

همدم

تابستان ۱۴۰۴ | فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع رسانی
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح‌المبین) ۵۶



باشادی لاله‌زار، لبخند بزن
باغچه‌ی شاخه‌سار، لبخند بزن
تا دلخوشی من و تو را غم نبرد
ای همدم روزگار، لبخند بزن....

علیرضا سپاهی لائین



همگامان مجازی و یاران واقعی همدم!

سپاس که همچنان با ما هستید تا در باغ دل‌های مهربان، بذر محبت و نیکی بکاریم. لطفا صفحه‌ی آثار هنری دختران همدم را به عنوان نهالستان عشق به دیگران نشان دهید و با همراهی و حمایت، این پیج را به خیرخواهانی مثل خودتان معرفی کنید.



art_hamdham



www.hamdam.org





به نام خداوند نیکان دهر
به نام توانبخش خوبان شهر
به نام خدایی که بخشنده است
دلش خانه‌ی عشق هر بنده است
خدایی که یاریگر و همدم است
که تنها غمش، شادی آدم است



آنچه در این شماره می‌خوانید

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع‌رسانی
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح المبین)
شماره ثبت: ۷۳۳۱۹ | شماره پنجاه و ششمین | تابستان ۱۴۰۴

صاحب امتیاز:
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح المبین)

مدیر مسوول: دکتر زهرا حجت
مسوول شورای سیاست‌گذاری: جعفر شیرازی نیا
سر دبیر و ویراستار: علیرضا سپاهی لایین

هیأت تحریریه: مریم همایونی، محمد رحیمی

همکاران این شماره: حمیدرضا پورنجفیان، بهنام فرقانی

گروه توانبخشی: صدیقه بختیاری شهری، مرصده قرایی

مترجمان: فرزانه فریدونی، دکتر فخری رضائیان

گرافیک، صفحه‌آرایی و نظارت چاپ: اعظم منعمی‌زاده

عکس: اکرم ابراهیمی، مهدی سپهری

اعظم منعمی‌زاده و آرشیو روابط عمومی

بسته بندی و آماده‌سازی جهت ارسال: دختران خانه پناهگاهی
چاپ و صحافی: چاپخانه قرآن کریم (مشارکتی)

- ۳ سخن مدیرمسوول
- ۴ یادداشت سردبیر
- ۵ یک نفس زندگی / نه حتی یک جوراب!
- ۶ زندگی دختران این خانه
- ۸ یک نفس زندگی / قانون خوشبختی
- ۹ خبرهای این خانه
- ۲۰ مصاحبه با خیرین
- ۲۵ دلنوشته
- ۲۶ گزارش ویژه
- ۳۲ یک نفس زندگی / طراری، اعتماد و جوانمردی!
- ۳۳ چند لحظه علمی و آموزشی
- ۴۴ همدمانه
- ۴۶ معرفی فیلم
- ۴۸ معرفی کتاب
- ۴۹ همدردی
- ۵۰ معرفی کوتاه موسسه
- ۵۳ معرفی کوتاه موسسه (انگلیسی)



عکس جلد: اکرم ابراهیمی
طرح جلد: اعظم منعمی‌زاده

خوشبختی، در قاموس همدم

• زهرا حجت

در روزگاری که بیشتر مردم درگیر مشکلات و کمبودهای معیشت اند، سخن گفتن از خوشبختی شاید تا حدودی خارج از موضوع و حتی شگفتی آور باشد. اما در قاموس موسسه‌ی خیریه‌ی همدم، خوشبختی تعریفی متمایز و ممتاز دارد و رسیدن به آن، در عین دشواری و سدهای بلندی که در مسیرش هست امری است کاملاً واقعی سهل الوصول و دارای لذتهای پرشمار و پایدار.

در فرهنگ لغت موسسه‌ی همدم، خوشبختی با گرمای نگاه دوستانه‌ی همکاران، احوال‌پرسی‌های ساده و صمیمانه‌ی همیاران و لبخندهای مشتاقانه‌ی چهارصد فرزند این خانه‌ی خوبان، معنی می‌شود؛

در قاموس همدم، خوشبختی یعنی؛ جایی باشی و در موقعیتی قرار بگیری که بطور مداوم آدمهای خوب را ببینی و هم‌روزه با انسانهایی عاشق و بی‌ربا و فداکار سروکار داشته باشی.

حضور پیوسته و همکاری بایسته در موسسه‌ی همدم چه به عنوان مدیرعامل، چه به عنوان یک مادر و چه به عنوان یک همکار یا همیار، شرایطی برای ما فراهم آورده است که دائماً با هموطنان خیر و نیکوکار دم‌خور و در ارتباطیم و از هم‌صحبتی با یاوران بی‌دریغ و همکاران پرتلاش این خیریه، حالمان خوب می‌شود، چنان که غم‌های روزمره‌ی زندگی معمولی، در برابرش اصلاً به چشم نمی‌آید و نمی‌تواند مانع انگیزه و اشتیاق ما به زیستن و خدمتگزاری شود. از سوی دیگر، در این خانه ما فرزندان داریم که از مهر و قدردانی حقیقی سرشارند و هرگاه برایشان کاری می‌کنیم - ولو که این کار بهای متعارف آنچنانی نداشته باشد - در نگاه و لبخند این عزیزان، می‌توان بهترین حالات و دلنشین‌ترین لحظات هستی را تجربه کرد و بابت این توفیق منحصر به فرد، خدای بزرگ را شاکر بود. این را هم بگویم که؛ صدا البته در این موسسه، ما هم با دغدغه‌ها و مسایل بی‌شمار مواجهیم و هرگاه یکی از دخترانمان چیزی می‌خواهد که از تامینش ناتوانیم یا خدای نخواستہ قادر به درمان زخمهای جسمی و



روانی این عزیزان نیستیم، چشم و دلمان را اشک اندوه و آه حسرت فرامی‌گیرد و دچار غمی غریب می‌شویم، اما در این خانه، به برکت حضور شما نیکان و پاکان، خدا چنان به دست و دل و دیده‌ی ما نزدیک است که هر دردی درمان‌پذیر و هر مشکلی پایان‌پذیر می‌شود. بدون تعارف، از اینکه خادم چهارصد دختر این خانه‌ایم به خود می‌بالیم و تا وقتی که شما را همراه همیار و درکنار خود داریم، برقرار و استوار و امیدوار راه خیر و خدمت به اهالی همدم را دنبال می‌کنیم.

اعضای یکدیگریم ما، یا اعضای یک پیکریم؟

• علیرضا سپاهی لایین

اظهارنظری مبنی بر ترجیح ضبط «اعضای یک پیکرند» چنین نوشته‌اند: «صحیح این شعر سعدی همین طور است (اعضای یکدیگرند)، چرا که این مضمون از عبارات معروف عصر سعدی بوده و او جمله‌ای را که زبازد بوده به قلم درآورده است.»

با این توضیحات و به رغم اینکه برخی ادبای مشهور صراحت بر صحت «اعضای یکدیگرند» دارند، اما با تاملی دقیق و عمیق می‌توان دریافت که نظر زنده‌یاد سعید نفیسی درست‌تر و به منظور شاعر و محتوای شعر نزدیک‌تر است. چرا؟ چون اعضای یکدیگر بودن، معنی و مفهوم مشخصی ندارد. آیا بنی‌آدم می‌تواند اعضای یکدیگر باشند؟ می‌توان گفت که بنی‌آدم اعضای یک جامعه یا یک مجموعه‌ی واحدند، ولی نمی‌توان گفت عضو یکدیگر هستند. بنابراین به نظر می‌رسد که «اعضای یک پیکر بودن» صحیح‌تر باشد.

بله، ما اعضای یک پیکریم و چنین است که در برابر غم و درد هم مسئول و مواظب هم هستیم؛ همچنان که دست و پا و چشم و گوش و قلب و سر، اعضای یک پیکرند و چنانچه یک عضو بدن دچار آسیب شود، دیگر اعضا هم متالم و متأثر می‌شوند. فرزندان همدم، عضوی از اعضای پیکری هستند که نامش جامعه‌ی ایران است. در این پیکر، برخی همانند ساکنان این خانه آسیب‌دیده و ضعیف‌ترند، اما اعضایی که قوی‌ترند و مثل شما یا وران مهربان همدم دستی دریاری و خیر دارند، در برابر اعضای صدمه‌دیده، احساس مسئولیت می‌کنند و اجازه نمی‌دهند رنج و اندوهشان همیشگی و هراس‌انگیز شود.

امیدواریم که ما فرزندان آدم، کماکان اعضای یک پیکر بمانیم و اجازه ندهیم اعضای رنجور و آسیب‌پذیر ما، در تنهایی و تهی‌دستی و بیچارگی، از نعمت زندگی و شادی محروم بمانند.

در این شماره از فصلنامه‌ی همدم، بی‌مناسبت ندیدم که به پاس محبت بی‌دریغ و پیوسته‌ی شما نسبت به فرزندان و خادمان خیریه‌ی توانبخشی همدم، به موضوعی ادبی بپردازم که در واقع، مضمون و محتوایی کاملاً انسان‌دوستانه و خیرخواهانه دارد. امیدوارم برای شما جالب و در حد وسع این مجله و نگارنده، آموزنده و قابل استفاده باشد.

اغلب ما با این بیت مشهور سعدی شیرازی آشنا هستیم و معمولاً هم آن را این طور می‌نویسیم و می‌خوانیم که: بنی‌آدم اعضای یکدیگرند که در آفرینش زیک گوهرند

معنی این شعر آن است که انسان‌ها مثل اعضای یک بدن به هم پیوسته هستند و خلقت آنها از یک گوهر واحد است اگر یک انسان در سختی و مشکل باشد، گویی همه انسان‌ها دچار مشکل شده‌اند و درد هر انسانی به دیگر انسان‌ها هم منتقل می‌شود. هر انسانی که از غم و درد دیگران ناراحت نشود، شایسته نیست که او را در زمره انسان‌ها به حساب آورند.

این شعر بر انسان دوستی و همدردی و همدلی انسان‌ها با یکدیگر - از هر قوم و جنسیت و نژادی - تأکید دارد. شادروان سعید نفیسی تنها کسی بود که بر اساس رسم‌الخط رایج در میان نویسندگان، عقیده داشت که این بیت به صورت بنی‌آدم اعضای یک پیکرند ثبت و ضبط شده است.

بنی‌آدم اعضای یک پیکرند که در آفرینش زیک گوهرند

مرحوم دکتر غلامحسین یوسفی در تأیید و تأکید درستی «اعضای یکدیگرند و زنده‌یاد مجتبی مینوی نیز در پاسخ



نه حتی یک جوراب!

مردی به پسرش وصیت کرد که: پس از مرگم، جوراب کهنه ای به پایم بپوشان، می‌خواهم در قبر جورابم به پایم باشد. روزی که پدر فوت کرد و جسدش را روی تخته شست و شو گذاشتند تا غسل بدهند، پسر وصیت پدر خود را به عالمی که ناظر غسل و کفن و دفن بود اظهار کرد، ولی عالم مانع شد و گفت: طبق اساس دین ما، به هیچ میتی جز کفن چیزی دیگری پوشانیده نمی‌شود. ولی پسر باز هم اصرار ورزید بسیار تا وصیت پدرش را بجای آورند.

سرانجام تمام علمای شهر یکجا شدند و روی این موضوع مشورت کردند اما این مباحثه بدون هیچ نتیجه‌ای به مناقشه انجامید.

در مجلسی که برای این موضوع ترتیب داده شده بود، بحث ادامه داشت که ناگهان شخصی وارد مجلس شد و نامه پدر را به دست پسر داد، پسر نامه را باز کرد، معلوم شد که نامه (وصیت نامه) پدرش است و به صدای بلند خواند: پسر من! می‌بینی با وجود این همه ثروت و دارایی و باغ و ماشین و این همه امکانات و کارخانه حتی اجازه نیست یک جوراب کهنه را با خود ببرم.

یک روز مرگ به سراغ تو نیز خواهد آمد، هوشیار باش، به توهم اجازه یک کفن بیشتر نخواهند داد.

پس کوشش کن از دارایی که برایت گذاشته ام استفاده کنی و در راه نیک و خیر به مصرف برسانی و دست افتاده گان را بگیری، زیرا یگانه چیزی که با خود به قبر خواهی برد همان اعمال است.



دختری که گم شد تا زندگی را پیدا کند!

● مریم همایونی



تنهایی سمانه

هنوز تقویم سنی اش به پانزده سالگی نرسیده اما درد را با تمام گوشت و پوست و استخوانش لمس کرده است. خیال‌های کودکی اش نقش بر آب شده و از آن خانواده‌ی پرجمعیت برایش تنها خاطره تلخی باقی مانده است. شاید روزی که همراه خواهرش برای خرید به خیابان رفته بود، خدا ناخودآگاه بزرگ‌ترین نعمت زندگی اش را به او داد: «گم شدن»!

سمانه، میان هیاهوی شهر و در دل زندگی بی‌بازگشت گم شد تا امروز دختر سرزمین همدم باشد و دست سرنوشت او را به خانه پرمهر و محبتی بکشانند که سقف بالای سر بسیاری از دخترانی است که از سرزمین رویاهایشان برای بهتر زندگی کردن، به آن کوچ کرده‌اند.

قصه‌ی این بار همدم، قصه‌ی سمانه دختر پانزده ساله‌ای است که به معنای واقعی کلمه درد را احساس کرده ولی هنوز آرزوهای زیبایی دارد.

حبس ابد در سختی!

هنوز دست راست و چپش را از هم تشخیص نداده بود که خانواده اش را درگیر با دیو اعتیاد دید. خانواده پر جمعیتی که شمارشان با سرشماری پدر و مادر به عدد انگشتان دو دست می‌رسید. چهار خواهر و سه برادر سمانه به همراه پدر و مادرشان قرار بود کانون گرم خانواده‌ای را تشکیل بدهند که پشت به پشت هم باشند، اما هیولای اعتیاد، این خانواده را به کام نابودی کشید. سمانه هنوز دست محبت پدر را بالای سرش حس نکرده بود که برای ابد و شاید یک روز، ضربه‌ی سختی به او و خانواده خورد و مادرش که از پدرش طلاق گرفته بود، با مرد دیگری ازدواج کرد.

چهار در برابر چهار

سمانه و سه برادرش معلولیت ذهنی دارند. چهار خواهر دیگر خانواده هم درگیر آسیب‌های جدی اجتماعی هستند که به جان خانواده‌شان افتاده است. اوضاع برای تک‌تک اعضای خانواده سمانه بسیار پیچیده و سخت است به شکلی که دختر پانزده ساله‌ی همدمی از سوی دادگاه «منع مرخصی» شده، یعنی نمی‌تواند رنگ خانه را ببیند، هرچند دیدار هر از گاهی با خانواده در حیات همدم هم بیشتر روح و روانش را به هم می‌ریزد و شاید به همین خاطر است که سمانه هر روز با تنهایی غم‌باری دست و پنجه نرم می‌کند!

آرزوهای سمانه در حیات خیالی

کنارش می‌نشینم. دست‌هایش را می‌گیرم و صورتش را به صورتم می‌چسبانم. از او می‌پرسم: «سمانه همین الان آرزوت چیه؟»

بدون آن‌که سرش را برگرداند، با همان صدای خاص و لحن کودکانه می‌گوید: «برم خونه‌مون. دوست دارم همه آدم‌ها خوب باشن. همه چی خوب باشه.»

به صورتش نگاه می‌کنم و می‌گویم: خونه‌تون چه شکلیه؟ و سمانه شروع می‌کند به رویا پردازی: «خونه‌مون حیات داره. کوچیکه ولی سماور داریم، چای میریزیم، توپ بازی میکنم با داداشم» با حرف‌هایش دلم هری می‌ریزد. از پدر و مادرش می‌پرسم. انگار ترسیده باشد. می‌گویم: «مهر بونن؟» مکث نمی‌کند و بی‌مقدمه می‌گوید: «نه!» اما بعد دلمش می‌سوزد: «ولی عیب نداره. گناه دارن. دلم می‌خواد واسه مامانم غذا درست کنم. برای بابامم سیگار بخرم! آخه همیشه سیگار می‌کشه. مامانم هم عصبانیه. همیشه داد می‌زنه. همیشه عصبانیه.» حرف‌هایش که تمام می‌شود توی بغلم کز می‌کند. او را محکم بغل می‌کنم. دیگر حرفی نمی‌زند و من هم چیزی نمی‌پرسم چون میدانم پدرش در زندان و حبس ابد گرفتار است، برادرانش در کش و قوس مراکز توانبخشی و اعصاب و روان و آن‌خانه‌ی پراسیب هستند و مادر ... و خواهرانش درگیر اعتیاد و آسیب‌های بسیار شدید اجتماعی

خدا را شکر می‌کنم از اینکه همدم این مامن پرآرامش برای افراد آسیب دیده مهیاست تا از آرامش زندگی برخوردار باشند. بدون هیچ حرف و توضیحی رویش را می‌بوسم و می‌روم و مثل همیشه اخوان ثالث به داد دلم می‌رسد؛

قاصدک هان چه خبر آوردی؟

از کجا وز که خبر آوردی؟

خوش خبر باشی اما اما

گرد بام و درمن

بی ثمر می‌گردد

انتظار خبری نیست مرا

نه زیاری، نه زیار و دیار و دیاری باری

برو آنجا که بود چشمی و گوش‌ی باکس

برو آنجا که تو را منتظرند

قاصدک

در دل من همه کورند و کردند

دست بردار از این در وطن خویش غریب

قاصد تجربه‌های همه تلخ

با دلم می‌گوید

که دروغی تو، دروغ

! که فریبی تو، فریب

قاصدک

هان ... ولی ... آخر ... ای وای

راستی آیا رفتی با باد؟

با توام آی کجا رفتی؟ آی!

راستی آیا جایی خبری هست هنوز؟

مانده خاکستر گرمی جایی؟

در اجاقی، طمع شعله نمی‌بندم

خردک شرری هست هنوز؟

قاصدک

ابره‌های همه عالم شب و روز

در دلم می‌گیرند!



