

**جناپتکاران هوشمند و مصلحان خردمند**

**دکتر کریم نیکنام**

شاید تابحال درباره انسانهای خردمند و افراد دارای خوش سیاه حرفهایی را شنیده باشید؛ به افراد راستی چترا برخی افراد باهوش، خردمند و به‌شعور می‌گردند ولی درمقابل افرادی باهوش، جنایتکاری متبحر می‌شوند تفاوتها و تمایزهای

بین زندگی این دو گروه چیست؟ با بررسی زندگی نمونه‌های تاریخی این دو گروه می‌توان به اطلاعات گرانبهای دست یافت. برای نمونه برخی از معروفترین انسان‌های خردمند که به عنوان قویترین مصلح اجتماعی دنیا شناخته شده‌اند عبارتند از: مهاتما گاندی (رهبر مبارزان هندی)، نلسون ماندلا (رهبر مبارزان آفریقای جنوبی)، مادرتزا (راهبه البانیایی-هندی سرنده صلح نوبل) و مارتین لوتر کینگ(رهبر جنبش سپاه‌پوستان آمریکا) می‌باشند. درمقابل هوشمندانی نیز وجود دارند که جهان را به خاک سیاه نشانده‌اند مانند هیتلر(رهبرنازی‌های آلمان در جنگ‌جهانی دوم)، صدام حسین (رئیس جمهورعراق) یا سرهنگ قذافی (رئیس جمهور لیبی که جنایات بیشمار انجام داد) پینوشه و …

بررسی بیوگرافی این دو گروه نشان می‌دهد که این افراد شرایط مشابه و متفاوتی را در زندگی خویش تجربه کرده‌اند.
**وجه افتراق؛** تفاوت بستر اجتماعی رهبران جنایتکار با رهبران مصلح این است که جنایتکاران تجربه هیچان منفی نسبتاً دائمی دارند یعنی آنان فکر می‌کنند همیشه برایشان ظلم شده است آنان هیچ فرصت کنار آمدن با آنها نداشته اند یا به اصطلاح عقده گشایی نشده اند. اما در مقابل، فرصتهایی برای مصلحان اجتماعی در زندگیشان می توان یافت که اصطلاحا دوران عقده گشایی شان بوده است. مصلحان در این فرصت ها این امکان را یافته اند تا بتوانند تجربه های تلخشان را برای دانشجو فراهم نمایند.

تفاوت بستر اجتماعی رهبران جنایتکار با رهبران مصلح این است که جنایتکاران تجربه هیچان منفی نسبتاً دائمی دارند یعنی آنان فکر می‌کنند همیشه برایشان ظلم شده است. و هیچوقت فرصت عقده گشایی نداشته اند

به عنوان بحرانهایی دریاوند که باعث تصعید و والایش شخصیتی آنان گردیده است و در نهایت خود را در رسالتی درمی‌یابند که بایستی به همنوعان خود و نظم جهانی کمک نمایند. پس می‌توان دریافت که هیچان خشم در مصلحان اجتماعی برعکس افراد جنایتکار، تعمیم یافته و برعکس تصور عوامانه، مصلحان اجتماعی در برانگیخته دائمی نیست بلکه آنان توانسته‌اند

هیجان لذت را در برخی تعاملات اجتماعی تجربه نمایند.

حال به محیط‌دانشگاهی برمی‌گردیم؛ دانشجویان ما در کشور ایران جمعیتی عظیم را شامل می‌شوند که با خاطرات تلخ و شیرین وارد محیط دانشگاه شده اند آنان تجربیات متفاوتی از فرزند پوری والدین، شرایط مالی و اقتصادی خانواده، رفتارهای همسالان، محیط محله و غیره دارند. با فرض اینکه این افراد هیچ تجربه تلمخی از بسترهای فوق نداشته اند بی‌شک نمی‌توان از علامت سوال‌ذهن‌دانشجویان در خصوص مدارس و امکانات آموزش متفاوت در جامعه و همچنین سهمیه‌های مختلف کنکوری چشم پوشی کرد. دانشجویمان بدون توجه به اینکه، توان و جرات پررش را داشته باشند یا نه؟! بدون شک

هیچ کشوری یک‌شبه ره توسعه را نمی‌پیماید بلکه رسیدن به مقام توسعه، نیازمند رعایت اخلاق و قوانین اجتماعی همچنین پذیرش مسئولیت حرفه ای توسط نیروی انسانی آن جامعه است.

سوالاتی در ذهن دارند که گمان می‌کنند از یک نابرابری و بی‌عدالتی در طول زندگی رنج برده‌اند بر پایه، مسئول محترم امور دانشجویی جناب آقای سپرویس تقی‌زاده و با همراهی رابط مشاور استان دکتر کریم نیک‌نام و مشاور آموزشی دکتر سیامک‌خدائی‌خیابو صورت گرفت مشکلات و مسائل، نیازها و خواست‌های دانشجویان از زبان آنها استماع و راهنمایی‌هایی برای دانشجویان ارائه گردید. کیفیت و کمیت غذا در رستوران، مشکلات مهم مربوط به استحمام، نیاز بسیار ضروری به پتو، فرش یا زیلو و تشک، اجازه به دانشجویان جهت دسترسی تاسخ خواهد کرد که باید با آن بچنگد؛ گرگی خواهد بود که اگر نخورد، به زغم خودش خورده خواهد شد. چنین افرادی برای جامعه و نسل آینده و حتی برای خودش وحشتناک خواهد بود.

