

پیام

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: مهندس مرتضی توجه
سرمدبیر: داود امیراحمدی

تهران، صندوق پستی: ۴۸۷-۱۳۴۴۵
تلفن: ۴۴۵۴۵۶۵۰ (۸ خط)
صدای مشتری: ۴۴۵۴۵۶۶۰
وبسایت: www.mirabco.net
پست الکترونیکی: mirab@mirab.net

مدیر تولید: پدram الوندی
مدیر هنری: سید عباس عمادحقی
همکاران این شماره: مسلم نیکزاد، پژمان دلپورستان غلامرضا وفایی
مرتضی غنی زاده، سعید فلاح، مصطفی قاسمی، حامد اشرفی، امید لیایی
امین جزایری، علی عبدی، علی جاودی، حوریه شاه حسینی، هانیه مومنی، فاطمه اسماعیل بیگی

P A Y A M - E - M I R A B

فهرست

۲۸	مدیریت	۲	سرمقاله
۳۲	هدفمندسازی یارانه‌ها، نکاتی برای مدیران	۴	رویدادها
۳۴	فهم مسایل انسانی با کمک ریاضیات	۴	میراب صادرکننده نمونه ایران شد
۳۶	گشت و گذار	۴	آذین بندی نمایشگاه بین المللی به دستاورهای میراب
۳۶	آشنایانه علی	۱۳	آشنا سخن آشنا نگه دارد
۳۶	راز موفقیت	۶	بازدید وزیر آب و زیمباوه، تینایشی موتازو از کارخانه میراب
۳۶	بایس	۷	بازدید وزیر آب تاجیکستان، رحمت بوبو کالانف از کارخانه میراب
۳۷	نانو	۷	بازدید مدیران و کارشناسان شرکت آب و فاضلات شهرک‌های غرب تهران از کارخانه میراب
۳۸	به راستی انسان چیست؟	۸	بازدید مشاوران و مدیران آب و فاضلاب استان آذربایجان شرقی از کارخانه میراب
۳۹	ترمزهای ضد قفل چگونه کار می کنند؟	۹	تست نهایی شیرهای هیدرولیک اضطراری در حضور همکاران شرکت کیسون، آب‌نیرو و مشاتیر
۴۰	آشنایی با بیرینگ‌ها (قسمت اول)	۱۰	برگزاری رزمایش اطفای حریق توسط کارکنان میراب
۴۰	روانشناسی	۱۱	سلامت شرط سعادت
۴۲	پلی میان ذهن و اهداف	۱۲	نشست طرح سنجش زمان در میراب برگزار گردید
۴۴	اضطراب؛ یادم تو را فراموش	۱۳	تجهیز هنرستان فنی نعیم در شهرستان قدس
۴۶	از نظر من تو آدم تاثیرگذاری هستی	۱۴	چهار استاندارد بین المللی میراب تمدید شدند
۴۶	نوروز	۱۶	فناوری میراب در خدمت توسعه خراسان
۴۸	کتاب خواندن ما و کتاب خواندن دیگران	۱۸	اهمیت تصویر ذهنی
۴۸	در جستجوی علل کتاب‌خوانی ما	۲۰	آشنایی با عملگرهای برقی Auma (نسل جدید)
۴۹	غناي ادبیات داستانی ما و فقر مطالعه	۲۲	به روزرسانی سیستمهای مدیریت یکپارچه در میراب
۵۰	جادوی طبیعت را باور کن	۲۳	آموزش کارکنان
۵۰	جشن بازگشت به دامان طبیعت	۲۴	مدیریت خرید و تدارکات در پروژه
۵۲	بسیار سفر باید	۲۶	تدارکات و اهمیت آن
۵۳	نوروز کهن		
۵۴	جدول		
۵۶	بخش انگلیسی		

لطفًا پیام میراب را به صورت رایگان برای اینجانب ارسال بفرمایید.

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

شغل: شرکت:

امضا:

آدرس کامل:

تلفن: فاکس:

به منظور دریافت پیام میراب به صورت رایگان، خواهشمندیم فرم فوق را در ابتدا کپی نموده و سپس خوانا کامل نمایید و به صندوق پستی تهران ۴۸۷-۱۳۴۴۵ به به نامبر ۴۴۵۴۵۶۵۸ ارسال فرمایید.



نتیجه‌گرایی، تمرکز بر روی هدف

قدر مسلم تصمیم‌گیری برای شروع کار به خودی خود گامی مثبت است، ولی اگر بدون مطالعه قبلی و مشورت اقدام کنیم، به نتیجه دلخواه نخواهیم رسید. کار بی‌مطالعه شاید در آغاز به هر نحوی پیش رود اما زمانی فرا می‌رسد که با بن‌بست مواجه می‌شود و از آنجا که پیشاپیش چاره‌ای اندیشیده نشده، دلسردی و نومیدی به بار می‌آورد و اصل هدف را محکوم می‌کند و در نهایت آن را به فراموشی می‌سپارد. اما نمی‌توان دست روی دست گذاشت تا مطالعه صورت گیرد بعد شروع به فعالیت نماییم.

هنری فورد می‌گوید بهترین شیوه انجام کار بزرگ و ظاهراً غیرممکن، تقسیم آن به کارهای کوچک است. پرداختن به یک‌یک این کارهای کوچک و انجام آن‌ها در نهایت ما را به انجام کار بزرگ قادر می‌سازد. تجربه نشان داده که پیمودن گام به گام مسیر هدف، سختی‌ها را بر ما هموار خواهد ساخت. به یاد داشته باشیم فتح قله اورست، از گام‌های ۳۰ سانتی‌متری آغاز شد. بنابراین نباید هرگز ذهن خود را با این افکار که من عوض شدنی نیستم، این جوروی به دنیا آمده‌ام، زندگی‌م با این حرف‌ها تغییر نمی‌کند و یا وضع من با دیگران فرق دارد آلوده سازیم، زیرا اندیشه منفی همواره به نتایج منفی می‌انجامد. سعی کنید زندگی را از دریچه‌های دیگر ببینید تا پاسخی جدید و امید بخش نصیبان گردد.

پس بیاییم خود را از شر افکار ناامید کننده و منفی برهانیم. فقط در این صورت است که می‌توانیم به آرزوهای دور و درازمان جامه عمل بپوشانیم. مطلب مهمی که همواره باید در نظر داشته باشیم، توصیه ماکسول ملتر است. او می‌گوید: سعی کنید در آن واحد تنها یک مسئله را به مغز بسپارید.

به این ترتیب، ما باید در هر لحظه تمام آگاهی خود را به یک کار متمرکز سازیم و بقیه را به طور موقت رها کنیم. پس از حل یک مشکل، خواسته دیگری را به مغز بسپاریم و در انتظار راه حل باشیم.

با تجدید احترام
داوود امیراحمدی

سوال: چرا وقتی قرار باشد بخشی از عظمت خداوند که همان کهکشان‌ها هستند را بر روی یک تخته سیاه یا یک ورق کاغذ رسم نمایم اشکال دایره با اندازه‌های گوناگون می‌کشیم؟ چرا همه گرد و کروی هستند؟ مگر نه این است که زمین، ماه، خورشید، عطارد، نپتون، مریخ و بسیاری دیگر، همه و همه از انفجار یک ابر مساحتی عظیم‌تر از آنچه می‌توان در ذهن انسان متصور نمود جدا شده‌اند.

یعنی همه آنها از ابتدا همین شکلی بوده‌اند؟ آیا راز این عمر طولانی نیز همین شکل آنان است؟ پس حتما حکمتی در این شکل هندسی وجود دارد؟ آن حکمت چیست؟ بخشی از آن حکمت در حرکت دورانی آن، در شکل هم چون گوی آن و در هندسه‌ای به نام دایره نهفته است.

به زبانی دیگر مفهوم دایره یعنی انعطاف. دایره را در ذهن خود مرور کنید و برای آن‌ها مثال‌های عینی بیابید و بر نقشی که ایفا می‌کنند دقیق شوید. آیا در طبیعت، حرکت، انتقال، روان بودن و سرعت بخشی از ماهیت دایره نیست. به همین منظور است که بسیاری از سازمان‌های تفکر محور در ساخت لوگوی خود از اشکالی هم چون دایره استفاده می‌نمایند که نشانگر انعطاف آنان است. انعطاف در جهان هستی نیز نقش عمده را ایفا می‌نماید که دارای توازن است و با یک برنامه بسیار بسیار دقیق از قبل طراحی شده و در قالب یک چارچوب مستدل در حال زندگی است، نبض دارد، سرما و گرما دارد، در خود زایش دارد، نتایجش قابل مشاهده و قابل درک است. در اوج منعطف بودن، مطیع قانون است. این توازن نشانه شعور بیش از حد تصور صاحب آن است و به این نکته اشاره دارد که توازن یکی از رموز ماندگاریست.

از آنجا که بنیان آفرینش بر حرکت متوازن استوار است ما نیز باید از آن پیروی نماییم. در این پیروی یاد می‌گیریم که برای ماندن و متعالی شدن باید بتوانی روان باشی، به راحتی حرکت کنی و به حرکت خود معنا و محتوا بخشی، ارزش آفرینی نمایی و هر روز صیقلی‌تر شوی.

هستی آموزگار بی‌همتاییست و بشر نیز جزو لاینفک آن است پس با نگاه ژرف به آن در می‌یابیم که چنان چه بخواهیم ماندگاری خود و سازمانمان را قدری افزایش دهیم می‌بایست به توازن آن بیش از پیش بیندیشیم. توازنی که حاصلش، نتیجه‌اش و برآیندش موجبات رشدمان را مهیا می‌نماید. چرا که در این نگرش است که مسیر رسیدن به تعالی هموار خواهد شد و اگر چنین شود برکات بیشمار برایمان به ارمغان خواهد آورد.

برای چنین مقصدی از کجا باید شروع کرد؟

آنانی که دغدغه تعالی سازمانی دارند آگاهند که پرداختن به نتیجه کار یا همان نتیجه‌گرایی یک اصل از اصول تعالی سازمان است و برتری چنین سازمان‌هایی در ایجاد و کسب نتایج متوازن است و این توازن حاصلش تمامی افراد جامعه از جمله شرکای کاری، مشتریان و کارکنانمان را در بر خواهد گرفت. نکته حایز اهمیت دیگر در مورد نتیجه‌گرایی این است که نتایج باید در اثر خط مشی و استراتژی‌های سازمان به دست آمده باشند نه عوامل تصادفی و خارج از اختیار سازمان. به طور مثال افزایش در آمدی که در اثر افزایش ناگهانی و پیش بینی نشده قیمت محصولات، نفت و... اتفاق می‌افتد نمی‌تواند نشانه‌ای از رشد سازمان باشد.

حال در این مسیر تعالی یا باید از مدلی‌های مرسوم استفاده نموده و از آن تبعیت کنیم یا در مسیر شدن، مدلی با چارچوب‌ها و ارزش‌های خودمان خلق کنیم. مدل ما باید بتواند عملکرد سازمان را در دو حوزه فرایندها و نتایج حاصل از این فرایندها ارزیابی دقیق نماید و به ما نقاط قوت سازمان و نقاطی که می‌بایست ارتقا یابند را بشناساند.

مدل یا تفکر یا نگرش یا دیدگاه نتیجه‌گرا، ارزش عمل و اخلاقی بودن آن را با توجه به نتیجه‌ای که از آن حاصل می‌شود تعیین می‌کنند. بر طبق این رویکرد (نتیجه‌گرایی)، اعمال با توجه به نتایجشان مطلوب، درست و خوب هستند. از این نتیجه‌گرایی می‌توان تفسیرهای بسیار متفاوتی استخراج نمود. اما یکی از مستدل‌ترین این تفسیرها این است که درستی اعمال از جهت اخلاقی به نتایج آن عمل یا چیزی مرتبط با آن وابسته است. چون انگیزه‌های عمل و یا قواعد مورد نیاز برای آن در این امر دخیلند.





رویدادها



- میراب صادرکننده نمونه شد
- آذین‌بندی نمایشگاه بین‌المللی به دستاورهای میراب
- تقدیر از محمود تاجیک یاور قدیمی میراب
- بازدید وزیر آب زیمباوه جناب آقای تینایشی موتازو (Tinayeshi Mutazu) از کارخانه میراب
- بازدید وزیر آب تاجیکستان، جناب آقای رحمت بوبوکالانوف (Rahmat Bobokalanof) از کارخانه میراب
- بازدید مدیران و کارشناسان شرکت آب و فاضلاب شهرک‌های غرب تهران از کارخانه میراب
- بازدید مشاوران و مدیران آب و فاضلاب استان آذربایجان شرقی از کارخانه میراب
- تست نهایی شیرهای هیدرولیک اضطراری در حضور همکاران شرکت کیسون، آب‌نیرو و مشاورین
- برگزاری رزمایش اطفای حریق توسط کارکنان میراب
- معاینه دوره‌ای کارگران میراب
- نشست طرح سنجش زمان در میراب برگزار گردید
- فناوری میراب در خدمت توسعه خراسان



میراب صادرکننده نمونه شد

شرکت میراب برای دومین سال پیاپی به عنوان بنگاه اقتصادی نمونه کشوری در امر صادرات انتخاب شد. میراب در دو سال گذشته توانسته است در کشورهای سوریه، ونزوئلا قراردادهای عمده‌ای منعقد کند و بنابر اعلام مهندس مرتضی توجیه مدیرعامل و بنیان‌گذار شرکت میراب میزان صادرات آن در سال ۱۳۸۹ بیش از پنج میلیون یورو برای کشور ارزآوری داشته است.

در فرازی از لوح تقدیر شرکت میراب که به امضای مرتضی تمدن، استاندار تهران، رسیده آمده است: «امید است در سایه الطاف پروردگار متعال در تعامل هوشمندانه با اقتصاد جهانی و حفظ منافع ملی در عرصه‌های مختلف خدمت به ملت شریف و نظام مقدس جمهوری اسلامی موفق باشید.»

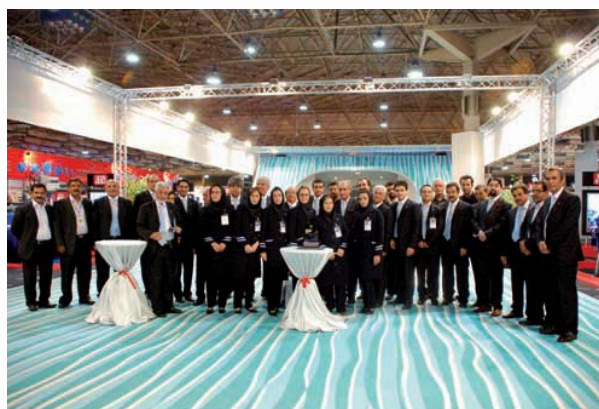


حضور در دوسالانه آب



آذین‌بندی نمایشگاه بین‌المللی با دستاوردهای میراب

نمایشگاه بین‌المللی صنعت آب و تاسیسات آب و فاضلاب تهران به عنوان یک نماد و حرکت صنعتی و تجاری هر دو سال یک بار و با حضور جمع کثیری از شرکت‌های توانمند داخلی و خارجی در حوزه آب و تاسیسات مرتبط با آن، در محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران برگزار می‌شود. امسال نیز این فرصت فراهم گردید تا بار دیگر شرکت‌ها بتوانند آخرین دستاوردهای خود را در حوزه علم و عمل به معرض دید همگان بگذارند و یادآور این نکته گردند که در سایه تلاش و همت می‌توانند شاهد پیروزی‌های جدید باشند. نمایشگاه امسال ۵ تا ۸ آبان ماه و با حضور ۴۰۰ شرکت داخلی و خارجی در محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران برگزار شد. شرکت‌کنندگان در حوزه‌های: لوله و اتصالات، تصفیه آب، پمپ‌های صنعتی، تلمبه‌خانه‌ها، آبیاری و زهکشی، سد، مهندسی مشاور، پیمانکاران و کارفرمایان حضور داشتند و طبق روال گذشته، میراب نیز حضوری متمایز داشت و با آذین نمودن دستاوردهای خود طی دو سال گذشته در فضایی به وسعت ۹۸۰ متر مربع، سعی نمود ارزش‌های نهادینه شده در ساختار فکری و عملی خود را در معرض دید بازدیدکنندگان این نمایشگاه قرار دهد.





تقدیر از محمود تاجیک یاور قدیمی میراب

آشنا سخن آشنا نگه دارد

۲۶ سال را با تمام توان و انرژی برای تکمیل و تامین نیازمندی‌های این شرکت عظیم که در حال حاضر شامل سه واحد مجهز تولیدی می‌باشد صرف نمودم. بدیهی است خود و خانواده‌ام نیز از حمایت معنوی و مادی این مدیر با تدبیر بهره‌ها بردیم.

امروز که به جهت عدم توانایی جسمی از همراهی با وی و سایر همکاران بازمانده‌ام برای او و خانواده بزرگ میراب و مدیران باوفایش آرزوی توفیق و سلامتی می‌نمایم. درخاتمه با استمداد از گفتار مقدس خواجه شیرازی دل‌نوشته را به پایان می‌رسانم:

*هر آنکه جانب اهل وفا نگه دارد
خلاش در همه احوال از بلا نگه دارد
حدیث درست نگویم مگر به حضرت دوست
که آشنا سخن آشنا نگه دارد
دلا معاش چنان کن که گر بلغزد پای
فرشته‌ها با دو دست دعا نگه دارد*

یاهو

محمود تاجیک
آذر ۱۳۸۹

در روز پایانی ششمین نمایشگاه بین‌المللی آب و تأسیسات مرتبط که در آبان ماه سال جاری برگزار گردید، فرصت بسیار مغتنمی مهیا شد تا آقای مهندس توجه از یکی از یاوران قدیمی خود تشکر و قدردانی نمایند. مطلبی که در ذیل می‌خوانید از زبان این دوست دیرینه و همکار و هم رزم دوران گذشته ایشان تا امروز بوده است. باشد که همیشه قدردان تلاش‌های یک دیگر باشیم:

در نیم روز پنجم اسفند ماه ۱۳۶۳ با آقای مهندس مرتضی توجه که مدیری مدبر و کاردان است آشنا شدم و حاصل این اتفاق، ۲۶ سال عمر مفیدی بود که در خدمتش بودم. این ارتباط با یاری عزیزان باوفایی دیگری که هم اکنون نیز خدمت می‌نمایند بستر رشد خانواده بزرگی را مهیا نمود که امروز از کنار سفره پربرکتش هزاران نفر از زن و بچه و وابستگان، مستقیم و غیر مستقیم معاش می‌گذرانند.

دقیقا یادم است در روزهای جنگ و فرود موشک‌های قد و نیم قد عراقی در مراکز تولیدی و صنعتی بود که مهندس توجه با در نظر گرفتن شرایط و اوضاع نامناسب اقتصادی حاکم بر مردم و با سکونت در آپارتمانی اجاره‌ای در مناطق میانی شهر تلاش همه جانبه و مجددانه‌ای را برای پایه‌گذاری آنچه را که امروز میراب می‌خوانیم آغاز نمود.

همدلی از همزبونی بهتره





وزیر آب زیمباوه جناب آقای تینایشی موتازو (Tinayeshi Mutazu) از کارخانه میراب در تهران بازدید کردند و با کارشناسان میراب به گفت‌وگو و تبادل نظر پرداختند.





وزیر آب تاجیکستان،
جناب آقای رحمت
بوبوکالانوف (Bobokalanof) از کارخانه
میراب در تهران بازدید
کردند و با کارشناسان به
بحث و گفت‌وگو پرداختند.





روزهای اول و دوم دی ماه امسال، مدیران و کارشناسان شرکت آب و فاضلاب شهرک‌های غرب تهران از کارخانه میراب بازدید کردند و با روند تولید محصولات آشنا شدند.





مشاوران و مدیران آب و فاضلاب استان آذربایجان شرقی از کارخانه میراب در تهران بازدید کردند.



تست نهایی شیرهای هیدرولیک قطع اضطراری در حضور همکاران شرکت کیسون، آب نیرو و مشاورین

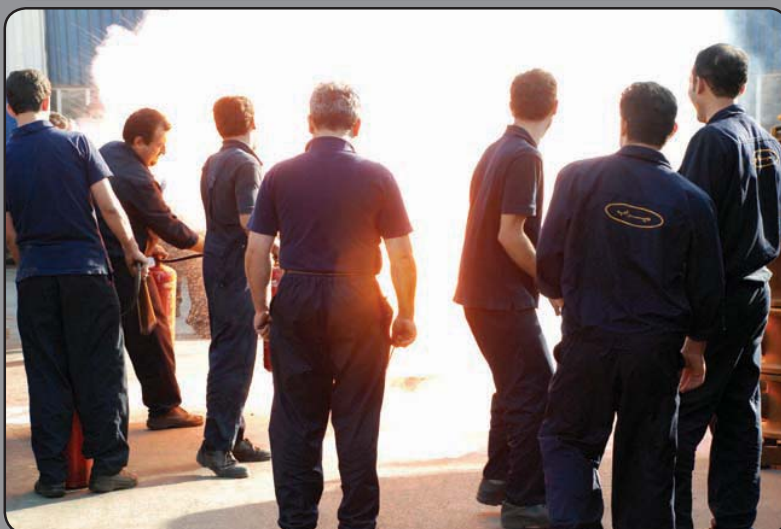


از راست :

- آقای مهندس نصیبی فرد - کارشناس ارشد هیدرومکانیک شرکت مشاور مشاورین
- آقای مهندس سمندریان - مدیر تجهیزات سد های
- آقای مهندس حمیدی زاده - کارشناس ارشد تجهیزات هیدرومکانیک شرکت پیمانکار - کیسون
- سیاه بیشه شرکت کارفرما - آب و نیرو
- آقای مهندس رزاقی - کارشناس هیدرولیک واحد فنی مهندسی شرکت میراب
- آقای مهندس غنی زاده کارشناس فنی دپارتمان فنی مهندسی شرکت میراب
- آقای مهندس شهبازی - مدیر هماهنگی و اجرا شرکت پیمانکار - کیسون



گزارش تصویری برگزاری رزمایش اطفای حریق توسط کارکنان میراب



سلامت شرط سعادت



ایجاد بیماری دارد. لذا در فرصت محدود معاینات دوره‌ای و در دسترس نبودن تست‌های دقیق‌تر، تشخیص قطعی بیماری‌های ناشی از کار وجود ندارد. بنابراین به منظور تکمیل نتایج نهایی این معاینات و تأیید صحت یا عدم صحت تشخیص اولیه، لازم است پرسنل مشکوک به بیماری‌های ناشی از کار جهت بررسی‌های تخصصی دقیق‌تر به سرویس‌های تخصصی طب کار ارجاع شوند تا در صورت تأیید تشخیص اولیه، اقدامات مناسب و زودهنگام درمانی و نیز اقدامات مناسب محیط کار برای کنترل بیماری و جلوگیری از پیشرفت آن به سمت ناتوانی انجام گردد.

معاینه «براساس مواجهه و شغل» یعنی اینکه معاینه هر فرد باید با توجه به نوع، میزان و راه مواجهه با عوامل زیان‌آور هر فرد انجام شود. این نکته به این معناست که پزشک معاینه‌گر قبل از انجام معاینات دوره‌ای باید کاملاً با خصوصیات شغل و مسائل مختلفی که هر یک از پرسنل با آن روبروست، آشنا باشد و سپس با توجه به این عوامل، معاینات و تست‌های لازم را بر روی هر کدام به طور اختصاصی انجام دهد. رعایت این نکات موجب می‌شود که پزشک قبل از انجام معاینه بداند که معاینه‌شونده با توجه به مواجهه‌های زیان‌آوری که در محیط کار با آنها روبروست، احتمال و خطر ابتلا به چه نوع بیماری ناشی از کار را دارد. در مرحله بعد باید معاینه و تست‌های لازم را برای شناسایی زود هنگام همان بیماری‌ها انجام دهد.

با رعایت موارد فوق است که می‌توان هدف اصلی معاینات دوره‌ای را که همان «شناسایی زود هنگام موارد مشکوک به بیماری‌های شغلی» است تأمین کرد و در نتیجه با شناسایی زودهنگام این موارد هم کارگر و هم کارفرما از فواید و سودمندی‌های معاینات دوره‌ای بهره خواهند برد. نفع آن برای پرسنل، اقدامات درمانی و پیشگیرانه موثرتر و نفع آن برای کارفرما سالم‌تر ماندن پرسنل و حضور بیشتر و موثرتر وی در محیط کار می‌باشد. همچنین رعایت الزامات فوق در انجام معاینات دوره‌ای باعث می‌شود تا این معاینات از حالت «انجام و ثبت» خارج شده و از وقت و هزینه‌های صرف شده برای انجام معاینات، بهره‌مندی به دست آید. این نکته وقتی بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرد که به هزینه‌های هنگفت خریداری دستگاه‌های Spirometry و تجهیزات مدرن پزشکی برای مجموع میراب اشاره کنیم. هزینه‌هایی که مدیریت محترم عامل جناب آقای مهندس توجه جهت سلامت کارکنان انجام داده‌اند.

اهداف معاینات پزشکی ادواری به طور خلاصه به شرح ذیل است:

- تشخیص زودرس بیماری‌های ناشی از کار و بیماری‌های غیر شغلی
- پیگیری موارد مشکوک تا روشن شدن وضع آنها
- درمان به موقع و جلوگیری از پیشرفت بیماری
- جلوگیری از انتقال و انتشار بیماری‌های مسری
- مطالعه اثرات زیان‌آور عوامل موجود در محیط کار
- تعیین اثر محیط بر سلامتی و بیماری پرسنل
- ارزیابی روش‌های پیشگیری و ایمنی



کارکنان میراب به صورت دوره‌ای معاینه می‌شوند تا از سلامت جسم و جان آنان اطمینان حاصل شود و آسیب‌های ناشی از محیط کار، آثار سوء کمتری برای آنها بر جای گذارد. یکی از شناخته شده‌ترین و رایج‌ترین انواع معاینات کارکنان، معاینات دوره‌ای (periodic examination) است. این نوع معاینات که نوعی از پیشگیری ثانویه است، با فواصل زمانی معین (اغلب یکساله) انجام می‌شوند. انجام دوره‌ای این معاینات به منظور تأمین دو هدف اصلی و عمده است:

■ شناسایی اولیه و زود هنگام پرسنل مشکوک به بیماری‌های ناشی از کار در مراحل اولیه و قابل درمان.

■ رسیدن به تناسب مورد نیاز محیط کار در کارکنانی که شرایط محیط کار بر روی بیماری آنها تأثیر سوء بر جای می‌گذارد.

شناسایی زود هنگام بیماری‌های شغلی از این جهت اهمیت دارد که اغلب بیماری‌های ناشی از کار هر چه سریع‌تر و زودتر شناسایی شوند می‌توان با انجام اقدامات درمانی و پیشگیرانه مناسب از پیشرفت آنها به مراحل شدید و غیر قابل درمان ممانعت کرده و از ایجاد ناتوانی دائمی فرد جلوگیری کرد که این مسئله در نهایت هم به نفع پرسنل، هم به نفع کارفرما و هم به نفع سلامت جامعه خواهد بود. به همین دلیل است که انجام معاینات دوره‌ای به عنوان یک اصل قانونی در ماده ۹۲ قانون کار و ماده ۸۸ قوانین تأمین اجتماعی ذکر شده و کارفرمایان موظف به فراهم نمودن تمهیدات لازم برای انجام این معاینات در پرسنل هستند. معاینات دوره‌ای ماهیت معاینات غربالگری دارند و به همین دلیل یک ویژگی عمده دارند:

«نتایج نهایی معاینات دوره‌ای هرگز تشخیص نهایی و قطعی بیماری‌های ناشی از کار را مشخص نمی‌کنند و فقط می‌توانند شک به وجود احتمالی بیماری‌های شغلی را تقویت کنند.»

در واقع پرونداد اصلی معاینات دوره‌ای، مشخص شدن و شناسایی پرسنل مشکوک به بیماری‌های شغلی است. دلیل این مسئله این است که تست‌های انجام شده در معاینات دوره‌ای، تست‌های غربالگری و اولیه بوده و قادر به تشخیص قطعی بیماری ناشی از کار نیست. دوم اینکه تشخیص دقیق بیماری‌های شغلی نیاز به بررسی‌های دقیق تخصصی با شرح حال کامل، انجام تست‌های دقیق‌تر و نیز بررسی دقیق مواجهات محیط کار و سایر علل



نشست طرح سنجش زمان در میراب برگزار گردید



هفته‌های گذشته کارکنان میراب میزبان یک دوره آموزشی سنجش زمان بودند. در این دوره کارکنان آموختند که چگونه می‌توان میزان سرعت یک واحد تولیدی را سنجید و براساس این سرعت کارکرد آن واحد را بررسی کرد. در ادامه گزارشی از محتوای جالب این کارگاه را با هم مرور می‌کنیم.

تعریف مقدار کار: عبارتست از کاری که برحسب کارگر - ساعت (یا ماشین - ساعت) برای تهیه یک کالا یا انجام عمل لازم است.

کار اصلی: عبارتست از وقت یا زمانی است که ساختن یک کالا یا انجام یک کار لازم دارد در صورتیکه طرح‌ریزی کار و (طراحی محصول - مواد - نیروی انسانی - ماشین آلات و ابزار - لی آت - آموزش) انجام شده باشد.

مقدار کار زائد یا فرمی: همیشه مقدار کار واقعی و عملی خیلی بیشتر از مقدار کار اصلی است که به دلایل گوناگون این افزایش بوجود می‌آید که بخشی از آنها به دلیل ضعف مدیریت و بخشی از آنها به دلیل قصور و کوتاهی کارکنان است.

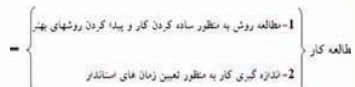
مطالعه کار: مطالعه کار عبارتست از فنی که مدیریت بوسیله کاربرد صحیح آن می‌تواند بهره‌وری سازمان را افزایش دهد. مطالعه کار یک اصطلاح و عنوان کلی است برای فونونی (مطالعه روش و زمانسنجی) که در بررسی کار نیروی انسانی در تمام جهات و جوانب به کار می‌رود تا بتواند کلیه موارد را بررسی و تجدید نظر کند و کارایی و بهره‌وری یک سازمان را بالا ببرد.

فنون مختلف مطالعه کار:

الف - تعریف مطالعه روش کار: مطالعه روش کار عبارتست از ضبط و یادداشت اصولی وقایع و بررسی منتقدانه از طرق معمولی و فعلی انجام پیشنهاد روش‌های اصلاحی به منظور آسان کردن کارها و پائین آوردن هزینه‌ها.

ب - تعریف اندازه‌گیری یا زمانسنجی : زمانسنجی عبارتست از بکار بردن فنونی به منظور تشخیص و تعیین زمانیکه یک کارگر شایسته برای انجام کار مصرف می‌کند. با توجه به تعاریف بالا می‌توان گفت که مطالعه روش کار و زمانسنجی تفکیک ناپذیرند و دقیقاً به هم ارتباط دارند، هدف از مطالعه روش تقلیل مقدار کار است ولی هدف از زمانسنجی تحقیق و تعیین زمان‌های غیر موثر (زائد) و در نتیجه تعیین زمان استاندارد عملیات است.

رابطه بین مطالعه کار و فنون آن (مطالعه روش - زمانسنجی) را می‌توان در شکل شماتیک زیر نشان داد:



بررسی و تعیین زمان استاندارد عملیات از دو طریق اندازه‌گیری می‌گردد:

الف: زمان‌سنجی مستقیم با کرنومتر (STOP WATCH TIME STUDY)

ب: زمان‌سنجی غیرمستقیم یا از پیش تعیین شده (PERDETERMINED TIME STUDY)

الف: زمان‌سنجی مستقیم با کرنومتر (STOP WATCH TIME STUDY)

تعیین زمان‌های استاندارد فعالیت‌ها عمدتاً به لحاظ دسترسی به اهداف ده‌گانه زیر صورت می‌گیرد:

- ۱) ظرفیت سنجی نیروی انسانی و ماشین آلات
- ۲) برآورد نیروی انسانی و ماشین آلات مورد نیاز تعداد تولید تعیین شده
- ۳) تقسیم کار عادلانه و بالانس ایستگاه‌های کاری در شیفت کار عادی و اضافه کاری
- ۴) طراحی جیک و فیکسچرها و همچنین ابزار و ماشین آلات مخصوص
- ۵) قیمت تمام شده تولید محصولات
- ۶) برنامه ریزی تامین نقدینگی و سرمایه در گردش
- ۷) طراحی سیستم‌های پاداش افزایش تولید
- ۸) بهبود روش‌های تولیدی (آسان سازی عملیات تولیدی)

۹) طراحی لی آت و بهبود آن
۱۰) پیش بینی بودجه
ابزار زمان‌سنجی:

عبارتند از الف - کرنومتر عقربه‌ای یا دیجیتالی مخصوص زمانسنجی با دقت یک‌هزارم دقیقه
ب - برد زمانسنجی ج - برگ زمانسنجی به منظور درک صحیح از دقت اندازه‌گیری زمان‌های فعالیت کاری توصیه می‌گردد زمان‌سنج حداقل ۶ ماه از کرنومتر دو عقربه‌ای استفاده نماید.

مراحل زمان‌سنجی مستقیم

مرحله اول - پروسه نویسی بر اساس تقدیم و تأخر فعالیت‌ها بر روی برگ زمان‌سنجی
در این مرحله زمان‌سنج می‌باید از انجام یکنواخت فعالیت‌ها توسط اپراتور در هر سیکل کاری اطمینان کامل داشته باشد در غیر این صورت تا رفع این نقص با همکاری و هماهنگی با سرپرست مربوطه از انجام مرحله بعدی خودداری نماید.

مرحله دوم - جداسازی فعالیت‌ها (پروسه‌ها) به تناسب توانایی ثبت زمان‌سنج

تفکیک فعالیت‌ها به لحاظ زمانی آنقدر کوچک می‌باید در نظر گرفته شود که زمان‌سنج بتواند پس از مشاهده آن روی صفحه کرنومتر آن را ثبت نماید و در عین حال ثبت زمان فعالیت بعدی را از دست ندهد. پیشنهاد می‌گردد زمان هر فعالیت از پنج صدم دقیقه کوچکتر انتخاب نگردد.

مرحله سوم - هماهنگی با سرپرست کارگاه
اهداف ده‌گانه زمان‌سنجی که منجر به افزایش بهره‌وری و مزایای گروهی می‌گردد می‌بایست قبل از شروع زمان‌سنجی از طریق برگزاری جلسه با مسئولین تولید و همچنین اپراتورها به آنها تفهیم گردد تا هماهنگی و

هماکاری لازم با زمان‌سنج به عمل آید. به هرحال تاریخ و شروع و ایستگاه کاری مورد نظر زمانسنجی می‌بایست قبلاً به اطلاع سرپرست مربوطه برسد.

مرحله چهارم - زمان‌سنجی

در این مرحله زمان‌سنجی با تجهیزات خود در ایستگاه کاری مورد نظر حضور پیدا نموده و در موقعیتی که بتواند بیشترین نظارت کافی بر انجام عملیات را داشته باشد قرار گرفته و با هماهنگی اپراتور اقدام به ثبت زمان فعالیت‌ها می‌نماید.

