فکری منفی را بازتعریف کرده و استراتژی‌های مقابله‌ای برای مواجهه با تبعیض و سایر چالش‌ها توسعه دهند. توسعه انعطاف‌پذیری می‌تواند افراد با نیازهای ویژه را قادر سازد تا خود را به عنوان افرادی توانمند و کارآمد ببینند، که منجر به تغییر دگرگون‌کننده در نگرش‌ها می‌شود.

۸ نقش دولت‌ها و نهادهای مدنی در مسیر توانمندسازی افراد با نیازهای ویژه: چشمگیر و غیر قابل حذف است، برنامه‌های توانمندسازی فردی به هیچ وجه جایگزین وظایف نهادهای مدنی و دولت نیست.

نتیجه‌گیری نگرش نقش حیاتی در شکل‌دهی به تجربیات افراد با نیازهای ویژه دارد، هم در نحوه دیدگاه جامعه نسبت به آنها و هم در نحوه دیدگاه خود آنها نسبت به خودشان. تغییر این نگرش‌ها نیازمند تلاش‌های هماهنگ در زمینه‌های آموزش، قانون‌گذاری، رسانه و توانمندسازی شخصی است. همانطور که جامعه برای تغییر نگرش‌ها و اقدامات خود نسبت به افراد دارای معلولیت کار می‌کند، برای افراد دارای معلولیت نیز ضروری است که نگرش‌های خودکفایی و توانمندسازی را تقویت کنند. از طریق چنین راه‌های دوگانه‌ای برای تغییر، می‌توانیم امیدوار باشیم که جهانی فراگیر و پذیرا برای همه افراد، با هر سطح توانایی و سلامتی بسازیم.

منابع:

1. Fisher, K., & Purcal, C. (2017). Policies to change attitudes to people with disabilities. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 19(3), 161174. DOI
2. Mirete, A. B., Belmonte, M., Mirete, L., & García-Sanz, M. (2020). Predictors of attitudes about people with intellectual disabilities: empathy for a change towards inclusion. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 17(4), 297306. DOI
3. Robinson, S., Jan, I., Fisher, K. R., Reedy, K., Newman, C., Purcal, C., Giuntoli, G., Byrne, S., Nankivell, R., Burner, G., Touzeau, R., Adam, T., & Armstrong, P. (2023). How do self-advocates use community development to change attitudes to disability? *British Journal of Learning Disabilities*. DOI



تغییر نگرش در مدارس

آنت میناسیان
مدیرعامل موسسه رعد

جامعه‌ای توانمند است که همه اقشار مختلف بتوانند حضور فعال و پرننگی در آن داشته‌باشند، حال آنکه به دلایل مختلف در جامعه امروز ما افراد دارای معلولیت این نقش را نداشته و به نوعی جدا افتاده از جامعه هستند، این امر دلایل متعددی از جمله؛ دسترس‌پذیر نبودن اماکن، عدم دسترسی به حمل و نقل عمومی مناسب و کافی و فرهنگ پذیرش معلولیت به عنوان یک امر طبیعی ... دارد. از مهم‌ترین دلایل آن، بحث فرهنگی و در واقع نگاه جامعه به حوزه معلولیت می‌باشد. حال این سوال مطرح می‌شود که تغییر نگرش به چه معناست؟



تغییر نگرش



اگر بخواهم از تغییر نگرش صحبت کنیم ابتدا بهتر است تعریفی از نگرش ارایه دهیم.

نگرش ترکیبی از باورها، ارزش‌ها، احساسات و هیجانات ما به یک موضوع، فرد و یا یک حوزه می‌باشد، در یک جمله و به زبان ساده، عینکی است که با آن دنیای اطراف را مشاهده و قضاوت می‌کنیم.

شاید بزرگ‌ترین دغدغه‌ای که امروز در جامعه در حوزه معلولیت وجود دارد، عدم آگاهی جامعه نسبت به این حوزه می‌باشد. بدین معنی که؛

۱- آمار قابل استناد از افراد دارای معلولیت وجود ندارد.

۲- تفکیک انواع معلولیت‌ها در همین آمار ناقص نیز موجود نیست.

۳- در هیچ نهاد و سازمانی دستورالعملی مدون برای نحوه ارتباط با افراد دارای معلولیت وجود ندارد که همه این موارد منجر به عدم آگاهی فراگیر در جامعه نسبت به این موضوع شده‌است.

واضح است وقتی در حوزه‌ای این حجم از نبود اطلاعات وجود داشته‌باشد، افراد درگیر این حوزه نه دیده و نه شنیده می‌شوند. حال اگر بخواهیم قدمی در آگاهی جامعه برداریم از آنجایی که به یک‌باره نمی‌توان درکل جامعه این اطلاع‌رسانی و آگاه‌سازی را انجام دهیم، راه منطقی و کاربردی اینست که جامعه را به نهاد های کوچک‌تر تقسیم کرده و در هر نهاد بسته به شرایط آن برنامه‌ریزی و اقدام نماییم تا در پایان، به نتایج قابل توجه برسیم.

در این مقاله به یک نهاد بسیار تاثیرگذار یعنی به مدارس می‌پردازیم.

مدارس از دو جهت حائز اهمیت هستند: اول آنکه، هر نگرشی که در دوران کودکی و نوجوانی شکل گرفته و نهادینه شود، تغییر آن در بزرگسالی به مراتب سخت‌تر خواهد بود. دوم آنکه، در این آگاه‌سازی و تغییر نگرش نکته مهم آن است که هر چقدر در مدارس عادی دانش‌آموزان دارای معلولیت بیشتر حضور داشته باشند، این ویژگی به عنوان یک تفاوت بیشتر پذیرفته و از سمت سایر دانش‌آموزان کمتر مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرند و در نهایت این نگاه از طرف دانش‌آموزان به خانواده نیز انتقال پیدا کرده و پدیده عادی‌سازی معلولیت بوجود می‌آید. حال اگر بخواهیم به موضوع تغییر نگرش در مدارس بپردازیم، باید به موضوعات زیر توجه کنیم:

در حال حاضر از ۱۰۰/۰۰۰ مدرسه در کشور ۲۰/۰۰۰ از آنها مدارس پذیرا هستند که باید برای دانش‌آموزان دارای معلولیت، دسترس‌پذیر باشند. دو اشکال عمده این مدارس اینست که اولاً، این مدارس انواع معلولیت‌ها را در برمی‌گیرند یعنی؛ دانش‌آموزی که دارای معلولیت جسمی حرکتی است را در کنار دانش‌آموزی با معلولیت ذهنی با همان محتوا و شیوه آموزشی قرار می‌دهند در

صورتی که هر کدام از این معلولیت‌ها نیازمند شرایط خاص خود هستند. دوم اینکه، تعداد کمی از این مدارس برای معلولیت جسمی حرکتی واقعا دسترس‌پذیر هستند. عملاً ۲۰/۰۰۰ مدرسه دسترس‌پذیر نداریم. این نقصان عملاً منجر به استفاده دانش‌آموزان دارای معلولیت جسمی حرکتی از مدارس استثنایی می‌شود که باز دور باطل جداسازی و دور افتادن از جامعه بوجود می‌آید. به این ترتیب دانش‌آموزان نه تنها در فضای ایزوله با دایره معاشرت محدود بزرگ می‌شوند، بلکه این محدودیت بر رشد هوش هیجانی و اجتماعی آنها نیز تاثیر گذاشته و دچار نقصان مهارت‌های زندگی و اجتماعی می‌شوند.

اگر بخواهیم دغدغه جداسازی را برای دانش‌آموزان دارای معلولیت و خانواده‌های آنها کاهش دهیم، به دو زیرساخت اساسی که هر دو به یک اندازه مهم هستند، نیاز داریم:

مناسب سازی فیزیکی و مناسب‌سازی فرهنگی بدیهی است که مناسب‌سازی فیزیکی از مناسب‌سازی فرهنگی بسیار آسان‌تر است چرا که گاه خانواده توان انجام آن را دارد و گاه خیرین مدرسه ساز، مدیران مدرسه و این امر را تقبل می‌کنند اما در بحث فرهنگی مانند هر کار فرهنگی دیگر، نیاز به تغییر در فرهنگ عمومی، تغییر باورها و ... وجود دارد. در این میان محتوا و روش ارائه بسیار مهم است چرا که از طرفی محتوا، لحن و ارائه در حوزه معلولیت بسیار حساس بوده و انجام هر کاری که غیر اصولی و غیر تخصصی انجام شود، در مناسب‌سازی فرهنگی، معکوس عمل می‌کند و در مخاطبی که در سن و شرایط حساس است، و دیدگاه اشتباه در ذهن او تثبیت می‌شود.

نتیجه گیری

با توجه به مسائل مطرح شده به نظر می‌رسد نهادهای تاثیرگذار در این حوزه از جمله؛ سازمان آموزش و پرورش، جامعه خیرین مدرسه‌ساز، رسانه‌ها و سازمان‌های فعال در حوزه معلولیت مانند، مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد نیاز به یک همکاری هماهنگ داشته تا با همکاری مدارس، تغییر نگرش صورت گرفته و پدیده معلولیت به عنوان یک تفاوت پذیرفته شود. چنانچه در مدارس کشور این امر اتفاق بیافتد و تعداد دانش‌آموز دارای معلولیت در مدارس معمولی به نسبت قابل قبولی برسد، انتظار می‌رود در سال‌های آتی شاهد حضور مفید و پررنگ افراد دارای معلولیت در جامعه باشیم.





دکتر خانیکي استاد دانشکده ارتباطات و دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه علامه طباطبائی است. او به همراه خانم دکتر رسولیان از موسسه رعد و تعدادی از روانپزشکان دیگر پروژه‌ای را تحت عنوان "روان و رسانه" انجام دادند. در این پروژه در یک سو مسئله روان و در یک سو مسئله رسانه مورد توجه قرار گرفت. دوازده دوره این همایش تاکنون با حمایت انجمن روانپزشکان ایران، انجمن مطالعات فرهنگی و ارتباطات، انجمن جامعه‌شناسی و کرسی سلامت یونسکو به مسئولیت آقای دکتر معین برگزار شد و سیزدهمین دوره آن با عنوان "حقوق شهروندی، امنیت روان و رسانه" در بهمن ماه امسال برگزار گردید. با این استاد دانشگاه در مورد نقش رسانه در تغییر نگرش جامعه به گفت‌وگو نشستیم.

در گفت‌وگو با دکتر خانیکي بررسی شد؛

نقش رسانه در تغییر نگرش جامعه

بوجود آمده‌است. یعنی اگر ما تا چند سال پیش فقط از جامعه شبکه‌ای شده و پیش از آن از جامعه رسانه‌ای شده حرف می‌زدیم، امروز از جامعه پلت‌فرمی شده هم حرف می‌زنیم که به نوعی می‌تواند مدیریت بشود و این فضا در افکار عمومی هم جزئی از این زندگی شده‌است. به هر حال رسانه‌ای شدن یا به زبان عام‌تر ارتباطی شدن، ویژگی مهم عصر ماست. ارتباطی شدن از این نظر بزرگ‌تر محسوب می‌شود که رسانه بیشتر بر جنبه‌های فناورانه و تکنیکی تکیه دارند، در حالی که ارتباطات بر جنبه‌های انسانی، اجتماعی، روانی و فرهنگی هم تأکید دارد. پس می‌توان گفت که وقتی از افکار عمومی و حوزه

دروشان کنش‌هایی صورت می‌گیرد، عبور کرده و به دورانی وارد شده‌ایم که هر کدام از مولفه‌هایی که می‌خواهیم در موردش صحبت کنیم، یک رابطه تعاملی یا کنشی واکنشی با خود رسانه پیدا کرده‌است. یعنی در واقع سیاستی که از رسانه به دور باشد و افکار عمومی که از رسانه و ارتباطات به دور باشند، دیگر وجود ندارد. حوزه‌های عمومی هم که نهادهایی هستند که رسانه یکی از آنهاست، دیگر وجود ندارد، چرا که همه این‌ها، رسانه‌ای و شبکه‌ای شده‌اند. البته با به میدان آمدن پدیده‌هایی مثل هوش مصنوعی و پلت‌فرمی شدن و به عبارتی مدیریت شدن هم، در کنار رسانه‌ای شدن

اهمیت رسانه‌های عمومی در شکل دادن تفکرات و نگرش جامعه چیست؟
نقش رسانه در ایجاد تغییر نگرش در جامعه بطور عام، با توجه به تحولاتی که در حوزه فناوری اطلاعات و ارتباطات رخ داده -است، خیلی وسیع‌تر و عمیق‌تر شده‌است. وقتی از جهانی حرف می‌زنیم که مهم‌ترین ویژگی‌اش ورود به عصر اطلاعات و عصر شبکه‌ای شدن ارتباطات است، نتیجه‌اش این می‌شود که با رسانه‌ای شدن همه چیز از سیاست و اقتصاد و اجتماع گرفته تا فرهنگ مواجه شده‌ایم. یعنی چه از لحاظ نظری و چه از لحاظ کاربردی از عصری که رسانه‌ها به عنوان یک ظرف و یا یک واسط تعریف می‌شدند که در



عمومی صحبت می‌کنیم، این حوزه دیگر بدون ارتباطات وجود ندارد و فهمیده نمی‌شود. یعنی رسانه و ارتباطات فقط ابزار برای پدیده مستقلی مثل افکار عمومی یا حوزه عمومی نیست، بلکه خودش جزئی از آن پدیده بزرگ‌تر یعنی افکار عمومی و حوزه عمومی است.

آیا می‌توان گفت که ما در دورانی بسر می‌بریم که هر جریان یا سلیقه‌ای اگر به ضرورتی برسد، می‌تواند از مسیری که پلتفرم‌ها حرکت می‌کنند، به مسیری برود که مطلوبیت‌های خود را در جامعه راه بیان‌دازد؟

چه در وجه رسانه‌های شدن، چه در وجه شبکه‌های شدن و چه حتی در وجه پلتفرم شدن اگر صحبت کنیم، معنای کاربردی آن این است که فرصت‌ها و تهدیدهای جدیدی بوجود می‌آید. سراسر زندگی انسان در هر نقطه‌ای که هست، در واقع جزئی از یک دنیای بزرگ‌تر است و سراسر این زندگی و این کنش به نظر من نه تنها فرصت نیست بلکه تهدید هم نیست. افرادی که نگاه مبتنی بر جبر تکنولوژی و فناوری دارند، معتقدند که هیچ عرصه‌ای نیست که شیشه‌ای نشده باشد و بنابراین انسان و جهان و جامعه به سمت یک دنیای جدید و دنیای سراسر فرصت پیش می‌رود، از طرفی منتقدین معتقدند که دنیای فناوری، انسان را در معرض تهدیدهایی از جنس مدرنیته و تجدد قرار می‌دهد، از اخلاق گرفته تا اجتماعات خرد و کلانی که وجود داشته، تا تعلق خاطری که هر کسی به سرزمین و به خانواده‌اش دارد تا نسبی که با آرمان‌ها و موازین اخلاقی‌اش دارد. به هر حال این دنیا و این زندگی، هم پر فرصت و هم پر تهدید است و به این بستگی دارد که از کدام دروازه به آن وارد شویم. نکته‌ای که شما اشاره کردید، زاویه درست ورود به این عصر است که هم خودش کنش‌گر است و هم مخاطب است و هم تولیدکننده سوژه و هم تولیدکننده ارتباط و هم مصرف‌کننده است.

رسانه به کمک فناوری و فضای مجازی این امکان را بوجود آورده کسانی را که نمی‌توانند در جامعه حضور فیزیکی داشته باشند، کسانی که در حاشیه شهرها زندگی می‌کنند و کسانی که محدودیت‌هایی دارند را در جامعه وارد کند

هستند که در نشریه توانیاب به آنان می‌پردازیم. یک طرف قضیه قدرت و محدودیت‌هایی که از سوی قدرت ایجاد می‌شود و طرف دیگر هم اقلیت‌هایی هستند که امکانات ارتباطی کمتری داشته و به زبان این دوره آشنایی کمتری دارند و در فضای جدید بیشتر از قبل به حاشیه رانده می‌شوند. این فرض درست است به نظر شما؟

به نظرم آن دوگانه فرصت و تهدید شامل به حاشیه رانده‌شدگان یا در حاشیه قرار گرفته‌ها هم می‌شود. حالا می‌خواهد در قالب قومیت‌ها، در قالب جنسیت‌ها، در قالب مذاهب، در قالب فرا دستی و فرو دستی اجتماعی مثل، شهری و روستایی یا در قالب افراد تندرست و افراد دارای معلولیت جسمی حرکتی ذهنی و... باشد. ورود به جامعه شبکه‌ای به این افراد فرصت آن را می‌دهد که بر بسیاری از محدودیت‌های خودشان غلبه کنند. فناوری اطلاعات و ارتباطات بخصوص از وقتی که بقول بلیورمن این سه گانه شبکه‌های اجتماعی، اینترنت و تلفن هوشمند با هم ترکیب شد، این امکان بوجود آمد که کسانی که نمی‌توانند در جامعه حضور فیزیکی داشته باشند، کسانی که در حاشیه شهرها زندگی می‌کنند و کسانی که محدودیت‌هایی دارند به کمک این فناوری و به کمک این فضای مجازی (media) وارد جامعه شوند. این فرصتی است که در اختیار آنها قرار گرفته است. به نظر من تهدیدی که وجود دارد، تهدیدهایی است که پیش از آن که در وجه فناوری و تکنولوژی و رسانه وجود داشته باشد، در وجه اجتماعی اقتصادی و سیاسی وجود دارد و آن نابرابری از نظر اقتصادی است که این افراد را از دسترسی به ابزارهای جدید محروم می‌کند. در ایران شاهد بودیم که در ایام شیوع بیماری کرونا بسیاری از دانش‌آموزان مناطق محروم امکان استفاده از موبایل هوشمند یا تبلت و لپ‌تاپ را از لحاظ اقتصادی نداشتند و در نتیجه محرومیت و دور ماندگی از تحصیل این افراد تشدید

بنابراین چون ارتباطات عمودی که به سویه و از بالا به پایین بود، تبدیل به ارتباطات افقی که یک ارتباط برابر و به تعبیری که در جامعه شناسی سیاسی توسط آلن تورن مطرح می‌شود، رسیدن به بازگشت کنشگر ممکن شده است. کنشگری که زیر تسلط و پیروگی ساختارهای اجتماعی اقتصادی فرهنگی سیاسی بود، حالا خودش مداخله‌گراست و به این معنا می‌شود گفت آن جایی که مخاطب ایستاده و آن کنشی که مخاطب انجام می‌دهد، امروز اهمیت بیشتری پیدا کرده است. باید بگویم که فناوری و تحولات فناورانه، امکان گفت‌وگو را نسبت به گذشته بیشتر کرده و مخاطب ارتباطی امروز، امکان گفت‌وگوی بیشتری را نسبت به گذشته دارد و هر چقدر به کنش و کنش‌های گفت‌وگویی بیشتر ورود پیدا کند، به تعامل نزدیک‌تر می‌شود. به این اعتبار که دیگر مرکز ثقل و نقطه آغاز جریان ارتباطی، خود مخاطبی است که باید با او سروکار داشته و به آن فکر کنیم.

وقتی صحبت از فرصت‌ها و تهدیدها در شرایط کنونی می‌شود، بحثی که پیش می‌آید و امروزه تجلیات آن در جامعه دیده می‌شود، به نوعی مرتبط به حقوق اقلیت‌های فرهنگی، اقلیت‌های اجتماعی و اقلیت‌های جسمی است که منظورم گروه‌هایی مثل افراد دارای معلولیت



هم می‌شد. به هر حال این تحولات فناورانه بگونه‌ای است که اگر شما یک تلفن همراه هوشمند نداشته باشید با توجه به تفاوت قیمتی که وجود دارد، از بخشی از این امکانات محروم می‌شوید. این عامل اقتصادی است. عامل اجتماعی آن هم از عامل اقتصادی اش کمتر نیست و آن پدیده‌ای است که از لحاظ علوم اجتماعی و روانشناسی اجتماعی "انگ یا استیگما" نامیده می‌شود. کسانی که به هر صورت انگی می‌خورند، حضورشان در جامعه بشدت محدود می‌شود. کاری را من به خانم دکتر رسولیان و سایر دوستان روانپزشک تحت عنوان "روان و رسانه" انجام دادیم که در یک سو مسئله روان و در یک سو مسئله رسانه را مورد توجه قرار داد. دوازده دوره این همایش تا کنون با حمایت انجمن روانپزشکان ایران، انجمن مطالعات فرهنگی و ارتباطات، انجمن جامعه‌شناسی و کرسی سلامت یونسکو که آقای دکتر معین مسئول آن هستند برگزار شد و سیزدهمین دوره آن با عنوان "حقوق شهروندی، امنیت روان و رسانه" در بهمن ماه امسال برگزار گردید. مولفه‌ای که امسال بر آن تاکید شد، امنیت یا ناامنی و حقوق شهروندی یا عدم برخورداری از این حقوق است. من از منظر ارتباطی اگر بگویم معتقدم که آنچه در شناخت و درمان بیماری‌های روان دخیل است،

مهم‌ترین نقش رسانه در بازنمایی افراد دارای معلولیت این است که از پنجره چشم خود او به او نگاه کند نه از پنجره چشم یک فرد غیر معلول و تندرست

مسئله مهمی مثل "انگ" است. به نظرم بیماری‌های روان چه در جامعه ما و چه در جهان "انگ" خورده‌اند. به همین دلیل است که اگر کسی مبتلا به سرطان باشد ممکنه براحتی آن را بیان کند، ولی اگر افسردگی داشته باشد آن را پنهان می‌کند. این همان "انگ" است. انگ‌هایی هم که هر کس به دلیل معلولیتش ممکن است بخورد، باعث می‌شود که معلولیتش وارد حوزه اجتماعی فرهنگی شود تا حوزه فناوری. نوع نگاهی که ما به یک فرد دارای معلولیت یا به کسی که از کم‌توانی جسمی‌اش رنج می‌برد داریم، حتی اگر جایی با دلسوزی و محبت زیادی و یا در جایی با بی‌توجهی و

طردشوندگی همراه باشد، وقتی در رسانه یا شبکه‌های اجتماعی مجازی بازتاب و بازنمایی می‌شود، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. وقتی صحبت از "انگ" می‌شود می‌خواهیم ببینیم یک فرد دارای معلولیت، چگونه در رسانه بازنمایی می‌شود؟ تصویری که از او ساخته می‌شود چگونه است؟ چندی پیش به مناسبت روز پدر چند گزارش در شبکه‌ای دیدم که جالب بود. پدر چگونه در فیلم فارسی بازنمایی می‌شود؟ معمولاً پدر یا در موقعیت فروماندگی، پیری و نیاز به دلسوزی با دست شکسته و پینه بسته نمایش داده می‌شود و یا در وجه دیگرش که همان پدر سالاری و زورگویی و قادر مطلق در خانواده است. یعنی در اغلب موارد پدر در نقش مناسبی بازنمایی نمی‌شود. ببینیم فرد دارای معلولیت در رسانه‌ها چگونه بازنمایی می‌شوند؟ به نظر من مهم‌ترین نقش رسانه در بازنمایی افراد دارای معلولیت این است که از پنجره چشم خود آنها به خودشان نگاه شود نه از پنجره چشم یک فرد غیرمعلول یا تندرست. در حوزه‌های جدید رسانه‌های مثل بازی‌ها و گیم‌ها هم بازی‌هایی وجود دارند که افراد تندرست برای افراد دارای معلولیت طراحی کرده‌اند. همین‌طور اسباب‌بازی‌هایی که برای یک بچه دارای معلولیت طراحی شده‌است را چه کسانی طراحی کرده



و چگونه ساخته شده‌اند؟ در جنبه فرصت‌ها در حوزه تکنولوژی باید به توانایی‌های فرد دارای معلولیت توجه شود. اگر او نمی‌تواند راه برود، انگشتش که کار می‌کند و اگر انگشتش هم کار نکند، با امکانات فراوان تکنولوژی، بالاخره راهی برای حضور او در فضای مجازی و اثبات حضورش در جامعه پیدا می‌شود. البته بازنمایی این توانمندی‌ها هم مسلماً کار رسانه است. رسانه در درجه اول باید قادر باشد انگ‌زدایی کند و قادر باشد افراد دارای معلولیت را شهروندانی با حقوق برابر با دیگران بداند و بتواند دنیای آنان را بفهمد و از نگاه آنان دنیایشان را نشان دهد. من برادری داشتم که معلولیت ذهنی داشت و دو سال قبل فوت کرد. سراسر وجود او مملو از محبت بود و در دنیایی که پر از کینه و انگ‌زدن و بی‌محبتی است، وقتی او با هرکسی احوالپرسی می‌کرد او را رفیق خطاب می‌کرد و می‌گفت "چطوری رفیق؟" روی سنگ قبرش نوشتم "چراغ عاطفه خانه ما و رفیقی برای همه". چون او همه را رفیق خود می‌دانست. حالا من چنین فردی را باید بیمار بدانم یا آدم‌هایی که بخاطر منفعت، بخاطر مصلحت و یا سیاست، دیگران را طرد می‌کنند و به دیگران آسیب می‌رسانند؟ به دلیل زندگی برادرم، من کار بزرگی را که آقای حاتمی در فیلم "مادر" کرد را می‌ستایم و معتقدم قهرمان اصلی فیلم، همان فرزند دارای معلولیت خانواده بود. این یک کار سانه‌ای بود که سینما آن را انجام داد. یک جای دیگر ممکن است رسانه مکتوب چنین کاری را انجام دهد و در جایی هم رسانه مجازی انجام دهد. به همین اعتبار رسانه علاوه بر ایجاد امکان فرصت‌های مثبت، می‌تواند در زدودن این برچسب‌ها و انگ‌هایی که وجود دارد، موثر باشد.

با توجه به تجربیات آکادمیک و عملی شما و با توجه به سیاستی که در کشور وجود دارد، آیا به نظر شما اقدامات مهمی در جهت ایجاد این فضا سازی افتاده است؟

رسانه باید انگ‌زدایی کند و قادر باشد افراد دارای معلولیت را شهروندانی با حقوق برابر با دیگران معرفی کند، دنیای آنان را بفهمد و از نگاه خودشان دنیایشان را نشان دهد

هر کدام از ما بر اساس تجربیات شخصی خودش این کاستی‌ها و تنگناها را می‌بینیم. چندسال پیش پای من شکست. در آن زمان دانشکده ارتباطات و دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه علامه طباطبایی در سه راه ضرابخانه بود. یکی از دانشکده‌های این دانشگاه، دانشکده مددکاری بود. من وقتی با پای شکسته برای تدریس وارد دانشکده شدم، متوجه بی‌توجهی به امر مناسب‌سازی در این دانشکده مهم شدم. اصلاً به این موضوع فکر نشده بود که اگر پای کسی شکست، چطور به کلاس‌هایش در طبقه سوم برود. آسانسوری هم وجود نداشت. چون من خودم با این مشکل مواجه بودم، متوجه نقصان توجه به این موضوع شدم. همین شرایط را در فرودگاه‌ها، خیابان‌ها، پیاده‌روها و وسایل نقلیه عمومی هم می‌دیدم. جای سوال است که در جامعه‌ای که بخشی از معلولیت در آن، صرفاً مادرزادی نیست، بلکه معلولیت‌های بی‌شماری ناشی از پدیده‌هایی مثل؛ جنگ، حوادث و تصادفات وجود دارد، چرا آنقدر کم به نیاز مناسب‌سازی و دسترس‌پذیری توجه شده است. آن زمان پزشک ارتوپدیم در بیمارستان نفت بود. می‌دیدم که این بیمارستان برای بیمارانی که مشکلات ارتوپدی داشتند، یعنی دست و پایشان شکسته بود و به مطب ارتوپد مراجعه می‌کردند، آسانسور یا بالابری نداشت

و بیماران باید از پله بالا می‌رفتند. این کاستی در مطب خیلی از پزشکان دیگر هم وجود دارد. بنابراین وقتی برای رفع نیازهای اولیه قشر دارای معلولیت جامعه در مراکز درمانی هم فکر کامل و جامعی نشده، چگونه توقع داریم در حوزه رسانه و ارتباطات فکری شده باشد؟ به نظرم در این زمینه‌ها بسیار کمبود داریم. سیاست‌گذاران، برنامه‌ریزان و مدیران حوزه حاکمیتی این کمبودها را باید ببینند، همانطور که نهادهای مدنی و شبکه‌های اجتماعی هم باید به این حوزه توجه کنند. نقشی که رسانه در این خصوص می‌تواند ایفا کند، تاباندن نوری بر کمبودهای موجود است و از طرفی برجسته کردن توانمندی‌ها و ظرفیت‌های افراد دارای معلولیت است و اینکه این افراد باید در جامعه حضور داشته و از حقوق برابر برخوردار باشند. از توجه به بیمه این افراد بگریزید تا کاستی‌های فراوانی که در جهت زندگی راحت و بی‌دردسر این افراد در جامعه وجود دارد. به گفته منتقدین نظام تامین اجتماعی در ایران، بیمه در کشور ما بیمه بیماری است، بیمه پیشگیری نیست. در صورتی که تجربه نشان داده که بهترین راه درمان بیماری‌های صعب‌العلاجی مثل سرطان، پیشگیری از آن است، ولی در کجای نظام خدمات درمانی ما برای پیشگیری از بیماری هزینه‌ای پرداخت می‌شود؟ یعنی باید مبتلا به سرطان شوی تا تحت حمایت قرار بگیری. این‌ها از جمله مسائلی است که رسانه‌ها می‌توانند برجسته‌اش کنند. افراد دارای معلولیت نه تنها از افراد تندرست جامعه عقب‌تر نیستند که در بعضی جنبه‌ها مثل جنبه‌های اخلاقی و انسانی از بقیه جلوتر هم هستند. این‌ها به روایت و قصه هم نیاز دارد و در بعد روایت و قصه هم می‌توان به مسئله برابری و عدالت که از پیش‌نیازهای ارتقا وضعیت افراد دارای معلولیت است توجه کرد.





آموزش فراگیر برای دانش‌آموزان دارای معلولیت

نسرین اکبرپور
کارشناس دفتر آموزش موسسه رعد

چکیده

آموزشی موفق آمادگی کسب کنند. با توجه به اهمیت و ضرورت آموزش فراگیر، نیازمند سنجش و ارزشیابی توانایی‌های دانش‌آموزان بوده و باید به هر دانش‌آموز با هر ویژگی به دیده احترام نگاه شود و به موهبت‌های طبیعی و انسانی او فراتر از ارزیابی‌های سنتی نگاه شود. لازم است بازخورد مثبت و موثری ارائه شود تا این افراد بتوانند قابلیت پیشرفت مداوم را داشته باشند. توجه به آموزش فراگیر، برنامه‌ریزی برای اجرای آموزش فراگیر، ضرورتی انکارناپذیر است.

کلید واژگان: نظام آموزشی، آموزش فراگیر، دانش‌آموزان دارای معلولیت

پیوستن به زندگی اجتماعی و اشتغال محروم هستند و این آموزش‌ها از مدرسه باید آغاز شود. دانش‌آموزان باید حق دسترسی کامل به تمام مواد و تعاملات اجتماعی موجود در یک کلاس معمولی را داشته باشند. هدف نهایی بسیاری از مدارس ایجاد فضاهای آموزشی با کمترین محدودیت ممکن است تا تمامی نیازهای افراد دارای معلولیت از جمله نیازهای ویژه آنها را برآورده کند. بر اساس مطالعات، معلمان تمایل دارند دانش‌آموزانی با نیازهای ویژه در کلاس‌های خود داشته باشند، اما آنها برای برآورده کردن نیازهای آموزشی خود مجهز نیستند. معلمان باید بتوانند در مورد چگونگی ایجاد کلاس‌های

همیشه افرادی بوده‌اند که در مقایسه با اکثریت جامعه تفاوت‌هایی داشته‌اند و در نتیجه با آنها برخوردهای متفاوتی شده‌است. اما در حال حاضر بشر در مسیر درک واقعی ارزش‌های انسانی قرار گرفته است و سعی در پذیرش تفاوت‌ها دارد. دانش‌آموزان با نیازهای ویژه، موضوعی مهم و حائز اهمیت در کلاس‌های آموزش هستند. این افراد بر اثر نقص‌های حرکتی، شنوایی، بینایی و ذهنی، با ناتوانی‌هایی مواجه هستند که شاید همیشه با آنها باقی بماند. بدون تردید خدمات آموزشی و توانبخشی موجود برای برطرف کردن نیازهای این گروه از افراد جامعه کافی نیست و این افراد از فرصت‌های کافی برای



زندگی افراد دارای معلولیت در جوامع مختلف همواره دچار تغییرات گسترده‌ایی بوده است. افراد دارای معلولیت از اقلیت یک جامعه مدنی به شمار رفته و ۱۰ تا ۱۵ درصد جمعیت در کل جهان را تشکیل می‌دهند و مسلماً برای بالنده شدن به آموزش و پرورش نیاز دارند تا بتوانند توانایی‌های خود را شکوفا کنند. این افراد برای اینکه بتوانند استقلال فردی، شخصی و منزلت انسانی خود را حفظ نمایند، نیاز به توانمند شدن دارند. امروزه عمده‌ترین چالش در زندگی افراد دارای معلولیت این است که نه تنها جامعه، بلکه خود آنها برای زندگی در متن جامعه آمادگی لازم را کسب کنند.

در این زمینه تعاملات فراوانی نیاز است، از یک سو تغییر نگرش در جامعه برای پذیرش افراد دارای معلولیت صورت بگیرد و از سوی دیگر کسب مهارت‌های فردی، اجتماعی، شغلی این افراد برای مشارکت روز افزون در جامعه امکان پذیر باشد. یکی از مهم‌ترین عوامل در ورود این افراد به جامعه، برخورداری از آموزش فراگیر است. با توجه به اینکه هر کودک، باید به حقوق خود در امر آموزش و پرورش مطابق با حداکثر توانایی‌ها و ظرفیت‌های خود برسد، کودکان دارای نیازهای ویژه نیز باید بتوانند به حداکثر توانایی و ظرفیت خود دست یابند. این توانایی‌ها می‌توانند در مدارس عادی در کنار سایر دانش‌آموزان بدست آید.

نهضت عادی سازی^۱، یکپارچه سازی، آموزش فراگیر و توانبخشی مبتنی بر جامعه راهبردهای جدیدی هستند که به منظور برابری فرصت‌ها برای کلیه افراد دارای نیازهای ویژه در ابعاد گوناگون اجتماعی، آموزشی، اقتصادی و فرهنگی در نظر گرفته شده است. (به پژوه، ۱۳۸۰)

با این رویکرد تمامی دانش‌آموزان می‌توانند در مدارس عادی تحصیل کنند، که این امر باعث تغییر نگرش در جامعه، تعامل بیشتر بین کودکان و همچنین حصول نتیجه بهتر در آموزش می‌شود.

آموزش فراگیر، برخورداری همه جانبه همه کودکان از امکانات جامعه و بهتر شدن شرایط و امکانات به منظور بهره‌مندی دانش‌آموزان با نیازهای ویژه از آموزش عمومی در کنار سایر افراد می‌باشد. با این دیدگاه و با فراهم شدن امکانات لازم همه افراد می‌توانند یاد بگیرند.

تعریف معلولیت

معلولیت شرایطی است که در توانایی فرد در انجام کارهای روزانه اختلال ایجاد می‌کند. امروزه آموزش، نقش تعیین کننده‌ای در سبک زندگی جمعیت افراد

دارای معلولیت دارد.

این افراد علاوه بر مشکلات جسمی، از ساختارهای آموزشی، رفاهی، مناسب‌سازی معابر شهری، شغل، مسکن، مشکلات فرهنگی و بسیاری از امکانات اولیه زندگی محروم هستند و تامین این شرایط انسانی، از مهم‌ترین عوامل جذب آنها در جامعه بشمار رفته و ایجاد اتحاد و همبستگی را امکان پذیر می‌نماید.

