



نماز

حضرت امام علی بن موسی الرضا (ع) فرمودند: به درستی که نماز، نیکوترین صورتی است که خدا آن را خلق کرد.

کلام امیر المؤمنین (ع)

ارزش مرد [آدمی] به اندازه همت اوست، و صدق او به مقدار جوانمردی‌اش، و دلیری او به میزان ننگی که (از بد نامی) دارد، و پارسایی او به مقدار غیرتی که آرد.

امر به معروف و نهی از منکر

حضرت امام علی بن موسی الرضا (ع) فرمودند: شیعیان ما کسانی هستند که تسلیم امر و نهی ما باشند، گفتار ما را سرلوحه زندگی، عمل و گفتار خود قرار دهند و مخالف دشمنان ما باشند، و هر کس که چنین نباشد، از ما نیست.

قابل توجه داوطلبان آزمون‌های سازمان سنجش

به اطلاع داوطلبان گرامی می‌رساند که حفاظت آزمون‌های سازمان سنجش آموزش کشور از طریق پست الکترونیکی (ایمیل) ذیل آماده دریافت هرگونه اطلاعات و اخبار در موارد مرتبط با حفاظت آزمون‌ها می‌باشد.
نشانی پست الکترونیکی:
hefazatazmon@sanjesh.org

شناسنامه



- هفت‌نامه خبری و اطلاع‌رسانی سازمان سنجش آموزش کشور
- سال بیست و پنجم، شماره ۱۳، شماره پیاپی ۱۱۸۱
- نهم تیر ماه سال ۱۳۹۹
- صاحب امتیاز: سازمان سنجش آموزش کشور
- مدیر اجرایی: بهمن احمدی
- صفحه آرائی و حروفچینی: پیک سنجش
- شاپا: ۲۹۱۶-۱۷۳۵-۱۷۳۵ ISSN ۲۹۱۶-۱۷۳۵
- نقل و برداشت مطالب نشریه پیک سنجش با ذکر کامل منبع بلامانع است.
- استفاده از طرح‌ها و عکس‌های اختصاصی پیک سنجش منوط به اجازه کتبی است
- نشانی: تهران، ابتدای پل کریمخان زند، بین خیابان‌های تجت‌اللهی و قرنی.
- پلاک ۲۰۴، صندوق پستی ۵۵۵۷-۱۴۱۵۵
- نشانی سایت: peyksanjesh.org
- صندوق الکترونیکی: email.peyk@sanjesh.org

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور در باره:

تمدید ثبت‌نام و انتخاب رشته برای شرکت در رشته‌های پذیرش بر اساس سوابق تحصیلی «معدل کل دوره کاردانی» دوره‌های کاردانی به کارشناسی ناپیوسته سال ۱۳۹۹

به اطلاع داوطلبان متقاضی ثبت‌نام منحصراً در رشته‌هایی که پذیرش آنها در دوره‌های کاردانی به کارشناسی ناپیوسته سال ۱۳۹۹ صرفاً بر اساس سوابق تحصیلی «معدل کل دوره کاردانی» صورت می‌گیرد، می‌رساند در صورتی که در زمان مقرر (از تاریخ ۹۹/۰۲/۱۷ تا ۹۹/۰۲/۲۷ و مرحله دوم ثبت نام از تاریخ ۹۹/۰۳/۲۵ تا ۹۹/۰۴/۰۴) موفق به ثبت‌نام در این پذیرش نشده‌اند، می‌توانند برای پذیرش در این رشته‌ها، از روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۹/۰۶/۱۰ تا روز جمعه مورخ ۱۳۹۹/۰۶/۱۴ به پایگاه اطلاع‌رسانی این سازمان مراجعه و پس از مطالعه دقیق دفترچه راهنما و اصلاحات مربوط به آن (موضوع اطلاعیه‌های مورخ ۹۹/۰۲/۲۳ و ۹۹/۰۳/۲۵) که از طریق پایگاه اطلاع‌رسانی این سازمان در دسترس است، نسبت به ثبت‌نام و انتخاب رشته در پذیرش این رشته‌ها اقدام نمایند.

روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور

ذهنتان را درگیر

توصیه‌های انبوه نکنید!

شب زود بخوابید و قطر تشک را تنظیم را تلف کرده است، و اگر هم درس نخواند، کنید، مهمانی نروید، غذای فلان بخورید، نگران است که مبادا نکته‌ای مهم را از دست قهوه بنوشید، زمان را محاسبه کنید، اول داده باشد. سؤال فلان را پاسخ دهید، گزینه صحیح را مواجهه داوطلب با انبوه توصیه‌ها، ضمن حدس بزنید، «اشتبه» نکنید! محاسبات اتلاف زمان ارزشمند او، آرامش و تمرکز وی را فراموش نکنید، سؤالات را دسته بندی را نیز سلب می‌کند. کنید. انواع دمنوش‌ها را امتحان کنید، از گرچه توصیه و انتقال تجربیات لازم است معجزات فلان مؤسسه کنکوری محروم و اهمیت فراوانی هم دارد، اما اصل مهم‌تر، نشوید و ... اینها نمونه‌ای از انواع توصیه‌های حفظ آرامش داوطلبان در شرایط آمادگی رنگارنگ با عناوین جذاب است که از سوی برای شرکت در یک آزمون و لزوم حفظ مؤسسات گوناگون مرتبط با کنکور دائماً در آرامش و تمرکز بیشتر به منظور کسب گوش داوطلبان دمیده می‌شود. علمی موفقیت در یک رقابت علمی وقتی همه توصیه‌ها را می‌خوانی، متوجه بزرگ است. بی‌شک، متولیان دلسوز خواهی شد که بخش عمده توصیه‌ها، مشابه برنامه‌های آموزشی و کمک آموزشی، نقش و تکراری هستند. حال داوطلب بیچاره می‌ماند که درس بخواند یا توصیه‌ها را قابل توجهی در فراهم نمودن زمینه آرامش داوطلبان خواهند داشت. مرور کند. وقتی که درس می‌خواند. وقتش موفق باشید