توصیه می‌گردد محل قرار گرفتن زمان‌سنجی به نحوی انتخاب گردد که در اجرای عملیات اپراتور ایجاد اشکال ننماید و در عین حال خود بر اجرای فعالیت‌ها نظارت خوبی داشته باشد.

تعریف سرعت نرمال: سرعت حرکات دست و پا و بدن فردی با قد ۱۷۵ سانتی‌متر و وزن حدود ۷۵ کیلوگرم که مسافت ۸۰ متر را یک دقیقه با سرعت یکنواخت طی نماید را سرعت نرمال می‌نامند.

تعریف ضریب سرعت عملکرد: نسبت سرعت عملکرد هر فردی به سرعت نرمال را ضریب سرعت عملکرد گویند. این ضریب بشرط آنکه سرعت عملکرد اپراتور بیش از سرعت نرمال باشد از ضریب صد در صد بیشتر و چنانچه سرعت عملکرد اپراتور کمتر از سرعت نرمال باشد از ضریب صد در صد کمتر است.

تعریف زمان نرمال: زمان نرمال هر فعالیت از رابطه زیر بدست می‌آید:

ضریب سرعت عملکرد اپراتور × متوسط زمان مشاهده شده هر فعالیت = زمان نرمال هر فعالیت

تعریف زمان استاندارد

زمان استاندارد هر فعالیت از رابطه زیر بدست می‌آید:
زمان بیکاریهای مجاز + زمان نرمال = زمان استاندارد هر فعالیت

زمان بیکاری مجاز تأخیرات + زمان بیکاری مجاز خستگی متغیر + زمان بیکاری مجاز شخصی = زمان بیکاریهای مجاز

مثال: چنانچه از فعالیت‌های کاری یک اپراتور ۸ بار زمان‌سنجی شده باشد و زمان‌های مشاهده شده به ترتیب برابر ۱۲-۱۳-۱۱-۱۳-۱۲-۱۲-۱۲-۱۰ و ۱۳ دقیقه ثبت شده باشد مطلوب است.

زمانهای نرمال و استاندارد بشرط آنکه ضریب سرعت عملکرد اپراتور معادل ۹۰ درصد و مجموع زمانهای بیکاری مجاز از روی جدول‌های مربوطه معادل ۱۵ درصد زمان نرمال در نظر گرفته شده باشد

$$\text{دقیقه} = \bar{t} = \frac{\sum_{i=1}^n t_i}{n} = \frac{12+13+11+\dots+13}{8} = \frac{96}{8} = 12$$

دقیقه $12 \times 90 / 100 = 10.8$ - زمان نرمال

مجموع زمانهای بیکاری مجاز + زمان نرمال = زمان استاندارد

دقیقه $12.42 = 10.8 + (15 / 100 \times 10.8)$ - زمان استاندارد

TUV NORD گواهینامه

سیستم مدیریت کیفیت
EN ISO 14001 : 2004

مطابق با روش‌های ایرانی TÜV NORD CERT گواهی شده است.

شرکت میراب
تهران، کیلومتر ۱۰ جاده مخصوص کرج، خیابان شهید عسکری

سیستم مدیریت را در پیروی از استاندارد بالا برای ارائه کار و خدمات در زمینه پیمانکاری

طراحی و تولید انواع مختلف شیرهای صنعتی و تجهیزات مربوطه
از سایز ۱۰ تا ۳۰۰۰ mm و تا فشار ۱۰ Kg /Cm2

شماره ثبت گواهینامه: 44 100 100109
شماره گواهی صدور: 0536 104 R 10270

تاریخ اعتبار تا تاریخ: 2013-10-10
تاریخ تمدن صدور گواهینامه: 2008

Tehran, 2010-10-11

سیستم صدور گواهینامه در
TÜV NORD CERT GmbH
مورد این گواهینامه مطابق با روش‌های ایرانی صدور و صدور گواهینامه TÜV NORD CERT انجام شده است.
و صدورهای مرتبطی طبق روال به همراه قرارداد داشتند.

TÜV NORD CERT GmbH Langemannstrasse 20 45141 Essen www.tuv-nord-cert.com




TUV NORD گواهینامه

سیستم مدیریت ایمنی
OHSAS 18001 : 2007

مطابق با روش‌های ایرانی TÜV NORD CERT گواهی شده است.

شرکت میراب
تهران، کیلومتر ۱۰ جاده مخصوص کرج، خیابان شهید عسکری

سیستم مدیریت را در پیروی از استاندارد بالا برای ارائه کار و خدمات در زمینه پیمانکاری

طراحی و تولید انواع مختلف شیرهای صنعتی و تجهیزات مربوطه
از سایز ۱۰ تا ۳۰۰۰ mm و تا فشار ۱۰ Kg /Cm2

شماره ثبت گواهینامه: 44 100 100109
شماره گواهی صدور: 0536 116 R 10270

تاریخ اعتبار تا تاریخ: 2013-10-10
تاریخ تمدن صدور گواهینامه: 2008

Tehran, 2010-10-11

سیستم صدور گواهینامه در
TÜV NORD CERT GmbH
مورد این گواهینامه مطابق با روش‌های ایرانی صدور و صدور گواهینامه TÜV NORD CERT انجام شده است.
و صدورهای مرتبطی طبق روال به همراه قرارداد داشتند.

TÜV NORD CERT GmbH Langemannstrasse 20 45141 Essen www.tuv-nord-cert.com




TUV NORD گواهینامه

سیستم مدیریت یکپارچه (IMS)
EN ISO 9001 : 2008 / EN ISO 14001 : 2004 / OHSAS 18001 : 2007

مطابق با روش‌های ایرانی TÜV NORD CERT گواهی شده است.

شرکت میراب
تهران، کیلومتر ۱۰ جاده مخصوص کرج، خیابان شهید عسکری

سیستم مدیریت یکپارچه کیفیت (سیستم ایمنی و بهداشت نظری را در پیروی از استانداردهای بالا برای ارائه کار و خدمات در زمینه پیمانکاری

طراحی و تولید انواع مختلف شیرهای صنعتی و تجهیزات مربوطه
از سایز ۱۰ تا ۳۰۰۰ mm و تا فشار ۱۰ Kg /Cm2

شماره ثبت گواهینامه: 44 100 100109
شماره گواهی صدور: 0536 100 R 10270
0536 104 R 10270
0536 116 R 10270

تاریخ اعتبار تا تاریخ: 2013-10-10
تاریخ تمدن صدور گواهینامه: 2008

Tehran, 2010-10-11

سیستم صدور گواهینامه در
TÜV NORD CERT GmbH
مورد این گواهینامه مطابق با روش‌های ایرانی صدور و صدور گواهینامه TÜV NORD CERT انجام شده است.
و صدورهای مرتبطی طبق روال به همراه قرارداد داشتند.

TÜV NORD CERT GmbH Langemannstrasse 20 45141 Essen www.tuv-nord-cert.com




TUV NORD گواهینامه

سیستم مدیریت ایمنی
EN ISO 9001 : 2008

مطابق با روش‌های ایرانی TÜV NORD CERT گواهی شده است.

شرکت میراب
تهران، کیلومتر ۱۰ جاده مخصوص کرج، خیابان شهید عسکری

سیستم مدیریت را در پیروی از استاندارد بالا برای ارائه کار و خدمات در زمینه پیمانکاری

طراحی و تولید انواع مختلف شیرهای صنعتی و تجهیزات مربوطه
از سایز ۱۰ تا ۳۰۰۰ mm و تا فشار ۱۰ Kg /Cm2

شماره ثبت گواهینامه: 44 100 100109
شماره گواهی صدور: 0536 100 R 10270

تاریخ اعتبار تا تاریخ: 2013-10-10
تاریخ تمدن صدور گواهینامه: 2008

Tehran, 2010-10-11

سیستم صدور گواهینامه در
TÜV NORD CERT GmbH
مورد این گواهینامه مطابق با روش‌های ایرانی صدور و صدور گواهینامه TÜV NORD CERT انجام شده است.
و صدورهای مرتبطی طبق روال به همراه قرارداد داشتند.

TÜV NORD CERT GmbH Langemannstrasse 20 45141 Essen www.tuv-nord-cert.com




چهار استاندارد بین‌المللی میراب تمديد شدند
كيفيت همچنان حرف اول را در ميراب مي‌زند

*کارفرما
شرکت سهامی آب منطقه‌ای خراسان رضوی
*مدیریت اجرایی پروژه
سرکار خانم مهندس جوادی
*تامین کننده شیرها و تجهیزات مورد نیاز برای پروژه
شرکت میراب
*شرکت ناظر بر پروژه
شرکت مهندسی مشاور طوس آب
*سال شروع پروژه
آبان ماه سال ۱۳۸۶

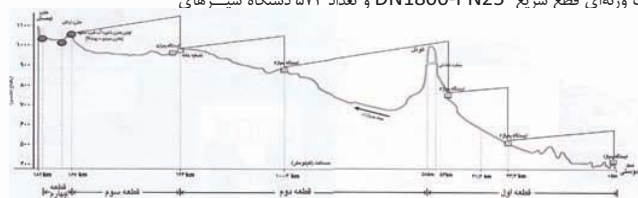
پروژه انتقال آب از سد دوستی به مشهد مقدس

فناوری میراب در خدمت توسعه خراسان

موقعیت جغرافیایی پروژه

این طرح از محل سد دوستی در ۱۷۰ کیلومتری شرق مشهد مقدس و در مرز جمهوری اسلامی ایران و کشور ترکمنستان شروع و پس از عبور از ارتفاعات مرزداران و طی مسیری بطول ۱۶۷ کیلومتر به شهر مشهد مقدس ختم میگردد.

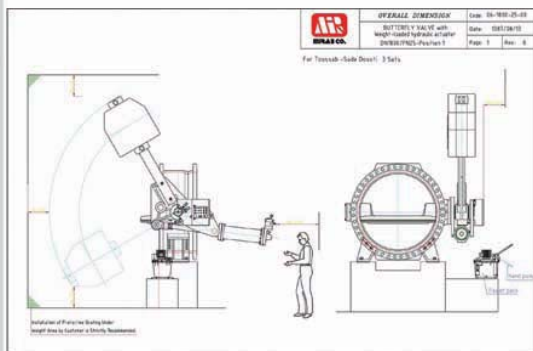
هدف این طرح، تامین سالیانه تا سقف ۱۵۰ میلیون متر مکعب آب، جهت تامین بخشی از آب شرب و صنعت شهر مشهد و روستاییان حاشیه خط انتقال است. در آبان ماه سال ۱۳۸۶ قرارداد فروش ۵ دستگاه شیر هیدرولیک و وزنه‌ای قطع سریع DN1800-PN25 و تعداد ۵۷۲ دستگاه شیرهای مختلف از سایز DN200 الی DN1800 و تعداد ۸۵۹ قفله تجهیزات مربوطه بین شرکت میراب و شرکت سهامی آب منطقه‌ای خراسان رضوی منعقد گردید. کلیه تجهیزات تا اواخر آذرماه ۱۳۸۷ به محل طرح ارسال گردید.



وظیفه ۵ دستگاه شیر هیدرولیک و وزنه‌ای قطع سریع و جلوگیری از برگشت آب به داخل ایستگاه‌های پمپاژ در موقع خاموش شدن پمپ یا شکست احتمالی لوله و یا نفوذ تجهیزات داخل ایستگاه‌های پمپاژ است. قابل ذکر است مشخصات دمای سایت حداقل 20°C - و حداکثر $48^{\circ}\text{C} +$ است.

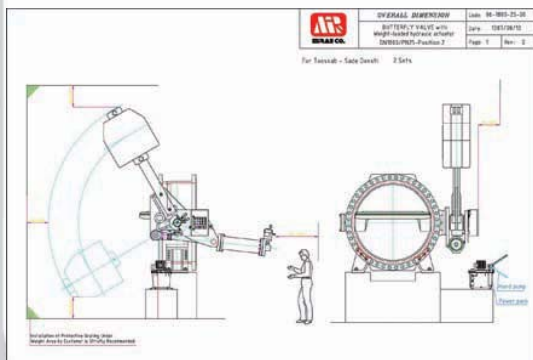
میراب

۱۶



محل و ایستگاه نصب شیرهای هیدرولیک و وزنه ای قطع سریع تیپ I

- ایستگاه پمپاژ شماره ۱ - جاده مشهد سرخس - بعد از مرزداران - کیلومتر ۷۰ - جاده سد دوستی - سد دوستی
- ایستگاه پمپاژ شماره ۲ - جاده مشهد سرخس - بعد از مرزداران - کیلومتر ۳۷ - جاده سد دوستی - ایستگاه شماره ۲
- ایستگاه پمپاژ شماره ۳ - جاده مشهد سرخس - بعد از مرزداران - کیلومتر ۳۸ - جاده سد دوستی - ایستگاه شماره ۳

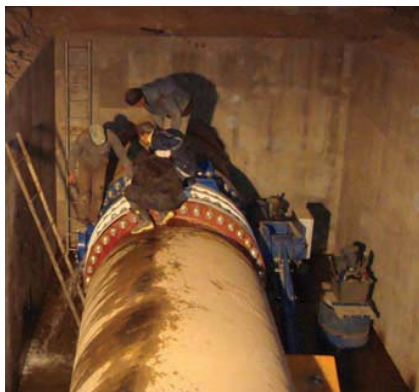


محل و ایستگاه نصب شیرهای هیدرولیک و وزنه ای قطع سریع تیپ II

- ایستگاه پمپاژ شماره ۴ - واقع در: جاده مشهد سرخس - کیلومتر ۵۵ - خازنر ایستگاه شماره ۴
- ایستگاه پمپاژ شماره ۵ - واقع در: جاده مشهد سرخس - کیلومتر ۲۵ - تصفیه خانه سوم - ایستگاه شماره ۵



سید امین جزایری
کارشناس بازرگانی خارجی



شیرهای مورد استفاده در پروژه انتقال آب ارسد دوستی به مشهد مقدس

شیر پروانه‌ای DN1000/PN25 تعداد ۹ دستگاه به همراه عملگر برقی آیوما RPM- SA 14.1 32

- شیر پروانه‌ای DN1600/PN10 تعداد ۱۰ دستگاه .
- شیر پروانه‌ای DN1000/PN10 تعداد ۳ دستگاه .
- شیر پروانه‌ای DN300/PN40 تعداد ۱۱ دستگاه .
- شیر پروانه‌ای DN200/PN40 تعداد ۱۳ دستگاه .
- شیر پروانه‌ای DN200/ PN25 تعداد ۴۹ دستگاه .
- شیر یکطرفه DN700/PN25 تعداد ۱۰ دستگاه .
- شیر کشویی DN300/PN16 تعداد ۳۶ دستگاه .
- شیر کشویی DN300/PN10 تعداد ۲۱ دستگاه .
- شیر کشویی DN200/PN16 تعداد ۱۱۵ دستگاه .
- شیر کشویی DN200/PN10 تعداد ۸۶ دستگاه .
- شیر تخلیه هوا تک محفظه دو روزنه DN200/PN40 تعداد ۱۳ دستگاه .
- شیر تخلیه هوا تک محفظه دو روزنه DN200/PN25 تعداد ۶۰ دستگاه .
- شیر تخلیه هوا تک محفظه دو روزنه DN200/PN16 تعداد ۱۰۶ دستگاه .
- شیر تخلیه هوا تک محفظه دو روزنه DN200/PN10 تعداد ۴۰ دستگاه .
- شیر پروانه‌ای هیدرولیک DN1800/PN25 وزنه‌ای تعداد ۵ دستگاه .

اتصالات مورد استفاده در پروژه انتقال آب ارسد دوستی به مشهد مقدس

- اتصال قابل پیاده کردن DN1800/PN25 تعداد ۳ دستگاه .
- اتصال قابل پیاده کردن DN1600/PN25 تعداد ۵ دستگاه .
- اتصال قابل پیاده کردن DN1800/PN10 تعداد ۵ دستگاه .
- اتصال قابل پیاده کردن DN1000/PN25 تعداد ۱۳ دستگاه .
- اتصال قابل پیاده کردن DN1000/PN10 تعداد ۳۳ دستگاه .
- اتصال قابل پیاده کردن DN300/PN10 تعداد ۵ دستگاه .

- فلنج تخت DN1000/PN10 تعداد ۶۴ دستگاه .
- فلنج تخت DN400/PN25 تعداد ۲۱ دستگاه .
- فلنج تخت DN400/PN16 تعداد ۴۹ دستگاه .
- فلنج تخت DN300/PN10 تعداد ۱۶۰ دستگاه .
- فلنج تخت DN200/PN25 تعداد ۴۸ دستگاه .
- فلنج تخت DN200/PN10 تعداد ۶۴ دستگاه .
- فلنج تخت فولادی DN1800/PN16 تعداد ۶ دستگاه .
- فلنج تخت فولادی DN1800/PN10 تعداد ۱۴ دستگاه .
- فلنج تخت فولادی DN1600/PN25 تعداد ۱۰ دستگاه .
- فلنج تخت فولادی DN1600/PN10 تعداد ۲۷ دستگاه .
- فلنج تخت فولادی DN1000/PN25 تعداد ۷۰ دستگاه .
- فلنج کور فولادی DN1800/PN10 تعداد ۱ دستگاه .
- فلنج کور فولادی DN1600/PN10 تعداد ۱ دستگاه .
- فلنج کور فولادی DN1000/PN25 تعداد ۱۱ دستگاه .
- فلنج کور فولادی DN1000/PN16 تعداد ۷ دستگاه .
- فلنج کور فولادی DN400/PN25 تعداد ۲ دستگاه .
- فلنج کور فولادی DN400/PN16 تعداد ۳۸ دستگاه .
- فلنج کور فولادی DN300/PN10 تعداد ۱۶۸ دستگاه .
- فلنج آداپتور DN300/PN16 تعداد ۳۴ دستگاه .



اهمیت تصویر ذهنی

از گفت‌وگو چه کسی سود نمی‌برد؟ شاید هیچکس. این روزها در مطالعات توسعه، گفت‌وگو به عنوان پایه‌ای برای توسعه مطرح می‌شود. داستان‌ها هم ساده است. گفت و گو یعنی یک فرآیند دو سویه و مشارکتی. مشارکت هم اساس توسعه پویا و درون‌زاست. توسعه‌ای که با نیازهای مبداء هم‌خوان و هم‌آواست. نظام پیشنهادات در شرکتی مثل تویوتا به گونه‌ای است که هر کارگر ساده در سال بیش از ۳۰ پیشنهاد مؤثر و قابل اجرا می‌دهد و رسیدن به این نقطه جز از این راه که فضایی برای گفت‌وگو ایجاد شود شدنی نیست.

گفت‌وگو دو نتیجه فوری دارد. اطلاعات دست دوم و شنیده‌ها تبدیل به اطلاعات دست اول می‌شوند. تازه می‌شوند فضای ذهنی و عملی مشارکت‌کننده‌ها به هم نزدیک‌تر می‌شود و دیگر اینکه اختلافات و چالش‌های ناشی از توهم و دوری از فضای ذهنی از میان می‌رود. نتیجه‌های دیگر گفت‌وگو در دوره‌های زمانی بلندتری به دست می‌آید.

یکی از این نتایج نزدیک شدن تصویر ذهنی مدیران و کارکنان به یکدیگر است. در حقیقت اینکه سیاست‌گذاران یک مجموعه صنعتی-تولیدی در ابعاد فرامرزی و با مسؤلیت‌ها و تعهدات گسترده بتوانند به خوبی نقشه راهی را که برای مجموعه ریخته‌اند، منتقل کنند. اینکه بتوانند آنچه را در ذهن دارند که نتیجه سالیانی تجربه‌اندوژی و مشورت گرفتن از اهل فن و افراد خبره است، برای مدیران میانی و سپس کارگران و کارکنان به خوبی بازگو کنند تا تصویر ذهنی مشترکی از آینده سازمان برای همگان شکل گیرد. این چشم‌انداز مشترک سبب خواهد شد تا در مدیریت بحران و طرح‌ریزی‌های آتی همدلی و یکدلی بیشتری میان مدیریت و کارکنان وجود داشته باشد.

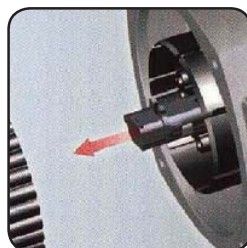
اهمیت تصویر ذهنی وقتی آشکار می‌شود که حواسمان باشد از دوران کودکی، همیشه بر اساس همین تصویر ذهنی بوده است که آینده دور و نزدیک خود را پیش‌بینی کرده‌ایم و برایش برنامه ریخته‌ایم، آرزوهایی داشته‌ایم و برای رسیدن به آنها تلاش کرده‌ایم. سازمانی که در آن کار می‌کنیم نیز طبیعتاً از چنین ساختاری جدا نیست. اینکه همه بتوانند تصویر ذهنی مشترکی داشته باشند و این تصویر مشترک است که به شکل‌گیری نظامی از ایده‌های مشترک و همدلی افزون‌تر کمک می‌کند.

خوشبختانه این نگاه در میراب از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و نشست‌های متعدد و مختلف مدیریت با مدیران میانی و کارکنان همگی برای نیل به چنین هدفی طرح‌ریزی و برنامه‌ریزی می‌شوند.





آکادمی میراب



- آشنایی با عملگرهای برقی Auma (نسل جدید)
- به روزرسانی سیستم مدیریت یک پارچه در میراب
- آموزش کارکنان
- مدیریت خرید و تدارکات در پروژه
- تدارکات و اهمیت آن

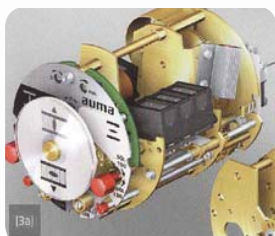
آشنایی با عملگرهای برقی Auma (نسل جدید)

۳ واحد کنترل

به منظور اعمال وضعیت شیر و تنظیم شیر در حالت‌های باز یا بسته و هم چنین تنظیم گشتاور مجاز و مطمئن برای هر شیر در مقابل اضافه بار، با توجه به مشخصات داده شده از طرف مشتری، بر روی هر عملگر یک واحد کنترل به صورت الکترومکانیکی و یا الکترونیکی نصب و ارسال می‌شود.

۳-۱- واحد کنترل الکترومکانیکی

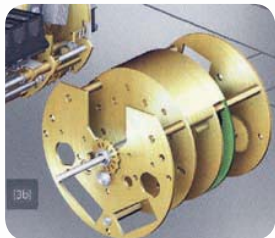
حد باز و بسته و همچنین مقدار گشتاور مورد نیاز برای هر شیر به صورت مکانیکی تنظیم و اعمال می‌شود



به همین دلیل با تنظیم آنها بر روی واحد کنترل در وضعیت‌های انتهایی، میکروسوییچ‌های مربوطه تحریک و عمل می‌کنند. در صورت نیاز، به صورت سفارشی می‌تواند سیگنال وضعیت شیر را نیز به محل کنترل منتقل و مشخص نمود.

۳-۲- واحد کنترل الکترونیکی

در این واحد کنترلی عمل تنظیم از طریق یک سیستم میدان مغناطیسی ایجاد شده سنجیده و مشخص می‌شود و سپس به سیستم واحد کنترل منتقل و اعمال می‌شود. عمل سنجش در سیستم کنترل موتور AC انجام می‌شود و تنظیم شیر از طریق میدان مغناطیسی صورت می‌گیرد بدون اینکه نیاز به باز کردن محفظه عملگر باشد. وضعیت شیر و گشتاور آن به صورت یک سیگنال پیوسته مشخص می‌شود.



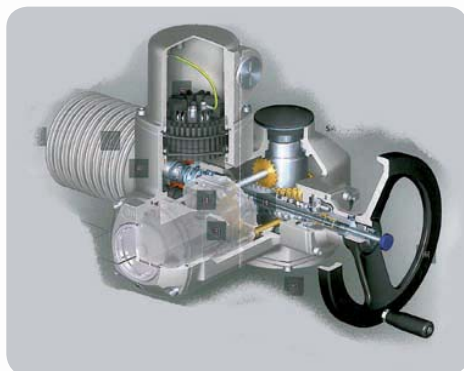
برای تنظیم یک عملگر از طریق واحد کنترل الکترونیکی حتماً نیاز به سیستم کنترل AC می‌باشد به منظور اخذ اطلاعات بیشتر به ریز مطالب این قسمت مراجعه شود.

تشخیص (سفارشی)

به منظور جمع‌آوری اطلاعات و گشتاور شیر در طول زمان و همچنین تعداد عملکرد عملگر از نظر ارتعاش گیربکس و حرارت موتور، این اطلاعات بر روی حافظه زمانی AC ذخیره و آنالیز می‌شوند

۱ عملگرهای Auma Norm

این عملگرها از چند قسمت تشکیل شده‌اند: موتور، گیربکس حلزونی، واحد کنترل، فلکه دستی برای موارد ضروری، رابط الکتریکی و رابط اتصال به شیر.



به کارگیری این عملگرها نیاز به مدار فرمان و تجهیزات الکتریکی دارد و همراه با یک سیستم کنترل موتور AM[®] یا AC[®] ارسال می‌گردند. همچنین از آنجایی که اساس طراحی و ساخت آنها بر پایه یک سیستم مدولار (یکنواخت) است به راحتی قابلیت نصب بر روی عملگر را دارند.

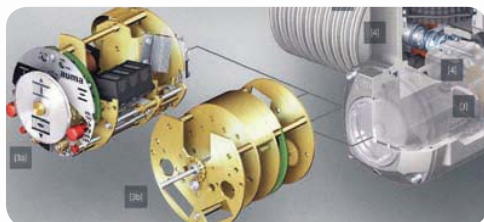
۲ موتور

با توجه به تنوع کاربرد شیرها در صنعت اتوماسیون، موتور عملگرها برای شبکه برق سه فاز و تک فاز متناوب و همچنین برای جریان مستقیم با گشتاور راه‌اندازی بالا طراحی و ساخته می‌شوند.

به منظور حفاظت در مقابل حرارت‌های بالای موتور، در داخل سیم‌پیچ آنها از کلیدهای حرارتی یا کلیدهای نیمه هادی استفاده شده است.

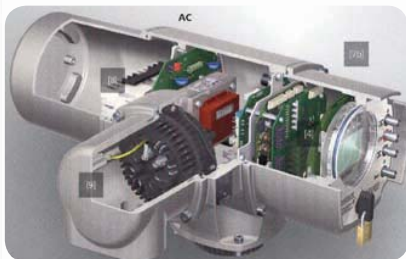


همچنین به منظور انتقال گشتاور از موتور به عملگر از یک نوع کوپلینگ پنجه‌ای و به منظور اتصال الکتریکی به موتور از یک رابط الکتریکی مخصوص استفاده شده است و این امکان را می‌دهد که در هنگام سرویس بتوانیم به سرعت موتور را از عملگر جدا کنیم.



ترجمه: مسلم نیکزاد
مدیر واحد اتوماسیون

سیگنال مربوطه بر روی قسمت محلی مشاهده کرد.



سیستم کنترل موتور AC مجهز به تجهیزات میکروپروسسوری می‌باشد و می‌توان انواع فرمان‌های مورد نیاز را با توجه به عملکرد شیر و به صورت پیوسته از طریق بردهای مربوطه اعمال نمود. از طریق یک نمایشگر گرافیک (Display) می‌توان وضعیت و عملکرد و اطلاعات مورد نیاز را به زبان‌های زنده دنیا مشاهده نمود. همچنین می‌توان توسط یک واحد کنترل الکترونیکی انواع تنظیمات عملگر را بدون اینکه محفظه آن باز شود انجام داد.

عمل برنامه‌ریزی در این سیستم‌های کنترل موتور مستقیماً توسط سیستم Menue از طریق تجهیزات مربوطه و یا بدون سیم توسط Bluetooth از طریق Auma PC انجام گیرد.

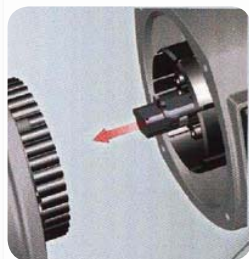
سیستم کنترل موتور AC یک سیستم بسیار ایده‌آل جهت اعمال فرمان‌های مختلف که در یک مجموعه ادغام شده، پیچیده بوده و می‌تواند به خوبی پشتیبانی و مدیریت نماید.

۸ وسایل و تجهیزات قطع و وصل

کلیدهای قدرتی قطع و وصل در این مجموعه، کنتاکتورهایی می‌باشند که از نظر قدرت و دفعات قطع و وصل در شرایط کیفی بسیار بالایی قرار دارند. در مواردی که شیر باید به صورت کنترلی عمل کند یا اینکه تعداد دفعات قطع و وصل خیلی زیاد باشد، توصیه می‌شود به جای کنتاکتور از ترزیستور استفاده شود. (مراجعه به قسمت مربوطه)

۹ رابط الکتریکی (سوکت)

رابط الکتریکی عملگرهای Auma از نظر شکل‌بندی بطور یکسان و مشابه می‌باشند.



خواه عملگر Norm و یا به صورت یک مجموعه سیستم کنترل موتور (AM یا AC) باشد، این رابط الکتریکی به گونه‌ای طراحی و ساخته شده است که با اجرای سیم‌کشی، در هنگام سرویس و تعمیر نیاز به باز کردن سیم‌ها نمی‌باشد. زیرا این قسمت به راحتی و به سرعت از

عملگر جدا می‌شود و می‌تواند به راحتی مجدداً بکار گرفته شود. به همین علت تلفات زمانی و خطای سیم‌کشی به حداقل می‌رسد. در مورد سیستم کنترل موتورهای نوع AC در داخل رابط الکتریکی فیوزهای مربوط به سیم‌پیچ اولیه ترانسفورماتور منبع تغذیه پیش‌بینی شده است.

یابان قسمت اول

AM = Auma Matic

AC = Aumatic

و مبنایی برای تشخیص و پیشگیری در برنامه نگهداری آنها می‌باشد.

۵ رابط اتصال عملگر به شیر

طبق ENISO 5210 به عبارت دیگر DIN 3210 به عنوان رابط اتصال عملگر به شیر انواع گوناگونی جهت استفاده وجود دارد.

۶ فلکه دستی



از فلکه دستی در مواقع اضطراری و یا زمانی که برق قطع می‌باشد استفاده می‌شود، فلکه دستی به گونه‌ای طراحی و ساخته شده تا بتوان با یک نیروی محدود، عملگر را به کار گرفت. به کارگرفتن عملگر با یک دست کفایت می‌کند

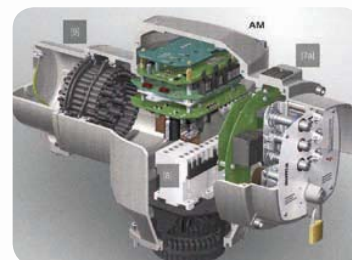
بکارگیری عملگر توسط فلکه دستی از طریق یک میکروسوییچ مدار فرمان مشخص می‌شود. با روشن شدن موتور عملگر، عملگر فلکه دستی غیر فعال می‌شود.

اثر خود ترمزی عملگر در سیستم فلکه دستی باقی می‌ماند. متعلقات سفارشی

- قفل مخصوص جهت جلوگیری از بکارگرفتن اتوماتیک
- بزرگ کردن فلکه
- وسایلهای برای چرخاندن اضطراری

۷ سیستم کنترل موتور (سفارشی)

عملگرهایی که مجهز به سیستم کنترل موتور از نوع AM و یا AC هستند در مقایسه با عملگرهای Norm دارای این تفاوت هستند که آنها را می‌توان به راحتی و به سرعت به کار گرفت. این سیستم کنترل موتورهای مجهز به تجهیزات، منبع تغذیه، بردهای الکترونیکی مختلف جهت اطلاعات ورودی و خروجی و قابلیت اعمال فرمان برای بازخورد خروجی به عملگر می‌باشد. از طریق این وسیله هم چنین می‌توان در وضعیت قرار گرفتن محلی به راحتی در محل عملگر را بکار انداخت. رابط الکتریکی بین عملگر و سیستم کنترل موتور به گونه‌ای است که می‌توان به سرعت این ارتباط را برقرار نمود.



از طریق سیستم کنترل موتور AM این امکان وجود دارد که به راحتی می‌توان توسط برد لاجیک سیگنال‌های حدهای باز و یا بسته و همچنین سیگنال‌های گشتاور را مشاهده نمود، همچنین می‌توان فرمان‌های حالت‌های باز (AUF) خاموش (HALT) و بسته (ZU) را اعمال کرد. سیگنال‌های مذکور را می‌توان از طریق لامپ‌های

به روزرسانی سیستم‌های مدیریت یکپارچه در میراب



آن اشاره می‌شود:

۱. یک سری تعاریف جدید اضافه شده و تعاریف قبلی مورد تجدید نظر قرار گرفته است.

۲. اهداف و برنامه‌های ایمنی و بهداشت که در ویرایش قبلی به صورت زیربندهایی جدا از هم بودند در راستای انطباق با ISO 14001 ادغام شده است.

۳. تعیین کنترل‌ها (اقدامات کنترلی مورد نیاز برای ریسک‌های شناسایی شده) در این ویرایش به عنوان یک الزام اضافه شده است.

۴. به منظور رعایت الزامات قانونی یک بند جدید با عنوان ارزیابی انطباق در ویرایش جدید اضافه شده است.

۵. در این ویرایش مدیریت تغییر به طور واضح تری بیان شده است.

۶. با توجه به اهمیت استفاده از نظرات کارکنان و طرف‌های ذینفع الزام جدید برای مشارکت و مشاوره معرفی شده است.

۷. به منظور پیشگیری از بروز حوادث و اهمیت آن الزام جدیدی برای بررسی رویدادها و شبه حوادث در نظر گرفته شده است.

شرکت میراب نیز با توجه به خواسته‌های استاندارد ویرایش ۲۰۰۷ اقدام به بازنگری و بروزرسانی مدارک و مستندات خود نمود که در ذیل به برخی از آن‌ها اشاره می‌گردد:

■ شناسایی و ارزیابی ریسک‌ها و جنبه‌های زیست محیطی بر اساس روش اجرایی جدید انجام و در فرم‌های جدید ثبت شدند.

■ برای کلیه مشاغل دستور العمل‌های ایمنی اپراتوری به منظور کنترل عملیات، تدوین و در اختیار واحدهای ذیربط جهت رعایت نکات ایمنی قرار داده شد.

■ برای مواد شیمیایی MSDS (برگه اطلاعات ایمنی مواد) تهیه و در محل نصب گردید.

■ فرم‌های مشارکت و مشاوره در بین پرسنل توزیع و نظرات آن‌ها جمع‌آوری شد و به سه مورد از بهترین پیشنهادها، هدایایی اهدا گردید.

■ کلاس‌های آموزشی ایمنی بهداشت (آشنایی با استاندارد MSDS و خطرات ایمنی و بهداشتی و جنبه‌های زیست محیطی) برای پرسنل به تفکیک واحدها برگزار گردید.

