



شماره ۳ - آذر ماه ۱۴۰۱

زیر پونز ناموران

خبرها، رویدادها، معرفی بخش‌های مختلف شرکت و کلاً اتفاقات دوستی ناموران، از بخش‌ها تا پروژه‌ها و کارگاه‌ها رو در این قسمت در میون می‌گذاریم تا همه‌مون در جریان باشیم.



تعهد به کیفیت، در اولویت کار نامورانی‌هاست

عنوان شغلی شما چیست؟ مسئول چه فرآیندهایی در سازمان هستید؟ راستی شما به تازگی نامورانی شدین و یا از همکاران قدیمی هستید؟

اگر به تازگی نامورانی شدین بدون شک یکی از معیارهاتون برای انتخاب ناموران سیستماتیک بودن کار در این شرکت بوده، چون به اعتقاد همه، در ناموران برای هر کاری دستورالعمل و رویه مشخصی وجود داره و تکلیف افراد توی اجرای وظایف و تعهداتشون روشنه.

شاید معیار دیگه‌تون پیروی از فرهنگ حرفه‌ای بودن در میان نامورانی‌هاست، پیروی از اصول مشترکی که از مدیران ارشد تا سطوح کارشناسی از اون تبعیت می‌کنن و همون باعث ارزیابی منصفانه و عادلانه‌شون میشه.

اگر هم از قدیمی‌ها هستین که سیستماتیک کار کردن دیگه ملکه ذهنتون شده. برای جزئی‌ترین کارها، فرم، تمپلت و چک لیست مخصوص دارین و در بیشتر موارد حتی نیاز به مرور رویه‌ها ندارین!

حالا تصور کنین که به روز میاین سر کار و می‌بینین که این همه رویه و دستورالعمل که توی اینترانت بوده، دیگه نیست و مجبوریم بر اساس سلیق فردی و سعی و خطا، کارهامون رو انجام بدیم. شایدم مدیرمون تصمیم بگیرن که به صورت جزیره ای توی بخش‌ها و پروژه‌ها دستورالعمل تعریف کنن و بر اساس اونها پیش برن، چطوره؟

حتی تصور کار کردن با این شرایط هم ترسناکه، چه برسه به واقعیت! اونوقت برای نجات از گرفتاری بی‌نظمی و مشکلاتی که خودتون می‌دونین، ناچاریم برگردیم به ۲۱ سال پیش و دوباره روز از نو ...



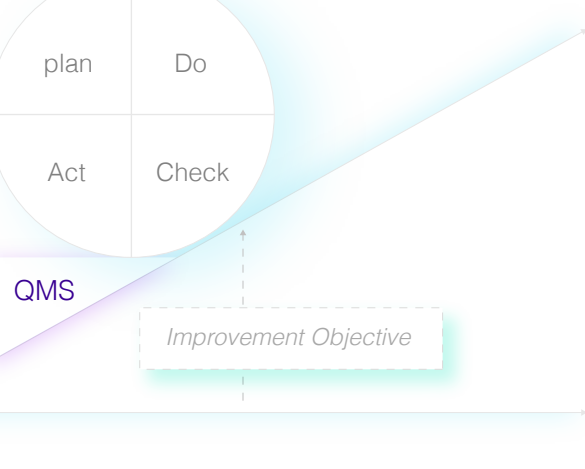
اولین اقدامات ناموران برای پیوستن به استاندارد جهانی ISO در سال ۱۳۷۹ شکل گرفت، اون روزها شرکتهای صادر کننده ایزو تازه به ایران اومده بودن اما هنوز شرکتهای ارائه دهنده خدمات، مشابه ناموران، به فکر استاندارد شدن نبودن!

ابتدا کمیته های مختلفی در تمامی سطوح ناموران برای این کار آموزش دیدن، از مدیریت ارشد و سهامداران تا مدیران میانی و کارشناسان. پس از برگزاری جلسات متعدد و ساعتها بحث و بررسی، نسل اول رویه های ناموران به گونه ای تنظیم شد که همه به اون اقتدا کردن چراکه سطر به سطر و پاراگراف به پاراگراف اون حاکی از تجربیات سالها کار و فعالیت حرفه ای در حوزه های مختلف بود.