قانون خوشبختی!



گوش‌هایم را می‌گیرم، چشم‌هایم را می‌بندم و زبانم را گاز می‌گیرم!

ولی حریف افکارم نمی‌شوم!

چقدر دردناک است فهمیدن!

خوش به حال عروسک آویزان به آینه‌ی ماشین که تمام پستی و بلندی زندگیش را فقط می‌رقصد!

کاش زندگی از آخر به اول بود؛ پیر دنیا می‌آمدیم... آنگاه

در رخداد یک عشق جوان می‌شدیم... سپس کودکی

معصوم می‌شدیم و در نیمه‌شب با نوازشهای مادر، آرام

آرام می‌مردیم!

آنها که موهای صاف دارند، فرمی زنند و آنها که موی فر دارند

موی شان را صاف می‌کنند!

عده‌ای آرزو دارند خارج بروند و آنها که خارج هستند برای وطن

دلشان لك زده و ترانه‌ها می‌سرایند!

مجردها می‌خواهند ازدواج کنند و متأهل‌ها می‌خواهند

مجرد باشند...

عده‌ای با قرص و دارو از بارداری جلوگیری می‌کنند و عده‌ای

دیگر با قرص و دارو می‌خواهند باردار شوند...

لاغرهای آرزو دارند چاق بشوند و چاق‌ها همواره حسرت لاغری

را می‌کشند!

شاغلان از شغلشان می‌نالند و بیکارها دنبال همان شغلند.

فقرا حسرت ثروتمندان را می‌خورند و ثروتمندان دغدغه‌ی نداشتن صفا و خون‌گر می‌فقرا دارند...

افراد مشهور از چشم مردم قایم می‌شوند و مردم عادی می‌خواهند مشهور و دیده شوند!

سیاه‌پوستان دوست دارند سفیدپوست شوند و سفیدپوستان خود را برنزه می‌کنند... و هیچ‌کس نمی‌داند تنها فرمول خوشحالی

این است: «قدر داشته‌هایت را بدان و از آنها لذت ببر»!

قانونهای ذهنی می‌گویند خوشبختی یعنی «رضایت»؛ مهم نیست چه داشته باشی یا چقدر، مهم این است که از همانی که

داری راضی باشی، آن وقت خوشبختی!

خبرهای خوب این خانه

مروری بر خبرهای همدم، در سه ماهه ی بهار ۱۴۰۴

 www.hamdam.org   [@hamdamcharity](https://www.instagram.com/hamdamcharity)

خبرها کهنه نمی شوند. مشروح اخبار همدم را می توانید در فضای مجازی دنبال کنید اما اشاره ای کوتاه در این صفحات برای یادآوری مهربانی و تشکر از دوستان همدم است.





دیدار همدمی‌ها با مدیرکل ارشاد و تاکید بر تعامل هنری

دکتر زهرا حجت (مدیرعامل همدم) به همراه مدیر روابط عمومی موسسه، به دیدار حسین مسگرانی (مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی) رفتند و ضمن تبریک حضور ایشان در مشهد، بر تعامل اداره کل فرهنگ و ارشاد با موسسه‌ی همدم پیرامون فعالیت‌های فرهنگی هنری خیرخواه در این خانه، تاکید کردند.



جمعی از نیکان هموطن بر سفره‌ی افطار همدم

فرزندان همدم بر سفره‌ی افطار هفتمین روز ماه مبارک رمضان، میزبان جمعی از نیکان هموطن از جمله؛ فرماندار مشهد، فعالین اقتصادی و مدیران اتاق بازرگانی و همچنین برخی مدیران شهری مشهد مقدس بودند که با میزبانی اتاق بازرگانی برگزار شد.



هنرآموزان رشته‌ی نقاشی بهار را به همدم آوردند

جمعی از هنرآموزان رشته‌ی نقاشی سال دهم هنرستان محمدصادق رافتی به توانبخشی همدم آمدند و با آوردن تخم‌مرغ‌های سفالی و مشارکت فرزندان همدم در رنگ آمیزی و چیدمان سفره‌ی هفت سین، بهار را در این خانه آوردند.

بهترین اجرای یک هنرمند در همدام

مهدی دارابی، هنرمند خوش صدای کشورمان، با شرکت در آیین افطاری فرزندان همدام گفت: با حضور در جمع این بچه‌ها می‌توانم بگویم که بهترین اجرای زندگی هنری من امشب اتفاق افتاد.



در سومین شب قدر شور معنویت در همدام به اوج رسید

آیین سومین شب قدر ماه مبارک رمضان، در کنار فرزندان همدام، برگزاری شد و مردم خیرخواه و همدام دوست مشهد با حضورشان به این حال و هوای معنوی، شوری خاص بخشیدند.



حضور رئیس هیات تنیس استان و همراهان در همدام

مهندس جواد باقری (رئیس هیات تنیس استان)، دکتر فریده صادقی فاضل (نائب رئیس) و هیات همراه از کمیته‌ی مسابقات و استعدادیابی، به دیدار دختران همدام آمدند و به فرزندان این خانه شوری ورزشکارانه، هدیه کردند.





سال نوی همدم و میزبانی جشنی که عموپورنگ برگزار کرد

فرزندان همدم با شرکت در جشنی بهارانه، میزبان داریوش فرضیایی معروف به عموپورنگ شدند و سال جدید را با آرزوهای قشنگ برای هموطنان و همیاران نیک اندیش خویش آغاز کردند.



برگزاری یک جشن تولد برای یاور فعال موسسه

فرزندان همدم، با حضور عموپورنگ و جمعی از فرزندان بهزیستی و یاوران نیکوکار خود و نیز حمایت و همراهی پیمان ثنائی (رئیس حراست بهزیستی استان)، تولد سینا علیزاده (یاور فعال موسسه) را جشن گرفتند.



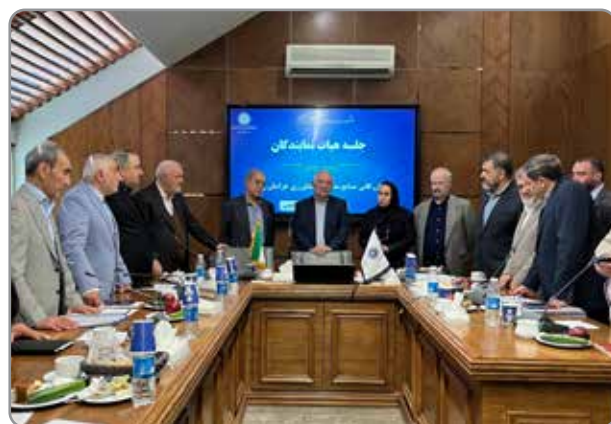
تشریف همدمی‌ها به حرم به همت شهرداری محترم منطقه ۲

به همت معاونت فرهنگی شهرداری منطقه ۲ برای فراهم کردن وسایط حمل و نقل، جمعی از فرزندان همدم با دلی سرشار از اشتیاق، به حرم مطهر و پابوسی امام رضا (ع) مشرف شدند.



تکریم و تودیع مدیر بهزیستی مشهد، در همدم

با برگزاری یک مراسم ویژه در تالار بزرگ همایش‌های همدم از سالها خدمت بی‌دریغ جواد بهنام به عنوان مدیر بهزیستی شهرستان مشهد، تقدیر به عمل آمد.



سپاسگزاری از حمایت و همراهی اتاق بازرگانی با اهالی این خانه

مدیرعامل و جمعی از خادمین موسسه‌ی خیریه همدم ضمن حضور در اتاق بازرگانی خراسان رضوی، با رئیس اتاق و دیگر مدیران آن گفتگو و ضمن تقدیم هدیه‌ی هنری فرزندان همدم، برای حمایت و همراهی اتاق بازرگانی با اهالی این خانه، سپاسگزاری کردند.



همدم و حال و هوای بهاری با گل کاری شهرداری

باغبان‌های کاربلد و کوشای سازمان پارک‌ها و فضای سبز شهرداری مشهد، با کاشتن گل‌های گوناگون در فضای باز موسسه‌ی همدم، حال و هوای بهاری شادی به این خانه بخشیدند. این عزیزان درخت‌های قدیمی همدم را نیز هرس کردند تا صحن و سرای موسسه، زیباتر از همیشه، برای استقبال از نیکان همیار، آماده شود.

عطری به نام فرزندان همدم



با حضور و هدایت امیرحسین خلیل زاده (هنرمند مستندساز) در همدم، جمعی از فرزندان این خانه با رایحه‌هایی که دوست داشتند عطرها را اختصاصی ساختند و به نام خود ثبت کردند.

گرامیداشت روز جهانی زمین پاک در همدم



دختران همدم که حامیان همیشگی نیکی و پاکی اند، در دومین روز اردیبهشت ماه، به شکلی نمادین و دلنشین، روز جهانی زمین پاک را گرامی داشتند.

دوشنبه‌های کتابخوانی در کتابخانه‌ی همدم



به امید گسترش بیشتر فرهنگ کتابخوانی و دانش در جامعه و به ویژه در میان دختران توانبخشی همدم، اولین جلسه‌ی دوشنبه‌های کتابخوانی در کتابخانه‌ی همدم برگزار و با استقبال شرکت‌کنندگان روبرو شد.

اعضای شورای محله و تبریک روز دختر



در آستانه‌ی زادروز حضرت معصومه (س)، جمعی از اعضای شورای محله‌ی عبدالمطلب، با حضور در همدم و اهدای شاخه گل و لبخند، روز دختر را به فرزندان این خانه تبریک گفتند.

جمعی از خادمین حرم مطهر با گل و شیرینی به همدم آمدند



جمعی از خادمین کشیک اول خدمات کتب انوار حرم مطهر رضوی (ع) ضمن حضور در خیریه‌ی همدم، با پخش نبات متبرک و گل و شیرینی، میلاد حضرت معصومه (س) و روز دختر را به دختران این خانه تبریک گفتند.

گرامیداشت عید غدیر خم در همدم



گرامیداشت عید غدیر خم با برگزاری یک دورهمی خودمانی و خواندن اذکار و اشعار مذهبی، در کنار دختران همدم، به همت جمعی از خیرین بزرگوار و دوستان همدم یار.

پرچم‌گردانی و اهدای نبات متبرک در آغاز دهه‌ی کرامت



گروهی از خادمین انتظامات صحن‌ها و حریم‌های حرم مطهر رضوی ضمن حضور در توانبخشی همدم و پرچم‌گردانی، با اهدای نبات تبرک، فرارسیدن دهه‌ی کرامت و روز دختر را به فرزندان این خانه تبریک گفتند.

شهرداری منطقه و گرامیداشت روز دختر در این خانه



به مناسبت گرامیداشت میلاد با سعادت حضرت معصومه (س) و روز دختر و به همت شهرداری منطقه ۲ مشهد، ویژه برنامه‌ای مفرح برای فرزندان موسسه‌ی همدم برگزار شد.

همدمی‌ها به دیدار فردوسی حکیم رفتند



در آستانه‌ی بزرگداشت خردمند حماسه‌پرداز؛ حکیم ابوالقاسم فردوسی، دختران شاهنامه‌خوان همدم به دیدار بارگاه فردوسی رفتند. اهالی همدم از بنیاد فردوسی سپاسگزارند که در آموزش ادبی فرزندان این خانه و آشنایی با شاهنامه، از هیچ تلاشی دریغ نکرده‌اند.

فضای همدم با شمیم مولودی خوانی معطر شد

در آستانه‌ی میلاد باسعادت امام رضا(ع)، مراسم مولودی خوانی، توسط گروه زهرای علی(ع) و به سرپرستی خانم فتحی در تالار همایش‌های موسسه برگزار و فضای این خیریه‌ی توانبخشی، عطرآگین شد.



اظهار امیدواری رئیس امور شعب بانک ملی استان، برای همکاری با خادمین همدم

علی اصغر نظری (رئیس امور شعب بانک ملی خراسان رضوی) ضمن دیدار با اهالی همدم، گفت: «در دهه‌ی کرامت مفتخریم که خدمت خادمین و فرزندان موسسه‌ی همدم رسیدیم و امیدواریم توفیق همکاری با این عزیزان را داشته باشیم.»



خدام کشیک هفتم آستان قدس رضوی در همدم

جمعی از خدام کشیک هفتم آستان قدس رضوی با همراهی دکتر علی آقا محمدی به سنت هر ساله و با پخش شیرینی و نبات متبرک در میان اهالی همدم میلاد باسعادت امام رضا(ع) را به خادمین و فرزندان این خانه تبریک گفتند.





دیدار رئیس ستاد توانمندسازی با اهالی این خانه

دکتر علی آقامحمدی، رئیس ستاد توانمندسازی و تحول اجتماع محور محلات کم برخوردار با مدیران و فرزندان توانبخشی همدم دیدار کرد.



به خودم شدیداً توصیه می‌کنم دوباره به همدم بیایم

رضا عطاران (کارگردان و بازیگر صاحب سبک ایران) در جشن تولد ۵۷ سالگی اش که در جمع فرزندان همدم برگزار شد، گفت: «دیگران خودشان می‌دانند، اما به خودم شدیداً توصیه می‌کنم دوباره به اینجا بیایم»



تقدیر شهردار منطقه ۲ از مدیرعامل همدم

دکتر سید علی حسین پور (شهردار منطقه ۲ مشهد در گرامیداشت روز معلم) ضمن دیدار با مدیران و خادمین نمونه‌ی مراکز توانبخشی، با اهدای لوح سپاس از دکتر زهرا حجت (مدیرعامل همدم)، تقدیر کرد.

نمایشگاه اهالی همدم در دانشگاه و دیدار مدیران خیرخواه



دکتر غزال راهب (معاون وزیر راه و شهرسازی) و مهندس وحید دایی (مدیرکل راه و شهرسازی خراسان رضوی) از غرفه فرزندان همدم در نمایشگاه دانشکده مهندسی دانشگاه فردوسی مشهد، بازدید کردند.

دیدار جمعی از مدیران قوه قضاییه دادگستری و بهزیستی با همدم



جمعی از مدیران قوه قضاییه، دادگستری و بهزیستی استان، بعد از برگزاری گلریزان اجتماعی که با حضور موسسه همدم برگزار شد، از این خانه و کارگاههای توانمندسازی فرزندان موسسه بازدید و تلاش فرزندان و کارکنان همدم را تحسین کردند.

تقدیر از رئیس همدمی هلال احمر مشهد



خانم مدیرعامل، با اهدای لوح مسی ساخته‌ی فرزندان همدم به سید جمال زرگر (رئیس هلال احمر مشهد)، به پاس حمایت ایشان و همکاران از اهالی این خانه، تقدیر و تشکر کرد.



شوق زندگی، در تمام شئونات همدم هست

گفت‌وگوی فصلنامه‌ی همدم با سرکار خانم نیره عابدین زاده؛ معاون دادستان و مدیر مجتمع شوق زندگی در مشهد.

● آوات رحیمی

در میان ما، انسانهایی هستند که برایشان انجام کار خیر، مرزو محدوده‌ی خاصی را شامل نمی‌شود. انسانهایی که حتی در پست‌های حساس مدیریتی و قضاوت هم، نیکوکاری از منظر نگاهشان دور نمی‌ماند و همچون بانوی نیک‌اندیش نیره عابدین زاده عرصه‌ی خیرخواهیشان بین مجتمع شوق زندگی تا موسسه‌ی توانبخشی همدم گسترده‌است. مجتمع‌های شوق زندگی برای اجرای اقدامات حمایتی و قضایی از زنان و کودکان کار و خیابان و با هدف کاهش آسیب‌های اجتماعی راه‌اندازی شده‌اند و هرچند عمر این اقدام مبارک کوتاه‌است، اما به گواه آمار و بررسی‌ها، ثمرات و برکات زیادی برای اقشار آسیب‌پذیر داشته‌است.

بعد از اینکه راجع به مجتمع‌های شوق زندگی شنیدیم احساس کردیم گفت‌ووی فصلنامه همدم با خانم عابدین زاده می‌تواند بسیار جالب و خواندنی باشد، به‌ویژه اینکه پیشتر هم در پیام ایشان به مناسبت هفته‌ی بهزیستی، نکات مهم و متفاوتی خوانده بودیم، آنجا که تاکید کرده بودند:

«بهزیستی معنا و مفهومی فراتر از دیوارهای سخت قانون دارد. قانون باید سبب شود تا امکان زیست بهتر برای مردم فراهم شود. با نگرش اجتماعی به قوانین، قطاعا روشهای مداخلات حمایتی و برای بهبود کیفیت زندگی مردم را خواهیم یافت.»

برای اینکه خوانندگان فصلنامه‌ی همدم بیشتر با شخصیت خیرخواه و مدیریت نیک‌اندیش خانم عابدین زاده و حال و هوای متفاوت مجتمع شوق زندگی در مشهد آشنا شوند، تصمیم گرفتیم به دفتر این بانوی خوش فکر و مؤسس این مجتمع برویم؛ جایی که نیره عابدین زاده، مدیر است و بانی این اقدام خوب. او چندین سال است که به خاطر رفتارهای متفاوت و جالبش در دستگاه قضا، بین مردم و اهالی رسانه نه فقط به عنوان معاون دادستان مشهد و یک قاضی، بلکه به عنوان دوست و یاور کودکان و محجورین، معروف شده‌است.

دفتر کار این بانوی عدالت و محبت در محیط مشجریکی از بوستانهای تازه تاسیس مشهد در ابتدای خیابان خواجه ربیع مشهد قرار دارد. فضای سبز و دلنشین این پارک و آوای دلنشین پرنده‌ها و نسیم نوازشگرش، میزبان مردم مناطق دور و نزدیک به

سال سابقه‌ی کار دارم و افتخار می‌کنم که حدود ۲۰ سال از خدماتم را در حوزه‌ی مسئولیت اجتماعی تلاش کرده‌ام. دانش روانشناسی و مددکاری اجتماعی در این سالها به من این فرصت را داد که از نزدیک، دردها، نگرانی‌ها و خواسته‌های مراجعینم را بهتر و بیشتر بشناسم و بتوانم برای تحقق اهداف‌شان گام بردارم.