■ گروه‌های واکنش در شرایط اضطراری تشکیل و پس از گذراندن دوره آموزشی مرتبط، مانور آمادگی و واکنش در برابر شرایط اضطراری برگزار گردید.

طبق الزام استاندارد و بر اساس روش اجرایی درون سازمانی شرکت میراب، ممیزی داخلی (طبق سنوات گذشته) و این بار با همکاری شرکت مشاور انجام پذیرفت. نهایتاً ممیزی خارجی در آذرماه سال جاری توسط ممیزان شرکت TÜV Nord انجام پذیرفت و فرآیند ممیزی بدون وجود مغایرت و عدم انطباق به اتمام رسید.

عوامل اساسی در اجرا و موفقیت پروژه مذکور به شرح زیر مطرح می‌گردند:

- پشتیبانی و اهمیت موضوع از دیدگاه مدیریت عامل
- تشکیل یک تیم منسجم
- بهره‌گیری از مشاوران خارج سازمان
- نگرش و تفکر گروهی
- استفاده از برنامه‌ریزی زمانبندی جهت اجرای فازهای مختلف پروژه
- همکاری کلیه مدیران، سرپرستان و کارکنان

سیستم‌های مدیریت یکپارچه (IMS) به عنوان یک ابزار مدیریتی در حوزه استانداردهای کیفیت، زیست محیطی، ایمنی و بهداشت شغلی طراحی گردیده‌اند. با توجه به اینکه گذر زمان و به وجود آمدن نیازها و الزامات جدید، بر استانداردهای تدوین شده تاثیرگذار بوده و باعث تغییر آنها می‌گردند لذا هر سازمانی که این سیستم‌ها را در سطوح مختلف جاری نموده است می‌بایست فرآیندها و مستندات خود را با ویرایش‌های جدید این استانداردها منطبق نماید.

در سال جاری، بروزرسانی مدارک و مستندات به عنوان یکی از اهداف شرکت میراب مطرح گردید و با توجه به اینکه مهم‌ترین مجموعه اسناد راهبردی شرکت، مستندات مربوط به سیستم مدیریت یکپارچه است، به روزرسانی این مدارک در اولویت کاری قرار گرفتند.

جهت نیل به هدف مطرح شده پروژه‌ای تحت عنوان «پروژه بروزرسانی مدارک IMS» تعریف گردید و از اردیبهشت سال جاری با همکاری یک تیم داخلی و یک تیم مشاور از خارج سازمان فعالیت آن آغاز گردید و حدود هفت ماه به طول انجامید.

ISO 9001: 2008

نسخه قبلی استاندارد ISO ۹۰۰۱، استاندارد مدیریت کیفیت، ویرایش سال ۲۰۰۰ بوده است و در سال ۲۰۰۸ نسخه جدید آن تدوین شده است. با توجه به اینکه مدیریت و تصمیم‌گیری بر مبنای کنترل و اندازه‌گیری امکان‌پذیر است، همواره سعی بر این است تا داده‌های مناسبی از عملکرد هر یک از فرآیندها و نهایتاً عملکرد سازمان استخراج گردد تا بتوان معیار درستی جهت تصمیم‌گیری در اختیار مدیران قرار داد.

یکی از تکنیک‌های موجود در این زمینه، بهره‌گیری از روش‌هایی برای ارزیابی کمی عملکرد فرآیندها است. در سال‌های گذشته، ارزیابی‌های مذکور با استفاده از شاخص‌گذاری فرآیندها صورت می‌پذیرفت که در سال جاری در راستای بهبود وضعیت موجود، مجموعه شناسنامه فرآیندها تهیه گردید و فرآیندهای سازمان با توجه به مدارک مذکور مورد ارزیابی قرار گرفت و طبق پایش‌های انجام شده با توجه به روش بهبود یافته، نتایج قابل قبول بوده و اهداف مورد نظر تا حدود زیادی محقق شده است.

در طول این مدت از تکنیک‌ها و روش‌های نوینی در راستای ارزیابی سنجش میزان انطباق عملکرد سیستم با الزامات استانداردها بهره گرفته شد که این موارد در مدارک بازنگری شده سیستم نمود پیدا کرده است. در طول پروژه مذکور ۲۰۵ سند از اسناد سیستم IMS مورد بازنگری قرار گرفت و با توجه به نیازهای سیستم، اسناد جدیدی نیز ایجاد گردید.

یکی از مهم‌ترین تغییر ایجاد شده در سیستم IMS، افزوده شدن فرآیند طراحی و توسعه به دامنه کاربرد سیستم‌های مدیریت یکپارچه در شرکت میراب می‌باشد.

ISO 14001-2004 و OHSAS 18001: 2007

سیستم مدیریت ایمنی و بهداشت شغلی (OHSAS 18001) که اولین نسخه آن در سال ۱۹۹۹ انتشار یافت. در سال ۲۰۰۷ مورد بازنگری قرار گرفت. در ویرایش جدید OHSAS 18001 به عنوان یک استاندارد معرفی شده و بهبود قابل توجهی در انطباق با ISO 14001-2004 (سیستم مدیریت زیست محیطی) در سرتاسر استاندارد صورت گرفته و سازگاری آن با سیستم مدیریت کیفیت بیشتر شده است که در زیر به برخی از تغییرات



پژمان دل بوستان
کارشناس تضمین کیفیت



۲۲



علی جاوید
کارشناس ایمنی، بهداشت
و محیط زیست

آموزش کارکنان؛ گام اول توسعه سازمان



- ۱ ایجاد تغییرات کیفی در نیروی انسانی موجود و هدایت آنها در زمینه های فکری.
- ۲ ارتقای سطح دانش، بینش و معلومات شغلی درجهت بهبود کارایی و بهره وری آنان.
- ۳ بالابردن مهارت‌ها و تواناییهای شغلی و حرفه ای.
- ۴ افزایش قدرت تصمیم گیری، به خصوص در سطوح مدیریت و سرپرستی.
- ۵ دستیابی به اهداف سازمان.

اهمیت آموزش کارکنان به عنوان موثرترین راه همساز با تغییرات در سازمان ها می باشد و هر زمان که این جریان متوقف یا کند شود، اثرات ناخوشایندی بر عملکرد سازمانی خواهد داشت. بنابراین انجام فعالیت آموزشی در سازمان های امری اجتناب ناپذیر است. آموزش کارکنان ضمن تسهیل تحقق اهداف سازمانی از طریق بهبود عملکرد فردی و گروهی، ایجاد انعطاف پذیری در مقابل تغییر و کاستن از مقاومت های ناخواسته و بی مورد، موجب می شود کارکنان از طریق شناخت منافع خود و سازمان، از منابع محدود سازمان حداکثر بازدهی را به دست آورند.

دوره های آموزشی برگزار شده در شرکت میراب سال ۱۳۸۹ تا پایان دی ماه عبارتند از:

۱ دوره های درون سازمانی

- اصول ایمنی و بهداشت صنعتی
- نقشه خوانی + بهبود کیفی فرایند
- بازدید از فرایندهای تولیدی
- اصول بازرسی کنترل کیفیت رنگ
- آشنائی با اصول برنامه ریزی EXCEL 2007
- مبانی ISO/IEC 17025
- تست هیدرواستاتیک بر اساس API STD 598 / ISO 5208
- آشنائی با محصولات میراب
- شناخت ساختار مواد
- نگهداری دستگاه + ابزار و فیکسچر
- آشنائی با شرایط اضطراری
- آشنائی با استانداردهای شیرآلات
- MSDS مواد شیمیایی
- اطفاء حریق
- ارتباط موثر

۲ دوره های برون سازمانی

- تجزیه و تحلیل داده ها بر اساس ISO 10017
- شیوه های نوین نیاز سنجی / برنامه ریزی / سنجش اثر بخشی بر اساس ISO 10015
- تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از نرم افزار SPSS
- برنامه ریزی استراتژیک
- تعمیرات و نگهداری مشعلهای گازی - گازوئیلی - چند گانه سوز

آموزش کارکنان همواره به عنوان مؤثرترین راه تجدید بنای نیروی انسانی سازمان و ایجاد بستری مناسب برای هماهنگی بیشتر این سازمان با وظایفی که از آن انتظار می رود، مورد نظر می باشد.

آموزش کارکنان باعث شکل دادن به مهارت ادراکی، ایجاد و تقویت خودباوری، پرورش خلاقیت، تحقق کار گروهی، پرورش و کاربردی شدن وجدان کاری و بسیاری دیگر از عوامل مثبت در سازمان ها می گردد. آموزش به عنوان فرایندی است که طی آن مجموعه ای از دانش های مرتبط و منظم همراه با عادات و مهارت های حاصل از آن انتقال می یابد.

فعالیتی مداوم، جامع و برای همه، به منظور رشد و تعالی انسان، غنای فرهنگ و تکامل جامعه می باشد. یکی از کارآمدترین ساز و کارهای بازسازی و نوسازی دانش و تجربیات انسان برای سازگاری و همنوایی با تغییرات و تحولات محیطی، بهره گیری از آموزش است. به همین سبب آموزش همواره به عنوان امتیاز زندگی اجتماعی و سازمانی محسوب می شود.

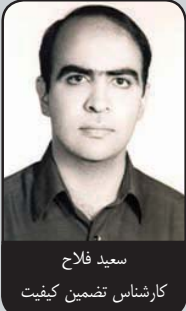
■ امروزه عدم توجه به آموزش اسباب اضمحلال سازمان ها را به طور حتمی و قطعی فراهم می نماید.

در این راستا اصول آموزش کارکنان با توجه به مقتضیات سنی، شغلی، زمانی، محتوی شریاطی را بر آموزش ها حاکم می کند که از یک سو فراگیران، توانایی سازگاری با آن را داشته باشند و از سوی دیگر آموزش ها قادر باشند حداکثر اطلاعات، دانش و مهارت های مورد نیاز کارکنان را در شرایط زمانی محدود منتقل نمایند.

آموزش می تواند در رسته ها و مقتضیات متفاوت، فلسفه ها و اهداف و سازکارهای متفاوتی به خود بگیرد.

آموزش کارکنان عبارت از کلیه مساعی و کوشش هایی است که به منظور تغییر ساختارهای شناختی، نگرشی و مهارتی کارکنان یک سازمان صورت می گیرد، به گونه ای که سطح دانش، آگاهی و مهارت های فنی و حرفه ای آنان را ارتقاء داده و رفتار مطلوب در آنها ایجاد نماید تا آماده انجام وظایف و مسئولیت های شغلی خود شوند.

■ آموزش کارکنان دارای اهداف متعددی به شرح زیر است:



سعید فلاح

کارشناس تضمین کیفیت



مدیریت خرید و تدارکات در پروژه

مقدمه

خرید و تدارکات یکی از قدیمی ترین فعالیتهای سازمانها برای دستیابی به هدفهایشان است. در پروژههای پیمانکاری و طرحهای سرمایه گذاری نیز خرید و تدارکات مواد اولیه، نیروی انسانی و ... بخش عمدهای از فعالیتهای تیم پروژه را به خود اختصاص می دهد. در طرحهای عمرانی و سرمایه گذاری، مقصود از خرید، تنها برآوردن نیازمندیهای پروژه نیست، بلکه هدف از خرید، دستیابی به مواد مورد نیاز پروژه، طبق زمانبندی و کیفیت مورد نیاز، برای رسیدن به موقعیت نهایی و تحویل به موقع طرح سرمایه گذاری است.

مدیریت تدارکات و خرید پروژه یک راه حل جامع، منظم و سیستماتیک است که به یکپارچه سازی مبانی ارتباط با فروشندگان و پیمانکاران، یعنی فرآیندهای استعلام، مناقصه، خرید، نظارت و کنترل دقیق تر فرآیند خرید می انجامد. فرایندهای به کار گرفته شده در مدیریت خرید و تدارکات، ثبت دقیق و اتوماسیون فرایندهای خرید و تدارکات و بهینه سازی تعاملات و ارتباطهای تجاری در محدوده درونی و برونی سازمان را با هدف بهینه سازی رابطه سازمان با ارائه کنندگان کالاها و خدمات در داخل و خارج از کشور، ممکن می سازد. هدف نهایی از مدیریت خرید و تدارکات پروژه، به پایان رساندن و تحویل به موقع و کیفی طرح است.

اهمیت خرید و تدارکات بهنگام

در سیستم بهنگام (JIT)، مواد و خدمات مورد نیاز پروژه دقیقاً در زمانی که به آن نیاز است، تامین می شود. در پروژههایی که از سیستم تدارکات بهنگام استفاده می کنند، زمان خرید خود را در سفارشهای کوچک، درست موقعی که بخواهند نیازهای طرح را مرتفع سازند، برنامه ریزی می کنند.

در این سیستم، ذخیره سازی و انبارداری مواد و ملزومات به حداقل می رسد ولی خطر ایجاد اختلال در فرآیند تولید افزوده می شود. در سیستم بهنگام، پیوندهای محکمی از راه انعقاد و برقراری قراردادهای غیر رسمی بین تامین کنندگان و مشتریان برقرار می شود و هر دو طرف ضمن آشنایی از شرایط و نیازهای یکدیگر و به اشتراک گذاشتن تجربهها و دانش خود، اقدام به انجام مبادله می کنند. مقادیر کوچک سفارش داده شده، باید بلافاصله و در کمترین زمان پس از انجام سفارش به محل مورد نیاز پروژه ارسال شود. سیستم بهنگام، سیستمی بسیار جامع است و هنگامی که تصمیم به استفاده از آن گرفته می شود، می بایستی پس از انجام مقدمات مورد نیاز، کل سازمان را در برگیرد. سیستمهای بهنگام بدین منظور طراحی شده اند که از اتلاف منابع جلوگیری کنند. در حقیقت بسیاری از افراد، سیستم بهنگام را به جای اینکه نوعی سیستم خاص تلقی کنند، از آن به عنوان فلسفه کلی حذف اتلاف منابع یاد می کنند.

باید دقت شود که منظور از خرید و تدارکات بهنگام، خرید و تدارکات زود هنگام یا پیش از موقع نیست و یا نباید رویهای را دنبال کرد که به آن ختم شود. تدارکات زودرس باعث معطل ماندن امکانات و منابع نقدی شده، نشانههای از برنامه ریزی ضعیف است. سیستم بهنگام نیاز به ذخیره سازی را کم کرده، به استفاده کارا از جریانات نقدی کمک می کند ولی ریسک عدم تحویل به موقع و تاخیر در برنامه ریزی سفارشها را افزایش می دهد.

فرآیند خرید و تدارکات، شامل عملیاتی بسیار گسترده و پیچیده است که به مدیریت بسیار سنجیده، حرفه ای و اثر بخش نیاز دارد. اثربخشی فرآیند خرید و تدارکات، سهم بزرگی در موفقیت طرحهای سرمایه گذاری دارد. صاحبان مراحل فراوان و مختلفی را برای فرآیند خرید و تدارکات پروژه ترسیم کرده اند که در اغلب آنها این فرایندها با برنامه ریزی تدارکات پروژه آغاز می شود. از آنجاییکه هدف از برنامه ریزی، تعیین اقلام مورد نیاز و زمان تهیه آنهاست، برنامه ریزی دارای دو بعد کلی مواد و خدمات مورد نیاز و زمانبندی دسترسی به آنها می باشد. برنامه زمانی تدارکات، باید از همان ابتدایی ترین مراحل شروع طرح مورد توجه و برنامه ریزی قرار گیرد. از طرف دیگر در مراحل پیش از آغاز فعالیتهای اجرایی پروژه و در

طرحهای توجیهی پروژه و برنامه های امکان سنجی باید بخش مهمی از توجیه پذیری طرح به امکان خرید و تدارکات لوازم اجرایی، امکانات و خدمات مورد نیاز طرح تخصیص داده شود. در این بین در نظر گرفتن امکانات مربوط به حمل و نقل و انبارداری بسیار مهم و حیاتی است. در برنامه تدارکات، باید به همپوشانی دقیق سه عامل: زمان احتیاج به مواد و خدمات، زمان خرید و زمانبندی جریانهای نقدی قابل دسترس، توجه کامل شود. تنظیم زمان نیازمندی با زمان انجام خرید و سفارش سادته تنظیم آنها با جریانهای نقدی مورد نیاز، است. در فرآیند برنامه ریزی باید تمامی محدودیتها مورد بررسی قرار گیرند. یکی از مهم ترین محدودیتها موجود، قدرت نقدی و محدودیت در دسترسی به سرمایه است. برای کاهش اثر منفی این محدودیت، از یک سو می بایستی برنامه مالی پروژه به دقت مورد بررسی قرار گرفته، از سوی دیگر توافقیهای خرید و تدارکات اعتباری با تهیه کنندگان منعقد شود.

همچنین در برنامه ریزی تدارکات فرایندهایی از قبیل تامین کالا و خدمات مورد نیاز پروژه از خارج سازمان و یا داخل آن مورد توجه قرار می گیرد. در این مرحله می بایستی مستند سازی کاملی در مورد عواملی که بر فرآیند خرید و تدارکات تاثیر گذار هستند، شامل شناخت شیوه های تدارکات، نوع کالا یا خدمات مورد نیاز، مقدار و کیفیت مورد نیاز و زمان تهیه آنها، به عمل آید.

پس از مرحله برنامه ریزی تدارکات، مدیریت خرید و تدارکات نیازمند انجام مراحل

زیر است:

- ۱ ایجاد مهارتهای لازم برای امور قراردادی و پیگیریهای مربوطه؛
- ۲ داشتن اطلاعات از تمامی درخواستها و نیازهای پروژه و ایجاد برنامه کلان تدارکات پروژه؛
- ۳ شناسایی مراکز تامین منابع و برگزاری و داوری مناقصه؛
- ۴ انجام مراحل قراردادی و تشکیل پرونده سفارش؛
- ۵ اجرای قرارداد و انجام کنترل در تمامی مراحل؛
- ۶ اختتام قرارداد.

به گونه طبیعی بخش خرید و تدارکات، فهرست دقیقی از تامین کنندگان و فروشندگان بالفعل و بالقوه را به همراه توانایی کیفی و کمی آنها تهیه کرده، ضمن ارزشیابی منظم، اعتبار آنها را مورد ارزیابی قرار می دهد تا اطمینان کاملی از تحویل به موقع سفارشها توسط آنها کسب شود. بانک اطلاعاتی برخی از سازمانها، اطلاعات مربوط به تامین کنندگان بالقوه را در فهرست یا پرونده های نگهداری می کند. در این فهرستها، اطلاعات مربوط به تامین کنندگان و اطلاعات مرتبط با زمینه های تجاری آنها و دیگر ویژگیهای آنها ارائه شده است. در صورت عدم دسترسی به این بانکهای اطلاعاتی، تیم پروژه ناچار خواهد بود تا خود به بررسی منابع مورد نیاز بپردازد. اطلاعات کلی در این زمینه را می توان از راهنماهای موجود در کتابخانه ها، اصناف و انجمن ها، کاتالوگهای بازرگانی و منابع دیگر تهیه کرد. هنگامی که برنامه زمانی خرید و تدارکات کامل شد، وظیفه کنترل تدارکات و فرایندهای آن توسط مدیران پروژه انجام می شود.

خرید و تدارکات بهنگام تاثیر فراوانی در اثربخشی، کارایی و صرفه اقتصادی انجام پروژه دارد. اگر تدارکات مورد نیاز در زمان مورد نیاز در اختیار طرح قرار نگرفته و زمان سفارشها و تهیه مواد مورد احتیاج طرح طولانی شود به طور حتم در فعالیتهای پروژه تاثیر گذار است. بنابراین باید روشهای مناسب الزامات خرید تدارکات شناسایی و در فرآیند اثربخش مدیریت شود. به کارگیری برخی اصول و شرایطی می تواند پروژه را به سوی انجام مناسب و بموقع فعالیتهای خرید و تدارکات هدایت و مدیران پروژه را در این فعالیت مهم یاری رساند. در زیر برخی از این موارد به اختصار بیان می شود.

– تهیه برنامه یکپارچه به گونه ای که برنامه زمانی تدارکات، برنامه زمانی سفارش، زمان سفارش تدارکات و انبارداری و کنترل موجودیها به همراه برنامه ریزی برای سایر فرایندهای پروژه به صورت یکپارچه تهیه شود.

- سرعت بخشیدن به چرخه خرید و تدارکات از راه اعلام زمانبندی مواد و خدمات مورد نیاز به تهیه کنندگان و انعقاد قرارداد با فروشندگان معتبر.

- در اختیار داشتن و پیش بینی جایگزین‌های مناسب در مورد کالا و خدماتی که احتمال تاخیر در مورد آن انتظار است یا حتی در مورد تمامی کالا و خدمات مورد نیاز.

- بهتر است برای هر یک از سفارش‌ها به طور جداگانه پرونده‌ای تشکیل شود تا اطلاعات کامل هر سفارش در پرونده مربوطه ثبت و نگهداری شود. این پرونده‌ها به تیم طراحی قابلیت کنترل کامل هر سفارش را داده، آنان می‌توانند در کمترین زمان و با صرف هزینه کمتری به اطلاعات هر سفارش دسترسی پیدا کرده و ردیابی کاملی از مفاد قرارداد به عمل آورند. استفاده از سیستم‌های رایانه‌ای کمک فراوانی به تهیه چنین بانک اطلاعاتی کرده است.

- مدیریت درست ریسک تدارک، یکی از جنبه‌های مهم ریسک تدارکات انحراف زمان واقعی در دسترس قرار گرفتن مواد و خدمات مورد نیاز با زمان پیش بینی شده و همچنین کیفیت واقعی مواد و خدمات دریافت شده با کیفیت پیش‌بینی شده است. در برنامه‌ریزی تدارکات می‌بایستی تمامی ریسک‌های مربوطه شناسایی و مستند شده، راهکارهای مناسب برای کاهش و مقابله با آن‌ها در برنامه‌ریزی طرح پیش بینی شود.

- به کارگیری تمامی ابزارها و تکنیک‌های لازم برای استفاده در جریان درخواست و فرایند مذاکره‌ها برای شناخت کامل بازار و تعریف دقیق منابع تدارکات، از میان قیمت‌دهندگان و تبلیغات.

- در طرح‌های توجیهی پروژه و برنامه‌های امکان‌سنجی باید بخش مهمی از توجیه‌پذیری طرح، به امکان خرید و تدارکات لوازم اجرایی، امکانات و خدمات مورد نیاز آن اختصاص داده شود. همچنین می‌بایستی تمامی امکانات و پیش‌نیازهای مربوط به حمل و نقل و انبارداری در نظر گرفته شده، پیش بینی شود.

- تغییر در رویکرد برگزاری مناقصه از هدف انتخاب پیشنهاد با حداقل قیمت به انتخاب پیشنهادی که حداکثر کارایی را به همراه داشته باشد. به طور حتم کارایی قیمتی و صرفه اقتصادی نیز یکی از مهم‌ترین معیارهای انتخاب منبع است ولی باید دست کم این نکته در فرایند برگزاری و داوری مناقصه رعایت شود که پیشنهادی قابل قبول است که اعلام کنند؟ کمترین قیمت برای کیفیت‌های برابر و یا برترین کیفیت در قیمت‌های برابر است.

- برنامه ریزی دقیق در مورد ایجاد و فراهم آوردن همپوشانی دقیق و هماهنگی کامل بین سه عامل: زمان احتیاج به مواد و خدمات، زمان خرید و زمانبندی جریان نقدینگی قابل دسترس.

- برای کاهش محدودیت‌های ناشی از گردش نقدینگی و انعطاف‌پذیری مالی می‌بایستی برنامه مالی پروژه به دقت مورد بررسی قرار گرفته، بر آن اساس توقع‌های لازم در مورد تأمین اعتبار و پرداخت‌ها با تهیه کنندگان به عمل آید.

- در بیانیه کارهای پروژه می‌بایستی تمامی اقلام و خدمات مورد انتظار در تدارکات با جزئیات لازم و کافی به گونه‌ای قابل فهم و استفاده تشریح شده، در اختیار فروشندگان بالقوه قرار گیرد. بهتر است بیانیه کارها به اجزای تخصصی تری تقسیم شوند و بخش‌های مختلف و متناسب با هر تهیه کننده به فراخور زمینه کاری آن‌ها، در اختیار فروشندگان کالا و خدمات قرار گیرند.

- برای برخی از اقلام مهم، چندین تهیه کننده شناسایی شوند تا در صورت بروز هر گونه مشکل در فرایند سفارش، امکان جایگزینی سریع فروشندگان وجود داشته باشد.

- برقراری جلسات مشترک با مدیران ارشد و عملیاتی برای هم‌اندیشی و برقراری ارتباط نزدیک و مستمر میان مدیر خرید و تدارکات با تمامی عوامل اجرایی پروژه. این جلسات می‌تواند به صورت گروهی یا انفرادی برگزار شود تا تعاملی مشترک میان بخش‌های

مختلف طرح با دایره خرید و تدارکات به عنوان یکی از نقاط اتصال میان بخش‌های مختلف اجرایی، باشد.

- برگزاری مناقصه با این استراتژی که هدف از برگزاری مناقصه دستیابی به بالاترین ارزش از راه دقت در انتخاب منبع با کمترین هزینه و حداکثر کارایی است. در فرایند انتخاب فروشنده یا پیمانکار دست دوم از راه مناقصه، مهم‌ترین معیار داوری و انتخاب شامل عوامل کیفی، تحویل به موقع و البته قیمت معقول است.

- برقراری رویه‌های ارزیابی کیفیت در سیستم تدارکات طرح‌ها که شامل تمامی فعالیت‌های کنترلی، از قبیل: بازرسی و آزمون مواد ورودی به طرح، مواد حین تولید و تکمیل نهایی کار، ارزیابی و ممیزی سیستم کیفیت و ارزیابی پیمانکاران می‌شود. فعالیت‌های ارزیابی برای اطمینان یافتن از اجرای برنامه‌های مدون شده، در بخش برنامه ریزی صورت می‌گیرند. - بررسی کیفیت موجودی انبارها. اگر اقلام سالم خریداری شده برای مدت زمان زیاد و با در شرایط نامناسبی در انبارها، نگهداری شوند، ممکن است مواد با افت کیفیت روبه رو شوند، بنابراین در دوره‌های مختلف باید موجودی انبارها مورد بازرسی قرار گیرند.

- ایجاد مهارت‌های کافی و لازم، شامل: مهارت‌های ارتباطی، تحلیل مالی، پژوهشی و بازاریابی، روان‌شناسی و غیره و برقراری سیستم‌های مشاوره‌ای برای کارکنان و نیز عرضه کنندگان.

منظور از خرید و تدارکات طرح‌های عمرانی، تمامی امور مرتبط با خرید بهنگام کالا و خدمات مورد نیاز برای انجام همه فرایندها و عملکرد پروژه است که هدف از آن ارائه راه حل جامع، منظم و سیستماتیک است که به یکپارچه سازی مبانی ارتباط با فروشندگان پیمانکاران می‌انجامد. این فرایندها دست کم شامل برنامه ریزی، شناسایی منابع، درخواست و استعلام، برگزاری و داوری مناقصه، خرید، مراحل انعقاد و اجرایی قرارداد، کنترل و نظارت موثر می‌باشند. هدف نهایی از مدیریت خرید و تدارکات در طرح‌های عمرانی، فراهم سازی بهینه احتیاجات پروژه، برای اتمام و تحویل به موقع و کیفی طرح است. اهمیت دیگر فرایندهای خرید و تدارکات از آنجا ناشی می‌شود که خرید و تدارکات در رابطه مستمر و دائمی با تمامی بخش‌های سازمان است. همچنین بخش خرید و تدارکات نقش رابط و واسطه معتبری بین ارکان داخلی یک سازمان، با بسیاری از مراکز خارج از سازمانی را نیز ایفا می‌کند.

در سیستم بهنگام، مواد و خدمات مورد نیاز پروژه‌های عمرانی دقیقاً در زمانی که به آن نیاز است، تأمین می‌شود. جریان سفارش معمولاً از لحظه اعلام نیاز توسط تیم اجرایی پروژه آغاز می‌شود. در این سیستم، ذخیره سازی و انبارداری مواد و ملزومات به حداقل رسیده ولی خطر ایجاد اختلال در فرایند تولید افزایش می‌یابد. در سیستم بهنگام پیوندهای محکمی از راه انعقاد و برقراری قراردادهای غیررسمی بین فروشندگان و مشتریان برقرار است و هر دو طرف ضمن آشنایی از شرایط و نیازهای یکدیگر و به اشتراک گذاشتن تجربه‌ها و دانش، به انجام مبادله می‌پردازند. تیم‌های پروژه‌ای که از سیستم بهنگام بهره می‌گیرند سعی دارند تا زمان‌های انجام مراحل مختلف سفارش‌ها را به حداقل برسانند.

مدیریت خرید و تدارکات، فرایندهای عملیاتی بسیار گسترده‌ای را در بر می‌گیرد. این فرایندها با برنامه ریزی تدارکات پروژه آغاز می‌شود. هدف از برنامه ریزی تعیین اقلام مورد نیاز و زمان تهیه آن‌ها است. این مرحله نیاز به هم‌اندیشی و برقراری ارتباط نزدیک و مستمر مدیر خرید و تدارکات با تمامی عوامل اجرایی دارد.

اگر دلائی که باعث ایجاد اشکال در مراحل خرید و تدارکات طرح‌های عمرانی می‌شوند، شناسایی شوند، می‌توان با در نظر گرفتن تمهیداتی از وقوع آن‌ها جلوگیری کرد. با اتخاذ رویه‌های مناسب در مدیریت و سرپرستی تدارکات و به کارگیری برخی اصول و شرایط می‌توان پروژه را به سوی انجامی مناسب و بموقع فعالیت‌های خرید و تدارکات هدایت کرد و مدیران پروژه را در این فعالیت مهم یاری رساند.

مولف/ مترجم: علی خوزین / موضوع: مدیریت پروژه - ماهنامه تدبیر - سال نوزدهم -

شماره ۱۹۷





تدارکات و اهمیت آن

به بازار می‌بایست با تکیه بر روش‌های صحیح تدارکاتی و در نظر گرفتن حساسیت‌های بازار انجام پذیرد تا مانع از التهاب بازار کالا گردد. کیفیت مورد نظر به این معنی است که کالا با کیفیتی که نظر متقاضی را تأمین می‌کند، تحویل داده شود و لزوماً نباید کالا با بهترین کیفیت تهیه گردد لذا واحد تدارکات می‌تواند با بررسی بازار و مشورت واحد فنی، کالایی را با قیمت مناسب و کیفیت کافی در اختیار واحد متقاضی قراردادده و در کاهش قیمت تمام شده محصول مجموعه خود سهیم باشد. تهیه کالا با قیمت و کیفیت مناسب در صورتی مطلوب است که کالا در زمان بموقع به متقاضی آن تحویل گردد لذا به منظور دستیابی به این مهم ضروریست در قراردادهای و توافقات بعمل آمده با فروشندگان به زمان تحویل کالای درخواستی تأکید شده و با پیش بینی تأخیر احتمالی، ضرر و زیان ناشی از عدم تحویل بموقع موضوع قرارداد، به طرف مقصر معامله منتقل گردد.

نقش واحد تدارکات در بحران‌های مالی

یکی از مشخصات تدارکات قوی اعتبار آن واحد در بازار می‌باشد و اعتبار زمانی حاصل می‌شود که واحد تدارکات کالایی خود را از منابع معتبر و قوی تهیه نموده باشد و به تعهدات پرداخت خود نسبت به فروشندگان بموقع عمل نماید و این اعتبار گران‌بهارترین سرمایه برای یک مجموعه تولیدی و بازرگانی می‌باشد در بحران‌های مالی می‌توان با توسل به خریدهای اعتباری مدیریت مجموعه را در عبور از این بحران‌ها یاری نمود. مطالب فوق مسروری کلی بر اهمیت وظیفه تدارکات بوده و چگونگی روش‌ها و رفتارهای تدارکاتی در مقالات تخصصی خرید که برخی از عنوان‌های آن در ذیل نامبرده شده ارائه می‌گردد: ارزیابی آیین نامه معاملات و تأثیر آن در خرید - روش‌های کنترل و مدیریت خرید - ویژگی‌های یک کارشناس خرید موفق - نقش اطلاعات فنی و حقوقی در خریدهای کلان - مراحل یک خرید موفق - روش‌های استعمال بها و نکات مهم آن در پایان یاد آور می‌گردد معمولاً فروشندگان از مأموران خرید حرفه‌ای دل خوشی ندارند ولی برای آنها احترام زیادی قائلند چون وی را متخصصی قدرتمند و ماندگار در امر خرید می‌دانند و در برخی موارد فروشندگان نیز در خریدهایشان از این کارشناسان خرید کمک می‌جویند.

تدارکات، تأمین کالا و خدمات مورد نیاز یک مجموعه به منظور دستیابی به اهداف مورد نظر آن مجموعه می‌باشد و از اهمیت بسیاری برخوردار است.

برای توضیح اهمیت تدارکات می‌توان خانواده را که یک مجموعه کوچک است مثال زد، در هر خانواده موفق مسئولیت خرید کالا و خدمات به حسابرترین فرد واگذار می‌گردد تا با ارزیابی نیازها و بررسی بازار و انتخاب بهترین روش، خریدی موفق را انجام داده و خانواده را در رشد اقتصادی یاری کند.

تدارکات در مجموعه‌های تولیدی و بازرگانی از اهمیت بیشتری برخوردار است و هر چه تخصصی‌تر انجام شود در مطلوب شدن راندمان مجموعه موثرتر خواهد شد.

در مجموعه‌های بزرگ تولیدی واحد مستقلی بنام تدارکات مسؤلیت تأمین و تدارک کالا و خدمات را بر عهده دارد و مدیران موفق صنعت از تدارکات قوی بعنوان یکی از ابزارهای با اهمیت در دستیابی به اهداف یاد می‌کنند و همواره سعی در تقویت تدارکات مجموعه دارند.

اصول خرید موفق

فاکتورهای مهم در تأمین مطلوب کالا و خدمات شامل قیمت مناسب، کیفیت مطلوب و تحویل بموقع است و در صورتی می‌توان گفت خریدی موفق است که این سه اصل در آن رعایت شده باشد. همانطور که می‌دانید کنترل بازار کالا و خدمات به عهده ادارات و سازمان‌های ذیربط است و هر چه این ادارات به وظایف خود بهتر عمل نمایند در وظیفه تدارکات تسهیل می‌گردد و در غیر این صورت فشار ناشی از کم کاری این ادارات به دوش واحد تدارکات خواهد بود، لذا در شرایط بازار فعلی تهیه کالا با قیمت مناسب و کیفیت واقعی یا به عبارتی خریدی که بتوان از آن دفاع نمود کاری بس دشوار است که مستلزم تلاش بسیار و تجربه کافی است.