من تمام تلاش خودم را می‌کنم تا به هدفی که دارم برسم

که ممکن است این استرس در جلسه آزمون نیز به سراغتان بیاید، باید از همین الان برای برطرف کردن این مشکل تلاش کنید و به مطالبی که در زیر اشاره می‌شود، هم در تست‌زنی سرعتی خود در منزل، هم در آزمون‌های آزمایشی و نیز در جلسه کنکور توجه داشته باشید.

باز هم تکرار می‌کنیم که کنکور هم آزمونی همانند سایر آزمون‌های دیگر شماسست و حتی ممکن است که آسان‌تر از بعضی از آنها باشد؛ در ضمن، وجود اندکی اضطراب، میزان یادگیری و دقت شما برای پاسخگویی به سؤالات را بیشتر می‌کند. اضطراب هنگامی نگران کننده است که در عملکرد فرد تأثیر منفی داشته باشد؛ البته مرز بین اضطراب طبیعی و غیرطبیعی را باید شناسایی کرد و درصدد رفع آن برآمد. در سطرهای زیر به مسائل مهمی که باعث می‌شود تا برخی از داوطلبان در جلسه کنکور دچار استرس شوند، می‌پردازیم:

مواجه شدن با چند سؤال دشوار

یکی از مهم‌ترین عوامل دست‌چاچی داوطلبان در آزمون، وجود چند سؤال پی در پی مشکل در دفترچه سؤالات است؛ در چنین مواقعی، دانش‌آموزانی که بیشتر مطالعه کرده‌اند بیشتر آسیب می‌بینند؛ زیرا عده‌ای از آنان فکر می‌کنند که آموخته‌ها و زحمات آنها کافی نبوده است و عده‌ای دیگر می‌خواهند به تمام یا اکثر سؤال‌ها پاسخ صحیح دهند. بد نیست بدانید برخی از کسانی که در بهترین و دشوارترین رشته‌های دانشگاهی قبول شده‌اند، در بعضی از درس‌ها نمره کمتر از ۴۰ درصد به دست آورده‌اند؛ در چنین شرایطی، اگر دیدید که نمی‌توانید به چند سؤال متوالی پاسخ دهید، خود را نوازید، و مطمئن باشید که این مسأله کاملاً اتفاقی است و هرگز به معنای عدم تسلط و توانایی شما در پاسخ دادن به سایر سؤالات نیست. هر آزمون، مجموعه‌ای از سؤالات آسان تا سخت است و کسی موفق‌تر است که به سؤالات آسان و متوسط پاسخ گوید؛ ضمناً به اندازه زمان و انرژی‌ای که صرف مطالعه یک درس کرده‌اید، از خود توقع داشته باشید و تصور نکنید که باید تمام مطالب یک درس یا یک بخش را به یاد داشته باشید. مطمئن باشید که دیگران هم وضع شما را دارند. اعتماد به نفس خود را حفظ کنید و با خود بگویید: «وقتی که این سؤال‌ها برای من دشوار است، وای به حال دیگران!» گفتن چنین سخنانی باعث می‌شود تا بر اعصاب خود مسلط شوید

شاید تا به حال با داوطلبانی مواجه شده باشید که وقتی صحبت از کنکور به میان می‌آید، ناگهان دچار استرس و اضطراب می‌شوند. بسیاری از این داوطلبان، کسانی هستند که مطالعه خوبی داشته و از آمادگی لازم برای کنکور نیز برخوردارند، اما خودشان هم علت این موضوع را نمی‌دانند. اضطراب امتحان، نوعی خوداشتغالی ذهنی است که خود کم‌انگاری و تردید در مورد توانایی‌های فرد را با خود به همراه دارد و اغلب باعث ارزیابی منفی و عدم تمرکز حواس و واکنش‌های جسمانی نامطلوب می‌شود، و این موضوع در نهایت باعث می‌شود تا شما نتیجه واقعی زحمات و معلومات خود را نگیرید.