● با سپاس از این توضیح، بفرمایید که ایده‌ی مجتمع‌های شوق زندگی چگونه شکل گرفت و در مجموع کار این مجتمع چیست؟

در مجتمع‌های شوق زندگی که کلید افتتاح آن از مشهد خورد، تمام فعالیت‌های قضایی، حمایتی، اجتماعی و ظرفیت‌های دستگاه‌های متولی در حوزه کودکان و زنان همچون کمیته امداد، بهزیستی، شهرداری، آموزش و پرورش و انتظامی با نظارت دادستانی گردهم جمع می‌شوند. بنده، سال ۱۳۹۹ به عنوان ایده‌پرداز مجتمع‌های شوق زندگی که در همان سال در مشهد شکل گرفت، فعالیت‌م را تخصصی کردم و این ایده بعد از مدت کوتاهی در سراسر کشور عملی شد. در واقع همه‌ی امور مربوط به کودکان

اینجاست که از صبح زود برای ورزش و استفاده از هوای سرشار از اکسیژن تازه به اینجا آمده‌اند. البته هرچه به دفتر و ساختمان مجتمع شوق زندگی نزدیک‌تر می‌شویم، زنان و کودکانی را می‌بینیم که چهره‌ی غمبارشان نشان از سختی‌های زمانه دارد و دلخوش به عدالت و حمایت خانم عابدین زاده هستند و آمده‌اند تا بلکه او چاره‌ای برای زخم‌های روحی‌شان پیدا کند. دفتر خانم عابدین زاده که رنگ و بویی متفاوت از سایر دفاتر قضایی دارد و دیوارهایش مملو از نقاشی‌های کودکان و میز و صندلی آبی و سفید و نازجی است و همچنین برخورد صمیمی کارکنان و خدمه، همه و همه این نوید را به ما می‌دهد که به مکانی متشخص و متفاوت آمده‌ایم و امیدواری ما برای اینکه اتفاقات خوب آغاز شده از این ساختمان در کل ایران گسترش پیدا خواهد کرد، به جاست.

● خانم عابدین زاده ضمن عرض خداحوت و آرزوی سلامتی در ابتدای گفت‌وگو لطفاً کمی در مورد خودتان، خانواده و فعالیت‌هایتان بفرمایید؟

با سلام خدمت شما و خوانندگان فهیم مجله‌ی همدم و تشکر از حضورتان بابت کار حمایتی و رسانه‌ای از مجتمع‌های شوق زندگی. بنده نیره عابدین زاده هستم، متولد سال ۱۳۶۰ دو فرزند دارم. فرزند پسرم دانشجوی رشته‌ی دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد و دخترم کلاس چهارم دبستان است. همسرم عضو هیات علمی دانشگاه فردوسی مشهد و از جمله نویسندگان بزرگ حقوقی کشور هستند. من و همسر در سال ۱۴۰۲ یک کتاب در مورد سرپرستی افراد صغیر و محجور نوشتیم. این کتاب هم بر اساس موازین علمی نوشته شده و هم بر اساس تجربیاتی که در فرایند کار داشتیم. من هرچند دانش آموخته‌ی دانشگاه علوم قضایی هستم اما به واسطه‌ی شغل و علاقه‌ای که داشتم و همچنین اهمیت دانش کاربردی در رشته‌ی مددکاری اجتماعی و روانشناسی هم تحصیلات دارم چون احساس می‌کردم برای کارم لازم است.

● اگر ممکن است در این خصوص که تحصیل در چند رشته برای یک قاضی چه اهمیت و ضرورتی دارد، بیشتر توضیح بفرمایید؟

بله. من احساس می‌کنم به عنوان یک قاضی که در حوزه‌ی کودکان، محجورین، بانوان سرپرست خانوار، معلولین و سایر مسائل در حوزه‌ی اجتماعی فعالیت می‌کنم، می‌بایست غیر از حقوق، در رشته‌هایی همچون مددکاری اجتماعی و روانشناسی هم تحصیلات و مطالعه داشته باشم. بنده ۲۴



و افراد دارای معلولیت در این مجتمع صورت می‌گیرد. دادستان، وظایف قانونی مشخصی برای کودکان و اقشار آسیب‌پذیر جامعه دارد. من وقتی دیدم پرونده‌های این افراد در کنار مابقی پرونده‌های افراد مجرم و... قرار دارد به فکر فرو رفتم و احساس کردم که لازم است آنها را از هم تفکیک کنیم. جامعه‌ی هدف ما می‌بایست عدالت را بر اساس نیازهای خودشان دریافت کنند نه اینکه عدالت بر آنها تحمیل شود. زنان سرپرست خانوار، افراد دارای معلولیت و کودکان، وقتی به محیط‌ها دادگاه وارد می‌شوند گاهی از احقاق حقشان ناامید و پشیمان می‌شوند، چرا که خود را در کنار آدم‌های مجرم می‌بینند؛ افراد مجرمی که دعوا و درگیری خاص دارند و در چنین شرایطی کودکان و زنان، توان روحی و جسمی پردازش موضوع مورد نیازشان را ندارند. بر این اساس یکی از آرزوهای من این بود که محل دادگاهی شدن آنها را از یکدیگر جدا کنم. زمانی که خودم قاضی بودم سعی می‌کردم فضای اتاقم را ملایم کنم چون می‌دیدم زنان و کودکان وقتی از فضای سخت دادگاه و مجتمع‌های قضایی وارد اتاق من می‌شوند احساس آرامش و امنیت می‌کنند و نوعی رضایت خاطر دارند. این مهم بود که وقتی نزد من می‌آیند احساس امنیت کنند، سپس حمایت شوند. من نمی‌توانستم کاری به خارج از اتاق خودم داشته باشم چون مدیریتی نداشتم و فقط اتاق خودم دستم بود. این بود که وقتی در سال ۱۳۹۹ دادستان محترم به من پیشنهاد سرپرستی اداره‌ی صغار و محجورین دادگستری را به دادند (نام قبلی مجتمع شوق زندگی) از ایشان خواهش کردم مقداری دست من را بازتر بگذارند تا در این سیستم، فضای متفاوت با یک رفتار متناسب ایجاد کنم. ایشان استقبال کردند و کمک هم کردند. از سال ۱۳۹۹ قدم به قدم شروع کردیم. تمام قسمت‌هایش را خودمان پیش بردیم. از گرفتن ساختمان و تجهیز کردنش تا رنگ‌آمیزی و مناسب سازی فضا و تبدیل ساختارهای خشک قانون به روش‌هایی که برای این عزیزان ملایم باشد. سپس به بحث مهم آموزش همکاران مان پرداختیم که بدانند در چه محیطی دارند کار می‌کنند. این مهم است که همکار ما بداند اگر فرد دارای معلولیت، فرد سالمند یا کودکی نزد وی می‌آید ابتدا باید احساس امنیت کند سپس عدالت در موردش اجرا شود. آموزش همکاران مان بسیار مهم بود و ما در این زمینه جزوهای آموزشی تهیه کردیم تا در نهایت این کار به عنوان یک دستور و قانون در کل قوه‌ی قضاییه مطرح شد و در

حال حاضر خوشبختانه در بسیاری از دادگستری‌های کشور مان در حال پیاده‌سازی و اجرایی شدن است.

● خانم عابدین زاده! بفرمایید که چرا ایده‌ی خوب شوق زندگی در رسانه‌ها کمتر مطرح شده و این آیا مردم و مراجعین شما چگونه در جریان این اقدام خوب قرار می‌گیرند؟
به خاطر سختی کار در مسائل اجتماعی، ما سعی کرده‌ایم به عمق کارمان بپردازیم و شاید بشود گفت هنوز چنانکه باید وقت نکرده‌ایم به رسانه و کار اطلاع‌رسانی بپردازیم. اما سعی کرده‌ایم همکاران مان را در سطح کشور از طریق فضای مجازی در کانال‌های مختلف آموزش دهیم. در حال حاضر هم که شوق زندگی شناخته شده، از طریق فردی و چهره به چهره بوده نه رسانه‌ای. ما سراغ رسانه‌ای کردن موضوع نرفته‌ایم، ولی فکر می‌کنم در دنیای امروز اطلاع‌رسانی لازم است و باید بیشتر به آن پرداخته شود.

● خانم عابدین زاده، ما بارها شما را در همدم ملاقات کرده‌ایم و از این بابت خیلی خوشحالیم. در عین حال، می‌دانیم که محیط‌های دادگاهی و قضایی خشک و بی‌تعارف هستند از سویی چنانکه می‌دانید محیط‌هایی مثل همدم نیازمند عواطف و مهربانی است. سوال ما این است که شما چگونه توانسته‌اید میان این دو محیط متفاوت ارتباط برقرار کنید؟
درست می‌گویید؛ اما عشق به کار توانست این مساله را حل کند. من خودم فرزندان دارای معلولیت، افراد مستمند و کودکان را خیلی دوست دارم و به واسطه‌ی آن می‌گویم کسانی که قرار است مدیریت مجتمع‌های شوق زندگی را به دست گیرند باید از میان آدم‌هایی انتخاب شوند که خودشان شوق به زندگی دارند. یعنی باید مهربان و عاشق باشند. من حوزه‌ی کارم را خیلی دوست داشتم که توانستم در همدم با افتخار و رضایت کامل حضور پیدا کنم. من سعی می‌کنم تجربیاتم را با مباحث علمی با هم ترکیب کنم و ایده‌ی قابل اجرا ارائه و آن را اجرا کنم. البته یک مقدار جسارت هم می‌خواهد. من هیچوقت منتظر نشده‌ام مقام مافوق کاری را به من ابلاغ کند که انجامش دهم، نه کاری را که صلاح است انجام می‌دهم. آزمون و خطای خودم را می‌بینم؛ اگر خطایی دیدم به خودم می‌گویم و اگر خوب باشد بازگو می‌کنم برای ساختار قضایی کشور چرا که من می‌خواهم این خطوط قرمز را بشکنم و از آن رد شوم. چون اگر بخواهم بایستم باید در همان ۵ سال گذشته باشم. اما شروع کردم و ادامه دادم. بفرض مثال اگر دانشجویی بیاید



دفتر نقاشی تعبیه کردیم. این کودکان در زمانی که میهمان ما هستند با خیال آسوده مشغول بازیگوشی و نقاشی کردن هستند و مادران شان به کارهای اداری شان می‌رسند. با احترام و ادب از کسانی که نزد ما می‌آیند پذیرایی می‌کنیم. با خودمان می‌گوییم ممکن است در مشهد غریب باشند و اکنون بهترین فرصت است که پیش ما چای بنوشند یا یک خوردنی ساده نوش جان کنند. مخصوصا به کودکان توجه داریم که معمولا هنگام نگرانی‌های خانوادگی دچار مشکلات متعدد می‌شوند و امنیت روانی شان به خطر می‌افتد. ما به‌اندازه و توان خودمان موظفیم احساس آرامشی به آنها هدیه کنیم. در و دیوارهای مجتمع شوق زندگی لبریز از صنایع دستی بانوان سرپرست خانواده و نقاشی‌های کودکانه است و اینها به‌ما امید و انرژی می‌دهد تا مسیرمان را ادامه دهیم.

● خانم عابدین زاده، دوست داریم در مورد ارتباط شما با خیریه‌ی توانبخشی همدم و نگاهتان به این موسسه هم بیشتر بشنویم.

موسسه‌ی همدم یکی از موسساتی بود که از همان آغاز به کار شوق زندگی همراه ما بود. احساس می‌کنم شوق زندگی در تمام شئون این موسسه‌ی پویا وجود دارد. من وقتی به همدم می‌روم متوجه می‌شوم هم مدیران و خادمین و

پیش من و بگوید من چنین ایده‌ای دارم با او گفتگو می‌کنم و اگر ببینم توانمند است شماره تلفن شخصی‌ام را به او می‌دهم و می‌گویم دخترم یا پسر من شب در فضای مجازی با هم صحبت می‌کنیم. چرا که فکر او برای نظام قضایی سرمایه است. من هم نظراتم را به او می‌گویم و وقتی به نتیجه‌ی مشترک رسیدیم می‌گوییم بیا فردا ایده‌ات را همینجا اجرایی کن. در کل من نیامده‌ام کاری کنم که بمانم بلکه من آمده‌ام کاری کنم که کارم ماندگار و پای‌همه‌ی مسائلش هم هستم.

● رنگ و فضای مجتمع شوق زندگی، واقعا زیبا و لبریز از احساس است. کمی در مورد این حس خوب و سایر اقدامات متفاوت با سایر ساختمان‌های دادگاهی صحبت بفرمایید.

همانطور که عرض کردم ما می‌خواستیم مکانی متفاوت با سایر مجتمع‌های قضایی برای افراد سالمند، کودکان معلولین و زنان سرپرست خانوار ایجاد کنیم. رنگ آمیزی در دیوارهای اینجا و از جمله رنگ سیاه میز قاضی‌ها را تغییر دادیم. با تمام توان و اعتقاد گفتیم مردم ابتدا باید احساس امنیت و دوستی کنند و بعد حقشان را از ما مطالبه کنند. سعی کردیم کودکانی که با مادرانشان به اینجا می‌آیند احساس راحتی کنند. برای شان میز تحریر و مدادرنگی و

هم فرزندان موسسه همگی شاد هستند و شور و نشاط از چشمهایشان پیداست. اگر کاری کنیم که آن حس شادی و نشاط ایجاد شود، آنجاست که کارمان درست است. در مورد انسانها، کافی است چشمهایشان را ببینیم و اینکه اگر شوق دارند یعنی اصل کار و حاصل کارشان، درست است. هر وقت به همدم می روم نگاههای فرزندان موسسه نشان از حضور پروردگار و الطاف او در وجودشان است. افتخار می کنم که در معرض محبت و نگاه مهربان فرزندان معصوم همدم قرار می گیرم و خستگی کارهای روزانه از تنم خارج می شود. من از این بچه ها انرژی مضاعفی برای حمایت می گیرم. نیازی نیست بیشتر از این از همدم بگویم. کافی است بدانیم این موسسه تنها موسسه خیریه ای بود که در سال ۱۴۰۳ از میان خیریه های خراسان رضوی، شمالی و جنوبی به عنوان خیریه نمونه کشور انتخاب شد و همه ی اینها را در وهله اول مدیران تلاش های خانم دکتر حجت و همسرشان حاج آقای شیرازی نیا و اعضای هیات مدیره ی موفق و کارداران همدم می دانیم و در وهله دوم می بایست به زحمات مادر یاران و مربیان خوب همدم هم اشاره کنیم که دختران همدم را مثل فرزندان خودشان دوست دارند.

● به عنوان سوال آخر بفرمایید آیا شما به عنوان معاون دادستان و حامی قانونی کسانی چون فرزندان همدم از نحوه ی حمایت ادرات دولتی و نهادهای خصوصی از آنها رضایت دارید و اینکه به نظر شما آنها چه وظیفه ای در قبال موسساتی مانند همدم دارند؟

در قانون برای تمام سازمانهای دولتی و خصوصی قوانین مشخصی مصوب شده که از موسساتی همچون همدم باید حمایت کنند. اینکه گاهی دیده می شود مسئول محترمی به همدم یا هر مرکز دیگری سر می زند، خوب است ولی به تنهایی کافی نیست. مسئولین محترم نهادهای دولتی به خوبی واقفند که می بایست به طور مرتب به موسسات خیریه بروند و از آنها بپرسند آیا کاری هست برایتان انجام دهیم؟ ما در سال ۱۴۰۴ برنامه ریزی دقیقی داریم که نظارت مان را روی انجام یا عدم انجام امورات قانونی تمام سازمانها اعمال کنیم. امیدواریم مسئولین عزیز وظایف قانونی شان را به نحو احسن در قبال همدم و سایر موسسات خیریه انجام دهند.





بدون تو، چگونه نقاشی کنم؟

زهره یکی از چهارصد دختر همدم بود که صدای گام‌ها و بالا و پایین پریدن‌هایش در حین دویدن، هنوز در گوشم طنین می‌اندازد. زهره، وقتی نمی‌دوید، معمولا در حال نقاشی کشیدن بود و در نقاشی‌هایش، همیشه دو نفر با آغوش باز، در محوطه‌ی بازی یک خانه، انتظار کسی را می‌کشیدند.

زهره‌ی همدمی ما حالا مدتی است که از اینجا رفته، اما هنوز هم خاطره‌ی لبخندها، نقاشی‌ها و چشمهای منتظرش با ماست چرا که ما سالها با هم زندگی کردیم، با هم نقاشی کشیدیم، با هم خندیدیم و با هم گریستیم! زهره، حالا هرجا هست، بی‌شک خدا دوستش خواهد داشت...

تو را فریاد می‌زنم؛ صدایم را نقاشی کن.