سال ۱۳۸۰ به عنوان اولین شرکت توی حوزه مهندسی مشاور، سیستم های جاری شرکت رو بر اساس استانداردهای بین المللی بازنگری کردیم و اولین گواهینامه های ایزو رو که حاصل ۹ ماه کار گروهی و تلاش شبانه روزی بود، از مجموعه DNV که اون روزها پیشرو در ارائه ایزو بود، گرفتیم.

از اون روزهای سخت تا امروز که رویه ها با لحظه های کاری ما عجین شده، تمام نامورانی‌ها در نگهداری و به‌روز رسانی اونها و حتی در اصلاح و بازنگری تنظیم رویه‌ها سهیم بودن. بزرگترین چالش روزهای پس از تدوین رویه‌ها، مقاومت‌هایی بود که مدیران پروژه‌ها از سر دانش، تجربه و آگاهی در اجرا و پیاده‌سازی اونها اعمال می‌کردن. اما هیچ وقت راه بهبود رو به روی خودمون نیستیم، با تکرار فرآیندها، ثبت درس آموخته‌ها و التزام به چرخه PDCA، همه اونها رو پیش و در صورت لزوم ویرایش کردیم.

Improve System/Process/Service through PDCA Cycle



Results

- Measure/Monitor Results Against Objectives
Improve Process and Change QMS as Needed to Achieve and Sustain Desired Results

Baseline Performance

امروز بعد از گذشت ۲۱ سال، تفاوت چشم‌گیر ناموران با سایر شرکتهای همکار در اینه که کیفیت بخشی از کار ماست. بر خلاف بسیاری از سازمان‌ها که گروهی به کیفیت عملکرد بقیه نظارت می‌کنن، ناموران آدیتهای زیادی داره که به استاندارد اشراف دارن و مشکلات رو به صورت روزانه پیش می‌کنن و گزارش میدن و به این ترتیب، همواره در ناموران، اطلاعات واقعی بر پایه مشاهدات از درون فرایندها داریم، کلی گویی و اظهار نظرهای بدون مستندات نداریم و منتظر ممیزی هم نمی‌مونیم چون ممیزی یک فرآیند تصادفی است و در اون، گاهی بر اساس اطلاعات محدود قضاوت‌های فراگیر انجام می‌شه که ممکنه درست نباشه!

آنچه امروز مثال زدنی و موجب افتخار نامورانی‌هاست اجرای یکپارچه سیستم‌ها و رویه‌ها در کل سازمان و تلاش در جهت بهبود مستمر اونهاست. مادامی که همه از یک سیستم واحد پیروی می‌کنیم می‌تونیم مشکلات و کاستی‌ها رو از طریق ممیزی داخلی، ارزیابی کارفرما، فرم‌های اقدام اصلاحی همکاران، جلسات داخلی و غیره، با یک معیار مشترک، ارزیابی، شناسایی و در جهت تغییر و یا بهبود سیستم‌ها اقدام کنیم.

و به این ترتیب، می‌تونیم با صرف کمترین انرژی و منابع، بیشترین تغییر رو ایجاد کنیم و شاهد اصلاحات چشم‌گیر و اثر بخش در سازمان باشیم.

و فراموش نکنیم که مشکلات موردی رو نمی‌تونیم سیستمی حل کنیم و در بعضی موارد ناچاریم برای حل مشکل نوآوری هم داشته باشیم!

نزدیک‌تر به پروژه‌ها

در این بخش با نگاهی متفاوت به پروژه‌های ناموران، به معرفی اونها می‌پردازیم اما نه لزوماً تکنیکال! و حتماً سراغ همه‌شون خواهیم رفت.



مهار فلزی خاص همراه با تجربیاتی خاص‌تر

اواسط سال ۱۳۹۱ بود که زمزمه‌های احداث بزرگ‌ترین و مدرن‌ترین کارخونه تولید آلومینیوم اولیه با تکنولوژی ۴۰۰ کیلو آمپری در ایران به گوش ما رسید.

ما هم توی اون دوران پروژه نوسازی شرکت آلومینیوم ایران (ایرالکو) رو بعنوان مشاور صنعتی کارفرما راهبری کرده بودیم و رکورد راه‌اندازی زودتر از از موعد پروژه رو هم با افتخار به نام خودمون ثبت کرده بودیم و ایمیدرو که از این ماجرا حسابی راضی بود، طراحی و احداث کارخونه آلومینیوم جاجرم رو به ناموران محول کرده بود، همزمان پیشنهاد آلومینیوم المهدی رو گرفته بودیم و با هرمرزال هم دو قرارداد داشتیم.