۲-اگر محیط‌دانشگاهی به گونه‌ای طراحی و

سازی بهتر و کاشت درخت و گل از نتایج این اقدام می باشد.

مد زمان اجرای این طرح ۱۲ ماه بود.

**اقدام ۲:** احداث سرد خانه زیر صفر و بالای صفر درجه

تهیه قسمتی از مصالح و لوازم و قطعات قبلا توسط خود دانشگاه خریداری شده بود. تبدیل انباری به سردخانه و تهیه و نصب و اجرای کامل سردخانه، ایجاد سردخانه بدلیل ضرورت ذخیره سازی گوشت و مرغ به ظرفیت ۶ تن جهت سلف خویش آموزشکده. این اقدام به مدت بیست روز کاری به سر انجام رسیده است.

**عنوان اقدام ۳:** اجرای کانال انتقال لوله تاسیسات مکانیکی موتورخانه سلف سرویس آموزشکده دختران اردبیل

حفر کانال بطول ۴۸ متر، دیوار کشی ، سیمانکاری، نشبی کشی ، لوله گذاری مانسمان و انتقال به داخل موتور خانه؛ بدلیل برودت زیاد هوا و عدم احداث موتورخانه ساختمان آموزشی جدید باخطر عدم تخصیص اعتبارات، با احداث کانال انتقال در طی مدت ۲۰ روز کاری و متصل آن به موتورخانه سلف سرویس (بعدا با ارتقاء لوازم و مصالح برای ساختمان آموزشی و سلف مشترک استفاده خواهد شد) سیستم آبرسانی و گرمایش ساختمان آموزشی تامین گردید. مدت زمان اجرای کار بیست روز کاری بود.

**اقدام ۴:** تکمیل کاشیکاری خوابگاه آموزشکده دختران اردبیل

اصلاح کامل سیستم لوله کشی گرمایش با سیستم پنج لایه و کلکتور، کاشی کاری کامل کف و دیوار اتاق ها، راهرو، سرویس بهداشتی، حمام، آشپزخانه، رختشور خانه ایجاد یک فضای کاملا بهداشتی و زیبا برای ساکنین خوابگاه و تحول اساسی در خوابگاه دختران اردبیل. مدت زمان اجرای کار نود روز کاری بود

**اقدام ۵:** ارتقاءو بهبود عملکرد موتورخانه سلف سرویس جهت ایجاد گرمایش مناسب ساختمان آموزشی جدید

تعویض تعدادی از پمپ‌ها و خرید بوستر پمپ و سایر لوازم مورد نیاز. استفاده بهینه از موتورخانه موجود برای تامین گرمایش‌ساختمان آموزشی‌جدید که بخاطر‌پرودت هوا دانشجویان دچار مشکل شده بودند و بدلیل عدم تخصیص اعتبارات موتورخانه ساختمان جدید احداث نشده، از این موتورخانه

مدیریت شود که دانشجو احساس توجه و

ارزشمندی نماید، اگر دانشجو بتواند مطالباتش را برآورد یا پاسخ منطقی، دریافت نماید آنگاه بتدریج بحران‌های تجربه شده را فراموش‌هایی خواهد پنداشت که وی را برای رسیدن به مقام انسانیت، اخلاق مداری، کمک نموده است، چنین فارغ‌التحصیلی خلاقانه برای حل معضلات خواهدکرد و به تدریج سیستمی در کشور خلق خواهد شد که بتواند سهمی در دهکده جهانی ارتباط مستقیمی با سبک زندگی افراد دارد.

**سبک زندگی معمولی یک فرد شامل رفتارهایی است که فرد را بر اساس آن رفتار می‌نماید؛** بعضی از شیوه های زندگی، متأسفانه خطرزا بوده و باعث آسیب به خود و جامعه می‌شوند، در مقابل برخی دیگر با شناخت کامل نسبت به عوامل خطرزای زندگی صورت گرفته، به بهبود زندگی و نهایتاً طول عمر بیشتر افراد منجر می‌شوند. در واقع مطالعات سبک زندگی به این موضوع اشاره دارد که آیا افراد به سبک قدیمی زندگی خود و سنتهای غلط جامعه وابسته بوده و یا طبق سبک‌های جدید و مطابق با توصیه‌های متخصصان سلامت، زندگی خود را پیش می‌برند. روان‌شناسی سلامت و طب رفتاری در نظر دارد با شناساندن عوامل خطرزای زندگی شهروندان، آن‌ها را نسبت به زندگی امیدوارتر کرده و کیفیت زندگی را بهبود بخشد. متأسفانه نتایج بررسی تحقیقات مختلف درزمینه میزان رابطه مشاور استان دکتر کریم نیک‌نام و مشاور پایبندی مردم به سبک زندگی جدید نشان می‌دهد که هندارهای بهداشتی و مراقبتی چندان موردتوجه قرار نمی‌گیرند*ا رفتارهای حافظ سلامت به هرگونه فعالیتی است که به‌منظور حفظ یا ارتقای سلامت‌فرد انجام می‌شود.* این رفتارها رابطه و همبستگی معناداری با امید به زندگی دارند. اگر این رفتارها به شکل منظم، اجرائی شده و در زندگی مورد توجه قرار بگیرند طول عمر، بیشتر و سلامتی محقق می‌شود.