براساس تعریف سازمان جهانی بهداشت، معلولیت عبارت است از "هرگونه نقص یا محدودیت در کارکردهای طبیعی جسمی و ذهنی."^۲

معلولیت به عنوان ناتوانی در انجام تمام و یا بخشی از اعمال ضروری برای زندگی فردی یا اجتماعی فرد تعبیر شده است. براساس گزارش‌ها، ۱۰ تا ۱۵ درصد افراد در دنیا دارای معلولیت هستند و این مسئله باعث شده است که معلولیت و ناتوانی موضوع مهمی در جوامع باشد. معلولیت جسمی به شرایطی اطلاق می‌شود که فرد به دلیل ناتوانی جسمی دچار محدودیت حرکتی شده باشد. این دسته از افراد از دیگر اقلیت جامعه جدا نیستند و همانند آنها برای بالندگی و شکوفا شدن به آموزش، پرورش و حمایت از سمت خانواده و جامعه نیاز دارند. جهت کاهش اثر معلولیت بر فرد و جامعه و دستیابی به استقلال و کسب کیفیت زندگی بهتر، آموزش نقش بسیار پررنگی دارد.

عوامل فردی و اجتماعی موثر بر توانمندسازی افراد دارای معلولیت جسمی - حرکتی شامل موارد زیر است:

- حمایت‌های اجتماعی از طریق سازمان‌های مرتبط مانند سازمان بهزیستی
- تحصیلات و آموزش‌های حرفه‌ای با کمک سازمان آموزش و پرورش، وزارت علوم و ...
- ورزش و بهبود عملکرد بدن
- توسعه و افزایش مهارت‌های خود مراقبتی
- بهبود وضعیت حمل و نقل افراد دارای معلولیت در جامعه و مناسب‌سازی شهری
- توسعه فردی در افراد دارای معلولیت مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد به شرح ذیل است:
- ویژگی‌های شخصیتی فرد دارای معلولیت و نگرش مثبت به زندگی
- آموزش مهارت‌های حرفه‌ای و تحصیلات آکادمیک
- تاثیر دیگر افراد دارای معلولیت و خانواده
- حمایت اجتماعی و معنوی در جامعه و تاثیرات اجتماعی در جامعه
- شغل و استقلال مالی از طریق آموزش و حرفه آموزی متناسب با شرایط فرد دارای معلولیت جسمی -

2. Foruodinadl A, Biglarian A, Adib-Sereshki N, Sadralasadat SJ. [Acceptance of students with physical disability by normal students in inclusive schools of Tehran (Persian)]. *Advances in Cognitive Science*. 2006; 8(2):6671-.

۱. در این رویکرد صاحب‌نظران آموزشی به دنبال الگویی بودند که به وسیله آن دانش‌آموزان با ناتوانی‌ها، بخشی از ساعات مدرسه را در بین دانش‌آموزان عادی باشند و در صورت ضرورت از آموزش ویژه بهره‌مند شوند. (هاردمن و همکاران، ۱۳۸۷)





حرکتی

- نوع معلولیت، میزان و شدت و تاثیرات آن بر روی فرد دارای معلولیت و توانایی درک محدودیت‌ها و خلق راهکار برای پیشبرد زندگی

آموزش فراگیر

بدون شک تحصیلات و سوادآموزی مهم‌ترین عامل برای جلوگیری از شیوع معلولیت خواهد بود. ساخت لایه‌های ظرفیتی و توانایی‌ها، غلبه بر محدودیت‌ها و در ادامه گسترش دادن فرصت‌ها و انتخاب‌ها می‌توانند به نحو شایسته‌ای برای پیشگیری از معلولیت کمک کنند باشند. آموزش و تحصیلات تنها وسیله‌ای به منظور افزایش سرمایه انسانی و بهره‌وری درآمد نمی‌باشد، بلکه عاملی است برای فعال کردن روند اکتساب، جذب و ارتباطات و دانش که تمامی آن باعث افزایش کیفیت زندگی شخصی یک فرد می‌شود. ارزش تحصیلات و آموزش به ذات درونی آن برمی‌گردد، در اینجا اهمیت آموزش بویژه آموزش فراگیر بسیار حائز اهمیت است. آموزش فراگیر بدین معناست که تمامی مدارس باید برای آموزش تمامی کودکان بدون توجه به وضعیت عاطفی، زبانی و یا سایر ویژگی‌های، جسمانی و هوشی



متناسب‌سازی شوند و این سازگاری باید کودکان دارای ناتوانی‌های ذهنی و تیز هوش، کودکان کار و کودکان ساکن در مناطق دورافتاده، اقلیت‌های زبانی، فرهنگی یا قومی و کودکان با سایر محرومیت‌ها را نیز شامل شود (یونسکو ۲۰۰۱). در واقع هدف هر نظام آموزشی این است که دانش‌آموزان خود را برای تبدیل شدن به شهروندانی مطلع و کارآمد در اداره ی جامعه در حال تغییر و گذر آماده کند و بگونه‌ای این کار را انجام دهد که شرایط مناسب برای یادگیری و پیشرفت هر کودک، صرف نظر از ویژگی‌های فرهنگی و زبانی او فراهم شود. (جوادی، ۱۳۷۹)

آموزش فراگیر باعث می‌شود تا تمامی کودکان حتی کودکان دارای نیازهای ویژه از آموزش کارآمد برخوردار شوند (بیکر، ۱۹۹۵)

رویکرد آموزش فراگیر به دنبال آنست که تمامی کودکان را صرف نظر از تفاوت‌ها و سطح توانمندی‌ها تحت پوشش آموزش مناسب و مؤثر قرار دهد. آموزش فراگیر مبتنی بر این فلسفه است که توانایی‌ها و نیازها را به عنوان مقوله طبیعی فرض کرده و به جامعه فرصت مسئولیت‌پذیری دهد تا به سوی یادگیری و رشدکل جامعه حرکت کند. فراگیرسازی مستلزم تغییر ساختارنظام

ارزشها و باورها در آموزش فراگیر براساس دیدگاه لوییسی

- باورداریم که هرکسی حق آموزش دارد.
- باورداریم که هر کسی می‌تواند یادبگیرد.
- باورداریم که هر کسی می‌تواند در برخی از حوزه‌ها یا در زمان‌های خاص مشکلاتی در یادگیری داشته‌باشد.
- باورداریم که هر کسی جهت یادگیری به حمایت نیاز دارد.
- مسئولیت اولیه آسان کردن شرایط یادگیری صرفا با دانش آموز نیست و مدرسه، معلم، خانواده و جامعه در آن دخیل هستند.
- ارزش گذاشتن بر تفاوت‌ها که این امر جامعه را تقویت می‌کند.
- جامعه تحمل‌گرا و پذیرش افراد با ویژگی‌های خاص
- حمایت جاری و همه جانبه از معلمان
- آموزش از بدو تولد و ادامه آن در تمام طول زندگی

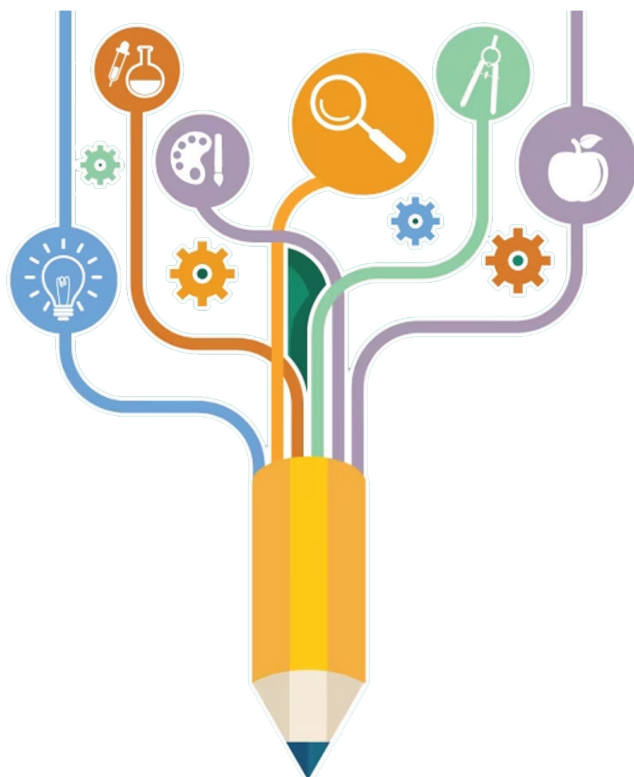
برخی از موانع و تنگناهای تعمیم آموزش فراگیر

رهبری قوی و فرهنگ‌سازی در مدارس از فاکتورهای مهم تغییر و حرکت به سوی فراگیرسازی است. هر چند غایت اجرای طرح آموزش فراگیر در بر گرفتن و تحت پوشش قرار دادن تمامی گروه‌های دانش آموزان استثنایی در کنار دانش آموزان عادی است، اما در حال حاضر در اکثر کشورها به دلیل برخی محدودیت‌ها و موانع، فعلا صرفا دانش آموزان دارای حداقل نیازهای ویژه شامل این طرح می‌شوند. فراگیرسازی مستلزم آماده سازی والدین، معلمان و دانش آموزان است. در ایران که فراگیرسازی با فرایند تلفیق کودکان ناشنوا، نابینا و دارای آسیب دیدگی جسمانی و نیز جایگزینی دیرآموزان در مدارس عادی شروع شده

آموزشی جامعه است. آموزش فراگیر بدان معناست که همه دانش آموزان اعم از عادی و دارای نیازهای ویژه به یک مدرسه بروند. درواقع مدارس فراگیر به منظور تامین نیازهای همه نواآموزان سازمان دهی شده اند. اهمیت آموزش و پرورش یا تعلیم و تربیت را به عنوان مهم ترین عامل رشد انسان، هیچگاه نمی توان در طول تاریخ بشر نادیده گرفت و بی شک توجه به آن از جایگاه و منزلت ویژه‌ای برخوردار است. از این رو، در دهه‌های اخیر در حوزه آموزش و پرورش افراد با توانایی‌های گوناگون (دانش آموزان عادی و دانش آموزان با نیازهای ویژه) رویدادهای فراوانی رخ داده، پژوهش‌های بی شماری صورت گرفته، اندیشه‌های نوینی متبلور شده، روش‌ها و راهبردهای گوناگونی مطرح و افق‌های روشنی آشکار شده‌است. (لورمن و همکاران/ به پژوه و خانزاده ۱۳۹۱)

فلسفه آموزش فراگیر در یک نگاه:

- احترام به یکدیگر
 - افزایش تحمل و تاب‌آوری
 - پذیرفته‌شدن در گروه
 - دستیابی به فرصت برای رشد مهارت‌ها و استعدادها
 - کمک به یکدیگر
 - یادگیری از همدیگر (لوییسی، ۲۰۰۸)
- ### آموزش فراگیر در یک نگاه:
- سیستم آموزشی انعطاف پذیر
 - یادگیری همه دانش‌آموزان
 - متناسب‌سازی در سیستم آموزشی براساس نیاز دانش‌آموزان
 - ارزش‌گذاری به تفاوت‌ها



است، ولی هنوز در بسیاری از موارد به صورت یک نظریه نگریسته می‌شود. موانع و چالش‌های این طرح به شرح ذیل است:

- عدم پذیرش تفاوت‌ها با ارزشیابی آموزشی سنتی و عمدتاً وابسته به محفوظات
- عدم فرهنگ سازی در مدارس
- نقصان در آماده سازی و پذیرش والدین، معلمان و سایر دانش آموزان
- نادیده گرفته کودک دارای نیازهای ویژه و تفاوت‌های فردی از طرف سایر همسالان
- عدم ایجاد فرصت برابر برای آموزش (در حالی که فلسفه آموزش و پرورش ایجاد فرصت برابر است)
- کاهش یا از بین رفتن انگیزه در افراد با نیازهای ویژه
- عدم به فعلیت رسیدن توانایی‌های بالقوه
- هزینه ها، وسایل کمکی و خدمات تکمیلی، تامین بودجه، سازمان‌دهی نیروی انسانی
- عوامل اجتماعی- اقتصادی
- نگرش‌های منفی و تعصب‌ها
- برنامه‌های درسی ناهمگون
- توسعه نامناسب و از هم گسیختگی منابع انسانی مدارس
- عدم مناسب‌سازی و بهسازی فضاهای آموزشی

مزایای آموزش فراگیر:

- وجود الگوی مناسب رشد در دانش‌آموزان
- امکان مقایسه عملکرد دانش آموزان با ناتوانی با الگوی رشدی مناسب و جهت‌گیری بسوی ارتقای مهارت‌های متفاوت
- امکان بهره‌گیری از توان بالقوه همسالان غیر توانیاب برای آموزش و ارتقای مهارت‌ها در افراد دارای معلولیت
- زمینه‌سازی پذیرش و تغییر نگرش در جامعه و فرهنگ سازی در جامعه
- توسعه و ارتقای آگاهی، مهارت و انعطاف پذیری عملکرد معلمان در جهت تلاش به منظور رفع نیازهای ویژه ناشی از تفاوت‌های دانش‌آموزان (کاوال و فورنس، ۲۰۰۰)

مشکلات آموزش فراگیر:

- نارسایی در شیوه های آموزشی متداول
- مشکل تامین و سازماندهی آموزش
- عوامل اجتماعی- اقتصادی
- برنامه‌های درسی
- افت و از بین رفتن انگیزه در دانش آموزان

تحلیل موانع و فرصت‌ها در آموزش فراگیر (لوییس، ۲۰۰۸)

| چالش‌ها و موانع در توسعه آموزش فراگیر | فرصت‌هایی برای توسعه آموزش فراگیر | عوامل کلیدی در آموزش فراگیر |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| سیاست‌های ضعیف یا ناکارآمد نظام آموزشی سخت‌گیر حضور مدارس ویژه و الگوهای فردی متعصب | ابتکار در بهسازی مدارس رعایت حقوق انسانی حضور الگوهای خوب | ساختار قوی (اعتقاد به ارزش‌ها، باورها و رعایت اصول بنیادی و توجه به نشانگرهای موفقیت) |
| اعمال رویکردهای غالب ناهماهنگی در منابع منابع منظم در سیستم‌های مجزا | ابتکار مبتنی بر محله پیشگامی در برنامه‌های غیررسمی فرهنگ‌هایی با تمرکز بر یکپارچگی قوی | اجرا در بافت و فرهنگ محلی، موقعیت عملی، منابع و مسائل فرهنگی |
| نوسان در اجرای آموزش فراگیر سازماندهی فرهنگی ضعیف در جامعه ضعف در کارکنان متعهد | فعالیت‌ها: گروه‌های افراد با ناتوانی‌ها، گروه‌های زنان و والدین، شرکت کردن از دوران کودکی، ابزارهای خلاق و مشارکتی | بازبینی مشارکتی مداوم چه کسی؟ چگونه؟ چه چیزی و چه موقع؟ |





نتیجه :

فراهم کردن فرصت‌های اجتماعی شدن و توسعه مهارت‌های مراقبت از خود و تعیین اهداف زندگی سالم، در توانمند شدن افراد دارای معلولیت اهمیت دارد و این امر با آموزش فراگیر پررنگ‌تر شده و بهبود خواهد یافت. در حقیقت آموزش دادن انواع مهارت‌ها با هدف توانمندسازی، تغییرات مثبتی ایجاد کرده که باعث می‌شود نگاه بهتر و سالم‌تری به زندگی فعلی و آینده خود داشته باشند.

مداخلات توسعه یافته بر روی افراد دارای معلولیت و آموزش فراگیر، باعث ایجاد فرصت‌های تعاملی با دیگران و توسعه مهارت‌ها و اطلاعات آنان می‌شود، و شرایطی را مهیا می‌سازد تا آنان بتوانند درک و آگاهی و عزت نفس خود را افزایش دهند. در نهایت این مسائل باعث کاهش انزوای اجتماعی آنان می‌شود و تلاش برای افزایش دسترسی به آموزش و پرورش، توسعه مهارت‌های بازاریابی و افزایش آگاهی و دسترس پذیری محل‌های شغلی می‌تواند در بهبود نگرش به خود نقش بارزی داشته باشد و نهایتاً سبب بهبود کیفیت زندگی آنان شده و باعث افزایش سطح توانمندی آنان می‌شود.

آموزش فراگیر یک فرآیند است و نه یک پدیده. به این معنی که از اثر متقابل عوامل مختلف به نتیجه‌ای منجر می‌شود که به نوبه خود با در نظر گرفتن نیازهای مخاطبین و شرایط موجود تغییر می‌پذیرد و این تغییر،

عوامل موجود را تحت تاثیر قرار می‌دهد. آموزش فراگیر متغییر است و تابع الگوهای آموزشی خاص نمی‌باشد بلکه با توجه به نیاز دانش آموزان تغییر کرده و سازگار می‌شود.

منابع

- به پژوه، احمد (۱۳۷۶) یکپارچه سازی و اصلاح نگرش نسبت به افراد عقب مانده ذهنی . خلاصه مقالات نخستین کنگره علمی عقب‌مانده ذهنی. تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی و معاونت توانبخشی سازمان بهزیستی کشور.
- جوادی، محمد جعفر (۱۳۷۹) آموزش و پرورش چند فرهنگی به عنوان یک رویکرد در آموزش. فصلنامه تعلیم و تربیت، ۶۳ . سند سند ملی برنامه « آموزش برای همه» (۱۳۸۳) وزارت آموزش و پرورش با همکاری سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور، تهران
- لورمن، تیم؛ دیلر، جوان؛ هاروی، دیوید (بی تا). آموزش فراگیر: راهنمای عملی در حمایت از یادگیرندگان با توانایی‌های گوناگون به پژوه، احمد و خانزاده، عباسعلی حسین (۱۳۹۱) چاپ اول. تهران: انتشارات دانشگاه.
- هاردمن، مایکل؛ درو، کلیفورد؛ اگن، وینستون (بی تا). روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی . علیزاده، حمید؛ گنجی، کامران؛ یوسفی لویه، مجید؛ یادگاری، فریبا (۱۳۸۷) چاپ اول. تهران: انتشارات دانژه.
- نوظهوری، رامین (۱۳۸۸). آسیب‌شناسی فراگیر در آموزش و پرورش، شماره ۹۷
- یونسکو، پرونده باز در مورد آموزش و پرورش فراگیر، ترجمه ابوالفضل سعیدی (۱۳۸۳)، تهران، پژوهشکده کودکان
- Kavale, A., & Forens, R. (2000). History, rhetoric and reality: Analysis of the inclusion debate. Remedial & special education. Boston: Houghton Mifflin.



تأثیر گردشگری

در تغییر نگرش جامعه نسبت به معلولیت

محمد رضا دشتی
کارشناس دفتر روابط عمومی رعد



واقعی زندگی و با بیان مشکلات و نشان دادن توانمندی‌ها و جنبه‌های مثبت زندگی و موفقیت‌های فردی و اجتماعی آن‌ها می‌توانند در کاهش فاصله با مردم و پذیرش آنها به عنوان یک شهروند نقش ایفا کنند.

حضور افراد دارای معلولیت در موقعیت‌های عمومی و حمایت از فعالیت‌های آن‌ها در محل کار، مدرسه، مراکز فرهنگی، گردشگری، تفریحی، موزه‌ها و ورزشگاه‌ها نیز می‌تواند به مردم کمک کند تا آن‌ها را به عنوان بخشی از جامعه ببینند و حضورشان را چه از منظر ذهنی و چه از منظر حقوقی به عنوان یک شهروند به رسمیت بشناسند.

ایجاد فرصت‌های برابر برای افراد دارای معلولیت یکی از مهم‌ترین اقدامات مهم و تأثیرگذار است و به معنای این است که این افراد بتوانند بدون هیچ‌گونه تبعیض و محدودیتی، در تمام زمینه‌های زندگی، از جمله؛ تحصیل، اشتغال، ورزش، تفریح، مسافرت و گردشگری شرکت داشته‌باشند. این امر مستلزم اقداماتی از سوی دولت، جامعه، و خود افراد دارای معلولیت است.

در ماده ۳ کنوانسیون بین‌المللی حقوق افراد دارای معلولیت که در سال ۲۰۰۶ به تصویب سازمان ملل متحد رسید؛ ایجاد فرصت‌های برابر به عنوان یکی از اصول اساسی این کنوانسیون اعلام شده است. این ماده مقرر می‌دارد که دولت‌های عضو کنوانسیون باید اقدامات لازم را برای تضمین برخورداری افراد دارای معلولیت از فرصت‌های برابر در تمام زمینه‌های زندگی انجام دهند.

دسترس‌پذیری و مناسب‌سازی فضاهای شهری و عمومی از جمله محیط‌های گردشگری یکی از مهم‌ترین اقداماتی است که

تغییر نگرش جامعه نسبت به توانمندی‌های افراد دارای معلولیت یک فرآیند طولانی و دشوار و نیازمند تلاشی مستمر و همه‌جانبه است. این فرآیند باید از طریق اقداماتی همچون آگاهی‌بخشی و آموزش، مناسب‌سازی و دسترس‌پذیری محیط‌ها و امکانات، اصلاح قوانین و مقررات، ایجاد فرصت‌های برابر، تقویت اعتماد به نفس در افراد دارای معلولیت و در نهایت مشارکت و حضور اجتماعی آنها در جامعه انجام شود.

آگاهی‌بخشی و آموزش، از مهم‌ترین اقدامات برای تغییر نگرش در جامعه است. باید به جامعه آموزش داده شود تا معلولیت را به عنوان یک ویژگی انسانی و یک تفاوت، نه به عنوان یک نقص یا بیماری تلقی کنند. باید توانمندی‌ها و استعداد‌های فراوان آنها به جامعه عرضه و به نقش‌های موثری که می‌توانند در جامعه ایفا کنند، اشاره شود تا همه بدانند که افراد دارای معلولیت اعضای منفع‌ل جامعه نیستند.

تغییر قوانین و مقررات موجود در جامعه نیز می‌تواند در تغییر نگرش جامعه نسبت به افراد دارای معلولیت نقش مهمی داشته باشند. این قوانین باید به گونه‌ای تدوین شوند که حقوق و فرصت‌های برابر برای همه افراد جامعه را اعم از افراد دارای معلولیت فراهم کند.

افراد دارای معلولیت نیز باید خودشان را باور کنند و توانمندی‌هایشان را بشناسند. تقویت اعتماد به نفس افراد دارای معلولیت می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا در جامعه حضوری فعال داشته و با بر عهده گرفتن نقش‌های اجتماعی به عنوان یک شهروند درجه یک به موفقیت برسند.

رسانه‌ها نیز با معرفی افراد دارای معلولیت موفق در نقش‌های

می‌توان برای ایجاد فرصت‌های برابر برای افراد دارای معلولیت انجام داد.

این موضوع به ویژه در زمینه گردشگری اهمیت ویژه‌ای دارد؛ زیرا گردشگری می‌تواند فرصتی برای افراد دارای معلولیت فراهم کند تا از جاذبه‌های این حوزه بهره‌مند شده و با فرهنگ‌های مختلف آشنا و حضور اجتماعی مؤثری داشته باشند.

دسترس‌پذیری اماکن گردشگری برای افراد دارای معلولیت می‌تواند به افزایش استقلال فردی و اجتماعی و فرصت‌های شغلی برای افراد دارای معلولیت و همچنین رونق اقتصادی گردشگری کمک نماید.

به بیان دیگر مناسب‌سازی محیط‌های گردشگری از یک سو به افراد دارای معلولیت کمک می‌کند تا بدون نیاز به کمک دیگران، از جاذبه‌های گردشگری مختلف بهره‌مند شده و از سوی دیگر به افزایش فرصت‌های شغلی برای افراد دارای معلولیت در بخش گردشگری منجر شود. همچنین خود افراد دارای معلولیت نیز به عنوان گردشگر می‌توانند به حوزه اقتصاد گردشگری کمک کنند.

گردشگری افراد دارای معلولیت «پاراتوریسم» علاوه بر ایجاد فرصت‌های برابر، بر افزایش استقلال فردی و اجتماعی و فرصت‌های شغلی با افزایش آگاهی و پذیرش فرد معلول در لایه‌های پنهان روابط اجتماعی به تغییر نگرش جامعه منجر می‌شود.

مشاهده افراد دارای معلولیت در حال بازدید و لذت بردن از جاذبه‌های گردشگری به مردم نشان می‌دهد که این افراد هم می‌توانند مانند سایر شهروندان در نقش یک گردشگر از زندگی لذت ببرند. وقتی افراد دارای معلولیت به عنوان گردشگر دیده شوند، این امر می‌تواند به مردم کمک کند تا آن‌ها را به عنوان اعضای فعال جامعه ببینند و متقابلاً نشان می‌دهد که جامعه نیز به حقوق و توانمندی‌های افراد دارای معلولیت اهمیت می‌دهد و آن‌ها را به عنوان اعضای فعال خود می‌پذیرد که حق دارند از تمام امکانات و فرصت‌ها به طور برابر برخوردار شوند. به عنوان مثال، فرض کنید یک فرد دارای معلولیت حرکتی می‌خواهد از یک موزه بازدید کند. اگر این موزه دارای ورودی‌های مناسب برای افراد دارای معلولیت، سرویس‌های بهداشتی و مسیرهای پیاده‌روی مناسب باشد، این افراد می‌توانند به راحتی از موزه بازدید کنند. این حضور می‌تواند به مردم نشان دهد که افراد دارای معلولیت نیز باید مانند سایر شهروندان از حق و حقوق برابر برخوردار باشند.

مثال دیگری که می‌توان به آن اشاره کرد، وجود محل‌های اقامت مناسب سازی شده است. هتلی که دارای اتاق‌های مناسب برای اقامت افراد دارای معلولیت و ارائه خدمات برای آنها باشد، به آنها کمک می‌کند تا بدون نیاز به کمک دیگران اقامت بدون مشکلی در هر جایی که دوست دارند داشته باشند. در گذشته، افراد دارای معلولیت بیشتر مورد تبعیض و طرد قرار می‌گرفتند و به آن‌ها به عنوان افراد ناتوان که قادر به ایفای نقش‌های مهمی در جامعه نیستند نگاه می‌شد ولی هرچه جلوتر آمدیم، آگاهی جامعه نسبت به حقوق و توانمندی‌های آنها افزایش یافت و این امر موجب تغییر نگرش جامعه نسبت به

این افراد شد.

امروزه افراد دارای معلولیت بیشتر در جامعه دیده می‌شوند و نقش‌های مهمی در جامعه ایفا می‌کنند. آن‌ها در مشاغل مختلف مشغول به کار هستند، در دانشگاه تحصیل می‌کنند و در فعالیت‌های اجتماعی و سیاسی مشارکت دارند.

گردشگری افراد دارای معلولیت در ایران

وضعیت گردشگری افراد دارای معلولیت در ایران در حال بهبود است. در سال‌های اخیر، اقداماتی برای بهبود دسترسی افراد دارای معلولیت به جاذبه‌های گردشگری در کشور انجام شده است.

سازمان میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی ایران در سال ۱۳۹۸ طرحی را برای مناسب‌سازی موزه‌های ایران برای افراد دارای معلولیت آغاز کرد. این طرح شامل نصب آسانسور، وجود ویلچرهای برقی و مسیرهای پیاده‌روی مناسب برای افراد دارای معلولیت در موزه‌ها شده‌است.

همچنین، برخی از انجمن‌های تخصصی در حوزه معلولیت و شرکت‌های گردشگری در ایران نیز تورهای ویژه افراد دارای معلولیت برگزار می‌کنند. این تورها به افراد دارای معلولیت کمک می‌کند تا از جاذبه‌های گردشگری مختلف ایران با خیالی آسوده بازدید کنند.

ایران در حال پیشرفت در زمینه گردشگری افراد دارای معلولیت است. با ادامه اقداماتی از این دست، می‌توان امیدوار بود که در آینده شاهد افزایش مشارکت افراد دارای معلولیت در گردشگری باشیم.

انجمن‌های فعال در زمینه پاراتوریسم در ایران

لازم می‌دانم به تعدادی از انجمن‌های فعال در گردشگری افراد دارای معلولیت (پاراتوریسم) در کشور اشاره داشته باشم. این انجمن‌ها و برخی از شرکت‌های گردشگری در ایران با برگزاری کارگاه‌های آموزشی و تورهای گردشگری ویژه افراد دارای معلولیت و تدوین استانداردهای گردشگری به بهبود دسترسی این افراد به جاذبه‌های گردشگری کمک می‌کنند تا گردشگری تخصصی حوزه معلولیت در ایران توسعه یافته و به تغییر نگرش جامعه نسبت به این افراد معلولیت کمک شود.

• انجمن فرهنگی، ورزشی و گردشگری معلولان پارس:
اولین انجمن تخصصی گردشگری معلولان و سالمندان در ایران

- انجمن پیام‌آوران ساحل امید
- انجمن دفاع از حقوق معلولان
- انجمن آسیب نخاعی ایران
- مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد
- انجمن توان‌بخشی و گردشگری معلولان ذهنی ایران
- انجمن ملی گردشگری ایران



تفسیر نگرش

در مورد توانمندی‌های افراد دارای معلولیت

نازنین رحیم‌زاده



اندیشه تساوی حقوق همه افراد نگرش‌های منفی به افراد دارای معلولیت را کاهش دهند. ادیان توحیدی بهترین نگرش را نسبت به افراد دارای معلولیت داشته و اذعان می‌دارد که نظام خلقت بر پایه تفاوت‌ها بنا شده، آن هم تفاوت‌های که اگر از بالا بررسی‌شان کنیم متوجه خواهیم شد که آنها اجزاء یک کل منسجم هستند و هرکدام از آنها به قدر کافی بهره‌ای از کمال و شکوه و جبروت را کسب کرده‌اند تا جایی که خداوند به همه انسان‌ها لقب «اشرف مخلوقات» را اعطا کرده است.

امروزه با پیشرفت تکنولوژی؛ پیشرفت‌هایی در علوم مختلف به وجود آمده که باعث افزایش سطح فرهنگ و آگاهی عمومی شده است. با افزایش آگاهی عمومی، توجه افراد به احقاق حقوق خود نیز بیشتر شده که در این میان توجه به حقوق افراد دارای معلولیت، حقوق انسانی و شهرویی و نیازهای آنها به عنوان اعضای فعال در جامعه، جایگاه ویژه‌ای را به خود اختصاص داده است. به جرات می‌توان گفت در دنیای امروز، مشکل این افراد مشکل کل جامعه انسانی است و نهادهای اجتماعی در تلاش هستند تا با رویکرد عادی‌سازی و ترویج



در دنیای امروز یکی از دلایل وجود نگرش منفی نسبت به افراد دارای معلولیت از آنجا نشات می‌گیرد که در اثربخش بودن و نتیجه داشتن آموزش‌ها و اشتغال افراد دارای معلولیت تردید وجود دارد و بسیاری از دولت‌ها اختصاص برنامه‌های آموزشی را برای این افراد بیهوده می‌دانند.

نگرش منفی نسبت به افراد دارای معلولیت می‌تواند بر اقدامات لازم برای رفع نیازها، ایفای نقش‌ها و رفتارهای اجتماعی آنها تأثیراتی نامطلوب برجا بگذارد. یکی از رایج‌ترین واکنش‌های منفی عمومی جامعه در برخورد با این افراد، ترحم و دلسوزی است. به عنوان یک فرد دارای معلولیت می‌گوییم که هر چند اکثر افرادی شبیه من تا حد زیادی با تکیه بر توانایی‌های خود، سدهای محدودیت‌ها را درنور دیده و وارد فعالیت اجتماعی شده‌اند، اما قطعا برخوردهای منفی از طرف سایرین موجب کاهش فعالیت‌های افراد دارای معلولیت در کسب شخصیتی مستقل و متکی به خویش می‌شود. تغییر نگرش جامعه نسبت به معلولان، اولویت نخست دست‌یابی به حقوق آنها در میزگرد علمی «ارزیابی وضعیت پیشبرد حقوق افراد دارای معلولیت در ایران در مقایسه با روند جهانی» که با حضور حقوق‌دانان و نمایندگان تشکل‌های حقوق معلولان

در کمیسیون حقوق بشر اسلامی برگزار شد، دکتر کمالی اظهارداشت: «پدیده ناتوانی و معلولیت پدیده‌ای است به قدمت بشر و این افراد به واسطه معلولیت‌شان از دوران‌های اولیه مورد تبعیض، بد رفتاری، کشتار و به نوعی تزییع حقوق قرار گرفته‌اند که البته هنوز هم بسیاری از حقوق آن‌ها نقض می‌شود.»

وی افزود: برخورد با معلولیت پنج مرحله اساسی را تاکنون پشت سر گذاشته‌است؛ یکی دوران محو و از بین بردن افراد دارای معلولیت که مردم به دلیل عدم شناخت و آگاهی سعی می‌کردند این افراد را از بین ببرند. با ظهور ادیان، مرحله جدیدی تحت عنوان فلسفه بقا به وجود آمد که با برانگیختن حس ترحم و عاطفه انسانی این موضوع را جا انداختند که این افراد حق حیات دارند و همچنین مکان‌های مخصوصی برای نگهداری این افراد به وجود آمد.

وی ادامه داد: در مبانی اعتقادی اسلامی و همچنین در قانون اساسی، موارد بسیاری از حقوق افراد دارای معلولیت قابلیت استخراج است. همچنین بسیاری از مواد کنوانسیون حقوق معلولان در قانون ما موجود است، ضمن اینکه در طول ۳۰ سال گذشته نگاه به معلولیت

که بیشتر یک نگاه پزشکی بود، به یک نگاه حقوقی تبدیل شده و این امر باعث ایجاد تمایل به زندگی اجتماعی در این افراد شده‌است. تا حدی که آن‌ها حق خود را برای برابری با دیگر افراد جامعه خواستارند و بر آن پای می‌فشارند. البته جوامع نیز این موضوع را پذیرفته‌اند و دیدیم که کنوانسیون مزبور در روز اول با امضای ۸۰ کشور و با گذشت شش ماه، این نشان می‌دهد که ۱۱۸ کشور به تصویب رسید. این نشان می‌دهد که جوامع از زمانی که به مسئله معلولیت از جنبه حقوقی نگاه شد، آرام، آرام حقوق این افراد را به رسمیت شناختند.

این مدرس دانشگاه اظهار کرد: خوشبختانه در سال‌های اخیر مردم نسبت به پدیده معلولیت آگاه‌تر شده و افراد دارای معلولیت نیز با حضور در برخی صحنه‌ها مانند ورزش، توانسته‌اند توانایی‌های خود بیشتر از قبل به جامعه نشان دهند. دکتر کمالی در ادامه به مشکلاتی که هنوز در مناسب‌سازی‌های محیطی وجود دارد اشاره کرد و گفت: در پدیده حضور معلولان در جامعه که از مناسب‌سازی منشا می‌گیرد، بسیار ضعیف عمل کرده‌ایم و علی‌رغم ابلاغ روسای جمهور وقت به استاندارها در سال‌های ۱۳۶۸-۱۳۷۸ همچنان ضعف عملکرد را در این باره شاهد هستیم که پیامد آن ضعف این افراد در بهره‌گیری از آموزش‌های فراگیر است.

دکتر کمالی تصریح کرد: گرچه آگاه‌سازی بدون تغییر نگرش در جامعه به جایی نخواهد رسید اما پذیرش حقوق افراد دارای معلولیت در جامعه ضروری است. باید به جایی برسیم که یک فرد دارای معلولیت بتواند به راحتی کنار ما کار کند، درس بخواند و زندگی کند، اما هنوز این خرد جمعی در جامعه حاکم نیست؛ پس تغییر نگرش به نظر من اولویت اول است و پس از آن امضای کنوانسیون حقوق معلولان و در نهایت اجرای کامل قانون جامع معلولان از دیگر اولویت‌هاست.

وی همچنین گفت: حرکت افراد دارای معلولیت در دنیا یک جنبش است. فعالان مدنی و عموم مردم نیز می‌توانند با آگاه‌سازی و تغییر نگرش نشان دهند که رعایت حقوق این افراد امتیاز نیست، بلکه حق آنهاست. همچنین فعالان مدنی می‌توانند با نشان دادن جنبه‌های انسانی زندگی معلولان، این باور را در مردم به وجود بیاورند که ناتوانی یک تجربه انسانی است که همه انسان‌ها در برهه‌ای از زندگی‌شان این تجربه را خواهند داشت و در صورتی که این باور پذیرفته شود، بار سنگین معلولیت نیز برداشته خواهد شد.