خلاصه اینکه یه جورایی انحصار آلومینیوم ایران رو به دست گرفته بودیم و هرجا صحبت از آلومینیوم می‌شد، اسم ناموران قطعاً به گوش می‌رسید، شاید بشه گفت اون روزا ما تنها شرکت مهندسی مشاور فعال صنعت آلومینیوم بودیم و می‌خواستیم که حتماً توی مگا پروژه یک میلیارد و دو بیست میلیون دلاری تولید آلومینیوم سالکو دستی بر آتش داشته باشیم.

بالاخره توی یکی از کنفرانس‌های داخلی آلومینیوم، فرصتی پیش اومد که توانمندی‌های ناموران در این زمینه رو ارائه کنیم که نتیجه این ارائه و جلسات بعد از اون، قرارداد مشاوره و همیاری فنی بین ناموران و سالکو و نقطه شروع همکاری در این پروژه بود.

در ادامه راه، و تونستیم به نفع مطلوب برای انتخاب زمین، تاسیسات زیر بنایی، انتخاب وندور و غیره به سالکو مشاوره‌های خوبی بدیم تا اینکه توی مناقصه انتخاب مشاور در قرارداد اصلی، در پیشنهاد فنی اول، در مالی دوم و در نهایت بعنوان مشاور طرح انتخاب شدیم.



از گفتنی های " آلومینیوم سالکو" اینکه: چندین فرآیند همزمان در حال اجرا بودند و همه‌شون خاص و پر از استننا! مثلاً جریان برق لازم برای احیاء آلومینیوم ۴۳۰ کیلو آمپر هست که میدان مغناطیسی خیلی خیلی قوی رو ایجاد می‌کنه و باید تو انتخاب تجهیزات و قطعات حسابی دقت بشه و یا مواظب تخلیه الکتریکی به زمین باشیم چون اگر کسی یا موجودی در مسیر جریان قرار بگیره، حتماً پودر میشه!

یا خود فلز آلومینیوم و احوالات خاصش، از دمای ذوب تا الکترولیز و تجزیه و از اکسید شدنش تا ...

و ماجرای جالب تر، کار کردن با پیمانکار چینی خاص‌تر از آلومینیوم این پروژه بود. محدودیت اونها برای استفاده از گوگل و آموزش ضمن خدمت برای یاد دادن نرم افزار ساپ (sap) به چینی‌ها، یادش بخیر همه مکاتبات رو یه بار هم باید برارشون حضوری توضیح می‌دادیم تا خیالمون راحت بشه که متوجه شدن! ماجراهایی که اون روزها برای ما چالش بود و این روزها خاطرات شیرین پروژه!

حساس‌ترین مرحله پروژه مرحله راه‌اندازی بود، سوم دی ۱۳۹۸، با ۱۲۰ میلیون دلار صرفه‌جویی برای کارفرما، اولین آلومینیوم رو از سیستم گرفتیم و ظرفیت تولید رو ۱۰٪ افزایش دادیم، یعنی ۳۰۰ هزار تن در سال!

تا پایان اردیبهشت ۱۴۰۱ برای ضمانت تولید در کنار کارفرما موندیم و اینطوری شد که با احداث این کارخونه، جایگاه ایران بین تولیدکنندگان جهانی آلومینیوم، ۴ رتبه ارتقا داده شد.

روایت نامورانی‌ها

در میان ما نامورانی‌ها کسانی هستند که علایق قشنگشون رو دنبال می‌کنند! از اونها باخبر می‌شیم، شاید در مورد علایق مشترکمون با اونها هم کلام بشیم و یا اون رو به شمار علاقه‌مندی‌هامون اضافه کنیم!