ورزش، خوردن‌غذاهای‌سالم، مراقبت‌های دندانپزشکی، واکسیناسیون، خواب‌سالم، عدم استعمال مواد اعتیادآور، دوری از سیگار و امیدبه‌زندگی سال‌هایی است که انتظار می‌رود مردم یک جامعه به همان وسطه به همان میزان قطعاً رسیده‌اند در مقایسه با سایر افراد متأهل طول عمر کمتری دارند. بهترین سنی که برای ازدواج پیشنهادشده است ۲۲ تا ۲۶ سال برای مردان و ۲۰ تا ۲۴ سال برای زنان هست.
۲-**وضعیت اقتصادی** هم از دیگر عوامل موثر در طول عمر افراد هست. افرادی که قسمت زیادی از زندگی و دوره عمر خود را فقیر بوده‌اند معمولاً فرد موردتوجه جدی باشد و همیشه در یادشان باشد که پول لزوماً چرک کف‌دست نیست، بلکه الزامی برای زندگی است.
۳-**وزن** بدن افراد نیز در طول عمر افراد تأثیر دارد. امروزه با رشد و پیشرفت جوامع، ذائقه افراد تغییر کرده است، لذا مردم اکثر نقاط دنیا از چاقی رنج می‌برند، توصیه می‌شود مردم از طریق توجه به توصیه‌های بهداشتی دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی وزن بدن خود را کنترل و در افزایش عمر خود دخالت نمایند. وزن بدن از طریق شاخصی به نام (BMI) یا شاخص توده بدنی اندازه گرفته می‌شود. این شاخص از تقسیم وزن، بر مربع (توان دوم) قد به متر، به دست می‌آید. بر اساس این فرمول اگر نمره به دست آمده، بین ۱۹ تا ۲۵ باشد وزن بدن فرد نرمال و طبیعی می‌باشد. به عنوان مثال اگر وزن فردی ۷۸ و قد او ۱۷۶ باشد مربع قد او ۳۰۹، شده و اگر ۷۸ بر ۳۰۹ تقسیم کنیم عدد ۲۵،۲۴ به دست می‌آید که کمی بالاتر از محدوده طبیعی است.
۴-**تمرینات بدنی منظم و مداوم** باعث حفظ سلامت و ارتقاء و بهبودی آن می‌شود. ورزش علاوه بر سلامت‌جسمانی باعث بهبود جریان خون و تنظیم قلب شده و با ترشح آندوزن مورفین، بر آرامش‌روانی تأثیر می‌گذارد. توصیه

می‌شود که افراد به‌طور منظم و مداوم از طریق پیاده‌روی، شنا، نرمش صبحگاهی و … در ارتقای سلامت خود قدم بردارند.
۵-**الکل، مشروبات و نوشا به‌های گازدار** در بلندمدت باعث کاهش عمر می‌شوند. نتایج بررسی‌های علمی نشان می‌دهد که الکل با میزان سلامت ارتباطی معکوس دارند و هرچقدر مصرف الکل بیشتر شود سطح سلامت به مخاطره می‌افتد. علاوه براین افرادی که الکل مصرف می‌نمایند در روابط اجتماعی و شغلی خود نیز مشکلاتی را تجربه می‌کنند که مالا در ایجاد سایر نارسانای های اجتماعی و مخاطره‌آمیز تأثیرگذار می‌باشند.

روان‌شناسی سلامت و طب رفتاری در نظر دارد با شناساندن عوامل خطرزای زندگی به شهروندان، آن‌ها را نسبت به زندگی امیدوارتر کرده و کیفیت زندگی را بهبود بخشد.

۶-**سیگار و مواد مخدر** نیز ازجمله عواملی است که خطرزا بوده و میزان سلامت و طول عمر و یا کیفیت آن را به مخاطره می‌اندازد. مصرف سیگار و موادمخدر ازطریق تأثیرگذاری بر سیستم‌میژولیمیک انسان باعث تغییرات ساختاری و عملکردی در مغز شده و به‌مرور سایر ابعاد زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

۷-**تحصیلات بالاتر** رابطه‌ی خوبی را با سطح سلامت و طول عمر نشان می‌دهد. نتایج تحقیقات و گزارشات با مؤید این مطلب است که هرچقدر سطح تحصیلات بالاتر برود میزان انجام رفتارهای حافظ سلامت بیشتر و نهایتاً منجر به بهبود زندگی و ارتقای عمر می‌شود.

۸-**خواب منظم** عامل دیگری است که در طول عمر تأثیرگذار می‌باشد. داشتن نظم و پیروی از یک‌روال منظم در خوابیدن می‌تواند به بهبود سلامتی کمک کرده و باعث افزایش امیدبه زندگی شود. معمولاً یک جوان و فرد میان‌سال

حدود ۶ الی ۸ ساعت خواب در هر شبانه‌روز نیاز دارد و بهتراست که این میزان خواب، در شب باشد. خواب در طول روز باعث کاهش عمق خواب شبانه شده و موجب می‌شود که فرد از خواب بهره لازم را نبرد. دوسوم عمر انسان در خواب می‌گذرد و این میزان کم نیست، براین اساس لازم هست به‌مانند اوقات بیداری برای خواب هم برنامه منظم و مستمر داشته باشیم و آن را جدی بگیریم. خواب عمیق با بالا بردن ترشح ملاتونین در مغز موجب عمیق شدن یادگیری می‌شود.

۹-**مراقبت‌های بهداشتی و معاینات منظم پزشکی** در بهبود سلامتی افراد تأثیرگذار بوده و باعث شناسایی به‌موقع عامل‌های مخاطره‌آمیز می‌شود. مراجعه مداوم به دندان‌پزشک، مسواک زدن، استحمام روزانه، علاوه بر اینکه باعث بهبود سلامتی می‌شود در کمتری داشته و طول عمر بهتری دارند.