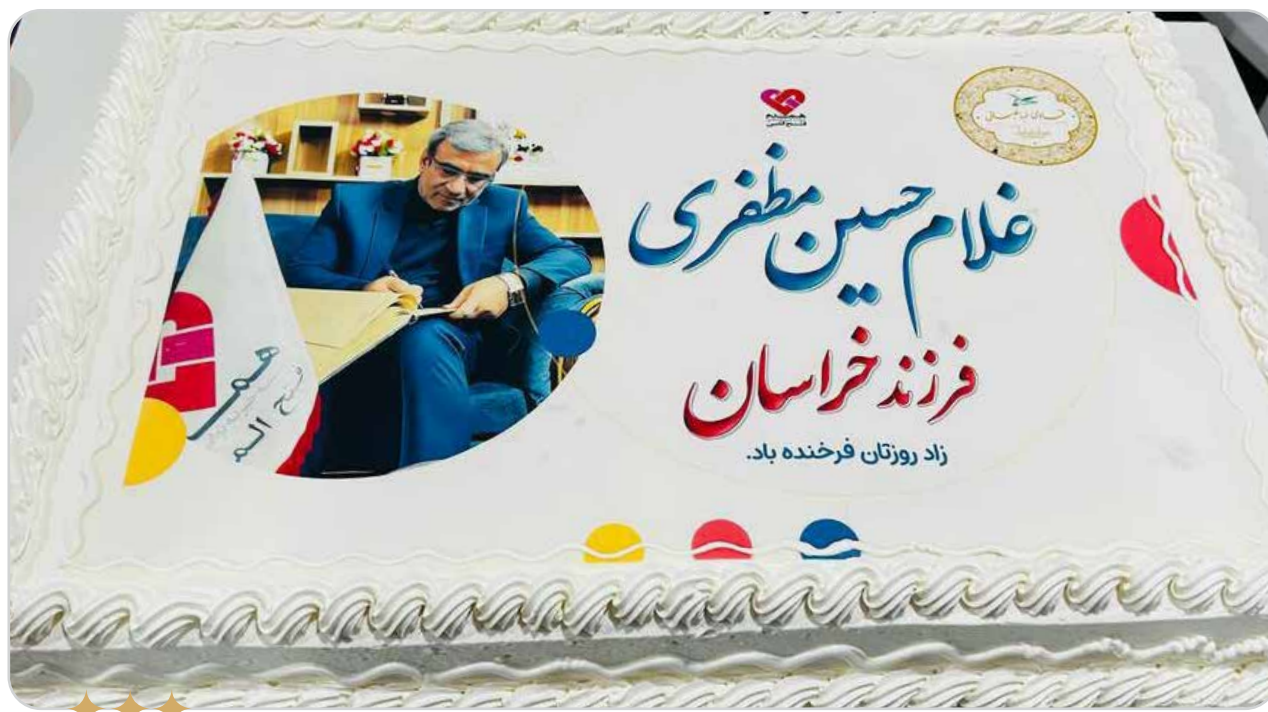
دل‌تنگ توام؛ اندوهم را نقاشی کن.

به تو می‌اندیشم در غم و شادی دیگران؛ پندارم را نقاشی کن.

تو را در ماه می‌بینم، ولی در تاریکی کسی نقاشی نمی‌کشد.

برایم چراغی بیاور؛

من، بی‌نور و بدون تو، چگونه نقاشی کنم؟



یک روز خوب و خاطره‌انگیز در همدم؛ روزی که آقای استاندار، سورپرایز شد!

در یک روز دلنشین بهاری، خیریه‌ی همدم شاهد یک اتفاق متفاوت و جالب بود که برای فرزندان این خانه و مدیریت ارشد استان خراسان رضوی، به خاطره‌ای شیرین و به یادماندنی بدل شد.

در آن روز انتهای فروردین و سرآغاز اردیبهشت، فرزندان همدم برای دکتر غلام حسین مظفری (استاندار خراسان رضوی) و خواهران اردیبهشت‌ماهی خویش، جشن تولد گرفتند تا او، همراهانش و دیگر حاضران را حسابی سورپرایز کنند.

در ابتدای این مراسم خودمانی، دکتر زهرا حجت ضمن تبریک تولد استاندار خراسان رضوی گفت: «هدف از برگزاری این جشن تولد متفاوت و صمیمی، قدردانی از زحمات استاندار عزیزمان بود و فرزندان قدرشناس همدم خواستند ضمن برگزاری این مراسم که از قبل نیز با آقای استاندار هماهنگ نشده بود، از ایشان و سایر مدیران استانی بخواهند تلاش خود را جهت ساخت و آماده‌سازی فاز دوم همدم با جدیت بیشتری دنبال کنند و به نتیجه برسانند.»

در کنار فرزندان موسسه، دکتر مهدی برجی (مدیرکل بهزیستی خراسان رضوی) نیز حضور داشت و در سخنانی کوتاه گفت: «ما خوشحالیم که توانستیم با همت و تدبیر زیبای فرزندان همدم،

میزبان استاندار پرتلاش مان در این موسسه باشیم و امیدواریم با کمک ایشان و خیرین و مردم نیک اندیش کشورمان بتوانیم گام‌های موثری در راستای خدمت روافزون به این خیریه‌ی خوش نام و خدمتگزار، برداریم.»

در پایان این مراسم، دکتر غلامحسین مظفری (استاندار خراسان رضوی) نیز در حالی که از آنچه اتفاق افتاده بود متحیر و متشکر بود، گفت: «از لطف خادمین و فرزندان همدم سپاسگزاری می‌کنم. بنده همواره از حضور در جمع فرزندان همدم خرسند می‌شوم و از دیدن نتایج زحمات مریبان و خادمین موسسه رضات قلبی دارم. امیدواریم با هم‌فکری و تلاش مدیران بهزیستی و سایر نهادهای دولتی مشکلات ساخت و ساز فاز دوم همدم را در سال جاری حل کنیم و بیش از پیش، در خدمت نیازمندان جامعه باشیم.»

ناگفته نگذاریم که برای برگزاری این جشن تولد شگفتانه جمعی از دوستان و یاران همیشگی همدم از جمله دکتر امیر شهلا یاری و همکاری بی‌دریغی داشتند که در این فرصت باید قدردان همت و محبت مخلصانه‌ی ایشان هم باشیم.





هجدهمین نمایشگاه بین‌المللی صنایع دستی مشهد؛

فرزندان هنرمند همدم، توجه و تحسین همه را برانگیختند

(معاون صنایع دستی وزیر میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری) با حضور در غرفه‌ی همدم گفت: «باید روح و معنی صنایع دستی را در میان تلاش‌های فرزندان هنرمند همدم جستجو کنیم، جایی که هنر اصیل ایران زمین در خدمت توانبخشی افراد دارای نیازهای ویژه قرار می‌گیرد. جایی که شاید دقت و اصالت کمتری را متصور باشیم اما برعکس می‌بینیم بهترین دست‌بافته‌های گلیم و لوح‌های قلم‌زنی در میان محصولات این دختران توانمند خودنمایی می‌کند.»

وی افزود: «همدم می‌تواند برای همه‌ی ما و تولیدکنندگان صنایع دستی و همچنین مراکز مشابه این موسسه الگویی بسیار مناسب باشد تا آنها نیز از هنر به‌بهترین وجه استفاده کنند. ما نیازمند توجه بیشتر به هنر صنایع دستی در میان مردم کشورمان هستیم و خوشحالیم که خادمین همدم توانسته‌اند در این خصوص خدمات شایانی ارائه کنند.»

در ادامه‌ی بازدیدهای مسئولین کشوری و استانی از غرفه‌ی همدم، دکتر غلامحسین مظفری (استاندار خراسان رضوی) و سید جواد موسوی (مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی خراسان رضوی) نیز از این غرفه بازدید کردند. استاندار خراسان رضوی پس از این بازدید گفت: «حال خوب فرزندان همدم با هنر و صنایع دستی درهم آمیخته است. بایستی از مر بیان و مدیران همدم بخاطر توجه خوبشان به صنایع دستی و شکوفاکردن ذهن و روح فرزندان موسسه

همزمان با روزهای پایانی دومین ماه بهار، هجدهمین نمایشگاه بین‌المللی صنایع دستی مشهد فرصت مغتنمی برای معرفی هنر و توانمندی فرزندان همدم بود. این نمایشگاه که با حضور موسی‌الرضا حاجی‌بگلو (رئیس شورای عالی استانها)، انوشیروان محسنی بندپی (معاون گردشگری وزیر میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری)، مریم جلالی (معاون صنایع دستی وزیر میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری)، غلامحسین مظفری (استاندار خراسان رضوی) و جمعی از مسئولان دستگاههای اجرایی، مدیران شهری، سفرا و نمایندگان کشورهای خارجی و مدیران تشکلهای مردم‌نهاد، در هفته‌ی پایانی اردیبهشت‌ماه در محل نمایشگاههای بین‌المللی مشهد افتتاح شده بود، با موفقیت و استقبال خوبی، به پایان رسید.

در این رویداد که با حضور بیش از ۴۹۰ شرکت فعال در بخشهای خدمات مسافرتی و هوایی، فعالان گردشگری سلامت، تولیدکنندگان تجهیزات هتلداری و صنایع دستی فعالین در بخش سوغات محلی و نمایندگان عشایر مناطق مختلف ایران برگزار شد، موسسه‌ی خیریه‌ی همدم نیز با هدف معرفی توانمندی فرزندان، حضوری فعال داشت.

در روز اول نمایشگاه و بعد از مراسم افتتاحیه، مریم جلالی

تشکر کنیم. امیدوارم این مسیر همچنان ادامه داشته باشد.»

همچنین سید جواد موسوی (مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی خراسان رضوی) نیز گفت: «از جمله مراکزی که مایه‌ی مباحثات ما در صنایع دستی هستند، همدم و فرزندان هنرمند آن است. در کارگاه‌های صنایع دستی این موسسه که قدم می‌زنی باورت نمی‌شود محصولاتی که می‌بینی نتیجه‌ی تلاش و توانمندی فرزندان خوب همدم باشد. ما افتخار می‌کنیم که هر سال در نمایشگاه‌های صنایع دستی میزبان اهالی همدم نیز هستیم.»

در روز پایانی نمایشگاه، دکتر فاطمه مهاجرانی (سخنگوی دولت چهاردهم) ضمن بازدید از غرفه‌های مختلف نمایشگاه وارد غرفه‌ی همدم شد و با دقت و حوصله به تماشای محصولات صنایع دستی فرزندان موسسه ایستاد.

او پس از این بازدید گفت: «زمانی که متوجه شدم موسسه‌ی همدم به عنوان یکی از ۲۴ موسسه‌ی خیریه‌ی برتر ایران شناخته شده است دوست داشتم دلیل موفقیت‌شان را بدانم که امروز تا حدودی متوجه آن شدم. نکته‌ی مهم این غرفه حضور این دختران هنرمند و توانمند است که بصورت زنده مشغول گلیم‌بافی و قلم‌زنی روی مس هستند و با ذهن و دستان خود، ما را متوجه قدرت خداوند می‌کنند. توصیه می‌کنم علاقمندان به صنایع دستی در فرصتی مناسب به همدم بروند و از نزدیک با هنرهای فرزندانش آشنا شوند.»

غیر از مدیران کشوری و استانی، مشهدی‌های خونگرم و علاقمند به هنر صنایع دستی نیز با حضور همدلانه در غرفه‌ی همدم ضمن جویا شدن حال فرزندان موسسه، با جدیدترین محصولات اهالی این خانه در زمینه‌ی گل‌سازی، قلم‌زنی روی فلزات گلیم‌بافی، عروسک‌ساز و گلدوزی آشنا شدند.





درخشش ستاره‌های همدم در شهر ستاره‌های مشهد

و صاحبان کسب و کارهای نمونه‌ی خراسان رضوی با حضور در غرفه‌ی همدم و بازدید از توانمندی فرزندان این موسسه، بر تداوم دوستی و همدلی خود با اهالی این خانه تاکید کردند. از جمله‌ی بازدیدها می‌توانیم به دیدار خانم مهندس رجب‌پور و آقای مهندس اسماعیلی (مدیران هلدینگ ستاره‌ها) اشاره کنیم که ضمن مهر بانی مستمر در خصوص غرفه‌ی همدم، نسبت به فعالیتهای هنرمندانه‌ی فرزندان این خانه اظهار لطف کردند.

دکتر زهرا حجت نیز ضمن حضور مستمر در نمایشگاه و با اشاره به دلایل حضور همدم در این نمایشگاه، گفت: «برگزار کنندگان نمایشگاه ستاره‌ها، همچون سالیان گذشته جهت انجام دادن مسئولیت اجتماعی خود، از همدم دعوت کردند در کنار برندهای مشهور و فعال اقتصادی استان حضور داشته باشند تا هم آنها و هم بازدیدکنندگان از نمایشگاه، بیش از پیش با فعالیتهای این موسسه‌ی خیریه آشنا شوند.»

وی همچنین گفت: «همدم با بهره‌گیری از توانمندی‌های فرزندان هنرمندش، نماینده‌ی شایسته‌ای برای موسسات خیریه‌ی استان و شهرستان است و خوشبختانه با همین رویکرد توانست به عنوان موسسه‌ی خیریه‌ی نمونه در میان ۲۴ خیریه‌ی برتر کشورمان در سال ۱۴۰۳ معرفی شود.»

ناگفته نماند که این نمایشگاه، تا بیست و سوم خرداد ۱۴۰۴ در مشهد؛ طبقه ۴ ساختمان سیتی استار واقع در میدان سپاد دایر بود و دست‌اندرکاران غرفه‌ها و بازدیدکنندگان نمایشگاه ستاره‌ها، ضمن این ایام با شور و شغف فراوان از فعالیت‌های هنری و صنایع دستی تولید شده در کارگاه‌های هنری این موسسه دیدن و با اهالی این خانه جهت تداوم همیاری و خدمتگزاری، تجدید عهد کردند.

پنجمین نمایشگاه «ستاره‌ها» که از مدتها پیش کارآماده‌سازی و برگزاری آن تدارک دیده شده بود، سرانجام با شروع دهه‌ی سوم خردادماه، در ساختمان سیتی استار مشهد افتتاح شد. به گزارش روابط عمومی موسسه‌ی خیریه‌ی همدم، فرزندان هنرمند همدم نیز با حمایت و همت اهل خیر، ضمن برپایی یک غرفه تخصصی، بخشی از توانمندی ۴۰۰ خواهر هنرمندشان را در این نمایشگاه به نمایش گذاشتند.

در مراسم افتتاحیه‌ی این نمایشگاه که عصر روز بیستم خرداد ۱۴۰۴ در مجتمع تجاری سیتی استار مشهد برگزار شد، استاندار خراسان رضوی، ضمن بازدید از غرفه‌ی همدم، از فعالیتهای دختران این موسسه تقدیر و اظهار کرد: «خادمین همدم با توانمندسازی فرزندان خویش، خدمات بزرگی به جامعه کرده‌اند و این می‌تواند الگوی مناسبی برای دیگر خیریه‌های توانبخشی باشد.»

دکتر غلامحسین مظفری همچنین افزود: «همدم نامی آشنا در زمینه‌ی فعالیت‌های خیرخواهانه در مشهد مقدس است و زائرین و مجاورین امام هشتم (ع)، همچون همیشه می‌توانند با همدلی و همیاری با اهالی این خانه، مقدمات زندگی بهتر و سالم‌تری برای فرزندان آن مهیا کنند.»

در این بازدید، فرزندان همدم که از مدتی پیش و به پیشنهاد دکتر امیرشها (مرد نام‌آشنای عرصه‌ی خیر و خدمت)، دست به کار شده و یک لوح قلم‌زنی ویژه برای بزرگداشت زادروز آقای استاندار آماده کرده بودند، فرصت را مغتنم دیدند و لوح زیبای «غلامحسین مظفری، فرزند خراسان» را با دست مدیرعامل موسسه؛ دکتر زهرا حجت، تقدیم جناب آقای دکتر مظفری کردند.

در ادامه‌ی این نمایشگاه و طی روزهای بعد، فعالین اقتصادی

آموزش، توانبخشی و نگهداری شبانه روزی ۴۰۰ دختر بی سرپرست

مشهد - خیام شمالی - عبدالمطلب ۵۸ | تلفن: ۰۳۷ ۹۹۸۱ ۶۰۸۸ ۸۸۸۸

مشارکت آنلاين و فروش محصولات همدم





طراری، اعتماد و جوانمردی!

چنان شنودم که مردی به سحرگاه به تاریکی از خانه بیرون آمد تا به گرمابه رود، در راه دوستی از آن خویش بدید. گفت: موافقت کنی با من تا به گرمابه رویم؟ دوست گفت: تا به در گرمابه با تو همراهی کنم، لیکن در گرمابه نتوانم آمد که شغلی دارم. تا به نزدیک گرمابه با وی برفت.

به سر دو راهی رسیدند و این دوست پیش از آنک دوست را خبر دهد بازگشت و به راهی دیگر برفت. اتفاق را، طراری از پس این مرد همی آمد تا به گرمابه رود، به طراری خویش!

از قضا این مرد بازنگریست، طرار را دید و هنوز تاریک بود. پنداشت که آن دوست اوست. صد دینار در آستین داشت بر دستارچه بسته از آستین بیرون کرد و بدان طرار داد و گفت: ای برادر این امانت است بگیر تا من از گرمابه برآیم به من بازدهی.

طررار ز راز وی بستاند و هم آنجا مقام کرد. تا وی از گرمابه آمد، روشن شده بود. جامه پوشید و راست برفت.

طررار او را بازخواند و گفت: ای جوانمرد زر خویش بازستان و پس برو که امروز من از شغل خویش بازماندم از جهت امانت تو.

مرد گفت: این امانت چیست و تو چه بودی؟ طرار گفت: من مردی طرارم و تو این زربه من دادی تا از گرمابه برآیی.

مرد گفت: اگر طراری چرا زر من نبردی؟ طرار گفت: اگر به صناعت خویش بردمی، اگر این هزار دینار بودی نه اندیشیدمی از تو و یک جو باز ندادمی... ولیکن تو به زینهار به من سپردی و در جوانمردی نباشد که به زینهار به من آمدی من بر تو ناجوانمردی کردمی شرط مروت نبود!

چند لحظه علمی و آموزشی

- رهایی از ملال زندگی؛ آیا ممکن است؟
- ترازوی «رنج و معنا» چگونه عمل می کند؟
- تحلیل رابطه بین انتخاب شغل و رفتار همسالان در میان دانش آموزان دبیرستان
- ضریب شرافت و اهمیت آن در محیط اجتماعی و کاری
- مارکتینگ و سبک های موفق بازاریابی



رهایی از ملال زندگی؛ آیا ممکن است؟

• صدیقه بختیاری شهری
دکتری مشاوره، مدرس دانشگاه و پژوهشگر



به سمت کاریا رابطه‌های جدید هم می‌تواند خیلی زود دوباره ملالت بار شود. پس آیا هیچ راهی برای خلاصی از این تردمیل کسالت بار نداریم؟ کی‌یرکگور، فیلسوف مشهور دانمارکی می‌گوید: ملال را نمی‌توان با یافتن زندگی‌ای تازه درمان کرد برعکس، ملال فقط با عمیق‌تر شدن در زندگی‌ای که همین الان داریم تسلی می‌یابد. وقتی زندگی تیره می‌شود، نیازی نیست به بیرون نگاه کنی، باید درونت را دریابی.