شهریار گفت: از این به بعد روی خواب

صبح جمعه خط بکش



همه ما تقریباً در زندگی دست کم یه بار سوار دوچرخه شدیم و بیشتر ما در کودکی اونو جایزه گرفتیم. اما کدوم یک از ما شده موقع دوچرخه سواری جای پای خرس ببینیم و از ترس برگردیم؟ یا توی دل جنگل مه‌آلود اوتقدر رکاب بزنییم و بریم که دیگه نتونیم هم‌گروهی‌هامون رو ببینیم؟ یا اینکه برای رسیدن به قله ۲۴۰۰ متری و شیب‌های تند مسیر، احساس کنیم که هرچی رکاب بزنییم، تموم نمیشه؟! راستی کدوم یک از ما تجربه دوچرخه سواری توی کوه رو داشتیم؟ فکر می‌کنید اگر دوچرخه‌مون رو برداریم و به یه یک کشور دیگه بریم و رکاب زدن از یه شهر به شهر دیگه توی اون کشور رو تجربه کنیم، چقدر می‌تونه هیجان انگیز باشه؟! جالبه بدونیم که برای داشتن یه دوچرخه مناسب مهمه که سایز تنه دوچرخه با توجه به آناتومی بدن انتخاب بشه، سایز زین و فرمون هم همینطور و باید زین مناسب خودتون رو انتخاب کنین! یادتون نره که حتماً پد زین هم بخرین که لازمه! لاستیک‌ها هم باید متناسب با جایی که دوچرخه سواری می‌کنین انتخاب بشه! و اگر می‌خواهین سربالایی رکاب بزنین، حتما پدال قفلی برای دوچرخه‌تون بذارین! تازه بعد از اینکه همه اینها و لباس و کلاه و کفش مناسب خریدیم، بازهم باید بگیم که اون دوچرخه رو برای بدن ما تنظیم کن!!!

علیرضا معماریان، به ما این توصیه‌ها رو در مورد انتخاب دوچرخه می‌کنه و می‌گه که از یه روز جمعه ساعت ۵ صبح توی سال ۹۷ دوچرخه سواری در رشته Cross در شروع کرده و طبق پیش‌بینی شهریار، هم گروهیش، تا حالا هیچ جمعه ای نبوده که بخوابه و از رکاب زدن جا بمونه!

گاهی توی جنگل‌های هیرکانی سوادکوه، گاهی اطراف تهران یا شهرهای دیگه و اخیراً هم یکی از جذاب‌ترین تجربه‌هایش، دوچرخه سواری توی حاشیه دریای مدیترانه بوده و خلاصه اینکه تا حالا بیش از ۱۵۰۰۰ کیلومتر رکاب زده!

وقتی از ارتباط صمیمی با هم رکاب‌ها و لذت‌های ناب هر فصل برای دوچرخه سواری و آرامشی که بدست میاره تعریف می‌کنه، حتی اونایی که خواب صبح جمعه رو دوست دارن به خریدن دوچرخه وسوسه می‌شن!

ارزش بشنویین...



نفس عمیق‌تر

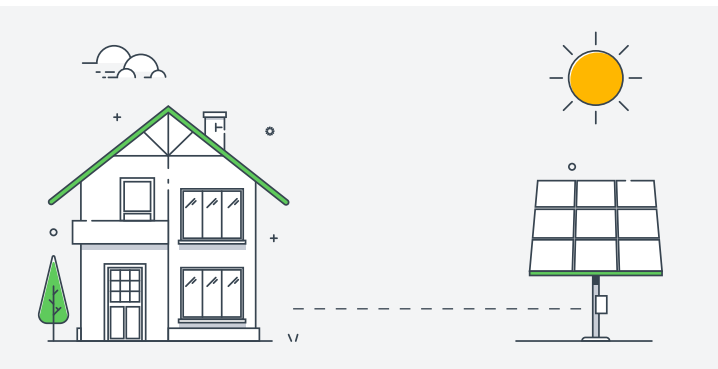
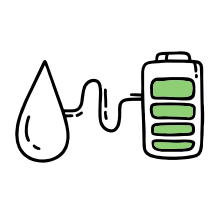
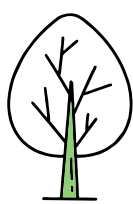
همه جا، حتی توی همین محیط کاری که هستیم، گاهی لازمه یه نفس عمیق بکشیم و به اطرافمون، به محیط زیست، سلامت و ... با دقت نگاه کنیم و باور کنیم که می‌تونیم در نگهداری از طبیعت تاثیرگذار باشیم.



اگه زمین گرم بشه و ماهی‌ها بمیرن...