همچنین **فعال و اهل عمل بودن** نیز در طول عمر افراد تأثیر می‌گذارد. افراد شاغل به‌ویژه شاغلبینی که به کار خود علاقه داشته و همیشه شاد و پرجنب‌وجوش هستند احساس گناه کمتری داشته و طول عمر بهتری دارند.

توصیه می‌شود افراد با افزایش دانش و اطلاعات خود در این زمینه نسبت به برخورد عقلانی با موقعیت‌های مختلف، کنترل زندگی خود را در دست بگیرند و با تحقیقات نامیده است که هرچقدر مردم به آینده امیدوار باشند به همان اندازه این گونه رفتارهای حافظ سلامت و رفتارهای سالم را بیشتر انجام می‌دهند. پس متخصصان و برنامه‌ریزان کلان‌کسوری باید در تصمیم‌گیری‌ها و برنامه‌های آموزشی و مأموریت‌های اصلی خود این موضوع را نیز در نظر داشته و برای بهبود عمر و بالا بردن امید به زندگی شهروندان، دوراندیشه عمل نمایند*ا.*

## واژه شناسی

## Functional autonomy خودمختاری کنشی

اصطلاح خودمختاری کنشی توسط روان‌شناس شخصیت به نام **گوردون آلپورت** ارائه گردید. آلپورت بر اساس این اصطلاح، عنوان نمود که بسیاری از رفتارها یا ممکن است بدون انگیزه‌ای خاص، خودبخود و به طور تصادفی ایجاد شده و گسترش یابند. یعنی انگیزه و عامل خاصی را ن ایجاد نکرده بلکه انجام تصادفی رفتار، باعث تکرار مجدد همان رفتار می‌شود. مثلاً فردی را در نظر بگیرید که به رشته خاصی علاقمند نیست ولی در اثر فشار والدین یا اطرافیان، آن رشته را انتخاب می‌کند، بر اساس اصل خود مختاری کنشی این فرد احتمال دارد به خود نسبت به آن رشته علاقه نشان داده و یا حتی به موفقیت‌هایی در آن رشته برسد. هر چند این کنش پیچیده ممکن است از تقویت رفتارهای ساده (مانند بر خورد اساتید، لذت بخش بودن محیط آموزش و …) ایجاد شده باشد ولی بر اساس این سازه شخصیتی، خود همان رفتار تصادفی در حکم یک تقویت کننده وارد عمل شده و موجب تکرار آن شده است.

**معمولاً فرد سالم عمداً گناه یا بزه خاصی را مرتکب نمی‌شود و حتی می‌داند که مثلاً رفتار خاصی ناشایست است و نباید انجام دهد ولی با تاسف بعد از تجربه‌ی تصادفی یا حتی با یک کنجکاو ی ساده، آن را تکرار می‌کند.**

دانش آموزی ممکن است به شکل تصادفی در درس نمره بیست بگیرد و همین نمره بیست به احتمال، او را به تکرار همان نمره ترغیب کرده و علاقمند به درس و مشق بکند.

<span></span>		<span></span>
<b>اهد امسانی</b> <p><b>معاون مسالی، اداری و مدیریت منابع</b></p>		<span></span>
<b>فعالیت‌های عمرانی آموزشکده‌ی خلخال</b> <p>نصب دوربین های مدار بسته برای سالن کارگاه مکانیک و محوطه کارگاه و آموزشکده تجهیز گاز و برق فشار قوی مجزا برای کارگاه مکانیک و سیستم شوفاژ دیواری و رادیاتور برای سیستم گرمایش کارگاه مکانیک و جایگزینی تعداد دو شعله لوله کشی گاز برای استفاده بخاری در فصل سرما</p> <p>درخت کاری محوطه اداری و ساختمان مکانیک</p> <p>راه اندازی انبار کارگاه مکانیک و نیز تجهیز آن به دوربین مدار بسته نصب حفاظ آهنی برای پنجره و درب آکاردیونی کشویی برای آن نصب و راه اندازی اطفا حریق کارگاه مکانیک خودرو و نصب پرده در محل مورد نظر کارگاه برای استفاده بهینه کلاس درس برای تاریکی نور پروژکتور و…</p> <p>تعمیر سرویس های بهداشتی و جایگزینی شیرالات جدید.</p> <p>جایجایی لوله گاز در مسیر کارگاه مکانیک و ساختمان نگهبانی برای بازگشایی و مسیر هوایی جهت انتقال وسایل و تجهیزات به بالادست ساختمان.</p> <p>احیا روشنایی معبر اصلی و نیز محوطه اداره آموزشکده.</p> <p>ساماندهی برق ورودی آموزشکده</p> <p>شن ریزی و مسطح کردن راه دسترسی به آموزشکده از خیابان اصلی تا درب ورودی مرکز دو سال می باشد.</p> <p>به کمک خیر محترم<i>ا.</i></p>		<span></span>
<b>بقیه گزارش عملکرد عمرانی از ص ۲ عنوان اقدام ۰۹:</b> تعویض پنجره های آهنی و تبدیل آن به پنجره دو جداره		<span></span>
افزایش بهره‌وری اتاقها– کاهش مصرف انرژی، افزایش کیفیت اقامتی خوابگاه دانشجویان، ارتقاء خوابگاه و کیفیت اسکان دانشجویان ، بهینه سازی مصرف سوخت و مدیریت سبز از نتایج مهم اجرای این طرح بود. این طح در مدت بیست روز کاری به اتمام رسید.		<span></span>
<b>عنوان اقدام ۱۰:</b> نقشه های ساختمان آموزشی و سرایداری و محوطه اطراف آن		<span></span>
تهیه نقشه های ساختمان آموزشی به مترآژ ۳۸۰۰ متر مربع و ساختمان سرایداری در سه طبقه به مترآژ ۷۰۰ متر مربع و همچنین تهیه نقشه های محوطه سازی و دیوار پشت ساختمان از مفاد قرارداد می باشد. مشاور متعهد به انجام برآورد طبق فهرست بها و تهیه اسناد مناقصه می باشد. بهبود و ارتقاء نقشه های پروژه های عمرانی از طریق خدمات مهندسین مشاور و همچنین نظارت دقیق تر بر اجرای عملیات ساختمانی از نتایج مهم اجرای این طرح می باشد. مدت زمان اجرای این طرح یک سال می باشد.		<span></span>
<b>عنوان اقدام ۱۱:</b> عملیات اجرایی مجموعه فرهنگی دانشگاه		<span></span>
اصلاح نقشه های ساختمان مجموعه فرهنگی دانشگاه با همکاری کارکنان متخصص در حوزه طراحی دانشگاه. رایزنی با خیرین استان برای احداث مجموعه و شروع به کار احداث با استفاده از ظرفین خیرین. مساحت مجموعه ۶۰۰ متر مربع، از نتایج مهم این اقدام اصلاح نقشه های مجموعه فرهنگی طبق نیازمندی دانشگاه و رایزنی با خیرین و استفاده از ظرفیت ایشان جهت احداث بنا. مدت اجرای این طرح دو سال می باشد.		<span></span>
<b>عنوان اقدام ۱۱:</b> عملیات اجرایی مجموعه فرهنگی دانشگاه		<span></span>