در مبانی اعتقادی اسلامی و همچنین در قانون اساسی، موارد بسیاری از حقوق افراد دارای معلولیت قابلیت استخراج است.



به اعتقاد محققان، کم‌توانی جسمی و حرکتی با علائم افسردگی، مشکلات بین‌فردی، ارتباط اجتماعی ضعیف، مشکل در اکتساب مهارت‌های اجتماعی، احساس غمگینی و انزوا همبستگی دارد. همچنین سطح سلامت افراد ناتوان در مقایسه با جمعیت عمومی، کمتر و در مقابل، آسیب‌پذیری آنان بیشتر است. فقدان آموزش و عدم دریافت خدمات و فرصت‌های اجتماعی به دلیل ویژگی‌های نامناسب خدمات و موانع محیطی، سبب نگرش‌های منفی به این مسئله شده است. از طرفی به نظر می‌رسد دغدغه اصلی یک فرد توان‌یاب در زندگی‌اش همان چیزی است که غالباً به شکل ابهام آمیزی «پذیرش» خوانده می‌شود. غالباً توان‌یابان را ناتوان می‌شمارند، حال آن که معلولیت فرد لزوماً او را ناتوان نمی‌کند. برخوردهای مبتنی بر تبعیض افراد جامعه نسبت به توان‌یابان، براساس فرضیاتی درمورد آنها شکل گرفته است که کاملاً مغایر با نظر توان‌یابان راجع به پذیرش‌شان است.

پروژه‌های درباره این موضوع انجام شده است که در آن نقش رسانه‌های نوین در تغییر نگرش شهروندان نسبت به معلولین ارزیابی شده است. این پژوهش توصیفی و با مشارکت گروهی از شهروندان ۱۸ سال به بالای شهر تهران انجام شده است که به شبکه‌های اجتماعی

دسترسی داشته‌اند.

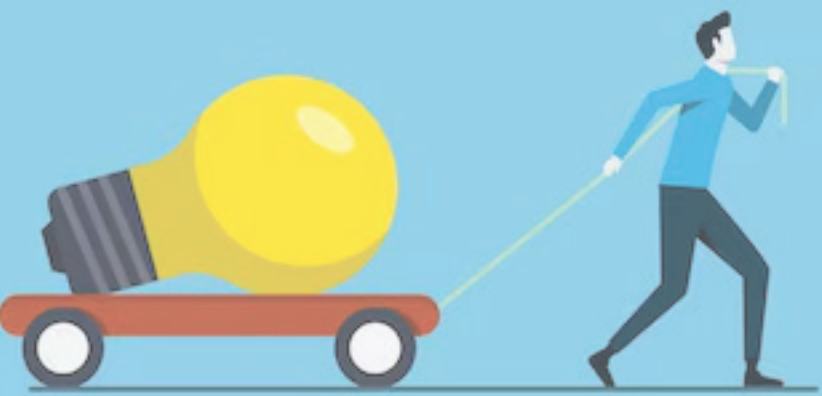
نتایج حاصل از این تحقیق نشان می‌دهند که توجه به تولید محتواهای مرتبط در شبکه‌های اجتماعی، بر روی نگرش شناختی، عاطفی و آمادگی برای پذیرش این افراد در بین همه اقشار جامعه تأثیرگذار است.

یافته‌های این پژوهش، نشان از اهمیت نقش رسانه‌های نوین بر ابعاد مختلف نگرش شهروندان به توان‌یابان دارد. با توجه به نتایج فوق، این تحقیق برای سیاست‌گذاران رسانه‌های نوین نیز در جهت بهبود نگرش شهروندان نسبت به مسئله معلولیت توصیه‌هایی دارد؛ از جمله این که محتواهایی تولید کنند که شهروندان را با همه جوانب مسئله معلولیت آشنا کنند.

بدین منظور با ساخت برنامه‌های ویژه توان‌یابان که مسئله‌محور باشند و با استفاده از ظرفیت‌های خود توان‌یابان، می‌توان برنامه‌هایی واقع‌گرایانه و با کیفیت ساخت تا حداکثر تأثیر را بر مخاطبین داشته‌باشد.

همچنین با استفاده از نیروی انسانی مجرب و متخصص و بهره‌گیری از دانش آنان، می‌توان به ارائه محتواهای با کیفیت و جذاب پرداخت تا بیشترین مخاطب ممکن را جلب کنند و با سیاست‌گذاری و تربیت نیروهای ماهر در حوزه سلامت در رسانه‌های نوین، ضمن ارتقای آگاهی و ایجاد نگرش واقع‌بینانه نسبت به توان‌یابان، روش صحیح برخورد اجتماعی با آنان را به شهروندان آموزش دهند و درصد رفع مشکلات آنان برآیند.

از سویی به منظور تحریک مخاطبان برای اقدامات صحیح در این خصوص، لازم است در ابتدا به ایجاد انگیزه‌های لازم در شهروندان پرداخته‌شود، زیرا حتی در صورتی که برنامه‌ای با بهترین کیفیت ساخته‌شود، اگر مخاطبان آن، لزوم و انگیزه‌ای برای تغییر رفتار خود نبینند، چیزی برای توان‌یابان تغییر نخواهد کرد. برای ایجاد چنین انگیزه‌ای، استفاده از کمپین‌های تبلیغاتی سلامت در حوزه توان‌یابان می‌تواند راه‌گشا باشد.



ما باید فرزندان خودمان را به نحوی تربیت کنیم که به افراد با هر اندازه از توان جسمی آنها احترام بگذارند و نگاهشان به توان‌یابان مثبت باشد و بر اساس وضعیت جسمانی و ظاهرشان در مورد آنها قضاوت نکنند. پذیرش این فرهنگ را باید از خانواده آغاز کرد و سپس در مدرسه هم باید برنامه‌های آموزشی اجرا شود تا نگاه و برخورد کودکان با افرادی که دارای نوعی معلولیت یا نوعی تفاوت هستند، تصحیح شود و در جامعه نیز ادامه پیدا کند.

کودکان ما از همان سنین کودکی باید بیاموزند که فارغ از وضعیت جسمانی به انسان‌ها نگاه کنند و چیزهایی عمیق‌تر از بدن‌شان را ببینند؛ احساسات‌شان را ببینند، توانمندی‌های روحی و روانی‌شان را ببینند، محبت‌شان را ببینند، مرام و معرفت‌شان را ببینند، وفای به عهدشان را ببینند، شرافت‌مندی و صداقت‌شان را ببینند، حتی شاید یکی از دلایل فراوانی طلاق‌ها در سال اول ازدواج این باشد که افراد صرفاً بر اساس کشش‌های جسمانی و دیدن بدن همدیگر به سمت هم کشیده می‌شوند و فکر می‌کنند که می‌توانند زن و شوهر خوبی هم باشند. از آنجایی که هر انسانی توسط خداوند به عنوان دریای بی‌کرانی از استعدادها و توان‌مندی‌ها خلق شده‌است، از دست دادن یک یا چند مورد از این توان‌مندی‌ها چیزی از نامحدودی و بی‌نهایت بودن ما کم نمی‌کند.

شاید بزرگ‌ترین گلابه‌ای که می‌شود کرد این است که ما روح همدیگر را چرا این قدر کم مشاهده می‌کنیم؟ حال این سوال پیش روی ماست که ما چرا این قدر از عواطف همدیگر بی‌خبر هستیم، شاید یکی از دلایل افزایش پرخاشگری که در وفور پرونده‌های پرخاشگری در قوه قضائیه نشان داده شده‌است، همین عدم تمایل و بی‌توجهی به درک احساسات یکدیگر باشد. با کمال تاسف می‌بینیم که نگاه اجتماعی به معلولان نه فقط

به آنها قدرت و اعتماد به نفس بیشتری عطا نمی‌کند و آنها را بلند نمی‌کند، بلکه این نگاه اجتماعی در بسیاری از اوقات پس‌زننده و منزوی‌کننده یا حتی توهین و تحقیرآمیز است. با این که افراد دارای معلولیت در همه عرصه‌ها، خصوصاً در عرصه‌های ورزشی موفقیت‌های بسیاری را کسب کرده‌اند و توان‌مندی‌های بسیار آنها انکارناپذیر است، اما هنوز شاهد نگاه ناشایست نسبت به آنها در جامعه هستیم.

خیلی از افراد به افراد دارای معلولیت طوری نگاه می‌کنند که انگار از قوم و قبیله دیگری هستند ممکن است که این نقطه‌نظر اعلام نشود، اما در ذهن خیلی از افراد این نگاه وجود دارد. در حالی که همه ما از هم و از یک پیکر هستیم. باید عزیزان دارای معلولیت را بدون احساس تفاوت در برگیریم چون هر لحظه ممکن است دچار مسائلی که این عزیزان با آن درگیر هستند، شویم. بدانیم که از مشکلی که برای دیگران اتفاق می‌افتد، دور نیستیم.

متأسفانه تاثیر این نگرش نا شایست را در طراحی‌های شهری می‌توانیم ببینیم، به گونه‌ای خیابان‌ها را طراحی کنیم که بتوانیم عبور کنیم، آیا افراد دارای معلولیت و نابینایان جزو ما نیستند؟ بی‌توجهی به سلامت معابری که برای دارندگان عصای سفید (نابینایان عزیز) طراحی شده‌است، فاجعه‌بار است. غیر از مراقبین خود عزیزان دارای معلولیت، لازم است که همه ما نگاه آنها را داشته‌باشیم.

روز جهانی معلولان را بهانه‌ای کنیم برای پرورش همدلی، رشد فرهنگی و آموختن اینکه توانایی‌هایی که خداوند به انسان‌ها داده‌است، بی‌پایان است و لازم است که اگر امکانی را از دست دادیم با امکانات موجود به سوی اهداف، تحف‌رویاها و آرزوهای‌مان و رشد و شکوفایی خودمان حرکت کنیم. بیاییم در این روز، از همت این عزیزان بیاموزیم و با پرورش محبت، جامعه خودمان را قوی‌تر کنیم.



علیرضا آهنگری، مربی شطرنج است و حدود ۷ سال است که در این حوزه به عنوان مربی در رعد به علاقمندان این رشته آموزش می‌دهد. تحصیلات او در حوزه کامپیوتر و مدیریت است اما شغلش آموزش شطرنج در سطوح مختلف است و از این طریق کسب درآمد می‌کند.



علیرضا آهنگری، مربی شطرنج رعد؛

امیدوارم در آینده مریان خوبی از بین بچه‌های رعد داشته باشیم

وقتی کار در رعد را شروع کردم، متوجه استعدادهای خوبی در بین این بچه‌ها شدم

را بدست آوردم. بعد از پایان دوره لیسانس و قبل از شروع دوره کارشناسی ارشد، در کلاس‌های مربی‌گری شطرنج شرکت کردم و مدرک مربی‌گری درجه یک را به دست آوردم. قبلا در حوزه کامپیوتر کار می‌کردم ولی با توجه به علاقه‌ام به شطرنج و مربی‌گری، فعلا در این حوزه متمرکز هستم.

از چه طریقی با رعد آشنا شدید؟

آشنایی من با مرکز رعد از طریق مجموعه دیگری بود که با آنها کار می‌کردم. آنها به من پیشنهاد کردند که با رعد هم همکاری کنم. تا قبل از ارتباط با رعد، شناختی نسبت به معلولیت و افراد دارای معلولیت نداشتم ولی

از چه زمانی به شطرنج علاقمند شده و به عنوان یک حرفه به آن نگاه کردید؟

شطرنج را از پنج‌سالگی شروع کردم و به دلیل علاقه‌ای که به این رشته داشتم، در کلاس‌هایی آموزشی مختلفی شرکت کردم. در مسابقات دانش‌آموزی و کشوری بسیاری شرکت کردم و مدال‌هایی

لطفاً خودتان را معرفی کنید و بگویید از چه زمانی همکاری با مرکز رعد را شروع کردید؟
علیرضا آهنگری، مربی شطرنج مجموعه رعد هستم. حدود ۷ سال است که در حوزه شطرنج به عنوان مربی در رعد آموزش می‌دهم. من مربی شطرنج کودکان، نوجوانان و بزرگسالان هم هستم. از سال ۹۷ با رعد شروع به همکاری کردم که با شیوع بیماری کرونا مدتی در این ارتباط وقفه ایجاد و مجدداً برقرار شد. در رشته کامپیوتر و مدیریت، مدرک کارشناسی و کارشناسی ارشد را از دانشگاه تهران گرفتم. معلمی را از کودکی دوست داشتم و از دوران راهنمایی درس دادن به هم‌کلاسی‌هایم را شروع کردم.



وقتی کار در رعد را شروع کردم، متوجه استعدادهای خوبی در بین این بچه‌ها شدم. آن زمان هنوز کمیته معلولان در فدراسیون شطرنج راه‌اندازی نشده بود، این کمیته حدود یک‌سال است که در فدراسیون شطرنج راه‌اندازی شده‌است. هنوز در حوزه شطرنج افراد دارای معلولیت، افرادی که بتوانند با آنها کار کنند و آنها را به درجه مربی‌گری برساند بسیار کم است. البته در بین علاقمندان دارای معلولیت افرادی هستند که در دوره‌های مربی‌گری شرکت می‌کنند. امیدوارم آنها بتوانند به مربی‌گری در سطوح بالا برسند.

افراد دارای معلولیت می‌توانند در کلاس‌های مربی‌گری فدراسیون هم شرکت کنند؟

بله. فدراسیون شطرنج دوره‌های مربی‌گری داخلی و خارجی را بطور منظم برگزار می‌کند و هیچ محدودیتی برای شرکت کنندگان وجود ندارد. در فدراسیون شطرنج، دوره مربی‌گری خارجی (فیده) هم برگزار می‌شود که مدرک آن جهانی و بین‌المللی است. دوره‌های مربی‌گری داخلی قبلاً شامل؛ مربی مهد و مدارس، مربی درجه ۱، ۲ و ۳، مربی درجه ۱ بود که اکنون مربی مهد و مدارس حذف شده‌است. کارآموزان کلاس من، بعد از گذراندن یک دوره چند ماهه، به سطح مربی‌گری درجه ۳ می‌رسند. سیاست فدراسیون جهانی شطرنج، جذب حداکثری در این رشته است، بنابراین رسیدن به مربی‌گری درجه ۳، دشوار نیست. البته رسیدن به سطح مربی‌گری ۲ و ۱ نیاز به شرکت در مسابقات کشوری و جهانی دارد.

آیا مسابقات شطرنج افراد دارای معلولیت در مسابقات پارالمپیک برگزار می‌شود و یا بطور جداگانه است؟

مسابقات شطرنج معلولان جداگانه

وارد نشدن مربیان تخصصی در این حوزه، از چالش‌هایی است که در حوزه شطرنج افراد دارای معلولیت وجود دارد

در خرداد ماه امسال که دومین دوره مسابقات کشوری برگزار شد، حدود ۸۰ نفر از آقایان و ۱۰ تا ۱۵ نفر هم از بانوان در این مسابقات شرکت کردند. وقتی تعداد افراد شرکت‌کننده زیاد باشد، مسابقات زنان و مردان جداگانه برگزار می‌شوند ولی وقتی تعداد خانم‌ها کم باشد، تفکیک جنسیتی اعمال نمی‌شود. در مسابقات شطرنج دختران و پسران زیر ۸ سال در تهران در سال قبل، تعداد دختران ۱۲ نفر و تعداد پسران بیش از ۱۰۰ نفر بودند.

علت این تفاوت در تعداد دختران و پسران چیست؟ آیا علاقمندی به شطرنج در دختران کمتر از پسران است؟

به نظر من باوری که در جامعه وجود دارد که شطرنج، بازی پسرانه است دلیل این تفاوت است. گرچه در مسابقات شطرنج جهانی هم این تفاوت وجود دارد. ولی باید بگویم که موفقیت دختران هیچ‌وقت کمتر از پسران نبوده و نیمی از مدال‌هایی که شاگردان من تا به حال کسب کرده‌اند، توسط دختران بوده‌است. در مسابقات شطرنج زیر ۸ سال، زیر ۱۰ سال و زیر ۱۲ سال که در تهران برگزار شد، ۴ مدال طلا و ۵ برنز توسط دختران کسب شد. به دلیل تعداد کمتر بانوان نسبت به مردان، آنها راحت‌تر می‌توانند مقام کسب کنند.

چه چالشی در حوزه شطرنج افراد دارای معلولیت وجود دارد؟

به نظر من وارد نشدن مربیان تخصصی در این حوزه، یکی از چالش‌هایی است که در حوزه شطرنج افراد دارای معلولیت وجود دارد. شرایط تا قبل از تشکیل کمیته معلولان در فدراسیون شطرنج فرق می‌کرد، ولی حالا که این کمیته رسمیت یافته، باید مراکز برای تربیت مربیان تخصصی

برگزار می‌شود، ولی از این مسابقات در پارالمپیک بی اطلاع هستم. تا قبل از تشکیل کمیته معلولان در فدراسیون، این مسابقات فقط در سطح قاره‌ای و جهانی برگزار می‌شد ولی بعد از تشکیل کمیته معلولان در فدراسیون، این مسابقات در سطح کشوری هم برگزار می‌شود. به این دلیل که سطح مسابقات در رده‌های مختلف سنی برای افراد دارای معلولیت پایین‌تر از سطح مسابقات افراد تندرست است، امکان آوردن مقام در این مسابقات برای این افراد، خیلی بالا است.

مسابقات شطرنج نابینایان هم جداگانه و با حضور افراد نابینا انجام می‌شود. البته نابینایان در مسابقات عادی هم با حضور یک نفر به عنوان منشی در کنارشان می‌توانند شرکت کنند. اینکه امکان مسابقات شطرنج برای افراد دارای معلولیت در سطح کشوری و در سطح جهانی وجود دارد، فرصت خیلی خوبی است.

تا به حال چند دوره مسابقات کشوری برای افراد دارای معلولیت برگزار شده است؟

تا به حال دو دوره مسابقات شطرنج معلولان کشوری برگزار شده‌است. یکی از آنها در سال قبل بود که به دلیل اطلاع‌رسانی محدود، تعداد کمی در آن شرکت کردند. ولی



اینجاست که آن احساس مسئولیت اجتماعی و علاقمندی به کار در حوزه شطرنج افراد دارای معلولیت اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. من از روی علاقه به آموزش شطرنج و تدریس، وارد این مجموعه شدم و درآمد از این مجموعه، اهمیت چندانی برایم ندارد ولی برای دعوت به کار مربیان سطوح بالاتر باید هزینه بیشتری پرداخت شود. امیدوارم دیگران هم بر حسب مسئولیت اجتماعی خود به این موضوع توجه بیشتری کنند.

آیا قرار هست که از بین کارآموزان رعد تیمی در ورزش شطرنج شکل بگیرد؟

قصد داریم مسابقاتی را هم خارج از محدوده رعد برگزار کنیم. به این صورت که برای شرکت در مسابقات شطرنج، از افراد داخل و از خارج رعد فراخان دهیم و از همه علاقمندان بخواهیم که در این مسابقات شرکت کنند. در سال ۱۴۰۰، چنین مسابقه‌ای برگزار شد و عباس عباسی در مسابقات داخلی رعد اول شد. عباس، علاقمندی و توانایی‌های زیادی در شطرنج دارد و می‌تواند به قهرمانی در سطوح بالاتر هم برسد. قرار است با همکاری دفتر آموزش رعد در آبان یا آذر ماه سال جاری، مسابقه‌ای

افراد با استعدادی داریم که به دلیل مشکلات رفت و آمد نمی‌توانند در کلاس‌ها حاضر شوند و این رشته را ادامه دهند

که لازم است مراکزی مثل رعد فکری به حال آن کنند. همان‌طور که باید بستر مسابقات شطرنج افراد دارای معلولیت در فدراسیون شطرنج هموارتر شود، لازم است بستر حضور این افراد در کلاس‌ها هم تسهیل شود. خوشبختانه کلاس‌های رعد رایگان است، ولی هزینه رفت و آمد بچه‌ها به رعد بسیار بالاست. شاید بزرگ‌ترین چالش افراد دارای معلولیت، همین باشد. از طرفی شطرنج رشته کم‌هزینه‌ای نیست. شاید استفاده از مربیان درجه ۳ برای شروع کار مناسب باشند، ولی در دوره‌های پیشرفته نیاز به مربیان در سطح بالاتر و با دستمزد بیشتر است.

در این رشته برای افراد دارای معلولیت ایجاد شود. رعد محیط خوبی برای تربیت مربیان در این حوزه است. با علاقه و پیگیری که در کارآموزان رعد وجود دارد، امیدوارم که در سال‌های آینده مربیان خوبی از بین بچه‌های رعد داشته باشیم. عباس عباسی یکی از بچه‌های رعد است که استعداد و پشتکار خوبی در حوزه شطرنج دارد و موفق به گرفتن مدال شده است. عباس از بهترین کارآموزان کلاس من در رعد است. او در مسابقاتی که در رعد برگزار شد، مقام آورد و توانایی آن را دارد که در مسابقات کشوری هم مقام بیاورد. عباس مربی ورزش بوچیا هم هست و مایل است تا مراحل قهرمانی شطرنج را هم ادامه دهد.

چند نفر در کلاس‌های شما شرکت می‌کنند؟

شرکت‌کنندگان کلاس‌های من بعد از کرونا کمتر شدند. تعدادی سرکار رفته و شاغل شده‌اند و تعدادی هم به دلیل مشکلات رفت و آمد قادر به شرکت در کلاس نیستند. بچه‌های با استعدادی داریم که به دلیل مشکلات حمل و نقل نمی‌توانند در کلاس‌ها حاضر شوند. سرویس رفت و آمد برای افراد دارای معلولیت چالش مهمی است



در رعد برگزار کنیم. البته محدوده این مسابقه، به ظرفیت و سیاست رعد بستگی دارد که فراخوان در سطح تهران باشد یا در سطح کشوری.

چند روز در هفته و چه کلاس‌هایی را در مرکز رعد برگزار می‌کنید؟

هفته‌ای یک یا دو جلسه در رعد کلاس دارم. یکی از آنها برای علاقمندان در سطح پایه‌ای شطرنج است و دیگری برای کارآموزانی در سطوح بالاتر و در سطح مسابقه‌ای. شطرنج الگوهایی دارد که هنر من این است آنها را به بچه‌ها آموزش دهم. یک سری ابزارهای الکترونیکی و تمرین‌ها و کتاب‌هایی هم وجود دارند که به یادگیری شطرنج کمک می‌کنند. سعی دارم آموزش‌ها را بطور عملی به بچه‌ها یاد دهم که نیاز است آنها هم تمرین و تکرار کنند. سعی دارم کاری کنم که تمرین‌ها را با علاقه انجام دهند تا احساس خستگی نکنند.

چند نفر از بچه‌ها در کلاس‌های شطرنج رعد شرکت می‌کنند؟

در ترم پیش، ده نفر ثبت‌نام کردند ولی کلاس‌ها با شش تا هشت نفر تشکیل شد. این کاهش نفرات گاهی به دلیل تداخل کلاس‌ها با هم و گاهی هم به دلیل مشکل سرویس‌های رفت و آمد کارآموزان بود. قبلا در رعد دو مربی بودیم یکی من و دیگری، آقای سربالوند. هم در کلاس من و هم در کلاس ایشان، حدود ده تا دوازده کارآموز شرکت داشتند. ایشان از مربیان دارای معلولیت هستند که در کلاس‌های مربیگری با هم آشنا شدیم و الآن در مجموعه کهریزک فعال هستند.

هر ترم آموزش شطرنج چه مدت طول می‌کشد؟

شطرنج انتهایی ندارد که بگویم چند ترم برای آموزشش لازم

همان طور که باید بستر مسابقات برای افراد دارای معلولیت در فدراسیون شطرنج هموار شود، لازم است بستر حضور این افراد در کلاس‌ها هم تسهیل شود

می‌فرستیم. مربیان، جدا از مدرک درجه ۳ که دارند، در دوره‌های تربیت مربی که در مجموعه خود داریم هم شرکت می‌کنند تا بتوانند وارد بازار کار شوند. عموماً به شغل مربی‌گری شطرنج به عنوان یک کار پاره‌وقت نگاه می‌کنند که بیشتر توسط بانوان خانه‌دار و دانشجویان انجام می‌شود ولی این شغل برای من تمام وقت است و من از درآمد خود راضی هستم. البته به عنوان یک کار پاره‌وقت هم می‌توان از آن درآمد کسب کرد.

شما به عنوان کسی که هم با افراد دارای معلولیت و هم جامعه تندرست کار می‌کنید، نقش آموزش شطرنج را در بالا بردن توانمندی افراد چگونه ارزیابی می‌کنید؟

اگر فواید بازی شطرنج را در اینترنت جستجو کنید، متوجه فواید این رشته ورزشی می‌شوید. می‌بینید که به پنج یا شش مورد مثل؛ بالابردن قدرت ذهن، افزایش قدرت تصمیم‌گیری، تمرکز بالا و... اشاره می‌کند.

بازی‌های استراتژیک مثل شطرنج، اثراتش را در زندگی افراد نشان می‌دهد و یکی از مهم‌ترین تاثیراتش شاید بالابردن مهارت انتخاب در موارد مختلف باشد. مهارت شطرنج به عنوان یک توانایی در افراد دارای معلولیت، هم می‌تواند در دید افراد جامعه نسبت به آنها تاثیر بگذارد و هم دید آنها را نسبت به توانایی خودشان مثبت‌تر کند. علاوه بر آن شطرنج در افراد با درصد معلولیت بالاتر، به نوعی تفریح فکری است که می‌تواند اوقات فراغت آنان را بهینه‌سازی کرده و توانایی ذهنشان را پرورش دهد. امیدوارم کلاس‌های شطرنج رعد با قوت و با حضور تعداد بیشتری از علاقمندان ادامه پیدا کند.

است؟ هر ترم بسته به سن، سبک و علاقه شرکت‌کنندگان متفاوت است. در مجموعه رعد، سه سطح متفاوت داریم که همه در یک کلاس شرکت دارند و این فشار کار مربی را زیاد می‌کند. در شطرنج کلا چهار سطح داریم که شامل؛ نوآموزآمدگی، مقدماتی، متوسط و پیشرفته است. نوآموز آمدگی، معمولاً سه ترم هشت جلسه‌ای است. سطح مقدماتی شش ترم، سطح متوسط هم شش ترم و سطح پیشرفته هم سطحی است که افراد به مسابقات اعزام می‌شوند. این روال کار است. ولی گاهی افراد زودتر از سه ماه از نوآموز آمدگی وارد مقدماتی می‌شوند و گاهی هم بسته به افراد، زمان بیشتری وقت لازم است. من شاگردی دارم که یک و نیم سال در همان شش ترم سطح مقدماتی باقی مانده و فردی هم دارم که در طول یک‌سال از نوآموزآمدگی، به پیشرفته رسیده است.

آیا می‌توان به مربیگری شطرنج به عنوان یک شغل نگاه کرد؟

من نزدیک به ۷ سال است که شغلم مربی‌گری شطرنج است که اصلاً کار راحتی هم نیست. من در آموزشگاه خودم با مدارس و مجموعه‌های مختلف قرارداد می‌بندم و برایشان مربی





حبیبه یوسفی، متولد سال ۶۴ است. او از نوجوانی علاقمند به داستان‌نویسی و ادبیات بود. دکتر یوسفی بعد از فارغ‌التحصیلی در رشته مهندسی عمران، به دنبال علاقه‌اش که ادبیات بود رفت و در رشته ادبیات از دانشگاه علامه طباطبایی دکترای گرفت. او در همکاری با برنامه‌های اجتماعی تلویزیون، با حوزه معلولیت آشنا شد و در این حوزه فعالیتش را ادامه داد.

در گفت‌وگو با دکتر حبیبه یوسفی، فعال حوزه معلولیت؛

تغییر نگرش جامعه از تغییر تفکر افراد دارای معلولیت نسبت به خودشان شروع می‌شود

حوزه افراد دارای معلولیت از موضوعات جدی اجتماعی بود که در برنامه‌های تلویزیونی مثل "ماه‌عسل" با آن پرداخته می‌شد. تاکید این برنامه توجه ویژه به افراد توانمند دارای معلولیت و جانبازان بود. از سال ۹۴ تا ۹۷ در برنامه "ماه‌عسل" و بعد از آن در برنامه "عصر جدید" افراد دارای معلولیت موفق معرفی و با آنها گفت‌وگو می‌شد. موضوع معلولیت به یکی از دغدغه‌های زندگی تبدیل شد. مثلاً در برنامه "ماه‌عسل" با آرش رزقی بارز که با وجود معلولیت شدید، طراح بسیار موفقی بود آشنا شدم. در برنامه "مثل ماه" میزبان مصطفی شریعتی بودم که دنیای دیگری داشت. او فردی است که از ناحیه دو دست و دو پا دارای معلولیت است، ولی از نقاشان بزرگ بین‌المللی است. مصطفی ازدواج کرده و دارای سه فرزند است. در جواب من

ابتدا به عنوان روزنامه‌نگار و بعد به عنوان سردبیر برنامه‌های تلویزیونی با این حوزه آشنا شدم، موضوع معلولیت از آن به بعد به یکی از دغدغه‌های زندگی تبدیل شد

مراکز بهزیستی و شیرخوارگاه‌ها، مراکز نگهداری معلولان و جانبازان و اداره پلیس و آگاهی می‌رفتم و خواندن پرونده و دیدن مستندات، بخشی از زندگی من شد.

اشاره کردید که در حوزه افراد دارای معلولیت هم فعالیت داشتید. در این مورد بیشتر توضیح دهید؟

خودتان را معرفی کنید و در مورد فعالیت‌هایتان بگویید؟

حبیبه یوسفی، متولد سال ۶۴ هستم. من از نوجوانی علاقمند به داستان‌نویسی و ادبیات بودم ولی بر خلاف میل و تحت تاثیر جو مدرسه در رشته ریاضی دیپلم و در رشته مهندسی عمران لیسانس گرفتم. بعد از آن به دنبال علاقه شخصی‌ام که ادبیات بود رفته و در رشته ادبیات با پایان‌نامه‌ای در حوزه ادبیات رسانه از دانشگاه علامه طباطبایی دکترای گرفتم. با داستان‌نویسی وارد مطبوعات شدم و با روزنامه‌ها و نشریات مختلفی کار کردم. پس از آن به تلویزیون دعوت شدم و به عنوان برنامه‌ساز و سردبیر در برنامه‌های گفت‌وگو محور اجتماعی مثل؛ "سیمای خانواده"، "ماه‌عسل"، "مثل ماه" و برنامه‌های دیگر همکاری کردم. به زندان‌ها، به



که پرسیدم؛ آیا همسر شما سالم است، گفت: اگر منظور از سالم بودن ارتفاع دست و پا است، بله دست و پای او از من بلندتر است! او در ادامه صحبت به نکته جالبی اشاره کرد و گفت: از کجا معلوم که چون افرادی مثل شما، چون تعدادتان بیشتر است، خلقت درست هستتید، شاید خلقت درست افرادی چون من باشند ولی چون تعدادمان کمتر است، این تفاوت برای ما نقص تلقی می‌شود. او ادامه داد: شما چکار می‌کنید که من انجام نمی‌دهم؟ تو غذا می‌خوری، راه می‌روی، هواپیما سوار می‌شوی، فکر می‌کنی، ازدواج می‌کنی، بچه‌دار می‌شوی و من هم همه اینکارها را می‌کنم. کدامیک از این کارها را نمی‌توانم انجام بدهم؟ بسیار با هم بحث و گفت‌وگو داشتیم و من خیلی از او یاد گرفتم. یکی از افراد دیگری که من را با حوزه معلولیت بیشتر آشنا کرد و به من یاد داد که معلولیت یک ویژگی و یک تفاوت مثل رنگ چشم است، خانم دکتر بهار آذر، موسس مدرسه آفتاب بود. ایشان به من آموخت که اگر هر کدام از ما ویژگی‌ها و خصوصیات منحصر به فرد خود را بپذیریم، می‌توانیم پیشرفت کنیم. حرف ایشان مثال یکی از اساتیدم در کلاس کارگردانی را به یادم آورد درباره بازیگر مطرح و موفقی که با قد کوتاهش وارد حوزه بازیگری شد. او چون کوتاه قدی خود را پذیرفته بود، نقش‌های متناسب با قدش را بازی کرد و درخشید و سوپرستار شد. بعد از آن دیگر کسی او را با ویژگی ظاهریش نمی‌شناسد، با بازی‌های درخشانش می‌شناسد. در یکی از مصاحبه‌هایم، با آقای رحیم عظیمی که در زمان بچگی به دلیل برق‌گرفتگی دو دستش قطع شده بود صحبت کردم. او هم از وقتی پذیرفت که دست ندارد، پاهایش را قوی و نقاشی با پا را شروع کرد. این هنرمند نقاش آنقدر پیشرفت کرد که در نقاشی تذهیب، با سایر هنرمندان رقابت می‌کند و مورد توجه استاد فرشچیان است.

شما چه عاملی را در تغییر نگرش افراد دارای معلولیت نسبت به خود و تغییر

در جواب من که پرسیدم آیا همسر شما سالم است، گفت: اگر منظور از سالم بودن ارتفاع دست و پا است، بله دست و پای او از من بلندتر است!

نگرش جامعه نسبت به توانمندی‌های آنها موثر می‌دانید؟

به نظرم تغییر نگرش باید از خود فرد دارای معلولیت شروع شود. این افراد باید با پذیرش شرایط جسمانی و ویژگی‌های خود با جامعه تعامل کرده و روی توانایی‌هایشان، تمرکز کنند. آنها نباید منتظر تغییر نگرش در جامعه نسبت به خودشان بمانند. وقتی با بچه‌های تحت سرپرستی بهزیستی که در مراکز نگهداری زندگی می‌کنند صحبت می‌کردم، متوجه خشم در آنها شدم که به نوعی از همه مطالبه داشتند و توقع داشتند درک شوند، درحالی که هرگز حاضر نبودند درباره وضعیت خود صحبت کنند. به نظرم تا خود شخص شرایط خود را شجاعانه نپذیرد، تغییر در جامعه اتفاق نمی‌افتد. تا وقتی خودشان این نوع نگاه را تغییر ندهند، نمی‌توانند از جامعه توقع داشته باشند. علاوه بر این معتقدم بعضی از معلولیت‌ها، در ظاهر دیده می‌شوند و افراد در مواجهه با آن عکس‌العمل نشان می‌دهند در صورتی که بسیاری از معلولیت‌ها مثل معلولیت عاطفی، معلولیت ناشی از سوگ، طلاق و جدایی، بی‌مهری، افسردگی و یا اعتیاد چون در ظاهر دیده نمی‌شوند، کسی هم نسبت به آنها عکس‌العمل نشان نمی‌دهد. اگر همه افراد مشکل خود را بپذیرند، یا به طرف حل آن رفته و یا با آن سازگاری کرده و به زندگی‌شان ادامه می‌دهند. مثلاً من اگر بپذیرم که افسرده هستم، یا آن را درمان می‌کنم و یا به خودم حق می‌دهم که به

دلایلی افسرده باشم. واقعا گاهی باید به خودمان برای ناراحتی از ناتوانی‌هایمان حق بدهیم و بعد آن را بپذیریم. من اگر معلولیت دارم باید به خودم حق بدهم که از بالا رفتن از پله ناراحت شوم. من نباید به خاطر غمی که دارم، بخاطر معلولیتی که دارم و یا بخاطر نقصان و کمبودی که در زندگی‌ام پیش آمده، دچار عدم اعتماد به نفس شوم. من مانند خیلی از دوستان با کلماتی چون؛ روشنند و توانیاب و ... مشکل دارم. چرا باید به یک فرد نابینا بگوییم روشن‌دل ی و یا به کسی که معلولیت دارد بگوییم توانیاب. نابینایی و معلولیت یک ویژگی است، چرا با تغییر کلمه در صدد کتمان این ویژگی باشیم و یار معنایی بد به کلمه بدهیم. کلمه نابینا یا معلول چه اشکالی دارد؟ کسی که نمی‌بیند، نابیناست و نابینایی یک ویژگی است. چرا واژه‌ها را به بازی می‌گیریم؟ به نظر من یکی از بزرگ‌ترین جنایتکاران دنیا، ادبا هستند که با عوض کردن کلمات، به بعضی از آن‌ها وجهت داده و از بعضی وجهت می‌گیرد. کلمات بار دارند، باید بار کلمات را پذیرفت و با آن مواجه شد. البته جامعه ما در برقراری عدالت اجتماعی بسیار نقص دارد. دلیل این که افراد دارای معلولیت را در جامعه نمی‌بینیم، مناسب نبودن محیط‌های شهری است. یکی از کارهایی که موسسه بهشت امام رضا با کمک آقای اصلانی انجام داد و من به عنوان مدیر روابط عمومی این مرکز به آن افتخار می‌کنم، طراحی عروسک‌هایی با معلولیت است. در این مرکز این سوال را مطرح کردیم که چرا مدیران شهری هیچ درکی از معلولیت ندارند؟ یک دلیلش این است که اسباب‌بازی‌های بچگی همه افراد، شبیه هم بوده‌است. همه ما اسباب‌بازی‌های بی‌نقص و کاملی داشتیم و در ناخودآگاه هیچکدامان درکی از معلولیت شکل نگرفته‌است. ما هرگز یک عروسک معلول ندیده‌ایم، حتی در ویتترین مغازه‌ها هم چشم ما چنین چیزی را ندیده‌است. اگر هر بچه‌ای یک عروسک معلول داشته‌باشد و یا حداقل در ویتترین مغازه‌ها آن را



ببیند، در ناخودآگاهش چنین درکی ایجاد می‌شود که بخشی از جامعه، این شکلی هستند. بچه‌هایی که به زودی در مقام تصمیم‌گیران اجتماعی می‌توانند فضای بهتری برای معلولین ایجاد کنند.