در بازار فعلی مهم‌ترین عامل‌ها در تعیین قیمت کالا دو عامل عرضه و تقاضا بوده و هر گونه تغییر در این دو عامل اثر مستقیم بر قیمت‌ها خواهد داشت لذا وظیفه واحد تدارکات که در جایگاه تقاضا قرار دارد و خصوصاً در مجموعه‌های بزرگ تولیدی که از حجم انبوه درخواست کالا برخوردار هستند بسیار با اهمیت بوده و چگونگی ارجاع درخواست کالا



سپهر

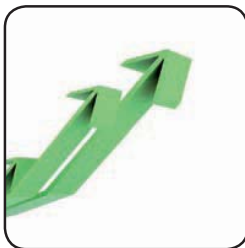
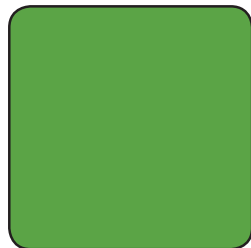
۲۶



غلامرضا فاثی
مشاور



مدیریت

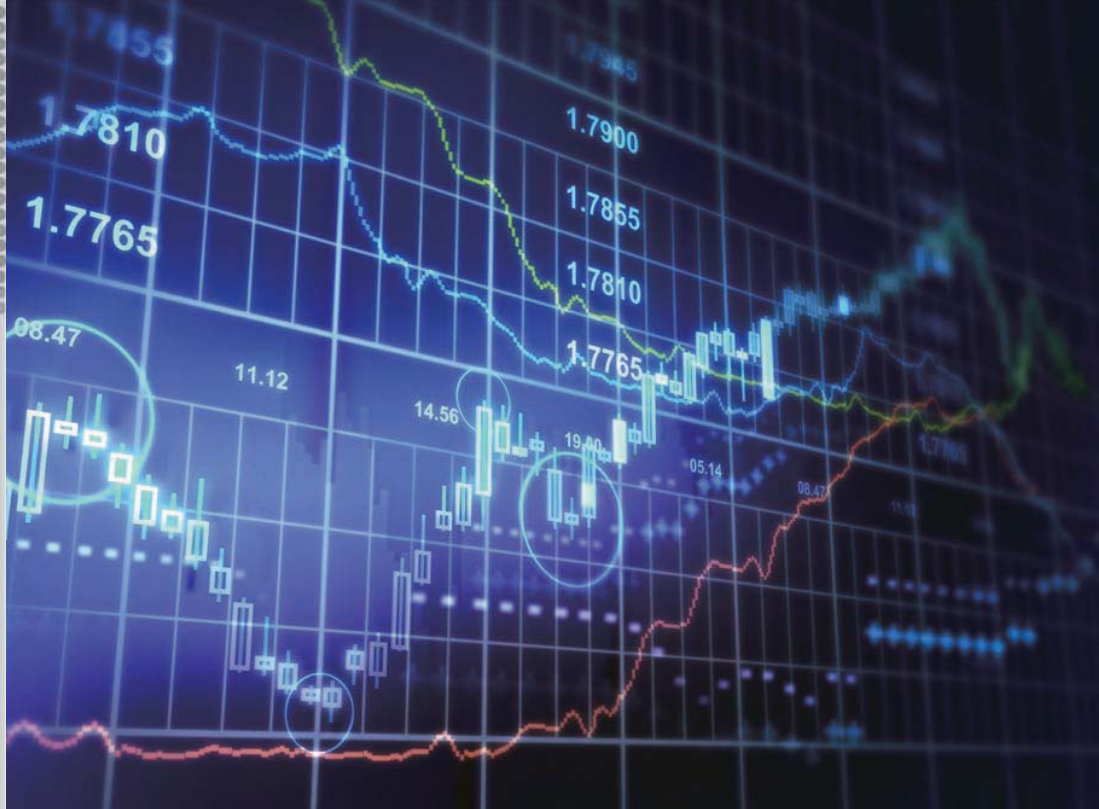


مقدمه:

یکی از اصول موفقیت در بازار کار دسترسی به سرچشمه اطلاعات در حوزه‌های مختلف است. تغییر قوانین، اولویت‌های بازار، نظامات فکری، فرمول‌های جدید کسب و کار و بسیاری دیگر، چنان‌چه در ذهنمان به‌روز نگردند می‌توانند موجبات عقب‌ماندگی مان را فراهم آورند. عضویت در کانون‌های فکری، محافل علمی، سازمان‌های تخصصی و انجمن‌های مختلف و حضور در مجالس و محافل آنان می‌تواند بستری را فراهم نماید که به بخشی از این نیازها دست یابیم. حضور میراب در خانه مدیران سازمان مدیریت صنعتی به واسطه همین نوع گرایش‌هاست.

هدفمندی سازی یارانه‌ها، نکاتی برای مدیران

فهم مسایل انسانی با کمک ریاضیات



گزارش سخنرانی دکتر ادیب در خانه مدیران سازمان مدیریت صنعتی

هدفمندی یارانه‌ها، نکاتی برای مدیران



رکود در دو سال گذشته چی بود؟ این سوالی بود که ادیب مطرح کرد و خود به ارائه پاسخ آن پرداخت: حجم اسکناس و چک پول در بهمن سال گذشته نسبت به اسفند ۸۶ فقط ۲۵۰ میلیارد تومان افزایش پیدا کرد. یعنی در دو سال گذشته بانک مرکزی حجم اسکناس و چک پول را تقریباً ثابت نگه داشت. عامل موفقیت بانک‌ها در سال‌های گذشته مدیریت قوی نبود. عامل مهم این بود که بانک مرکزی مدام اسکناس بدون پشتوانه چاپ می‌کرد و این اسکناس‌ها ده برابر سپرده‌ها را زیاد می‌کرد و توان وام دهی بانک‌ها افزایش پیدا می‌کرد. وقتی طی دو سال اسکناس جدید چاپ نشد در واقع بانک‌ها به خود واگذار شدند. یعنی رانت عظیمی که اینجا وجود داشت حذف شد در نتیجه اگر بانک‌ها بخواهند وام دهند باید بر اساس توانایی خودشان بپردازند و رقابت واقعی شده است. عکس العملش هم این بود که توان وام دهی بانک‌ها به شدت کاهش پیدا کرد و این کار درستی بود و صحیح‌ترین اقدامی که در ۵۰ سال گذشته در ایران اتخاذ شد. اینکه کشور با چاپ اسکناس اداره نشود. ولی سیستم بانکی عادت کرده بود که با رانت ناشی از ضرب زینت‌دهی که این اسکناس‌ها ایجاد می‌کرد اداره شود. طبق قانون بانک‌ها حق داشتند ۴۰ درصد موجودی نقدیشان را چک پول چاپ کنند. می‌دانید در یک جلسه‌ای آقای دکتر احمدی‌نژاد در مصاحبه تلویزیونی به آقای حیدری گفتند که من به آقای مظاهری رئیس بانک مرکزی تلفن زدم گفتم که ۱۳۶۰۰ میلیارد تومان چک پول وجود دارد ایشان گفتند نه این چنین نیست ولی تحقیق می‌کنم بعد از دو روز تلفن زدند گفتند بله درست است. یعنی سیستم بانک مرکزی از حجم چک پول اطلاعی نداشته.

ماجرای چک پول‌ها

اما ماجرای چک پول چیست؟ دکتر ادیب این‌طور پاسخ داد که بانک‌ها حق داشتند ۴ برابر موجودی نقدیشان چک پول چاپ کنند.

آنچه در این بخش می‌خوانیم گزارشی فشرده از جلسه‌ای است که با موضوع بانک‌داری در مسئله هدفمندی یارانه‌ها با حضور تعدادی از اعضای قدیمی خانه مدیران برگزار شد و از آقای دکتر ادیب دعوت شده بود تا تحلیل خود را درباره آینده اقتصادی کشور و وضعیت مالی بانک‌ها به اطلاع حاضران برساند.

دکتر ادیب صحبت خود را با طرح هدفمندی یارانه‌ها آغاز کرد: همه مطلع هستید که بزرگ‌ترین چالش امروز کشور قانون هدفمند کردن یارانه‌هاست و هر کسی از ظن خود بار این قضیه می‌شود. هدفمندی یارانه‌ها یا بهتر بگوییم اصلاح قیمت‌ها هدفی است که در تمام کشورهای مورد نظر بوده یعنی اگر بپذیریم که قیمت‌ها، کمبود یا مازاد کالا در بازار را مشخص کنند و قیمت هر چیزی بیان کننده میزان عرضه یا تقاضای آن است بنابراین صحت عملکرد این شاخص خیلی مهم است. در هنگام پرداخت یارانه چون قیمت تمام شده کالا مشخص نمی‌شود بازار دچار سردرگمی در خرید است و خریدار میزان مصرفی خود را با قیمت واقعی هماهنگ نمی‌کند. در این که اجرای این قانون برای همه مشکلاتی را همراه خواهد داشت تردیدی نیست، مسئله، فهم این است که چگونه با پذیرش این مشکلات اجرای آن را در جهت رسیدن به نتیجه مطلوب قرار دهیم.

دکتر ادیب بعد از طرح مقدمه‌های راجع به وضعیت اقتصادی ایران و لزوم برخی اقدامات سال‌های گذشته برای کنترل وضعیت اقتصاد وارد بحث بانک‌ها شد و گفت تا قبل از بهمن ۸۷ بانک‌ها وام می‌دادند و نرخ بهره بانکی بسیار کمتر از تورم بود و این باعث کاهش توان وام‌دهی بانک‌ها شد. ضمن آن که بر اساس رویه سیستم بانکی به ازای هر هزار میلیارد تومان اسکناس که چاپ می‌شود ده هزار میلیارد تومان به سپرده‌های بانکی افزوده می‌شود. الآن هم فرمول همین است تقریباً ۳۴۰۰۰ میلیارد سپرده داریم ۲۴۰۰۰ میلیارد هم حجم اسکناس و چک پول است و نسبت‌ها تقریباً یک به ده است. علت



ولسی یک بانک ۷۰۰ درصد موجودی نقدی خود چک پول چاپ کرده بود و چهار بانک دولتی دیگر هم ۴۰۰ درصد موجودی نقدیشان چک پول چاپ کرده بودند. این حرف برای آذر ۸۶ است. چک پول همان اسکناس است منتهی بجای یک بانک مرکزی به شمار بانک‌های دولتی‌مان بانک مرکزی پیدا کرده بودیم. وقتی فرد به بانک مراجعه می‌کرد و وام می‌خواست بانک منابع نداشت اما پرونده تشکیل می‌شد و وام هم پرداخت می‌شد آن هم با چک پولی که بانک مرکزی هم آمارش را نداشت. وامی داده می‌شد. من این چک پول‌ها را از بانک الف می‌گرفتم و به بانک ب می‌بردم. بانک ب که از این چک پول‌ها تلقی واقعی بودن داشت آن را به نفر دیگری وام می‌داد و او هم آن را بانک دیگر می‌برد و این کار چند بار تکرار می‌شد. ضربیب فزاینده‌ی پولی یعنی تعداد افزایش آن دوران، ۴/۸ بود. پس این کار ۵ بار تکرار می‌شد. یعنی ۱۳۶۰۰ میلیارد تومان چک پول ضربدر پنج تقریباً ۶۵ میلیارد تومان می‌شود که این چک پول‌ها قدرت خرید در جامعه ایجاد می‌کرد. آن زمان تولید ناخالص ملی ۲۴۰ هزار میلیارد تومان بود.

یعنی ما معادل یک چهارم تولید ناخالص ملی در کشور قدرت خرید کاذب ایجاد کردیم. این باعث شد که قیمت مسکن در سال ۸۶ و بهار ۸۷ افزایش نجومی پیدا کند. سپس دکتر ادیب به شرح ماجرای چک پول‌ها پرداخت: حجم چک پول از ۵۶۰۰ میلیارد تومان در تیر ۸۵ به ۱۳۶۰۰ میلیارد تومان در اسفند ۸۶ افزایش یافت. ناگهان حجم چک پول بیش از دو برابر شد. بعد چک پول‌ها را جمع کردند و چک پولی که الآن در بازار هست بانک‌ها از بانک مرکزی خریدند که دیگر ماهیت چک پول سابق را ندارد. یعنی ۱۳۶۰۰ میلیارد تومان چک پول حذف شد این را ضربدر ۵ کنید یعنی توان وام دهی بانک‌ها ۶۵ هزار میلیارد تومان کم شد. اگر از من سوال کنید به عنوان نظر شخصی می‌گویم درست‌ترین کاری بود که در این مملکت صورت گرفت. پس دو اتفاق برای سیستم بانکی افتاد. یکی اینکه اسکناس جدید چاپ نکردند دوم اینکه چک پول‌ها را پس گرفتند. حالا قیمت مسکنی که با چک پول‌ها بالا رفته پایین آمد. البته بهتر این بود که از اول اجازه ندهند چک پول این‌طور چاپ شود و قدرت خرید در بخش مسکن ایجاد کند بعد هم قیمت آن سقوط کند. نکته بعدی که دکتر ادیب اشاره کرد مربوط به همکاری بین بانک‌ها بود: بانک‌ها با هم دریافتی پرداختی دارند در وجه هم چک می‌کشند این‌ها در اتاق پایاپای هر روز تسویه می‌شود. حالا اگر یک بانک در اتاق پایاپای کم بیاورد یعنی یک بانک در وجه بانک ملی چک کشیده و بانک ملی در وجه بانک صادرات، حالا اگر یک بانک کم بیاورد بلافاصله بانک مرکزی آن را جبران می‌کند، در همه دنیا هم این کار انجام می‌شود ولی بانک مرکزی ایران مانند همه جای دنیا ۳۴ درصد بابت این کار بهره می‌گیرد نرخ بهره بسیار نجومی است. چون قرار نیست بانک مرکزی به بانک‌ها وام دهد قرار است امروز یک بانک یک چک صد میلیارد تومانی که برایش بردند و الان نمی‌تواند پرداخت کند باید مشکل را دو سه روزه حل کند. پس استقراض بانک‌ها از بانک مرکزی در اتاق پایاپای ماهیت ساعتی و روزانه دارد نه ماهیت سالیانه. در سال ۸۶ بزرگ‌ترین بانک کشور در اتاق پایاپای فقط دو روز مثبت بود. یعنی وام دادن و کم آوردن و از بانک مرکزی گرفتن و این تبدیل به رویه می‌شود. آن بانک در آن سال ۴۹ درصد به حجم تسهیلاتش افزود. دقت کنید یک بانک ۴۹ درصد به تسهیلاتش اضافه می‌شود اما تنها دو روز در اتاق پایاپای مثبت است. پس بانک‌ها از بانک مرکزی وام می‌گیرند، بانک مرکزی هم اسکناس چاپ می‌کند. بانک با بهره ۳۴ درصد وام می‌گیرد اما با بهره ۱۲ درصد وام می‌دهد. ظاهراً این برای بانک‌ها بی‌اهمیت بوده است. در اسفند ۸۷ که جلوی چک پول‌ها گرفته می‌شود استقراض بانک‌ها از بانک مرکزی زیاد می‌شود. در اسفند ۸۷ بدهی بانک‌ها به بانک مرکزی ۲۷ هزار میلیارد تومان بوده است. هفته گذشته این بدهی به ۱۲ هزار میلیارد تومان کاهش یافته است. مجمع عمومی بانک مرکزی در آذر سال گذشته یک مصوبه گذراند که اگر بانک‌ها بدهی خود را طی ۹ ماه به بانک مرکزی بدهند بهره آن از روز اول ۱۲ درصد حساب می‌شود. البته من پیچیدگی‌های آن را نمی‌گویم. بانک‌ها تشویق شدند وام ۳۴ درصد را با ۱۲ درصد بپردازند مشروط به اینکه بدهی را تسویه کنند. خیلی از بانک‌ها هم پرداخت تسهیلات را به حداقل رساندند و بازپرداخت وام به بانک مرکزی را شروع کردند که ۱۵ هزار میلیارد تومان از بدهی بانک‌ها کم شد. این یکی از عوامل رکود در اقتصاد بود. اما این که بانک مرکزی طلب خود را از بانک‌ها گرفت کار درستی بود. در اینجا دکتر ادیب به مرور علل رکود اقتصادی کشور پرداخت و گفت پس کاهش توان

بانک‌ها در پرداخت وام به سه عامل مربوط می‌شود. یکی عدم چاپ اسکناس جدید و دوم حذف چک پول و سوم وصول طلب بانک مرکزی، هر چند که این اقدام‌ها برای قرار گرفتن در مسیر صحیح بوده است.

بخش دیگر صحبت‌های دکتر ادیب به بررسی وضعیت بانکی در منظر وام گیرندگان بود که این بار هم صحبت خود را با ارائه آمارهای جهانی آغاز کرد: اطلاع دارید که سازمان تجارت جهانی در گزارش سال گذشته خود شرکت‌ها را به دو دسته تقسیم کرد. شرکت‌هایی که در سال تا دو درصد بهره‌وری دارند که شرکت‌های رو به زوال هستند و شرکت‌هایی که بهره‌وری چهار درصد به بالا دارند و رو به رشد هستند. در دهه نود دنیا سالی ۵.۱ درصد رشد می‌کرد و از سال ۲۰۰۱ سالی ۵.۴ درصد. یعنی سرعت بهره‌وری در دنیا سه برابر شده است. اما وضعیت بهره‌وری در ایران چگونه است؟

پاسخ این سوال ادیب با تجربه شخصی خود توضیح داد: من سه ماه در ژاپن بودم اولین روز حضور من جلوی هتل ما شروع به ساخت یک ساختمان با ۱۵۰۰ متر زیربنا در ۵ طبقه کردند. در پایان سه ماه و در روز آخر حضور من آن هتل افتتاح شد. ساخت همین ساختمان در ایران حداقل ۱۸ ماه است. یعنی خواب سرمایه حداقل شش برابر استاندارد جهانی در بخش مسکن است. اولین مطلب در بهره‌وری خواب سرمایه است. اینکه در دوازده ماه گذشته مجوز ۶۰۰ هزار واحد ساختمانی صادر شده غلط است. وقتی خواب سرمایه شش برابر حد مجاز است پس باید نقدینگی سه میلیون و ششصد هزار واحد مسکونی را تامین کنیم تا ۶۰۰ هزار واحد ساخته شود. سال گذشته تولید فولاد خام در این ۵.۱۰ میلیون تن بوده پس یعنی ما باید نقدینگی تولید ۶۰ میلیون تن فولاد را تامین کنیم تا ۱۰ میلیون تن فولاد تولید شود. وقتی بهره‌وری کشور یک ششم جهانی و درخواست تسهیلاتش شش برابر میانگین جهانی باشد به جایی می‌رسد که بانک‌ها دیگر نمی‌توانند وام دهند و سیستم قفل می‌شود و به نظر اینجا که ایستادیم همان جاست. در تحقیق سازمان تجارت جهانی از ۲۰۰۰ شرکت بزرگ دنیا ۱۹۰ شرکت را انتخاب کردند که زمان توقف کالا در این شرکت‌ها ده روز بوده است. یعنی کالا سی و شش بار گردش در سال را تجربه کرده است. در خیلی از شرکت‌هایی که برای مشاوره می‌روم می‌بینم کالا در سال سه بار گردش می‌کند. در جایی که کالا ده روز توقف می‌کند عصر جدیدی تشکیل شده که به صنعت بدون نقدینگی مشهور است. پس بزرگ‌ترین مشکل نظام بانکی ما این است که بهره‌وری در اقتصاد پایین است و محور بهره‌وری هم خواب سرمایه است. این مشکل ساختاری است و راه خروج ندارد.

بررسی وضعیت ارز در ایران مطلب دیگری بود که دکتر ادیب به آن اشاره کرد: الان سیزدهمین سالی است که نرخ ارز تقریباً ثابت است و در این مدت سالیانه حدود ۱۵ درصد تورم در کشور داشته‌ایم. این یعنی به هزینه تولید سالی ۱۵ درصد اضافه شده ولی نرخ ارز تقریباً ثابت بوده اما کالای خارجی متناسب با تورم معمول در خارج که سه درصد است تولید و وارد شده است. اختلاف تورم در داخل و خارج از کشور و ثبات نرخ ارز باید با ارتقای سطح بهره‌وری پر شود. البته این نیاز به توضیح دارد. دلار ۸۰۰ تومان به بالای هزار تومان رسیده ضمن آنکه دلار تقریباً ثابت بوده و یورو و بن گران شده است. نرخ ارز در ده کشور عمده طرف قرارداد با ایران بطور متوسط سالی شش درصد افزایش داشته است. پس واقعیت افزایش نرخ ارز شش درصد است. پس بهره‌وری مورد نیاز در ایران برابر است با تورم ایران منهای

تورم شش درصدی ارز و سه درصدی در خارج یعنی شش درصد. یعنی باید ماهی نیم درصد ارتقای سطح بهره‌وری در صنعت داشته باشیم.

وضعیت صنعت

توضیح وضعیت صنعت را دکتر ادیب با این سوال آغاز کرد که ما چطور می‌توانیم با بهره‌وری یک ششم استاندارد جهانی زندگی کنیم؟ اولین علت آن این است که اگر ما نفت صادر می‌کنیم و اگر قرار بود کالای غیر نفتی جای آن صادر کنیم باید ۳۰۰۰ میلیارد دلار صادر می‌کردیم تا این درآمد را داشتیم. ما مهمان لوله‌های نفت هستیم. در یک خانواده پنج نفره فقط یک نفر کار می‌کند. این پنج نفر پنج ۲۴ ساعت مصرف می‌کنند یعنی ۱۲۰ ساعت، و آن فرد شاغل در سیستم اداری ۵.۱ ساعت کار مفید انجام می‌دهد. یعنی با ۵.۱ ساعت کار مفید ۱۲۰ ساعت مصرف می‌کنیم. این بخاطر ارزش افزوده زیاد نفت است. ما کشوری ثروتمند با مردمی فقیر داریم که پایین بودن بهره‌وری را با دو شیوه جبران می‌کردیم. اول یارانه انرژی بود که با گاز متر مکعبی سیصد تومان و نفت نود دلار، ۱۰۱ میلیارد دلار یارانه می‌پرداختیم. این مبلغ بخشی از بهره‌وری را پوشش می‌دهد. نکته دیگر اینکه با نرخ ارز به کمک پایین بودن نرخ بهره‌وری آمدیم. یک سوال شاخص این است که آیا نرخ فعلی ارز واقعی است؟ این جزو محدود سوال‌هایی است که بین اقتصاددان‌ها اتفاق نظر وجود دارد و جواب آن شاخص برابری قدرت خرید است که میزان واقعی بودن نرخ ارز یک کشور را نشان می‌دهد. این شاخص در ۱۹۲ کشور دنیا قیمت ۱۷۰۰ قلم کالا را می‌گیرد و با آمریکا مقایسه می‌کند. اگر قیمت تمام دنیا را با یک کشور مقایسه کنیم می‌توانیم بفهمیم که نرخ ارز واقعی است یا خیر. پس آمریکا صد است و شاخص خرید ۱۶۰ کشور دنیا یا به‌اضافه ۲۰ بوده یا منهای ۲۰ از صد. این نشان می‌دهد که نرخ ارز این کشورها واقعی است چون اختلاف بیست درصد بین کشورها طبیعی است. فقط در ۳۲ کشور دنیا شاخص تفاوت زیادی با عدد صد داشته و اولین کشور هم ویتنام بوده که قیمت‌ها در ویتنام یک ششم قیمت در آمریکا بوده است. این یعنی پایین بودن خلاف قاعده ارزش پول ملی و به معنی کاهش قدرت خرید کالای خارجی است. در این کشورها صادرات وجود دارد اما باعث فقر عمومی می‌شود و طبقه دوم را حذف می‌کند. دومین کشور در سال ۲۰۰۸ هند بوده که قیمت‌های هند یک پنجم آمریکا بوده است. رتبه سوم هم چین بوده و علت قدرتمند شدن چین، پایین بودن خلاف قاعده پول ملی آنجاست. البته عوامل دیگر هم در آن موثر است. اما ایران در جایگاه هشتم است که شاخص قیمت‌ها یک سوم آمریکاست. بنابراین نرخ دلار در ایران باید سیصد و شصت تومان باشد. یعنی اگر قرار بود نرخ ارز مانند آن ۱۶۰ کشور تعیین شود باید نرخ ارز ۳۶۰ تومان می‌بود و مطمئن باشید هرگز چنین نرخ نمی‌شود. به نظر دکتر ادیب بر اساس شاخص قدرت خرید، ما دو راه پیش رو داریم یا باید دلار ۳۶۰ تومان شود یا سیصد درصد توافق افتد و نرخ ارز ثابت بماند که با راه اول توفیق ندارد و حالت نسومی رخ خواهد داد که قطعا در سه سال آینده تورم در ایران از افزایش نرخ ارز بیشتر خواهد بود تا این فاصله کم شود. یعنی فضا رقابتی‌تر خواهد شد. یک مثال واقعی، راهی بود که دکتر ادیب برای توضیح رابطه نرخ ارز و بهره‌وری بیان کرد: ما بی‌ارزش کردن پول ملی، پایین بودن بهره‌وری کشور را جبران می‌کنیم. این تجربه را یکی از دوستان از چین آورده بود. مدیریت یک کارخانه تولید کاشی به این نتیجه رسید که برای پیشرفت از

چین الگوبرداری شود. یک تیم به چین رفت و نتایج شگفت انگیزی با خود آورد. ما فکر می کردیم چینی ها با آخرین تکنولوژی این مقدار صادرات دارند اما تکنولوژی کاشی چین برای بیست سال پیش است و با تکنولوژی از رده خارج هم کاشی صادر می کنند. آن ها با بهره‌وری پایین و کاهش ارزش پول ملی می توانند تولید و صادر کنند. خیلی از کارخانه‌ها می گویند دلار بشود سه هزار تومان یعنی پول ملی بی ارزش شود تا ما بتوانیم تولید کنیم.

نقش هدفمندی یارانه‌ها

نقشی که طرح هدفمند کردن یارانه‌ها در این رابطه دارد محور بعدی سخنان دکتر ادیب بود: خروجی قانون هدفمند کردن یارانه‌ها این است که به میزانی که حذف یارانه، تورم درست می کند واحدها نمی توانند قیمت کالا و خدمات خود را افزایش دهند. بخشی از این اختلاف را باید با ارتقا سطح بهره‌وری جبران کنند. یعنی بزرگترین متضرر قانون هدفمند کردن یارانه‌ها بخش‌هایی هستند که بهره‌وری پایینی دارند. از این میان بخشی که نمی تواند این اختلاف را تحمل کند تعطیل می شود.

مبحث بعدی نقش سرمایه اولیه در سودآوری شرکت‌ها بود که دکتر ادیب با ارائه تجربه شخصی خود به آن پرداخت: من سی شرکت اخیری که برای مشاوره رفته بودم را با هم مقایسه کردم. در ۲۷ شرکت هزینه فرصت صفر بوده است. یعنی برای سرمایه‌گذاری خود هیچ سودی در نظر نگرفته‌اند، زمین و ماشین آلات را در نظر نگرفتند و تازه هزینه جاری آن‌ها با سودشان هم‌خوانی دارد. این همان پایین بودن بهره‌وری است که در خیلی از کارخانه‌ها باید قیمت کارخانه را یک دلار تصور کنیم آن هم برای اینکه انتقال مالکیت صورت بگیرد. بعضی از واحدها نقدینگی دارند سرمایه‌گذاری اولیه را صفر در نظر می گیرند. حالا بعضی از واحدها نقدینگی ندارند و بابت سرمایه به سیستم بانکی بهره ۲۵ درصد می‌پردازند. خیلی صریح می‌گویم که این دسته از واحدها طی ۱۲ تا ۱۸ ماه آینده تعطیل می‌شوند. در تسهیلاتی که در سال ۸۶ و ۸۷ پرداخت کردند خیلی‌ها بنام صنعت و کشاورزی وام گرفتند و به بخش مسکن منتقل کردند. آن‌ها در دو سال گذشته دو ۲۵ درصد بهره دادند و دو ۲۵ درصد هم قیمت مسکن پایین آمده است. صریح می‌گویم الان کسی نمی‌تواند وارد حوزه مسکن شود و وام ۲۵ درصد بگیرد و آن بهره را به مصرف کننده منتقل کند. بازار این سود را نمی‌پردازد. بنابراین قسمت عمده معوقات مربوط به کسانی است که وام را به بخش مسکن منتقل کرده‌اند. چطور می‌شود بهره‌وری در ایران یک ششم استاندارد جهانی باشد و بهره بانکی ۲۵ درصد؟ یعنی دارایی نفر در کمتر از چهار سال باید دو برابر شود و این غیر ممکن است. یعنی مبنای نرخ بهره واقعی نیست و مقدار سود سپرده هم حیاتی است. یعنی ثروت مردم بدهی بقیه است. سود ۱۷ درصد و ثابت ماندن قیمت ارز یعنی دارایی دلار کشور باید سالانه ۱۷ درصد رشد کند که امکان پذیر نیست. البته به این سمت می‌رویم که سقف نرخ بهره پایین می‌آید و و کف آن بالا می‌رود ولی معدل نرخ بهره بانکی رو به افزایش است. این سیستم فعالان اقتصادی را که بهره‌وری ندارند و نقدینگی کمی دارند با بحران روبرو می‌کند.

پارادوکس سیستم بانکی

در مورد سیستم بانکی پارادوکسی در ذهن من است که برایتان

می‌گویم. برخلاف تصور مردم ما که فکر می‌کنند نرخ بهره را بازار تعیین می‌کند در غرب می‌گویند بهره بین بانکی که شاخص نرخ بهره است را باید بانک مرکزی تعیین کند چون بانک مرکزی با این کار محاسبه می‌کند که باید چقدر اسکناس چاپ کند. ما گفتیم به ازای هر هزار میلیارد تومان اسکناس جدید، ده هزار میلیارد تومان به سپرده‌ها اضافه می‌شود حالا اگر بانک مرکزی اسکناس چاپ نکند هم به میزان سپرده‌ها اضافه شود چون بانک‌ها به سپرده‌ها سود می‌پردازند. اما چطور ممکن است اسکناس چاپ نشود و حجم نقدینگی ۴۷ درصد اضافه شود. نظر من این است که بانک‌های ما به سرعت دارند پول الکترونیکی را جایگزین پول کاغذی می‌کنند. آیا این به این معنی نیست که سیستم بانکی روح حاکم بر سیستم الکترونیکی را درک نکرده و در واقع در کشور دارد اسکناس چاپ می‌شود؟ یعنی پول الکترونیکی همان پول کاغذی است و بزودی دچار انفجار تورمی می‌شویم. دکتر ادیب که دوباره به کاوش در مشکلات سیستم بانکی بازگشته بود مسئله توان وام‌دهی بانک‌ها را مطرح کرد و گفت: میزان تسهیلات فعال کشور یعنی توان وام‌دهی بانک‌ها از موقاتی که وصول خواهند شد که ۲۸ هزار میلیارد تومان است و تولید ناخالص ملی هم سیصد هزار میلیارد تومان. در اقتصادهای موفق نسبت تسهیلات فعال به تولید ناخالص بانکی شصت درصد است. در ایران نسبت تسهیلات به تولید ناخالص ملی خیلی خوب است اما نسبت تسهیلات فعال را که مقایسه می‌کنیم زیر ده درصد است. یعنی مهم‌ترین عامل رکود در کشور توان پایین وام‌دهی بانک‌هاست یعنی بانک‌ها به نسبت رشد ناخالص ملی رشد نکردند و چون توان وام‌دهی کم است نرخ بهره هم بالا رفته است. حالا در نظر بگیرید طبق مصوبات امسال ۱۲ هزار میلیارد تومان به پارس جنوبی تسهیلات داده می‌شود و به مسکن مهر هم حدود ده هزار میلیارد تومان وام تعلق می‌گیرد و به خودروسازان هم حدود ۷ هزار میلیارد تومان به خود اختصاص داده‌اند. یعنی بانک‌ها قسط وامی که مردم می‌دهند را به این سه بخش می‌دهند بنابراین در این سه بخش رونق ایجاد می‌شود و در بخش‌های دیگر رکود.



فهم مسایل انسانی با کمک ریاضیات



دارد. نه پول دارد و نه چیز دیگر. در دنیای او یک و دو و سه و چهار وجود دارد و برایش کافی است. اما اگر بگویید تو منهای چهار ماشین داری گیر می‌کند. حالا کسی که بانک‌دار است می‌داند که مشتری بدهکار و بستانکار می‌شود. در دنیای او عدد منفی معنی دارد. برای آرد فروش یک و نیم کیلو آرد معنی دارد. در یک دنیا هم عدد ۱ وجود دارد. همه دنیاها استاتیک بودند ولی گاهی تابع زمان می‌شوند و دیگر استاتیک نخواهند بود. در این دنیا عدد رادیکال منهای یک وجود دارد. این توجیه ریاضی است ولی باید توجه فیزیکی هم برای آن باشد. فرض کنید شما آشپز خوبی دارید که تنها آشکالش این است که وقتی غذای او حاضر است شما میل به غذا ندارید. غذا هست ولی شما از غذای او لذت نبردید. در اینجا کار رادیکال منهای یک است. مثال دیگر مربوط به وقتی است که نیروگاهی برق تولید می‌کند و سعی می‌کند ولتاژ و جریان را در یک فاز به مصرف کننده بدهد. شما که مصرف کننده هستید بسته به نوع بار مصرفی، ممکن است این دو را از هم جدا شده استفاده کنید و در نتیجه از تمام ظرفیت آن استفاده نشود. ضمن آنکه شرکت برق بابت این افت جریان از شما جریمه هم می‌گیرد. ریشه این مبلغ دریافتی اضافه در همان رادیکال منهای یک است.

حال ببینیم از این مسایل چگونه می‌توانیم استفاده کنیم. در کارخانه پدرومان حاج آقای داشتیم که می‌گفت پول کارگر را زمانی بدهید که هنوز عرقش خشک نشده یعنی زمان مهم است. شما پول را می‌دهید اما مهم است که چه زمانی می‌دهید. اگر دیر پرداخت کنید کارگر و خانواده او دلخور می‌شوند و آن پول دیگر به کارگر مزه نمی‌دهد. این مزه ندادن همان رادیکال منهای یک است.