<span></span>		<span></span>
<b>دکتر کریم نصیریان</b> <p><b>رئیس دانشگاه فنی و حرفه‌ای استان اردبیل</b></p>		<span></span>
<b>بقیه گزارش عملکرد عمرانی از ص ۲ عنوان اقدام ۰۹:</b> تعویض پنجره های آهنی و تبدیل آن به پنجره دو جداره		<span></span>
افزایش بهره‌وری اتاقها– کاهش مصرف انرژی، افزایش کیفیت اقامتی خوابگاه دانشجویان، ارتقاء خوابگاه و کیفیت اسکان دانشجویان ، بهینه سازی مصرف سوخت و مدیریت سبز از نتایج مهم اجرای این طرح بود. این طح در مدت بیست روز کاری به اتمام رسید.		<span></span>
<b>عنوان اقدام ۱۰:</b> نقشه های ساختمان آموزشی و سرایداری و محوطه اطراف آن		<span></span>
تهیه نقشه های ساختمان آموزشی به مترآژ ۳۸۰۰ متر مربع و ساختمان سرایداری در سه طبقه به مترآژ ۷۰۰ متر مربع و همچنین تهیه نقشه های محوطه سازی و دیوار پشت ساختمان از مفاد قرارداد می باشد. مشاور متعهد به انجام برآورد طبق فهرست بها و تهیه اسناد مناقصه می باشد. بهبود و ارتقاء نقشه های پروژه های عمرانی از طریق خدمات مهندسین مشاور و همچنین نظارت دقیق تر بر اجرای عملیات ساختمانی از نتایج مهم اجرای این طرح می باشد. مدت زمان اجرای این طرح یک سال می باشد.		<span></span>
<b>عنوان اقدام ۱۱:</b> عملیات اجرایی مجموعه فرهنگی دانشگاه		<span></span>



**اقدام ۱:** تکمیل سوله کوچک کارگاه سنگین ۲(مرحله ۴) و محوطه سازی اطراف آن:

تهیه مصالح و اجرای کامل سوله به مترآز ۳۶۰ متر مربع با تاسیسات برقی و مکانیکی، تهیه و نصب و اجرای کامل ساختمان انباری و اتاق مدرسین در دو طبقه و ۴۸ متر مربع بطور کامل تا مرحله بهره برداری، تهیه مصالح و اجرای ۸۷۰ متر مربع پازل کاری محوطه جلوی کارگاه و اجرای ۱۲۰ متر طول جدول، کاشت ۱۸۰ عدد درخت از انواع سوزنی و ۳۰۰ بوته از انواع گل در محوطه جلوی کارگاه. اضافه شدن ۳۶۰ متر مربع به فضای کارگاهی (رشته ساختمان فاقد کارگاه بود) و نگهداری و حراست مناسب از تجهیزات و لوازم مورد نیاز برای رشته تاسیسات با احداث انباری و زیبا سازی محوطه دانشگاه و ماندگاری بیشتر دانشجویان با محوطه



« معرفی کارشناس»



**کارشناس مسؤل امور اداری و پشتیبانی**

آقای باقر اغنیا متولد شهر اردبیل، از کارمندان فهیم و ارزشمند آموزشکده بوده و با

تبحر و مهارت مثال زدنی، در انجام وظایف خود موفق می‌باشند. اخلاق حسنه، ارتباط خوب و مناسب با کارمندان، تکسیریم ارباب‌رجوع از ویژگی‌های مهم ایشان بوده و در انجام کار خود سعهی صدر نشان می‌دهند. ۱۷ سال سابقه کار در این سمت و دارا بودن خوب خصلت‌های شخصیتی باعث شده‌است که در ایجاد و توسعه ارزش‌های عالیه در محیط سازمانی موفق و در بین همکاران از ارج و قرب خاصی برخوردار باشند.