به نظر شما مشکل کجاست و برای رفع این مشکلات از کجا باید شروع کرد؟

به نظر من باید از آموزش شروع کرد. مشکل اصلی ما، فقر، معلولیت و اعتیاد نیست، مشکل اصلی در کشور ما، آموزش است. وقتی یاد نگرفتیم که افراد دارای معلولیت، بخشی از جامعه هستند، یاد نگرفته‌ایم چگونه با یک فرد دارای معلولیت رفتار درستی داشته باشیم، یاد نگرفته‌ایم تا وقتی فردی که معلولیت دارد خودش از ما کمک نخواست، لزومی ندارد به او کمک کنیم، یاد نگرفته‌ایم که نباید از او در مورد معلولیتش سوال کنیم، تا وقتی این موارد را رعایت نمی‌کنیم، فاصله این افراد از جامعه بیشتر می‌شود. عدم وجود مناسب‌سازی محیطی فقط یکی از موارد فاصله گرفتن افراد دارای معلولیت از جامعه است، برخورد نامناسب از طرف مردم به ظاهر سالم هم یکی از دلایل انزوای این افراد است. چون رفتار صحیح را بلد نیستیم، او هم احساس تفاوت از بقیه را می‌کند. علت این که این ده درصد جمعیت را در جامعه کمتر می‌بینیم، جای خالی آموزش و نبودن شرایط مناسب برای

مانند خیلی از دوستان با کلماتی چون؛ روش‌نند و توانیاب و... مشکل داریم. چرا باید به یک فرد نابینا بگوییم روشن دل و یا به کسی که معلولیت دارد بگوییم توانیاب. نابینایی و معلولیت یک ویژگی است، چرا با تغییر کلمه در صدد کتمان این ویژگی و بد تلقی کردن آن باشیم

حضورشان است. خود این افراد هم برای پذیرش شرایط خود و مستقل زندگی کردن آموزش ندیده و انتظار حمایت از اطرافیان را دارند. در حالی که او هم باید یاد بگیرد که با وجود معلولیت، زندگی خود را مدیریت کند، درس بخواند، مهارتی یاد بگیرد و به استقلال اقتصادی برسد. اگر این فرد بدون خود کم‌بینی و بدون انتظار بیجا از دیگران به استقلال برسد هم تغییر نگرش نسبت به توانایی‌های خودش ایجاد می‌شود و هم تصور جامعه نسبت به او تغییر می‌کند.

این آموزش‌ها در کجاها باید ارائه شوند؟

آموزش‌های مدرسه‌ای و رسانه‌های جمعی در تغییر باورها و رفتارها بسیار نقش دارند. جای اصلی این آموزش‌ها

از مهدکودک و مدرسه است. نه فقط در حوزه معلولیت، بلکه در کلیه حوزه‌ها نیاز به آموزش داریم. در مصرف انرژی، در اهمیت به محیط زیست و در مورد بسیاری از موارد دیگر نیاز به آموزش داریم. بیشترین انرژی را مصرف می‌کنیم، بیشترین زباله را تولید می‌کنیم و در خیابان و در محیط زیست رها می‌کنیم. بیشترین ایجاد معلولیت را در تصادفات جاده‌ای و شهری داریم. تنها راه تغییر نگرش در مورد معلولیت، آموزش است. آموزش دو مدل است، یک مدل آموزش‌های پایه‌ای است که باید از کودکی و در ناخودآگاه کودک شکل بگیرد، یک مدل هم آموزش هیجانی است. رسانه در آموزش هیجانی نقش دارد. نقدی که بر برنامه ماه‌عسل مطرح می‌شد، این بود که می‌گفتند، این برنامه با احساسات مردم بازی می‌کند. درحالی‌که نقش هنر، نقاشی، سینما و... ایجاد احساسات درست و فرهنگ‌سازی و تغییر نگرش در جامعه است. همه هنرها مثل؛ نقاشی، خطاطی و موسیقی، سینما و غیره احساسات افراد را تحریک می‌کنند. همانطور که در ادبیات از احساسات افراد استفاده می‌شود، در هنر تصویر هم از احساسات افراد استفاده می‌شود. نتیجه برنامه‌های تلویزیونی که به موضوع معلولیت می‌پرداخت، تغییر نگرشی بود که نسبت به معلولیت به تدریج ایجاد شد. البته افراد دارای معلولیت هم باید



آموزش ببینند که شرایط خود را پذیرفته و با توجه به شرایطشان تلاش کرده و پیشرفت کنند. افراد دارای معلولیت بسیاری که درس خوانده و بسیار موفق و درخشان شده‌اند را داریم.

نقش سیاست‌گذاران و مسئولان در این میان چگونه است؟

سیاست‌گذاران و مسئولان هم در این موارد باید آموزش ببینند. اگر رسانه‌ها فعال باشند و روی این موضوعات کار کنند، مسئولان هم مجبور به اصلاح و مداخله می‌شوند. مثل اتفاقی که در مورد اعدام کودکان زیر ۱۸ سال افتاد. فیلم‌ها و مستندهای زیادی در مورد اعدام کودکان زیر ۱۸ سال ساخته شد و اثراش را در جامعه و در حوزه‌های قانونگذاری گذاشت. وقتی مردم نسبت به این مسئله حساس و آگاه شدند، به مسئولان هم فشار آمد و قانون اصلاح شد. هیچ تغییری در جامعه ناگهانی اتفاق نمی‌افتد، تغییرات اجتماعی نیاز به استمرار و فرهنگ‌سازی دارد. همانطور که گفتم رسانه‌ها در بحث آموزش هیجانی نقش زیادی دارند و می‌توانند در اصلاح و ارتقای فرهنگ جامعه نقش داشته باشند ولی آن بخشی از آموزش که در ناخودآگاه افراد نهادینه می‌شود باید از مدارس شروع شود. اگر یک نسل درست شود، نسل‌های بعدی هم خود به‌خود درست می‌شود. آموزش مشکل اصلی جامعه است که در همه حوزه‌های اجتماعی، سیاسی و فرهنگی کارکرد دارد.

چه برنامه‌های برای آینده خود دارید؟

هر جا که احساس کنم کاری از دستم بر بیاید با تمام وجود فعالیت می‌کنم. من در حوزه‌های مختلف اجتماعی از جمله کودکان کار فعالیت دارم. حوزه معلولیت هم یکی از این موضوعات مورد توجهم است. البته معلولیت را یک ویژگی می‌دانم، نه یک معضل. موضوعی که خیلی جدی درگیر آن هستیم، آموزش دانش‌آموزان

اگر این افراد بدون خودکم‌بینی و بدون انتظار بیجا از دیگران به استقلال برسند، هم تغییر نگرش نسبت به توانایی‌ها در خودشان ایجاد می‌شود و هم تصور جامعه نسبت به آنها تغییر می‌کند

که مستقل و فعال زندگی کند. معلول واقعی به نظرم همین افرادی هستند که منفعل شده و همیشه دست نیاز به طرف دیگران دراز می‌کنند. انجمن‌های موجود با پیشرفت تکنولوژی باید بتوانند سیستم یک‌پارچه‌ای ایجاد کنند که با وارد کردن کد ملی مشخص شود که افراد از کدام انجمن کمک می‌گیرند. به نظرم انجمن‌ها به جای تعارض با یکدیگر و موازی کاری، بهتر است دست به دست هم داده و هم افزا شوند تا اتفاقات بهتری شکل بگیرد.

و سخن آخر:

اگر بخواهم از تجربه اجتماعی خود بگویم باید به تمام سال‌هایی که افتخار شرکت در برنامه‌های گفت‌وگو محور جدی در تلویزیون را داشتم اشاره کنم. در این برنامه‌ها شانس این را داشتم که قصه‌های زیادی را گوش کنم و با افراد منحصر به فرد زیادی آشنا شوم. می‌توانم بگویم افرادی شاخص می‌شوند که در موقعیت‌های بغرنج زندگی، شبیه خودشان عمل می‌کنند. یعنی در زندگی سعی نمی‌کنند شبیه شخص دیگری باشند. آدم‌هایی که شبیه خودشان هستند، منحصر به فرد، تماشایی و دوست داشتنی هستند. شاخص زیبایی نه تنها در جاهای مختلف دنیا مختلف است که به مرور زمان هم تغییر می‌کند. یک روز افراد، پوست سرخ و سفید دوست دارند و یک روز پوست برنزه را. ولی برای این که یک فرد زیبایی واقعی داشته‌باشد، کافی است که شبیه خودش باشد. بچه‌های ما چه دارای معلولیت باشند و چه هر ویژگی دیگری داشته‌باشند، بهتر است شبیه خودشان زندگی کنند. شبیه خود بودن همیشه باعث زیبایی و محبوبیت می‌شود و فرد را منحصر به فرد می‌کند. این بهترین اتفاقی است که هر کسی برای زندگی خود می‌تواند رقم بزند.

است که مایلم بیشتر بر آن تمرکز کنم. متأسفانه از زمانی که سیستم آموزشی مدارس کیفی شدند و بچه‌ها به جای نمره، خوب، خیلی خوب و قابل قبول گرفتند، می‌بینیم که دانش‌آموزان حتی از لحاظ خواندن و نوشتن هم مشکلات جدی پیدا کرده‌اند بطوری که دانش‌آموز کلاس چهارم در بعضی مناطق حتی اسم خودش را نمی‌تواند بنویسد. بیسوادی خطر جدی نسل بعدی است.

با کدام انجمن‌های در ارتباط هستید؟

من دوردور با انجمن‌هایی که در حوزه آموزش هستند ارتباط دارم و خیلی علاقه دارم کاری را در این حوزه انجام دهم. علاوه بر انجمن بهشت امام رضا که مستقیم در آن فعالیت دارم با انجمن ارفک در حوزه کودکان کار و مجموعه راه ایمان در حوزه آموزش ارتباط دارم. ما حدود ۵۰ هزار انجمن و ان جی او داریم که با وجود راه افتادن شبکه ملی انجمن‌ها در سال‌های اخیر، هنوز ارتباط تنگاتنگی میان آنها شکل نگرفته‌است. مثلاً یک نفر از ده انجمن، مثل بهزیستی، کمیته امداد و ... کمک می‌گیرد، و یک نفر هم در مناطق دورافتاده، از هیچ کجا کمکی دریافت نمی‌کند. البته فردی که بیشتر به او کمک می‌شود بیشتر آسیب می‌بیند، چون یاد نمی‌گیرد



اعظم مهدی‌زاده، ورزشکار و فعال اجتماعی در حوزه افراد دارای معلولیت است. او ورزش را از دوران نوجوانی شروع کرد و در رشته‌های مختلف به قهرمانی رسید. مهدی‌زاده از اولین زنان دارای معلولیتی بود که شنا را در حد قهرمانی دنبال کرد. او از بنیانگذاران هیات‌های ورزشی بانوان دارای معلولیت در تهران است. این ورزشکار حرفه‌ای، در سال ۸۸ ازدواج کرد و ملاکش برای ازدواج همفکری و همراهی همسرش بود. با این بانوی ورزشکار و فعال مدنی به گفت‌وگو نشستیم.



اعظم مهدی‌زاده، بنیانگذار هیات ورزشی بانوان معلول و جانباز و فعال مدنی؛

اولین زن دارای معلولیت بودم که آموزش شنا دیدم و به قهرمانی رسیدم

در آن سال‌ها که ورزش زنان و مردان جدا از هم نبودند، زیر نظر یک مربی مرد در رشته بسکتبال آموزش دیدم و بسکتبال با ویلچر و تنیس روی میز را ادامه دادم. در بین افرادی که بسکتبال با ویلچر کار می‌کردند، شاید تنها کسی بودم که به خاطر علاقه زیادی که به این رشته ورزشی داشتم، آن را ادامه دادم. مدتی به دلیل جراحی‌های مداوم مجبور به فاصله گرفتن از ورزش شدم ولی دوباره شروع کردم. در سال ۱۳۶۰، ورزش مردان و زنان از هم جدا و اداره ورزش و معاونت ورزش بانوان، در خیابان حجاب راه‌اندازی شد. در آن زمان با من تماس گرفته و پیشنهاد مدیریت هیات ورزشی بانوان جانباز و معلول را به من دادند. در همان سال هیات ورزشی بانوان معلول و جانباز استان تهران را راه‌اندازی کردم. از آنجا که از قبل از انقلاب به اتفاق

آن زمان کار با ورزش برای دختران با مشکلات فراوانی روبه‌رو بود و من علاوه بر دست و پنجه نرم کردن با این مشکلات، معلولیت هم داشتم

آموزش‌هایی مثل؛ الکترونیک و برق و خیاطی و نقاشی و... را آموزش می‌داد. این مرکز مناسب‌سازی شده بود و سرویس رفت و برگشت داشت. در این مرکز دوره برق و الکترونیک را گذراندم و مدرک گرفتم. همانجا بود که با افراد ورزشکار آشنا و به ورزش علاقمند شدم و فعالیت ورزشی خود را آغاز نمودم.

خودتان را معرفی کنید و در مورد فعالیت‌هایتان برایمان بگویید؟
اعظم مهدی‌زاده، متولد سال ۱۳۴۱، ورزشکار و فعال اجتماعی در حوزه افراد دارای معلولیت هستم. به دلیل ابتلا به فلج اطفال در کودکی، از ناحیه پا دچار معلولیت شدم.

دوران تحصیل را چگونه گذراندید؟
من در مدارس عادی درس خواندم. برادرم که مدرسه‌اش نزدیک مدرسه من بود هر روز مرا به مدرسه می‌برد و کمک می‌کرد تا از پله‌ها بالا روم. ولی به دلیل مشکلات بسیار در رفت و آمد، علی‌رغم علاقه به درس، مجبور به ترک تحصیل در سوم راهنمایی شدم.

بعد از ترک تحصیل چکار کردید؟
آن زمان در خیابان فداییان اسلام مرکزی به نام کورس وجود داشت که به افراد دارای معلولیت



سایر دوستان دارای معلولیت، جامعه معلولین ایران تاسیس شده بود، من در آنجا با جمع بیشتری از افراد آشنا شدم و در سال ۶۰، از تعدادی از بانوان علاقمند به ورزش دعوت به فعالیت ورزشی کردم.

ورزش آقایان دارای معلولیت هم در همان ایام راه افتاد؟

بله. هیات ورزش آقایان دارای معلولیت نیز جدا از ورزش بانوان، در همان زمان و با قوت بیشتر شکل گرفت.

ورزش بانوان دارای معلولیت با دو رشته بسکتبال با ویلچر و تنیس روی میز شروع به فعالیت کرد و با رشته های دیگری مثل؛ ویلچررانی و شنا گسترش یافت. من از اولین زنان دارای معلولیتی بودم که شنا را در حد قهرمانی دنبال کردم. فعالیت هیات های ورزشی بانوان دارای معلولیت بعد از تهران در شهرهایی چون؛ تبریز و شیراز و مشهد راه اندازی و به تدریج به استان های دیگر هم گسترش یافت. آن زمان منزل پدری من در خیابان هفده شهریور بود و برای رفتن به استخر در خیابان بیژن، بالاتر از میدان ونک، مجبور بودم با تاکسی رفت و آمد کنم. چون نمی خواستم هزینه ای به خانواده تحمیل کنم، سعی داشتم با کمترین هزینه علائقم را دنبال کنم. در آن ایام فعالیت شغلی و ورزشی برای دختران با مشکلات زیادی روبه رو بود و من علاوه بر دست و پنجه نرم کردن با این مشکلات، معلولیت هم داشتم که کار را برایم دشوارتر می کرد.

پس از راه اندازی هیات ورزشی بانوان دارای معلولیت چه فعالیت هایی را دنبال کردید؟

پس از راه اندازی هیات ورزشی بانوان دارای معلولیت استان تهران در سال ۶۰، رشته های مختلف ورزشی را راه اندازی کرده و ورزش نابینایان را هم تحت پوشش قرار دادیم. از آغاز، مسئولیت های مختلفی را از

از سال ۱۳۵۷ وارد عرصه ورزش شدم و در رشته تنیس روی میز و بسکتبال با ویلچر فعالیت ورزشی خود را آغاز کردم و در سال ۶۰ هیات ورزشی بانوان معلول و جانباز استان تهران را در اداره ورزش بانوان استان تهران بنیانگذاری نمودم

ریاست تا دبیری و نایب رئیسی، برعهده داشتم و چون بنیانگذار ورزش زنان دارای معلولیت بودم، بیشتر فعالیت ها را بردوش گرفتم. در دهه ۷۰ با حوزه ورزش سازمان بهزیستی هفته ای ۲ روز همکاری می کردم. فعالیت من به هیات تهران ختم نمی شد چرا که هروقت فدراسیون ورزش های جانبازان و معلولین برای امور ورزش نیاز به همکاری داشتند، به آنها نه نمی گفتم. حتی زمانی که دکتر سخنگوی مسئولیت معاونت توانبخشی بهزیستی کل را بر عهده داشتند و مسئول کلاس بندی ورزشکاران دارای معلولیت هم بودند، می گفتند: ورزش بانوان دارای معلولیت در تهران با نام تو شناخته می شود و اگر در این فدراسیون مسئولیتی داشته باشم، تندیس تو را در ورودی فدراسیون ورزش جانبازان و معلولین نصب خواهم نمود. من از دهه ۷۰، سه دوره عضو هیات مدیره جامعه معلولین ایران هم بودم ولی ترجیح دادم بیشترین تمرکز خود را در حوزه ورزش متمرکز کنم. با شکل گرفتن هیات ورزش بانوان تهران و افزایش رشته های ورزشی، مسابقات ورزشی را هم راه اندازی کردیم. فعالیت های ورزشی و برگزاری مسابقات ادامه داشت تا اینکه در سال ۸۴ بنا بر تصمیم دولت وقت، ورزش آقایان و بانوان در ساختار هیات ها و فدراسیون ها با هم ادغام شدند. تا آن زمان یعنی تا پیش

از بیست سال، ورزش بانوان دارای معلولیت را با ورزشکاران و مدیران زن در رده های مختلف حفظ کرده بودیم، به طوری که ورزش بانوان دارای معلولیت استان تهران همیشه مطرح بود و می درخشید. مجموعه بزرگی مثل "ورزشگاه بعثت" در زمان مدیریت بانوان تاسیس شد. اما از سال ۸۴ که ترکیب اداری ورزش بانوان و آقایان با هم ادغام شدند، حق بانوان به تدریج نادیده گرفته شد و هیات های ورزشی بانوان منحل شدند. اوج فعالیت ورزش زنان دارای معلولیت، تا سال ۸۴ بود. از آن به بعد این حوزه ورزشی با شرایط دشواری روبه رو شد و همه دستاوردهایی که با زحمت بسیار به دست آورده بودیم، از بین رفت. درست مانند فرزندی بود که بیست سال برایش زحمت کشیدیم و به سرانجامش رساندیم ولی فرد دیگری ادعای متولی گری اش را کرد. زمانی که مدیریت مجموعه بعثت در دست بانوان بود، در حالی که هنوز بحث مناسب سازی در سطح وسیع مطرح نشده بود، در بازدید از این مجموعه مواردی که از لحاظ دسترس پذیری به سالن ها و حتی خوابگاه فوق را رصد نمودم و به مدیریت وقت در آن زمان جهت رفع معضل مناسب سازی های لازم پیشنهادات خود را اعلام نمودم که پس از آن بیشتر موانع موجود کاملاً برطرف شد. بعد از این ادغام قرار شد که روسای هیات های بانوان در فدراسیون، نایب رئیس شوند. آن زمان خانم کرمزاده که از بانوان قهرمان بودند، رئیس هیات و من نایب رئیس بودم. پس از ادغام، خانم کرمزاده نایب رئیس و برای من به عنوان مسئول ورزش بانوان و مسئول فنی در هیات معلولان و جانبازان ابلاغ زدند!

شما در آن ایام در استخدام مرکز خاصی بودید؟

خیر. من در تمام این سال ها در حوزه ورزش معلولان بصورت



۸۲ که ده نفر از ما برای مسابقات خاورمیانه آفریقای جنوبی به کشور عمان اعزام شدیم. در این مسابقات ما را کلاس‌بندی کردند و به من کلاس ۳ در رشته تنیس روی میز را دادند. در این مسابقات مقام سوم تیمی تنیس روی میز و سوم انفرادی را بدست آوردم. در سال ۸۳ مسابقات پایتخت‌های اسلامی در تهران برگزار شد که بانوان دارای معلولیت هم در این مسابقات شرکت داشتند. من در این مسابقات مقام اول و دومی را کسب نمودم. در سال ۸۴ هم که مسابقات کشورهای اسلامی برگزار شد، مقام‌های اول و دوم را نیز کسب نمودم. بعد از ادغام ورزش بانوان و آقایان من در آخرین اردو در سال ۸۵ شرکت کردم و سپس از تیم ملی جدا شدم. چون فدراسیون تصمیم گرفت بدون برگزاری مسابقات انتخابی، دونفر را از کلاس پایین‌تر اعزام کنند. آنها یک نفر از بازیکنان شهرستانی که با هم در دو اردوی قبلی بودیم را بدون اینکه بین ما مسابقات انتخابی برگزار نمایند را به اردو دعوت و من را از مسابقات حذف کردند. از آن به بعد بیشترین وقتم را به مربی‌گری اختصاص دادم و ورزشکاران بسیاری را تربیت و به مرحله قهرمانی رساندم. معمولاً سرپرستی تیم‌هایی که به مسابقات اعزام می‌شدند را

وقتی باوری در خانواده نسبت به توانایی فرزند دارای معلولیت ایجاد شود، تغییر نگرش بوجود می‌آید

می‌کردم و هم در هیات، مسئولیت داشتم و بازیکن بودم و در رشته تنیس روی میز، مربی بودم. بقیه وقتم هم صرف ورزش می‌شد و عملاً فرصتی برای ادامه تحصیل نداشتم.

در مسابقات پارالمپیک هم شرکت کردید؟

در سال ۶۸ که اولین اعزام بانوان به پارالمپیک انگلیس برگزار شد، با وجودی که نفر اول تنیس روی میز در ایران بودم، تنها به دلیل اینکه مجرد بودم، فرد دیگری را به جای من اعزام کردند. این بدترین اتفاقی بود که برای من افتاد. اعتراض کردم و پای جرایم را به موضوع باز کردم ولی نتیجه‌ای نگرفتم. از آن زمان به بعد، مطالبه‌گر شدم. این جنجال ادامه داشت تا سال

داوطلبانه فعالیت می‌کردم. در سال ۱۳۶۶، اولین دوره مربی‌گری در چندین رشته برگزار شد. تا آن زمان هرچه بلد بودم را تجربی یادگرفته بودم ولی تصمیم گرفتم در این کلاس‌ها شرکت کرده و مدرک مربی‌گری بگیرم. در آن زمان کلاس‌های مربی‌گری در ورزشگاه آزادی برگزار می‌شد و من به همراه چند نفر از دوستان در کلاس‌ها شرکت و کارت مربی‌گری دریافت کردیم. ولی از میان آن دوستان تنها کسی بودم که فعالیت مربی‌گری را ادامه دادم. این کارت شامل مربی‌گری در رشته‌های؛ تنیس روی میز، بسکتبال، دومیدانی و بود. در چند دوره دیگر که کلاس‌های مربی‌گری برگزار شد، من به عنوان کمک مدرس، در این کلاس‌ها آموزش می‌دادم.

ادامه تحصیل هم دادید؟

یازده سال بعد از ترک تحصیل، بطور متفرقه امتحان دادم و دیپلم گرفتم. در کلاس‌ها به صورت مستمع‌آزاد شرکت می‌کردم. آقای شیخ‌فرایی که از دوستان قدیمی بودند در این زمینه کمک بسیاری به من کردند. بعد از دیپلم به دلیل مشغله فراوان نتوانستم ادامه تحصیل دهم. من تقریباً از سال ۵۷ مستقل شده‌بودم. هم در شرکتی کار



خودم برعهده می‌گرفتم تا حقی از ورزشکاران ضایع نشود. من تا سال ۹۷ به فعالیت خود در هیات ورزشی جانبازان و معلولین ادامه دادم و پس از آن با تغییر نایب رئیس وقت بانوان، از هیات خارج شدم. از سال ۷۰ در اداره ورزش شهرداری شروع به کار کردم. در همین سال مدیر یکی از مناطق تصمیم گرفته بود مسابقاتی برای ورزشکاران دارای معلولیت برگزار کند و من به عنوان مربی در این حوزه مشغول به کار شدم. شهرداری مسابقاتی برگزار و جوایزی هم به برندگان اهدا می‌کرد. بعد از مدتی قرار شد به عنوان دبیر ورزش در سازمان ورزش شهرداری ادامه فعالیت دهم. در آن دوران سه دوره جشنواره و مسابقه برای افراد دارای معلولیت برگزار کردیم و جوایزی هم به برندگان دادیم. آن زمان من به عنوان رئیس انجمن بانوان دارای معلولیت سازمان ورزش شهرداری حکم گرفتم و شروع به گسترش رشته‌های ورزشی کردم. در همین دوران، ورزش بوچیا را هم به رشته‌های موجود اضافه کردم. در سال ۹۷ مدرک لیسانس خود را در رشته مدیریت فرهنگی ورزشی از دانشگاه علمی کاربردی رعد دریافت نمودم.

چه زمانی فعالیت خود را در حوزه گردشگری شروع کردید؟

بعد از تاسیس جامعه معلولین در سال ۵۹، من به همراه سایر دوستان در بحث گردشگری معلولان فعال شدیم. آن زمان غذای سبکی تهیه و بچه‌هایی از کهریزک را مثلا به توچال یا یک فضای گردشگری دیگر می‌بردیم. این فعالیت‌ها کاملا خود جوش بود. چون مدتی به عنوان مربی تنیس روی میز، افراد دارای معلولیت آسایشگاه کهریزک را آموزش می‌دادم با آنها در ارتباط بودم. زمانی هم که مسئولیت کمیته بانوان جامعه معلولین ایران با من بود، برای آنها هم برنامه‌های گردشگری می‌گذاشتم. مثلا اتوبوس

درد بزرگی است که خانواده مسئولیت مدنی و اجتماعی خود را فراموش کند و به این فکر نکند که فرزندش در آینده باید زندگی مستقلی داشته روی پای خود بایستد

می‌گرفتم و برنامه طبیعت گردی برگزار می‌کردیم. چندسالی با جامعه معلولین فاصله گرفته بودم تا اینکه دوازده سال پیش آقای شیخ‌قزایی پیشنهاد راه‌اندازی یک انجمن تخصصی را به من دادند و از آنجا که یکی از دغدغه‌های من نیز تأسیس انجمن در زمینه ورزش بود با همفکری‌های لازم انجمن فرهنگی، ورزشی گردشگری معلولان پارس را تأسیس نمودیم.

فعالیت این انجمن علاوه بر گردشگری در حوزه ورزشی هم هست؟

بله. انجمن معلولان پارس یک انجمن تخصصی در حوزه فرهنگی، ورزشی و گردشگری است. با کمک همدیگر برنامه‌های پاراتور را راه‌اندازی کردیم. من در زمینه ورزش افراد دارای معلولیت سابقه داشتم و آقای شیخ‌قزایی هم که در زمینه گردشگری فعالیت داشت. بحث فرهنگی را هم اضافه کردیم که بتوانیم هر دو زمینه را پوشش دهیم. پس از تاسیس انجمن پارس قرار شد در دل برنامه‌های گردشگری، گردشگری ورزشی را هم راه‌اندازی کنیم، یعنی در کنار برنامه‌های گردشگری در دل طبیعت، بازی‌هایی که همه بتوانند در آن شرکت کنند را هم انجام می‌دادیم. بسیاری از بازی‌ها را خودمان ابداع و یا از ورزش‌های مختلف اقتباس می‌کردیم. مثلا یک برنامه گردشگری ورزشی برای بچه‌های مدارس استثنایی همراه خانواده‌هایشان برگزار کردیم که

خیلی به آنها خوش گذشت. یک اردوی دو روزه به گرگان هم داشتیم که با وجود خرابی و تعویض اتوبوس، برنامه بسیار جالبی بود و خیلی به بچه‌ها خوش گذشت. دوست داریم دستمان باز باشد تا بتوانیم برنامه‌های بیشتری را اجرا کنیم. متأسفانه انجمن‌ها یا خودشان باید درآمدزا باشند و یا به منبعی برای تأمین هزینه‌هایشان متصل باشند که ما از هیچکدام از این منابع برخوردار نیستیم و مبالغ بسیاری از برنامه‌ها را خودمان تأمین می‌کنیم.

مسئولیت کنونی شما چیست و چه کاری را دنبال می‌کنید؟

من وقتی از هیات ورزشی بانوان بیرون آمدم شروع به کار در شهرداری کردم. فعلا مسئول فنی سازمان ورزش شهرداری تهران هستم. نایب رئیس انجمن معلولان پارس نیز هستم. در عین حال دبیر کانون معلولان منطقه ۱۶ و دبیر کل کانون معلولان شهر تهران هستم. همچنین رئیس کمیته کوتاه‌قامتان در هیات ورزش‌های همگانی هم می‌باشم. قصد دارم انجمن بازی مینی‌گلف را هم در فدراسیون ورزش‌های همگانی راه‌اندازی کنم. سال گذشته از طریق اداره کل سلامت شهرداری تهران در هفته سلامت و در دهه ولایت، استارت بازی‌های افراد دارای معلولیت را در ۲۲ منطقه شهرداری با هدف بازی بچه‌های دارای معلولیت جسمی و کم‌توان ذهنی با هر سطحی از توانایی زدیم. در دوران کرونا کلیپ‌های کوتاهی را تهیه و در اختیار ورزش مناطق ۲۲ گانه قرار دادیم. با این هدف توانستیم با کم‌ترین امکانات بازی‌ها را به منزل افراد دارای معلولیت برده تا آنها بتوانند بازی‌ها را در منزل انجام دهند. در این راستا از افراد دارای معلولیت برای همکاری کمک گرفتیم، بطوری که در چهارشنبه‌های معلولان، همزمان در یک ساعت همه بچه‌ها به همراه خانواده این بازی‌ها را انجام می‌دادند. بازی‌های ساده



را به خانواده‌ها بردم و آنها را هم در این بازی‌ها سهیم کردم. سال ۱۴۰۱ برای اولین بار بعنوان طراح بازی‌های افراد دارای معلولیت، لیگ افراد دارای معلولیت را در اداره سلامت برای مناطق ۲۲گانه بنیان‌گذاری کردم. لیگ را با ۱۳۰۰ نفر در مناطق مختلف شروع کردیم و به ۳۳۰ نفر در نیمه نهایی و به بیش از ۱۰۰ نفر در فینال مسابقات رساندیم. سال ۱۴۰۲ که امسال می باشد اداره کل سلامت تصمیم گرفت تا بجای بازی های حرکتی، بازی‌های فکری را هم برگزار کند. بازی‌های فکری برمی‌گردد به اینکه در کجا و برای چه افرادی برگزار شود؟ برای بچه‌های سندرم داوون، بچه‌های آموزش‌پذیر و یا کم توانان ذهنی؟ در مدارس انجام شود و یا در مراکز نگهداری؟ هدف این است که بچه‌ها سرگرم شوند و از رخوت و رکود خارج شوند.

فعالیت‌های ورزشی و جهانگردی ورزشی چه تاثیری بر افزایش توانمندی افراد دارای معلولیت دارد و چه تاثیری بر تغییر نگرش جامعه نسبت به این افراد دارد؟

بازی‌های ورزشی برای هر گروهی نشاط آور است. پیر و جوان و بزرگ و کوچک ندارد. از قدیم در خانواده‌های ایرانی مرسوم بود که وقتی دور هم جمع می‌شدند، با هم بازی می‌کردند. بازی در درجه اول نشاط‌آور است و در درجه دوم خودباوری در افراد ایجاد می‌کند. وقتی باوری در خانواده نسبت به توانایی فرزندانشان ایجاد

بازی در درجه اول نشاط‌آور است و در درجه دوم خودباوری در افراد ایجاد می‌کند. وقتی باوری در خانواده نسبت به توانایی فرزندانشان ایجاد شود، تغییر نگرش بوجود می‌آید.

توانمندی فرد دیده شده و باعث اعتماد به نفسش می‌شود. هم خود این فرد اعتماد به نفس پیدا می‌کند و هم جامعه که این توانمندی را دیده، احساس ترحم و دلسوزی‌اش نسبت به این افراد کمتر می‌شود. بعضی از خانواده‌ها فرزند دارای معلولیت خود را نمی‌بینند و توانایی‌هایش را نمی‌شناسند. آنها فقط به خورد و خوراک و لباس و حداکثر به مدرسه بردنش اکتفا می‌کنند. درد بزرگی است که خانواده مسئولیت مدنی و اجتماعی خود را فراموش کند و به این فکر نکند که این بچه در آینده باید زندگی مستقلی داشته روی پای خود بایستد.

چه آرزویی دارید؟

آرزو دارم هر کسی چه دارای معلولیت و چه غیر معلول باشد هرگز حسرتی در دلش باقی نماند. بدوش کشیدن حسرت سخت و دردآور است. منکر این نیستیم که محدودیت داریم ولی امیدوارم که شهر ما، جامعه ما و مسئولین ما به مسئولیت اجتماعی خود در قبال افراد دارای معلولیت عمل کنند. وقتی یک فرد دارای معلولیت شغل داشته باشد، بتواند تحصیلاتش را به پایان برساند و وقتی اجتماع نسبت به توانمندی او به باور برسد، در جامعه جایگاه پیدا می‌کند.

به یکی از دوستان مسئول گفتم اگر جای ما با هم عوض شود، شما هم از میدان شهدا تا انتهای خیابان مجاهدین، تعداد تمام چاله‌ها و خرابی شهر را می‌دانید!

شود، تغییر نگرش بوجود می‌آید. کوچک‌ترین جامعه خانواده است و پس از آن مدرسه و دانشگاه و محل کار است. پس خودباوری باید از خانواده شروع شود. وقتی خانواده می‌بیند که فرزندش از ورزش یا بازی لذت می‌برد، وقت بیشتری را برای فرزندش می‌گذارد. وقتی بازی‌های گذر سلامت، دهه ولایت و چهارشنبه‌های معلولان را شروع کردیم، به هر کسی که از پارک رد می‌شد پیشنهاد می‌کردیم که در بازی‌ها شرکت کند. در واقع از این طریق فرهنگ‌سازی می‌کردیم. وقتی افراد دارای معلولیت در سطح جامعه حضور پیدا کنند، دیده می‌شوند. در زمانی که در بوستان‌ها جشنواره برگزار می‌کردیم، به مدت ده روز همه مدیران شهرداری مشارکت می‌کردند. از افراد غیر معلول می‌خواستیم که روی ویلچر بنشینند و با افراد دارای معلولیت در مسابقه طناب‌کشی شرکت کنند. این تعامل باعث فرهنگ‌سازی می‌شود. حتی اگر معلولیت شدید باشد هم باز

دست در دست بهار

نازنین رحیم زاده

امسال دست در دست بهار به سوی افق‌های تازه پرواز می‌کنم. تا شاید بهار امسال برایم متفاوت‌تر از بهار سال‌های گذشته باشد، رنگ و بوی تازه‌ای به زندگی‌ام بدهد و نویدبخش روزهای بهتر باشد. امیدوارم که گرمای دستان این تابستان بتواند سرهای وجودم را گرم کند.