همه ما کم و بیش در مورد زیاد شدن میانگین دمای کره زمین شنیدیم و یا خوندم! و می‌دونیم که اگه نیم و یا یک درجه به این دما اضافه بشه، میتونه مشکلات جدی به وجود بیاره و اون وقت زمین جای مناسبی برای زندگی ما و سایر موجودات نخواهد بود! تصور کنیم: یه جاهایی خیلی خشک میشه، جنگل‌ها آتش می‌گیرن و جاهای دیگه بارون‌های سیل آسا میاد! در اثر باد و بوران، خونه‌ها و جاده‌ها از بین میرن! جمعیت حشرات چندین برابر میشه، جزایر مرجانی خراب میشن و ماهی‌ها از بی‌غذایی می‌میرن! حالا چیکار کنیم که زندگی روزمره ما روی این کره خاکی، مشروط به تولید و مصرف انرژی شده و سوخت‌های فسیلی پر استفاده ترین منبع انرژی برای ما از پختن غذا تا سفر به فضا به شمار میرن. اما متأسفانه این منابع هم رو به اتمام هستن و میلیون‌ها سال طول می‌کشه تا دوباره تشکیل بشن و هم اینکه مصرف اونها داره زمین رو آلوده و گرم می‌کنه!



امروز جایگزینی که انسان‌ها در دنیا برای سوخت‌های فسیلی پیدا کردن و خصوصاً سال‌های اخیر کشورهای پیشرفته حسابی روش تمرکز و تحقیق کردن، انرژی‌های نو یا انرژی تجدیدپذیره که از جنس طبیعت، خورشید، باد، آب، گرمای زمین و غیره است، مهم‌ترین مزیتش اینه که تموم همیشه و آلودگی ایجاد نمی‌کنه، به همین دلیل بهش انرژی پاک هم گفته می‌شه!

یادمون نره که همین انرژی‌های تجدید پذیر هم باید درست مصرف بشن وگرنه تامین بعضی از اونها ما رو دچار بحران‌های جدی خواهد کرد! ناموران هم به عنوان یکی از فعالیت‌های حفاظت از محیط زیست و حرکت در جهت نیاز روز دنیا، ورود به عرصه انرژی‌های نو رو در شمار برنامه استراتژیک خودش آورده. برای شروع، داره ساختار اجرای این قبیل پروژه‌ها رو ایجاد می‌کنه و با برنامه‌ریزی برای انتقال دانش و تعریف الگوهای اجرا، ادامه می‌ده.

ذره‌بین

گاهی وقتا از کنار اتفاق‌ها، دارایی‌ها و یا خیلی چیزای دیگه که جزئی از روزمره ما شدن آسون عبور می‌کنیم. ما اینجا ذره بین رو برمی‌داریم و به سراغ اونها می‌ریم تا بیشتر ازشون بدونیم.



بزها، اولین قهوه خورها

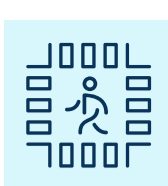
قهوه مورد علاقه شما کدام است؟ دلتان می‌خواهد قهوه را سیاه یا به قول معروف دارک میل کنید یا با شیر؟ شکر هم داشته باشد یا تلخ می‌پسندید؟ آیا برایتان مهم است چه نوع قهوه‌ای میل می‌کنید و نوشیدنی مورد علاقه‌تان در کدام کشور و با چه خصوصیتی تولید شده؟ آیا تفاوت انواع قهوه را می‌دانید؟ اصلاً می‌دانید قهوه از کجا آمده و تاریخچه‌اش چیست؟ اگر به پیدا کردن جواب این سوالات علاقمند هستید با ما در داستان قهوه همراه شوید.

شاید از شنیدنش تعجب کنید اما قبل از آنکه مزه قهوه زیر زبان آدم‌ها برود، بزها به طعم آن علاقه نشان داده بودند. واقعیتش این است که قرن نهم میلادی، دانه‌های قهوه توسط گله‌داران بز، در اتیوپی در منطقه‌ای به نام «کافا» که نام قهوه نیز از آن برگرفته شده کشف شد. آنها متوجه شدند که بزهایشان این گیاه را می‌خورند و پس از آن به نظر می‌رسید که بزها در حال رقصیدن هستند. به عبارتی بزها قهوه می‌خورند و لابد آنقدر انرژی‌شان بالا می‌رفت که شروع به رقصیدن می‌کردند.

دقیق‌ترش را بخواهید، یک گله‌دار به نام «کالادی» اولین بار متوجه شد که بزهای او پس از خوردن توت‌های یک بوته، بسیار فعال و پر انرژی شده‌اند. گله‌دار که مجذوب نتایج بود، خودش آنها را امتحان کرد و متوجه شد که این کار او را نیز هیجان‌زده می‌کند.