تعدادی از وظایف مهم این واحد کارشناسی عبارتند از:

صدور گواهینامه موقت کارشناسی و کاردانی

صدور و تحویل اصل دانشنامه

صدور گواهی معدل به ادارات و ارگان‌ها

پاسخ به استعلام ادارات و دانشگاه‌ها

صدور تاییدیه تحصیلی اعلام گزارش ابراد و اشکال احتمالی در مدارک دانشجویان در سامانه‌ی بوستان جهت رفع ایرادها. بررسی و تایید سامانه سجاد برای صدور اصل دانشنامه و تاییدیه تحصیلی.

اعلام ایرادات ثبت شده برای اصلاح به دانش‌آموختگان در سامانه.

\*\*\*\*\*

دانشجویانی که در شرف دانش آموختگی می‌باشند و نیز دانش آموختگانی که دانشنامه‌ی قدیمی *فاقد کد صحت ۳۰ رقمی* دارند، می‌توانند برای دریافت کد صحت از طریق پرتال سازمان به نشانی:

**https://portal.saorg.ir/**

(پس از ثبت نام اولیه) در قسمت خدمات اداره دانش آموختگان به دریافت تاییدیه‌ی تحصیلی اقدام نمایند.

در این راستا فیلم راهنمای آموزشی برای متقاضیان به نشانی زیر قابل دسترسی می‌باشد.

**https://saorg.ir/portal/file/2۲۶۱۹۸**

**مدارک لازم جهت دریافت گواهینامه موقت**

اصل و کپی پایان خدمت نامه‌ی کد صحت ۲۰ رقمی پرینت شده از سامانه سجاد
**مدارک لازم برای دریافت دانشنامه**
اصل گواهینامه‌ی موقت
اصل و کپی پایان خدمت نامه لغوتعهد پرینت شده از سامانه سجاد
نامه کد صحت ۲۰ رقمی پرینت شده از سامانه سجاد/

**به گزارش واحد فرهنگی آموزشکده رازی:**

مراسم بزرگداشت هفته بسیج در تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۰۵ با شرکت دانشجویان و دانشگاهیان اجرا گردید.

مسابقه دانشجویی قران کریم در تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۸ با حضور دانشجویان برگزار گردید و نفرات برتر مشخص شدند.

اردوی راهیان پیشرفت ( بازدید علمی) در تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۵ برگزار گردید.

مراسم عزاداری حضرت فاطمه‌ی زهرا سلام… علییه‌ادر تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۱ برگزار گردید.

**نام ماهنامه داخلی: روان یاری**

**زیر نظر: دانشگاه فنی و حرفه ای واحد استان اردبیل صاحب امتیاز: مرکز مشاوره و سبک زندگی واحد اردبیل مدیر مجموعه: بهروز سرباز خاقانه سردبیر: سروس تقی زاده سابق صفحه آرایی، اجرا: دکتر سیامک خدائی خیابوی هیات تحریریه: همکاران این شماره: دکتر کریم نیکنام؛ دکتر سیامک خدائی خیابوی؛ سروس تقی زاده؛ یاس نریمانی**

**آدرس دانشگاه فنی و حرفه ای واحد استان اردبیل:**

**اردبیل-میدان ایثار-ابتدای جاده خلدخال کدپستی: ۵۶۱۸۴-۱۳۳۹۶**
**شماره تلفنکس دبیرخانه: ۰۴۵۳۳۶۶۸۱۹۵**
**Email: info-013@tvu.ac.ir**

**مصاحبه با دانشجوی موفق**

*جناب آقای کریمی؛ از این که دعوت مارا*

*پذیرفتید متشکرم، لطفا خودتان را معرفی نماید!*

اینجانب محمد کریمی دانشجوی کاردانی رشته‌ی حسابداری آموزشکده فنی‌وحرفه‌ای رازی اردبیل هستم و در بین دانشجویان رشته حسابداری با کسب معدل ۱۸٫۶۹ حائز رتبه اول شدم.

*به نظر خودتان دلایل موفقیت شما چه بوده است؟*

به نظر می‌رسد که هر چه دانشجو نسبت به رشته‌ی تحصیلی خود علاقه و رغبت بیشتری داشته باشد، با شوق و توان بیشتری به دنبال آن می‌رود و به یادگیری، کسب دانش و معلومات جدید می‌پردازد. من به رشته تحصیلی خودم علاقه دارم و و نگرشم به این رشته و آینده تحصیلی و شغلی آن مثبت هست، بر این اساس، هم درس‌های خود را جدی می‌گیرم و هم از دانشگاه و موفقیت‌های پیش آمده به نحو مناسب استفاده می‌کنم. البته عوامل و مولفه‌های زیادی در موفقیت و پیشرفت تحصیلی افراد تاثیرگذار می‌باشند. هوش و استعداد تحصیلی، امکانات اقتصادی و اجتماعی خانواده، نوع شغل والدین، محل سکونت، دوستان خوب و فعال و عوامل‌های دیگری می‌توانند باعث موفقیت هر فردی بشوند.