می‌روم به جایی که خزان‌ش از از جنس دیگری است؛ خزانی که به جای درد و غم، شادی و امید را برایم به ارمغان بیاورد. مکانی که گرمای محبت و دوستی، جای خود را به سوز و سرهای زمستان بدهد.

می‌خواهم بروم. هر چه دورتر بهتر؛ به این امید که بتوانم در آن دوردست‌ها نشانی از شادی و امید بیابم و معنای واقعی زندگی را پیدا کنم. دلم در حسرت آرامش و دل خوشی‌های کوچک است. دلم می‌خواهد برگ‌های زرد، نارنجی و قرمز پاییز را بینم و از شنیدن صدای خش‌خش برگ‌های پاییزی در آخرین روزهای آن لذت ببرم. دلم قدم‌زدن زیر نم‌باران پاییزی را می‌خواهد. دلم می‌خواهد لذت قدم‌زدن در خیابان‌های شلوغ، دیدن رفت و آمد عابران، اشتیاق مشتریان برای خرید و دیدن جای پای عزیزان روی برف‌های زمستانی را تجربه کنم. در این لحظه دل هوای تازه می‌خواهد و بی‌تاب بهار است!



محمد زندگی، فوتبالیست است. او بعد از گذراندن فراز و نشیب‌هایی در حوزه اشتغال، مدتی است که در شرکت نانوالکترونیک به عنوان انباردار مشغول به کار است. محمد ۱۲ سال است که به بیماری ام اس مبتلا شده است. او و غزاله یک‌سال است که با هم ازدواج کرده و برای زندگی خود، آرزوهای بزرگی دارند. با این زوج خوشبخت و امیدوار به گفت‌وگو نشستیم.



غزاله جعفری؛

با آگاهی کامل نسبت به بیماری همسر، تصمیم به ازدواج گرفتم

اوج بیماریم. به دلیل استرس شدید تحصیل را رها و به دنبال کار رفتم. مدتی با یکی از اقوام، کارهای برقی انجام می‌دادم. بعد از مدتی با پدرم یک کارگاه چوب راه‌اندازی کردیم و مدتی در این حرفه کار کردم. پس از شیوع بیماری کرونا وضعیت کاری ما بهم ریخت، تعدادی از کارگران ما را ترک کردند و دزد هم به کارگاه ما زد و وسایل و تجهیزاتمان را برد. مجبور شدم این کار را هم رها کنم. مدت دو سال در محل زندگی‌مان در شهریار، قسمتی از حیاط خانه را تبدیل به مغازه لباس‌فروشی کردم. بعد که تصمیم به ساخت و ساز منزل، این کار را هم رها کردم. اکنون در شرکت نانوالکترونیک به عنوان انباردار استخدام و مشغول بکار هستم.

غزاله: من فوق دیپلم عکاسی دارم و سه ترم هم در دانشگاه در رشته

محمد: توصیه‌ام به دوستان این است که زندگی را سخت نگیرند و بدانند که آنچه باید اتفاق بیفتد، می‌افتد

چاره‌اش استراحت است. غزاله جعفری هستم، متولد سال ۷۴ و بطور پاره‌وقت در یک شرکت عینک‌سازی مشغول به کارم.

در مورد تحصیلات و کارتان بگویید؟

محمد: من دیپلم ریاضی دارم و دو ترم در رشته حسابداری در دانشگاه تحصیل کردم که مصادف شد با

لطفا خودتان را معرفی کنید؟

محمد زندگی، متولد سال ۱۳۷۳ هستم. حدود ۱۲ سال است که به بیماری ام اس (مولتیپل اسکلروزیس) مبتلا شده‌ام. قبل از شروع بیماری فوتبالیست بودم و بطور حرفه‌ای ورزش می‌کردم. در سال ۹۱ یک روز حین تمرین متوجه تاری دید و عدم تعادل شدم. تمرین را رها و در خانه استراحت کردم ولی بهتر نشدم. نمی‌توانستم سرپا بایستم. به پزشک مراجعه کردم و دارو گرفتم، ولی باز هم مشکلات بینایی و عدم تعادل ادامه داشت. به متخصص مغزو اعصاب، مراجعه کردم که پس از گرفتن MRI مشخص شد که مبتلا به بیماری ام اس هستم. با مصرف دارو بتدریج بهتر شدم و به روال عادی زندگی برگشتم. البته هنوز هم پس از خستگی شدید، با مشکلاتی روبه‌رو می‌شوم که تنها



طراحی لباس درس خواندم، ولی به دلیل هزینه زیاد این رشته را ادامه ندادم. در حال حاضر حسابدار یک شرکت عینک‌سازی هستم.

چگونه با رعد آشنا شدید و در چه کلاس‌هایی شرکت کردید؟

محمد: در انجمن ام اس، با موسسه رعد آشنا شدم. به موسسه مراجعه کردم و در کلاس مهارت‌های زندگی نام نویسی کردم. شرکت در این کلاس، تاثیر زیادی بر من داشت و حالم بهتر شد. خیلی دوست داشتم در کلاس‌های دیگر هم شرکت کنم و در دانشگاه علمی کاربردی رعد هم درس بخوانم ولی به دلیل دوری راه و مشغله کاری، فعلا این امکان را ندارم. در مدت کوتاهی که به رعد آمدم، دوستان خوبی پیدا کردم. محیط رعد را بسیار دوست دارم.

چطور با هم آشنا شدید و این آشنایی چطور به ازدواج ختم شد؟

غزاله: ما در یک محله زندگی می‌کردیم ولی در کلاس زبان مشترکمان بیشتر با هم آشنا شدیم. حدود سیزده سال با هم دوست بودیم که به ازدواجمان منجر شد. اسفند سال ۹۹ نامزد کردیم و در تیر ماه سال جاری ازدواج و زندگی مشترکمان را شروع کردیم.

شما از بیماری محمد خبر داشتید؟

غزاله: من می‌دانستم محمد بیمار است ولی همیشه به او دلداری می‌دادم و می‌گفتم که اتفاقی است که افتاده و باید آن را بپذیری و با آن کنار بیایی. می‌گفتم، باید به دنبال درمان باشی و امیدوار باشی که بیماری‌ات کنترل یا درمان می‌شود. وقتی هم که محمد از من درخواست ازدواج کرد، با دانستن کامل شرایط او درخواستش را پذیرفتم. در مورد بیماری ام اس بسیار تحقیق و پرس‌وجو کردم تا بدانم چه بیماری

محمد: کلاس‌های مهارت‌های زندگی که در رعد گذراندم، برای من بسیار مفید بود و به من کمک کرد تا براضطرابم غلبه کنم

است و چگونه کنترل می‌شود و چه عوارضی ممکن است داشته‌باشد. با وجود همه اینها به درخواستش جواب مثبت دادم.

خانواده با ازدواجتان موافق بودند؟

غزاله: در ابتدا از گفتن بیماری محمد به خانواده ترس داشتم، چون یکی از آشنایان همین بیماری را در شکل پیشرفته داشت و قادر به زندگی مستقل نبود. خودم در مورد این بیماری خیلی تحقیق کردم و می‌دانستم که با دارو کنترل می‌شود، ولی نگران برخورد خانواده بودم. وقتی محمد به خواستگاری آمد خودش به آنها گفت که این بیماری را دارد و من هم توضیح دادم که این بیماری با دارو کنترل می‌شود. آنها گفتند که این زندگی متعلق به توست و خودت باید تصمیم بگیری که با شرایط محمد کنار میایی یا نه؟ اگر خودت با شرایط او کنار می‌آیی ما هم مخالفتی نداریم.

محمد: غزاله از ترس مخالفت خانواده از من خواست که در روز خواستگاری، حرفی از بیماری نزنم. اما من با پنهان کاری در آغاز زندگی مخالف بودم و در همان جلسه اول، موضوع بیماریم را مطرح کردم که خوشبختانه آنها خیلی خوب با موضوع برخورد کردند. همان روز نامزد و امسال هم ازدواج کردیم.

این بیماری در زندگی شما چه تاثیری داشت؟

محمد: در شروع، بسیار افسرده و ناراحت شدم، آنقدر حالم بد بود که نمی‌توانستم روی پا بایستم و مدت‌ها در رختخواب بودم. من ورزشکار بودم و در رشته فوتبال به موقعیت مناسبی رسیده بودم. از بچگی فوتبال بازی می‌کردم و تا عضویت در تیم ملی جوانان هم پیش رفته بودم. ولی پس از بیماری فهمیدم که نمی‌توانم فوتبال حرفه‌ای را دنبال کنم. بالاخره پذیرفتم که این بیماری همیشه با من است و باید با آن کنار بیایم. البته دکتر اجازه ورزش کردن تا حدی که خسته نشوم را به من داده‌است.

عضو انجمن ام اس هم هستید و از امکانات انجمن استفاده می‌کنید؟

محمد: عضو انجمن هستم ولی تا کنون از امکانات خاصی بهره نبرده‌ام. یک‌سری کلاس‌های آموزشی در انجمن برگزار می‌شود که به دلیل مشغله هیچوقت نتوانسته‌ام از آنها استفاده کنم.

غزاله: زمانی که برای گرفتن کارت عضویت به انجمن ام اس مراجعه کردیم، متوجه برگزاری یک‌سری کلاس ورزشی مثل؛ تیروکمان، تیراندازی و شدیم ولی محمد به دلیل مشغله زیاد نتوانست در این کلاس‌ها شرکت کند.

چه برنامه‌ای برای آینده خود دارید؟

محمد: فعلا بیشتر کار می‌کنم و امیدوارم بتوانم زندگی خوبی برای همسر و خانواده مهیا و کمبودهایی که در زندگی وجود دارد را برطرف کنم.

غزاله: من برنامه‌های زیادی برای آینده دارم. امیدوارم شرایط زندگیمان بهتر شود. خیلی دوست دارم بتوانیم به همراه هم کسبو کار جدیدی راه‌اندازی کرده و با هم



کار کنیم. امیدوارم در آینده زندگی راحت‌تری داشته باشیم و اگر روزی بچه‌دار شدیم، فرزندمان در رفاه و آسایش باشد.

چه توصیه‌ای به دوستان خود دارید؟

محمد: همکاری دارم که همسرش به همین بیماری مبتلاست، روزی حرفی به من زد که تاثیر زیادی بر زندگی من گذاشت. او به من گفت: زندگی را سخت نگیر، اتفاقی که باید بیفتد، می‌افتد و تو نمی‌توانی مانع آن شوی. به این حرف خیلی فکر کردم چون من همیشه در هر کاری دچار نگرانی و استرس می‌شدم. سعی می‌کنم به توصیه او عمل و با استرس و اضطراب مبارزه کنم. کلاس‌های مهارت‌های زندگی که در رعد گذراندم، هم برای من بسیار مفید بود و به من کمک کرد تا براضطرابم غلبه کنم. در این کلاس از خانم پازدار و خانم چهره‌نگار بسیار آموختم و توصیه‌های آنها برای من بسیار تاثیرگذار بود. توصیه‌ام به دوستان این است که زندگی را سخت نگیرند و بدانند که آنچه که باید اتفاق بیفتد، می‌افتد. به هر حال

غزاله: دوست دارم بتوانیم به همراه هم کسب و کار جدیدی راه‌اندازی کنیم

شرایط زندگی در جامعه ما خیلی سخت شده و همه باید تا جایی که از دستمان برمی‌آید برای زندگی بهتر تلاش کنیم.

غزاله: محمد قبلاً خیلی زود نگران می‌شد و برای هر موضوع کوچکی دچار استرس می‌شد. مخصوصاً اینکه استرس، بیماری‌اش را تشدید می‌کرد. خدا را شکر مدتی است که بهتر شده و من بهتر شدنش را در زندگی و در کار احساس می‌کنم. صبر و بردباری در مقابل مشکلات به همه ما کمک می‌کند.

شما دوستان دارای معلولیت را به

ازدواج تشویق می‌کنید؟

محمد: من در صورتی که علاقه و درک متقابل بین دو طرف وجود داشته‌باشد، ازدواج را به دوستان توصیه می‌کنم. البته بهتر است آمادگی لازم برای ازدواج را کسب کرده و با روانشناسان و مشاوران هم مشورت کنند. مشاوران راهکار مناسب را در اختیار افراد قرار می‌دهند و اگر ازدواج دو نفر با شرایط ویژه امکان‌پذیر باشد، راهنماییشان می‌کنند.

غزاله: من از زندگی بسیار راضی هستم و فکر می‌کنم که خدا مرا دوست داشت که همسر خوبی مثل محمد را در کنارم قرار داد. محمد با وجود بیماری، برای آسایش در زندگی خیلی تلاش می‌کند و تا جایی که در توانش باشد کار و کوشش می‌کند. توصیه من به افراد چه معلولیت داشته‌باشند و چه تندرست باشند، صبر و گذشت در زندگی مشترک است.

ازدواج باید با شناخت و آگاهی کامل دوطرف نسبت به هم باشد و دو نفر باید به هم انگیزه و روحیه برای مقابله با مشکلات بدهند.





ویلچر من

اعظم_نیازمند

می‌دانم طفلک آرزایم دارد، فکر می‌کند هنوز چند ماه پیش است که وقتی پاهایش را باد می‌زدم یا پنجریش را می‌گرفتم تعمیر کار روغنی دست مزدش را نمی‌گرفت می‌گفت ثواب آخرت دارد ولی انگار به آخرت رسیده‌ایم که دیگر از این ثواب‌های بادی خبری نیست.

لمسش می‌کنم می‌بینم حق دارد پیر زن؛ یک ویلچر ایرانی، پنج سال است که با این خیابان‌های پر از چاله و چوله شهردار ساخت، هنوز سواریم می‌دهد. زیر لب خدا را شکر می‌کنم که جایش نیستم؛ زهمه‌ام را می‌شنود دلش می‌شکند بلبل رینگ پر سر و صدایش می‌چرخد وسط خیابان، بد اخلاق مرا خالی می‌کند توی جوی و خودش پرت می‌شود زیر لاستیک کم باد ماشین قراضه‌ای و همه با هم جیغ می‌کشیم.

این منم، لعیدم روی ویلچر پیرم که وقتی راه می‌رود قیژ قیژش گوش فلک را کر می‌کند. کمرم که درد می‌کند می‌فهمم او هم دیسک کمر دارد و پاهایش مثل من کم باد است.

اعصاب مصاب هم ندارد، بی‌هوا می‌زند به در و دیوار و چشم طمع دارد به پاهای سالم شما تا از سر لج هم شده له‌شان کند. احتمالاً دست خودش نیست لرزش‌هایش علائم بیماری پارکینسون است که با هر تکان شدیدش احساس می‌کنم فحش سقوط می‌دهد. خدا نکند پاهایش به لب جویی چیزی الکی گیر کند فرصت را غنیمت می‌شمارد برای خالی کردن بارش تا من به قعر زمین بیفتم و دچار معلولیت دوبل شوم و مدتی زمین‌گیر تا او نفسی چاق کند و چند روزی مرخصی اجباری بگیرد آن هم با حقوق و مزایای تعمیر سر سام آورش از جیب خالیم.





در گفت‌وگو با دکتر مهاجرانی؛

فاطمه مهاجرانی، عضو هیات علمی دانشگاه است. او فعالیت‌های غیرانتفاعی خود را از اوایل دهه هشتاد در موسسه فرهنگی یاس به عنوان عضو هیات مدیره و امنا آغاز کرد. دکتر مهاجرانی سه سال قبل انجمن شفا با هدف اصلاح سیاست‌ها و قوانینی که منجر به فقر در جامعه می‌شود را تاسیس نمود.

ما با او محتاجیم و او مشتاق ما!

در جامعه در رفع معضلات جامعه، اعم از موضوعات معیشتی، آموزشی، توانمندی، درمانی و غیره مطرح است و اشتیاقی که از طرف افراد برای انجام فعالیت‌هایی که احساس ارزشمندی آنها را ارضا می‌کند وجود دارد. افرادی که در چنین انجمن‌هایی فعالیت دارند، در مقابل معضلات اجتماعی حساس‌ترند و دوست دارند علاوه بر فعالیت‌های که در محل کار یا منزل انجام می‌دهند، کنش‌های عام‌المنفعه و داوطلبانه هم داشته باشند. تحقیقات روانشناسانه نشان داده که افرادی که در مسیر رشد خود شکوفایی هستند، برای کارهای داوطلبانه وقت می‌گذارند و با توجه به روحیات خود یک حوزه فعالیت را انتخاب می‌کنند. حوزه‌ای که من به عنوان یک معلم دانشگاه دنبال کردم، موضوعاتی از جنس آموزش که به توانمندتر شدن انسان‌ها کمک

افرادی که در انجمن‌های مردم نهاد فعالیت دارند، در مقابل معضلات اجتماعی حساس‌ترند و دوست دارند علاوه بر فعالیت‌های که در محل کار یا منزل انجام می‌دهند، کنش‌های عام‌المنفعه و داوطلبانه هم داشته باشند

این انجمن و اهداف آن بگویید؟
مؤسسات غیرانتفاعی و سازمان‌های مردم‌نهاد بسیاری در ایران وجود دارند که هر کدام اهداف خاصی را دنبال می‌کنند. فعالیت‌های داوطلبانه معنای این شعر حافظ هستند که "ما با او محتاج بودیم و او مشتاق به ما". به نظر من انجمن‌ها، محل تلاقی احتیاج و اشتیاقند؛ احتیاجی که

لطفا در ابتدا خودتان را معرفی کنید:

فاطمه مهاجرانی، عضو هیات علمی دانشگاه هستم. لیسانس و فوق لیسانس را در رشته مهندسی مکانیک اخذ کردم و فوق لیسانس گرایش مدیریت استراتژیک را از دانشگاه هریوت وات اسکاتلند گرفتم. دکترای سیاست‌گذاری بازرگانی را هم از دانشگاه شهید بهشتی اخذ نمودم.

از فعالیت‌های اجتماعی و انجمنی خود بگویید:

از اوایل دهه ۸۰ فعالیت‌ها را در حوزه انجمن‌های مردمی و سازمان‌های مردم‌نهاد آغاز و از سال ۸۹ در موسسه فرهنگی یاس به مدیریت خانم دکتر صدر اعظم نوری، به عنوان عضو هیات مدیره و هیات امنا مشغول به فعالیت شدم.

شما فعالیت داوطلبانه خود را از انجمن یاس آغاز کردید، در مورد



می‌کند، بود. وقتی می‌گویم آموزش، منظور کل نهاد آموزش است، نه فقط مدرسه و دانشگاه و آموزشگاه. هدف موسسه یاس که سه دهه است فعالیت خود را شروع کرده، آموزش و توانمندی دختران بی‌سرپرست و بد سرپرست است. من مدتی به عنوان رئیس مرکز استعدادهای درخشان در آموزش پرورش فعالیت داشتم، آن زمان به دلیل مشغله کاری تمرکز بر موضوعات سازمان‌های مردم‌نهاد کمتر بود تا اینکه به لطف خداوند با خیرین مدرسه‌ساز آشنا شدم. من در زندگیم چند نقطه عطف دارم؛ یکی از آنها آشنایی با موسسه یاس و دیگری آشنایی با خیرین مدرسه‌ساز چون مرحوم مجتبی کاشانی، مرحوم استاد عثمان محمد پرست، مرحوم دکتر حافظی و ... بود. آشنایی با این عزیزان زندگی من را تغییر داد.

شما از موسسین بنیاد فقرزدایی شفا هم هستید. این انجمن در چه تاریخ و با چه اهدافی آغاز به کار کرد؟

بنیاد فقرزدایی شفا از حدود سه سال قبل با هدف اصلاح سیاست‌ها و قوانینی که منجر به فقر در جامعه می‌شود، تاسیس شد. فقر به معنای عام آن، نه فقط فقر در معیشت. فقر در بهداشت، فقر آموزشی و غیره. در انجمن تعدادی کمیسیون یا کارگروه داریم که در هر یک از آنها کارشناسانی برای بررسی مواردی که به کاهش فقر در جامعه منجر می‌شود، حضور دارند. در جامعه چارچوب‌هایی که قابل تغییر نیستند وجود دارند ولی قصد داریم در محدوده همین چارچوب‌ها به بیشتر شدن دسترسی آموزشی، افزایش سطح بهداشت، فرهنگ‌سازی در خصوص مصرف بهینه انرژی و ... کمک کنیم. مثلاً میزان مصرف آب توسط یک شهروند تهرانی را با شهروند سیستانی یا بلوچستانی مقایسه می‌کنیم. این‌ها همه انواعی از فقر است که می‌خواهیم به آنها ورود کنیم. این توفیق را داشتیم که در برنامه هفتم توسعه با کمک

قصد داریم در محدوده چارچوب‌های موجود به افزایش دسترسی آموزشی، افزایش سطح بهداشت، فرهنگ‌سازی در خصوص مصرف بهینه انرژی و ... فعالیت کنیم

مجموعه‌های دیگر، اصلاحاتی را در این برنامه انجام دهیم.

این پیشنهادها را به کدام نهادها ارائه دادید؟

پیشنهاداتمان را به مجمع تشخیص مصلحت نظام و مجلس شورای اسلامی ارائه دادیم.

مجموعه‌هایی که در این موضوع با شما همراه شدند، انجمن‌های مردم نهاد بودند؟

معمولاً جامعه خیرین و سازمان‌های مردم‌نهاد دستشان به نهادهای بالادستی نمی‌رسد. بنابراین این مجموعه‌ها یا باید دولتی باشد و یا افرادی در هیات امنای آنها حضور داشته باشند که دسترسی به نهادهای بالادستی را داشته باشند. در جامعه ما حتی حرف درست را هم باید کسی بزند که مقبولیت اجتماعی لازم را داشته باشد. به لطف خدا در هیات امنای بنیاد شفا افرادی حضور دارند که از این مقبولیت برخوردارند. به هر حال در برنامه هفتم توسعه چند تبصره و بند به این موضوع اختصاص داده شد. این توصیه‌ها در اتاق‌های فکر توسط اқشار دانشگاهی و اعضای که تجربیات اجرایی دارند مطرح و دنبال شد. این پیشنهادها فقط از طرف بنیاد شفا مطرح نشد، مجموعه‌های دیگری هم چنین پیشنهادهایی را دنبال کرده بودند.

از نظر عملکردی بنیاد شفا در این سه سال چه اقداماتی انجام داده‌است؟

ما بسیاری از پیشنهاداتمان را بعد از گفت‌وگو با سازمان‌های مردم‌نهاد دیگر و بعد از بررسی‌های لازم، مطرح می‌کنیم. مثلاً یکی از موضوعاتی که در نتیجه ارتباط با انجمن‌های دیگر دنبال می‌کنیم این است که بتوانیم در قانون بگونه‌ای تغییر ایجاد کنیم که مادر و فرزند در فرآیند طلاق به هیچ وجه از هم جدا نشوند. یعنی مادر روزهای بدون فرزند و فرزند روزهای بدون مادر را تجربه نکنند، چون بعد از ایجاد یک فاصله و جدایی، برگشت مجدد آنها به یکدیگر دشوار می‌شود. وقتی افراد شرایط دشواری را پشت سر گذاشته و سختی‌ها را تحمل کرده‌اند به وضعیت خود عادت کرده و گاهی برگرداندن آنها به شرایط قبل دشوار می‌شود. انجمن‌هایی که روی موضوع حضانت فرزند کار می‌کنند، تلاش دارند برای مادری که درآمد ندارد، شغل ایجاد کرده تا بتواند سرپرستی فرزند خود را برعهده بگیرد. طرح "هم‌پیوندی" مدتی است که توسط انجمن‌هایی دنبال می‌شود. وقتی فراغ اتفاق می‌افتد و سبک زندگی عوض می‌شود، خیلی وقت‌ها مادران حاضر نیستند بعد از رنجی که تحمل کرده‌اند، دوباره به شرایط قبلی برگردند. چنین اتفاق‌هایی از بزرگه‌هایی است که موسسه شفا سعی می‌کند در آنها نقش آفرینی کند و اجازه ندهد این فراغ اصلاً اتفاق بیفتد. کارگروه حقوقی موسسه بر چنین مواردی تمرکز کرده و جوانب کار را می‌سنجد.

چه کارگروه‌هایی در موسسه شفا وجود دارد؟

در موسسه شفا پنج کارگروه تعریف شده‌اند؛ کارگروه اقتصادی، کارگروه حقوقی، کارگروه صنعت، کارگروه آموزش و کارگروه بهداشت. قرار است موسسه مرحله به مرحله و قدم به قدم و مناسب با توان خود جلو برود و با کمک کارگروه‌ها و کمیته‌های تخصصی، اهدافش را دنبال کند. چون سیاست‌گذاری در حوزه درمان



و جلوگیری از تولید فقر بهداشتی یک مقوله است و حوزه آموزش و اشتغال، مقوله دیگری است. ما در همه این موارد تخصص نداریم فقط می‌توانیم روی کلیت موضوع نظارت داشته باشیم.

در حال حاضر کمیته اقتصادی و کمیته آموزش تشکیل شده و کمیته بهداشت و انرژی و صنعت، در حال تشکیل هستند. نکته‌ای که در مورد موسسه شفا کار را سخت کرده است نداشتن مدل مشخص برای انجام فعالیت است. کارهایی که در انجمن‌های مختلف انجام می‌شوند، بر اساس مدل‌های تعریف شده‌ای هستند، یعنی فرآیند فعالیتشان مشخص است و فقط باید موارد مورد نظر شناسایی شوند و منابع مالی تامین شده و رفع نیاز انجام شود. در موسسه نوپای شفا هنوز مدل خاصی را دنبال نمی‌کنیم، لذا انجام کار مقداری دشوار است. شفا چیزی شبیه اندیشکده (Advocacy centers) است که در کشورهای دیگر وجود دارند. اندیشکده‌هایی که در حوزه‌های حاکمیتی برای بررسی معضلات و پیدا کردن راه حل شکل می‌گیرند. یعنی موضوعات را مطالعه کرده و می‌گویند این کار باید انجام شود. لذا جنس فعالیت ما از فعالیت سایر سازمان‌های مردم‌نهاد متفاوت است و عجله‌ای هم در انجامشان نداریم. هدفمان مشخص است و می‌دانیم باید کجا برویم و خیلی آرام اهدافمان را دنبال میکنیم. سعی داریم به جای قارچ زود بازده، درخت گردو بکاریم. آرام و با حوصله پیش می‌رویم و سعی داریم گام‌های اصولی و زیر بنایی را درست برداریم.

موسسه شفا یک موسسه خیریه است؟

بله. شفا موسسه خیریه‌ای است که نیازهای مادی آن از طریق خیرین تامین شده و هیات امنایی اداره می‌شود. یکی از خیرین شفا، موسسه نوپا است. موسسه نوپا، موسسه‌ای است که با نظارت دقیق، به موسسات

گروه هدف بنیاد فقرزدایی شفا، سیاست‌گذاران و قانون‌گذاران هستند ولی به ارتباط با انجمن‌های مردم نهاد نیازمندیم

کمک‌های مالی ارائه می‌کند.

جا دارد از همه عزیزانی که در این زمینه ما را هم حمایت مالی و هم هدایت و نظارت می‌کنند، مخصوصاً آقای دکتر درمان؛ مدیرعامل موسسه نوپا، تشکر و قدردانی کنم. ایشان در فعالیت انجمن‌های مردم نهاد بسیار کارآمد و تاثیرگذار هستند.

در مورد کمیته آموزش موسسه شفا بیشتر توضیح دهید. این کمیته قرار است چه فعالیتی انجام دهد؟

من خودم چون سوابقی در حوزه آموزش دارم، به فعالیت این کمیته بسیار مشتاق هستم. کمیته آموزشی در حال راه‌اندازی است ولی هنوز کسی مسئولیت آن را به عهده نگرفته است. مسئول کمیته اقتصادی- مالی موسسه، آقای دکتر میدری هستند. ایشان هشت سال به عنوان معاون رفاه در وزارت تعاون و کار اجتماعی بودند و فرد بسیار موثری هستند. به عقیده من ایشان دایره‌المعارف فقر در کشور هستند، چون اشراف کاملی به همه حوزه‌های فقر در کشور دارند. برای کمیته آموزش هم با افراد به نامی مانند: دکتر فانی، دکتر واعظ مهدوی، دکتر طایی و... صحبت و مشاوره کرده‌ایم. آموزش دو بعد دارد، یک بعد آن دسترسی آموزشی و بعد دیگر آن کیفیت آموزشی است. در بعد دسترسی، سعی داریم تا جای ممکن دسترسی‌ها را افزایش دهیم، یعنی تا می‌توانیم مدرسه بسازیم. حتی اگر لازم باشد، مدرسه سه نفره در کانکس بسازیم. ولی در بعد

کیفیت آموزش مشکلات بسیار است. وقتی دانش‌آموزی خوب درس نخواند، نمی‌تواند ادامه تحصیل دهد. بنابراین در کمیته آموزش، بر روش‌هایی که به افزایش کیفیت کمک می‌کند، تمرکز داریم. لذا در کمیسیون مدرسه‌یاری که دو سال است در جامعه خیرین راه‌اندازی شده، سعی کردیم هم مشورت بدهیم و هم مشورت بگیریم که چگونه می‌توان کیفیت آموزشی را افزایش دهیم. آموزش یک اکوسیستم است که هم باید محتوا، هم معلم و هم فضاهای آموزشی مناسب باشند. بخشی از این قضیه را جامعه خیرین و بخش دیگری را هم دانشگاه فرهنگیان دنبال می‌کنند. البته بقیه انجمن‌ها هم در این زمینه فعالیت دارند. مثلاً موسسه مهرگیتی، که خانم گیتی‌نژاد مدیریت آن را برعهده دارند، نه تنها بیش از ۵۸۰ مدرسه ساخته‌اند، سامانه آموزش معلمان را هم راه‌اندازی کرده‌اند. ایشان بالغ بر ۲۰۰۰ کلاس درس تحویل آموزش و پرورش داده و امروز در حال فعالیت در مورد آموزش معلمان هستند. اینها موضوعاتی هستند که انجمن‌های زیادی به آن می‌پردازند ولی ما سعی داریم در ارتباط با نهادهای بالا دستی این فعالیت‌ها را دنبال کنیم. وظیفه ما انتقال مسائلی که در پایین دست وجود دارند به نهادهای بالادستی است.

گروه هدف شما چه افرادی و نهادهایی هستند؟

گروه هدف موسسه ما سیاست‌گذاران و قانون‌گذاران هستند ولی نیازمند ارتباط با انجمن‌های مردم نهاد هم هستیم. یکی از موضوعات جدی که دنبال می‌کنیم، ارتباط با این نهادها است. ایجاد شبکه ملی موسسات خیریه و نیکوکاری، اتفاق بسیار مبارکی بود که باعث آشنایی ما با مجموعه رعد شد. یکی از اهداف موسسه شفا، تقویت اثربخشی انجمن‌ها و توصیه‌های کارآمد از جانب نهادهای بالادستی به آنها است. این که ببیند چکار می‌تواند انجام دهد



تا انجمن‌های مردم نهاد اثر بخشی بیشتری داشته و از مدار اهداف خود خارج نشوند. واقعیت این است که انجمن‌ها هر چقدر بیشتر یکدیگر را بشناسند و بیشتر با هم در ارتباط باشند، عملکردشان بهتر و هم‌افزایی آنها افزایش می‌یابد.

چشم‌انداز موسسه شفا چیست؟

چشم‌انداز ما این است که روزی در این کشور نیازی به انجمنی مثل "شفا" نباشد. البته این آرزویی نشدنی است. ولی آرزویی که شدنی است این است که به جایی برسیم در قانون‌گذاری‌ها نگاهی به فقرا و فقرزدایی هم صورت بگیرد. ببینیم قانون و یا مقررات با فقرا چه می‌کند؟ آیا فقیر تولید می‌کند؟ آیا فقیر را می‌بیند؟ چشم‌انداز ما این است که روزی تبدیل به یک نهاد مشورتی در امور که به فقرا مرتبط می‌شود، باشیم. آرزو دارم روزی به انجمنی تبدیل شویم که تنها به رفاه مردم توجه کند و اسمی از فقر در آن نباشد.

چطور به مردم اطلاع‌رسانی می‌کنید؟

اطلاع‌رسانی عمومی نداریم. ما با سازمان‌های مردم نهاد و با کسانی که در لایه سیاست‌گذاری نقش دارند در ارتباط هستیم. با سمن‌های زیادی در حوزه افراد دارای معلولیت در تماس هستیم. در ۲۴ مهرماه نشستی را با عنوان فرصت برابر برای همه کودکان به این معنی که کودکان دارای معلولیت در کنار کودکان تندرست بتوانند درس بخوانند را با همکاری موسسه رعد و سایر خیریه‌ها برگزار کردیم. سعی داریم در این چنین موسساتی شبکه و ارتباط را ایجاد کنیم. می‌توانیم مانند نخ تسبیح عمل کرده و میان مجموعه‌ها ارتباط ایجاد کنیم. واقعیت این است که مجموعه رعد سال‌هاست در حوزه آموزش و اشتغال افراد دارای معلولیت کار می‌کند و یک مجموعه مرجع در حوزه افراد دارای معلولیت است. پس اگر می‌خواهیم در مورد توانمندسازی معلولان صحبت کنیم همه باید به

چشم‌انداز ما این است که روزی تبدیل به یک نهاد مشورتی در امور که به فقرزدایی در جامعه منجر می‌شود، شویم

قلاب ما به هم گره می‌خورد. یعنی اگر موسسه شفا می‌خواهد در مورد کاهش فقر کار کند باید در کاهش معلولیت کار کند و بر قوانین بالادستی که می‌تواند روی معلولیت تاثیرگذار باشد، تمرکز کند. جامعه موظف است زیرساخت‌هایی را ایجاد کند تا معلولیت در آن کمتر شود. سیستم موظف است از کاهش تولد کودکان دارای معلولیت تا ایمن‌سازی وسایل نقلیه، تا اصلاح جاده‌های کشور و تلاش کند. وقتی فردی دچار معلولیت می‌شود هم خودش و هم خانواده‌اش، طبیعتاً فقیرتر می‌شوند چون هزینه‌ها بالا می‌رود و اگر خانواده نتواند این هزینه را تامین کند، افت کیفیت زندگی برای آن فرد ایجاد می‌شود. یکی از دلایلی که افراد دارای معلولیت را در سطح جامعه کمتر می‌بینیم این است که این افراد نمی‌توانند در جامعه حضور داشته و اغلب در خانه‌ها حبس شده‌اند. طبق آمار ده درصد هر جامعه‌ای دارای معلولیت هستند، یعنی حدود هشت و نیم میلیون نفر باید افراد دارای معلولیت داشته باشیم. اگر ما چهارده میلیون جمعیت دانش‌آموزی داریم، طبق آمار باید یک میلیون و چهارصد هزار نفر دانش‌آموز دارای معلولیت داشته باشیم. پس این افراد کجا هستند؟ این تعداد را نمی‌بینیم چون بسیاری از این کودکان تحصیل نمی‌کنند. ما در موسسه شفا سعی می‌کنیم روی این مسائل تمرکز کنیم. در کنار موسسات خوشنام و بزرگی مانند رعد، یاد می‌گیریم و فعالیت می‌کنیم. اگر هر انجمنی چراغ خود را با انجام فعالیت‌های انسان‌دوستانه روشن نگه دارد، حتماً اوضاع جامعه بهتر می‌شود. امیدوارم به عنوان مجموعه شفا بتوانیم کار خود را درست انجام دهیم.