خلاصه که بزها قهوه را به ما شناساندند و حالا قهوه یکی از اجزای اصلی زندگی روزمره خیلی از ماست. به نظر می‌رسد جهان حول مایع غنی و تیره می‌چرخد و بسیاری از مردم موافقند که روزشان بدون نوشیدن این فنجان نیروبخش شروع نمی‌شود و شاید کمتر کسی فکر کند که قهوه اصلاً از کجا آمده است.



گاهی پرسه زدن توی به محله ، شاید به کتاب و گاهی توی دوستنی های مربوط به زندگی، گام ما رو شیرین و حال ما رو خوب می‌کنه! اینجا میتونین مطالب مربوط به پرسه زنی‌های جذابتون رو با نامورانی‌ها به اشتراک بذارین.

بلندترین شب سال

به شب سرد و طولانی، توی دل به غار در کوه‌های البرز، پسری به نام مهر یا میترا از آن‌هیتا، ایزدبانوی باروری ایران، به دنیا می‌آد.

میترا، دشمن شب و سرما بود و به هرکجای زمین که پا می‌گذاشت، اون‌جا رو روشن و گرم می‌کرد. میترا که ایزد مهر، سفیر عشق، زندگی و باروری بود، از لحظه تولدش با اهریمن که مسبب خشکسالی و بلایای طبیعی بود، نبرد می‌کرد. نبردی بین روشنایی و تاریکی.

میترا به آدمیان، ساختن خونه، به بار آوردن محصول و دامپروری آموخت و توی به شب، گاوی قربانی کرد و بعد از ضیافت شام، با اربابه‌ای چهارچرخ به آسمان رفت و آن شب یلدا شد.

شاید میترا خورشید باشه و شایدم الهه‌ای که خورشید از اون نور می‌گیره. هرچی هست، بعد از اون شب، روزها بلندتر می‌شه و شب‌ها کوتاه‌تر.



این اسطوره کهن تنها یک قصه نیست و برای ما حکایت از تلاش دیرینه ایرانیان برای عبور از زمستان سختی‌ها و امید به رویش نور و گرما - نماد آفریدگار و نیکی - می‌کند و بیان می‌دارد... که یلدا، قرن‌ها پیش، جشنی برای تولد میترا یا مهر بوده که بهار، فصل رونق و زندگی دوباره را به ارمغان می‌آورد. اینطور بود که یلدا به معنای زایش و تولد، در زمان داریوش یکم به تقویم رسمی ایرانیان وارد شد.

از آن روزها، یلدا، همچنان شب مهر و امید برای زندگی بهتر است.

آخرین روز پاییز، که دارای بلندترین شب سال است، شب جشن و شادی. چرا که فردای آن، روزها کم‌کم طولانی‌تر شده و آفریدگار بر اهریمن تاریکی پیروز می‌شود.

ایرانیان در این شب با روشن کردن آتش که نماد روشنی و خورشید است برای عبور از تاریکی‌ها و دفع اهریمنان، محفلی گرم در کنار یکدیگر برپا می‌کنند و با قصه‌گویی، تفال بر دیوان حافظ و شاهنامه‌خوانی، حکمت و دانایی را چاشنی سفره یلدا می‌سازند.

انار سرخ رنگ را که یادآور خورشید و شادی و بخاطر دانه‌های زیاد آن، مایه برکت و باروری می‌دانند بر سفره یلدا می‌گذارند و هندوانه را که یک میوه تابستانی و یادآور حرارت و گرمای تابستان و همچنین نماد خورشید است را در ولیمه این جشن مهیا می‌سازند.

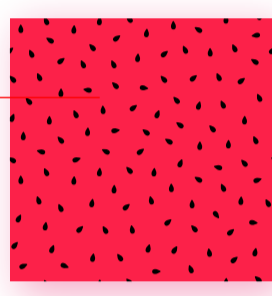
شب یلدا در میان تهرانیان قدیم، مانند سایر شهرهای ایران، سمبلی از برکت، تندرستی، فراوانی و شادمانی بود که خویشاوندان و همسایه‌های خود را دعوت می‌کردند یا اینکه در منزل بزرگتر خانواده جمع می‌شدند و بساط سورسوات از آجیل گرفته تا شیرینی، میوه مخصوصا هندوانه، انار و میوه‌های پاییزی مهیا کرده و به خوشگذرانی و شب‌زنده‌داری می‌پرداختند.