در روان‌شناسی، احساس ناخوشایندی یا ناراحتی و حالتی از حُلق با مشخصه‌ی غمگینی و نارضایتی و گاهی بی‌قراری و بی‌تفاوتی به محیط را ملال (dysphoria) می‌گویند. فرد دچار ملال را نیز ملول (dysphoric) می‌گویند. نشانه‌های ملال در جریان افسردگی و اضطراب مشاهده می‌شود.

حضرت مولانا خطاب به انسان می‌گوید:

تو بر آن رنگی که اول زاده‌ای

یک قدم زان پیشتر نهاده‌ای

هم چنان دویی ترش در معدنی

خود نگردی زو مخلص روغنی

از ویژگی‌های زندگی روزمره تکرار و بسته بودن آن است. تکراری که در آن هیچ نوع پیشرفت و رشدی مشاهده نمی‌شود و فرد گویی خود را پس از چند سال تلاش و زندگی در نقطه آغاز می‌بیند و حس خسران و حسرت نسبت به زندگی گذشته در او ایجاد می‌شود.

می‌روی هر روز تا شب هروله

خویش می‌بینی در اول مرحله

آلبرکامو، نویسنده فرانسوی در یکی از داستان‌های خود شرح

زندگی انسان، بین «درد و رنج» و «ملال» در نوسان است. به این دلیل که تا وقتی چیزی را می‌خواهیم و نداریم، درد و رنج داریم. وقتی به دست می‌آوریم، برایمان ایجاد ملالت می‌شود.

تقریباً همه ما آدمیان در کودکی و نوجوانی و جوانی و میانسالی تصویری داریم از تجربه زندگی که زندگی بین درد و رنج از سویی و لذت از سویی دیگر در نوسان است. ملال از زندگی چیست، دلیل ایجادش چیست و راه‌های کم‌کردنش چیست؟

شوپنهاور می‌گوید: زندگی ملالت‌بار است. روزها و شب‌های تکراری ما را در چنگال خودشان می‌فشارند و سیاهی فضای ذهنمان را پر می‌کند. انسان‌ها از ملال متنفرند حتی حاضرند درد بکشند، به شرط اینکه از ملال نجات پیدا کنند. این را آزمایش بسیار مشهوری ثابت کرد که طی آن شرکت‌کنندگان را در اتاقی خالی تنها می‌گذاشتند که در آن فقط یک دستگاه شوک الکتریکی وجود داشت و با فشار دکمه آن می‌توانستید به خودتان شوک الکتریکی وارد کنید. اکثر شرکت‌کنندگان بعد از ربع ساعت بیکار نشستن، ترجیح می‌دادند به خودشان شوک وارد کنند تا کمی سرگرم شوند. اگر به نقطه‌ای رسیدیم که به نظرمان هر روز، مثل روزهای قبلش است و کارها و تفریحات و رابطه‌هایمان دیگر لذتی برایمان ندارد، چه کار می‌توانیم بکنیم؟ فرهنگ امروز، جواب ساده‌ای دارد: فرار کن.

اما برخلاف تصویر رایجی که می‌گوید برای بیرون آمدن از ملالت باید «چیزهای تازه» به زندگی مان بیاوریم، فرار کردن

زندگی فردی به نام سیزیف را می آورد که محکوم است که تخته سنگی را از صبح تا غروب به بالای قله برساند و غروب سنگ به پایین سقوط می کند. کامو سیزیف را استعاره از انسان مدرن گرفته که محکوم به زندگی رنج آور، بی معنا و تکراری محکوم شده است.

ویکتور فرانکل (روانشناس و عصب شناس)، می گوید: هنگامی که افراد قادر به یافتن معنایی در زندگی خود نیستند، در بحران وجودی غوطه ور می شوند. زندگی این افراد در واقع بهای تنش میان وجود و نیاز است و از این رو در موقعیت های نامناسب قربانی بی معنایی می شوند. این افراد از ملال و غم زندگی مزمن و فقدان جهت گزینی هدفمند رنج می برند. زندگی آنها بی هدف است، دائم خطر می کنند، آسیب می بینند و در این راه حتی دستاوردهای مادی نیز خلاءهای درونی آنها را پر نمی کند. در نتیجه این افراد دائما در جست و جوی هیجان و ماجرا در زندگی هستند تا شاید از یکنواختی زندگی خارج شوند.

از نظر کی یرکگارد، اولین بار که زندگی را ملالت بار می یابیم، نشانه این است که دنبال شادی های جدید می گردیم. او نام این دوره را «مرحله زیبایی شناختی زندگی» می گذاشت و آن را مخصوص دوره نوجوانی می دانست.

در دوره زیبایی شناختی انسان به دنبال تفریحات و لذت ها می رود و عاشق تجربه های جدید است. می خواهد مرزها و آداب و رسوم را در هم بشکند و فقط لذت ببرد. اما برای اکثر انسان ها، این دوره تجربه و مصرف، گذراست و بعد از مدتی خودش ملال آفرین می شود. طوری که از خودمان می پرسیم: «همه اش همین بود؟» اینجا است که وارد «مرحله اخلاقی» زندگی می شویم. در این مرحله، تعهدات بلندمدت و رابطه های عمیق و پایدار را می پسندید و ارزش چیزهای جدید در چشمتان کم می شود. این مرحله عمیق تر و بهتر است، اما باز هم عده ای را خسته و ملول می کند.

زیگموند فروید در یکی از کتاب هایش (تمدن و ملالت های آن) می گوید: متمدن شدن و به دنبال آن زندگی مدرن، باعث پیچیده تر شدن امیال و خواسته های آدم ها شده است. در نتیجه، ارضاء نیازهای ما هر روز سخت تر از گذشته می شود. زندگی در حالت عادی پراز رنج و سرخوردگی است و گاهی وظایفی را به



ما تحمیل می‌کند که غیر قابل تحمل‌اند.

به اعتقاد فروید، ما باید مدام خواسته‌ها و امیال مان را در یک محیط تمدنی سرکوب کنیم. برای همین نیاز به تفریح و تسکین مدام بیشتر می‌شود. فروید می‌گوید وسایل سرگرم‌کننده و جذاب از بار سختی‌های زندگی می‌کاهد. هنر، از بدبختی ما کم می‌کند و یاری می‌دهد تا در برابر واقعیت‌های آزار دهنده پیرامون، بایستیم.

به نظر فروید تولید هنر یا استفاده از آن به ما احساس سعادت‌مندی می‌دهد و با کمک دو نیروی قدرتمند توهّم و خیال، لذت را جایگزین واقعیت تلخ می‌کند.

جامعه‌شناس آلمانی دوران جنگ جهانی دوم نوربرت الیاس نیز به نوبه خود سعی کرد توضیح دهد چرا زندگی متمدنانه مدام ملال‌آورتر می‌شود.

او می‌گوید در تمدن غربی، مردم بیشتر از گذشته خودشان را کنترل می‌کنند چون روابط اجتماعی و تقسیم کار در بین انسان‌ها بیشتر و هم پیچیده‌تر شده است. نوربرت الیاس بر روی موضوع مهمی تأکید کرده است که برای همه ما قابل لمس است.

اما مهم‌ترین سوال این است که چه باید کرد؟

به نظر می‌رسد شاه‌کلید و مهم‌ترین عنصر معناداری زندگی مفهومی است که با عنوان «تعالوا» در قرآن آمده است. این مفهوم به معنای فراتر رفتن، رشد و تعالی است. روح اندیشه معنوی و معنویت دعوت به فراتر رفتن و رشد روح است. رابرت لوزیک اندیشمند معاصر نیز، رازو رمز معنا را در فراتر رفتن و راز بی‌معنایی را در ماندن می‌داند.

اما این تعالی و رشد چگونه حاصل می‌شود حال آن‌که از زندگی روزمره گریزی نیست؟ باید گفت شما وقتی که تحت جاذبه شیئی قرار دارید، زمانی می‌توانید از سیطره آن خارج شوید که تحت جاذبه شدیدتری قرار گیرید و این راه، روش رشد و تعالی است. از نظر مولانا و دیگر متفکران و عارفان تنها عنصری که توان یاری انسان برای رهایی از قفس زندگی روزمره و درگیری‌های کوچک را دارد، عشق است؛

جسم خاک از عشق برافلاک شد

ما برای رهایی از زندان زندگی سطحی روزمره و برای بیداری از خوابی که اسیر آن هستیم، نیاز به شوک داریم و عشق آن شوکی است که ما را از خواب غفلت بیدار و از قفس زندگی روزمره رها می‌کند. (الناس نیام و اذا ماتوا انتبهوا: مردم در خواب هستند و آن هنگام که مردند، بیدار می‌شوند.)

برای نجات و بالا بردن سطح زندگی تعلق بزرگ و عشق بزرگ

نیاز است، عشقی که به علاقمندی‌ها و تعلقات کوچک رنگ دیگری می‌بخشد.

انسان زمانی که عقیده، ایمان و آرمان نداشته باشد خود به خود غرق می‌شود و عشق است که او را به تعالی می‌رساند. تعلقات بزرگ لازمه داشتن روح بزرگ است.

در نهایت باید گفت؛ عارفان و اولیاء الهی نیامده‌اند دل بستن به زندگی را مانع شوند، آن‌ها گفته‌اند که اولاً، به اندازه و به قاعده دل ببندید و ثانیاً دل بستگی‌های کوچک را به جای تعلق اصلی نگیرید، تعلق بزرگ داشته باشید (روح‌تان را بزرگ کنید).

و خلاصه کلام آنکه روح معنویت، رهایی و بالا بردن سطح زندگی، تعالی و فراتر رفتن است، چرا که هم توای انسان پیرواز داری و هم جهان بزرگ جولانگاه روح توست (خَلَقْتُ الْاَشْيَاءَ لَاجِلِكَ وَ خَلَقْتُكَ لَاجِلِي: من (خداوند) همه چیز را برای تو (انسان کامل) و تو را برای خودم آفریدم).

جان و دل از عاشقان می‌خواستند

جان و دل را می‌سپارم روز و شب

تا که عشقت مطربی آغاز کرد

گاه چنگم گاه تارم روز و شب

می‌زنی تو زخمه و برمی‌رود

تا به گردون زیر و زارم روز و شب

زان شبی که وعده کردی روز وصل

روز و شب را می‌شمارم روز و شب (مولانا)

از طرفی می‌توان ملال را نوعی زنگ خطر درونی دانست که وقتی فعال شود، می‌خواهد چیزی به ما بگوید. این هشدار وجود وضعیتی ناخوشایند را به ما گوشزد می‌کند. اما این هشدار به شوک هم مجهز است. تجربه آزارنده و منفی ملال ما را برمی‌انگیزد و شاید حتی بتوان گفت ما را وادار می‌کند تا به دنبال موقعیتی متفاوت باشیم، موقعیتی که بامعنا تر و جالب‌تر باشد. این دقیقاً همچون درد سوزش است که باعث می‌شود سوزن در بدن خود فرو نکنیم.

پس هرگاه ملال سراغتان آمد، بهتر است آن را نادیده نگیرید. بهتر است باگوشی هوشمند خود بر آن سرپوش نگذارید. ملال می‌خواهد چیزی به شما گوشزد کند.

منابع:

پایگاه اطلاع‌رسانی حوزه/ نشریه ترجمان
Aeon

The Atlantic Kierkegaard's Three Ways to Live More Fully

.By Arthur C. Brooks

ترازوی «رنج و معنا» چگونه عمل می‌کند؟

«رنج»، بخش جدایی‌ناپذیر زندگی انسان هاست. در این باره نکات زیر را در زندگی لحاظ کنیم تا زندگی بهتری داشته باشیم. یادمان نرود که زندگی هیچ انسانی، عاری از رنج نیست؛ تاکید می‌کنم هیچ انسانی. به لحاظ روان شناسی، عمومیت رنج تحمل آن را آسان تر می‌کند.

یک مثال ساده: اگر هواپیمایی سقوط کند و تنها قربانی آن یکی از اعضای خانواده ما باشد، درد بیشتری را تحمل خواهیم کرد ولی اگر همه ۱۰۰ سرنشین آن کشته شوند، کمتر درد خواهیم کشید.

• حالا اگر به این باور برسیم که «رنج» همزاد بشر است و همه ما دچار درد، رنج و مشکل هستیم و فقط نوع رنج هایمان با هم متفاوت است، راحت تر می‌توانیم با چالش های زندگی مان کنار بیاییم. پس همیشه یادمان باشد که ما تنها کسی نیستیم که رنج و مشکل داریم.

پپذیریم که رنج از بین نمی‌رود بلکه از شکلی به شکلی دیگر در می‌آید.

• یک مثال ساده: مشکل دانش آموز امتحان است، از امتحان که عبور می‌کند، کنکور برایش دغدغه است و فکر می‌کند اگر از کنکور قبول شود، خوشبخت ترین انسان است، بعد از آن پاس کردن واحدها و گرفتن لیسانس می‌شود رنج مستمر او به هوای این که فارغ التحصیلی، او را سعادتمند می‌کند و سپس درد اشتغال، رنج کار و دستمزد و انتظار برای بازنشستگی و ...

• خودمان را در نظر بگیریم؛ مدام از رنجی به دردی دیگر منتقل شده ایم و این روند، همچنان ادامه دارد. همه همین گونه اند ولو این که بروز ندهند. حتی ممکن است، کسی رنجی داشته باشد که از نظر شما رنج نیست ولی برای او بسیار دردناک است.

• وقتی پذیریم که رنج، بخشی دائمی از زندگی ماست و همیشه رنج و نگرانی - بزرگ یا کوچک - در زندگی وجود دارد کنار آمدن با آن راحت تر می‌شود. در این باور، رنج، چیزی زائد و تحمیلی نیست، بلکه یک همراه همیشگی است که باید آن را پذیرفت و همراهش زندگی کرد.

• البته معنای این گزاره، تلاش برای از بین بردن رنج ها و مشکلات نیست. ما همیشه در حال مبارزه با مشکلات هستیم و باید هم این کار را بکنیم ولی بدانیم که مشکلات و رنج های بعدی در راه اند.

اما مهم تر از دو نکته بالا، اصل مطلب این است که برای همراهی بهتر با رنج، بهترین و کارآمدترین راه، دادن «معنا» به

آن است. در مواجهه با رنج، اگر به خود رنج بپردازیم، رنج مان مضاعف می‌شود. اما اگر فراتر از رنج برویم و معنایی به آن بدهیم، راحت تر می‌توانیم با آن زندگی کنیم.

• چند مثال ساده:

- پدر و مادری درگیر رنج بزرگ کردن فرزند بیمار خود هستند، فراتر از رنج بیماری به این بیندیشند که در حال نجات زندگی یک انسان و تربیت یک عضو مفید برای جامعه هستند.

- کسی که در راه دفاع از آرمان و وطن اش به اسارت رفته به جای درگیری ذهنی با اصل اسارت، به آن معنا دهد که دارد در راه آرمان و وطن مقاومت می‌کند.

- کسی به رنج بی پولی اش این معنا را بدهد که نمی‌خواهد شرافت انسانی اش را درگیر کسب مال ناحق کند.

- دانشجویی درد غربت و سختی تحصیل را این گونه معنا کند که فردایی روشن در انتظارش هست.

- روزنامه نگاری سختی ها و فشارهایی که به او وارد می‌شود را این گونه معنا ببخشد که من دارم برای افزایش آگاهی مردم کشورم تلاش می‌کنم و ...

یک بار شنیدم که یک قاضی، روزنامه نگاری را محکوم کرده بوده بود به رونویسی از یک کتاب قطور. برای آن روزنامه نگار رونویسی از کتابی که دوستش نداشت، طاقت فرسا بود. پیشنهادی که دادم این بود: این رونویسی را تبدیل کن به تمرین خوش خطی. یعنی این معنا را به کارت بده که داری تمرین خط می‌کنی نه این که در حال اجرای حکم دادگاه هستی. در این صورت راحت تر با آن کنار می‌آیی و در آخر نیز بهره ای می‌بری. «رنج و معنا» چگونه عمل می‌کند؟

روان شناسان می‌گویند معنا بخشی به رنج ها، به طور فوق العاده ای کارآمدی و رضایتمندی انسان ها از زندگی را افزایش می‌دهد. یکی از کارکردهای ادیان نیز همین است. دین ها می‌کوشند برای هر اتفاقی در زندگی پیروان شان، معنایی تعریف کنند. مثلاً اگر فرزند کسی از دنیا برود، دین به او می‌گوید که فرزندت امانت خدا بود که به او پس دادی و الان در معرض آزمایش الهی هستی و اجر خواهی داشت. کسی که به چنین گزاره ای باور داشته باشد، راحت تر می‌تواند با فقدان فرزندش کنار بیاید تا کسی که فقط به مرگ فرزندش - بی هیچ معنایی - می‌اندیشد.

بنابراین، فارغ از هرگونه ایدئولوژی و باوری که داریم، بهتر است هر رنجی که بر ما وارد می‌شود را معنادار کنیم. نکته اساسی این است که هر اندازه بتوانیم معنایی (البته که معنای واقعی) که تعریف می‌کنیم «بزرگ تر از رنج مان» باشد، بهتر زندگی می‌کنیم.