رحیمیان پس از طرح مسئله گفت: وقتی ما در مصرف برق ده درصد پرت داریم مهندس می‌آوردیم تا این تلفات را درست کنیم. مثلا اگر یک خانن در مسیر جریان قرار دهیم دیگر مبلغ آن ده درصد را پرداخت نمی‌کنیم. این‌ها که می‌گویم یک رابطه انسانی است و می‌تواند در رابطه کار کند و در مورد شما، همسر یا والدین شما و حتی در مورد دوست شما استفاده شود. چیزهایی هست که این رادیکال منهای یک را ایجاد می‌کند و راه حل‌هایی هم برای آن وجود دارد. در مسایل فیزیکی که جواب داشت در مسایل انسانی هم حتما جواب دارد. مثلا یکی از این‌ها پیش دآوری کردن است. قبل از بررسی موضوع به کارمند خود می‌گویید احمق. تمهت زدن، عصبانیت از همان ابتدای کار، این‌ها باعث رادیکال منهای یک می‌شود. یکی از راه‌های جلوگیری از این مشکل گوش کردن است. وقتی طرف می‌بیند که شما به حرفش گوش می‌دهید جور دیگر با شما رابطه برقرار می‌کند. این‌ها چیزهایی نیست که شما ندانید. فقط توجه به آن لازم است که بدانید از نظر فیزیکی چه کارهایی باید انجام دهید. معمولا وقتی کلمه مدیر را می‌شنوید در ذهنتان یک ساختمان چند طبقه می‌آید که باید با آسانسور به بالای آن بروید و به یک در بسته برمی‌خورید. یک پیشکار آنجاست که اخلاق خوبی هم ندارد. با آقای مدیر تماس گرفته می‌شود اما او در جلسه است. تازه وقتی اجازه ورود می‌گیرید مدیر حتی سرش را بالا نمی‌کند که شما را ببیند. بنابراین شما در مقابل آقای مدیر در مقام ضعف هستید. حالا این را برای لحظه‌ای تغییر دهید که وقتی می‌شنوید آقای مدیر، یعنی فردی که با دل و جان می‌خواهد شما موفق شوید و هر وقت بخواهید با او صحبت کنید حاضر است که بشنود. تصور از مدیر یک مشکل فرهنگی است که در همه جای دنیا هم به همین صورت است. اگر ریشه تجارت‌های موفق را دنبال کنید متوجه می‌شوید که برخورد مدیر با کارمندان و مشتریان به شیوه اول نیست. ضمن آنکه مهم است مدیر با چه انگیزه‌ای در اینجا بگردد قرار گرفته است. برای نشان دادن ریاست یا کمک به افراد زبردست برای پیشرفت مجموعه؟ در حالت دوم مدیر به حل موانع انسانی می‌اندیشد.

عنوان سخنرانی آقای دکتر رحیمیان رادیکال منهای یک اعلام شده بود. عنوانی که مفاهیم نسبتا پیچیده ریاضی است. در صورتی که قرار نبود دکتر رحیمیان در مورد ریاضی صحبت کند. از آنجا که انتخاب این برای سخنرانی دور از ذهن بود دکتر رحیمیان ابتدا سعی کرد ذهن شنوندگان را آماده کند. برای همین عنوان را تغییر داد و به درد دل فلسفی تبدیل کرد. وی ابتدا تفاوت سخنرانی با درد دل را توضیح داد و گفت: در سخنرانی موضوع مشخص است و سخنران به صورت کلاسیک در مورد موضوعی خاص صحبت می‌کند و شنونده هم آنچه را باید، می‌شنود، ولی در درد دل کسی که می‌نشیند و به درد دل گوش کند آرام‌تر است طوری گوش می‌دهد که بتواند با طرف مقابل رابطه انسانی برقرار کند. این رابطه راحت‌تری از سخنرانی است و چون موضوعی که من می‌خواهم در آن باره صحبت کنم موضوع مسائل انسانی است عنوان درد دل بیشتر به آن می‌خورد.

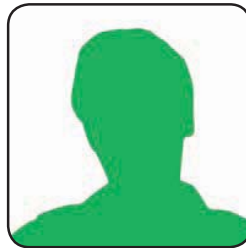
دکتر رحیمیان که هنوز برای آماده کردن ذهن حاضران تلاش می‌کرد به چند نکته اشاره داشت که اولین آن مدل سازی بشر است. مدل سازی کاری است که بشر از سالیان خیلی قبل برای حل مسائلی انجام می‌داده است. در مورد مدل سازی نمی‌شود گفت که مدل صد در صد درست است. تا الآن هم در دنیای علم و در دنیای مسائل دیگر در دنیای مسائل انسانی مدل‌های زیادی ساخته شده. سالیان گذشته مدل‌ها را می‌ساختند چند سال که می‌گذشت متوجه می‌شدند که این مدل دیگر کار نمی‌کند و مجبور شدند مدل را عوض کنند. پس از این مقدمه دکتر رحیمی به موضوع رادیکال منهای یک برگشت و در مورد رابطه ریاضی و انسان صحبت کرد: ریاضیات همیشه به عنوان یک وسیله و طول استفاده می‌شده تا مسائل را حل کند. به همین دلیل وقتی مدلی را درست می‌کردند از ریاضیات استفاده می‌کردند تا مسائل مدل را حل کنند و دنبال آن می‌گشتند که جواب‌ها را پیدا کنند. موضوع صحبت ما راجع به یک مفهوم ریاضی است، رادیکال منهای یک. برای توضیح این مفهوم لازم است.

دکتر رحیمی که به گفته خودش آن چه در این جلسه مطرح می‌کرد را از جایی اقتباس نکرده و تنها چیزی که به ذهنش رسیده از این راه بیان می‌کند توضیح کوتاهی در مورد اعداد ارائه کرد. در ریاضی یک سری اعداد وجود دارد. همه با عدد ۱ و ۲ و ۳ آشنا هستیم. به این‌ها اعداد طبیعی می‌گویند. اعدادی داریم مثل ۲- و ۱- و ۰ و ۱ و ۲ و ۳ که به این‌ها اعداد صحیح می‌گویند. بعد هم می‌توانیم عددهای کسری داشته باشیم مانند ۱/۲- و ۰ و ۳/۴ و ۵ و ۶ که به این‌ها هم اعداد حقیقی می‌گویند. ولی ما به همه این‌ها عدد حقیقی می‌گوییم. نوعی عدد دیگر هم وجود دارد و آن ۱ یا عدد موهومی است. اگر فردی باشد که فقط در دنیای او اتومبیل وجود





گشت و گذار



- آشیانه علی
- راز موفقیت
- بائیس
- نانو
- به راستی انسان چیست ؟
- ترمزهای ضد قفل چگونه کار می کنند؟
- آشنایی با بیرینگها (قسمت اول)

آشنایی با موسسه خیریه‌ای که گرمی بخش دل‌های کودکان است

آشنایانه علی (ع)



- و آشنایی با زندگی امامان معصوم.
- ۳ برگزاری دعای توسل در اولین پنج شنبه هر ماه قمری.
 - ۴ دعوت از کودکان آشنایانه جهت صرف افطاری در منزل خیرین و پرسنل.
 - ۵ مراسم شپهای احیا به مدت سه روز در مرکز.
 - ۶ شرکت در فعالیت‌های اجتماعی از قبیل بازدید از نمایشگاه‌های مختلف از جمله نیروی انتظامی، گل و گیاه، کعبه تا ظهور، صنایع دستی و کتاب.
 - ۷ برپایی نمایشگاه‌های هنری و ارائه آثار دستی و نقاشی‌های کودکان در این نمایشگاه‌ها.
 - ۸ برگزاری نمایشگاهی در تهران از نقاشی کودکان در فرهنگسرای نیاوران که دستمزد حاصل از فروش این نقاشی‌ها به حساب پس انداز کودکان واریز گردید.
 - ۹ برگزاری نمایشگاهی در باغ شاهزاده ماهان از نقاشی کودکان در ایام عید نوروز.
 - ۱۰ برگزاری نمایشگاهی از نقاشی کودکان در پارک ریاضیات.
 - ۱۱ برگزاری نمایشگاهی از نقاشی کودکان در مراسم جشن ۱۳ رجب در تالار خانه شهر.
 - ۱۲ برگزاری نمایشگاهی از نقاشی در دانشگاه آزاد اسلامی کرمان.
 - ۱۳ جناب آقای حبیب میری قبل از برگزاری کنسرت سفری به کرمان داشتند و از کودکان عکاسی و فیلمبرداری نموده و آنرا به صورت پوستره‌های بسیار شکیل و زیبا در آوردند.
 - ۱۴ چاپ و تهیه بروشور، سربرگ‌های و خبرنامه‌های آشنایانه مختلف توسط جناب آقای فرزین قاسملو که با کیفیت عالی ارائه گردید.

به نام خدای کودکان

بعد از زمین لرزه شهرستان بم و بروز فاجعه عظیم انسانی سرکار خانم دهقان بر آن شدند که با کمک اقوام خویش، مرکزی در جهت تسلی دل کودکان بیگناه تاسیس نمایند. مرکز نگهداری ایتمام و بی‌سرپرستان به نام مقدس آشنایانه علی (ع) در تاریخ ۱۸ خرداد ۱۳۸۳ افتتاح گردید.

شروع به کار مرکز با سرپرستی ۱۰ کودک همراه بود که به مرور زمان به ۳۴ کودک افزایش یافت، که در سه گروه مجزا تقسیم شده‌اند: ۳ تا ۶ سال مختلط و معلول ۱۳ نفر / ۶ تا ۱۲ سال دخترانه ۱۵ نفر / ۶ تا ۱۲ سال پسرانه ۷ نفر

از نخستین روزهای افتتاح تاکنون قصد و هدف مدیریت و کلیه پرسنل بر آن بوده است تا محیطی شاد و در عین حال پویا و خلاق در بطن یک خانواده بزرگ فراهم آورد. هدف اصلی از تاسیس این مرکز در وهله اول آرامش روحی و روانی کودکان و ایجاد محیطی خانوادگی نه به صورت خوابگاهی بلکه در بطن یک خانواده بزرگ جلوه‌گر گردد. دومین هدف مهم مرکز تأمین سلامت جسمی، تغذیه سالم، پوشاک مناسب و سایر نیازمندی‌های بچه‌ها بوده است. همچنین در سومین سطح به انسان‌سازی، آموزش نکات تربیتی و پرورشی، آداب معاشرت و روابط انسانی، ایجاد اعتماد به نفس با تشویق حس خود کفایی و خلاقیت که از طریق بازی‌های متنوع و آماده‌سازی محیط انجام گیرد. در مراحل بعدی نیز ارائه اطلاعات دینی و نقش آن در زندگی انسان مورد توجه قرار گرفته است.

گزارش عملکرد مؤسسه

فعالیت‌های فرهنگی و مذهبی

- ۱ برگزاری میلاد ائمه در مرکز یا خارج از مرکز از جمله میلاد مولی الموحیدین حضرت علی (ع)، میلاد سلاله نبی حضرت زهرا(س)، امام حسن مجتبی(ع) و میلاد حضرت مهدی(ع) و اهداء جوایز به کودکان از سوی مرکز.
- ۲ شرکت در مراسم سوگواری ائمه در مرکز و خارج از مرکز از جمله دعوت از هیئت آل یاسین، هیئت باقرالعلوم و رفتن به تکایا و حسینیه‌های سطح شهر و دیدن نمایش تعزیه

فعالیت‌های آموزشی

- ۱ جهت آموزش بهتر و شناخت محیط اجتماعی کلیه کودکان در مهد کودکهای سطح شهر به صورت پراکنده ثبت نام شده‌اند.
- ۲ هم اکنون ۱۰ نفر در مهد کودک، ۵ نفر در کلاس اول، کلاس دوم ۳ نفر کلاس سوم ۳ نفر کلاس چهارم ۹ نفر کلاس پنجم ۳ نفر و کلاس دوم راهنمایی ۱ نفر مشغول به تحصیل هستند.
- ۳ در خاتمه کلاس‌های آموزشی مهد کودک‌ها، کودکان در جشن خرداد ماه شرکت می‌کنند.
- ۴ در تابستان هر سال کودکان در کلاس‌های کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان نام‌نویسی می‌شوند و در کلاس‌های متنوع شرکت می‌کنند.
- ۵ کلاس‌های نقاشی، زبان انگلیسی، قرآن، موسیقی، پته‌دوزی، مجسمه سازی، خوشنویسی، عروسک‌سازی، ادبیات (انشاء نویسی)، مینیاتور و کاردستی به صورت مداوم توسط دانشجویان و دستیاران کودک به صورت داوطلبانه در مکان موسسه خیریه آشنایانه علی (ع) برگزار می‌گردد.
- ۶ توسط افراد مجرب، به طور اختصاصی با بچه‌هایی که در سال تحصیلی جدید به کلاس اول می‌رفتند لوح نویسی کار شد.

فعالیت‌های ورزشی

- ۱ استفاده از استخر سرپوشیده لاله، المپیک و اشکان به صورت هفتگی.
- ۲ نام نویسی و شرکت پسران در مدرسه فوتبال.
- ۳ نام نویسی و شرکت کلیه بچه‌ها در کلاس ژیمناستیک، یوگابال، والیبال، دارت، شطرنج و شنا.
- ۴ برگزاری کلاس‌های یوگا در مرکز.
- ۵ شرکت پسران در کلاس زورخانه.

فعالیت‌های تفریحی

- ۱ برگزاری اردوهای یک روزه به صورت ماهانه به مناطق خوش آب و هوای استان



از جمله ماهان، کوهپایه، سیرج، جوپار، بم.

۲ برگزاری جشن تولد بر اساس تاریخ تولد برای همه بچه‌ها.

۳ برگزاری نمایش عروسکی و شرکت در آن به صورت مکرر.

۴ شرکت در جشن یادبادک‌ها به صورت دوره‌ای انجام گرفته است.

۵ بردن بچه‌ها به پارک‌های سطح شهر و جنگل قائم و استفاده از استخر توپ به

صورت هفتگی و استفاده از شهربازی سرپوشیده سرزمین رویایی.

۶ رفتن به شهربازی در ایام تابستان به طور یک هفته در میان.

۷ دعوت خیرین از کودکان آشیانه همراه مربیانشان.

۸ رفتن پسرها جمعه هر هفته به کوه.

سفرهای خارج از استان

۱ گروهی از بچه‌ها به اتفاق خانم دهقان جهت شرکت در کنسرت موسیقی که به

نفع کودکان آشیانه علی (ع) برگزار می‌گردید، عازم تهران شدند.

۲ به دعوت آقای میری، تمامی بچه‌ها به همراه خانم دهقان و تعدادی از پرسنل

به استان مازندران، شهرستان رویان رفته و مدت ۵ روز از آب و هوای پاک و مهمان نوازی

دوستان بهره‌مند شدند. (شهریور ۸۵، ۸۶، ۸۷ و ۸۸) اعم برنامه پنج روزه ایشان به شرح

زیر می‌باشد:

۱-۳ اسکان در ویلای خصوصی و گردش در ساحل شنی و زیبای دریای خزر.

۲-۳ استفاده از شهربازی هتل آریا و پارک شهر فردوس.

۳-۳ صرف نهار و شام در هتل آریا و رستوران نارنجستان.

۴-۴ استفاده از محیط خانه بازی (Play House).

۳ سفر به مشهد مقدس در تاریخ ۱۳۸۶، ۱۳۸۷، ۱۳۸۸ و ۱۳۸۹.

۴ سفر به لاسان در تابستان ۱۳۸۹ به دعوت خانواده محترم الواری.

فعالیت‌های فوق برنامه

۱ بدلیل تقارن روز جهانی کودک در سال ۱۳۸۴ با هفتمین روز در گذشت یکی از

پرسنل دلسوز، برنامه جشن روز کودک در مهد کودک نوازش برگزار گردید.

۲ دیدار با حجت اسلام غریبوی نماینده محترم رهبری در سال ۱۳۸۴ و همچنین

اجرای برنامه شعر و سرود در حضور ایشان توسط کودکان آشیانه در مرکز شیرخوارگاه مادر.

۳ در سال ۱۳۸۵ روز جهانی کودک که همزمان با ماه مبارک رمضان بود، بچه‌ها

به جشن یادبادک‌ها که در استانداری برگزار می‌شد، رفته و عصر همان روز در مرکز با

انجام شعر و رقص خوب و اجرای نمایش به هنرنمایی پرداختند و همچنین نمایشگاهی از

عکس‌های شمال و نقاشی کودکان در معرض دید مدعوین قرار گرفت و در پایان میهمانان

به صرف افطاری دعوت شدند.

۳ در سال ۱۳۸۶ مراسم روز جهانی کودک در پارک مادر به اتفاق مدعوین تشکیل

گردید و بچه‌ها در فضای آزاد، از دامن طبیعت بهره‌مند شدند که همه با اجرای برنامه‌های

کودکانه و مسابقه بود.

۵ دیدار برخی از کودکان آشیانه با اعضاء خانواده و فامیل به صورت خصوصی که

تقویت روحیه و شادابی کودکان تاثیر بسزایی دارد.

۶ کلاس‌های روان‌شناسی، رفتار درمانی توسط موسسه خیریه آشیانه علی (ع) جهت

افزایش بنیه علمی و سطح آگاهی پرسنل توسط جناب آقای نبی‌زاده، سرکارخانم ابراهیم‌نژاد

و سرکار خانم دکتر صمدانی در مرکز برقرار گردید.

۷ شرکت در کلاس تمرکز و یوگا جهت کسب آرامش و افزایش ثبات روحی.

۸ آموزش تکلیف EFT که توسط سرکار خانم رابعه دهقان برگزارگردید در این

تکنیک آرام سازی روح و جسم توسط ضربات یکنواخت انگشتان در نقاط حساس و معین

بدن زده می‌شود. این تکنیک سبب آرامش بخشی روح و حذف محرک‌های مضر داخلی

و خارجی خواهد شد.

۹ کلاس‌های صورت پذیرفته توسط بهزیستی برای پرسنل.

راز موفقیت



یکی از کشاورزان منطقه‌ای، همیشه در مسابقه‌ها، جایزه بهترین غله را به دست می‌آورد و به عنوان کشاورز نمونه شناخته شده بود. رقبا و همکارانش، علاقه‌مند شدند راز موفقیتش را بدانند. به همین دلیل، او را زیر نظر گرفتند و مراقب کارهایش بودند. پس از مدتی جستجو، سرانجام با نکته عجیب و جالبی روبرو شدند.

این کشاورز پس از هر نوبت کشت، بهترین بذرهايش را به همسایگانش می‌داد و آنان را از این نظر تأمین می‌کرد.

بنابراین، همسایگان او می‌بایست برنده مسابقه‌ها می‌شدند نه خود او! کنجکاویشان بیشتر شد و کوشش علاقه‌مندان به کشف این موضوع که با تعجب و تحیر نیز آمیخته شده بود، به جایی نرسید. سرانجام، تصمیم گرفتند ماجرا را از خود او پرسند و پرده از این راز عجیب بردارند. کشاورز هوشیار و دانا، در پاسخ به پرسش همکارانش گفت:

چون جریان باد، ذرات بارورکننده غلات را از یک مزرعه به مزرعه دیگر می‌برد، من بهترین بذرهايم را به همسایگان می‌دادم تا باد، ذرات بارورکننده نامرغوب را از مزرعه‌های آنان به زمین من نیاورد و کیفیت محصول‌های مرا خراب نکند!

همین تشخیص درست و صحیح کشاورز، توفیق کامیابی در مسابقه‌های بهترین غله را برایش به ارمغان می‌آورد. گاهی اوقات لازم است با کمک به رقبا و ارتقاء کیفیت و سطح آنها، کاری کنیم که از تأثیرات منفی آنها در امان باشیم.

منبع: خانه مدبران جوان



بایس

تاریخچه بایس

مرسوم بود که به کامپیوترها همچون ابزاری که بر مبنای نیازها سفارشی می‌شوند، نگاه می‌شود. هنگامی که زمان تولید کامپیوتر در حجم انبوه فرا رسید، لازم شد با در نظر داشتن فضایی برای انجام برخی پیکربندی‌ها در سطوح اولیه، روشی برای استاندارد کردن محیط کار در کامپیوتر ابداع شود. این نوع پیکربندی شامل انتخاب مقدار حافظه نصب شده، اندازه، تعداد و نشانی درایوهای دیسک نصب شده و وسایل جانبی نصب شده بود. در این هنگام مفهوم BIOS در فکر طراحان کامپیوتر شکل گرفت.

در سال ۱۹۷۷ با معرفی سیستم عامل CP/M برای کامپیوترهای IMSAI ایده بایس توسط گری کیلدال ارائه شد. به زودی پس از این رویداد، ایده بایس توسط مایکروسافت به کار گرفته شده و بسیاری از تولید کنندگان بخش‌هایی از آن را در حافظه فقط خواندنی جای دادند.

در سال ۱۹۸۴ شرکت IBM کامپیوتر IBM AT و حافظه باتری RTC و COMS آن را معرفی کرد. در این هنگام، بایس آغاز به تحول کرده و COMS به عنوان محلی برای ذخیره اطلاعات پیکربندی به کار رفت. سپس ویژگی‌هایی برای ایمنی، صرفه جویی در مصرف و غیره به آن اضافه شد و در کامپیوترهای امروزی مورد استفاده قرار گرفت.

امروزه به روز آوردن دانش کامپیوتر مشکل‌تر از همیشه است، یکی از دلایل آن، حجم بزرگ اطلاعاتی است که باید کسب کرد؛ دلیل دیگر پیچیده و محرمانه بودن گوشه‌ای از این اطلاعات است. اما معتقد هستیم که هر فرد باهوشی که دست یافتن به این دانش را داشته باشد، با دریافت کمک از سوی افراد دیگر و با تمرکز بر روی موضوع، موفق به کسب آن خواهد شد. کامپیوترهای شخصی، امروزه بخشی تفکیک ناپذیر از زندگی ما هستند. حتی کودکان طرز استفاده از آنها را در مدارس، خانه یا مکان‌های آموزشی می‌آموزند. حتی کاربرانی که اطلاعات زیادی از کامپیوتر ندارند هم در شبکه گسترده وب دارای سایت شده‌اند.

هدف از ارائه این مقدمه آشنایی با علوم کامپیوتر و آنچه که در درون کامپیوتر می‌گذرد می‌باشد لذا در اینجا به گوشه‌ای از این مطالب می‌پردازیم: بایس (BIOS) چیست؟

یکی از حیاتی‌ترین برنامه‌های کامپیوتر که به محض روشن شدن کامپیوتر اجرا می‌شود. این برنامه BIOS یا (Basic Input/output) نام دارد و معمولاً در ROM ذخیره می‌شود تا از ابتدا فنا ناپذیر و به محض ثابت شدن جریان برق در دسترس باشد. BIOS مجموعه‌ای از دستورالعمل‌های کدهای ابتدایی است این برنامه مستقیماً سخت افزار را کنترل کرده و پلی بین آن و سیستم عامل و هر نرم افزاری که اجرا می‌شود، است.



امید لیائی

دانشجوی برنامه نویسی

(بانک اطلاعاتی)

مسئول کنترل تولید





فاطمه اسماعیل بیگی
کارشناس فنی دپارتمان فنی مهندسی

انعکاس یافته از آن سبب است ولی اگر نوری از درون آن بتابد، به رنگ قرمز دیده می‌شود. آنالیز این شیشه حکایت از وجود مقادیر بسیار اندکی از بلورهای فلزی ریز ۷۰۰ (nm) دارد، که حاوی نقره و طلا با نسبت مولی تقریباً ۱۴ به ۱ است حضور این نانوبلورها باعث رنگ ویژه جام لیکرگوس گشته است.

در سال ۱۹۵۹ ریچارد فاینمن مقاله‌ای را درباره قابلیت‌های فناوری نانو در آینده منتشر ساخت. با وجود موقعیت‌هایی که توسط بسیاری تا آن زمان کسب‌شده بود، ریچارد، پی. فاینمن را به عنوان پایه گذار این علم می‌شناسند. فاینمن که بعدها جایزه نوبل را در فیزیک دریافت کرد در آن سال در یک مهمانی شام که توسط انجمن فیزیک آمریکا برگزار شده بود، سخنرانی کرد و ایده فناوری نانو را برای عموم مردم آشکار ساخت. عنوان سخنرانی وی «فضای زیادی در سطوح پایین وجود دارد» بود.

سخنرانی او شامل این مطلب بود که می‌توان تمام دایره‌المعارف بریتانیکا را بر روی یک سنجاق نگارش کرد. یعنی ابعاد آن به اندازه ۱/۲۵۰۰۰ ابعاد واقعی کوچک می‌شود. او همچنین از دوتایی کردن اتم‌ها برای کاهش ابعاد کامپیوترها سخن گفت (در آن زمان ابعاد کامپیوترها بسیار بزرگتر از ابعاد کنونی بودند اما او احتمال می‌داد که ابعاد آنها را بتوان حتی از ابعاد کامپیوترهای کنونی نیز کوچکتر کرد. او همچنین در آن سخنرانی توسعه بیشتر فناوری نانو را پیش‌بینی نمود.

در حقیقت کاربرد فناوری نانو از کاربرد عناصر پایه نشأت می‌گیرد. هر کدام از این عناصر پایه، ویژگی‌های خاصی دارند که استفاده از آنها در زمینه‌های مختلف، موجب ایجاد خواص جالبی می‌گردد. مثلاً از جمله کاربردهای نانوذرات می‌توان به دارو رسانی هدفمند و ساده، شناسایی زود هنگام و بی‌ضرر سلول‌های سرطانی، و تجزیه آلاینده‌های محیط زیست اشاره کرد.

در طول تاریخ بشر از زمان یونان باستان، مردم و به‌خصوص دانشمندان آن دوره بر این باور بودند که مواد را می‌توان آنقدر به اجزاء کوچک تقسیم کرد تا به ذراتی رسید که خردناشدنی هستند و این ذرات بنیان مواد را تشکیل می‌دهند، شاید بتوان دموکریتوس فیلسوف یونانی را پدر فناوری و علوم نانو دانست چرا که در حدود ۴۰۰ سال قبل از میلاد مسیح او اولین کسی بود که واژه اتم را که به معنی تقسیم‌نشدنی در زبان یونانی است برای توصیف ذرات سازنده مواد به کار برد. با تحقیقات و آزمایش‌های بسیار، دانشمندان تاکنون ۱۰۸ نوع اتم و تعداد زیادی ایزوتوپ کشف کرده‌اند. آنها همچنین پی برده‌اند که اتم‌ها از ذرات کوچکتری مانند کوارک‌ها و لپتون‌ها تشکیل شده‌اند. با این حال این کشف‌ها در تاریخ پیدایش این فناوری پیچیده زیاد مهم نیست.

نقطه شروع و توسعه اولیه فناوری نانو به طور دقیق مشخص نیست. شاید بتوان گفت که اولین نانوتکنولوژیست‌ها شیشه‌گران قرون وسطایی بوده‌اند که از قالب‌های قدیمی برای شکل‌دادن شیشه‌هایشان استفاده می‌کرده‌اند. البته این شیشه‌گران نمی‌دانستند که چرا با اضافه کردن طلا به شیشه رنگ آن تغییر می‌کند. در آن زمان برای ساخت شیشه‌های کلیساهای قرون وسطایی از ذرات نانومتری طلا استفاده می‌شده است و با این کار شیشه‌های رنگی بسیار جذابی بدست می‌آمده است. این قبیل شیشه‌ها هم‌اکنون در بین شیشه‌های بسیار قدیمی یافت می‌شوند. رنگ به‌وجودآمده در این شیشه‌ها برپایه این حقیقت استوار است که مواد با ابعاد نانو دارای همان خواص مواد با ابعاد میکرو نمی‌باشند.

در واقع یافتن مثال‌هایی برای استفاده از نانو ذرات فلزی چندان سخت نیست. رنگدانه‌های تزئینی جام مشهور لیکرگوس در روم باستان (۱ قرن چهارم بعد از میلاد) نمونه‌ای از آنهاست. این جام هنوز در موزه بریتانیا قرار دارد و بسته به جهت نور تابیده به آن رنگ‌های متفاوتی دارد. نور



به راستی انسان چیست؟

غذای او چیست؟

اول، شیر، بعد، نان، عسل، گوشت و ... یعنی، زیباترین و لطیف ترین رُستنی ها را زنبور و گاو و گوسفند می خورند و بعد از انجام تغییرات در سیستم ارگانیزم آن ها به صورت مواد خوراکی تحویل او می دهند و بعد این کودک چه چیزی تحویل طبیعت می دهد؟ ادرار و مدفوع!

حال تصور کنید که این وضعیت ادامه دارد و این کودک بیست ساله، چهل ساله و شصت ساله می شود. گاوها و گوسفندها گیاهان را می خورند و عصاره آن را به صورت شیر به او می دهند. زنبور عسل شهد گل را می نوشد و چکیده آن را که عسل باشد، نثار این آدم می کند. فرض کنید که این ادرار و مدفوع او تجزیه نگردد و به همان شکل اول باقی بماند، بعد از گذشت شصت سال، ما با چه منظره‌ای روبرو هستیم؟ آیا حاصل ما از حیات این است؟

انسان از دیدگاه ارقام:

به خوبی آگاهی که ارقام هیچ گاه دروغ نمی گویند. پس نگاهی به ارقام آتی بیاننازید تا ببینید ساعات و روزهای عمر خود را چگونه تلف می کنید! شما در طول ۶۰ سال عمر خود، ۲۵ سال به طور شبانه روزی به کار کردن اشتغال داشته اید! شما در طول ۶۰ سال عمر خود، ۲۰ سال به طور شبانه روزی در حالت افقی! یعنی، خواب تشریف داشته اید! نکته: این امار کسانی است که وقتی بیدار می شوند واقعا بیدارند، بمانند آنهایی که در حالت بیداری هم در خواب غفلت هستند! شما در طول ۶۰ سال عمر خود دو سال و نیم به طور شبانه روزی در حالت غذا خوردن به سر برده اید.

حاصل کلام

اگر شما ۶۰ سال عمر کنید:
۲۵ سال به طور شبانه روزی کار کرده اید.
۲۰ سال به طور شبانه روزی خوابیده اید.
۲/۵ سال به طور شبانه روزی مشغول خوردن بوده اید.
اکنون از خود سوال کنید:
در طول عمر خود چند ساعت به مطالعه یا تفکر پرداخته اید؟
آیا عمر شما حاصل دیگری جز تولیدات فوق داشته است؟
پیشنهاد می کنیم:
یک بار دیگر این ارقام را بخوانید.
اگر از ته دل خندیدید یا گریه کردید، به خود امیدوار باشید!
اکثر مردم به چرا می اندیشند
اندک مردمند که به چرا می اندیشند ...

از آن جایی که مدتی است پیام میراب از بابت محتوا و شکل، بسیار متفاوت از گذشته شده من هم به همان اندازه اشتیاق بیشتری برای دنبال کردن مطالب آن در خودم احساس می کنم. پی گیری کردم و متوجه شدم برای همه اعضای خانواده میراب امکان ارائه مطلب وجود دارد. برای همین و برای اولین بار مطلبی را که در پی می خوانید، انتخاب کردم و آن را به شما همکار محترم تقدیم می کنم. امیدوارم که شما هم از خواندن آن لذت وافی ببرید.

به دنیا یا نهاده ای / در دست مانند / کتابی باز، ساده و نانوشته، باید سرنوشت خود را رقم بزنی / خود، و نه، کس دیگر!

چه کسی می تواند چنین کند؟ چگونه؟ چرا؟ / به دنیا آمده ای!

هم چون یک بذر زاده شده ای / می توانی همان بذر بمانی و بمیری، اما، می توانی گل باشی و بشکفی / می توانی / درخت باشی و بیالی!

دکتر « الکسیس کارل » بر این باور است که انسان موجودی است بسیار کوچک که عجایب و پیچیدگی های دهها کهکشان در وجودش جمع یافته است و ادامه می دهد که بدن انسان شامل ۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ سلول است. هر یک از این سلول ها خود ۱۰۰/۰۰۰ ژن گوناگون دارد که هر ژن شامل رشته های بلند و مارپیچی (دی.ان.ای) است. هر کدام از این سلول های کوچک میکروسکوپی طرح ژنتیکی ساختمانی را در خود جای می دهند. اگر قادر باشیم همه این رشته های مارپیچی را باز کنیم و به یک دیگر متصل کنیم، طول آن ها ۱۲۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ کیلومتر خواهد شد که حدود ۸۰۰ برابر فاصله زمین و خورشید است. و با این وجود تمامی این رشته های مولکولی (دی.ان.ای) به اندازه یک گردو است.

سی.اس.فلین تعریف انسان را در بزرگی رویاهایش می بیند و می گوید:
بزرگی و شان انسان / در بزرگی و شان رویاهایش / در عظمت عشقش،
در والایی ارزش هایش / و در شادی و شرور تقسیم شده اش نهفته است.
بزرگی و شان انسان / در بزرگی و شان افکارش
در ارزش تجسم یافته اش / در چشمه هایی که روحش از آن سیراب می گردد،
و در بینشی که بدان دست یافته، نهفته است.
بزرگی و شان انسان / در بزرگی و شان حقیقتی ست که بر لبان جاری می سازد،
در یاری و مساعدتی که بذل می کند / در مقصدی که می جوید،
و در چگونه زیستن او نهفته است!
توجه فرمایید! در یک بررسی آماری چه نتیجه ای گرفتیم:
یک کودک فرضی را در نظر بگیرید که در یک صحرا به دنیا می آید،



علی عبدی
کارمند حراست



ترمزهای ضد قفل چگونه کار می‌کنند؟



حامد اشرفی
مسئول کنترل تولید

حسگرهای سرعت

پمپ

سوپاپ‌ها

کنترل کننده

پمپ و سوپاپ‌های ترمز ضد قفل

حسگرهای سرعت

سیستم ترمز ضد قفل باید بداند چه موقع چرخ در حال قفل کردن است، حسگرهای سرعت که در هر چرخ یا در بعضی مواقع در دیفرانسیل قرار گرفته اند این اطلاعات را فراهم می‌کنند.

سوپاپ‌ها

در هر لوله ترمز که به هر ترمز می‌رود یک سوپاپ وجود دارد که با کنترل کننده کنترل می‌شود، در بعضی از سیستم‌ها سوپاپ سه حالت دارد:

در حالت اول سوپاپ باز است و فشار از سیلندر اصلی مستقیماً به ترمز می‌رسد

در حالت دوم سوپاپ لوله ترمز را می‌بندد و ترمز را از سیلندر اصلی جدا می‌کند، این حالت از افزایش بیش از حد فشار ترمز وقتی راننده روی پدال فشار می‌آورد، جلوگیری می‌کند

در حالت سوم سوپاپ مقداری از فشار ترمز را کم می‌کند.

پمپ

چون سوپاپ می‌تواند فشار ترمز را کم کند باید به طریقی این فشار از دست رفته را جبران کرد و این کاری است که پمپ انجام می‌دهد. بعد از اینکه سوپاپ فشار را در یک ترمز کم کرد پمپ دوباره فشار ایجاد می‌کند.

کنترل کننده

کنترل کننده یک پردازنده است که با توجه به حسگرهای سرعت، سوپاپ‌ها را کنترل می‌کند.

ترمز ضد قفل هنگام عمل کردن

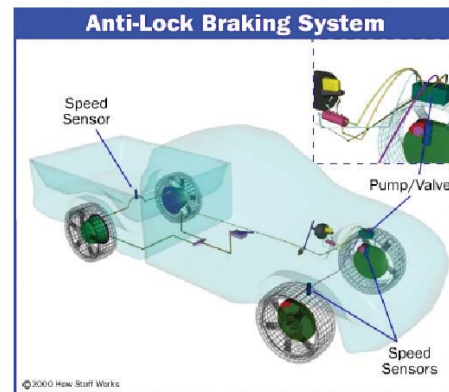
انواع مختلف و الگوریتم‌های کنترل گوناگونی برای ترمزهای ضد قفل وجود دارد، ما درباره طرز کار یکی از ساده‌ترین انواع آن توضیح می‌دهیم.