و سرگرمی‌های خانواده‌های تهرانی در آن شب داستان‌سرایی بزرگ‌ترهای خانواده و روایت قصه خیر و شر، سنگ صبور، ماه‌پیشونی و... برای کوچک‌ترها پای کرسی بود.

به بیان جعفر شهری در کتاب طهران قدیم:

"تهرانی‌ها با میوه‌های تازه فصل پاییز و میوه‌های خشک‌شده تابستان و آجیل از میهمانان پذیرایی می‌کردند و معتقد بودند که خوردنی‌های سفره شب یلدا مثل خوراکی‌های پای سفره هفت‌سین، می‌تواند طبیعت گرم را سرد طبیعت سرد را گرم کند به این صورت کسانی که از گرمی مزاج رنج می‌بردند، هندوانه و انار و کسانی که از سردمزاج بودن‌شان ناراحت بودند توت، کشمش و خرما می‌خوردند."

یلداتون به سرخی میترا و به لطافت عاشقانه‌های ماه و مهر!



Happy Yalda Night

به پیشنهاد شما



اگه تا به حال تجربه جالبی داشتین، جای دیدنی رفتین، کتاب خوبی خوندین، پادکست ویژه ای گوش کردین، فیلم جذابی دیدین و یا صفحه اینستاگرام کاربردی رو دنبال می‌کنین، برای پیشنهاد دادن اون‌ها به بقیه دوستان نامورانی، با ما به اشتراک بگذارید.

اسامه، واقعیت تلخ دختران و زنان افغان زیر سایه شوم طالبان

با تماشای فیلم اسامه تا انتهای آن به دنبال بذر امید برای این زیبارویان افغانی خواهی گشت، در خاکی که حتی خار هم میل به رویدن ندارد.

داستان فیلم از جایی آغاز می‌شود که پتر طالبان بر تمام کشور سایه سنگین زن‌ستیزی فکنده و نگاه افغانستان را به سوی بحران اسلامیزه شده با طعم جهاد و شهادت سوق داده است.

چیزی که در این فضای حزین اجتناب ناپذیر است، حقوق زنان است. زنانی که برای طالبان تنها دستگاہ تولید مثل و نه بیشتر تعریف شده‌اند. حتی جزئی از آمار انسانی نیز قلمداد نمی‌شوند. در این محیط برای بقا چاره‌ای جز مرد بودن نیست.



Osama - 2003 - IMDb: 7.3/10 - Genre: Drama

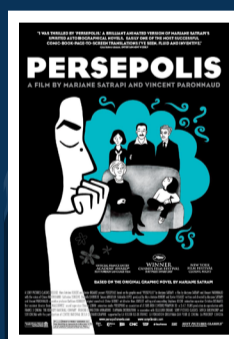
داستان فیلم سرگذشت دختر بچه‌ای است که در زمان حکومت طالبان در افغانستان، با لباس و ظاهر یک پسر، وارد اجتماع می‌شود.

ماریانا گلپهاری، اسامه کوچک فیلم بواسطه حقیقت داستان زندگی‌اش در افغانستان حالا در کمپ پناهجویان فرانسه پناهنده شده است. غم انگیز است! زندگی واقعی خود را دوباره زندگی کنی.

فیلم با این جمله علی شریعتی آغاز می‌شود: "خدایا مرا از آنانی قرار ده که دنیاشان را برای دینشان می‌فروشند نه از آن‌ها که دینشان را برای دنیا شان".

اگرچه انتخاب و سلیقه سینمایی هر شخص منحصر به فرد است، اما شاید تماشای این گونه ژانرها برای شما هم جذاب باشد. از این قبیل ساخته‌ها با تشابه در محتوا می‌توان به **انیمیشن پرسپولیس (Persepolis)** اثر **ونسان پارونو و مرجانه ساتراپی**، **فیلم بادبادک باز (Kite Runner)** اثر **مارک فورستر** و یا **فیلم‌های محمد رسول اف** "شیطان وجود ندارد - دست نوشته‌ها نمی‌سوزد - لرد - جزیره آهنی - کشتزارهای سپید - به امید دیدار" اشاره نمود.

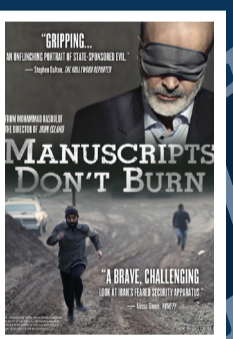
اگر مثل من علاقه به دیدن آن دسته از فیلم‌هایی دارید که وقایع تاریخی و جاری را بدون هیچ شاخ و برگی به تصویر می‌کشند، تماشای این فیلم‌ها را به شما عزیزان پیشنهاد می‌کنم.