من صحبت‌م را با این بیت شعر مولانا تمام می‌کنم.

تو مگو همه بجنگند و ز صلح من چه آید
تو یکی نه‌ای هزاری، تو چراغ خود برافروز

و سخن آخر....؟

در هر خانواده‌ای که یک فرد دارای معلولیت وجود داشته‌باشد، ۳۰ درصد احتمال فقیر شدن آن خانواده بیشتر است. این‌جا، جایی است که



مرکز جامع آموزش و توانبخشی جسمی حرکتی آفتاب در سال ۸۳ توسط دکتر سید حسینی تهرانی تاسیس شد. هدف این مرکز بالابردن نقش مشارکت اجتماعی کودکان دارای معلولیت توسط تحصیل و توانبخشی بود. با دکتر بهاره آذر، مسئول فنی و مدیر عامل مرکز به گفت‌وگو نشستیم.



دکتر بهاره آذرمدیر و مسئول فنی این مرکز توانبخشی آفتاب

تغییر نگرش در مددجویان و در خانواده از اهداف ماست

لطفا خودتان را بیشتر معرفی کنید و در مورد فعالیت خود در موسسه جامع آموزش و توانبخشی آفتاب سبز بگویید؟

بهاره آذر متولد سال ۱۳۴۷، پزشک و همیوپات هستم. من پس از پایان دوره پزشکی یک دوره همیوپاتی را در انسیتو همیوپاتی لندن گذراندم. از آنجایی که همیوپاتی یک حوزه کل‌نگر است، توانستم با توانبخشی که آن هم کل‌نگر است ارتباط برقرار کنم. در سال ۱۳۸۳ من و همسر من که آناتومیست هستیم تصمیم گرفتیم در پاسخ به احساس مسئولیت اجتماعی خود، فعالیت نیکوکارانه‌ای را آغاز کنیم. آن زمان در استان البرز و شهرکرج مرکزی مکانی برای ارائه خدمات آموزشی و توانبخشی برای معلولان جسمی حرکتی وجود نداشت. گذراندن دوره همیوپاتی به من

نگاه کل‌نگر، به مجموعه عواملی که به دلیل معلولیت، بر عملکرد و فعالیت‌های فرد تاثیر گذاشته می‌پردازد و در صدد فراهم کردن شرایط مناسب برای بازگشت او به جامعه است

دبستان و دبستان جسمی حرکتی و چند معلولیتی غیر انتفاعی آفتاب را تاسیس کردیم و در همان سال مجوز انجمن حمایت از حقوق کودکان دارای ناتوانی جسمی حرکتی و چند معلولیتی آفتاب سبز را هم دریافت کردیم. این شروع کار ما بود.

لطفا در مورد مرکز جامع آموزش و توانبخشی جسمی حرکتی آفتاب توضیحاتی دهید:

مرکز جامع آموزش و توانبخشی جسمی حرکتی آفتاب در سال ۸۳ توسط دکتر سید حسینی تهرانی، Ph.D آناتومی و نیز دکترای تخصصی همیوپاتی تاسیس شد. من و همسر من از همان زمان مسئولیت اجتماعی خود را در حوزه کودکان آغاز کردیم. در آن زمان در استان البرز و شهرکرج، مرکزی برای ارائه خدمات آموزشی و توانبخشی برای کودکان دارای معلولیت جسمی حرکتی وجود نداشت لذا با هدف بالابردن مشارکت اجتماعی کودکان دارای معلولیت و ارتقای تحصیلی و ارائه خدمات توانبخشی به این کودکان و خانواده‌هایشان مرکز آفتاب راه‌اندازی کردیم. در سال ۱۳۸۹ مرکز پیش



کمک کرد تا بتوانم در حوزه توانبخشی وارد شوم. هم هموپاتی و هم توانبخشی نگاه کل نگر دارند و برای کاهش آسیب‌های جسمانی فقط به خود عارضه توجه نمی‌کنند بلکه به وضعیت عمومی جسمانی و روانی فرد آسیب دیده هم توجه کرده و مجموعه زندگی او را تحت نظر قرار می‌دهند. در توانبخشی هم نگاه کل نگر (HOLESTIC) حاکم است و در هر ناتوانی جسمانی فقط به نقصان خاص توجه نمی‌کند، به همه فاکتورهای فردی و محیطی که با اصلاح آنها بتوان عملکرد فرد را بهبود بخشید هم توجه دارد. چیزی که در توانبخشی به عنوان عملکرد فرد مورد توجه قرار می‌گیرد، آسیب‌هایی است که به دنبال آسیب‌های جسمانی، به عملکرد کلیت بدن لطمه زده و فعالیت فرد را مختل می‌کند. وقتی فعالیت‌های جسمانی مختل شوند، فعالیت‌های اجتماعی هم مختل می‌شوند. مثلاً اگر فرد دچار سکنه مغزی شده و نیمی از بدنش فلج شود، همه فعالیت‌هایش تحت تاثیر قرار گرفته و در مشارکت اجتماعی او اختلال ایجاد می‌شود. در پزشکی همیوپاتی در شرح حال فرد بیمار، فقط به بیماری جسمی او توجه نمی‌شود بلکه به شرایط کلی فرد و وضعیت عمومی جسمانی در کنار وضعیت احساسی و روانی بیمار هم توجه می‌شود. به عوامل محیطی، شغلی و مجموعه شیوه زندگی فرد نیز توجه شده و مورد بررسی قرار می‌گیرد. در توانبخشی هم نگاه کل نگر (HOLESTIC) حاکم است و در بررسی هر نقص و یا ناتوانی در فرد دارای معلولیت نه تنها به ساختارهای جسمی او توجه می‌گردد، بلکه فاکتورهای فردی و محیطی موثر در عملکرد او نیز توجه می‌شود. امروزه مهم‌ترین چیزی که در توانبخشی فرد مورد توجه قرار می‌گیرد، عملکرد و میزان مشارکت اجتماعی اوست. به عنوان مثال اگر فردی به دلیل خونریزی مغزی در سمت چپ مغز دچار سکنه مغزی شود، سمت راست بدنش فلج شده و سبب تحت تاثیر قرار گرفتن همه فعالیت‌های فردی وی نظیر راه رفتن، صحبت کردن، خوردن و

تغییر نگرش هم در فرد دارای معلولیت نسبت به توانایی‌ها و ناتوانی‌هایش و هم در خانواده و اطرافیان‌ش باید ایجاد شود

خواهیدن وی می‌شود و همین امر مانع مشارکت اجتماعی او نظیر حضور در محل کار می‌شود. لطفاً در مورد کل نگر در درمان آسیب‌های جسمی و روانی بیشتر توضیح دهید:

سال‌هاست که دنیا از مدل‌های مدیکال یا پزشکی که مربوط به سال‌های ۲۰۰۰ میلادی است، فاصله گرفته و به مدل؛ زیستی روانی اجتماعی (Sysco Social Bio) روی آورده‌است. در مدل‌های پزشکی، تنها به رابطه علت و معلولی تمرکز داشتند یعنی مثلاً می‌گفتند آسیب در مغز (علت) سبب ایجاد معلولیت شده است و یک نگاه خطی به ایجاد معلولیت در افراد وجود داشت.

اما در مدل بایو سایکو سوشیال مدل از مدلی خطی مدیکال به مدلی چند بعدی بدل شده است. مثلاً در مثال سکنه مغزی، نه تنها نگاه به مغز آسیب دیده دارد (وضعیت سلامتی یا health condition) بلکه به فاکتورهای محیطی موثر نیز توجه دارد، یعنی اینکه چه فاکتورهایی در محیط فرد باید مد نظر قرار گیرند تا عملکرد فرد دارای معلولیت تامین گردد.

در این مدل به پنج فاکتور محیطی توجه می‌شود؛ اولین فاکتورهای محیطی، محصولات مثل دارو و وسایل کمک توانبخشی مانند: واکر و ویلچرهای برقی و استندها که به فرد دارای معلولیت جهت مشارکت و حضور در اجتماع کمک می‌کند هستند.

فاکتور دوم محیطی، آموزش به خانواده، مربیان مراکز توانبخشی، مدارس، مراکز نگهداری و شهروندانی که به نگهداری و ارائه خدمات به افراد دارای معلولیت می‌پردازد، است. توجه به اینکه مراقبین افراد دارای معلولیت در خانه و یا مراکز نگهداری نیازمند چه آموزش‌هایی برای کمک به افراد دارای معلولیت هستند. در اینجا آموزش به خانواده و آموزش به مربیانی که از این افراد در مراکز نگهداری مراقبت می‌کنند، بسیار مهم و کلیدی است. بعنوان مثال کودک دارای معلولیتی که به مدرسه می‌رود، چقدر مدیر، ناظم، معلمان و خدمه ... آموزش دیده‌اند که چگونه نیازهای فردی و آموزشی او را در مدرسه فراهم کنند؟

فاکتور سوم، به مناسب‌سازی و دسترس‌پذیر شدن محیط توجه دارد. بعنوان مثال فردی که به دلیل خونریزی مغزی آسیب دیده و بعد از مرخصی از بیمارستان در خانه نگهداری می‌شود، نیاز است که گاهی به بیمارستان، به آزمایشگاه و یا حتی برای تفریح به پارک برود. آیا خانه‌ای که در آن زندگی می‌کند مناسب‌سازی شده‌است؟ آیا وقتی شهرداری به ساختمان‌های مسکونی پایان کار می‌دهد بر دسترس‌پذیر بودن آنها برای انواع معلولیت‌ها نظارت و دقت دارد؟ آیا معابر شهری، کف پیاده‌روها، چهارراه‌ها، وسایل حمل و نقل عمومی، اماکن عمومی، بیمارستان‌ها، درمانگاه‌ها، بانک‌ها، مدارس و ... مناسب و دسترس‌پذیر هستند؟

توجه به فاکتور سوم محیطی، شرایط حضور افراد دارای معلولیت را در اجتماع و امکان مشارکت اجتماعی آنها را فراهم می‌کند. فاکتور چهارم، ایجاد نگرش مناسب در جامعه نسبت به فرد دارای معلولیت است. چه تغییر نگرش در خود فرد دارای معلولیت نسبت به توانایی‌هایش، و چه تغییر نگرش در کسانی که با او زندگی می‌کنند و چه، تغییر نگرش در جامعه.

مثلاً من به عنوان مادر کودک دارای اوتیسم که می‌دانم کودکم دارای مشکلات حسی بسیاری است



و با تغییر محرک‌های محیطی پیرامونش دچار رفتارهای تکانشی شدیدی می‌شود، آیا پارکی در محله خود دارم که بتوانم کودکم را به آنجا ببرم و اگر در زمان حضور در پارک، کودکم رفتارهای چالش برانگیزی شد، شهروندان چه برخوردی با من می‌کنند؟ آیا با من همدلی خواهند کرد یا نه؟ یا وقتی او را با خود مثلاً به سوپر مارکت بردم و او رفتارهای تکانشی نشان داد، مردم چگونه به این موضوع برخورد کرده و چگونه به من نگاه می‌کنند؟ آیا به من کمک کرده و یا مرا قضاوت می‌کنند؟ پس تغییر نگرش در سطوح مختلف جامعه باید صورت بگیرد تا زمینه حضور و مشارکت افراد دارای معلولیت در جامعه مهیا گردد.

در مراکز توانبخشی تفکیک ایجاد می‌کنیم. تعداد مراکز تلفیقی ما از بیش از ۱۲۵۰ مرکز، فقط ۲۰ عدد هستند. یعنی تفکر قالب هنوز، تفکیک کردن و سوا کردن بچه‌ها از همدیگر است، بعد انتظار داریم که در مردم تغییر نگرش ایجاد شود و رفتار با افراد دارای معلولیت را یاد بگیرند.

شما حدود چهار سال است که این تلفیق را در مرکز آفتاب ایجاد کرده‌اید. به نظر شما ایجاد مراکز تلفیقی در بهبود نگرش بچه‌ها نسبت به خود و در خانواده‌هایشان نقش داشته‌است؟

تغییر نگرش در سطوح مختلف باید صورت بگیرد. هم در فرد دارای معلولیت که به توانایی‌ها و توانمندی‌هایش واقف باشد و هم در خانواده و اطرافیانش. او باید بداند که چه فعالیت‌هایی را می‌تواند و چه فعالیت‌هایی را نمی‌تواند انجام دهد و بداند اگر روی توانایی‌های فردی خودش کار کند، اگر تحصیل کند، اگر هنری را یاد بگیرد و اگر ورزشی را انجام دهد، می‌تواند به بهترین عملکرد خود دست پیدا کند. آخرین فاکتور محیطی در نگاه کل نگر که از سال ۲۰۰۰ مطرح شد، تاثیر بر سیاست‌گذاری‌های کلان، میانه و خرد است. دولتمردان باید بدانند که این افراد بار اضافه‌ای بر اجتماع نیستند، آنها افرادی با

دولتمردان باید بدانند که افراد دارای معلولیت بار اضافه‌ای بر اجتماع نیستند، آنها افرادی با نیازهای متفاوت هستند که باید در برنامه‌ریزی‌ها، روش‌های متناسب با آنان در نظر گرفته شود

نیازهای متفاوت هستند که باید در برنامه‌ریزی‌ها، سیاست‌های مناسب با آنان را در نظر بگیرند. بنابراین یکی از فاکتورهای محیطی، تاثیرگذاری بر سیاست‌گذاری‌هاست.

در جمع‌بندی باید بگویم که؛ که نگاه قدیمی یک نگاه پزشکی محور و نگاه علت و معلولی بود. ولی نگاه کل نگر (بایوسایکو سوشیال) به مجموعه فاکتورهایی که به دلیل معلولیت، روی عملکرد و فعالیت‌های فرد تاثیر گذاشته می‌پردازد و در صدد فراهم کردن شرایط مناسب برای بازگشت او به جامعه است. پس باید بررسی کرد برای بازگشت او به اجتماع و فعالیت‌های اجتماعی چه بسترسازی‌هایی باید در محیط پیرامونی ایجاد شود. یعنی باید یک محیط دسترس‌پذیر وجود داشته‌باشد که فرد دارای معلولیت در خانه خود بتواند فعالیت روزمره زندگیش را به راحتی انجام دهد. قاشق مخصوص داشته باشد تا بتواند خودش غذا بخورد. خودکار، کامپیوتر، وسایل مدرسه و... مخصوص خودش را داشته‌باشد و به راحتی بتواند از آنها استفاده کند. افراد دارای معلولیت مثل همه آحاد جامعه، مصرف‌کننده هستند پس باید زیر ساخت‌های مناسب برای زندگی آنها فراهم شود. آنچه که مهم است، انجام فعالیت‌های روزمره زندگی و مشارکت اجتماعی است که شامل تحصیلات، اشتغال، ورزش و تفریح و... است.

چگونه می‌توان در ایجاد و تغییر نگرش در جامعه تاثیرگذار بود؟

با تبلیغات و شعار کاری از پیش نمی‌رود. من به عنوان یک شهروند باید افراد دارای معلولیت را در حوزه‌های مختلف ببینم که با ویژگی‌های مخصوص به خود در حال فعالیت هستند. وقتی این افراد در جامعه بیشتر حضور داشته باشند، تفاوت‌هایشان دیده می‌شود و مردم احترام گذاشتن و ارتباط با آنها را یاد می‌گیرند. با نصب چند بنر در روز ۱۲ آذر، فرهنگ‌سازی و تغییر نگرش ایجاد نمی‌شود. هوا کردن چند بادکنک آبی بدون ایجاد امکانات مناسب برای حضور افراد دارای اوتیسم در روز جهانی اوتیسم، کار بیهوده‌ای است. در پارک‌ها اسباب‌بازی‌های مناسب این بچه‌ها به چشم نمی‌خورد. در ورودی و خروجی پارک‌ها هیچ امکانی برای ورود یک کودک ویلچرنشین وجود ندارد. هیچ تابی در پارک‌ها مخصوص بچه ویلچری نیست. با شعار، فرهنگ‌سازی نمی‌شود. حضور این افراد در جامعه باعث آشنایی عموم مردم با آنها و همدات پنداری در آنها می‌شود. امیدوارم در سال‌های آتی دولتمردان به این درجه از بلوغ برسند که با فراهم کردن زیرساخت‌ها، حضور افراد دارای معلولیت در جامعه را تسهیل کنند. این افراد از زمان تولد مثل سایر افراد جامعه باید آموزش ببینند و ماهر و توانمند شده و جذب بازار کار شوند. فقط با یک قانون دستوری نمی‌توان برایشان شغل ایجاد کرد.

شما در مجموعه آفتاب در حوزه تغییر نگرش نسبت به افراد دارای معلولیت چه کرده‌اید؟

ما از هیچ رفتاری که دال بر شعار و نمایش دادن باشد استفاده نمی‌کنیم. سعی داریم عملاً هم در فرد دارای معلولیت و هم در خانواده‌ها تغییر نگرش ایجاد کنیم. وقتی یک بچه کم‌توان ذهنی دیپلم می‌گیرد و در همین مرکز به عنوان کمک مربی استخدام می‌شود، برای خانواده‌ها امید توانمند بودن بچه‌هایشان ایجاد می‌شود. وقتی یک فرد دارای اوتیسم که بهره هوشی پایین‌تر از نرمال دارد، دیپلم می‌گیرد،

وظیفه من است که شغلی در حد توانش را به او واگذار کنم. چنین فردی می‌تواند به عنوان کمک مربی با ما همکاری کند. یک فرد اوتیستیک، علاقمند به انجام کارهای تکراری است پس می‌توان شغلی را برایش تعریف کرد که در ذاتش، تکرار وجود داشته باشد. مثلاً پر کردن قفسه‌ها در فروشگاه‌ها که ممکن است برای افراد عادی، سخت و طاقت‌فرسا باشد ولی برای یک فرد دارای اوتیسم چون متناسب با خصوصیات اوست، خسته‌کننده نیست. مثال دیگر، توپ بازی و پرت کردن دائم توپ برای بچه‌ها است. شاید برای یک مربی ورزش یا برای یک کاردرمانگر، سخت باشد که صد بار یک توپ را شوت کند و بگیرد، ولی اینکار برای شخص دارای اوتیسم، کار آسان و دلچسبی است. پس شغل او می‌تواند همین کار باشد. در گذشته رویکرد ما بر مبنای کاری بود که فرد دارای معلولیت نمی‌توانست انجام دهد و می‌خواستیم در آن نقطه مداخله کنیم ولی الآن رویکرد ما برعکس شده است. اول بررسی می‌کنیم که بینیم چکاری را می‌تواند انجام دهد و چکاری را دوست دارد انجام دهد و ما از همان نقطه شروع می‌کنیم. به این نتیجه رسیدیم که اگر فرد دارای معلولیت، در فعالیتی نقطه ضعفی دارد، نباید مداخله خدمات توانبخشی را از همانجا شروع کنیم، چون نه در توانش هست و نه علاقه و انگیزه برای آن دارد. ولی وقتی از نقطه‌ای که فرد در آن توانایی و علاقه دارد شروع کنیم، می‌توانیم به مرور نقاط ضعفش را معلوم کرده و هوشمندانه هدایتش کنیم.

چه زمانی به فکر تاسیس مدرسه آفتاب افتادید؟

مرکز توانبخشی آفتاب در سال ۸۳ توسط همسرم، دکتر حسینی تهرانی در این مکان تشکیل شد و خودم هم در سال ۸۶ به عنوان مسئول فنی و مدیرعامل به این مجموعه پیوستم. پس از شش سال فعالیت توانبخشی برای کودکان دارای معلولیت به این نتیجه رسیدیم که بچه‌ها برای توانمند شدن باید تحصیل کرده و مشارکت اجتماعی داشته باشند.

برای توانمند کردن افراد کم‌توان ذهنی به جای این که از خدمات توانبخشی رایج که بسیار صلب و خشک هستند استفاده کنیم، او را با حوزه هنر و تئاتر آشنا می‌کنیم

در شروع خدمات توانبخشی مجموعه ما از صبح تا ظهر بود که با مدارس که آنها هم از صبح تا ظهر بودند تداخل پیدا می‌کرد. بنابراین تصمیم گرفتیم متناسب با نیازهای مرکز، مدرسه چند معلولیتی را هم در سال ۸۹، در یکی از طبقات دیگر ساختمان راه‌اندازی کنیم. در همان زمان، انجمن حمایت از حقوق کودکان کم‌توان جسمی حرکتی و چند معلولیتی آفتاب سبز را هم افتتاح کرده تا بتوانیم به عنوان نیروی فراتر از شخصیت حقیقی نقش داشته و بتوانیم با ادارات و وزارتخانه‌های مختلف وارد تعامل و گفت‌وگو شویم. بعد از تاسیس انجمن، یک کارگاه تولیدی و حمایتی هم به مجموعه اضافه کردیم تا بچه‌ها پس از پایان تحصیل و دریافت دیپلم، همزمان با دریافت خدمات توانبخشی، مشغول به کار هم بشوند تا خانواده‌ها از نظراشتغال فرزندانشان هم خیالشان راحت شود. این فرآیندی بود که از سال ۸۳ تاکنون ادامه و گسترش یافت.

آیا برنامه‌های هنردرمانی و تئاتر درمانی هم برای بچه‌های این مرکز انجام می‌شود؟

ما در این مرکز، ورزش، نقاشی، نمایش، درس و فعالیت‌های روزمره را، زمینه‌های معنادار کردن زندگی بچه‌ها می‌دانیم. فعالیت معناداری مثل آشپزی، موجب هماهنگی حواس مختلف در افراد می‌شود.

شبهه همین اتفاقی که در نقاشی هم می‌افتد. در نقاشی، هماهنگی بین دست و چشم و مغز در فضایی معنادار اتفاق می‌افتد و در آخر به یک اثر هنری ختم می‌شود. در حوزه تئاتر هم همینطور است. تئاتر هم یک فضای معنادار است که به زندگی روزمره بچه‌ها بر حسب این که چه نوع ناتوانی و معلولیتی دارند، بسیار کمک می‌کند. مثلاً بچه کم‌توان ذهنی را به جای استفاده از خدمات توانبخشی رایج که بسیار صلب و خشک هستند، به حوزه تئاتر درمانی می‌بریم. او در تئاتر یک نقش را برعهده می‌گیرد که در این نقش، زمانی باید حرف بزند و زمانی باید حرف نزند. بچه کم‌توان ذهنی، در این فضا، مکث کردن، صبر کردن، رعایت نوبت و اجرای نقش را یاد می‌گیرد و در دورانی طولانی، مشارکت اجتماعی را تمرین کرده و در یک محیط شاد نقش آفرینی می‌کند. در اجرای تئاتر، توانمندی بچه‌ها به مخاطب عرضه شده و نشان می‌دهد که چگونه می‌توانند با تمرین و مشارکت، ایفای نقش کرده و بدرخشند. ورزش، هنر، مدرسه و فعالیت‌های روزمره زندگی، متغیرهایی هستند که به عنوان فضای معنادار امکان تکرار و تمرین را در حوزه‌های مختلف برای بچه‌ها فراهم می‌کنند. وقتی فرد فعالیت دلچسبی را یاد می‌گیرد، در خانه هم تمرین کرده و حرف‌ها را تکرار می‌کند. این فعالیت‌ها به افزایش دایره لغات و درک مطلب و مفهوم به او کمک کرده که تاثیراتش بسیار بیشتر و بهتر از توانبخشی‌های کلاسیک است. ما می‌خواهیم شاهد انسان‌هایی که از زندگی خود راضی هستند، باشیم. انسان‌هایی که با وجود معلولیت، توانایی‌های زیادی دارند و به واسطه داشتن این توانمندی‌ها، احساس شادی، نشاط و احساس موثر بودن می‌کنند. به نظر من فرق زندگی یک آدم خوشحال با یک آدم ناراحت، در همین چیزهای کوچک است. وقتی حال من خوب باشد و در



خیلی خوشحالم که شاهد یادگیری بیشتر بچه‌ها از طریق همکاری با همدیگر هستیم. از این طریق خیلی راحت‌تر می‌آموزند، خیلی بهتر به یکدیگر کمک می‌کنند و فشار از روی مربیان و تسهیل‌گران هم برداشته می‌شود.

کار تسهیل‌گر در این مجموعه چیست؟

تسهیل‌گر یا کمک مربی، کسی است که کاری را تسهیل می‌کند. قرار نیست او به جای بچه‌ها کاری را انجام دهد. معمولاً کاردرمانگران در جلسات کاردرمانی مثلاً پای بچه‌ای را کشش می‌دهد که در واقع یک فعالیت منفعلانه و غیرفعال است. ولی مربی یا تسهیل‌گر کارش این است که بچه را در یک فعالیت معنادار مثل کشیدن یک تابلو یا بازی در تئاتر مشارکت دهد. مشارکت در کشیدن تابلو، توسط خود بچه انجام می‌شود. به این طریق خود او میزان کشش را تنظیم می‌کند که اگر احساس درد داشت، آن را کم می‌کند و آسیب به حداقل می‌رسند. بنابراین چون فرد خودش فعال است، یاد می‌گیرد و قرار نیست مربی کاری را به جای او انجام دهد. بنابراین قرار دادن بچه‌ها در گروه‌هایی که بتوانند از هم و با هم یاد بگیرند، اهمیت ویژه‌ای دارد. یکی از معضلاتمان همین موضوع تفکیک است. می‌خواهیم با عادی‌سازی و فرهنگ‌سازی در جامعه تغییر نگرش ایجاد کنیم.

قرار دادن بچه‌ها در گروه‌هایی که بتوانند از هم و با هم یاد بگیرند، اهمیت ویژه‌ای دارد. یکی از معضلاتمان همین موضوع تفکیک است. می‌خواهیم با عادی‌سازی و فرهنگ‌سازی در جامعه تغییر نگرش ایجاد کنیم.

چون بچه‌ها از هم و با هم یاد می‌گیرند. مرکز ما در چهارسال اخیر از مرکز جسمی حرکتی تبدیل به یک مرکز تلفیقی که سه گروه از افراد دارای معلولیت را در کنار هم پذیرش می‌کند، شده است. اوتیسم، افراد کم‌توان ذهنی و افراد دارای معلولیت جسمی. ما یک بچه اوتیسم را در کنار یک بچه سندروم داوون و یک بچه جسمی حرکتی در یک گروه می‌گذاریم. اگر این سه نفر مثلاً با هم توپ بازی کنند اگر توپ از دست کودک جسمی حرکتی که توانایی برداشتن توپ را ندارد بیافتد، کودک کم‌توان ذهنی یا کودک اوتیسم توپ را برایش می‌آورد به این ترتیب تعامل اجتماعی میانشان شکل می‌گیرد.

محیط بخندم، خنده من به دیگران هم سرایت می‌کند. وقتی که حال یک فرد دارای معلولیت خوب باشد، حال خانواده‌اش و حال آشنایان و اطرافیانش هم خوب می‌شود و در نهایت حال شهر و جامعه بهتر خواهد شد.

در مورد فعالیت مرکز توانبخشی و مدرسه آفتاب بیشتر برابمان بگویید؟

این مرکز بصورت روزانه و از ساعت ۸ تا ۱۴ دایر است و بچه‌ها در گروه‌های مختلف به این مرکز می‌آیند. برای آن که بچه‌ها مشارکت بیشتری داشته باشند، نیاز به تنظیمات محیطی بسیار دقیقی داریم. یعنی من به عنوان مدیر و مسئول فنی مرکز باید محیط را به نحوی طراحی کنم که بچه‌ها بتوانند در بهترین شرایط از وسایل، ابزار و مربی در مجموعه استفاده کنند. بچه‌ها را در گروه‌هایی که الزاماً ممکن است همگن هم نباشند تقسیم‌بندی کرده که بتوانند در کنار مربی حل مسئله را یاد بگیرند. مهم‌ترین نکات در یادگیری بچه‌ها، یادگیری آنها از همدیگر است. هیچوقت بچه‌ها را از هم جدا نمی‌کنیم. این یکی از تفاوت‌هایی است که با خیلی از افرادی که در حوزه معلولیت کار می‌کنند، داریم. عقیده داریم این افراد نباید از هم جدا شوند،



قبلا نام این مراکز، مراکز چند معلولیتی بودند که بخاطر بار منفی کلمه، نام آن به مراکز تلفیقی تغییر کرد. چند سالی است که در شهرهای کوچک و دورافتاده مرزی که تعداد جمعیت کمی دارند، این اتفاق شروع شد. واقعیت این است که مراکز تلفیقی بهترین مدل است و در دنیا هم کاملا جا افتاده است. در بسیاری از کشورهای پیشرفته، بچه‌های دارای معلولیت در مدارس عادی درس می‌خوانند و در مراکز نگهداری هم با هم هستند. این همان تغییر نگرش واقعی است که با روش تلفیقی ایجاد می‌شود.

آیا به نظر شما این امکان در کشور ما وجود دارد که کودکان دارای معلولیت جسمی حرکتی که از لحاظ ذهنی مشکلی ندارند، در کنار کودکان دیگر و در مدارس عادی درس بخوانند؟

این بهترین حالت ممکن است، به شرطی که هم معلمان، آموزش لازم را دیده باشند و هم سیستم مدرسه آمادگی و آموزش لازم را دیده باشند. مدارس باید مناسب‌سازی و دسترس‌پذیر باشند و امکانات مورد نیاز این بچه در اختیارش باشد. نه این که آن بچه در بین دانش‌آموزان و در محیط مدرسه ایزوله شود و حتی مورد آزار و اذیت و تمسخر دیگران قرار بگیرد. متأسفانه بارها این موارد در مدارس دیده شده است.

چه تعداد از کودکان دارای معلولیت در این مرکز درس می‌خوانند و از سرویس رفت و برگشت استفاده می‌کنند؟

حدود صد نفر از بچه‌های دارای انواع معلولیت به این مرکز می‌آیند که در زمان‌های مختلف، سرویس‌های مختلف می‌گیرند. در زمان شیوع کرونا، سرویس رفت و آمد بچه‌ها به معطل بزرگی تبدیل شد و ما از خانواده‌ها خواستیم که با همکاری همدیگر، بچه‌هایی که در یک منطقه هستند را بیاورند و ببرند. این کار اکنون هم توسط خود خانواده‌ها انجام می‌شود. واقعیت این است که در دنیا حمل و نقل کودکان دارای معلولیت، با شهرداری و بصورت رایگان است.

در بسیاری از کشورهای پیشرفته، بچه‌های دارای معلولیت در مدارس عادی درس می‌خوانند و در مراکز نگهداری هم با هم هستند. این همان تغییر نگرش واقعی است که با روش تلفیقی ایجاد می‌شود.

متأسفانه علی‌رغم قول‌های زیادی که در رابطه با ون‌های مناسب‌سازی شده به ما داده شده، هنوز این اتفاق نیفتاده است.

آیا بچه‌ها شهریه می‌پردازند؟

بله. شهریه می‌پردازند. در همه مراکز تحت پوشش بهزیستی، دو سوم شهریه را دولت و مابقی را خانواده تقبل می‌کند. البته چون نگاه ما در این مجموعه با نگاه مسئولیت اجتماعی و داوطلبانه است، حدود سی درصد بچه‌ها بصورت رایگان از خدمات مجموعه استفاده می‌کنند. البته این یارانه شامل حال مدرسه نمی‌شود.

آیا برنامه و چشم‌اندازی برای آینده مجموعه دارید؟

آرزو و برنامه‌های زیادی دارم. آرزو دارم که بتوانیم در فضای بهتری پذیرای بچه‌ها باشیم. این ساختمان که در آن مستقریم، ساختمانی قدیمی در منطقه گوهردشت کرج است که متعلق به خودمان است و برای خدمات توانبخشی طراحی نشده است. ما با اضافه کردن فضایی در حیاط و تراس آن را وسعت داده و امکانات بیشتری در آن ایجاد کردیم. آرزو دارم می‌توانستیم در یک محل مناسب و متناسب با استانداردهای حوزه توانبخشی خدمات بهتری ارائه دهیم. آرزو دارم که کتاب‌های بهتری را برای مربیان و کمک مربیان طراحی کنیم تا کاربردی‌تر باشند. در دانشگاه‌ها دانشی را آموزش می‌دهند ولی جایی

وجود ندارد که فارغ‌التحصیلان روانشناسی یا کاردرمانی بعد از تحصیل بتوانند دوره‌های شش تا ده هفته‌ای را بگذرانند و مهارتی بیاموزند. معمولا فارغ‌التحصیلان بدون این که مهارت عملی داشته‌باشند، بلافاصله وارد محیط کار می‌شوند و با آزمون و خطا جلو می‌روند. آرزو دارم که در کشور ما هم مانند بقیه دنیا مدارس فنی حرفه‌ای دایر شود که افراد پس از فارغ‌التحصیلی موظف به گذراندن دوره‌های مهارتی باشند و پس از گرفتن مجوز و گواهینامه، وارد بازار کار شوند. آرزو دارم قانون حمایت از معلولان کاغذی بر روی زمین یا میز نباشد و اگر قوانینی وجود دارد، نسبت به اجرای آن متعهد باشیم.

اگر در ماده ۲۷ قانون حمایت از معلولان آمده که فرد دارای معلولیت شدید باید به اندازه حداقل قانون کار مستمری بگیرد و به بهانه کمبود بودجه این مبلغ را پرداخت نمی‌کنیم، تلنگری به خود بزنیم که این چه قانونی است که از سال ۹۷ نوشته و تصویب شده، ولی اجرا نمی‌شود. یا تبصره یک ماده هفت همین قانون که می‌گوید به مراکز توانبخشی متناسب با هزینه تمام شده‌شان باید یارانه بگیرند و شما می‌دانید که هزینه تمام شده یک مرکز به ازای هر نفر مثلا ۹ میلیون است و به شما ۳ میلیون و ششصد هزار تومان می‌پردازند که معنای آن این است که خدمات با کیفیت جزء دستور کار نیست. در روزگاری که تعداد زیادی از هموطنان ما کشور را به عنوان مهاجرت ترک می‌کنند، با بحران نیروهای متخصص روبه‌رو می‌شویم که اگر زودتر به خود نیاییم و نتوانیم شرایط را به شرایط عادی برگردانیم، آنچه که در انتظارمان است، بسیار نگران کننده است.

امیدوارم دست به دست هم داده، التزامات قانونی را رعایت کنیم، به تعهدات خود پایبند باشیم و هر روز یک قدم، به جلو برداریم شاید روزگاران بهتر از قبل شود.



تلخه آرزوها

فاطمه کنهانی

چند سالی می‌شود که برای عید نوروز و رسیدن بهار، برای توان‌یاب مطلبی می‌فرستم تا قلم ما هم به پیشواز بهار برود. گرچه ممکن است هر سال دل همه‌ی ما به بهار خوش نشود، ممکن است همه برای استقبال از بهار دل و دماغی نداشته باشند یا اصلاً فرصتش را نداشته باشند. به هر حال هر سال از دریچه‌ی دنیای کوچک خودم، سعی می‌کنم ورود بهار را جور دیگری نگاه کنم، بهار دیگری را ببینم و حواسم باشد که این باغچه‌ی کوچک ذهن، این جان سرمازده در زمستان، کمی بهتر از سال قبل باشد.

شاید هر سال نتوانیم پیشرفت‌های چشمگیری داشته باشیم یا به موفقیت‌های بزرگ برسیم؛ اما به زندگی و حتی روزهای تکراری هم که نگاهی بیندازیم، درس‌هایی برای ما هست که گذشت هر سال را ارزشمند می‌کند. اهمیتی ندارد اگر امسال پیشرفتی نکرده‌اید، مهم نیست اگر یک قدم به جلو نرفته‌اید یا حتی به عقب بازگشته‌اید؛ زندگی حتماً همیشه درس‌هایی برای ما دارد.

امسال برای من کمی با سال‌های دیگر متفاوت بود. البته نه اینکه فکر کنید یک سال خیلی خوب یا خیلی بد بوده است، بلکه همه‌چیز یک پله بالاتر بود. سختی‌ها سخت‌تر شدند، شادی‌ها بزرگتر، دردها بیشتر و رنج‌ها عمیق‌تر. با این حال امسال هم تمام شد. این رنج‌های زیاد و دردهای شدید مرا به رویاهای بزرگتری رساند. امسال فهمیدم همیشه اتفاقات خوبی که قرار است رخ بدهند، لزوماً سرشار از شیرینی و شادی نیستند؛ و این شاید درس بزرگ من در این سال باشد.