کنترل کننده همیشه حسگرهای سرعت را کنترل می‌کند و به دنبال کاهش سرعت غیرمعمول در چرخ‌ها می‌گردد. دقیقاً قبل از اینکه چرخ قفل کند کاهش سرعت شدیدی را تجربه می‌کند اگر این چرخ کنترل نشود بسیار زودتر از زمانی که خودرو برای متوقف شدن نیاز دارد قفل خواهد کرد. یک خودرو که با سرعت ۶۰ مایل در ساعت حرکت می‌کند در شرایط ایده‌آل حدود ۵ ثانیه زمان لازم دارد تا بایستد اما یک چرخ در کمتر از یک ثانیه از چرخیدن می‌ایستد و قفل می‌کند.

کنترل کننده می‌داند که یک چنین کاهش سرعتی در چرخ‌ها غیرممکن است. بنابراین در چرخ که کاهش سرعت غیر معمول داشته فشار ترمز را کاهش می‌دهد تا زمانی که حسگر آن چرخ افزایش سرعت را ثبت کند آنگاه کنترل کننده دوباره فشار ترمز را افزایش می‌دهد تا اینکه حسگرها کاهش سرعت را گزارش کنند. کنترل کننده این کار را بسیار سریع و قبل از آنکه تاثیر تغییر سرعت

نگه داشتن ناگهانی یک اتومبیل در جاده لغزنده می‌تواند بسیار خطرناک باشد. ترمزهای ضد قفل خطرهای این واقعه ترسناک را کاهش می‌دهد. در واقع روی سطوح لغزنده حتی راننده‌های حرفه‌ای بدون ترمزهای ضد قفل نمی‌توانند به خوبی یک راننده معمولی با ترمزهای ضد قفل ترمز کنند.

مکان ترمزهای ضد قفل



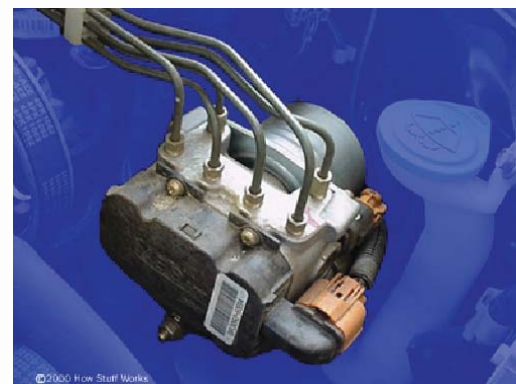
در این مقاله ما همه چیز را درباره ترمزهای ضد قفل یاد می‌گیریم؛ اینکه چرا به آنها نیاز داریم، چه چیزهایی در آنها به کار رفته است، چگونه کار می‌کنند، بعضی از انواع رایج و بعضی از مشکلات مربوط به آن.

بدست آوردن یک مفهوم کلی از ترمزهای ضد قفل:

تئوری ترمزهای ضد قفل بسیار ساده است. یک چرخ در حال لیز خوردن (به طوری که سطح تماس تایر نسبت به زمین سر بخورد) نسبت به چرخ که لیز نمی‌خورد نیروی اصطکاک کمتری دارد. اگر با اتومبیل خود در یخ گیر کرده باشید می‌دانید که اگر چرخ‌ها بچرخند هیچ نیروی جلو بری به اتومبیل وارد نمی‌شود زیرا سطح تماس چرخ نسبت به یخ لیز می‌خورد.

ترمزهای ضد قفل با جلوگیری از سر خوردن چرخ‌ها در هنگام ترمز کردن، دو مزیت را بوجود می‌آورند: اول اینکه خودرو زودتر متوقف می‌شود و دوم اینکه می‌توان خودرو را هنگام ترمز کردن نیز هدایت کرد.

در ترمزهای ضد قفل چهار بخش اصلی وجود دارد:



زیادی داشته باشد انجام می دهد نتیجه این است که حرکت چرخ ها با همان شدتی که از سرعت خودرو کم می شود کند می گردد و ترمزها چرخ ها را نزدیکی نقطه قفل کردن نگه می دارند که این به سیستم بیشترین نیروی ترمز را می دهد. وقتی ترمز ضد قفل در حال کار کردن است شما ضربات منظمی در پدال ترمز احساس می کنید که به خاطر باز و بسته شدن سریع سوپاپ ها است. بعضی از ترمزهای ضد قفل تا ۱۵ بار در ثانیه این کار را انجام می دهند.

انواع ترمزهای ضد قفل:

ترمزهای ضد قفل طراحی های مختلفی دارند که به نوع ترمز به کار رفته بستگی دارد. ما به آنها بر اساس تعداد کانال ها (تعداد سوپاپ هایی که به طور جداگانه کنترل می شوند) و تعداد حسگر های سرعت اشاره می کنیم:

■ ترمز ضد قفل با چهار کانال و چهار حسگر سرعت: این بهترین طراحی است که در آن برای هر چرخ حسگر و سوپاپ جداگانه ای وجود دارد با این روش کنترل گر هر چرخ را به طور مجزا بررسی می کند تا به هر چرخ بیشترین

نیروی اصطکاک وارد شود.

■ سه کانال و سه حسگر: این روش بیشتر در وانت ها و کامیون ها با چهار چرخ ضد قفل استفاده می شود و در آن برای هر چرخ جلو یک حسگر و یک سوپاپ وجود دارد اما برای دو چرخ عقب فقط یک حسگر و یک سوپاپ وجود دارد. حسگر سرعت چرخ های عقب روی محور عقب قرار دارد.

در این حالت برای هر چرخ جلو کنترل جداگانه وجود دارد بنابراین چرخ های جلو به بیشترین نیروی ترمزی می رسند. چرخ های عقب قبل از فعال شدن سیستم ضد قفل، قفل می کنند. با این سیستم ممکن است یکی از چرخ های عقب هنگام ترمز کردن قفل کند که نسبت به حالت چهار کاناله باعث کاهش کارایی ترمز می شود.

■ یک کانال و یک حسگر: این سیستم در وانت ها و کامیون ها با محور عقب ضد قفل وجود دارد که یک سوپاپ برای کنترل هر دو چرخ عقب و یک حسگر سرعت واقع در محور عقب دارد.

آشنایی با بیرینگ ها (قسمت اول)

LM rails

Adaptor sleeves

۱۶ ریل های بیرینگ خطی

۱۷ پوش بلبرینگها

۱۸ بیرینگهای خاص.

بارگذاری (Load)

الف - مقدار بار

مقدار بار فاکتوریست که معمولاً اندازه بیرینگ را تعیین می کند. معمولاً رولبرینگها، بار بیشتری نسبت به بلبرینگها تحمل می کنند (در ابعاد یکسان) و نیز بلبرینگهایی که قفسه ندارند دارای تحمل بار بیشتری نسبت به نوعی که قفسه دارند هستند.

ب - جهت بار Direction of load

بار شعاعی: (Radial load) بیرینگهایی که قادر به تحمل بار شعاعی هستند، تحت عنوان کلی بیرینگ شعاعی طبقه بندی می شوند. بیرینگهای شعاعی معمولاً علاوه بر بار شعاعی قادر به تحمل بار محوری نیز هستند، به استثنای آن دسته از رولبرینگهای استوانه ای که یکی از حلقه های آن از یک یا دو طرف لبه ندارند.

بار محوری (Axial load)

بلبرینگهای کف گرد و بلبرینگهای با چهار نقطه تماس، مناسب ترین بیرینگها جهت تحمل بارهای محوری هستند.

بار مرکب (Combined load)

بار مرکب شامل یک بار شعاعی و یک بار محوری است. قدرت تحمل بار محوری یک بیرینگ بستگی به زاویه تماس (a) دارد، هرچه این زاویه بزرگ تر باشد قدرت تحمل بار محوری نیز بیشتر می شود. قدرت تحمل بار محوری بلبرینگهای شیار عمیق بستگی به لقی داخلی بیرینگ دارد. در مورد بارهای مرکب، پر مصرف ترین بیرینگها، با تماس زاویه ای یک یا دو ردیفه و نیز رولبرینگهای مخروطی هستند.

بار ممان (Moment load)

وقتی بار بصورت خارج از مرکز بر بیرینگ اعمال می شود، این امر باعث ایجاد بار به صورت ممان می شود. بیرینگهای دو ردیفه با شیار عمیق با تماس زاویه ای برای خنثی کردن این بارها مناسب هستند. بهتر از آن ها بیرینگهای تک ردیفه با تماس زاویه ای یا مخروطی هستند که به صورت دو تایی جفت شده باشند.

ناهمراستایی (Misalignment)

ناهمراستایی بین شافت و محفظه در بیرینگهای صلب تولید اشکال می کند. در اینگونه موارد باید از بلبرینگهای خود تنظیم یا رولبرینگهای بشکهای و کف گرد استفاده کرد. مقدار مجاز ناهمراستایی در هر بیرینگ در قسمت اطلاعات فنی آن بیرینگ توسط سازندگان آنها ارائه می شود.

امروزه بیرینگها در انواع مختلف و در ابعادی بسیار وسیع در سراسر دنیا تولید می شود و در شرکت میراب نیز با توجه به تعداد ماشین آلات و تجهیزات تولیدی، انواع مختلف و تعداد متنابهی از بیرینگها مورد مصرف هستند. بی شمار اتفاق افتاده است که در هنگام تعمیر ماشین آلات مجبور به تعویض بیرینگ معیوب می شویم ولی این قطعه آن چنان از بین رفته است که خواندن شماره آن از روی بدنه غیر ممکن است، اگر قبلاً با مجموعه بیرینگها، کاربرد هر کدام از آنها، و نحوه شماره بندی آشنا باشیم از صرف زمان بیهوده برای یافتن نمونه مشابه در بازار جلوگیری کرده ایم.

در این فرصت، سعی می شود ضمن دسته بندی تمامی بیرینگهای استاندارد به معرفی بارگذاری اعمال شده بر روی بیرینگها بپردازیم، و در قسمت های آینده به نحوه کد بندی هر گروه از بیرینگها می پردازیم. نکته مهمی که در ابتدا در مورد نامگذاری باید بدان اشاره نمود این است که بلبرینگ Ball bearing آن دسته از بیرینگهایی است که در آن ساچمه به کار رفته است و نمونه های دیگر رولر بیرینگها Roller bearing هستند و مجموعه خانواده، بیرینگ Bearing نامیده می شود ولی در اصطلاح عوام به بیرینگ، بلبرینگ گفته می شود که اشتباه است.

در این خصوص با بررسی کتب و منابع مختلف بالاخص کاتالوگ های سازندگان، بیرینگها به ۱۸ گروه مجزا دسته بندی شده اند که به شرح ذیل است:

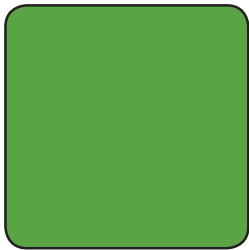
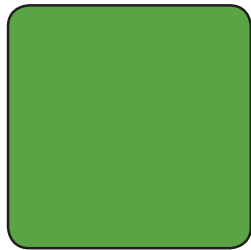
- | | | |
|----|--------------------------------|-----------------------------------|
| 1 | بلبرینگهای شیار عمیق | Deep groove ball bearing |
| 2 | بلبرینگهای خود تنظیم | Self-aligning ball bearing |
| 3 | بلبرینگهای تماس زاویه ای | Angular contact ball bearing |
| 4 | رولبرینگهای استوانه ای | Cylindrical roller bearings |
| 5 | رولبرینگ های سوزنی | Needle roller bearings |
| 6 | رولبرینگ های بشکه ای | Spherical roller bearings |
| 7 | رولبرینگ های مخروطی | Taper roller bearings |
| 8 | رولبرینگ های استوانه ای کف گرد | Cylindrical roller thrust bearing |
| 9 | بیرینگ های کف گرد | Thrust ball bearing |
| 10 | رولبرینگ های سوزنی کف گرد | Needle roller thrust bearings |
| 11 | رولبرینگ های بشکه ای کف گرد | Spherical roller thrust bearings |
| 12 | مجموعه بیرینگ های ایگرگ | Y-Bearing units |
| 13 | محفظه های بیرینگ ایگرگ | Y-Bearing housing |
| 14 | محفظه های بیرینگ | Bearing housings |
| 15 | بیرینگ های خطی | Linear bearings |



مرتضی غنی زاده
کارشناس هیدرولیک
دبیرتلفن فنی و مهندسی میراب



روانشناسی



- پلی میان ذهن و اهداف
- اضطراب: یادم تو را فراموش ...
- از نظر من، تو آدم تاثیرگذاری هستی...

پلی میان ذهن و اهداف



چکیده: رهبری یک سازمان برای انطباق با تغییرات و به منظور بقا و رشد در محیط‌های جدید، ویژگی‌های خاصی را می‌طلبد که عموماً مدیران برای پاسخ به آنها با مشکلات بسیاری مواجه می‌شوند. یکی از مهمترین خصیصه‌ها که می‌تواند به رهبران و مدیران در پاسخ به این تغییرات کمک کند، هوش هیجانی است. هوش هیجانی موضوعی است که سعی در تشریح و تفسیر جایگاه هیجان‌های و احساسات در توانمندی‌های انسانی دارد. مدیران برخوردار از هوش هیجانی، رهبران مؤثری هستند که اهداف را با حداکثر بهره‌وری، رضایت‌مندی و تعهد کارکنان محقق می‌سازند.

هیجانی این است که توانایی‌های هوش هیجانی ذاتی نیستند، آنها می‌توانند آموخته شوند.

ابعاد هوش هیجانی در مدیریت و رهبری

گلمن، بویاتزیس و ری (۱۹۹۹) نیز اجزای هوش هیجانی را به شرح زیر بیان کرده‌اند:

۱ خودآگاهی:

خودآگاهی یا تشخیص احساس در همان زمان که در حال وقوع است، بخش مهم و کلیدی هوش هیجانی را تشکیل می‌دهد. توانایی کنترل و اداره لحظه به لحظه احساسها نشان از درک خویشستن و بصیرت روان شناسانه دارد. مدیران و رهبرانی که درجه ای بالا از خود آگاهی دارند، با خود و دیگران صادق هستند و می‌دانند که چگونه احساسهایشان بر آنها، سایر مردم و عملکرد شغلی‌شان تاثیر می‌گذارد. آنها با یک احساس قوی از خودآگاهی، با اعتماد به نفس و در استفاده از قابلیت‌هایشان کوشا هستند و می‌دانند چه وقت درخواست کمک کنند.

۲ خودنظم‌دهی:

کنترل و اداره احساسات مهارتی است که بر پایه خود آگاهی شکل می‌گیرد. مدیران و رهبران قادرند محیطی از اعتماد و انصاف خلق کنند. عامل خود نظم‌دهی به دلایل رقابتی بسیار مهم است، زیرا در محیطی که سازمانها مستهلک می‌شوند و فناوری کار با سرعتی گپیچ کننده تغییر شکل می‌یابد. فقط افرادی که بر هیجان‌هایشان تسلط یافته‌اند، قادر به انطباق با این تغییرها هستند.

۳ انگیزش

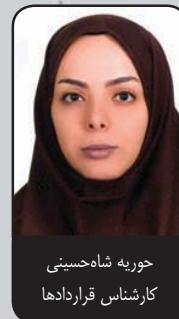
هدایت احساسها در جهت رسیدن به اهداف برای تمرکز توجه و ایجاد انگیزه در خود بسیار مهم است. کنترل احساسها زمینه ساز هر نوع مهارت وموفقیت است و کسانی که قادرند احساسهای خود را به موقع برانگیزانند، در هر کاری که به آنان واگذار شود، سعی می‌کنند مولد وموثر باشند. رهبران با انگیزه برای رسیدن به ماورای انتظارهای خود و هرکس دیگر حرکت می‌کنند. کلید واژه این رهبران، پیشرفت است. رهبرانی که بالقوه رهبر هستند، میل به پیشرفت در آنها درونی شده و برای رسیدن به پیشرفت برانگیخته می‌شوند. شور، اولین علامت رهبران با انگیزه است که به وسیله آن عشق به یادگیری دارند، به انجام خوب شغل مبادرت می‌کنند و یک انرژی خستگی ناپذیر برای بهتر انجام دادن کارها نشان می‌دهند. تعهد سازمانی علامت دیگر است. وقتی افراد شغلهشان را برای خودش دوست دارند. به سازمانی که در آن مشغول بکارند، احساس تعهد می‌کنند و به طور قابل ملاحظه ای موقعی که علائم بر ضد آنهاست، خوشبین باقی می‌مانند.



امروزه بسیاری از سازمان‌ها دستخوش تغییرند و هرگونه تغییر نیازمند کارکنان و مدیرانی است که انطباق‌پذیر بوده و با تغییرها سازگار شوند. در این میان تعامل اجتماعی به شیوه‌ای شایسته و ثمربخش برای بیشتر مدیران و رهبران به عنوان عنصر کلیدی در مدیریت تغییرهای سازمانی اهمیت فزاینده‌ای دارد.

بررسی‌ها نشان داده است که گویی رقابت آینده را، مدیرانی خواهند برد که بتوانند به طور اثربخش و نتیجه‌بخش با منابع انسانی خودارتباط برقرار کنند. در این زمینه هوش هیجانی یکی از مولفه‌هایی است که می‌تواند به میزان زیادی در روابط مدیران با اعضای سازمان نقش مهمی ایفا کند و به گفته گلمن (۱۹۹۸) شرط حتمی و اجتناب ناپذیر در سازمان به حساب می‌آید. اخیراً برخی از دانشمندان نیز دریافته‌اند که هوش هیجانی با اهمیت‌تر از بهره هوشی (IQ) برای یک مدیر و رهبر است.

امروزه هوش هیجانی به عنوان نوعی هوش تبیین شده است که هم شامل درک دقیق هیجان‌های خود شخص و هم تعبیر دقیق حالات هیجانی دیگران است. هوش هیجانی، فرد را از نظر هیجانی ارزیابی می‌کند، به این معنی که فرد به چه میزانی از هیجان‌ها و احساس‌ها خودآگاهی دارد و چگونه آنها را کنترل و اداره می‌کند. نکته قابل توجه در راستای هوش



حوریه شاه‌حسینی
کارشناس قراردادها

۴ همدلی

توانایی دیگری که براساس خودآگاهی هیجانی شکل می‌گیرد، همدلی با دیگران است که نوعی مهارت مردمی محسوب می‌شود. رهبران همدلی سعی می‌کنند همه را راضی کنند. آنها با ملاحظه و فکر، احساسهای کارکنان را همراه با سایر عوامل در تصمیم‌گیریها در نظر می‌گیرند. امروزه همدلی به عنوان جزئی از رهبری بسیار مهم است، رهبران همدل بیشترین همدردی را با افراد اطرافشان نشان می‌دهند. آنها دانش خود را برای پیشرفت سازمانشان به روشهای ظریف اما با اهمیت استفاده می‌کنند.

۵ مهارت های اجتماعی یا تنظیم روابط با دیگران:

هنر ارتباط با مردم به مقدار زیاد، مهارت کنترل و اداره احساسهای دیگران است. این مهارت نوعی توانایی است که محبوبیت، قوه رهبری و نفوذ شخصی را تقویت می‌کند. رهبران دارای سطوح بالای تواناییهای هیجانی می‌باشند. اغلب با روحیه هستند. افراد ماهر از نظر اجتماعی به حوزه وسیعی از آشناییها و همچنین مهارتها برای ایجاد رابطه تمایل دارند. این افراد در مدیریت گروهها ماهر هستند. مهارتهای اجتماعی می‌تواند به عنوان کلید قابلیت‌های رهبری در اکثر سازمانها در نظر گرفته شود، زیرا وظیفه رهبر انجام کار از طریق دیگر افراد است. در این راستا رهبران به مدیریت موثر روابط نیاز دارند و مهارتهای اجتماعی آن را ممکن می‌سازد. مایر، سالووی و کارسو (۱۹۹۰) نیز برای هوش هیجانی چهاربعد تشخیص داده‌اند که عبارتند از:

۶ شناسایی هیجان‌ها در خود و دیگران:

ضروری‌ترین توانایی مرتبط با هوش هیجانی این است که از هیجان‌ها و احساس‌های خود آگاه باشد. توانایی خودآگاهی به مدیران اجازه می‌دهد تا نقاط قوت و ضعف خود را بشناسند و به ارزش خود اعتماد پیدا کنند. مدیران خود آگاه برای آزمون دقیق روحیات خود از خود آگاهی استفاده می‌کنند و به طور شهودی و از راه درک مستقیم می‌دانند که چگونه دیگران را تحت تاثیر قرار دهند.

۷ کاربرد هیجان‌ها:

کاربرد هیجان‌ها، توانایی استفاده از هیجان‌ها در کمک به کسب نتایج مطلوب، حل مسایل و استفاده از فرصت‌هاست. این مهارت شامل توانایی مهم همدلی و بینش سازمانی است. مدیرانی که از این توانایی برخوردارند. هیجان‌ها و احساس‌های دیگران را بیشتر عملی می‌سازند تا اینکه آنها را حس کنند. آنان نشان می‌دهند که مراقب هستند. علاوه بر این، آنان در زمینه شناخت روند سیاست‌های اداری تخصص دارند. بنابراین، مدیران برخوردار از آگاهی اجتماعی دقیقاً می‌دانند که گفتار و کردارشان بر دیگران تاثیر می‌گذارد و آن قدر حساس هستند که اگر کلام و رفتارشان تاثیر منفی داشته باشد، آن را تغییر می‌دهند.

۸ توانایی درک و فهم هیجان‌ها:

توانایی درک هیجان‌های پیچیده و آگاهی از علل آنها و چگونگی تغییر هیجان‌ها از یک حالت به حالت دیگر را درک هیجان‌ها می‌نامند. مدیرانی که از این توانایی برخوردارند، از این مهارت‌ها در جهت گسترش شور و اشتیاق خود و حل اختلاف‌ها از طریق شوخی و ابراز مهربانی استفاده می‌کنند. آنها به کمک این توانایی‌ها می‌توانند بفهمند که چه چیزی موجب برانگیختن یا عدم برانگیختن افراد یا گروه‌ها می‌شود و در نتیجه می‌توانند همکاری بهتری را با دیگران برنامه‌ریزی کنند.

۹ مدیریت هیجان‌ها:

مدیریت هیجان‌ها، توانایی کنترل و اداره کردن هیجان‌ها در خود و دیگران است. مدیرانی که این توانایی را دارا هستند، اجازه نمی‌دهند بدخلقی‌های گاه و بیگاه در طول روز از آنها سرزنند. آنان از توانایی مدیریت هیجان‌ها به این

منظور استفاده می‌کنند که بدخلقی و روحیه بد را به محیط‌کاری و اداره وارد نکنند یا منشاء و علت بروز آن را به شیوه‌های منطقی برای مردم توضیح دهند. بنابراین، آنها می‌دانند که منشاء این بدخلقی‌ها کجاست و چه مدت ممکن است به طول انجامد.

هوش هیجانی و رهبری گروه:

هوش هیجانی به عنوان یک عامل واسطه‌ای و سازمان دهنده می‌تواند موجب بهبود عملکرد گروه شود. زیرا برای گروه این امکان را فراهم می‌آورد که به طور وسیع و موثر به شکل هماهنگ درآید. همچنین به نظر می‌رسد که گروه‌هایی که از نظر هوش هیجانی در حد پایینی قرار دارند، به وقت بیشتری نیاز داشته باشند تا نحوه کارکردن موثر را در قابل یک گروه هماهنگ تجربه کنند.

روش‌های صحیح اجرای برنامه آموزش هوش هیجانی

در اجرای برنامه‌های هوش هیجانی در سازمان باید به چند اصل مهم توجه داشت. این اصول عبارتند از:

- مشخص کردن اهداف سازمان به طور واضح؛
- ایجاد پیوند بین آموزش و اهداف سازمان؛
- ارزیابی دقیق کارکنان در برنامه آموزشی برای مشخص ساختن توانایی‌های پایه و نیازهای فردی آنان؛
- انطباق طرح برنامه آموزشی با توانایی‌ها و ضعف‌های کارکنان؛
- تهیه و تدوین ساختار جلسه‌ها؛
- استفاده از تمرین‌های عملی، مطالعات موردی و روش ایفای نقش؛
- برقراری ارتباط و پیوند بین آموخته‌ها و تجارب دنیای واقعی کارکنان؛
- فراهم ساختن فرصت‌هایی برای تمرین آموخته‌ها؛
- پیش‌بینی فرصت‌های متعدد برای دادن بازخورد؛
- استفاده از موقعیتهای گروهی برای ایفای نقش و مهمترین رفتارهای اجتماعی و آموزش آنها؛

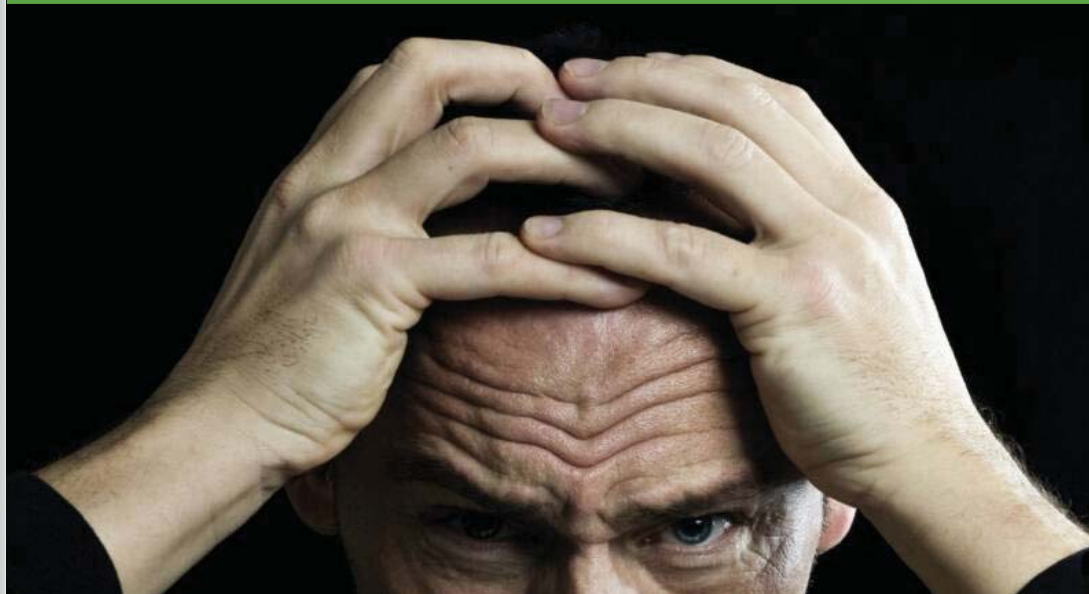
■ نشان دادن نیازهای اختصاصی هر فرد به او به طور خصوصی و محرمانه؛

■ فراهم ساختن منابع حمایتی و تقویتی برای کارکنان در برنامه طی مرحله پیگیری.

نتیجه‌گیری

سازمان‌ها برای اینکه بتوانند در محیط پرتلاطم و رقابتی امروز باقی بمانند، باید خود را به تفکرهای نوین کسب و کار مجهز سازند و به طور مستمر خود را بهبود بخشند. رهبری این گونه سازمان‌ها بسیار حساس و پیچیده است و زمانی این حساسیت دو چندان می‌شود که رهبر با تغییرهای انطباقی روبه رو باشد که بسیار متفاوت از تغییرهای فنی است. مشکلات فنی از طریق دانش فنی و فرآیندهای متداول حل مسئله قابل حل هستند، در حالی که مشکلات انطباقی در برابر این گونه راه حلها متفاوت است. رهبری یک سازمان برای انطباق پذیری با تغییرها و به منظور بقا و رشد در محیط‌های جدید کسب و کار، ویژگی‌های خاصی را می‌طلبد که عموماً مدیران برای پاسخ به آنها با مشکلات بسیاری مواجه می‌شوند. در این زمینه یکی از مهمترین مولفه‌های شخصیتی که می‌تواند به رهبران و مدیران کمک کند، هوش هیجانی است. با توجه به اینکه هوش هیجانی، توان استفاده از احساس و هیجان خود و دیگران در رفتار فردی و گروهی در جهت کسب حداکثر نتایج با حداکثر رضایت است. بنابراین، تلفیق دانش مدیریتی و توانایی‌های هیجانی در مدیریت می‌تواند در سوق دادن افراد به سوی دستیابی به هدف کارساز و مفید باشد.

اضطراب؛ یادم تو را فراموش ...



مصطفی قاسمی
کارشناس روانشناسی

بیش از حد طولانی نشود یا به‌طور مکرر رخ دهد، و یا اینکه دستگاه عصبی بدن نتواند به مرحله مقاومت تنیدگی پایان دهد و بدن برای مدتی طولانی همچنان بسیج باقی بماند. در این صورت بدن فرسوده و در برابر بیماری‌های جسمی و روانی (مانند اضطراب) آسیب‌پذیر می‌شود.

علائم شایع اضطراب

از علائم اضطراب می‌توان موارد زیر را نام برد:

- احساس خستگی
- عصبی بودن و بی‌قراری
- ترس و نگرانی
- بی‌خوابی یا بدخوابی
- تپش قلب و تنفس نامنظم و سریع
- عرق کردن
- سردرد و سرگیجه
- مشکل در تمرکز و حافظه
- لرزش یا پرش عضلات
- تکرر ادرار

علل اضطراب

به‌طور کلی علل اضطراب به سه عامل زیر برمی‌گردد:

■ عوامل زیست‌شناختی و جسمانی:

در افراد مضطرب، میزان بعضی از هورمون‌های موجود در خون غیرعادی است. بنابراین هر آن‌چه که باعث اختلال در سیستم هورمونی شود، برای بدن خطر محسوب می‌شود. بارداری، کم‌کاری یا پرکاری تیروئید، پایین بودن قند خون، وجود غده‌ای در غدد فوق‌کلیوی که هورمون ای‌نفرین تولید می‌کند و بی‌نظمی ضربان‌های قلب از این عوامل هستند.

■ عوامل محیطی و اجتماعی:

با توجه به میحث قبلی که در مورد استرس و راه‌های پیشگیری از آن بود این بار در مورد اضطراب و راه‌های پیشگیری، درمان و ارتباط این دو اختلال را مدنظر قرار خواهیم داد.

اضطراب

اضطراب عبارت است از یک احساس منتشر، ناخوشایند و مبهم هراس و دلواپسی با منشاء ناشناخته، که به فرد دست می‌دهد و شامل عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژی است. وقوع مجدد موقعیت‌هایی که قبلاً استرس‌زا بوده‌اند یا طی آن‌ها به فرد آسیب رسیده است باعث اضطراب در افراد می‌شود. همه انسان‌ها در زندگی خود دچار اضطراب می‌شوند، ولی اضطراب مزمن و شدید غیرعادی و مشکل‌ساز است. تحقیقات و بررسی‌ها نشان می‌دهند که اضطراب در خانم‌ها، طبقات کم‌درآمد و افراد میان‌سال و سال‌خورده بیشتر دیده می‌شود.

تنیدگی (استرس) یا اضطراب

استرس و اضطراب کلماتی هستند که در زندگی روزمره، برای توصیف حالات و احساسات بسیار استفاده می‌شوند: به‌طور مثال، به‌هنگام سخنرانی در برابر جمع، به‌هنگام امتحان، به‌هنگام مشکلات مادی، تأخیر سر یک قرار و ... هنگامی که در شرایطی چون شرایط فوق، در سخنان خود از این دو کلمه استفاده می‌کنیم، توجه چندانی به تفاوت موجود میان آن دو نداریم. ولی به‌طور مثال هنگام سخن گفتن از مشکلات روحی شایع در کودکان و نوجوانان، باید دقیق‌تر بود و تفاوت میان استرس و اضطراب را به خوبی درک کرد. در روان‌شناسی، اضطراب مرحله پیشرفته استرس مزمن است، که هنگامی به صورت یک مشکل بهداشت روانی در می‌آید که برای فرد یا اطرافیان رنج و ناراحتی به‌وجود آورد یا مانع رسیدن او به اهدافش شود و یا در انجام کارهای روزانه و عادی او اختلال ایجاد کند. اضطراب هنگامی در فرد بروز می‌کند که شرایط استرس‌زا در زندگی او

عوامل اجتماعی و ارتباطی بسیاری باعث به وجود آمدن اضطراب در افراد می‌شود، مانند مشکلات خانوادگی، احساس جدایی و طردشدگی،... از عوامل محیطی می‌توان تغییرات ناگهانی و غیرمنتظره را، همچون زلزله، بیماری، مرگ یکی از نزدیکان... نام برد.

عوامل ژنتیکی و ارثی:

یکی از مهم‌ترین عوامل اضطراب ژنتیک است و احتمال اضطراب در فرزندان افراد مضطرب بسیار بالا است. البته الگو قرار دادن رفتار پدر و مادر و یادگیری و تکرار کارهای آنان نقش مهمی در اضطراب فرزندان دارد (عامل اجتماعی)، ولی تحقیقات و بررسی‌های انجام شده بر روی حیوانات و دوقلوهایی که با هم یا جدا از هم زندگی می‌کنند و از والدین مضطرب به دنیا آمده‌اند، نشان می‌دهند که عوامل ژنتیکی نیز بسیار مؤثرند. با این وجود باور نمی‌رود که ژن به خصوصی در این مورد نقش داشته باشد، بلکه ترکیب بعضی از ژن‌ها چنین پیامدی را به دنبال دارد. طبق آخرین تحقیقات به نظر می‌رسد که عوامل ژنتیکی در بعضی انواع اضطراب مانند اختلال هراس و ترس از مکان‌های باز نقش زیادی دارد.

عوامل جانبی مؤثر در ابتلا به اضطراب

طبق گفته‌های بعضی از متخصصان، تغذیه‌ی نادرست نیز در ابتلا به اضطراب نقش دارد. کمبود بعضی از اسید آمینه، منیزیم، اسید فولیک و ویتامین B12، باعث تسریع در ابتلا به آن می‌شوند.
استفاده از مواد مخدر و داروهای روان‌گردان
برخی از ضایعه‌های مغزی (که باعث ایجاد علایمی شبیه به علایم اختلال وسواس می‌شوند).

انواع اختلالات اضطرابی

به طور کلی اختلالات اضطرابی شش نوع دارند که هر کس می‌تواند به یک یا چند نوع از آن دچار باشد که در این جا ما فقط به ذکر نام آنها اکتفا می‌کنیم امیدوارم در شماره بعدی میراب بتوان انواع اختلالات اضطرابی را تعریف نمایم.

اختلال اضطراب فراگیر یا منتشر Generalized Anxiety Disorder

اختلال هراس Panic Disorder

ترس‌های ساده یا اختصاصی Simple Phobia

اختلال اضطراب اجتماعی Social Phobia

اختلال وسواس Post-Traumatic Stress Disorder

اختلال تنش‌زای پس از رویداد Prozac

راه‌های پیشگیری از اضطراب

برای جلوگیری از اضطراب راه‌های مختلفی وجود دارند. می‌توان موارد زیر را مثال زد:

رژیم غذایی سالم: استفاده از غذاهای متنوع و حاوی انواع مواد لازم به میزان متعادل در حفظ سلامت بدن نقش اساسی دارد.