انیمیشن پرسپولیس



KITE RUNNER



دست نوشته‌ها نمی‌سوزد



جزیره آهنی



به امید دیدار

به پیشنهاد: مهران هاشمیان

سبک زندگی ما



اینجا مطالبی به اشتراک گذاشته میشه که دوستنش می‌تونه به بهتر شدن سبک زندگی اجتماعی و کاری ما و داشتن ارتباط موثرتر با دیگران کمک کنه. خوندن و جواب دادن به سوالاتی که ممکنه ازمون پرسیده بشه، می‌تونه باعث جریان به حس خوب در روابطمون بشه!

تمرین همدلی

توی خیرنامه قبلی، کمی با همدیگه راجع به همدلی صحبت کردیم، در ادامه، می‌خوایم ذهنمون رو به چالش بکشیم و راجع به همدلی عمیق‌تر فکر و تمرین کنیم. بنابراین از شما دعوت می‌کنیم در مورد جواب سوال‌های زیر فکر کنین.

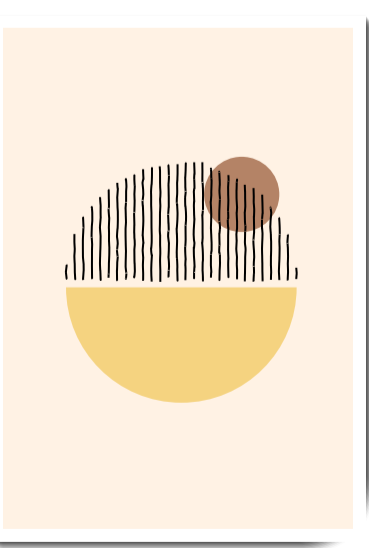
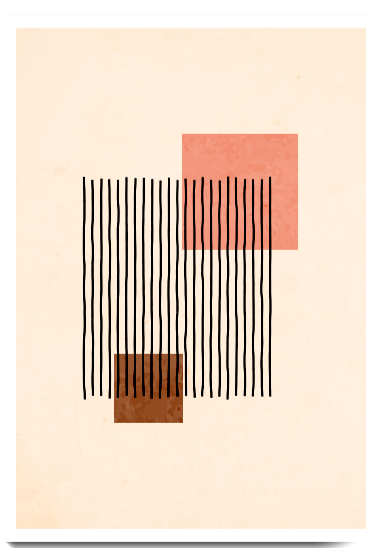
۱- به نظر شما چه موانعی باعث میشه تا مهارت همدلی رو بروز ندیم؟

۲- به کم درباره فردی که توی محیط کار باهاش چالش دارین یا به اصطلاح احساس خوبی باهاش ندارین فکر کنین.

الف) دلیل احساس ناخوشایند شما به او چیه؟

ب) آیا تا به حال ناراحتی، خشم یا حالت هیجانی خودتون رو به او ابراز کردین؟ اگه نه، چرا؟

پ) به نظر شما، علت بروز رفتار یا ویژگی‌ای که توی این فرد باعث احساس ناخوشایند شما می‌شه، چیه؟



لطفاً کمی سعی کنین خودتون رو در جایگاه و شرایط فرد مورد نظر قرار بدین و از زاویه دید او به اتفاقات نگاه کنین. حالا، سعی کنین تفکرات و احساسات خودتون رو نسبت به او بنویسین.

بنابراین، اگرچه "همدلی" از مهارت‌های بسیار مهم در روابط بین فردی است، اگر ناشی از خطاهای شناختی، احساس آنی و یا تعصبات باشد، می‌تواند منجر به درک و برداشت نادرست از شرایط شده و به قصاوتی یک جانبه برسد. اما اگر همراه با آگاهی و عقانیت باشد، نتیجه آن تصمیمات منطقی و کارآمد خواهد بود.

ژینا



ژینا متعلق به همه نامورانی‌هاست. برای بهتر شدن این خبرنامه، با فرستادن نظرات، پیشنهادات، ارسال مطالب جالب و خواندنی و یا داوطلب شدن برای همکاری، با ایمیل زیر در ارتباط باشید. ایمیل ما:

MA.Fathi@Namvaran.ir