*شما به موارد مهمی در موفقیت اشاره کردید لطفا درباره علاقه به رشته تحصیلی بیشتر توضیح دهید!*

اینکه یک فرد به رشته تحصیلی خود علاقه داشته باشد بسیار معنولانه و منطقی است. بنابراین بهتر است قبل از ورود به دانشگاه و قبل از انتخاب رشته تحصیلی خود این مورد را بررسی کرده باشید. شما از طریق بررسی مطالب جدید در رشته خود می‌توانید علاقه خود به رشته را بیشتر کرده و به ادامه تحصیل مطمئن‌تر اقدام کنید.

**جناب آقای کریمی برخی از روانشناسان تربیتی و مشاوران تحصیلی به وقت شناسی فراگیران نیز تاکید دارند نظر شما چیست؟**

بله دقیقا یعنی من تاکید می‌کنم مدیریت زمان را در خودتان پرورش دهید و سعی کنید تا همیشه و در هر جا، زودتر از موعد مقرر حاضر باشید تا وقت کافی برای مستقر شدن، تمرکز پیدا کردن و آمادگی برای یادگیری داشته باشید. استغاده بهینه از اوقات فراغت

، پشت سر هم نینداختن فرصت‌های مطالعه یک اقدام جدی است و اتشال… از طریق برنامه‌ریزی درسی و تقسیم مناسب اوقات خود، بهتر از گذشته عمل کنید.

**چگونه میشود یک دانشجوی موفقی شد؟**
مسیرموفقیت برای هر فردی، خاص خود آن فرد است. درزمینه تحصیل و مطالعه، مهم است که با خودمان روراست باشیم و درس خود را خوب بخوانیم. خانواده شما چشم به راه هستند تا موفقیت‌های شما را ببینند و از آن لذت ببرند. پس، کار خودتان را درست، به موقع و از روی خلوص انجام بدهید تا موفقیت شما تسهیل شود.



**می گویند دانشجویان یا از فشار محیط ، یا برای اثبات خود و یا برای دست یابی به علم درس می خوانند شما کدام انگیزه را پیشنهاد می کنید؟**
یکی از وظایف مهم دانشجویان یادگیری است. در صورتی که توان خود را بر یادگیری متمرکز کنید و به دنبال موضوعات جدید، کلاس‌ها و اساتید مورد علاقه خود بروید در زمینه نمره گرفتن هم بهتر عمل خواهید کرد. نمره فقط راهی برای کسب قبولی بوده و برای موفقیت‌های بیشتر، افزودن بر میزان آگاهی‌های هر فرد مهم‌تر از نمره می‌باشد.

*پس می توان گفت شما برای دانشمندان شدن می خوانید؟*
شاید بله

**چگونه مطالعه کردنی را پی بردن به علم می دانید نه از سر اجبار؟**

اگر به مدت یک ساعت مجبور به مطالعه‌ی یک فصل از کتاب خاصی هستید، به آن متعهد بمانید و با تمام توان در جهت حفظ تمرکز خود اقدام کنید. این کار گاهی ساده نیست و نیاز دارید تا تمرکز را در خود تقویت کنید. اگر در بین اوقات مطالعه نیاز به استراحت دارید، یک استراحت کوتاه ده تا پانزده دقیقه‌ه ای داشته باشید. شما از طریق تمرین و ممارست می‌توانید به ذهن خود یاد دهیدتا مدت طولانی‌تر متمرکز باقی بماند.

**غیر از فعالیت های فردی، کدام فعالیت‌های**

**اجتماعی را برای علمی شدن سفید می‌دانید؟**

در تشکل‌ها و گروه‌های دانشجویی عضو شوید و در رویدادهای دانشجو محور شرکت کنید و خودتان را در این فعالیت‌ها و گروه‌ها مشغول کنید. بسیاری از یادگیری‌های انسان و موفقیت‌های او از طریق این گونه فعالیت‌های اجتماع محور محقق می‌شود.

**در این مسیر قطعا مواعنی نیز وجود دارد**

**به برخی از مواقع هم انگیزه کم کنید!**

بله، دانشجویان دانشگاه، ذهن و استعداد برابری ندارند و همه با موقعیت و هوش متفاوت وارد دانشگاه شده‌ایم بنابراین خودتان را با دیگران مقایسه نکنید و اگر قصد مقایسه داشته باشید خودتان را در استعداد‌های مختلف و نمرات و موفقیت‌های دروس خودتان مقایسه کنید و یا اینکه خودتان را با گذشته خودتان مقایسه کنید و پیشرفت‌های خود را اندازه بگیرید.

**پس مقایسه خود با دیگران را نه تنها مفید نمی‌دانید بلکه مانع یادگیری هم می‌پندارید غیر از این چه مواردی را قابل ذکر می‌دانید**

ما فعلا در یک محیط دانشگاهی قرار داریم و کل هدف ما کسب نمره در این دروس نیست، بنابراین از طریق مطالعه دروس و کتب غیر درسی، شرکت در برنامه‌ها و کارگاه‌های تحصیلی مختلف در این مسیر قرار بگیرید. فعلا حتی یک موفقیت شما می‌تواند پایه‌ای برای موفقیت‌های بیشتر باشد. پس عجله نکنید و خودتان را کم پیش ببرید.

**آیا فعالیتی بود که یادگیری شما را عمیق تر می کرد و موجب فهم بهتر می شد اگر چنین مواردی بود لطفا اشاره کنید!**

بله بود بنابراین توصیه می‌کنم که شما می‌توانید از طریق یادآدان و آموزش به دیگران، مهارت و تسلط خود را بیشتر کنید. پس یک راه برای پیشروی در مسیر موفقیت‌های آتی، همراه شدن با دانشجویان فعال و کاری است.