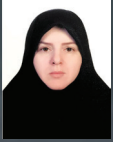
رسیدن به رویاها در نظر مردم شیرین و آسان است. گاهی در خیال می‌بینند که دستشان به آن ستاره‌های بلند آرزوها رسیده و جز حلاوت رسیدن به قله، طعم دیگری را احساس نمی‌کنند. باید برایتان بگویم که تمام طعم رسیدن به رویاها، شیرین نیست. اتفاقات خوب، تغییرات مثبت و حتی تحقق رویاها، می‌توانند با درد و غم همراه باشند. وقتی رویایی محقق می‌شود، نفسی از سر شادی و آسودگی می‌کشی و بعد سر برمی‌گردانی و نگاهی به مسیر می‌اندازی. ممکن است تمام مسیر سراسر درد و رنج و سختی باشد. در این مسیرهای سخت گاهی تصور می‌کنی که راه را اشتباه آمده‌ای و این همه رنج، نمی‌تواند به یک آرزوی شیرین منتهی شود. حتی ممکن است بارها مسیر را برگشته باشی. گاهی هم در این راه با اینکه می‌دانی در حال بالا رفتن و رسیدن به آرزوها هستی، باز هم روزهایی می‌رسد که ناامید می‌شوی، کم می‌آوری و طاقت

تمام می‌شود. پس عزیز نادیده، هر جای این دنیا و در هر مسیری که هستی، به خودت حق بده که خسته شوی، در همان مسیر بنشین و استراحت کنی؛ اما دوباره برخیز. اگر روزهای سختی را می‌گذرانی، شاید در مسیر رویایی هستی، اگر دردی داری، شاید دستت به سوی درمانی دراز شده و اگر طاقت تمام شده، بدان که بالاخره این سرمای زمستان هم تمام می‌شود و دلت گرم می‌شود به رسیدن‌ها.

این درس بزرگ امسال من بود. تو با درد متولد می‌شوی، با رنج بزرگ می‌شوی و در همین درد و رنج‌ها می‌آموزی. آرزوها و رویاها شیرین هستند، رسیدن به آنها شیرین‌ترین اتفاق زندگی‌ست؛ اما اگر تلخی‌های مسیر را از سر گذرانی و تحمل نکنی، به یک شیرینی تمام و کمال نخواهی رسید.



رنج مطلوب



نیلوفر صدری
دکترای تعلیم و تربیت

صحنه عالم محل کشمکش انسان با مصیبت و بلاهاست. بلا و مصیبت هایی که انسان بی‌یاور را در این دنیا رنجور و نالان می‌کند و به سادگی مسیر زندگی را تغییر می‌دهد. تجربه تمام انسان‌ها در زندگی شخصی خود در طی تاریخ گواه بر این است که بخش مهمی از زندگی آدمی توأم با درد و رنج است. هر فردی در زندگی خود لزوماً با درد و رنج مواجه می‌شود تا آنجا که می‌توان رنج را زبان مشترک انسان‌ها نامید. رنج‌ها و دردها که زندگی انسان را فراگرفته‌اند، همواره ذهن تاریخ بشر را به این مسئله درگیر کرده است. همین حقیقت فوق‌العاده‌هایی بخش است زیرا موقعیت و شرایطی را ایجاد خواهد کرد که ما چشم‌اندازی واقع‌گرایانه نسبت به خودمان پیدا کنیم و منطقی‌تر فکر کنیم، تا راه‌حل بهتری را بیابیم و بتوانیم از میان این رنج‌ها، رنج مطلوب زندگی را درک و در جهت درست از آن استفاده کنیم. رنج مطلوب به بیان ساده رنجی است که انسان در طول زندگی خود با آن مواجه می‌شود و این رنج موجب رشد فردی، اجتماعی، روحی و معنوی و روانی و ... می‌شود و از همین روست که گفته می‌شود نوع نگاه فرد به رنج و شرایط زندگی او است که موجب رسیدن به اهدافش می‌شود.

اگر زندگی رنج‌بردن است پس برای زنده ماندن ناگزیر باید معنایی



در رنج بردن یافت. (ویکتور فرانکل) لذا برای یافتن معنای زندگی ناگزیر به پذیرش رنج‌هایمان و برخورد هوشیارانه با آنها هستیم. یکی از اهداف مهم روانشناسی یافتن معنای رنج هر انسانی و طراحی نقشه راه فرد در مواجهه و استفاده بهینه از رنج‌هایش می‌باشد که در سایه طی کردن چنین مسیر آگاهانه انسان ابتدا به رنج مطلوب دست‌یافته و چنانچه بتواند با سر بلندی از این رنج عبور کند به رنج و گنج متعالی دست یافته که هدف و غایت آن ایجاد آرامش روان برای انسان است. در آموزه های دینی رنج حضرت ایوب (ع) نمونه بارز رنج متعالی است که در سایه آن انسان سرا پا به آرامش می‌رسد و به قول شاعر در می‌ابد که؛ هر چه از دوست رسد نیکوست.

از این رو می‌توان گفت که «میزان» رنج بشر کاملاً نسبی است. به همین دلیل ممکن است رویداد بسیار ناچیزی موجب بزرگ‌ترین شادمانی‌ها گردد. در شرایط نامناسب از قبیل کمبود خواب، غذای ناکافی و فشارهای روانی گوناگون، نوع پذیرش رنج‌ها و تحمل آن‌ها حکایت از یک عظمت درونی بکر دارد و همین آزادی معنوی هست که هیچ کس نمی‌تواند آن را از انسان‌ها برباید و این انسان با این رنج‌ها زندگی را پرمعنا و با هدف بسازد. رنج بخش غیرقابل ریشه‌کن شدن زندگی است. زندگی بشر بدون رنج و مرگ کامل نخواهد شد. در زندگی انسان‌ها، استفاده بهینه و تبدیل رنج‌ها به فرصت‌هایی برای رسیدن به تعالی و رشد در همه ابعاد جسمی، روانی و روحی، و اینها نیازمند آگاهی و دانایی است.

در قرآن آمده است: ﴿ما انسان را در رنج آفریدیم﴾. خلقت انسان بر اساس رنج و مشقت است و هیچ شأنی از شئون حیات را نخواهد دید که توأم با تلخی‌ها و رنج‌ها و خستگی‌ها نباشد. آن روزی که در شکم مادر روح به کالبدش دمیده

تا روزی که از این دنیا رخت ببندد هیچ راحتی و آسایشی که خالی از سختی و مشقت باشد نمی‌بیند و هیچ سعادت را خالص از شقاوت نمی‌یابد. تنها خانه آخرت است که راحتی اش آمیخته با سختی و رنج نیست.

رنج: رنج واژه‌ای فارسی است که در لغت به معنای سختی، زحمت، مشقت است و روانشناسان آن را این‌گونه تعریف کرده‌اند:

رنج حالتی درونی و روانی که در نتیجه مغلوب شدن و ناکام ماندن از رسیدن به هدف و به فرجام

درد معمولاً ماهیتی جسمی دارد و رنج ماهیتی روحی.

نرسیدن خواسته‌های انسان در او پدید می‌آید. تعبیری نظیر فشار، ناکامی و رنج به منظور نشان دادن این حالت به کار می‌روند که تقریباً معنای همه آن‌ها یکی است.

رنج بخشی جدایی‌ناپذیر از سرشت زندگیست. رنجی که همزاد ماست، همیشه بوده، هست و خواهد بود. فقط از شکلی به شکل دیگر تغییر می‌کند. مثل لیوان آبی که امروز نوشیدیم و می‌دانیم میلیون‌ها سال قبل از ما بوده و میلیون‌ها سال بعد از ما خواهد بود. با حرارت بخار می‌شود، در سرما یخ می‌زند، سوار بر ابر به سفر می‌رود، به نام باران دوباره به زمین باز می‌گردد، مدتی در خاک ناپدید می‌شود و بعد در قلب تریچه‌ای قرمز به سفره ناهار ما باز می‌گردد. قطره‌های آبی که در چرخه‌های بی‌پایان بارها و بارها رفته و باز گشته‌است. زمانی

هم که ما نیستیم این لیوان آب خواهد بود تا تشنه دیگری را سیراب کند. حتی اگر با شکاف هسته‌ای اجزایش را بشکافیم و آن را به ماده ای دیگر یا انرژی تبدیل کنیم باز هم راهی به عدم ندارد.

رنج هم همین‌گونه است. روی دیگر سکه بودن است. نه تنها در تمام مسیر زندگی همراه ماست بلکه پیش از ما بوده و بعد از ما هم خواهد بود. رنجی که نیاکان ما بردند، رنجی که ما می‌چشمیم و آنچه در انتظارنسل‌های بعد از ما است. رنج منهدم نمی‌شود فقط در کیفیت، شدت و مدت آن تغییراتی حاصل خواهد شد و صورتی تازه به خود خواهد گرفت. البته می‌دانم تشبیه رنج به ماده و انرژی فقط یک استعاره است و استعاره هم همیشه یک پایش می‌لنگد.

شاید ادبیات در پرداختن رنج از فلسفه و روانشناسی موفق‌تر بوده است. زیرا آن زمان که اینها می‌کوشند رنج را تعریف و تفسیر کنند ادبیات راوی رنج است. به همین دلیل ادبیات جهان بیش از هر چیز روایت رنج آدمی است. «داستایوفسکی» یکی از بهترین نویسندگان در این زمینه است. او که در زندگی واقعی خود رنج بسیار برده، در روایت آن هم بسیار موفق بوده است. در بخشی از جنایت و مکافات می‌گوید: درد و رنج برای ذهنی روشن و قلبی مهربان اجتناب‌ناپذیر است. من بر این باورم که در این جهان انسان‌های بزرگ باید بار اندوهی بزرگ را بر دوش بکشند. (داستایوفسکی، ۱۳۹۸)

رنج جلوه‌های فراوان دارد. احساسات ناخوشایند نظیر ترس، تشویش، تحقیر، خشم، نفرت، انزوا، اندوه، الم، ملال، شرم و مفاهیمی از این دست همگی ریشه در رنج دارند. در این میان اشاره به شباهت دو مفهوم درد و رنج هم مفید است. درد معمولاً ماهیتی جسمی دارد و رنج ماهیتی روحی. درد زمانی رخ می‌دهد که اختلالی در بخشی از



بخشی از ماجراست و تمام داستان نیست.

ظاهراً راهی برای رهایی از رنج وجود ندارد. در نتیجه بجای جستجوی روشی برای حذفش از زندگی باید راهی برای همزیستی با آن بیابیم. بی‌تردید هیچ نسخه یگانه‌ای هم وجود ندارد که به کار همگان بیاید. هر کس باید راهی برای خویش بیابد. برخی از روانشناسان و متفکران معاصر نظیر ویکتور فرانکل مولف کتاب «انسان در جستجوی معنا» یا اروین یالوم از بنیان‌گذاران «روان‌درمانی وجودی»، پیشنهاد می‌کنند برای زیستن با رنج برایش معنایی پیدا کنید. این معنا می‌تواند هر چیزی باشد. ممکن است یکی معنای رنج را در عشق به شغل و حرفه‌ای که دوست دارد بیابد. یکی در جستجوی علم باشد و دیگری در پی ثروت و یکی در ارتباط با معنویت و خداوند. کارل گوستاو یونگ در نظریه روان‌درمانی خود می‌گوید: رنج‌ها نباید شما را غمگین کند رنج‌ها باید شما را هوشیار کند که زندگیتان تغییر لازم دارد.

بسیاری از رنج‌های ما میراث مشترکی است که از گذشته و در قالب سنت و فرهنگ به ما رسیده‌اند و خود مولد رنج‌های تازه هستند. بنابراین، رنج بیش از آنکه در دنیای بیرون وجود داشته باشد در ذهن فردی و جمعی ما ساخته و پرداخته می‌شود.

همین دلیل بسیاری از رنج‌های ما میراث مشترکی است که از گذشته و در قالب سنت و فرهنگ به ما رسیده‌اند و خود مولد رنج‌های تازه هستند. بنابراین، رنج بیش از آنکه در دنیای بیرون وجود داشته باشد در ذهن فردی و جمعی ما ساخته و پرداخته می‌شود. زیرا مبتنی بر تفسیر ما از جهان هستند نه الزاماً آنچه در جهان رخ می‌دهد. البته بدیهی است که محیط، جامعه، اقلیم و سایر عوامل بیرونی در افزودن یا کاستن از رنجی که می‌بریم نقش دارند. اما این فقط

بدن رخ داده‌است یا عامل مزاحمی مثل باکتری یا ویروسی ناخوانده و مزاحم نظم آن را بر هم بزند. اما چه بسیاری رنج‌هایی که هیچ ارتباطی به بیماری ندارند. همه کسانی که در عین صحت و سلامت جسمی هستند اما به هر دلیل گرفتار ملال یا اندوهی عاطفی شده‌اند رنج می‌برند بی‌آنکه دردی در جسم خود داشته باشند.

به همین دلیل شناسایی و سنجش کمیت درد آسان‌تر از رنج است. مثلاً دو بیمار هم سن و سال و با شرایط جسمی مشابه اگر نیاز به جراحی آپاندیس داشته باشند از نظر علم پزشکی میزان درد مشابهی را تجربه خواهند کرد. اما میزان رنجی که می‌برند متفاوت است. زیرا درد را سیستم عصبی درک می‌کند و روایت رنج را نظام فکری و نگرش فرد می‌سازد. به سخنی دیگر، رنج هر یک از ما بیش از هر چیز مبتنی بر روایت ما از محیط و رخداد‌های زندگی شکل می‌گیرد. روایتی که چه بسا توهمی بیش نباشد، اما آن را تنها روایت واقعی می‌دانیم و باور می‌کنیم. به



دست مصنوعی بیونیک

توانایی عضو قطع شده را برگرداند



کارین زن ۵۰ ساله سوئدی که به عنوان "زن واقعی بیونیک" شناخته می‌شود، ۲۰ سال پیش در سانحه تصادف دست راست خود را از دست داد.

او سال پیش، یک اندام رباتیک پیشگامانه را دریافت کرد که با سیستم عصبی و اسکلتی او ترکیب شده بود و اندام مصنوعی راحتی را برای او فراهم می‌کرد. کارین که در دو دهه گذشته، درد وحشتناک اندام فوقانی را تحمل کرده بود، می‌گفت: "احساس

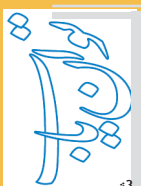
می‌کردم دستم را در چرخ گوشت گذاشته‌ام و برای رهایی از این درد طاقت فرسا مجبور بودم دوز بالایی از مسکن‌های مختلف را مصرف کنم."

این روش به طور موثری او را از درد اندام فوقانی که سال‌ها تجربه می‌کرد خلاص کرد و به او قدرت کنترل بازو با مغزش را داد.

در این تکنولوژی جدید، الکترودهایی که در اعصاب قطع شده بود، در عضلات بازو کاشته و به بازو متصل شد.

در مطالعه اخیر در (Science Robotics) توانایی او را در انجام فعالیت‌هایش را تا ۸۰٪ بالا برد. از وظایف قبلی خود و حتی وجود احساس در بازوی مصنوعی، نشان دهنده ادغام بالای آن در زندگی روزمره او است.

دست مصنوعی بیونیک به کارین اجازه می‌دهد، دستگیره‌های در را بچرخاند، غذا بپزد و فعالیت‌های روزمره بیشتری انجام دهد، که نشانه‌ای است که اکنون "به شدت" با زندگی او ادغام شده است. اگرچه کامل نیست، اما گامی در مسیر درست برای کمک به افراد بیشتری است که نیاز دارند!



چیست؟

خودپذیری

آیا تمام جوانب منفی و مثبت خود را می‌پذیرید؟



خودپذیری یا پذیرش خود چیست؟

در ساده‌ترین تعریف، خود‌پذیری یعنی اینکه شما خودتان را به‌صورت کامل و همان‌طور که هستید، بپذیرید. خود‌پذیری یعنی اینکه شما هم‌پذیرای نکات مثبت وجود خود باشید و هم‌پذیرای نکات منفی وجودتان.

بنابراین خود‌پذیری فرایندی است که انسان را به سوی پذیرش افکار و احساسات، بدون انکار یا طفره رفتن، متمایل می‌کند. فقدان خودپذیری باعث می‌شود که تمایلی به پذیرش افکار و احساسات خود نداشته باشید و در نتیجه به خود انکاری روی آورید.

بنابراین مفهوم درست خود‌پذیری این است که به جای انکار، انتخاب، نادیده انگاشتن یا سرکوب کردن آن چیزهایی که در وجود خودتان نمی‌پسندید، صادقانه آن حقایق را در مورد خود بپذیرید.

خود‌پذیری به معنای آنکه شما نمی‌توانید چیزهایی را که در وجود خودتان دوست ندارید، تغییر دهید، نیست! بلکه اتفاقاً اولین قدم، تنها روشی است که شما می‌توانید چیزهایی را که نمی‌پسندید را تغییر داده و بهبود بخشید. آیا می‌دانید چرا در دنیای امروز خودپذیری این قدر سخت شده؟

آیا به خاطر قد خیلی کوتاه یا خیلی بلند، خیلی لاغر بودن یا چاقی بیش از حد، ارزشمندی خود را از دست داده‌اید؟

آیا نکات منفی وجودتان شما را به خود انکاری وا می‌دارد و یا با خود‌پذیری و عشق ورزیدن به خودتان، سعی در حفظ حس ارزشمندی‌تان دارید؟

احساس خود ارزشمندی کلید رسیدن به موفقیت در زندگی است و اگر نتوانید خودتان را همان‌طوری که هستید بپذیرید، هرگز به ارزشمندی نمی‌رسید! شما در دوره رسیدن به ارزشمندی می‌آموزید که چگونه خودتان را همانگونه که هستید، پذیرفته و به ارزش درونی خود پی ببرید.



احساسات خود را بپذیرید.

درست است که خود پذیری شما را به سوی لمس و پذیرش احساسات سوق می‌دهد، اما این به معنای اینکه احساسات بر امور حکمفرما و تفکر منطقی ناتوان شود، نیست.

به عنوان مثال، فرض کنید شما امروز حوصله کار کردن را ندارید اما می‌دانید که مجبورید سر کار بروید، چرا که در حال تکمیل یک پروژه مهم هستید.

فردی که مهارت خود پذیری ندارد، در اینگونه مواقع به طور خودکار سعی بر تکذیب یا سرکوب احساساتش دارد.

چرا که نمی‌داند چگونه می‌توان واقعیت و احساسات را همزمان در نظر گرفت.

تداوم این نادیده گرفتن احساسات می‌تواند به صورت مشکلات روحی مانند؛ ناامیدی، استرس، خستگی یا حتی عصبانیت نمود پیدا کند.

این قضیه به این دلیل اتفاق می‌افتد که به احساس حقیقی خود توجه نکرده و روز خود را با خودانکاری و نادیده گرفتن واقعیت آغاز می‌کنید.

در نتیجه نمی‌توانید رفتار مناسبی برای چاره اندیشی در این موقعیت، اتخاذ کنید.

چرا که در وجود خودتان تضاد وجود دارد و دچار علائم روحی اشاره شده در بالا هستید.

البته در موقعیت یاد شده، کسی که دارای مهارت خود پذیری است، می‌تواند اعتراف کند که حوصله کار کردن ندارد اما همزمان با پذیرش احساسات خود، پروژه کاری خود را نیز تکمیل می‌کند.

در نتیجه اینگونه افراد روز خود را با ذهنی روشن آغاز کرده و روی کار خود تمرکز می‌کنند.

برخلاف افراد دیگر که ترجیح می‌دهند در مقابل احساسات خود با تکذیب یا سرکوب آن، مقاومت کنند.

تمرین کنید، چه چیزی را باید بپذیرید

پذیرفتن هر آنچه تجربه کرده اید یا در حال تجربه آن هستید، یکی از اجزای اساسی خود پذیری است و حتی ممکن است نقش مهمی در تعیین میزان سلامتی شما در آینده داشته باشد. بسیاری از پزشکان معتقدند، شمار زیادی از بیماری‌هایی که افراد به آن مبتلا می‌شوند، ناشی از احساساتی منفی است که در طول زندگی دچار شده اند اما آنها را بروز نداده‌اند، است.

مادامی که فردی قادر به پذیرش احساساتی مانند تنفر، عصبانیت و خشم نباشد و نتواند از طریق بخشیدن آنها به رهایی برسد، تأثیرات منفی بر زندگی‌اش خواهند داشت.

در حقیقت، بیمارانی که به نظر درمان ناپذیر بوده‌اند، چگونه با پذیرفتن اشتباهات و ناراحتی‌های موجود در گذشته شان و بخشیدن آنها، شفا یافته‌اند.

هرچند این بخشش برای بسیاری از بیماران آسان نیست و لازمه اش شجاعتی است که بتوان از طریق آن با دردی که در سراسر زندگی سرکوب شده، مواجه شد.

در این مرحله است که بیماران واقعیت شرایط خود را اعتراف،

تجربه و درک می‌کنند و توانایی رهاکردن انرژی منفی که در زندگی باعث احساس بیماری در آنها شده را می‌یابند.

این مثال تنها یکی از سودمندی‌های قابل توجه خودپذیری است که در زندگی شما نمود پیدا می‌کند.

خود پذیری به معنای دوست داشتن نکات منفی‌تان نیست!

یکی از بزرگ‌ترین مفاهیم اشتباه که افراد در مورد خودپذیری به آن باور دارند این است که تصور می‌کنند خودپذیری یعنی هر چیزی را باید دوست داشته باشند و قادر به تغییر دادن هیچ چیز نخواهند بود. این باور نمی‌تواند برآمده از یک حقیقت باشد!

مهم است بدانیم، خودپذیری لزوماً به معنای دوست داشتن یا لذت بردن از همه آن چیزهایی که پذیرفته‌ایم، نیست!

بلکه به معنای پذیرش واقعیت صحیح یک موقعیت است. چه آن واقعیت برایمان خوشایند باشد، چه نباشد!

افرادى که خودشان را پذیرفته‌اند، درک می‌کنند که فرار از مشکلات، راه حل آن نیست.

اینگونه افراد همچنین درک می‌کنند که همزمان با پذیرش چیزهایی که دوست ندارند، می‌توانند آنها را تغییر داده یا بهبود بخشند.

هر خطایی، همیشه علتی دارد

خود پذیری باعث می‌شود شما احساس رحم و شفقت نسبت به خود پیدا کنید و دوست خود شوید. این حالت بدین معنا نیست که اگر کاری انجام دادید که باعث شرمساری یا تأثر است، تلاش کنید کار اشتباه خود را درست جلوه دهید. خود پذیری باعث می‌شود که رفتار خود را مورد بررسی قرار داده و در آن تجدید نظر کنید.

این عمل مستلزم آن است که چرایی انجام یک رفتار را درک کنید.

باید بفهمید چرا یک رفتار باعث احساس بد یا احساس خوشایند می‌شود و در چه زمانی کدام رفتار مناسب یا حتی ضروری است.

هرچند تقریباً امکان ندارد به چرایی رفتار کسی در وهله اول و بدون مشاهده انگیزه‌ها و علل درونی که به افراد اجازه انجام رفتاری را می‌دهد، پی ببریم.

هنگامی که در حال تمرین خود پذیری هستید، بسیار مهم است درک کنید، همیشه در بعضی از انواع موضوعات که بدترین رفتارها در آن نمود پیدا می‌کند، می‌توانید قبل از انجام آن رفتار نادرست،

اشتباه بودن آن را احساس کنید.

بنابراین در مفهوم درست، خود پذیری ناشی از رفتار اشتباه، درست انگاشتن یا بالعکس نیست.

بلکه خود پذیری یعنی درک موضوعات و نتایج رفتارهایی که از شما سر می‌زند.

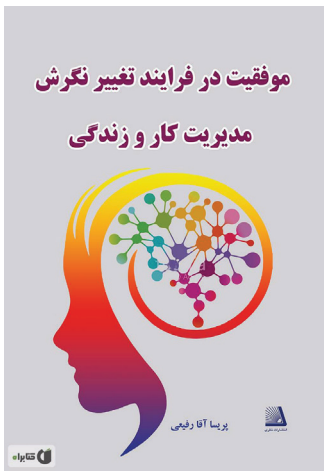


معرفی کتاب

نام کتاب: موفقیت در فرآیند تغییر نگرش در مدیریت کار و زندگی

نویسنده: پریسا آقا رفیعی

ناشر: انتشارات نظری، ۱۳۹۷



کتاب حاضر در حوزه روان‌شناسی است. نویسنده در این کتاب به مهم‌ترین و کارآمدترین روش‌های نوین موفقیت می‌پردازد. در ابتدا نگارنده با بیان این که قدرتمندترین وسیله‌ای که افراد در بدو تولد در اختیار دارند، مغز آنهاست و نیز عنوان می‌کند که مغز از تمام کامپیوترهای جهان قوی‌تر است و افراد باید قدر آن را بدانند.

در مبحثی دیگر نویسنده این سوال را مطرح می‌کند که آیا تا به حال به چیزهایی که در زندگی تغییر داده‌اید، فکر کرده‌اید؟ رفتار با دوستان، کار، مسائل ظاهری مانند؛ لباس، آدرس و موارد دیگر. تا زمانی که ذهن خود را تغییر ندهید، چیزی تغییر نمی‌کند و همان تجربه‌های قبل برای شما تکرار می‌شود. شاید مسائل از بیرون تغییر کنند، اما درون شما نه. همه ما می‌دانیم که برای پیشرفت هیچ مرزی وجود ندارد و انسان این توانایی را دارد که نگرش خود را در طول زندگی و در مسیر موفقیت تغییر دهد.

اصولا افرادی که نسبت به زندگی نگرش درستی دارند، در مقابل مشکلات استقامت بیشتری از خود

نشان می‌دهند و تنها به هدف نهایی فکر می‌کنند. آنها در بحرانی‌ترین زمان‌ها دیدگاه خوش‌بینانه‌ای به فرصت‌های پیش روی خود دارند و در مواقع حساس و ضروری ریسک را به جان می‌خرند تا به هدف اصلی برسند. انسان‌های موفق هم ممکن است دارای محدودیت‌هایی باشند، اما آنها یاد گرفته‌اند که همه چیز به آنها بستگی دارد، به اینکه چگونه فکر می‌کنند و باور دارند.

شما باید بدانید که تغییرات سریع اتفاق نمی‌افتند که بتوانید آنها را به چشم ببینید، بعضی تغییرات ذهنی و نگرشی هستند که باعث تغییرات در زندگی می‌شوند. اگر بخواهید در زندگی پیشرفت کنید، ابتدا باید تغییرات را در درون خودتان به وجود آورید. اگر خواهان موفقیت هستید، باید نگرش خود را مانند افراد موفق تغییر دهید. نگرش، یک ساختار روان‌شناختی است که فکر احساس را در بر می‌گیرد و چیزی جز برداشت افراد از دنیای اطراف نیست؛ در حقیقت باورها و افکار و برنامه‌ریزی‌های ذهنی هستند که زندگی انسان را تغییر

می‌دهند. در فصل آخر، نویسنده چند راه موثر برای افزایش امید به زندگی را عنوان می‌کند مواردی نظیر: پرهیز از مصرف سیگار و مواد مخدر، افزایش فعالیت بدنی و ورزش منظم، جلوگیری از چاقی و اضافه وزن، کنترل استرس و فشار روانی، خوش‌بینی و تفکر مثبت و داشتن فعالیت مغزی را شامل می‌شود که این موارد از مهم‌ترین راه‌های پیشگیری از بیماری‌ها هستند. ضمناً خوردن میوه و سبزی، مصرف مواد معدنی، مصرف مایعات مانند آب، چای و خصوصاً چای سبز، پرهیز از قرار گرفتن در معرض نور مستقیم خورشید، شاد بودن، داشتن خواب کافی، معاینات منظم پزشکی و ازدواج مناسب فاکتورهایی هستند که موجب بهبود سلامت جسمی و روانی افراد می‌شوند و در تغییر نگرش، ایجاد نگرش مثبت و افزایش امید به زندگی افراد نقش بسزایی دارند.



مصرف روزانه سماق، معجزه می‌کند!

نشریه ملکی دلتا
yektanet.com



سماق یکی از محبوب‌ترین و مفیدترین ادویه‌هایی است که بیشتر در مدیترانه و خاورمیانه استفاده می‌شود و طعم ترش و بی‌نظیری دارد. سماق یکی از ادویه‌های کاربردی در آشپزخانه ما ایرانی‌ها است که قرن‌هاست از آن در طب سنتی برای درمان و بهبود وضعیت سلامت بدن استفاده می‌شود. مزه ترش سماق موجب طعم بخشیدن و خوشمزه شدن غذاها می‌شود و مصرف آن می‌تواند فواید بی‌نظیری به بدن برساند. در ادامه مطلب با دلتامگ همراه باشید تا مهم‌ترین خواص و فواید سماق را بشناسید.

باید‌ها و نباید‌های مصرف سماق
بهبود هضم غذا

سماق به درمان اختلالات گوارشی، ناراحتی معده، رفلاکس و حرکات نامنظم روده کمک می‌کند. اضافه کردن مقداری سماق به غذا موجب می‌شود تا روند هضم بهبود پیدا کند و فرد کمتر با مشکلات گوارشی روبه‌رو شود. خوردن سماق همراه با غذا می‌تواند علائم زخم معده را کاهش دهد و بواسیر را درمان کند.

هضم بهتر غذا
کنترل دیابت

مصرف سماق می‌تواند به کاهش سطح کلسترول و قند خون کمک کند. افرادی که از سماق در رژیم غذایی خود استفاده می‌کنند، قند خون آن‌ها بهتر کنترل می‌شود.

تاثیر سماق بر لاغری

فعالیت آنزیم ضد لیپاز در سماق موجب تجزیه روغن‌ها و چربی‌ها می‌شود. خوردن سماق می‌تواند جذب چربی در روده کوچک را مسدود کند و از این‌راه نیز به کاهش وزن کمک نماید. اگر به دنبال روش‌های سالم برای لاغری هستید حتماً چیزهایی در مورد خواص سماق و ماست نیز به گوشتان خورده است. اضافه کردن مقداری سماق به ماست موجب افزایش چربی سوزی بدن و کنترل دیابت می‌شود.

لاغری با سماق و ماست
رفع مشکلات مثانه

سماق ادرارآور است و به حذف مواد سمی از بدن کمک می‌کند. مصرف سماق می‌تواند به درمان التهاب و درد مثانه کمک کند و ناراحتی‌های مربوط به مثانه را درمان کند.

درمان سرفه و بیماری‌های تنفسی

سماق سرشار از ویتامین C است و یک گیاه بی‌نظیر برای درمان سرماخوردگی مثل سرفه و گلودرد محسوب می‌شود. از طرف دیگر خوردن چای سماق می‌تواند به رفع مشکلاتی مثل آسم، بیماری‌های تنفسی، گلودرد و عفونت گلو کمک کند.



پیام دبیر کل سازمان ملل به مناسبت روز بین‌المللی افراد دارای معلولیت



روز بین‌المللی افراد دارای معلولیت امسال به ما یادآوری می‌کند که برای دستیابی به اهداف توسعه پایدار باید به این وعده خود عمل کنیم؛ اینکه ما هیچ‌کسی را به ویژه ۱/۳ میلیارد فرد دارای معلولیت در سراسر جهان را فراموش نخواهیم کرد.

امروز، در نیمه راه رسیدن به دستور کار ۲۰۳۰، افراد دارای معلولیت همچنان با تبعیض سیستماتیک و موانعی مواجه هستند که مشارکت معنا دار آنان در تمام عرصه‌های جامعه را محدود می‌سازد.

برای افراد دارای معلولیت توسعه پایدار واقعی مستلزم تمرکز همه‌جانبه بر نیازها و حقوق آنان به عنوان نه تنها ذینفع بلکه مشارکت‌کنندگان فعال در زندگی اجتماعی، اقتصادی و سیاسی است.

این یعنی مطمئن شویم افراد دارای معلولیت در فرایند تصمیم‌گیری هر کشور جهت دستیابی به اهداف توسعه پایدار، از بهداشت و ریشه‌کنی فقر تا آموزش و اقدامات اقلیمی، مطابق کنوانسیون حقوق افراد دارای معلولیت حضور دارند.

سازمان ملل متحد نمونه‌ای موفق در استراتژی مشارکت همه‌پذیر معلولیت و حمایت از کشورهای عضو در جهت پیشبرد این موضوع برای افراد دارای معلولیت و با کمک آنان، است.

در این روز مهم، من از جهان می‌خواهم که همراه افراد دارای معلولیت برای طراحی و اجرای راه‌حلی بر اساس حقوق برابر در هر کشور و جامعه اقدام نماید.

پیام مدیرعامل مجتمع رعد به مناسبت ۱۲ آذر

می‌بایست زمینه مشارکت افراد دارای معلولیت را در حل مسائشان فراهم کرد
مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد به‌عنوان یکی از با سابقه‌ترین سازمان‌های مردم‌نهاد ایرانی در عرصه آموزش و توانمندسازی افراد دارای معلولیت، فرارسیدن ۱۲ آذر را با همراهی جامعه افراد دارای معلولیت، خانواده‌ها، مدرسان، مربیان و دیگر مشارکت‌کنندگان و حامیان گرامی می‌دارد.
ضرورت توجه به این گروه از شهروندان و دیده شدن حقوق و نیازهای آنها ما را برآن می‌دارد تا به حل مسائل و مشکلاتشان همت کنیم و با تمرکز بر فرصت‌های برابر به راحل‌هایی که مشارکت عزیزان دارای معلولیت را تأمین و تضمین کند، بیندیشیم تا زمینه‌ساز تغییر نگرش در جامعه خود باشیم.



نمایشگاه پارآرت توکیو با نمایش ۸ اثر از هنرمندان ایرانی برگزار شد



نمایشگاه مجازی پارآرت به نشانی www.paraart.jp برای بازدید علاقه‌مندان قابل مشاهده است.
نمایشگاه «خط - نقاشی» توسط مدرسه عالی هنر پارآرت با حمایت مؤسسه خیریه نیپون کیوکای راه‌اندازی شده، این مدرسه در سال ۱۹۸۶ به‌عنوان نمونه مدرسه هنری برای گسترش و ارتقا هنر افراد دارای معلولیت در توکیو افتتاح شده است.
نمایشگاه پارآرت با همکاری سازمان‌های مردم‌نهاد سایر کشورها از جمله مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد به مناسبت روز جهانی افراد دارای معلولیت با هدف تقویت خودباوری و اعتمادبه‌نفس، بالا بردن آگاهی‌ها و درک عمومی از مسائل و ترویج مبادلات هنری افراد دارای معلولیت در عرصه‌های بین‌المللی با شعار «هنر فراسوی محدودیت‌ها و معلولیت‌ها» در شهر توکیو برگزار می‌شود.

نمایشگاه پارآرت در توکیو با آثاری از آرش رزقی بارز، گلارا تأملی، حسن گلیوری، معصومه رحیمی، سمانه احسانی نیا، شلیرعنبری، زهرا قرش پور و زهرا پسندی در نمایشگاه پارآرت زاین برگزار شد.
نمایشگاه نقاشی پارآرت با آثار نقاشی و خوشنویسی ۲۳۷ هنرمند از ۲۳ کشور از جمله هنرمندان نقاش ایرانی با همکاری مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد در شهر توکیو برگزار شد.
در این نمایشگاه آثاری از آرش رزقی بارز، گلارا تأملی، حسن گلیوری، معصومه رحیمی، سمانه احسانی نیا، شلیرعنبری، زهرا قرش پور و زهرا پسندی به نمایش درآمد.
پارآرت ۲۰۲۳ به صورت حضوری و مجازی از ۲۰ تا ۲۴ دسامبر در شهر توکیو برگزار شد و در حال حاضر



گزارشی از گرامیداشت روز جهانی افراد دارای معلولیت

سفیران توانمندی رعد چالش‌های خود را بیان کردند



خطی می‌شود و در این زمان برای اینکه به لذت پایدار دست پیدا کنیم می‌بایست دیگران را در شادی‌هایمان سهیم کنیم و کمک به دیگران معنی صحیح مسؤولیت اجتماعی است که هر نفر از ما باید به آن فکر کنیم، خودم چه کاری می‌توانم انجام بدهم و چه نقشی ایفا کنم. از این مرحله به بعد ما شروع می‌کنیم به معنا ساختن و به مسؤولیت خودمان در برابر خویشتن، خانواده، جامعه و حتی آینده جهان فکر می‌کنیم.