تحلیل رابطه بین انتخاب شغل و رفتار همسالان در میان دانش آموزان دبیرستان

• مرصده قرایی، کارشناس روانشناسی عمومی

مدخل:



روش تحقیق:

این مطالعه به صورت یک تحقیق پیمایشی انجام شده است. جامعه آماری شامل دانش آموزان دبیرستانی در منطقه زاربا در نیجریه بوده و از میان آن‌ها ۱۰۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات، یک پرسشنامه طراحی شده توسط پژوهشگران بود که شامل سؤالاتی در باره میزان تأثیر دوستان بر تصمیمات شغلی دانش آموزان بود. داده‌های به دست آمده از طریق روش‌های آماری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌های پژوهش:

نتایج تحقیق نشان داد که فشار همسالان نقش قابل توجهی در تصمیم‌گیری‌های شغلی دانش آموزان ایفا می‌کند. بسیاری از دانش آموزان بیان کرده‌اند که به دلیل پیروی از گروه دوستان خود یا به تأثیر از صحبت‌ها و نظرات همسالان‌شان، به انتخاب رشته یا شغلی خاص گرایش پیدا کرده‌اند. این یافته نگران‌کننده است، چرا که انتخاب شغل بر پایه فشار اجتماعی، نه بر اساس شناخت فردی و علاقه‌مندی‌های شخصی، می‌تواند به نارضایتی‌های بلندمدت و حتی شکست شغلی منجر شود. نکته جالب دیگر در یافته‌ها این بود که تفاوت معناداری بین

انتخاب شغل یکی از مهم‌ترین تصمیماتی است که هر فرد در طول زندگی خود اتخاذ می‌کند. این انتخاب نه تنها مسیر شغلی آینده فرد را مشخص می‌کند، بلکه تأثیرات قابل توجهی بر سبک زندگی، رضایت شغلی و حتی احساس موفقیت شخصی دارد. به همین دلیل، شناخت عوامل تأثیرگذار بر تصمیم‌گیری‌های شغلی، به ویژه در دوره حساس نوجوانی، اهمیت فراوانی دارد. در همین راستا، مقاله‌ای با عنوان «تحلیل رابطه بین انتخاب شغل و فشار همسالان در میان دانش آموزان دبیرستانی در نیجریه» به بررسی یکی از مهم‌ترین عوامل اجتماعی مؤثر در این زمینه یعنی فشار همسالان پرداخته است. با توجه به که مشابهت‌های اجتماعی و فرهنگی بین ما و کشوری چون نیجریه و از آنجا که در کشور ایران، چنین مطالعاتی کمتر انجام شده است، به نظر می‌رسد که تامل و تدقیق در چنین پژوهشی می‌تواند برای ما نیز ثمرات و استفاده‌های مفیدی داشته باشد.

فشار رفتار همسالان چیست؟

در تعریف ساده، فشار همسالان به تأثیری گفته می‌شود که گروه دوستان یا افراد هم‌سن و سال بر یکدیگر دارند. این تأثیر می‌تواند مثبت یا منفی باشد و در زمینه‌های مختلفی از جمله رفتار اجتماعی، پوشش، مصرف مواد، و البته انتخاب شغل خود را نشان دهد. بسیاری از نوجوانان برای هماهنگی با گروه دوستان خود یا به دلیل ترس از طرد شدن، ممکن است انتخاب‌هایی را انجام دهند که با علایق و توانمندی‌های شخصی‌شان همخوانی ندارد.

هدف از مطالعه:

نویسندگان مقاله قصد داشته‌اند بررسی کنند که آیا فشار همسالان واقعاً بر تصمیمات شغلی دانش آموزان دبیرستانی در نیجریه تأثیر دارد یا خیر. همچنین خواسته‌اند بدانند که آیا این تأثیر در میان دختران و پسران متفاوت است یا خیر.

دختران و پسران در میزان تأثیرپذیری از فشار همسالان وجود نداشت. به بیان دیگر، هر دو گروه به شکل تقریباً یکسانی تحت تأثیر دوستان و همسالان خود قرار داشتند.

نتیجه‌گیری و پیشنهادها:

نتیجه‌نهایی این تحقیق آن است که فشار همسالان یکی از عوامل جدی در انتخاب شغل دانش‌آموزان است و نمی‌توان آن را نادیده گرفت. از این رو، ضروری است که مسئولان آموزشی، والدین و مشاوران تحصیلی و شغلی در مدارس به این مسئله توجه ویژه‌ای داشته باشند.

یکی از پیشنهادهای مهم پژوهش، تقویت نقش مشاوران مدرسه در ارائه راهنمایی‌های شغلی دقیق و شخصی‌سازی شده است. همچنین آموزش مهارت‌های تصمیم‌گیری به دانش‌آموزان می‌تواند کمک کند تا بتوانند با آگاهی بیشتر و براساس توانایی‌ها و علایق شخصی خود تصمیم بگیرند، نه صرفاً تحت تأثیر گروه دوستان.

اهمیت این پژوهش:

نتایج این تحقیق، اگرچه در یک منطقه خاص از نیجریه انجام شده، اما برای بسیاری از جوامع دیگر از جمله کشورهای در حال توسعه، می‌تواند آموزنده باشد. در اغلب نظام‌های آموزشی، مشاوره شغلی به صورت جدی و گسترده انجام نمی‌شود و همین خلأ باعث می‌شود که بسیاری از نوجوانان، تصمیمات مهم زندگی‌شان را با اطلاعات ناکافی و تحت تأثیر عوامل بیرونی اتخاذ کنند.

سخن پایانی:

در دنیای امروز که تنوع رشته‌های تحصیلی و شغلی بسیار زیاد شده، نیاز به تصمیم‌گیری آگاهانه بیش از هر زمان دیگری احساس می‌شود. نوجوانان باید بتوانند مسیر شغلی خود را با شناخت کامل از توانمندی‌ها، علایق و فرصت‌های موجود انتخاب کنند. این مقاله با پرداختن به نقش فشار همسالان در این فرآیند، یادآور می‌شود که راهنمایی صحیح و حمایت عاطفی از سوی خانواده، معلمان و مشاوران می‌تواند نقش مهمی در موفقیت آینده نسل جوان ایفا کند.



ضرب شرافت و اهمیت آن در محیط اجتماعی و کاری



۳- کاهش تعارضات:

رفتارهای شرافتمندانه باعث کاهش درگیری‌های اجتماعی و سازمانی می‌شود.

۴- افزایش حس رضایت و انگیزه: کارمندان در محیطی که عدالت و احترام رعایت شود، انگیزه بیشتری خواهند داشت.

چگونه DQ خود را تقویت کنیم؟

- ۱- تمرین گوش دادن فعال و احترام به نظرات دیگران.
- ۲- رعایت صداقت و شفافیت در گفتار و رفتار.
- ۳- مهربانی و همدلی با همکاران و اطرافیان.
- ۴- پذیرش اشتباهات و تلاش برای تصحیح رفتارهای نادرست.

دی کیو، انقلابی در سنجش انسان‌ها

DQ یا Decency Quotient سنجه‌ای برای اندازه‌گیری "شرافت انسانی" است. این مفهوم توسط راجیو سیریواستاوا و تیم‌های پیشرو در مدیریت منابع انسانی توسعه یافته است و ترکیبی از صداقت، انصاف، مسئولیت‌پذیری و احترام به دیگران را می‌سنجد.

پنج ستون اصلی شرافت حرفه‌ای:

- ۱- احترام هوشمندانه: نه تملق، نه تحقیر - تعادل در رفتار.
۲. صداقت رادیکال: حتی وقتی به ضرر شخصی تمام می‌شود.
- ۳- مسئولیت‌پذیری جمعی: "مشکل من نیست" جایی در دایره لغات ندارد.
- ۴- همدلی عملی: درک درد دیگران و اقدام برای کمک.
- ۵- انصاف سیستماتیک: عدالت در کوچک‌ترین تصمیمات روزمره.

چرا DQ از مدرک دانشگاهی مهم‌تر شده؟

تحقیقات نشان می‌دهد ۸۷٪ اختلافات کاری ریشه در کمبود DQ دارد. شرکت‌های دارای DQ بالا، ۴۰٪ کمتر جابجایی نیرو دارند و در بحران‌ها، تیم‌های با DQ بالا ۳ برابر سریع‌تر واکنش نشان می‌دهند.

در دنیای امروز، علاوه بر ضریب هوشی (IQ) و ضریب هوش هیجانی (EQ)، مفهومی جدید به نام ضریب شرافت یا Decency Quotient (DQ) مطرح شده است. این مفهوم به میزان صداقت، انصاف، احترام و مسئولیت‌پذیری فرد در تعاملات اجتماعی و حرفه‌ای اشاره دارد.

(Decency Quotient) (DQ) چیست و چرا اهمیت دارد؟

ضریب شرافت به توانایی فرد در رفتار محترمانه، منصفانه و اخلاقی در جامعه اشاره دارد. این مفهوم توسط راجیو سیریواستاوا (Rajeev Dubey) و برخی از اندیشمندان مدیریت و منابع انسانی مطرح شده است و امروزه در محیط‌های کاری و اجتماعی به عنوان یک معیار کلیدی برای سنجش شخصیت افراد شناخته می‌شود.

مولفه‌های اصلی ضریب شرافت (DQ):

۱. احترام به دیگران؛ رفتار مودبانه و رعایت حقوق دیگران.
۲. صداقت و راستگویی؛ پرهیز از دروغ و فریبکاری.
۳. مسئولیت‌پذیری اجتماعی؛ توجه به رفاه و منافع عمومی.
۴. همدلی و درک احساسات دیگران؛ توجه به نیازهای عاطفی افراد.
۵. عدالت و انصاف؛ برخورد منصفانه با دیگران در تمامی شرایط.

نقش DQ در محیط کاری و اجتماعی

- ۱- افزایش اعتماد و همکاری:
افراد که ضریب شرافت بالایی دارند، بیشتر مورد اعتماد دوستان و خانواده همکاران و مدیران قرار می‌گیرند.
- ۲- بهبود فرهنگ سازمانی:
شرکت‌هایی که به DQ توجه دارند، محیط کاری سالم‌تری ایجاد می‌کنند.

تمرین‌های روزانه برای افزایش DQ

هر روز ۳ دقیقه به اشتباهات رفتاری خود فکر کنید. هفته‌ای یک بار بدون چشم‌داشت به همکاران کمک کنید. قبل از هر تصمیم بپرسید: "اگر این رفتار با خودم می‌شد، راضی بودم؟" ماهانه یک رفتار غیرمنصفانه در محیط کار را شناسایی و اصلاح کنید.

آینده‌ای که DQ می‌سازد

پیش‌بینی می‌شود تا ۲۰۲۵، ۶۰٪ شرکت‌های Fortune ۵۰۰ آزمون DQ داشته باشند. دانشگاه‌های برتر جهان در حال طراحی دوره‌های "اخلاق عملی" هستند. در برخی کشورها، DQ به معیار ارزیابی مدیران دولتی تبدیل شده است.

سخن پایانی:

ضریب شرافت (DQ) نقش مهمی در موفقیت فردی، اجتماعی و حرفه‌ای دارد. در دنیای مدرن، تنها داشتن مهارت‌های فنی یا هوش بالا کافی نیست؛ بلکه شخصیت اخلاقی و رفتار شرافتمندانه عامل کلیدی در شکل‌گیری یک جامعه و سازمان سالم است. در دنیایی که هوش مصنوعی به سرعت در حال جایگزینی مهارت‌های فنی است، آنچه انسان‌ها را منحصر به فرد می‌کند، "شرافت" است. شاید به زودی شاهد باشیم که روی سنگ قبرها به جای "چقدر ثروت داشت"، بنویسند "چقدر شرافتمند بود". این بار که تصمیمی می‌گیرید، فراموش نکنید: تاریخ نه شما را به خاطر هوش تان، که به خاطر شرافت تان قضاوت خواهد کرد!

منبع: سرویس اجتماعی آسیانیوز ایران.



مارکتینگ و سبک‌های موفق بازاریابی

• بهنام فرقانی / مدیرعامل گروه شتاب‌دهنده‌ی آینده

بخش دوم و پایانی

مقاله

۱۴۴

تابستان ۱۴۰۴

در بخش نخستین این مقاله‌ی ارزشمند که دو شماره پیشتر در فصلنامه‌ی همدم منتشر شد، به بررسی اهمیت بازاریابی و آشنایی با بخشی از سبک‌های مطرح بازاریابی پرداخته شده بود. اینک ادامه‌ی مقاله را و اینکه کدام یک از انواع سبک‌های بازاریابی موثرترند، با هم می‌خوانیم:

بازاریابی ویروسی (Buzz Marketing)

این سبک از بازاریابی بازاریابی ویروسی است که از محتواهای خلاقانه، رویدادهای تعاملی و تاثیرگذاران جامعه برای ایجاد بازاریابی دهان به دهان و پیش‌بینی محصول یا خدماتی که یک برند در شرف عرضه است، استفاده می‌کند. اگر شما شرکت و یا سازمانی هستید که قصد دارید محصولات خود را عرضه کنید ولی مایلید پیش از آن کمپینی جهت تاثیرگذاری بیشتر ایجاد کنید، این سبک از مارکتینگ به شما کمک شایانی خواهد کرد.

اینفلوئنسر مارکتینگ (Influencer Marketing)

اینفلوئنسر مارکتینگ، به‌گونه‌ای طراحی شده است که یک جامعه‌ای از دنبال‌کنندگان در شبکه‌های اجتماعی را درگیر کند. همانطور که می‌دانید این سبک از بازاریابی امروزه بسیار بسیار تاثیرگذار است و نسبت به هزینه‌های آن نتیجه‌های فوق‌العاده‌ای در بر دارد. البته این نکته را باید حتماً مد نظر داشته باشید که چه اینفلوئنسری را انتخاب می‌کنید و آن فرد بیشتر چه طیف مخاطبی دنبال‌کننده دارد و آیا آن طیف از مخاطبین در راستای مخاطبین هدف شما هستند یا خیر؟ عواملی که باید جهت انتخاب یک اینفلوئنسر برای برند خود مد نظر داشته باشید، عبارتند از: جایگاه آن، تعداد و کیفیت مخاطبان و معیارهای فعلی آن. اگر بخواهم در این بخش بازاریابی پیشنهادی به شما بدهم پیشنهادم این خواهد بود: برای مطب/کلینیک و یا سازمان خود فردی را استخدام کنید

که دارای روابط عمومی بالا، خلاقیت و مهارت گفتگو مقابل دوربین باشد. گاهی این فرد را باید از خارج از محیط سازمان و مطب و یا کلینیک استخدام کنید و گاهی هم می‌توانید از افراد داخل سازمان شرکت و یا دستیاران خود انتخاب کنید. در عین حال، نکته‌ای که باید به آن دقت داشته باشید این است که این فرد باید دارای وقت و ذهن آزاد باشد و صرفاً تمامی شرح وظایف آن فرد مرتبط با این بخش از بازاریابی شما باشد. این فرد به چهره‌برند شما تبدیل خواهد شد و چون به شکل روزانه با مخاطبین شما از طریق شبکه‌های اجتماعی در ارتباط است می‌تواند تعامل بیشتری از مخاطبین شما دریافت کند و در نتیجه دنبال‌کننده‌های شما را بیشتر خواهد کرد و تا حد زیادی روابط صمیمانه‌تری با مخاطب ایجاد خواهد شد.

بازاریابی شخصی (Personalized Marketing)

یکی از مهمترین فعالیت‌های بازاریابی که باید به شکل موازی با مارکتینگ برند خود انجام دهید، بحث برندینگ شخصی شماست. ما چه بخواهیم و چه نخواهیم بر روی برندینگ شخصی خود فعالیت می‌کنیم پس چه بهتر که این کار را به شکل مستمر و اصولی انجام دهیم. برندینگ شخصی به شما کمک می‌کند تا شبکه‌سازی بهتری داشته باشید و بتوانید با افراد موثرتری در کسب و کار خود فعالیت کنید. شما می‌توانید از سبک مارکتینگ محتوا و اینفلوئنسر مارکتینگ که پیشتر توضیح دادیم به شکل موازی بهره‌گیری و فعالیت خود را در سوشال مدیا افزایش دهید. علاوه بر شبکه‌سازی، این سبک از مارکتینگ کمک‌های دیگری هم به شما می‌کند. به‌طور مثال زمانی که در سوشال مدیای خود فعالیت می‌کنید و در مورد کیس‌های درمانی - محصولات خود و مزیت‌های آنان و.... صحبت می‌کنید، مخاطبین برند شما (مراجعه‌کن کلینیک، مطب، سازمان و شرکت شما) نیز شما را دنبال خواهند کرد و چون از این طریق مستقیماً با شخص شما در ارتباط هستند اعتمادسازی بیشتری شکل می‌گیرد و همین امر موجب افزایش محبوبیت برند شما تبلیغات برند و همین‌طور فروش شما خواهد شد.



بازاریابی چریکی (Guerrilla Marketing)

این سبک از بازاریابی به معنای فعال سازی جسورانه و هوشمندانه برند در مکان‌های فیزیکی پرتراфик است که باعث افزایش آگاهی برند می‌شود.

شاید در مراکز تجاری و در نمایشگاه‌ها این سبک از تبلیغات را دیده باشید. ولی زمانی به نتیجه‌ی خوب از این سبک تبلیغات دست پیدا می‌کنید که برای آن برنامه‌ای مشخص و نیروهای آموزش دیده و دارای استراتژی همراه با نوآوری و خلاقیت داشته باشید.

از نظر من بزرگترین دلیلی که برخی از برندها از این سبک تبلیغات و مارکتینگ نتیجه نمی‌گیرند این است که؛ پرسنل مشخصی را برای حضور در آن مکان‌ها مشخص می‌کنند، در حالی که آموزش کافی به آنها داده نمی‌شود و یا استراتژی دقیق و مشخص و برنامه‌ای برای ارزیابی دیتاها و تحلیل داده‌های به دست آمده، ندارند.