**به عنوان آخرین سوال، خواب و استراحت خود را هم توضیح دهید!**

یکی از عوامل مهم در یادگیری دروس و افزودن بر میزان اندوخته‌ها و توانایی‌های فردی، داشتن یک برنامه و روال منظم خواب می‌باشد. دانشجویانی که به این مورد اهمیت نمی‌دهند میزان زیادی از انرژی خود را در طول بیداری به هدر می‌دهند/

**سپاسگزاریم که در این مصاحبه شرکت کردید!**

# روان‌یاری

ماهنامه علمی، روان‌شناسی، فرهنگی و اجتماعی؛ نشریه داخلی مرکز مشاوره و سبک زندگی، آموزشکده فنی‌وحرفه ای پسران اردبیل، سال اول، شماره ۳- آذرماه ۱۴۰۲- چهار صفحه

**امام خمینی (ره): دانشگاه مبدا همه تحولات است**



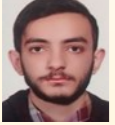
**دانشجویان ممتاز آموزشکده فنی‌وحرفه‌ای رازی (بخش دوم)**



**آروین عباسیان آخر، معدل (۱۷٫۹۳) دانشجوی برتر کاردانی معماری**



**هادی جعفری، معدل (۱۷٫۸۷) دانشجوی برتر کارشناسی حسابداری**



**امیر رضا فرهادی سامیان، معدل (۱۷٫۷۴) دانشجوی برتر کاردانی کامپیوتر**



**امیر حسین عزیزی که سر، معدل (۱۷٫۶۴) دانشجوی برتر مهندسی عمران**



**آرمین کاتب فوجه بکلو (۱۷٫۴۳) دانشجوی برتر کاردانی عمران**



**امیر عباس خرمیان، معدل (۱۷٫۲۳) دانشجوی برتر مهندسی ناساناس مکانیکی**



**علیرضا محمدی که سر، معدل (۱۷٫۰۵) دانشجوی برتر کاردانی مکانیک خودرو**



**رحمان شرین بور، معدل (۱۶٫۷۰) دانشجوی برتر مهندسی معماری**

**امروز کارهایی را انجام میدهم که**

**دیگران دوست ندارند انجام‌دهند تا فردا**

**کارهایی را انجام دهم که دیگران**

**نمی‌توانند انجام دهند .**

بشناسید. در این مطلب، برخی از معایب و مزایای تکنولوژی هوش مصنوعی را بررسی می‌کنیم.



**مزایای هوش مصنوعی**
تصمیم گیری درست: این که ماشین‌ها، فاقد هر گونه احساس و هیجانی هستند و تاثیر از داده‌ای قدیمی و نامرتبط نمی پذیرد بلکه قابلیت کنترل داده‌ها را دارد این قابلیت

تصمیم درست را بگیرند. بهترین نمونه در مورد این ویژگی، استفاده از ماشین‌ها در مراقبت‌های پزشکی است. همچنین هوش مصنوعی مجال اندکی برای خطا و اشتباه دارد بلکه احتمال خطا به شدت کاهش می‌یابد. زیرا تصمیمات بر اساس سوابق قبلی داده‌ها و مجموعه‌ای از الگوریتم‌ها است؛ این موضوع، دستاورد مهمی محسوب می‌شود؛ چرا که باعث می‌شود مشکلات پیچیده‌ای که به محاسبه دشوار نیاز دارند، بدون هیچ خطایی حل شوند.

به کارگیری هوش مصنوعی در شرایط مخاطره آمیز: در برخی شرایط خاص که ایمنی انسان‌ها به خطر می‌افتد، می‌توان از ماشین‌هایی استفاده کرد که مجهز به الگوریتم‌های از پیش تعریف شده هستند.

**هوش مصنوعی**

**نویسنده: یاسر نریمانی**

هوش مصنوعی (Artificial intelligence) روشی نوین برای ساخت ابزارهایی هوشمند یا الگوبرداری از هوش انسان می‌باشد. ابزاری که شبیه انسان توان تفکر و تصمیم گیری دارد. در حقیقت این فناوری همان ماشین برنامه‌نویسی شده به دست انسان است که با هدف سهولت در انجام امور روزمره طراحی شده است.

بسیاری از افراد، هوش مصنوعی را همچون رباتی در نظر می‌گیرند که به‌صورت فیزیکی قابل مشاهده می‌باشد. در حالی که در بیشتر موارد، این مفهوم، در قالب پاسخی به رفتارهای انسان و برگرفته از علایق و گرایشات او ارائه می‌شود.

هوش مصنوعی شاخه‌ای گسترده از علوم کامپیوتر است و یکی از علوم میان‌رشته‌ای محسوب می‌شود. منظور از این مفهوم، ماشینی است که می‌تواند همانند انسان فکر کند و از رفتار انسان تقلید نماید. چنین ماشینی می‌تواند وظایفی را انجام دهند که نیازمند هوشی شبیه هوش انسانی است.

وب گرفته تا طراحی لباس بر اساس سلیقه‌ی نشان‌دهنده ظرفیت بالای دانشگاه فنی‌ی دانسته و تأکیدکردند این موفقیت‌ها مایه‌ی مباحثات و سربلندی ملی است.

**در این برنامه از ۳۰ نفر از اساتید و**

**دانشجویان برتر علمی، پژوهشی، فرهنگی و ورزشی با اهدای جوایز و لوح تقدیر، تجلیل به عمل آمد./**