میناسیان با اشاره به مفهوم تنوع (Diversity) گفت: این عبارت به معنای توجه به تفاوت‌ها و ارزش آنهاست، نقطه مقابل محو شدن و دیده نشدن است به معنای آن است که کدام یک از ما حاضریم در محل کارمان با یک نفر سندروم داون همکار شویم و با او کار کنیم اگر می‌خواهیم این افراد در جامعه حضور داشته باشند، باید برایشان تبعیض مثبت قائل شویم و با رواداری، جامعه را برای پذیرش و حضور افراد دارای معلولیت آماده کنیم.

مدیرعامل رعد در ادامه هدف از برگزاری این همایش را پیدا کردن نقش و مسؤولیت هر فرد در قبال افراد دارای معلولیت عنوان کرد و افزود: رسیدن به این نقش و مسؤولیت معنای «دگر دوستی مؤثر» است در این شرایط ما می‌توانیم به خوشحالی ماندگار برسیم و اطمینان داشته باشیم

به مناسبت فرا رسیدن روز جهانی افراد دارای معلولیت، همایش «چالش‌های اشتغال برای ۱۰ میلیون نفر فرد دارای معلولیت» با حضور تعدادی از مدیران عامل مؤسسات کاریابی، مدیران منابع انسانی و اعضا هیأت مدیره و هیأت امنای مجتمع رعد برگزار شد. به گزارش روابط عمومی مجتمع رعد؛ در ابتدای این مراسم آنت میناسیان مدیرعامل مجتمع رعد با بیان تاریخچه‌ای از فعالیت‌های این مؤسسه، افزود: رعد حدود ۴۰ سال پیش با مأموریت آموزش و اشتغال افراد دارای معلولیت کار خودش را آغاز کرد و همزمان با کسب سوابق و تجارب آموزشی، فعالیتش را به ۲ بخش آموزش علمی نظیر: برنامه‌نویسی، طراحی، سئو و ... و دوره‌های مهارتی و هنری مانند: نقاشی، خیاطی، صنایع دستی و ... تفکیک کرد تا شتاب موفقیت کارآموزان و هنرجویان را افزایش دهد و ضمن رسیدن به مرحله کارآموختگی، خانواده‌ها نتیجه حمایت‌هایشان را در موفقیت فرزندان‌شان مشاهده کنند.

وی در ادامه با طرح این سؤالات که مسؤولیت اجتماعی چه معنا و مفهومی دارد؟ و هریک از ما به عنوان یکی از افراد جامعه چه مسؤولیتی در قبال این گروه برعهده داریم؟، افزود: در پارادوکس «استرلین» ما آموختیم، همیشه درآمد بالا و موفقیت موجب خوشحالی و شادی نمی‌شود و از یک جایی این نمودار

به مسؤولیت اجتماعی خود عمل کرده‌ایم. در ادامه این مراسم نازیلا صادقی کارآموز سال‌های نه چندان دور رعد در صحنه حاضر شد و داستان زندگی خود را این گونه آغاز کرد که از بدو تولد دکترها به پدر و مادرم گفتند، دختر شما مبتلا به بیماری استخوان‌سازی ناقص شده و او نمی‌تواند راه برود و به کمک انجام عمل‌های جراحی متعدد می‌تواند یک زندگی ساده در کنار خانواده را ادامه دهد با این حال پدر و مادرم هیچ وقت ناامید نشدند و در تمام مراحل درمان و تحصیل از من حمایت کردند و حتی وقتی که معلم‌ها می‌خواستند من را در مدارس استثنایی ثبت نام کنند، مادرم قبول نکرد و با انجام آزمایشات و تست‌های متعدد، آموزش و پرورش مجاب کرد، من در مدارس عادی تحصیل کنم و مادرم هر روز مرا بغل می‌کرد و به سر کلاس می‌برد.

وی با اشاره به سختی‌های دوران تحصیل، گفت: وقتی سال دوم رشته مدیریت را می‌گذراندم توسط یکی از دوستانم با رعد آشنا شدم و آنجا کار با نرم‌افزارهای گرافیکی را شروع کردم و پس از آنکه برای اشتغال در دانشگاه رعد دعوت شدم، تحصیل در رشته گرافیک را نیز همان موقع آغاز کردم و کار و تحصیل را با هم انجام می‌دادم، پس از پایان تحصیل برای فعالیت‌های حرفه‌ای در امور گرافیکی، روابط عمومی رعد و شغل گرافیک را انتخاب کردم و در ادامه کسب و کار خودم را با تأسیس یک کانون تبلیغاتی دنبال کردم که به علت نوسانات اقتصادی به ورشکستگی رسیدم و به صورت آزاد کار (Free lancer) سفارشات گرافیکی و طراحی را انجام می‌دارم.

نازیلا صادقی در ادامه به موضوع سفرهایش پرداخت و گفت: سفر همیشه برای من و خانواده، اهمیت خاصی داشته است و خودم به عنوان یک گردشگر از ۵ سال پیش سفرهای انفرادی داخل کشور را آغاز کردم و اغلب قلعه‌ها و ارتفاعات ایران را زیر پا گذاشته‌ام و همزمان طبیعت‌گردی خارج کشور را با کشور نپال آغاز کردم، اما در هفتمین سفر خارج از کشورم که چند ماه پیش انجام شد با حمایت مالی رعد به عنوان سفیر توانمندی به معبد صلح جهانی صعود کردم تا نمادی باشم از توان و انگیزه افراد دارای معلولیت و این پیام را به جامعه منتقل کنم که «چنانچه فرصت و امکانات مناسب در اختیار افرادی همچون ما قرار بگیرد، جامعه افراد دارای معلولیت هم در ایجاد حس نشاط و غرور ملی می‌توانند نقش وؤثری داشته باشند»

فرزاد خلیلی آخرین سخنران این همایش با اشاره به وضعیت فرهنگی محل سکونتش که سر کوجه ایستادن و

داد زدن ارزش محسوب می‌شد، گفت: تا سن ۱۶ سالگی و فوت پدرم، من متأثر از این فضا، خیلی مقید به ارزش‌های خانواده نبودم و در ادامه که بر اثر سانحه رانندگی یک پایم قطع شد، من به یک انسان بخور و به‌خواب تبدیل شدم که هرچه می‌گفتم بلافاصله باید انجام می‌شد. اما وقتی با رعد آشنا شدم و دیدم اینجا با خانه فرق می‌کند و کسی کمر خدمت دیگری نبسته است که هرچه می‌خواهد، فوراً اجابت کند. وقتی آب خواستم به من گفتند آیسرکن آنجاست خودت برو آب بخور و من فهمیدم هر چیزی می‌خواهم باید برایش تلاش کنم.

وی علت رو آوردن به ورزش را یک اتفاق ساده بیان کرد و گفت: روزی در کلاس تعمیرات موبایل رعد، وقتی استاد گفت آن وسیله را از روی میز به او بدهم، دست‌های بلند و کشیده من توجه او را که مربی والیبال نشسته هم بود، جلب کرد و پرسید تا به حال والیبال نشسته بازی کردی؟ و من گفتم هرگز. بعد دعوتم کرد یک بار به تمرینات تیم والیبال نشسته رعد سری بزنم که رفتن همانا و دعوت شدن تیم جوانان والیبال نشسته همان، در ادامه این تلاش عضویت تیم ملی والیبال نشسته جوانان را برای من به همراه آورد.

من تلاش‌های زیادی کردم تا از مؤسسات داخلی مدرک مربی‌گری بدنسازی بگیرم اما آنها به علت معلولیتم به من مدرک نمی‌دادند، اما این باعث شد من مدرک را از یک مؤسسه معتبر بین‌المللی دریافت کردم و فعالیت ورزشی خودم را در مسابقات ماراتن مؤسسه مکتبه‌ای معتبر دریافت کنم و امروز با حمایت رعد تیم ۱۰ نفره‌ای از ورزشکاران ویلچرران آماتور را برای نخستین بار از خط پایان مسابقه بزرگ ماراتن کیش عبور دادم که پس از ۸ ماه تلاش این موفقیت به دست آوردند.

این مربی جوان در خاتمه سخنانش افزود: در حال حاضر مقدمات حضور در مسابقه مارتن برلین را فراهم می‌کنم که در ماه‌های آینده برگزار خواهد شد.

در بخش پایانی همایش که همزمان با پذیرایی از حضار و معاشرت‌های حرفه‌ای همراه بود، جورچین «به توان تو، به توان فردا» توسط میهمانان با تکنیک کاشی معرق چیده و چسبانده شد که نمادی از مشارکت جامعه در دیده شدن استعدادها و توانایی‌های جامعه افراد دارای معلولیت است و همچنین فرم‌هایی توسط حضار برای ذکر حمایت‌هایی که قصد دارند به صورت فردی یا سازمانی در قبال افراد دارای معلولیت برعهده بگیرند، توزیع شد و میهمانان همزمان با پذیرایی آنها را تکمیل کردند.



مجتمع رعد با "پروژه یادگیری برای همه" جایزه مؤسسه دکتر مجتبی معین دریافت کرد

مؤسسه دکتر مجتبی معین پس از فرآیندی چند ماهه که با انتشار فرخوان ارسال پروژه‌های اجتماعی اثربخش آغاز شده بود در نهایت عصر دوشنبه ۳۰ بهمن با برگزاری مراسم اهدا جوایز به برگزیدگان بخش‌های مستندسازی و نوآوری به کار دومین دوره جایزه معین خاتمه داد.

این مراسم که در محل مؤسسه معین و با شرکت جمعی از فعالان اجتماعی و سازمان‌های غیرانتفاعی برگزار شد و جایزه پروژه‌های اجتماعی و ابتکارات مدنی سازمان‌ها و تشکل‌ها در بخش مستندسازی و نوآوری مورد ارزیابی قرار داد.

این مؤسسه در یک رویکرد ترویجی، دبیرخانه این جایزه را هر ۲ سال و طی یک فراخوان بلندمدت به پروژه‌ها و ابتکارات جامعه مدنی با هدف ترغیب گروه‌های اجتماع‌محور و تشکل‌های داوطلبانه به مدون و مستند کردن فعالیت‌های خود اختصاص داده است. در این دوره از جایزه ۳۰ پروژه اجتماعی از نقاط مختلف کشور مانند: سنج، زاهدان، اردبیل، سرپل ذهاب، یزد، تهران و ... به دست دبیرخانه رسید.

بُعد دیگری که در جایزه معین مورد توجه قرار گرفت، «نوآوری» است. کسانی با تشکل‌های اجتماعی و مؤسسات نیکوکاری فعالیت کرده باشند، می‌دانند که خستگی و ملال از رویکردهای تکراری از یک‌سو و اصرار بر روش‌های خیرانه که قدرت تغییر شرایط را ندارند، از سوی دیگر باعث کاهش مشارکت جوانان و به‌ویژه اعضا جوامع محلی در این پروژه‌ها می‌شود.

بر اساس این گزارش، پروژه‌های برتر بخش مستندسازی عبارتند از: «دوره راهبری پداگوژیک از مؤسسه پداگو-هرم»، «پروژه یادگیری برای همه از مجتمع آموزشی-نیکوکاری رعد» و «ساخت دبیرستان دختران اردیبهشت توتان از مؤسسه توسعه پایدار اردیبهشت». پروژه‌های برتر بخش نوآوری عبارتند از: «افزایش قابلیت‌های کودکان ساکن از مرکز خیریه یاوران معلولین نارمک از طریق ابزار ویدئوی مشارکتی توسط مؤسسه اندیش انسان‌شهر»، «کارخانه تولید محتوای استودیو نیک‌سو از مرکز فرهنگ نیکوکاری مؤسسه خیر ماندگار» و «پلتفرم تأمین مالی جمعی ایفا از انجمن حمایت از توسعه مناطق محروم».

پروژه‌های برتر بخش شایسته تقدیر عبارتند از: «کافه فروشگاه گیل بانو از مؤسسه ایزدوستان شمال»، «پروژه تک‌یار از مؤسسه تک‌یار» و «آموزش صلح و صلح‌سازی از بنیاد توسعه صلح و مهربانی».

شایان ذکر است نماینده هیأت داوران دلایل انتخاب «پروژه یادگیری برای همه از مجتمع آموزشی-نیکوکاری رعد» را دارا بودن پروپزال کامل، توضیح دقیق و مرحله به مرحله فرایند آماده‌سازی و اجرای برنامه، استفاده از فلوچارت، نمودار، جداول، اینفوگرافی و کاربرگ‌ها برای خلاصه‌سازی و درک آسانتر گزارش، استفاده از جداول جهت ارائه نتایج برنامه و توضیح در مورد اقدامات ارزشیابی در زمان اجرا و پس از اجرای برنامه عنوان کرد.



اختتامیه سومین جشنواره بین‌المللی هنری «همام» برگزار شد

آئین اختتامیه سومین جشنواره بین‌المللی هنری «همام» ویژه آثار هنری افراد دارای معلولیت و جانبازان با حضور هنرمندان، مسئولان حوزه بهزیستی و نمایندگان از کشورهای عمان و هند برگزار شد. مراسم پایانی سومین جشنواره بین‌المللی هنری «همام» ویژه آثار هنری افراد دارای معلولیت و جانبازان هنرمند با موضوع هنرهای تجسمی، صنایع‌دستی، هنرهای سنتی و موسیقی با حضور هنرمندان، مسئولان حوزه بهزیستی و نمایندگان از کشورهای عمان و هند در مرکز همایش‌های بین‌المللی برج میلاد تهران برگزار شد.

سومین جشنواره بین‌المللی «همام» از میان ۱۷۰۰ اثر هنری ارسالی از استان‌های کشور، ۱۳۰۰ اثر به مرحله داورى رسید و آثار هنری ۷۰۰ هنرمند دارای معلولیت و جانباز در بخش‌های رقابتی و غیر رقابتی با انتخاب شورای سیاست‌گذاری و هیئت داورى در فرهنگستان هنر به نمایش گذاشته شد. همچنین در بخش جانبی نیز کارگاه‌های آموزشی هنرهای سنتی، تجسمی و صنایع‌دستی در مرکز همایش‌های دانشگاه علم و فرهنگ ویژه افراد دارای معلولیت و جانباز برگزار گردید.

بر پایه این گزارش؛ گروهی از کارآموزان کارگاه‌های هنری مجتمع رعده به نام‌های: بهنام حسین‌پور، محسن مرتضوی، اعظم تدینی، فاطمه رباط‌جزی، مرجان محمدی، یزدان کاویان‌نژاد، امیر توحیدی‌پور، زهرا کاظمی، هنگامه دیرافزون، اشرف جلالی‌فراهانی، ندا فقیهی، اعظم مرادی، لیدا شرافی‌تهرانی، هدیه هادیون، زهره خلیج، منصوره مقصودی، محمدجواد رحمانی، در بخش رقابتی این رویداد حضور داشتند که آثار مونا مرادی، اشرف جلالی‌فراهانی، امیرتوحیدی‌پور در میان آثار برگزیده سومین دوره جشنواره همام انتخاب و به هنرمندان پدیدآورنده جایز نقدی و لوح سپاس اهدا شد.

این دوره از جشنواره بین‌المللی «همام» توسط خیریه متوسلین به امام رضا (ع) با حمایت بانک ملی جمهوری اسلامی ایران و مشارکت معاونت صنایع‌دستی و هنرهای سنتی وزارت میراث فرهنگی برگزار شد.



انجمن مستندسازان سینما و مجتمع رعد مسابقه «روایت تصویری ارغوان» را برگزار می‌کند

مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد و انجمن مستندسازان سینمای ایران با هدف تغییر نگرش جامعه به موضوع معلولیت، مسابقه «روایت تصویری ارغوان» را برگزار می‌کنند.

مسابقه «روایت تصویری ارغوان» گزارش‌گونه‌ای از زندگی، مسائل، علاقه‌مندی‌ها و دغدغه‌های افراد دارای معلولیت با نگاه، ادبیات و نگرش خودشان در قالب یک فیلم کوتاه مستند است که افراد دارای معلولیت یا اشخاصی که به نحوی با آنها در ارتباط هستند با استفاده از امکانات معمولی از قبیل: گوشی‌های موبایل و دوربین‌های ساده خانگی می‌توانند موضوعات مورد علاقه و اهمیت‌شان را با مردم و جامعه از این طریق در میان گذارند.

اهداف:

- ۵- شغل: کسب درآمد، توانمندی، ناتوانی، تجربه، خاطره، محیط کار، استقلال
- ۶- تفریحات
- ۷- روزمره
- ۸- نیازها و محدودیت‌ها: نیازهای عاطفی و روحی، نیازهای پزشکی، نیاز به دیده شدن، نیازهای جسمی، جنسی و ... محدودیت در روابط، رفت و آمد، تحصیل و ...

پروژه «روایت تصویری ارغوان» به منظور ثبت احوال و زیست روزمره افراد دارای معلولیت و معطوف کردن توجه جامعه و مسئولین به این گروه از شهروندان به منظور تغییر نگرش جامعه به موضوع معلولیت، آگاهی از حقوق مغفول مانده افراد دارای معلولیت و ترویج رفتارهای صحیح با این گروه از شهروندان با نیت بهبود کیفیت زندگی ایشان برگزار می‌شود.

ساختار مسابقه:

روایان ما نه فیلمسازان حرفه‌ای که مردم عادی خواهند بود. چه آنان که خود دارای معلولیت هستند چه دیگرانی که به هر علت دل‌مشغولی این افراد را دارند. این مسابقه ویدیویی در ۲ بخش «روایت‌خودنگار» و «روایت از نگاه دیگری» برگزار می‌شود. با یک ویدیوی حداکثر ۷ دقیقه‌ای که با تلفن همراه یا دوربین ساده خانگی خود ضبط و آماده می‌کنید؛ می‌توانید در این مسابقه تصویری بسته به شرایط خود در ۲ بخش ذیل شرکت کنید. در بخش «روایت خود نگار» افراد دارای معلولیت روایت شخصی و احوال روزمره‌تان را در محدوده موضوع‌های فراخوان آماده و ارسال کنید. در این بخش لازم است ویدیوها از زاویه نگاه و زبان فرد دارای معلولیت ساخته شده باشند. البته می‌توانید برای ساخت آن از دیگران کمک بگیرید. اما بروز حس و نگاه شما در کارتان برایمان مهم است در بخش «روایت از نگاه دیگری» کلیه افراد جامعه خصوصاً کسانی که که در ارتباط با افراد دارای معلولیت هستید؛ مانند خانواده، مددکاران، مربیان، دوستان، همکاران و ... می‌توانید با ویدیوهایی در محدوده موضوع‌های فراخوان و با محوریت افراد دارای معلولیت در مسابقه شرکت کنید.

جوایز مسابقه:

- _ فیلم‌های منتخب که شرایط اولیه را دارا هستند در سکوی نمایش آنلاین هاشور به نمایش در خواهند آمد.
- _ ۱۰ فیلم برتر منتخب دبیر مسابقه در قالب یک فیلم بلند تنظیم و از طریق پلتفرم‌های آنلاین و جشنواره‌های مرتبط به نمایش در خواهند آمد.
- _ در بخش «روایت خود نگار»
- فیلم منتخب هیات داوران؛ لوح تقدیر و مبلغ ۱۵ میلیون تومان
- فیلم منتخب مردمی؛ لوح تقدیر و مبلغ ۱۵ میلیون تومان
- فیلم منتخب اعضای انجمن مستندسازان سینمای ایران؛ لوح تقدیر و هدیه‌ای نفیس
- در بخش «روایت از نگاه دیگری»
- فیلم منتخب هیات داوران؛ لوح تقدیر و مبلغ ۱۵ میلیون تومان
- به فیلم منتخب مردمی لوح تقدیر و مبلغ ۱۵ میلیون تومان
- فیلم منتخب اعضای انجمن مستندسازان سینمای ایران؛ لوح تقدیر و هدیه‌ای نفیس
- دبیر پروژه:** رضوان سرمد، فیلمساز مستند و نایب ریس هیات مدیره انجمن مستندسازان سینمای ایران
- هیات داوران: متعاقباً اعلام خواهد شد

موضوع‌های فراخوان:

- ۱- شهر یا روستا: ارتباط با شهر یا روستا، رفت و آمد، خرید، گشت و گذار، فضای عمومی، فضای خاص، پاتوق، شهروندی و ...
- ۲- خانه: اتاق خود، فضای خانواده، ویژگی‌های خانه، خانه مناسب، ورود و خروج از خانه، همسایه، مجتمع مسکونی، شب، روز ...
- ۳- روابط: جامعه، اعضای خانواده، عشق، دیگری، ازدواج، دوستان، با خود، همکار، فضای مجازی، جدایی، آشتی، فقدان، اشیا، طبیعت، حیوانات و ...
- ۴- ذهنیت: آرزو، امید، خواب، اهداف، تنهایی، انزوا، خلوت، در میان جمع، رویا، خیال، ترس، نگرانی و ...

زمان‌بندی مسابقه:

- شروع ثبت نام اینترنتی و بارگذاری فیلم‌ها: ۱۱/بهمن/۱۴۰۲
- پایان مهلت ثبت نام اینترنتی و بارگذاری فیلم‌ها: ۱/ خرداد ۱۴۰۳/
- اعلام فیلم‌های منتخب: ۵/ خرداد/ ۱۴۰۳
- زمان نمایش آثار در سکوی نمایش هاشور: ۷ تا ۲۶ خرداد ۱۴۰۳
- پایان داوری مردم از طریق سکوی نمایش آنلاین هاشور: ۲۳/ خرداد ۱۴۰۳/
- برگزاری مراسم اختتامیه و اهدا جوایز: ۲۴/ خرداد/ ۱۴۰۳



مجتمع رعد جمع آوری کمک های مردمی برای هموطنان سیل زده را آغاز کرد



در پی جاری شدن سیل در استان سیستان و بلوچستان و خسارت های مالی فراوانی که به هموطنان این خطه از کشور وارد شده است و بر اثر بارش های شدید در مناطق جنوبی استان بیش از ۱۰۰ روستا در محاصره آب قرار گرفته اند. با انتشار اخبار جاری شدن سیل و خسارت های وارده به ساکنان مناطق سیل زده ، مجتمع رعد با تشکیل جلسه و دعوت از انجمن ها و مؤسسات همسو پیرامون نحوه کمک رسانی به هموطنان آسیب دیده تصمیماتی اتخاذ کردند که پس از کسب مجوزهای قانونی از مراجع صاحب صلاحیت، اطلاعیه جمع آوری کمک های نقدی و کالایی به مدت ۱۰ روز صادر و در اختیار مردم شریف و نیکوکار قرار داده شد. براساس این گزارش هموطنان می توانند کمک های کالایی خود از قبیل: لوازم معیشتی، مواد غذایی و تجهیزات کمک حرکتی ویژه افراد دارای معلولیت را جمع آوری و در اسرع وقت در منطقه توزیع خواهد شد. همچنین شماره حساب مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد بانک اقتصاد نوین برای واریز کمک نقدی نیکوکاران شریف اختصاص یافته است. مجتمع رعد همچون گذشته قدردان کمک های ارزشمند عزیزان همراه و نیکوکار این مؤسسه هست.



برگزاری آئین تشویق ورزشکاران حاضر در مسابقه دو مارتن کیش



به مناسبت گرامیداشت هفته افراد دارای معلولیت، مراسم تشویق ورزشکاران تیم رعد که در مسابقه دو مارتن بزرگ کیش شرکت کرده بودند با حضور مدیرعامل، نمایندگان شرکت پازن، اعضا گروه همیاری بانوان رعد و تعدادی از کارآموزان و کارکنان این مؤسسه برگزار شد.

با هدف تشویق تیم ۱۰ نفره ویلچران‌های رعد که در مسابقه دو مارتن کیش شرکت کرده بودند، مراسم تجلیل اعضا تیم با حضور جمعی از مسؤولان و دوستداران خانواده بزرگ رعد برگزار شد و در این مراسم آنت میناسیان مدیرعامل رعد ضمن تبریک این موفقیت به ورزشکاران ویلچران که همگی از خط پایان عبور کردند، افزود: این برنامه به پیشنهاد فرزاد خلیلی شکل اجرایی گرفت و چند ماه تلاش ورزشکاران منتخب در اردوی آمادگی جسمانی زمینه‌ساز این حرکت ابتکاری بود. وی در ادامه از حمایت‌های همیشگی اعضا گروه همیاری بانوان رعد تشکر کرد و افزود: گروه بانوان در تمام رویدادهای رعد یک پای ثابت هستند و همواره کارآموزان را مورد حمایت خویش قرار می‌دهند و در این رویداد نیز با حضورشان در جزیره کیش یکی از عوامل روحیه‌ساز تیم رعد بودند.



در ادامه این مراسم نمایندگان همچون ناهید بروجردی مدیر گروه همیاری بانوان، شرکت پازن مجری و برگزارکننده مسابقه مارتن کیش، اکبرخانی سرپرست تیم و آنت میناسیان مدیرعامل رعد با حضور در جایگاه، احکام و گواهینامه‌های قهرمانی اعضا تیم و نیز هدایای نقدی آنها را اهدا کردند. این مراسم با گرفتن عکس دسته جمعی اعضا تیم پایان یافت.

اتار هنرجویان رعد زینت بخش نگارخانه علیها شد

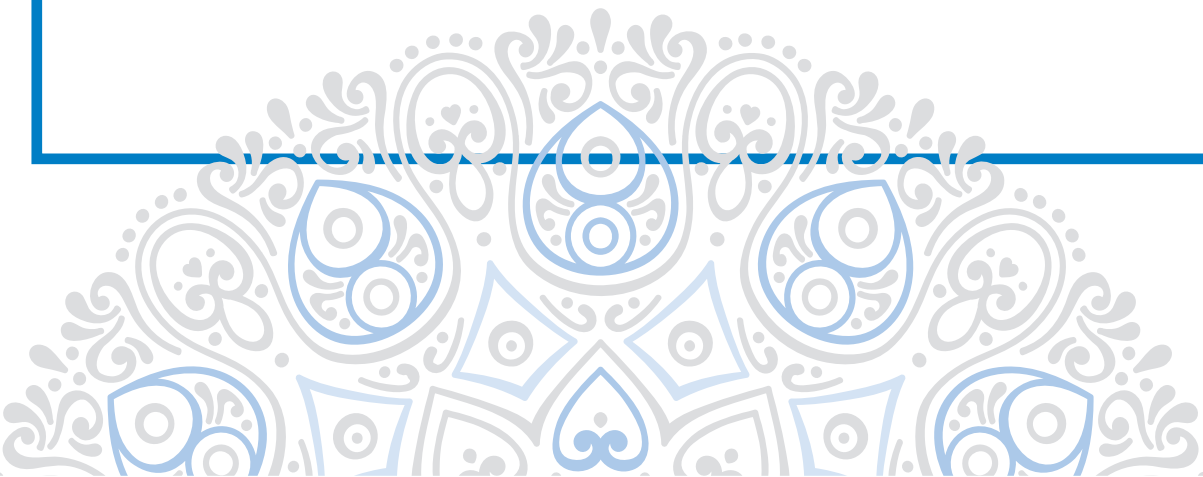
همزمان با گرامیداشت هفته افراد دارای معلولیت نمایشگاه گروهی هنرجویان رعد در نگارخانه علیها به مدت یک هفته به نمایش درآمد.

نمایشگاه گروهی آثار حجمی و تجسمی هنرجویان رعد همزمان با فرارسیدن روز جهانی افراد دارای معلولیت به مدت یک هفته به نمایش گذاشته شد و علاقه‌مندان از نزدیک با ذوق و توانایی‌های هنری این هنرجویان آشنا شدند.

برپایه این گزارش بالغ بر ۱۶۰ قطعه آثار هنری شامل: نقاشی روی بوم، نقاشی زیرلغابی، پاپیه ماشه، دیوارکوب‌ها، مجسمه‌ها و کینتسوگی (معنای لغوی آن اتصال با طلا و هنری ژاپنی است که در آن قطعات شکسته سفال و کوزه را با ماده‌ای شامل پودر طلا به هم چسبانده و تعمیر می‌کنند) از ۲۳ هنرجوی جوان مرکب از ۱۶ نفر زن و ۷ مرد در مدت یک هفته میزبان نگاه‌های هنر دوستانی بود که با حضورشان موجب دلگرمی هنرجویان دارای معلولیت رعد شدند.

براساس توافقی که با مدیریت گالری علیها صورت گرفت ۱۰۰ درصد عواید این نمایشگاه به امر آموزش و توانمندسازی کارآموزان رعد تعلق اختصاص یافته است. گفتنی است، صدیقه اکبری عضو باسابقه هیأت مدیره و هیأت امنای رعد که به اتفاق اعضای خانواده در آئین گشایش نمایشگاه گروهی هنرجویان رعد شرکت کرده بود از کیفیت آثار به نمایش گذاشته شده ابراز رضایت کرد و افزود: آثار هنرجویان رشد کیفی و محسوسی داشته است و این نشانه اهتمام ویژه مدرسان و همت بلند هنرجویان است و امیدوارم به زودی شاهد حضور این آثار در حراج‌های معتبر داخلی و خارجی باشیم.

نمایشگاه گروهی هنرجویان رعد با شعار «به توان تو به توان فردا» در نگارخانه علیها برپا بود و در این مدت گروه‌های مختلفی از هنردوستان از این نمایشگاه بازدید کردند.



of providing educational and rehabilitation services for children with physical disabilities. According to Dr. Azar, the Aftab center was established with the aim of increasing the social participation of children with disabilities and improving their education and providing rehabilitation services to these children and their families.

15- zemzemeH

16- Note

Desired suffering

17- Artificial hand



18- what is self-acceptance?



19- Introducing books

Success in the process of attitude change in work and life management

20- Health

Benefits of Sumac

21- What's going on in Raad?



6- Changing the attitude about the abilities of people with disabilities

Nazanin Rahimzadeh, the author of the article, points out the negative attitudes towards people with disabilities in the society that lead to disruption in their social role and addresses one of the most common reactions which is pity and sympathy.

7- I hope that in the future I will have good coaches from Raad's students



An interview with Alireza Ahangari, the chess coach of Raad. He has been teaching in Raad for about 7 years. According to him: One of the effects of strategic games like chess is to increase the problem solving and decision making skills. In this conversation, he mentions chess as an ability of people with disabilities that can affect both the society's view of them and their view of themselves.

8- Changing the society's attitude starts with changing the way people with disabilities think about themselves

A conversation with Dr. Habibeh Yousefi about changing society's attitude towards the abilities of people with disabilities.

In this interview, Dr. Yousefi criticises using replacements for words such as blind and disabled and says: Why should we not use the words blind person or disability? Blindness and disability is a characteristic, why should we try to hide this characteristic and consider it negative by changing the word. According to her, if these people achieve independence and self acceptance without unnecessary expectations from others, both the attitude towards their abilities and the society's perception of them will change.

9- Hand in hand with spring

10- I was the first woman with disabilities who learned to swim and became a champion



An interview with Azam Mehdizadeh, an athlete and social activist. She started playing sports as a teenager and won championships in various disciplines. Mehdizadeh was one of the first disabled women who pursued swimming at the championship level. She is one of the founders of sports teams for women with disabilities in Tehran.

11- Being fully aware of my husband's illness, I decided to get married

Mohammad Zandi and Ghazaneh Jafari have been married for a year. Mohammad was a professional footballer who could not follow this field to the level of a champion due to MS. After going through ups and downs in the field of employment, he has been working in a warehouse for some time. He and Ghazaleh have big dreams for their lives.

12- My wheelchair!

A note from Azam Niyazmand about her wheelchair.

13- An interview with Fatemeh Mohajerani of Anjuman Shafa Institute.

Mohajerani is a member of the university board. She started her non-profit activities in the early eighties at Yas Cultural Institute as a member of the board of directors and trustees. Three years ago, Dr. Mohajerani founded Anjuman Shafa with the aim of reforming policies and laws that lead to poverty in the society.

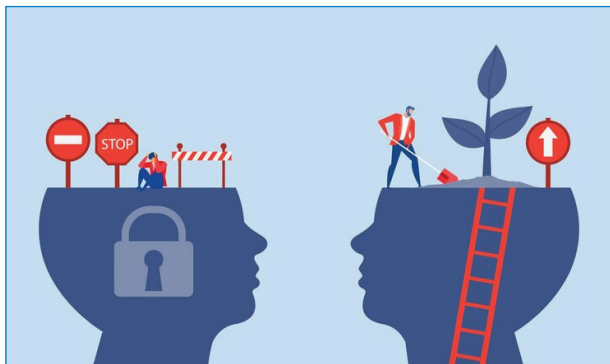
14- Changing the attitude of students and their families is one of our main goals

A conversation with Dr. Bahareh Azar, Specialist at Aftab habitation center about the activities of this center.

Aftab center was established in 1383 by Dr. Seyed Hosseini Tehrani and started its activity in the field

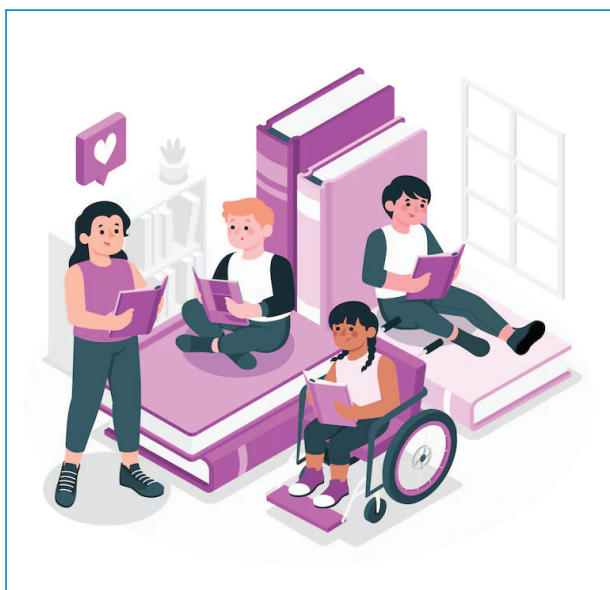


1- editorial



Editorial of this issue of Tavanyab magazine is about change of attitude. This article, written by Dr. Rasoulia, looks at the importance of changing attitudes towards people with special needs. In the definition of attitude, attitude is a way of thinking or evaluating subjects in a certain way. Attitudes influence the direction and way of evaluating people, issues, objects or events. Such evaluations often carry a positive or negative emotional charge, sometimes attitudes are neutral in terms of emotional charge. Attitudes are made of various judgments and beliefs and affect how people react to other people.

2- Changing attitudes in schools



This article, written by the CEO of Raad Anet Minasian, is about the role of schools in changing the attitude towards students with disabilities.

According to Ms. Minasian, schools are important in two ways: First, any attitude that is formed and institutionalized during childhood will be much more difficult to change in adulthood. Secondly, the more students with disabilities attend normal schools, the more they get accepted by other children and their families. As a result, disability normalization occurs in the society.

3- The role of media in changing the attitude of the society

A conversation with Dr. Hadi Khaniki, Professor of Communication, about the role of the media in changing society's attitude.

According to Dr. Khaniki, the media, with the help of technology, has made it possible to bring those who cannot be physically limitations and those who live in the rural into the society.

In this conversation, Dr Khaniki points out the most important role of the media in representing people with disabilities is to look at a person with disability through his eyes and not through the eyes of people without disabilities.

4- Inclusive education for students with disabilities



This article written by Nasreen Akbarpour, looks at normalization, integration, comprehensive education and rehabilitation as the new strategies for generating equal opportunities for all people in the society.

5- The impact of tourism in changing society's attitude towards disability

According to Mohammadreza Dashti, Raad's PR executive, the presence of people with disabilities in the society and supporting their activities at work, school, cultural centers, museums and stadiums can help them become a part of the society. Other people will also start to understand their needs and rights as citizens.