بازاریابی مبتنی بر اکانت مشتری

(Account-based Marketing)

یکی از جذاب‌ترین بازاریابی‌هایی که به خصوص به سازمان‌ها و شرکت‌ها کمک بسیاری می‌کند این سبک از بازاریابی است. این سبک از بازاریابی مبتنی بر اکانت

(ABM) یک استراتژی بیش از حد متمرکز است که در آن با یک مشتری وفادار و خوب مانند بازار خودشان رفتار می‌کنند. به طور مثال شرکت ایکس یک شرکت فروش محصولات است و یک مشتری خوب با نام آلفا را دارد. این شرکت برای مشتری آلفای خود تیم بازاریابی و تولید محتوا می‌سازد. برای او یک سیستم مانند سیستم بازاریابی خود ایجاد می‌کند و کمپین‌های کاملی را راه اندازی می‌کنند که صرفاً این بازاریابی به افراد مرتبط با آن حساب اختصاص داده شده است نه به کل صنعت و شرکت.

این استراتژی به برندها و سازمان‌ها این امکان را می‌دهد تا کمپین‌های شخصی‌سازی شده برای مشتریان ایده‌آل خود طراحی کنند و زمان و منابع خود را به مشتریانی اختصاص دهند که رفتارهای همسو و هم‌جهت و فزاینده با سازمان دارند.

بازاریابی مشتری‌مدار (Customer Marketing)

شاید هم اکنون مشغول انجام این سبک از بازاریابی باشید و یا شاید آن را به نام‌های دیگری شنیده باشید و بشناسید. از جمله نام‌هایی مانند سیستم‌های کال سنتر و پشتیبانی مراجعین و یا مخاطبین.

اما چرا این کار را انجام می‌دهیم؟

زیرا قصد داریم تا به جای کسب مخاطبین و مراجعین جدید



MARKETING



خود یا یک برند؟ جواب واضح است! به همین دلیل است که بازاریابی دهان به دهان قدرتمند است. شما نمی‌توانید کسی را مجبور کنید تا راجع به شما بازاریابی بکند ولیکن می‌توانید خود را در مسیرش قرار دهید. مانند:

۱- ایجاد و ساخت محتواهایی که با مخاطبینتان قابل اشتراک‌گذاری است

۲- ارائه آفرهایی که باعث ایجاد حس خوب در مشتری شما شود.

اگر این سیستم به همراه سورپرایز مخاطب باشد (یعنی مخاطب از شما انتظار دریافت چنین آفر یا اتفاقی را نداشته باشد) تا حد زیادی باعث رخ دادن این سبک از بازاریابی خواهد شد.

۳- پشتیبانی مستمر با ایجاد تماس‌های مفید با مخاطب.

بازاریابی رویداد (Event Marketing)

هرچند کووید ۱۹ دلیلی شد برای این که این سبک از بازاریابی عقب‌گرد داشته باشد، ولی در حال حاضر که شاهد برگزاری سمینارها، نمایشگاه‌ها، کنگره‌ها و... هستیم می‌توانیم به

مخاطبین و مراجعین پیشین خود را حفظ کنیم و آنها را خوشحال‌تر نگه داریم.

هدف اصلی از این سبک از مارکتینگ تبدیل کردن مشتریان فعلی به مشتریان بسیار وفادار است تا آنها شخصا مارکتینگ و آگاهی‌برند شما را انجام دهند. این سبک از مارکتینگ می‌تواند بسیار کار بردی‌تر و همین‌طور کم‌هزینه‌تر باشد.

راه‌های ساده‌ای برای انجام این سبک از بازاریابی است:

۱- حذف مراحل اضافی در سازمان جهت سرعت دادن به روند کار مخاطبین و یا مراجعین خود.

۲- ارائه خدمات رایگان به مشتریان خود.

۳- راه‌اندازی سیستم‌های پشتیبانی بهتر و با کیفیت‌تر و تعامل بیشتر با مشتریان.

۴- راه‌اندازی باشگاه مشتریان و ایجاد آفرهای جذاب برای افزایش انگیزه مشتریان.

بازاریابی دهان به دهان (Word-of-Mouth Marketing)

شما، به نظر چه کسی بیشتر اعتماد دارید؟ اعضای خانواده

خوبی از این فضاها برای بازاریابی خود استفاده کنیم. چرا این سبک از بازاریابی را باید انجام دهیم؟ و آیا لازم است که حتما در محیط های نمایشگاهی و... باشد؟ در خصوص چرایی انجام این سبک از بازاریابی می توانم بگویم که این سبک از بازاریابی جزء معدود سبک های مارکتینگ است که شما در آن با مخاطبین هدف و حتی غیر هدف خود در ارتباط مستقیم هستید.

اما، در خصوص قسمت دوم سوال، پاسخ «خیر» است. نیازی نیست حتما در آن محیط ها شما به برگزاری رویدادها فکر کنید، بلکه بودن ایونت های مختلف در خود سازمان، شرکت و یا مطب و کلینیک می تواند این فرصت را برای شما ایجاد کند تا با مشتریان خود مستقیما در ارتباط باشید. راه اندازی سیستم های بازدید برای عموم یا مخاطبین خاص خود راه اندازی سیستم های آموزشی به خصوص برای مشتریان تاپ خود و ساخت شوروم ها برای معرفی بهتر و بازدید مشتریان همه و همه از ایده هایی هستند که می توانید در مکان خود این سبک از بازاریابی را راه اندازی کنید.

این ها برخی از سبک های مارکتینگ و بازاریابی بودند که می توان آنها را به خوبی در کشور خودمان اجرا کنیم. همانطور که گفتم بیش از ۴۰ مدل سبک بازاریابی در سیستم مارکتینگ وجود دارد که می تواند به رشد برند شما کمک کند.

کدام سبک برای ما بهتر است؟

تا زمانی که با مشتریان و مخاطبین شما ارتباط برقرار کند و سرمایه را به شما برگرداند، هیچ راه درست و غلطی برای اثبات اثربخشی این سبک ها وجود ندارد. در گروه فیوچر برای شرکت ها و یا برخی از کلینیک ها، ما از ترکیب چندین سبک و استراتژی بازاریابی بهره می گیریم و در اکثر موارد نتایج خوبی دریافت می کنیم.

در انتها به برخی از آمارها و تحلیل های بازاریابی به خصوص بازاریابی دیجیتال در دنیا نیز می پردازم تا کمی بیشتر با اهمیت دیجیتالی کردن سیستم های بازاریابی آشنا شویم؛ ۸۵,۴٪ افرادی که از اینترنت برای دریافت اطلاعات استفاده می کنند روزی یک بار حداقل در ماه اینکار را انجام می دهند. *گوگل به طور متوسط بیش از ۴۰,۰۰۰ جستجو را در هر ثانیه پردازش می کند این مقدار، بیش از ۳,۵ میلیارد در روز است.

* فقط گوگل ۹۲٪ جستجوهای جهانی را پردازش میکند و بعد از آن (بینگ) با ۲,۷۵٪ و (بایدو) با ۱,۹۹٪ قرار گرفته اند.

* بیش از ۶۰٪ سرچ های گوگل از طریق موبایل ها انجام می شود.

* ۹۲,۳٪ دارندگان موبایل هوشمند از آن برای جستجو مطالب به شکل آنلاین استفاده می کنند.

* شاید برای شما جالب باشد اما چیزی نزدیک به ۷۰٪ مخاطبین قبل از خرید یک محصول در فروشگاه ها، برای گرفتن تصمیم بهتر با گوشی های هوشمند جستجوهای بیشتری هم می کنند.

* ۲۸٪ از افرادی که دارای گوشی های هوشمند هستند از کلمه های (نزدیک) یا (نزدیک من) در موتورهای جستجوگر استفاده می کنند.

* ۸۱٪ از بازاریابان می گویند انتظار دارند تا در ۲ سال آینده به طور عمده یا کاملا بر اساس تجربه مشتری برندها رقابت کنند.

(در خصوص تجربه مشتریان در شماره های بعدی مجله صحبت خواهیم کرد)

* ۵۲٪ از مصرف کنندگان اذعان داشتند که برندها را با برندهای دیگر زمانی عوض می کنند و یا تغییر می دهند که نیازهای آنها نادیده گرفته شده است.

این آمارها، صرفا برخی از آمارهای موجود در بخش بازاریابی دیجیتال است.

امیدوارم مطالعه این مطالب برای شما مفید بوده باشد. از اینکه تا انتهای این مقاله همراه بودید صمیمانه سپاسگزارم.



در مورد کم توانی و معلولیت؛ پنج فیلمی که باید آنها را دید

• مرضیه زیدانلو



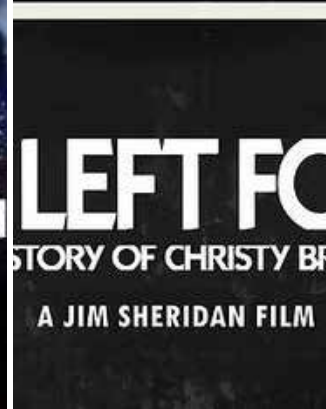
François
Untouchables
Written and directed by Eric

ANNE LE NY AUDREY FLEMMING CLAUDIE WILLET
EDITED DORIAN FICAL-ANSOUS
SCORE PASCAL ADRIANT LINE PRODUCER LAURENT SIVOT
A QUAD GARDINOT TFI FILMS PRODUCTION TEN FILMS
IN ASSOCIATION WITH APODEV 2 AND 1
PRESENTED BY QUAD



THE
THEORY
OF

EVERYTHING



LEFT FOR
STORY OF CHRISTY BR
A JIM SHERIDAN FILM



ORIGINAL FILM
ROBERTS SELENA GOMEZ
THE Mentalist
G IS A
THING.

زیادی وجود دارد که می‌توانید از آن بهره‌مند شوید. این فیلم جوایز بسیاری را برده است که برحق هم بوده‌اند.

سه: تئوری همه‌چیز

این فیلم، داستان زندگی استیون هاوکینگ را بیان می‌کند و اینکه چگونه تئوری‌های مشهورش را در مورد منشاء جهان و سیاه چاله‌ها، زمانی که در دانشگاه کمبریج بود، پرورش داده است. این فیلم همچنین جنگ هاوکینگ را با بیماری نشان می‌دهد. در این فیلم که نقش هاوکینگ را «ادی ردمان» بازی می‌کند، ردمان نقش خود را به صورت فوق العاده‌ای بازی کرده بگونه‌ای که باور اینکه خود هاوکینگ را بر روی پرده سینما می‌بینیم سخت نیست. حتی خود هاوکینگ هم گفته بود که دیدن فیلم شبیه به نگاه به آینه بوده است. او، واقعا شایسته اسکار بهترین بازیگر بود.

چهار: پای چپ من

فیلم پای چپ من بر اساس یک داستان واقعی در مورد کریستی براون که دارای بیماری فلج مغزی است ساخته شده است. در کودکی او نمی‌توانست صحبت کند و فقط می‌توانست از پای چپش استفاده کند. وقتی که کودک بود همه حتی خانواده‌اش فکر می‌کردند او عقب افتاده است. اما او موفق شد یک کتاب بنویسد که داستان این فیلم هم بر اساس آن کتاب است.

پنج: پایه‌های اصلی اهمیت دادن

این فیلم در مورد فردی به نام تِروُر است که دچار بیماری تحلیل عضلانی شده است. ترور بیشتر وقتش را داخل خانه و با دیدن فیلم و خوردن غذا صرف می‌کند. یک روز مراقبی جدید برای مراقبت از او می‌آید که او را متقاعد می‌کند به سفری جاده‌ای در سراسر آمریکا بروند. همین پیشنهاد باعث می‌شود دید او نسبت به جهان وسیع تر شود. پایه‌های اصلی اهمیت دادن یک فیلم کمدی دلگرم‌کننده است که جذاب و سرگرم‌کننده نیز هست و ارزش دیدن دارد.

این یادداشت، به اختصار به ۵ فیلمی پرداخته است که در مورد کم‌توانی و معلولیت ساخته شده‌اند و باید آنها را دید. افراد معلول اغلب در فیلم و تلویزیون به خوبی نمایش داده نمی‌شوند. عدم حضور افراد معلول در فیلمها و سریالها به شکل خاصی حس می‌شود. پس وقتی یک فیلم می‌بینیم که به طور خاص بر روی معلولیت‌ها تمرکز دارد و شخصیت‌های اصلی آن معلول هستند حال و هوای تازه‌ای به ما می‌دهد. با این وجود برخی از فیلمها به خاطر استفاده از بازیگرانی که معلول نیستند ولی در نقش افراد معلول ظاهر شده‌اند، مورد نقد قرار گرفته‌اند چرا که برخی بر این باورند یک بازیگر معلول هم می‌توانسته آن نقش را به خوبی بازی کند. فارغ از این ماجرا باید گفت به هر حال فیلم‌هایی خیلی خوبی وجود دارند که بر روی معلولیت تمرکز می‌کنند. مقدمه را بیش از این طولانی نمی‌کنیم و بدون ترتیب به بررسی پنج فیلم در مورد معلولیت می‌پردازیم که بد نیست آنها را ببینیم:

یک: در درون می‌رقصم

این فیلم کمدی روی دو جوان معلول به نام‌های میشل و روری تمرکز دارد که می‌خواهند یک زندگی کامل داشته باشند. آنها از آسایشگاهی که در آن زندگی می‌کنند، می‌گریزند و با ماجراجویی در دنیای خارج از آسایشگاه، در جستجوی استقلال‌اند. این فیلم خنده‌دار و در عین حال تاثیرگذار است و بر این نکته که شما باید از چیزهایی که در زندگی به شما داده شده است نهایت استفاده را ببرید، تاکید دارد.

دو: لمس ناشدنی

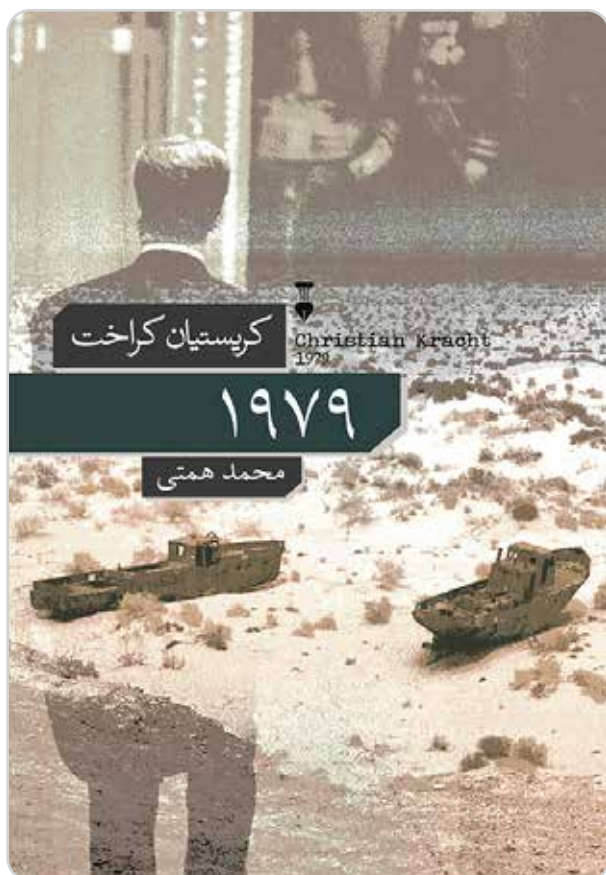
فیلم یک کمدی فرانسوی بر اساس یک داستان واقعی است در مورد یک فرد ثروتمند که هر چهار دست و پایش فلج است و مراقب سابقه‌دار اوست. در نگاه اول این دو نفر هیچ سختی باهم ندارند ولی همان طور که گفته می‌شود قطب‌های متضاد یکدیگر را جذب می‌کنند و یک دوستی همیشگی بین آنها ایجاد می‌شود. این یک فیلم فوق العاده است که نشان می‌دهد اگر شما یک دوست درست با رفتار درست پیدا کنید لذت‌های

کتابی، با فضای مه‌آلود و ترسیم جهانی در کشاکش‌های عظیم

نام کتاب: ۱۹۷۹

اثر: کریستیان کراخت / مترجم: محمد همتی

• حمیدرضا پورنجفیان



مکتوبات‌شان می‌تواند برای ما راهگشا و تسلی‌بخش باشد. گفتم تسلی‌بخش و شاید برخی فلسفه‌خوان‌ها به این واژه حساسیت داشته باشند؛ اما حقیقتش آن است که یکی از کاربردهای این فلسفه در زندگی امروز ما همین تسلی‌بخشیدن است؛ تسلی‌ای خاطر دادن به انسانی که زخمی زخم‌های عمیق این زمانه است و به هر دری می‌زند تا مرهمی روی آن‌ها بگذارد و تمامی درها را بسته می‌بیند؛ کوتاه است در، پس آن‌ها که فروتن باشی... یا حتا شاید به عبارت دیگر: دری در کار نیست... "چون در امور نیک بنگری، بیشینه‌ی عمر ما به خطا سپری می‌شود، بسی از آن به بیهودگی می‌گذرد و سراسر عمر به غفلت." سنکا می‌گوید گذشته‌ی ما مُرده است، پس بخش زیادی از مرگ، تمام شده است، لذا نباید مرگ را پیش رو پنداشت بلکه باید فقط به اغتنام فرصت اندیشید. جای شعف و خرسندی است که "مکتوبات رواقی، گزیده‌ی نامه‌های سنکا" با ترجمه‌ی درخشان امین مدی (که نشر فاخرش در ترجمه‌ی جستار مشهور توبیاس ولف ستودنی‌ست) به بازار نشر آمده و می‌توان مستقیم با متن اندیشه‌ی یکی از بزرگترین فلاسفه‌ی رواقی ارتباط برقرار کرد.