فعالیت بدنی به طور منظم: ورزش کردن به خصوص به طور منظم یکی از راه‌های پیشگیری و درمان اضطراب است. پیاده روی تند و سریع به مدت ۴۰ دقیقه میزان اضطراب را به طور متوسط تا ۱۴ درصد کاهش می‌دهد. به علاوه، ورزش کردن باعث بالا رفتن کارایی دستگاه تنفسی و گردش خون، حفظ تعادل وزن و شادابی فرد می‌شود. ورزش‌هایی نیز چون یوگا باعث افزایش آرامش می‌شوند و در جلوگیری از اضطراب بسیار مفیدند.
افزایش اعتماد به نفس: اعتماد به نفس بالا باعث می‌شود تا بدن بتواند از حداکثر از نیروی خود برای مقابله با استرس استفاده کند.

عدم گوشه نشینی و اجتماعی بودن: هنگامی که افراد دچار فشار روانی می‌شوند، به طور غریزی از صحنه عمل و اجتماع کناره‌گشوده و به گوشه‌ای پناه می‌برند، در حالی که گوشه‌گیری باعث تشدید استرس می‌شود. ارتباط با افراد و دوستان، به خصوص کودکان که می‌توانند فرد را به خنده وادارند، باعث از یاد رفتن نگرانی حتی برای مدتی کوتاه می‌شود.

حمایت اجتماعی: وجود حمایت اجتماعی در زندگی هر فرد باعث می‌شود تا او در مقابل بحران‌های زندگی برای دفاع از خود سپری داشته باشد که به آن تکیه کند. حمایت اجتماعی، احساس امنیت و اعتماد به نفس را افزایش می‌دهد و فرد را در مقابل استرس و فشار روانی مقاوم تر می‌سازد.

اندیشیدن به زمان حال: اندیشیدن به زمان حال و کنار گذاشتن رؤیایا و آرزوها برای موقعیت‌های مناسب تر آرامش ذهنی را افزایش می‌دهد. همچنین مشغول کردن ذهن به کاری که در حال انجام است و فکر نکردن به زمینه‌های اضطراب‌زای آن بسیار مؤثر است.

کسب اطلاعات در مورد شرایط تنش زا: بی‌اطلاعی از موقعیت فشارآور باعث استرس و اضطراب بیش تری در افراد می‌شود. کسب آگاهی و اطلاع از شرایط و مواردی که با آن‌ها مواجه خواهد شد سبب می‌شود که کمتر دچار نگرانی و دلواپسی شود. به طور مثال در جریان گذاشتن بیماران از نحوه عمل و دردهای پس از آن باعث می‌شود تا آنان کمتر دچار اضطراب شوند.

خندیدن: خنده از سالمترین راه‌های جلوگیری از فشار روانی است. به هنگام خنده هورمونی ضد درد (که باعث احساس خوشی و سلامتی در شخص می‌شود) در مغز آزاد می‌شود و میزان هورمونهای استرس زا در خون پایین می‌آید.

ابراز هیجان بر روی کاغذ: نوشتن ساده هیجانات و احساسات بر روی کاغذ موجب تسکین فشارهای روانی ناشی از رویدادهایی چون از دست دادن شغل، مشکلات خانوادگی و ... می‌شود.

درمان اضطراب

بعضی از موارد اضطراب اصولاً بیماری نیستند و بدون نیاز به پزشک می‌تواند درمان شود. به این موارد، اضطراب طبیعی می‌گویند که طی آن اضطراب به خوبی توسط بیمار کنترل و برطرف می‌شود (مثل اضطراب ناشی از امتحان). اضطراب طبیعی می‌تواند با روشهایی از قبیل حمام گرفتن به مدت طولانی، تنفس عمیق، صحبت کردن با شخصی مورد اعتماد، استراحت در یک اتاق تاریک و ... تحت کنترل درآید.

مراجعه به پزشک زمانی ضروری می‌شود که خود درمانی فرد جواب ندهد، یا فرد دچار هراس بیش از حد یا علایمی جدید و غیر قابل توجیه شود. در آن صورت پزشک درمان دارویی یا درمان غیر دارویی (روش‌های کلاسیک) را به او پیشنهاد می‌کند. از داروهایی که امروزه برای درمان اضطراب مورد استفاده قرار می‌گیرند می‌توان فلوکستین (پروزاک)، داروهای از خانواده بنزودیازپین‌ها (برای مدت کوتاه)، سرتالین و ... را مثال زد. درمانهای دارویی گاه در برخی بیماران دارای عوارضی هستند. از بین درمانهای غیردارویی می‌توان تن‌آرامی (آرام‌سازی)، حساسیت زدایی، توقف تفکر، سرمشق دهی و ... را مثال زد. در این روش‌ها به بیمار آموزش داده می‌شود که بدن خود را برای مقابله مؤثر و مستقیم با عوامل تنش‌زا آماده کند.

منابع

[۱] آسیب شناسی روانی ۲ و ۱ تالیف: سلیمان و همکاران ترجمه: یحیی سید محمدی

[۲] بهداشت روانی نویسنده: اندروا. سایپگنتون ترجمه: حمیدرضا حسین شاهی

[۳] <http://passeportsante.net>

از نظر من، تو آدم تاثیرگذاری هستی...



زنی را گسترش دهند و ببینند چه اثری روی مردم می‌گذارد. آن شب، رییس شرکت به خانه آمد و در کنار پسر ۱۴ ساله‌اش نشست و به او گفت:

امروز یک اتفاق بساور نکردنی برای من افتاد. من در دفترم بودم که یکی از کارمندانم وارد شد و به من گفت که مرا تحسین می‌کند و به خاطر نبوغ کاری‌ام، روابانی آبی به من داد.

می‌توانی تصور کنی؟

او فکر می‌کند که من یک نابغه هستم!

او سپس آن روابان آبی را به سینهام چسباند که روی آن نوشته شده بود: «من آدم تاثیرگذاری هستم.»

سپس ادامه داد: او به من یک روابان اضافی هم داد و از من خواست به وسیله آن از کس دیگری قدردانی کنم. هنگامی که داشتیم به سمت خانه می‌آمدم، به این فکر می‌کردم که این روابان را به چه کسی بدهم و به فکر تو افتادم. من می‌خواهم از تو قدردانی کنم.

مشغله کاری من بسیار زیاد است و وقتی شب‌ها به خانه می‌آیم توجه زیادی به تو نمی‌کنم. من به خاطر نمرات درسی‌ات که زیاد خوب نیستند و به خاطر اتاق خوابت که همیشه نامرتب و کثیف است، سر تو فریاد می‌کشم. اما امشب، می‌خواهم کنارت بنشینم و به تو بگویم که چقدر برایم عزیزی و می‌خواهم بدانی که تو بر روی زندگی من تاثیرگذار بوده‌ای.

تو در کنار مادرت، مهم‌ترین افراد در زندگی من هستی. تو فرزند خیلی خوبی هستی و من دوستت دارم. آن گاه روابان آبی را به پسرش داد.

پسر که کاملاً شگفت زده شده بود به گریه افتاد. نمی‌توانست جلوی گریه‌اش را بگیرد. تمام بدنش می‌لرزید. او به پدرش نگاه کرد و با صدای لرزان گفت: «پدر، امشب قبل از این که به خانه بیایی، من در اتاقم نشسته بودم و نامه‌ای برای تو و مامان نوشتم و برایتان توضیح دادم که چرا به زندگیم خاتمه دادم و از شما خواستم مرا ببخشید.»

من می‌خواستم امشب پس از آن که شما خوابیدید، خودکشی کنم. من اصلاً فکر نمی‌کردم که وجود من برایتان اهمیتی داشته باشد. نامه‌ام بالا در اتاقم است. پدرش از پله‌ها بالا رفت و نامه پرسوز و گداز پسرش را پیدا کرد. فردا که رییس به اداره آمد، آدم دیگری شده بود. او دیگر سر کارمندان غر نمی‌زد و طوری رفتار می‌کرد که همه کارمندان بفهمند که چقدر بر روی او تاثیرگذار بوده‌اند.

مدیر جوان به بسیاری از نوجوانان دیگر در برنامه‌ریزی شغلی کمک کرد... یکی از آن‌ها پسر رییسش بود و همیشه به آن‌ها می‌گفت که آن‌ها در زندگی او تاثیرگذار بوده‌اند.

و به علاوه، بچه‌های کلاس، درس با ارزشی آموختند:

«انسان در هر شرایط و وضعیتی می‌تواند تاثیرگذار باشد.»

همین امروز از کسانی که بر زندگی شما تاثیر مثبت گذاشته‌اند قدردانی کنید. یادتان نرود که روابان آبی را از طریق ایمیل هم می‌توان فرستاد!

من این روابان آبی را همراه با این روایت به همه کسانی که روی زندگیم تاثیر گذاشتند و با مهربانی درس‌های بزرگ زندگی را به من دادند تقدیم می‌کنم.

پیشنهاد می‌کنم شما هم همین کار رو بکنید...

منبع: خانه مدیران جوان

آموزگاری تصمیم گرفت که از دانش‌آموزان کلاسش به شیوه جالبی قدردانی کند.

او دانش‌آموزان را یکی‌یکی به جلوی کلاس می‌آورد و چگونگی اثرگذاری آن‌ها بر خودش را بازگو می‌کرد.

آن گاه به سینه هر یک از آنان روابانی آبی رنگ می‌زد که روی آن با حروف طلائی نوشته شده بود:

«من آدم تاثیرگذاری هستم.»

سپس آموزگار تصمیم گرفت که پروژه‌های برای کلاس تعریف کند تا ببیند این کار از لحاظ پذیرش اجتماعی چه اثری خواهد داشت.

آموزگار به هر دانش‌آموز سه روابان آبی اضافی داد و از آن‌ها خواست که در بیرون از مدرسه همین مراسم قدردانی را گسترش داده و نتایج کار را دنبال کنند و ببینند چه کسی از چه کسی قدردانی کرده است و پس از یک هفته گزارش کارشان را به کلاس ارائه نمایند.

یکی از بچه‌ها به سراغ یکی از مدیران جوان شرکتی که در نزدیکی مدرسه بود رفت و از او به خاطر کمکی که در برنامه‌ریزی شغلی به وی کرده بود قدردانی کرد و یکی از روابان‌های آبی را به پیراهنش زد. و دو روابان دیگر را به او داد و گفت:

ما در حال انجام یک پروژه هستیم و از شما خواهش می‌کنم از اتاقتان بیرون بروید، کسی را پیدا کنید و از او با نصب روابان آبی به سینه‌اش قدردانی کنید.

مدیر جوان چند ساعت بعد به دفتر رییسش که به بدرقتاری با کارمندان زیر دستش شهرت داشت رفت و به او گفت که صمیمانه او را به خاطر نبوغ کاری‌اش تحسین می‌کند.

رییس ابتدا خیلی متعجب شد آن گاه مدیر جوان از او اجازه گرفت که اگر روابان آبی را می‌پذیرد به او اجازه دهد تا آن را بر روی سینه‌اش بچسباند.

رییس گفت: البته که می‌پذیرم. مدیر جوان یکی از روابان‌های آبی را روی یقه کت رییسش، درست بالای قلب او، چسباند و سپس آخرین روابان را به او داد و گفت:

لطفاً این روابان اضافی را بگیرید و به همین ترتیب از فرد دیگری قدردانی کنید.

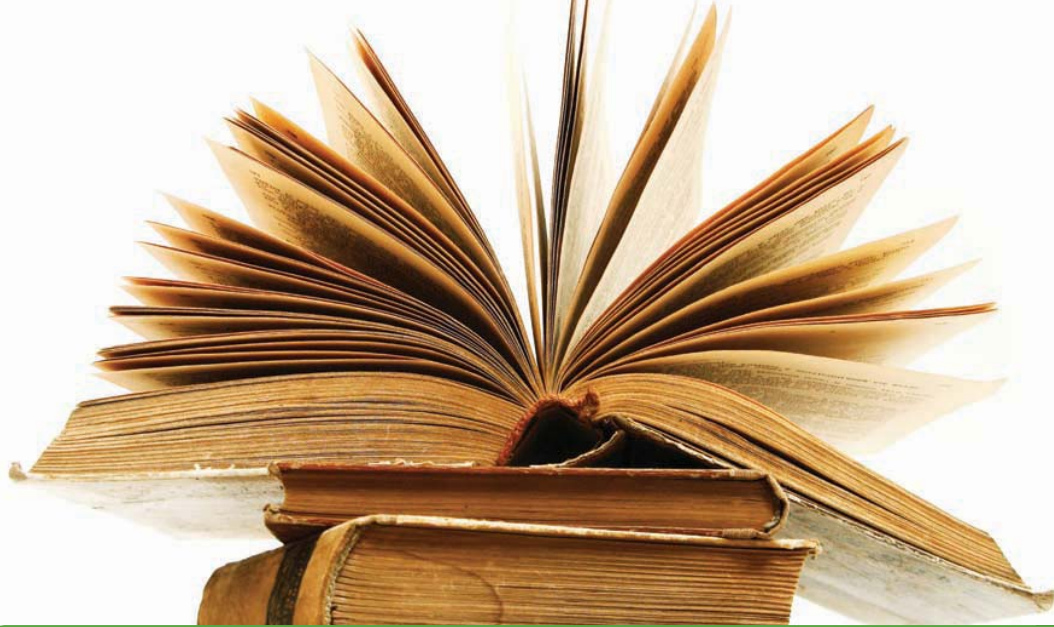
مدیر جوان به رییسش گفت پسر جوانی که این روابان آبی را به من داد گفت که در حال انجام یک پروژه درسی است و آن‌ها می‌خواهند این مراسم روابان



نوروز



- کتاب خواندن ما و کتاب خواندن دیگران
- در جست‌وجوی علل کتاب‌خوانی ما
- غنای ادبیات داستانی ما و فقر مطالعه
- جادوی طبیعت را باور کن
- بسیار سفر باید
- نوروز کهن
- جدول شماره ۱۷



کتاب خواندن ما و کتاب خواندن دیگران

مقایسه میزان هزینه‌هایی که سالانه صرف خرید کتاب در کشورهای اروپایی می‌شود، بپردازیم، انگلستان در این میان، مقام اول را کسب می‌کند و در مقام‌های بعدی به ترتیب آلمان، ایرلند، هلند، فرانسه، ایتالیا و اسپانیا قرار می‌گیرند. می‌توان نتیجه گرفت که در انگلستان، آمار خرید کتاب نسبت به سایر کشورهای اروپایی بالاتر است و اگر بتوان معیار کتابخوانی را تعداد کتاب‌های خریداری شده در هر سال در نظر گرفت، می‌توان گفت که کتابخوان‌ترین مردم اروپا در کشور انگلستان زندگی می‌کنند.

این نتیجه‌گیری پربراه هم نیست چرا که طبق آمار ارائه شده در سایت booksellers.org.uk ۶۰ درصد اروپایی‌بانی که هر سال یک کتاب می‌خرند در انگلستان و ۴۰ درصد در آلمان و اسپانیا زندگی می‌کنند و انگلستان در فهرست آماري تعداد اروپاییانی که هر سال ۱۰ کتاب می‌خرند نیز همچنان صدرنشین است و در جایگاه بعدی این فهرست، کشور فرانسه قرار گرفته است.

به این ترتیب سهم کتاب در اقتصاد انگلستان آنقدر بالاست که در فهرست بزرگترین خرده‌فروشی‌های سال ۲۰۰۷ این کشور، نام فروشگاه کتاب و رسانه HMV Media با یک میلیارد پوند گردش سرمایه در جایگاه بیست‌وششم و سایت آمازون انگلستان با ۶۵۰ میلیون پوند گردش سرمایه در جایگاه پنجاه‌ویکم به چشم می‌خورد. بنابراین کتابفروشی‌های بزرگ انگلستان را می‌توان از نظر نقشی که در توسعه اقتصادی این کشور ایفا می‌کنند در ردیف خرده‌فروشی‌های بزرگ و مشهوری چون «مارکز و اسپنسر»، «سامرفیلد» و «تسکو» قرار داد.

اینکه چرا کتاب نمی‌خوانیم یک بحث است و اینکه برای نخواندن کتاب بهانه‌های خوبی می‌آوریم یک بحث مهمتر. برای نوروژ امسال فکر کردیم تشویق به کتاب خواندن در تمام سال ۱۳۹۰، و نه فقط تعطیلات نوروز، شاید مفید باشد. برای این کار سری به آمار فروش کتاب در کشورهای دیگر می‌زنیم. برای شروع هم از جایی شروع می‌کنیم که همه ما ده‌ها فیلم سینمایی ساخته آن کشور را دیده‌ایم اما از صنعت کتاب در آنجا بی‌خبریم.

درآمد فروش کتاب در آمریکا از صنعت پرسروصدای فیلمسازی چندان دستکمی ندارد، براساس گزارش مالی بزرگترین کتابفروشی‌های این کشور، فروش داخلی کتاب در سال ۲۰۰۸ در مجموع بیش از ۱۳ میلیارد دلار بود.

فروشگاه زنجیره‌ای «بارنز و نوبل» ۴/۶۸ میلیارد دلار، فروشگاه زنجیره‌ای «بوردرز» ۳/۴۱ میلیارد دلار، سایت آمازون ۴/۶۳ میلیارد دلار و سایت BN.com ۴۷۷ میلیون دلار فروش داشته‌اند. در عین حال، آماري که مجله تجارت کتاب سوئد با مقایسه فهرست کتاب‌های پرفروش یک سال در ۱۰ کشور اروپایی (فنلاند، سوئد، انگلستان، فرانسه، اسپانیا، نروژ، هلند، دانمارک، آلمان، اتریش و آمریکا) ارائه داده است، نشان می‌دهد که نویسندگان اغلب کشورهای اروپایی در کشور خود بیشترین خواننده را دارند یعنی به‌طور متوسط حدود ۶۰ درصد از خوانندگان آنها را کتابخوان‌های کشور خودشان تشکیل می‌دهند و این آمار برای آمریکا به ۹۱ درصد می‌رسد.

طبق گزارش چهار ساله اتحادیه کتابفروشان انگلستان، آمار خریداری کتاب در این کشور از سال ۲۰۰۳ تا ۲۰۰۷ با رشد چشمگیری روبه‌رو بوده است؛ اما اگر قرار باشد به



در جست‌وجوی علل کتاب‌خوانی ما

می‌کردند و اینگونه شنیدن و نه خواندن در میان مردم ما و در فرهنگ ما برآمد و عادت همگان شد، فقدان نقش مطالعه در اعتدالی فکری مردم ما یک محصول تاریخی است و نه مقطعی. بزرگترها به یاد می‌آورند که یکی از شخصیت‌های طنز تلویزیون در دوران رژیم پهلوی، آقای مطالعه بود. این کاراکتر همچنان که از نامش بر می‌آید همواره کتابی در دست داشت، در دستشویی، در وان حمام، در سر میز غذا و هر جای ممکن. این قبیل برنامه‌ها در رژیم گذشته، مطالعه را یک کار فنی و گاه مضحک می‌نمایانند، و مسئولان فرهنگی کشورمان، رسانه‌ها، آموزش و پرورش و تمام آنان که می‌توانستند این شغف را بهبود بخشند در این زمینه تلاش نکردند و این کاستی همچنان باقی است. شمارگان ۱۵۰۰ تا ۵۰۰۰ نسخه کتاب برای کشوری چون ایران مناسب نیست. به‌ویژه وقتی با شمارگان چند صد هزار نسخه‌های کتاب در کشورهای اروپایی مقایسه می‌شود. یک مثال دم‌دستی و ساده اینکه کتاب معروف هری پاتر نوشته «جی کی رولینگ» با طوفان خود اروپا و آمریکا را درمی‌نوردد ولی در کشور ما به یک نسیم ملایم تبدیل

کارشناسان معتقدند که ورود صنعت چاپ به کشور ما فاصله بسیار اندکی با ورود دیگر صنایع مانند رادیو و تلویزیون دارد و همین امر سبب شده است که کتاب‌خوانی به عنوان یک فرهنگ و به صورت یک کار نهادینه شده، در نیاید.

پیدایش صنعت چاپ با یک فاصله زمانی ۳۵۰ ساله از صنعت رادیو، کتاب و مطالعه را در میان ملل اروپایی نهادینه کرده است و به همین دلیل است که سینما، تلویزیون و اینک اینترنت و رایانه هیچ‌کدام جای مطالعه را در این جوامع اشغال نکرده است. اما در کشور ما این فاصله بسیار اندک و کمتر از نیم قرن است. در گذشته‌های دور کتابت تنها روش نشر کتب در ایران بود، خوشنویسان، کتاب‌علمای دین و بزرگان ادب را با مشقت فراوان و با صرف وقت بسیار کتابت می‌کردند و حاصل این رنج تنها در اختیار دو گروه قرار می‌گرفت: علما و اهل دانش و خاندان شاهان و متمولین که توان پرداخت اجرت سنگین اینگونه کتاب‌ها را داشتند. و خیل عظیم مردم کوچه و بازار در این جریان، تنها شنونده داستان‌هایی بودند که نقالان در کوچه و بازار و قهوه‌خانه‌ها برای آنان حکایت



می‌شود. این کتاب که پر تیراژترین کتاب در سراسر تاریخ نشر کتاب لقب گرفته است و صف‌های طولی را در جلوی کتاب فروشی‌ها سبب شده است. در کشورهای اروپایی در ۲۵۰ میلیون نسخه به فروش می‌رسد، و در کشور ما با تیراژ ۵۰۰۰ نسخه (حد اکثر تیراژ) به چاپ پنجم یا ششم می‌رسد. خود بخوانید حدیث مفصل از این مجمل.

نقش آموزش و پرورش در کتابخوانی

البته نباید کاسه فقر مطالعه در کشور را بر سر تاریخ شکست. که این قصه در سال‌های اخیر نیز تکرار شده است. آموزش و پرورش که بیش از نیمی از اوقات کودکان و نوجوانان را در طی ۱۲ سال به خود اختصاص می‌دهد و تحت پوشش قرار می‌دهد، زنگ ورزش و هنر دارد، ولی زنگ مطالعه ندارد. کتابخانه‌های مدارس بسیار فقیر و لاغر هستند و عمدتاً به نیازهای مطالعاتی کودکان و نوجوانان پاسخ نمی‌دهند.

طبیعتاً این گروه سنی کتب داستانی، علمی، تخیلی و رمان را بیش از سایر موضوعات می‌پسندیدند ولی معمولاً در کتابخانه مدارس این گونه کتب مغفول می‌مانند. آموزش و پرورش زمان زیادی از دانش‌آموزان را به خود اختصاص می‌دهد بدون آن که نحوه اندیشیدن را به درستی به آنان بیاموزد و به راستی به جز مطالعه آزاد چه راه مطمئن دیگری هست که می‌تواند اندیشیدن و چگونه اندیشیدن را به نونهالان و نوجوانان آموزش دهد.

نقش خانواده‌ها در کتابخوانی

البته آموزش و پرورش تنها مقصر این رویداد نیست. خانواده‌ها بهترین الگوی کودکان و فرزندان خود هستند. والدین به‌خصوص در سال‌های اخیر تمام نیازهای کودک اعم از خوراک و پوشاک و تفریح را پاسخ می‌گویند و حتی گاه در این پاسخ‌گویی راه افراط می‌پیمایند ولی در زمینه خرید کتاب بخل می‌ورزند چرا که مطالعه را اتلاف وقت می‌دانند.

نقش ناشران در کتابخوانی

بیشتر دختران و پسران در سنین نوجوانی به خواندن رمان و کتاب‌های تخیلی روی می‌آورند ولی در سنین بزرگسالی همین اندک مطالعه را به فراموشی می‌سپارند، گویی شرم دارند از اینکه کتاب داستان به دست دیده شوند. ناشران نیز به این سلیقه جامعه چندان پاسخ نمی‌گویند. باگذری به راسته کتاب فروش‌ها در خیابان انقلاب خواهید دید. بیشترین موضوعات کتاب‌ها، فلسفی، علمی، دینی و سیاسی است و از کتاب‌های مطرح ادبیات داستانی، کمتر خبری است.

اگر ناشران سلیقه جامعه را جدی بگیرند، اگر در کنار تبلیغات پفک و چیپس و صد نوع کالای مصرفی دیگر، کتاب نیز (برای تمام سلیقه) تبلیغ شود، اگر آموزش و پرورش گوش خود را بر نصیحت‌های دوستانه اهل فن بگشاید، اگر والدین به آنچه در فکر فرزندشان وجود دارد بیش از آنچه شکمش را انباشته می‌کند، اهمیت دهند، ما با یک جهش مطالعاتی در کشورمان روبرو خواهیم بود. پس از آن شگفت‌زده و شادمان تاثیر آن را در فرهنگ جامعه خواهیم دید. به یاد داشته باشیم که فاصله بین دانسته‌های ما و آنچه ارزش دانستن دارد بسیار زیاد است و این شکاف عظیم تنها با مطالعه پر می‌شود. لحظه‌ای چشم بر این دره عظیم بگشایید، همین دره انرژی لازم را برای مطالعه هر چه بیشتر شما ایجاد می‌کند.

سایت‌های معرفی کتاب

در پایان چند سایت معرفی کتاب را در اختیاران قرار می‌دهیم تا با عضویت رایگان در این سایت‌ها موضوعات مورد نظر خود را سفارش داده و کتب مورد نظر را دریافت دارند.

www.Irantbc.com

www.Ketabnet.com

www.IranBIN.com

نویسندگان بزرگ جهان از شهرزاد قصه‌گو الهام می‌گیرند

غناي ادبيات داستاني ما و فقر مطالعه

کمتر مورد نظر بوده‌اند و با این حال، همه آن‌ها بسیار باستانی‌اند و به قرن نهم یا دهم بازمی‌گردند. این قصه‌ها نخستین بار از قرن ۱۳ به بعد به زبان‌های فرانسوی، انگلیسی و آلمانی ترجمه شدند.

یوسا این مجموعه را پس از هفت نمایش که تابستان امسال در اسپانیا به روی صحنه برد، کامل کرد. این نمایش‌ها با بازی یوسا و «ایتانا سانچز خیجون» به کارگردانی «خوان اوله» به روی صحنه رفتند.

این نمایش که یوسا برای سومین بار در عمرش در نمایشی نقش‌آفرینی کرده بود، در مادرید در برنامه‌ای با عنوان «تابستان در شهر» که دربرگیرنده موسیقی و تئاتر بود، اجرا شد. این اقتباس تئاتری بعداً در سوئیل و سانتاکروز نیز روی صحنه رفت.

او که برای تئاتر از دو شخصیت اصلی استفاده کرده که شاه و همسرش شهرزادند، شخصیت‌های منفی را هم وارد نمایش‌ها کرده که شهرزاد آن‌ها را در قصه‌هایش برای پادشاه بازآفرینی می‌کند.

پادشاه نیز خود شخصیتی منفی است که صدها زن را یک روز پس از ازدواجش با آنها و با این تفکر که همه‌شان خیانتکارند، کشته است. اما خود او اسیر شهرزاد باهوش می‌شود که هر شب برایش قصه‌ای جدید می‌گوید و او می‌خواهد که با ادامه داستان آشنا شود. یوسا در این نسخه از داستان‌هایی استفاده کرده که هیچ‌یک از آنها دیگر همان اثر قبلی نیستند و او ساختار قصه‌ها را برای رسیدن به شکل مدرن قصه تغییر داده است.

وی گفت هدفش از نوشتن این اقتباس «احترام به داستان، سنتی که به قدمت زبان است» بوده و بار دیگر یادآور شد که داستان تلاشی برای مبارزه با بدبختی‌ها و ناامیدی‌های زندگی است. یوسا از داستان‌هایی چون علاءالدین و چراغ جادو، علی بابا و چهل دزد بغداد و سفرهای هفتگانه سندباد بحری استفاده کرده که در نسخه اصلی عربی وجود ندارند.

اثر دیوید فاستر، برنده جایزه نوبل در سال ۱۹۷۲، داستان مشهور قرن هجدهم را از زاویه‌ای دیگر روایت می‌کند؛ پادشاه پارسی قصد دارد هر شب با یک دختر جوان ازدواج کند و صبح آنها را به مسلخ بفرستد. تا این که شهرزاد را ملاقات می‌کند و شهرزاد با کمک گرفتن از قصه هر شب داستانی تازه سر می‌دهد و شاه نیز هر شب برای شنیدن ادامه داستان کشتن او را به تعویق می‌اندازد. او با هزار و یک شب قصه‌گویی جان خود و زنان دیگر کشورش را نجات می‌دهد. در این روند او برای شاه ۳ پسر می‌آورد و تاثیر آنها نیز سرانجام باعث می‌شود تا شهرزاد همسر دایم شاه شود.

دیوید فاستر در این کار داستانی که بر مبنای قصه شهرزاد شکل گرفته، اثری آفریده که شبیه دیگر قصه‌ها نیست. این کتاب را شاهکاری مدرن ارزیابی کرده‌اند که توسط یکی از مهم‌ترین داستان‌نویسان زنده استرالیایی نوشته شده است.

فاستر بیش از ۱۲ رمان منتشر کرده و شماری از آثار غیرداستانی را نیز در کارنامه‌اش دارد. او با «فضای بی‌درخت میان بیشه‌زار» جایزه مایلز فرانکلین را دریافت کرد و با کتاب غیرداستانی «یک سال کم غذا» شهرتی جهانی به دست آورد.

ماریا بورگاس یوسا

ماریا بورگاس یوسا، نویسنده مشهور پرویی و برنده جایزه نوبل امسال، اثری را که اقتباسی از داستان‌های هزار و یک شب است، نوشته است. یوسا در مقدمه‌ای بر این اثر نوشته است: «در تمام دنیای ادبیات، هیچ نمونه‌ای درخشان‌تر از شهرزاد و شهریار در بیان نقش داستان در زندگی انسان وجود ندارد.»

در این اثر که اقتباسی بسیار آزاد و کوتاه از هزار و یک شب است، یوسا از ترجمه‌های مختلف «هزار و یک شب» در نسخه‌های فارسی، هندی و عربی استفاده کرده و مجموعه‌ای از داستان‌های شفاهی یا نوشتاری در این باره را بررسی کرده است. او می‌گوید برخی از داستان‌های این مجموعه از فرهنگ‌های دیگری آمده‌اند که تاکنون

جادوی طبیعت را باور کن



- روزهای شما زندگی تان را می‌سازند. بدون شک، اگر شما روزهایتان را خوب و شاد سپری کنید، عمرتان زیبا سپری خواهد شد. برای لذت بردن از زندگی کافی است اتفاقات روزمره را با شادی و شغف بپذیرید و از آنها به عنوان وسیله‌ای برای پرثمرتر و شادتر ساختن زندگی خود استفاده کنید. یکی از راه‌های لذت بردن از زندگی ادراک زیبایی‌ها و فضایل دیگران و تحسین آنهاست. ما هر روز در محیط اطراف خود با اشکال متفاوتی از زیبایی روبه‌رو می‌شویم و جای بسی تأسف است که این زیبایی‌ها برای بسیاری از مردم عادی شده‌اند، به طوری که دیگر حتی آنها را نمی‌بینند. نکته جالب توجه این است که هر قدر شما به تحسین زیبایی‌ها و نیکی‌ها و استعدادهای دیگران بپردازید، این فضیلت در شما تقویت می‌شود و شادی و شغف بیشتری تجربه خواهید کرد. برای این که در زندگی همیشه شادمان و راضی باشید می‌توانید از راهکارهای زیر بهره بگیرید:
 - هر روز حداقل به یکی از جلوه‌های زیبای طبیعت که در اطراف شما وجود دارد، توجه کنید، مانند طلوع و غروب آفتاب، ابرها، تابش خورشید، بارش برف، رنگین کمان، درختان، آواز پرندگان و میوه‌ها.
 - در زیباسازی محیط زندگی خود بکوشید.
 - به یک قطعه موسیقی آرامش‌بخش گوش کنید و یا به تماشای یک فیلم آرامش‌بخش بنشینید و از احساسی که به شما دست می‌دهد لذت ببرید.
 - از یک موزه بازدید یا یک اثر هنری خریداری کنید و بکوشید زیبایی‌های همه‌جانبه آن را درک و تحسین کنید.
 - واکنش‌های زیبایی‌شناسانه خود را در برخورد با اثر هنری فردی دیگر یادداشت کنید.
 - زیبایی یک بنای قدیمی، یک شعر، یک هنر دستی یا یک لباس را تحسین کنید.
- در مورد معنا و تفسیر زیبایی در فرهنگ‌های مختلف جست‌وجو کنید.
 - پر یک پرند را جلوی رویتان بگذارید و در ذهنتان پرندگان گوناگون را تجسم کنید.
 - در مناسبت‌های مختلف نمای بیرونی منزلتان را تزئین کنید.
 - به کشف زیبایی در چهره یک کودک بپردازید.
 - آثار هنری را در ذهن خود مجسم و به این نکته توجه کنید که این آثار چه تأثیری بر زندگی روزمره شما دارند. آیا آنها سبب می‌شوند که شما احساس شادمانی، موفقیت و کامروایی بیشتری کنید؟
 - از مناظر طبیعی یا افراد مورد علاقه‌تان عکس‌هایی بگیرید و از آنها به عنوان تصویر صفحه کامپیوترتان استفاده کنید.
 - در پایان هر هفته به این بیندیشید که فضایل و نیکی‌های دیگران چه تأثیری بر زندگی شما داشته است.
 - هر روز حداقل یک‌بار به شیء یا شخصی دوست‌داشتنی فکر کنید.
 - یکی از سه برنامه‌ای را که برای این هفته خود در نظر گرفته‌اید انتخاب کنید. به جای این که آن را به صورت ماشینی و سریع انجام دهید بکوشید با دقت و تحسین زیبایی‌های آن به اتمامش برسانید.
 - در نمایشگاه‌های نقاشی، هنرهای دستی، جواهرات و لباس شرکت کنید.
 - حداقل یک بار در روز احساس خوبی را که از دیدن رنگ‌ها، صداها، تصاویر، ایده‌ها، احساسات و یا کلمات به شما دست می‌دهد برای شخص دیگری بازگو کنید.
 - ببینید که دیگران چگونه با کلمات، حرکات، توصیفات و رفتار به تحسین زیبایی‌ها و نیکی‌ها می‌پردازند. از آنها الگو برداری کنید.
 - فضایل اخلاقی شخص دیگری را جست‌وجو و آنها را تحسین کنید.
 - زیبایی همراه با تغییر فصل‌ها را تحسین کنید.