چرا انسان قرن بیست و یکمی روی به فلسفه‌ی رواقی می‌آورد؟ چرا کتاب‌های بی‌شماری در این باب نگاشته می‌شود؟ چرا روان‌شناسان از این فلسفه برای مشاوره و روان‌درمانی استفاده می‌کنند؟ شاید گمان برید این مسئله مربوط به ایران است و اوضاع احوال نابسامان اقتصادی ایرانی‌ها و همچنین فروپاشی اعصاب و روان ما شرقی‌های فلک‌زده! اما خیل عظیم کتاب‌هایی که ترجمه می‌شوند فقط نشانگر اقبال این اندیشه در ایران نیست؛ در آن‌جا (هرجا که این‌جا نیست) هم تقاضا هست که چنین آثاری تولید می‌شود. حدود ده سالی از ترجمه‌ی کتاب پُرفروش ویلیام اروین می‌گذرد: "فلسفه‌ای برای زندگی"؛ کتابی که عموم مردم را (البته آن‌هایی که خیلی هم بیگانه با کتاب‌خواندن نبودند) با اندیشه‌ی رواقی و کاربرد آن در زندگی روزمره آشنا کرد. ویلیام اروین در کتابش ابتدا تاریخچه‌ای از فلسفه‌ی رواقی ارائه می‌دهد و چهره‌های مشهور این مکتب را معرفی می‌کند و در انتها کاربرد آموزه‌های رواقی‌گری را در زندگی امروز برمی‌شمارد. پس از اقبال آن، کتاب‌های فراوانی در این زمینه منتشر شد و تقریباً می‌توان گفت: گندش درآمد! فضای مجازی هم بر این گند افزود و اوضاع چنان شد که دیگر هاله‌ای از جنس دافعه حول کلمات رواقی و رواقیون شکل گرفت. اما مسئله آن‌گونه نیست که بتوان راحت به کناری نهادش و سراغش نرفت. رواقی‌ها از مسائلی صحبت می‌کنند که امروز پس از دو هزار سال، انسان قرن بیست و یکمی با آن‌ها درگیر است. پس تکلیف چیست؟ بهترین کار رفتن سراغ متن نوشته‌های خود فیلسوفان رواقی است؛ نه خواندن درباره‌شان. مواجهه‌ی بی‌واسطه با متن

نیک اندیشان ارجمند

جناب آقای مهندس چوپانکاره
جناب آقای مهندس شریعتی مقدم
جناب آقای مهندس فیصل
جناب آقای حسین جوادی



همدم و اهالی این خانه خود را در اندوه فقدان عزیزانتان شریک می دانند.
همدردی ما را پذیرا باشید.



جایی در آستانه‌ی آسمان

نگاهی به تاریخچه‌ی همدم؛ از گذشته تا امروز

خیریه‌ی توانبخشی همدم یک مرکز جامع توانبخشی و شامل پنج بخش جداگانه است:

- (۱) بخش روزانه؛ در این بخش حدود ۵۰ نفر روزانه از خدمات توانبخشی و آموزشی برخوردارند.
- (۲) بخش کم‌توانان ذهنی عمیق؛ حدود ۷۰ نفر با هوش بهری تقریبی ۲۵ در این بخش هستند.
- (۳) بخش تربیت‌پذیر یا کم‌توان ذهنی متوسط؛ حدود ۱۲۵ نفر با هوش بهری ۲۵ تا ۴۵ ساکن این بخش اند.
- (۴) بخش آموزش‌پذیر یا کم‌توان ذهنی خفیف؛ حدود ۱۲۵ نفر با هوش بهری ۴۵ تا ۷۵ در این بخش نگهداری می‌شوند.
- (۵) خانه کوچک پناهگاهی؛ ۲۰ نفر، با هوش بهری ۷۰ به بالا در این بخش ساکن اند.

چنان‌که ملاحظه می‌شود، در مجموع حدود ۴۰۰ فرزند کم‌توان ذهنی دختر در موسسه‌ی توانبخشی همدم نگهداری می‌شوند که تامین معیشت و تربیت و توانبخشی آنان، نیازمند مدیریت مدیرانه و جذب مستمر کمک‌های مردمی از نیکوکاران است و خدا را شاکریم که نظر لطف و محبت بندگان خیر، همانند پروردگار، مدام شامل حال این فرزندان بی‌گناه و بی‌پناه می‌شود. به امید تداوم این یاری‌ها و رفع تمام گرفتاری‌ها.

موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم، در خصوص آموزش توانبخشی و نگهداری دختران بی‌سرپرست یا فاقد سرپرست موثر و کم‌توان ذهنی، از سال ۱۳۶۱ در شهر مشهد فعالیت دارد.

مدیریت موسسه از سال ۱۳۸۳ تغییر یافته است و به صورت هیات امنایی با حمایت خیرین در سه ساختمان مجزا و به طور کامل مستقل از سازمان بهزیستی اداره می‌شود. در حال حاضر هزینه نگهداری و توانبخشی هریک از فرزندان این خانه ماهانه بیش از ۱۸ میلیون تومان است که نزدیک به یک سوم این هزینه از محل یارانه‌ی دریافتی از سازمان بهزیستی و مابقی با کمک‌های مردمی تامین می‌شود.

هیات مدیره‌ی موسسه هفت عضو اصلی دارد که عبارتند از؛ حاج اکبر صابری فر (رئیس هیات مدیره)، علی اکبر علیزاده قناد (نایب رئیس)، مهندس علی کافی (خزانه‌دار) دکتر زهرا حجت (مدیرعامل) و آقایان مهندس حمید طیبی حسین محمودی خراسانی و دکتر عباس یوسفی و جعفر شیرازی نیا دیگر اعضای هیات مدیره‌ی همدم هستند.

حدود ۳۵۰ مددجو در بخش‌های مختلف به صورت شبانه‌روزی زندگی می‌کنند و قریب ۵۰ نفر دیگر نیز از امکانات آموزشی و خدمات توانبخشی موسسه به صورت روزانه برخوردارند.

في عتبة السماء

نظرة على تاريخ همدم؛ من الماضي إلى الحاضر



مؤسسة همدم الخيرية للتأهيل تأسست مؤسسة همدم الخيرية للتأهيل في مدينة مشهد منذ عام ١٩٨٢م (١٣٦١هـ.ش)، وهي تُعنى بتأهيل وتعليم ورعاية الفتيات اليتيمات أو فاقدات الرعاية الكافية من ذوي الإعاقة الذهنية.

منذ عام ٢٠٠٤م (١٣٨٣هـ.ش)، أصبحت إدارة المؤسسة تتم من خلال مجلس أمناء وبدعم من المحسنين، وتُدار بشكل مستقل تماماً عن منظمة الرعاية الاجتماعية، وتعمل في ثلاثة مبانٍ منفصلة. حالياً، تتجاوز تكلفة رعاية وتأهيل كل فتاة في المؤسسة شهرياً ١٨ مليون تومان، يتم تغطية نحو ثلث هذه النفقات من الإعانات الحكومية، بينما يُموّل الباقي من تبرعات الناس.

يتكوّن مجلس إدارة المؤسسة من سبعة أعضاء رئيسيين، وهم:

• الحاج أكبر صابري فر (رئيس مجلس الإدارة)

• علي أكبر علي زاده قناد (نائب الرئيس)

• المهندس علي كافي (أمين الصندوق)

• الدكتورة زهرا حجة (المديرة التنفيذية)

• المهندس حميد طيبي، حسين محمودي خراساني، الدكتور عباس يوسف جعفر شيرازينيا هم الأعضاء الآخرون في مجلس الإدارة.

يعيش حوالي ٣٥٠ مستفيدة في أقسام مختلفة من المؤسسة بشكل دائم وهناك ما يقارب ٥٠ فتاة أخريات يستفدن من الخدمات التعليمية والتأهيلية بشكل يومي.

تُعد مؤسسة همدم مركزاً شاملاً للتأهيل، وتضم خمسة أقسام مستقلة:

١. القسم النهاري: حوالي ٥٠ فتاة يتلقين خدمات تعليمية وتأهيلية يومياً.

٢. قسم الإعاقة الذهنية العميقة: يضم حوالي ٧٠ فتاة بمعدل ذكاء يقارب ٢٥.

٣. قسم القابلات للتدريب (الإعاقة المتوسطة): يضم حوالي ١٢٥ فتاة بمعدل ذكاء بين ٢٥ و ٤٥.

٤. قسم القابلات للتعليم (الإعاقة الخفيفة): حوالي ١٢٥ فتاة بمعدل ذكاء بين ٤٥ و ٧٥.

٥. البيت الصغير (الملجأ): يضم ٢٠ فتاة بمعدل ذكاء ٧٠ فما فوق.

وكما هو واضح، تقوم المؤسسة برعاية حوالي ٤٠٠ فتاة من ذوي الإعاقة الذهنية حيث تتطلب معيشتهم وتعليمهم وتأهيلهم إدارة حكيمة ودعماً مستمراً من أهل الخير. ونحمد الله على استمرار عنايته ورحمته، وعلى محبة وتعاون المحسنين لهذه الأرواح البريئة. نسأل الله دوام هذه العناية وزوال جميع المصاعب.

them and noticed that children with intellectual disabilities are simple, kind and undemanding. Their expectations were so minimal that anyone of us could have fulfilled it. I learned a lot from them.

The foundation was run by support of donors and I learned that giving is not always by material means. We can put smiles on lips, we can give hope and happiness to hearts with one kind word and a loving look or a simple question, “like how are you feeling today?”

The foundation was a school, children the teachers and each day a class filled with new learning.

Teachers of kindness and love. Books, notebooks, pens and blackboards were their kind gaze. I have seen people who didn't have clothes and clothes that didn't have humanity inside.

What lessons I have learned from my coworkers, nurses and instructors who patiently and lovingly cared for the children by repeating instructions over and over again until the children would learn.

I learned from the staff who work with children with profound mental disabilities who with their callus but powerful hands would hold and feed a child while saying prayers. From them I learned lessons in love. The children thought me generosity. In the art and craft workshops girls who had spent months to complete a kilim or a design on a copper plate would want their work to be chosen by the artist, donor or the guest

visitors so they could gift it to them. Despite the fact that that was their only possession. From the girls in the profound intellectual disability unit, whose world was their bed and could only see the ceiling and the sky and god knows how much pain they were

enduring, I learned tolerance and patience.

And I saw how strong they were where as I couldn't tolerate a moment of their pain.

If I were to define my life I would divide it into two segments, before and after entering Hamdam and meeting those who live there. I feel the second part gives meaning and value to the first part of my life.

The holy city of Mashhad because of Imam Reza's (8th Imam of Shia Muslims) mausoleum is a religious and pilgrimage city. Many, because of their religious beliefs, will bring their sick family members who have been told are incurable by doctors to the mausoleum in hopes of a miracle. Girls with intellectual disabilities are sometimes abandoned there and will end up in a place like Hamdam. We name these children 'Pilgrims Without Return.' With hope of a cure, they are

taken there but they will never return.

Yes, I became a mother 400 times a day and each day fell in love 400 times, fell in love with 400 angels many of whom can't speak but words come down from the heavens in their eyes and sometimes it takes the shape of a tear drop. God, you make the day and destiny, make tomorrows better than today.

Neda is one of our girls who will be reciting a poem she wrote for which she won first prize nationally. Because in the past few years, contacts were virtual, today she will be reciting it in person.

Let me say one last thing, on the surface these children are not mine or yours but they are the children of this society and each of us has a responsibility toward them and it would be important to fulfill this responsibility: Hello I am Neda. I am very happy to see you in person. Beautiful eyes my heart is aching

I remember sometimes I would be bored and were told visitors were coming I would complain and say I don't feel like it why must people come to see us?

Why should kids who don't have fathers, mother or anybody else should be looked at? Are people's inquisitive eyes something to be seen? I felt that way until one day 'IT' came to our city when it came everything changed, I noticed I have no father, no mother and no one else. I felt how much I have missed having visitors I understood how kind people had been and I didn't appreciate it I had missed their kind gaze a lot. When Corona came many people closed their eyes on us and I was forced to look for open eyes. I looked and looked and because of Corona I discovered how beautiful people's eyes are Wearing a mask, the beauty of their eyes showed and made them more attractive particularly if they smiled. Specially if their smile could be felt from behind the mask. Now every night I pray to god and say, make Corona go away from here but please, make their eyes remain beautiful It is true that Corona brought sadness but, I am sure it was because of it that I could see how beautiful eyes can be.



entering Hamdam: meaning and value to my life...



Greetings to you friends.

I am Zahra Hojat mother of two boys and 400 girls in the Hamdam Rehabilitation Foundation (HRF). Girls who unfortunately lack the blessing of having a family or an effective family, and were it not for the backing of people who created an umbrella of support by their generosity and tender giving hands it would have been impossible for them to survive.

Mother is a holy word. Mothers are lights of the house. Discussing mothers and their place is very difficult.

I feel God has blessed me so that these children have found me worthy of calling me mother.

Allow me to paint a mental picture by going back in time, when my first son Yashar was born and the following year my second son, Amir Pasha, it coincided with my graduation from the university as a dentist. Like many women in my country my priority was my family and children.

I decided to open my own office so I could be in charge and have more time with my family and closely watch my children's development so that I could grow with them. Even my patient's

appointment time were coordinated with my children's schooling until they entered university at which time, I preferred that they spend time with their friends there. Once that happened, I found time for civic and community engagements. Since my spouse had the responsibility of managing a rehabilitation foundation, I went there to help with the dentistry needs of the children. I should mention that in this endeavor my friends in the same field helped me.

I remember the first days I was at the foundation and the kids were brought for their appointments. And I would ask their names, many of their family name was "Gomnam" meaning without name. When I asked the staff the reason, I was told these are abandoned

children in the city and were given this name here when their birth certificates were issued. More painful was that parents' names were left blank meaning they had no identity. Anyway, the following year state welfare organization allowed Hamdam to be run privately by a board of trustees. The generous people who became members of the board and management were fortunately known and reputable in the city. Their good name was not only familiar to those in the holy city of Mashhad but also throughout the country. For this reason, other generous people were attracted to the foundation and it was with their support that the foundation was being managed. Building and remodeling of the dormitories and classes, hiring of professional staff began. From then on children and the foundation began flourishing. It

became a complete rehabilitative foundation that provided for children with profound mental disability whose world consisted of their beds to girls whom if they had a supportive family would not have ended up here.

After a while I chose to close my private practice and move the equipment to the foundation in order to provide care there. This afforded me more time with the children. Sometimes when I visited the dormitories

and children would hold my hand, for a second I would feel that each of my fingers is in different child's possession. I didn't lack hands but enough fingers. They only wanted this hand to caress their heads and show them kindness.

The foundation had become a complete rehabilitation center. It included children in the profound disability unit whose lives were limited to their beds, to kids whom if they had a family would not have been there.

The closer I got to the children the more I learned about



- Engineer Ali Kafi (Treasurer)
- Dr. Zahra Hojjat (Managing Director)
- Engineer Hamid Taebi, Hossein Mahmoudi Khorasani, Dr. Abbas Yousefi, and Jafar Shirazinia are also members of the board.

Around 350 residents live full-time across various departments, and nearly 50 others benefit from the institute's educational and rehabilitation services on a daily basis.

Hamdam is a comprehensive rehabilitation center comprising five distinct departments:

1. Daycare Unit: Around 50 individuals receive educational and rehabilitation services daily.
2. Severe Intellectual Disability Unit: Approximately 70 girls with an IQ around 25 live in this section.
3. Trainable Unit (Moderate Intellectual Disability): Around 125 residents with IQs between 25 and 45.
4. Educable Unit (Mild Intellectual Disability): Approximately 125 girls with IQs between 45 and 75 are cared for here.
5. Sheltered Small Home Unit: This section houses 20 girls with IQs of 70 and above.

As shown, the Hamdam Institute provides full-time care for about 400 intellectually disabled girls, whose livelihood, education, and rehabilitation require diligent management and ongoing charitable support. We thank God that, just as He continues to extend His grace, the kindness and generosity of compassionate individuals are always with these innocent and vulnerable children. We pray for the continuation of this support and the resolution of all hardships.



A Status Report of Fatholmobin-Hamdham Rehabilitation Charity

Hamdam Rehabilitation Charity Institute has been active in the city of Mashhad since 1361 (1982 in the Iranian calendar), focusing on the care, rehabilitation, and education of orphaned or effectively orphaned girls with intellectual disabilities.

Since 1383 (2004), the institute has been managed under a board of trustees, supported by philanthropists, and operates independently of the State Welfare Organization across three separate buildings. Currently, the monthly cost of care and rehabilitation for each child exceeds 180 million rials (18 million tomans), of which nearly one-third is covered by subsidies from the Welfare Organization, while the remainder is funded through public donations.

The board of directors consists of seven main members:

- Haj Akbar Saberifar (Chairman of the Board)
- Ali Akbar Alizadeh Ghanad (Vice Chairman)

Hamdam

Internal Journal of Fatholmobin Rehabilitation Charity

People who seek (search) for peace and joy in their lives they can find it in helping other people and this has nothing to do with wealth, but it depends on their views to life. In their opinion there is not any stranger on earth and all humans are the members of God's family..

Hamdam is the message from all the girls of FatholMobin to those who smiles as a friend ...



ISO9001:2015
Quality Managment System



**موسسه خیریه همدم
نشان ملی نیکوکاری ایران را دریافت کرد.**

موفقیت همدم و ۲۳ خیریه‌ی دیگر، در میان ۱۹۹۸ خیریه سراسر کشور و ۳۵۴ خیریه خراسانی، حاصل شد.

You are our friends
any where in the world



ISO9001:2015
Quality Management System

همدای مردم دوست

مؤسسه خیریه توانبخشی همدام - فتح المبین



مشهد - خیام شمالی - عبدالمطلب ۵۸ • تلفن: ۱۴-۳۷۱۱۲۱۱۱ - ۰۵۱ • روابط عمومی: ۳۷۱۲۱۱۲۱

پاسخگوی شبانه روزی: ۰۹۳۵۱۲۵۶۲۶۲ • مشارکت آنلاین: www.Hamdham.org

ملی کارت: ۸۸۸۸ ۶۰۸۸ ۹۹۸۱ ۶۰۳۷ • ملی شبا: ۰۹ ۴۵۹۰ ۶۰۹۱ ۰۰۱۰ ۰۰۰۰ ۰۱۷۰ IR۵۷



@hamdamcharity



@art_hamdham

برای احترام به طبیعت و صرفه‌جویی در هزینه‌ها تیراژ کمتری از مجله چاپ می‌شود. لطفا بعد از مطالعه در اختیار دوستانتان قرار دهید.