سیزده‌به‌در در آینه رسوم ایرانی

جشن بازگشت به دامان طبیعت



پیوند انسان با طبیعت پیوندی ناگسستنی، دیرینه و به عمر خلقت بشر است و شاید بتوان گفت که از لحظه‌ای که آدم و حوا از بهشت رانده و به زمین تبعید شدند این پیوند شکل گرفت؛ پیوندی که اساس آن را احترام به طبیعت و زمین شکل می‌دهد و خود این حس احترام برانگیخته از ترس و نیاز است. در اولین برخورد و رویارویی با طبیعت، انسان با انبوهی از ناشناخته‌ها مواجه شد؛ ناشناخته‌هایی که به علت دانش ناکافی آدمی اغلب برایش تهدیدگر بود و همین امر نیز باعث برانگیخته شدن حس احترام وی شد، به طوری که زمین مادر همه موجودات پنداشته می‌شد و حفظ احترام آن واجب بود، چرا که زمین ضروریات زندگی انسان را فراهم می‌ساخت. البته به تدریج و همان‌طور که بچه‌ها وقتی بزرگ می‌شوند احترام کمتری به والدین خود می‌گذارند، هرچه علم انسان بیشتر شد طبیعت را مقهور خود کرد این احترام و ترس نیز کمتر شد. اما زمانی که احترام می‌گذاشتیم چه می‌کردیم؟ یکی از روش‌های احترام به طبیعت و قدرانی از آن برگزاری جشن‌هایی است که در فرهنگ‌ها، تمدن‌ها و مذاهب مختلف برپا می‌شود.

در ایران زمین نیز همواره جشن‌هایی برای تحسین طبیعت و قدرانی از آن برگزار می‌شد که یکی از آنها سیزده‌به‌در است؛ جشنی که اگرچه قدمت آن به اندازه خود نوروژ نیست، جایگاهی برابر با نوروژ دارد. درباره فلسفه این جشن و رسم دیرینه مطالب متعدد و گاه ضد و نقیضی وجود دارد، اما این جشن خواه برای پاکوبی و آغاز فصل زراعی دوم و خواه برای فرار از نحسی روز سیزده، همواره در دامان طبیعت برپا می‌شود. در این روز که مهر پایانی بر تعطیلات و آغازی بر شروع فعالیت و تلاش است، افراد و خانواده‌ها کارهای مختلفی انجام می‌دهند که خالی از لطف نخواهد بود اگر نگاهی به آنها بیندازیم و تأثیرات روان‌شناختی آنها را بررسی کنیم.

فال گرفتن

برخی بر این اعتقادند که روز سیزده‌به‌در عید زنان است و در این روز، زنان بر تخت پادشاهی می‌نشینند و مردان دستورها را اجرا می‌کنند (که البته این اعتقاد می‌تواند ناشی از این طرز تفکر باشد که زمین، مادر همه موجودات است). از جمله کارهایی که زنان در این روز انجام می‌دادند، فال گرفتن بود. اما فال گرفتن چه کمکی می‌کرد؟ به



ضروری است. اهمیت روان‌شناختی از دست ندادن سررشته امور در این است که وقتی انسان بداند از زندگی، آینده، اطرافیان و... چه انتظاراتی دارد، راحت‌تر تصمیم می‌گیرد و عمل می‌کند، به طوری که شاید به شجاعت در تصمیم‌گیری نیز برسد.

شوخی کردن

در این روز، افراد به شوخی با یکدیگر می‌پردازند و سعی می‌کنند با بیان لطیفه و جوک دیگران را بخندانند و باعث شادی خود و آنها شوند. همچنین، در این روز دروغی نیز گفته می‌شود که به «دروغ سیزده» معروف است و برملا شدن آن موجب خنده و شادی افراد می‌شود. از دید روان‌شناختی، شوخی و خنده و شاد بودن تأثیرات بسزایی بر سلامت روان دارد. تحقیقات نشان می‌دهد که خندیدن و شوخ‌طبع بودن نه تنها بر سلامت جسمانی، بلکه بر سلامت روان نیز تأثیر دارد و باعث تقویت روحیه و نشاط فرد می‌شود و وی را با انگیزه‌تر از قبل می‌کند. افراد شاد در عین تلاش برای بهتر شدن، خود را همان‌گونه که هستند می‌پذیرند، در زمان حال زندگی می‌کنند، از شکست نمی‌هراسند، عزت نفس بالایی دارند، خوش‌بین هستند و مرکز کنترل آنها درونی است.

ورزش‌های پهلوانی و اسب‌سواری

یکی از رسوم سیزده‌به‌در برگزاری مسابقات ورزشی از جمله اسب‌سواری (نمادی از مقابله خدای باران یا تیشتر با اهریمن خشکسالی) است. به علاوه، در جای جای ایران مردم به برگزاری بازی‌های محلی خود مانند کشتی‌های پهلوانی می‌پردازند. روان‌شناسان بر این باورند که برگزاری این قبیل مسابقات نه تنها از این نظر که باعث ترشح اندروپین می‌شود و شادمانی فرد را به دنبال دارد بسیار سودمند است، بلکه اگر در فضایی دوستانه برگزار شوند، باعث افزایش مشارکت افراد، حس رقابت‌جویی و انگیزه تلاش نیز می‌شوند.

درخواست باران

همان‌طور که پیش‌تر ذکر شد، در این روز، آغاز فصل زراعی دوم جشن گرفته می‌شد و مردم که اغلب آنان را کشاورزان تشکیل می‌دادند، برای داشتن سالی پربرابران و محصولی پرخیر و برکت دست به دعا برمی‌داشتند و از خدای باران برای مقابله با خشکسالی استمداد می‌طلبیدند. شاید روان‌شناختی این رسم را بتوان این‌گونه بیان کرد که با توجه به این که یکی از عوامل سلامت روان و شادکامی افراد داشتن امنیت شغلی - مالی و توانایی برآورده ساختن نیازهای افراد خانواده و تأمین مالی آنهاست، رسم درخواست باران وسیله‌ای بوده برای رهایی از تنش ناشی از ناامنی شغلی احتمالی به ویژه برای کشاورزان.

تقریباً از کلیه مواردی که رسم روز سیزده‌به‌در بود و بعضاً اجرا نیز می‌شوند صحبت شد. اما ذکر یک نکته را ضروری می‌دانم. همان‌طور که همه می‌دانند، این روز، روز پیوند با طبیعت است و تقریباً در هر کجای ایران مردم به دامن طبیعت می‌روند و این جشن احترام به طبیعت و پاسداشت آن است و نه تخریبش. نتیجه این فراموشی آن است که در بسیاری از مناطق جنگلی به درختان آسیب رسانده می‌شود؛ یا با قطع و شکستن شاخه‌ها و یا با آتش‌افروزی. همچنین، در بسیاری از مناطق شهری افراد باعث تخریب چمن‌ها و گلکاری‌ها می‌شوند. حجم زیادی از زباله‌ها در دامان طبیعت رها می‌شود و این در حالی است که هم کیسه و هم سطل‌های مخصوص زباله از طرف سازمان‌هایی مانند محیط زیست و شهرداری تدارک دیده شده است. همچنین، بسیاری از افراد با شستن ظروف خود در آب‌های جاری و نیز انداختن زباله‌هایشان در رودخانه‌ها باعث آلودگی آب می‌شوند.

تفریح کردن در طبیعت به معنای آسیب رساندن به آن نیست. می‌توان در کنار شاد بودن، احترام به طبیعت را هم به جا آور

لحاظ روان‌شناختی، ما انسان‌ها نسبت به آینده (که هنوز نیامده) احساس اضطراب و نگرانی می‌کنیم و می‌کوشیم تا با پیش‌بینی آینده و انجام اقدامات لازم، خود را از شر ترس و اضطراب خلاص کنیم. در واقع، فال گرفتن و گفتن یا شنیدن این که در آینده ما (یا دیگران) چه دیده می‌شود ما را برای رویارویی با شرایط پیش‌رو مهیا می‌سازد.

فال گوش ایستادن

فال گوش ایستادن به معنای گوش دادن بی‌اجازه به سخنان دو یا چند نفر است که می‌تواند به منظور جمع‌آوری اطلاعات، آگاهی از نظر دیگران، یا رفع کنجکاوی‌های بیجا و بی‌دلیل باشد. به لحاظ روان‌شناختی نیز می‌توان این عمل را تبیین کرد. نه تنها در بین مبتلایان به بیماری‌های روانی، که حتی در افراد سالم نیز گاهی این احساس به وجود می‌آید که دیگران درباره‌ی وی صحبت می‌کنند، برای او توطئه ترتیب می‌دهند یا پشت سرش بدگویی می‌کنند. شاید یکی از اولین عکس‌العمل‌ها به چنین افکاری این باشد که بکوشند بدون اطلاع دیگران به سخنان آنها گوش دهند و به اصطلاح، فال گوش بایستند.

گره زدن سبزه

از قدیم هنگامی که می‌خواستند بگویند دست تقدیر دو نفر را سرراه هم قرار داده است، می‌گفتند سرنوشت این دو نفر به هم گره خورده است. به عبارتی، گره نشانه پیوند بستن و برقراری ارتباط بود. در روز سیزده‌به‌در، دختران دم بخت (و به اعتقاد برخی، پسران) با گره زدن سبزه برای پیدا کردن همسر آرزو می‌کردند. این عمل را شاید بتوان این‌گونه تفسیر کرد که ما انسان‌ها نه تنها موجوداتی اجتماعی، بلکه نیازمند محبت و ابراز محبتیم و یکی از روش‌های برآورده کردن این نیازها ازدواج کردن و تشکیل خانواده است. به علاوه، اگرچه امروزه مجرد دختران یا بالا رفتن سن ازدواج به موضوعی نسبتاً عادی تبدیل شده است، در گذشته افزایش سن دختران و ازدواج نکردن آنها باعث ایجاد استرس و نگرانی هم برای خانواده‌ها و هم برای خود دختران می‌شد و شاید به همین دلیل این رسم گره زدن سبزه باب شد تا خانواده‌ها از استرس خود بکاهند.

انداختن سبزه در آب روان

در این باره دو نقل‌قول وجود دارد. یکی این است که سبزه کردن سبزه تمامی درد، رنج، ناپایی، ناراحتی و بیماری‌ها را در خانه طی دوازده روز اول نوروز به خود می‌گیرد و سپس خانواده را دور انداختن آن در آب آرزو می‌کنند که در این سال ناراحتی و بیماری از آنها دور شود. در مورد دوم اعتقاد بر این است که از آنجا که سبزه‌به‌در مصادف با آغاز فصل زراعی دوم است، باید به ایزد آب یا آنهایتا هدیه داده شود و خانواده‌ها به ویژه کشاورزان با این کار آرزوی کشتی پرخیر و برکت را می‌کردند. اما تعبیر روان‌شناختی این عمل چیست؟ اگر مورد نخست را باور داشته باشیم، می‌توانیم بگوییم که انسان‌ها اغلب نگران سلامت خود هستند و در حفظ آن کوشش می‌کنند، به طوری که اگر این نگرانی‌ها زیاد شود، ممکن است حالت مرضی به خود بگیرد و حتی به خود بیمار انگاری یا بیماری‌های روان‌تنی منجر شود. به علاوه، هنگامی که اعضای خانواده همگی در سلامت به سر ببرند، از ایجاد تنش و استرس مضاعف در سایر اعضا جلوگیری می‌شود. اما باور دوم را قبول داشته باشیم، می‌توانیم آن را ناشی از اضطراب افراد از آینده و ترس آنها از ناتوانی در کنترل شرایط (به ویژه شرایط طبیعی) بدانیم.

پختن آش

در این باره مطلبی که قابل وثوق و اطمینان باشد، پیدا نکردم، اما به نظر می‌رسد که به هر حال آش پختن به جزئی لاینفک از مراسم سیزده‌به‌در تبدیل شده است. در جایی خواندم که خوردن آش رشته برای از دست ندادن سررشته امور و سرگشته نشدن



همه چیز درباره سفر

بسیار سفر باید

و تماشا کردن آمده است.

اخلاق سفر

یکی از آداب سفر صدقه دادن پیش از سفر، در اثنای آن و شکرگزاری و صدقه دادن بعد از سفر است. امام صادق (ع) می‌فرماید: «فَتَحَّ سَفْرَكَ بِالْصَّدَقَةِ وَ اخْرَجْ اِذَا بَدَا لَكَ، فَاتَّكُ تَسْتَسْتِرِي سَلَامَةَ سَفْرِكَ»، یعنی مسافرت خود را با صدقه دادن آغاز کن و هرگاه خواستی بیرون برو، زیرا با صدقه دادن سلامت سفرت را می‌خری (وسائل‌الشیعه، ج ۱۱، ص ۳۷۵). هم چنین می‌فرماید «سبحوا تطیبوا فان الماء اذا اكثر مقامه فی موضع تغیر»، یعنی سیاحت کنید تا پاکیزه شوید، به درستی که آب اگر یک جا بماند می‌گندد (مجموعه البیضاء، ج ۴، ص ۴۲ و ۵۶). در وصایای لقمان حکیم به فرزندش در اخلاق سفر آمده است: «هرگاه با جمعی سفر کردی، با آنان در کار خود و کار آنان به مشورت بپرداز و در چهره آنان بسیار تبسم کن و بر توشه راه خود کریم و بخشنده باش و چون تو را دعوت کنند، اجابت نما و اگر از تو کمک خواستند، یاری ده و در سه چیز بر آنان سبقت گیر: سکوت بسیار، نماز بسیار و سخاوت در زاد و مرکب سواری خود. چون از تو گواهی حقی خواستند، گواهی ده و چون مشورت کردند، تمام توان فکری خود را برای ادامه راه صحیح به کار گیر، و چون بر کاری بپردازند، با آنان در کار مشارکت کن و چون به صدقه یا قرض دادن اقدام کردند، تو نیز بذل کن و به آنان که از تو سالخورده‌ترند گوش فراده و هرگاه به کاری فراخوانند یا چیزی خواهند، همکاری کن و از مخالفت بپرهیز» (بحارالانوار، ج ۱۳، ص ۴۲۴).

گردشگری مجازی

گردشگری الکترونیک عبارت است از به‌کارگیری فناوری اطلاعات و ابزار الکترونیک در انجام فعالیت‌های گردشگری شامل برنامه‌ریزی، مدیریت، ارزیابی، بازنگری فعالیت‌های گردشگری و اقدامات گردشگران و میزبانان. مسافرت الکترونیک عبارت است از به‌کارگیری فناوری اطلاعات و ابزار الکترونیک برای بازدید از جاذبه‌های گردشگری، بدون اقدام به سفر در گستره‌های جغرافیایی و طبیعت.

گردشگری مجازی (e-tourism) مقوله جالبی است که دو دهه بیشتر از پدید آمدن آن نمی‌گذرد. گردشگری مجازی حضور در سرزمین دیجیتال وب و مشاهده داده‌های صوتی، متنی و تصویری از دنیای پیرامون ماست.

دیانا، مدیتیشن

مراقبه حالت تمرکز یافته تمرکز است و به مفهوم خلأ ذهنی. دیانا از ریشه «دی» به معنای اندیشیدن، به تفکری ژرف فرورفتن، و مشاهده و مراقبه احوال درون پرداختن گرفته شده است. پنتجلی رسیدن به مراقبه را چنین شرح می‌دهد: «آن تمرین، استوار بنا نهاده می‌شود و با احترام و نیایش، بدون انقطاع برای زمانی طولانی ادامه می‌یابد».

ذهن ما در طول شبانه‌روز همواره در ازدحام افکار گوناگون، تصمیم‌گیری‌ها و خواهش‌ها به سر می‌برد. شاید افکار ما لحظه‌ای هم توقف و آرامش ندارد. حتی هنگام خواب، ذهن در حالت فعالیت است، از اشتغالات گوناگون رها نیست و ما خواب‌های گوناگونی درباره مسائل گذشته، حال یا خواهش‌های گوناگون می‌بینیم. این اشتغالات ذهنی انرژی روانی فراوانی صرف می‌کنند و دیگر امکان و فرصتی برای رشد سایر فرایندهای ذهنی باقی نمی‌گذارند. وقتی ترفیق افکار متوقف شود یا تخفیف یابد، ذهن در سکون و خلأ خاصی قرار می‌گیرد و فرصت و امکان برای ذخیره‌سازی انرژی روانی و رشد توانایی‌های ذهنی باز می‌شود که به این حالت مراقبه یا مدیتیشن گویند. مراقبه یک سفر است، سفری پرماجرا به دنیای ناشناخته‌ها.

مسافرت در ایران پیش از ظهور اسلام از اعتبار و رونق ویژه‌ای برخوردار بود. جاده شوش که شهرت جهانی داشت، محل رفت‌وآمد مسافران با انگیزه و هدف‌های مختلف بود. به طوری که در کتب تاریخی آمده، در مسیر اینجاده کاروانسرا و مهمانخانه‌های متعدد برای رفاه مسافران ساخته بودند.

در زمان هخامنشیان راه شاهی به طول ۲۵۰۰ کیلومتر احداث شد و در دوران داریوش، مسافران بدون پرداخت هیچ‌گونه عوارضی در آن تردد داشتند. هردوت جهانگرد و مورخ مشهور یونانی که از مسیر شاهی گذر کرده بود، در توصیف مشاهدات خویش می‌نویسد: «در حاشیه این راه علائم راهنمایی نصب شده و مأموران اسب‌سوار و شترسوار تأمین امنیت جاده و مسافران را به عهده دارند. بناهای متعدد با تأسیسات مربوطه برای رفاه مسافران احداث شده و در طول جاده شاهی بیش از صد کاروانسرا و چاپارخانه تدارک دیده شده است».

جاده ابریشم به عنوان مهم‌ترین راه بازرگانی و تجارت در زمان اشکانیان مورد توجه جهانگردان و بازرگانان بود. ساسانیان در زمان حکومت خویش به گسترش جاده‌ها و ساخت کاروانسراها ادامه دادند. در این زمان، راه فیروزآباد به بندر طاهری (سیراف) در خلیج فارس به طول ۲۵۰ کیلومتر احداث شد. از آثار باستانی به جای مانده از این دوران می‌توان رباط بیستون و کاروانسرای دیرگچین را نام برد.

در سال ۱۳۱۴ اداره جلب سیاحان خارجی و تبلیغات به منظور گسترش جهانگردی در ایران تأسیس و کانون جهانگردان ایران در سال ۱۳۱۷ برای رفاه مسافران ایجاد شد. در سال ۱۳۲۰ اداره جلب سیاحان به شورای عالی جهانگردی و بعداً در سال ۱۳۳۳ به اداره امور جهانگردی تغییر نام داد. به سال ۱۳۴۲ سازمان جلب سیاحان زیر نظر اداره نخست‌وزیری تأسیس و در سال ۱۳۵۳ در وزارت اطلاعات ادغام شد و وزارتخانه‌ای با نام جدید وزارت اطلاعات و جهانگردی به تصویب رسید. به عقیده هونریکو کراف، اقتصاددان سوئیسی جهانگردی عبارت از ظهور مجموعه روابطی است که از مسافرت و اقامت یک نفر غیر بومی بدون اقامت و اشتغال دائم در یک محل به وجود می‌آید. این تعریف مدت‌ها از جانب انجمن بین‌المللی متخصصین علمی جهانگردی مورد قبول قرار گرفت. در مسابقه اتحادیه بین‌المللی جهانگردی که برای به دست آوردن یک تعریف جامع از جهانگردی برگزار گردید تعریف زیر انتخاب شد:

«جهانگردی عبارت از مجموعه تغییرات مکانی انسان‌ها و فعالیت‌هایی است که از آن منتج می‌شوند. این تغییرات خود ناشی از به واقعیت‌هایی است که انسان را به جابجایی وادار می‌کند و بالقوه در هر شخصی با شدت و ضعف متفاوت وجود دارند»

مسافر کیست؟

سفر از ماده «سفور» به معنی پرده برداشتن از چیزی است. در مسافرت پرده‌ها کنار می‌رود، اخلاق واقعی افراد نمودار می‌گردد و ماهیت هر کس بر خودش و دیگران روشن می‌شود. به همین خاطر است که می‌گویند «هر که را می‌خواهی بشناسی یا با او همسفر شو یا همسفره»

اگرچه «جهانگردی» واژه‌ای فارسی است، «مسافرت» و «مسافر» که ریشه عربی دارند، در میان مردم رایج‌تر است و «توریست» هم کلمه‌ای فرانسوی است. در زبان عربی کلمه «سیاحت» به معنای زیاد سفر کردن است و «سیاح» یا جهانگرد کسی است که زیاد سفر می‌کند. به هر حال، در زبان فارسی، برای سفرهای کوتاه‌مدت و دور یا نزدیک هم از واژه «سفر» و «مسافرت» استفاده می‌کنند. در لغت‌نامه دهخدا واژه «تفرج» به معنای «گشایش یافتن و از تنگی و دشواری بیرون آمدن و خوشحالی» و در استعمال فارسی مجازاً به معنای سیر

نوروز کهن



هانیه مومنی

هوورش (کردار نیک) سبز می‌کردند و فروهر نیاکان را موجب بالندگی و رشد آن‌ها می‌دانستند. چهارشنبه‌سوری که از دو کلمه چهارشنبه (منظور آخرین چهارشنبه سال) و سوری که همان «سوریک» فارسی و به معنای سرخ باشد و در کل به معنای چهارشنبه سرخ، مقدمه جدی جشن نوروز بود.

اصلی‌ترین بیک نوروزی سفره هفت سین بود که به شماره هفت امشا سپند از عدد هفت مایه می‌گرفت. چیزهای روی سفره عبارت بود از آب و سبزه، نماد روشنائی و افزونی، آتشدان، نماد پایداری نور و گرما که بعدها به شمع و چراغ مبدل شد. شیر نماد نوزایی و رستاخیز و تولد دوباره، تخم مرغ نماد نژاد و نطفه، آیین نماد شفافیت و صفا، سنجید نماد دلدادگی و باروری، سیب نماد رازواری عشق، انار نماد تقدس، سکه نماد برکت و دارندگی، ماهی نماد برج سپهری شده اسفند، نارنج نماد گوی زمین، گل بیدمشک که گل ویژه اسفند ماه است، نماد امشا سپند سیندازم و گلاب که بازمانده رسم آبریزان یا آب پاشان است و کتاب مقدس. در روزهای نزدیک عید عده‌ای به منظور کسب و شاد کردن مردم با نام حاجی فیروز در کوچه و خیابان‌ها به راه می‌افتادند، این افراد با چهره‌هایی که آن را سیاه کرده بودند و لباس‌های رنگارنگ برتن و کلاه‌های به سر و به همراه داربزه زنگی که در دست داشتند و نواختن آهنگ‌های خود اشعاری را نیز می‌خواندند که موجبات شادی مردم را فراهم می‌آورد، با انجام این کارها جلوی مردم رفته و بابت شاد کردن آن‌ها پولی دریافت می‌کردند. به هنگام تحویل سال نو همه اعضای خانواده جامه‌های تازه خود را پوشیده و در سفره هفت سین گرد می‌آیند. هنگام تحویل سال نو تویی شلیک می‌شد که از صدای آن همه متوجه تحویل سال نو می‌شدند و فرا رسیدن سال جدید را به یکدیگر تبریک می‌گفتند.

آیین‌های نوروزی: یکی از ارکان مراسم نوروز چیدمان سفره هفت سین در هنگام تحویل سال است. سفره هفت سین که امروزه بیشتر مرسوم است دارای هفت مورد از چیزهایی مانند:

- سبزه نماد خرمی و نو زیستی
- سرکه نماد شادی
- سمنو نماد خیر و برکت
- سیب نماد مهر و مهرورزی
- سبیر نگهبان سفره
- سماق نماد مزه زندگی
- سنجید نماد حیات

در سفره مرسوم است میوه، گل، شیرینی‌های سنتی، ماهی قرمز، سبزی خوردن، کتاب آسمانی، دیوان شاعران و آیینه قرار دهند.

خانه تکانی از دیگر آیین‌های نوروز است، ده پانزده روز مانده به نوروز خانه تکانی شروع می‌شود. پس از خانه تکانی نوبت کاشتن سبزه است. حدود یک هفته مانده به نوروز مقداری گندم و عدس و ماش و شاهی در ظرف‌هایی زیبا می‌ریزند و خیس می‌دهند تا آهسته آهسته بروید و برای سفره نوروزی آماده گردد. در ایران باستان بیست و پنج روز پیش از نوروز در میدان شهر دوازده ستون از خشت خام برپا می‌شد، بر ستونی جو و به ترتیب برنج، باقلا، ارزن، ذرت، لوبیا، نخود، کنجد، عدس و ماش می‌کاشتند و در ششمین روز فروردین با سرود و ترنم و شادی این سبزه‌ها را می‌کنند و برای فرخندگی به هر سو می‌پراکنند. امروزه مرسوم است این سبزه‌ها را در خانه‌ها تا روز سیزده نگه داشته و در این روز زمانی که برای سبزه بدر از خانه بیرون می‌روند در آب روان می‌اندازند.

نوروز، از جشن‌های باستانی ایرانیان است که در محدوده جغرافیایی ایران زمین یعنی در کشورهای ایران، آذربایجان، افغانستان، تاجیکستان، ترکمنستان، ازبکستان، قرقیزستان، قزاقستان و بخش‌های کردنشین کشورهای عراق و ترکیه و سوریه، در نخستین روز فروردین هر سال برگزار می‌شود. تعریف درست نوروز نخستین روز سال در تقویم ایرانی است یعنی یکم فروردین ماه و یا روز اورمزد از ماه فروردین

ایرانیان باستان، بر پایه آموزش‌های پیامبرشان اشو زرتشت، بر این اندیشه بودند که شادی از جلوه‌های نیک اهورایی و همساز با زندگی است، با این نگرش، پیوسته بر آن بودند تا در هر مناسبتی انده و سوگواری را از خود دور سازند.

جشن نوروز از برجسته‌ترین و با شکوه‌ترین یادگاری‌های ایرانیان است که سال‌های زیادی را پشت سر گذاشته است و یکی از جشن‌های بسیار کهن جهان به شمار می‌رود.

بیشترین ارزش این جشن را می‌توان در آن دانست که با سپهری کردن نشیب و فرازهای فراوان، چون کوهی استوار ایستاده و با روح و احساس مردم این سرزمین چنان سرشته شده است که آن‌ها همه ساله در ژرفای دل و جان و روان خود چشم به راه فرا رسیدن آن هستند و از هفته‌ها قبل، با ایمان و علاقه سرشتی به پیشبازش می‌روند.

سرآغاز جشن نوروز، روز نخست ماه فروردین (روز اورمزد) است و چون برخلاف سایر جشن‌های ایران باستان، برابری نام ماه و روز را به دوش نمی‌کشند، بر سایر جشن‌های ایران باستان برتری دارد. در مورد پیدایی این جشن افسانه‌های بسیار رواج یافته، اما آن‌چه نوروز را رازآلود کرده، آیین‌های بسیاری است که روزهای قبل و بعد از آن انجام می‌گیرد. اگر نوروز همیشه و در همه‌جا با هیجان و آشفتنگی و درهم‌ریختگی آغاز می‌شود، حیرت‌انگیز نیست؛ چرا که بی‌نظمی یکی از مظاهر آن است. ایرانیان باستان، ناآرامی را ریشه آرامش و پیرشانی را اساس سامان می‌دانستند و چه بسا که در پاره‌ای از مراسم نوروزی، آن‌ها را به عمد بوجود می‌آوردند، هم‌چنان که در رسم «بازگشت مردگان» (از ۲۶ اسفند تا ۵ فروردین) چون عقیده داشتند که فروهرها یا ارواح درگذشتگان بازمی‌گردند، افرادی با صورتک‌های سیاه برای تمثیل در کوچه و بازار به آمد و رفت می‌پرداختند و بدین‌گونه فاصله میان مرگ و زندگی و هست و نیست را در هم می‌ریختند و قانون و نظم یک‌ساله را محو می‌کردند.

در زمان‌های کهن، جشن نوروز در نخستین روز فروردین آغاز می‌شد، ولی مشخص نیست که چند روز طول می‌کشیده‌است. در بعضی از دربارهای سلطنتی جشن یک ماه ادامه داشته است. مطابق برخی از اسناد، جشن عمومی نوروز تا پنجمین روز فروردین برپا می‌شد، و جشن خاص نوروز تا آخر ماه ادامه داشت. شاید بتوان گفت، در طی پنج روز اول فروردین جشن نوروز جنبه ملی و عمومی داشت، درحالی‌که طی باقیمانده ماه، هنگامی که پادشاهان مردم عادی را به دربار شاهنشاهی می‌پذیرفتند جنبه خصوصی و سلطنتی داشت.

ایرانیان باستان دانه‌ها را که عبارت بودند از گندم، جو، برنج، لوبیا، عدس، ارزن، نخود، کنجد، باقلا، کاجیله، ذرت، و ماش به شماره هفت - نماد هفت امشاسپند - یا دوازده «شماره مقدس برچها» در ستون‌هایی از خشت خام بر می‌آوردند و بالیدن هر یک را به فال نیک می‌گرفتند و بر آن بودند که آن دانه در سال نو موجب برکت و باروری خواهد بود. خانواده‌ها به‌طور معمول سه قالب از گندم و جو و ارزن به نماد هومت (اندیشه نیک)، هوخت (گفتار نیک) و



قرعه کشی برندگان جدول میراب توسط کارکنان

افقی

۱. چند مؤسسه یا دستگاه وابسته به هم که در یک رشته کار می‌کنند - از شیرهای تولیدی شرکت میراب
۲. واحد پول چین - دریانورد - پیروی کردن
۳. پذیرفته نشده - درخت اعدام - همت - پوشیده سخن گفتن
۴. از وسایل روشنایی نفت‌سوز - عرض حال - اضافی
۵. کسی که به پیش‌نماز اقتدا می‌کند - از زبان‌های هندواروپایی
۶. رها - عبادت غیرواجب - رمان ناتمام - روستا
۷. زادوخوراک - شهری در هندوستان که تاج محل در آن قرار دارد - زیباسازی و پیراستن
۸. گوسفند جنگی - دالان یا گذرگاه زیرزمینی - نصف مورچه
۹. نوعی پول طلای قدیمی که در ایران رواج داشته است - پهلوان ایرانی - عادت و روش
۱۰. منقار پرونده - کتابی از گراهام گرین - ساز چوپان
۱۱. شامه‌نواز - خط‌کشی طراحی - گروهی از مردم مدینه که پس از هجرت رسول اکرم(ص) به این شهر، ایمان آورده و ایشان را یاری کردند.
۱۲. ثروتمند - گیاهی که با ماست می‌خورند - پول فلزی
۱۳. دریچه یا دیوار متحرک برای بستن مسیر آب - بله انگلیسی - پوست جانوران دباغی‌شده - برجستگی ته کفش
۱۴. استحکام - خرس چینی - بخش پیشین پایه‌های پل که برای تقسیم فشار آب نوک آن را تیز می‌سازند
۱۵. سال ترکی - پولی که دولت برای پایین نگهداشتن قیمت اجناس می‌پردازد - کشوری در آمریکای جنوبی

عمودی

۱. از شیرهای تولیدی در کارخانه میراب
۲. آیینی که در آسیا طرفداران فراوان دارد - افشرد آلو پدر
۳. ویتامین جدولی - اثر رطوبت - محصول کشور کوبا - بال ندارد
۴. از میوه‌های جالیزی - بندری نفتی در عراق - من وارونه شده
۵. نام‌ها - قصد و آهنگ - بالا آمدن آب دریا
۶. ملعون ابدی تاریخ - سازگاری - لباس صاف کن - ستون بدن
۷. پهلوان - یکی از لوازم لازم برای کارکرد شیرها که حرف پنجمش «ر» است و جا افتاده
۸. ناحیه‌ای در آلمان که ذغال‌سنگ فراوان دارد - دانه‌ای که در میان گندم می‌روید و خوردن آن ضرر دارد - طول عمر - یکی از بخش‌های روستا
۹. خانواده - چاپ و توزیع یک متن چاپی - فریاد و غوغای توأم با شدای
۱۰. سنگریزه - ضرر رساننده - سمت راست - برای رسیدن به آب می‌کنند
۱۱. کوشش کردن - دارای تصور
۱۲. رتب - دوست - مجلس نمایندگان - از حیوانات
۱۳. پرنده‌ای شکاری - درس نخوانده - خاک کوزه‌گری - حرف نداری
۱۴. بی‌رونق - دفتر شعر - پایتخت افغانستان
۱۵. بخشی از کره زمین که در خاور نصف‌النهار گرینویچ قرار دارد - سالشمار کشورهای اسلامی که مبدأ آن از هجرت پیامبر(ص) شروع می‌شود.



Norouz (alternative spellings: Norooz, Noruz, Now-roouz, ...) [from Persian no=new + rooz=day meaning "new day"] is the traditional Iranian festival of the New Year which starts at the exact moment of the vernal equinox, commencing the start of the spring. Iranians take that as the beginning of the year. Norouz with its uniquely Iranian characteristics has been celebrated for at least 3,000 years and is deeply rooted in the rituals and traditions of the Zoroastrian religion. Today the festival of Norouz is not only celebrated in Iran, but also in many lands that historically have been within the Persian sphere of cultural influence (i.e., lands which have been main parts of the pre-islamic Persia.)

Iranians consider the Norouz as their greatest celebration of the year. Even after Islam, the festival of Norouz continued to be by far the greatest celebration of the year in Iran. Iranians start preparing for the Norouz by a major spring cleaning of their houses, buying new clothes to wear on the day of Norouz, buying lots of flowers for the Norouz (in particular the Hyacinth and the Tulip are popular and conspicuous in the Norouz) during the last month of winter in the Persian solar calendar. Another major tradition of Norouz is setting the "Haft Seen" (the seven 'seen', 7-Seen or the 7 items) with seven specific items symbolically corresponding to the seven creations and the seven holy immortals protecting them. Today they are changed and modified but some have kept their symbolism. Every family tries to set up as beautifully a 7-seen table as they can, as it is not only of special spiritual meaning to them, but also is noticed by visitors to their house during Norouzi visitations and is a reflection of their good taste.

During the Norouz holidays Iranians are expected to pay house visits to one another (mostly limited to families, friends and neighbors) in the form of short house visits and the other side will also pay you a visit during the holidays before the 13th day of the spring. Typical-

ly, on the first day of Norouz, family members gather around the table, with the 7-seen on the table or set next to it, and await the exact moment of the arrival of the Spring. At that time gifts are exchanged. Later in the day, on the very first day, the first house visits are paid to the most senior family members. Typically, the younger's visit the elders

First and the elders return their visit later. The visits are not by appointment and naturally they have to be relatively short, otherwise one will not be able to visit everybody on their list. Every family announces in advance to their relatives and friends which days of the holidays are their reception days. A typical visit is around 30 minutes, where you often run into other visiting relatives and friends who happen to be paying a visit to the same house at that time. Because of the house visits, you make sure you have a sufficient supply of pastry, cookies, fresh and dried fruits on hand, as you typically serve your visitors with these items plus tea or syrup.

The 13th day of the New Year festival is called "Sizdah Bedar". People go out in the nature in groups and spend all day outdoors in the nature in form of family picnics. It is a day of festivity in the nature, where children play and music and dancing is abundant. On this day, people throw their Sabze (green sprouts that they grew as one of the 7-seen items) away in the nature as a symbolic act of making the nature greener.

The official calendar of Iran is the Persian solar calendar, and the first day of the Persian New Year is the 1st of Farvardin, and this day is called Norouz, meaning New Day. In the Persian solar calendar there are 12 months, the first 6 months have 31 days, and the second 6 months have 30 days, except the last month which has 29 days, but has 30 days only in leap years. In the Gregorian solar calendar, the Norouz corresponds to March 21 of every year.



بهار

۵۶