با اینکه سطحی از استرس برای انجام بعضی از کارها، از جمله امتحان دادن، طبیعی است، اما حتماً باید به این نکته

توجه کنید

که کنکور هم آزمونی مانند دیگر آزمون‌هاست و هیچ تفاوتی با بقیه آنها ندارد. بسیاری از داوطلبان سال‌های گذشته، که کنکور را تجربه کرده‌اند، این مطلب را تأیید می‌کنند، و حتی برخی از آنان، که دچار استرس بوده‌اند، اکنون با یادآوری این موضوع و علت استرس خود تعجب می‌کنند. اگر داوطلبی هستید که در زمان آمادگی برای کنکور دچار استرس بوده و احساس می‌کنید





را مدیریت کنید و از رسوخ هر فکر اضافه‌ای به ذهن خود جلوگیری کنید؛ با وجود این، وقتی با چنین افکار مخربی در آزمون مواجه شدید، چند نفس عمیق بکشید و با خود بگویید که من تمام تلاش خود را می‌کنم تا به هدفی که دارم

برسم و مطمئنم که این گونه خواهد شد؛ اما به این موضوع نیز ایمان دارم که خدای بزرگ، برای من بهترین‌ها را مقدر کرده است و هر اتفاقی که بیفتد، به صلاح من و در مسیر خوشبختی و شادکامی من است.

مطمئن باشید که این سخنان، فقط حرف‌هایی برای دلگرمی دادن به شما نیست. بارها با افرادی مواجه شده‌ایم که در رشته یا دانشگاهی، که خود یا والدینشان به تحصیل در آنها علاقه‌مند بوده‌اند، پذیرفته نشده و بعدها متوجه شده‌اند که این موضوع چقدر به نفع آنان بوده است.

نگاه کردن به خانه‌های سفید پاسخنامه و آمارگیری از سؤالاتی که قادر به پاسخگویی آنها نبوده‌اید

یکی از کارهای اشتباهی که برخی از داوطلبان کنکور انجام می‌دهند، نگاه کردن به خانه‌های سفید پاسخنامه و آمارگیری از سؤالاتی است که قادر به پاسخگویی آنها نبوده‌اند. این موضوع باعث می‌شود تا اگر شما به تعدادی از سؤالات پاسخ ندهید، دچار استرس شده و نتوانید به خوبی به بقیه سؤالات نیز پاسخ دهید. در هنگام پاسخگویی به سؤالات، باید تنها هدف‌تان متمرکز بوده و سعی‌تان در استفاده از تمام آموخته‌هایتان باشد و اجازه ندهید که افکار مخرب و منفی، با انرژی‌ای که از شما می‌گیرند، مانع از نتیجه‌گیری مطلوبتان شوند؛ تا به نتیجه‌ای که شایسته میزان مطالعات و سواد شماست دست یابید.

سعی کنید که اصلاً پاسخنامه خود را (مگر برای تطبیق شماره سؤالات با جواب‌ها) بررسی نکنید، و اگر این موضوع اتفاق افتاد و شما به سؤالاتی پاسخ نداده بودید، اصلاً دچار پریشانی نشوید و خودتان را مطمئن کنید که بقیه داوطلبان هم ممکن است به این گونه سؤالات پاسخ نداده باشند؛ پس اجازه ندهید که افکار مخرب، تمرکز شما را به هم زده و در شما اضطراب ایجاد کند؛ به علاوه، برای رفع این مشکل، خود را از قبل برای پاسخ ندادن به بعضی از سؤالات، آماده کنید.

و درست مانند یک شطرنج باز ماهر یا یک فرمانده نظامی، در سخت‌ترین شرایط تصمیم بگیرید که چه کار کنید و بدانید که بهترین کار در هر لحظه کدام است؛ پس تست مشکل را، که قادر به پاسخگویی آن نیستید، رها کنید و بدون پریشانی و با قدرت، به پاسخگویی به بقیه سؤالات ادامه دهید.

بی‌اعتمادی نسبت به خود، توانایی‌ها و قابلیت خود

یکی از مهم‌ترین عواملی که برخی از شما داوطلبان را در آزمون دچار استرس می‌کند، بی‌اعتمادی نسبت به خود، توانایی‌ها و قابلیت‌های خودتان است. این مشکل ممکن است که در بیشتر کارها و مقاطع مهم زندگی، شما را از رسیدن به هدف‌تان باز دارد؛ پس اگر دچار چنین مشکلی هستید، از همین امروز تلاش کنید تا بدون توجه به نظر دیگران، به خود و توانایی‌هایتان ایمان بیاورید؛ اما اگر با وجود تلاش و کوشش قابل ملاحظه برای آمادگی در کنکور، احتمال می‌دهید که ممکن است در جلسه آزمون نیز دچار چنین احساسی شوید، فقط به این فکر کنید که شما تلاش زیادی برای آمادگی در این آزمون کرده و در تست زنی‌های قبلی خود هم به خوبی از عهده امتحان برآمده‌اید؛ پس کنکور نیز تفاوتی با آزمون‌های قبلی ندارد و شما باز هم موفق خواهید شد. لحظه‌ای که این احساس به سراغتان می‌آید چشمانتان را ببندید و به توانایی‌هایتان در لحظاتی فکر کنید که کارهای سختی را انجام داده و تحسین همگان را برانگیخته‌اید. همیشه به خاطر داشته باشید که خدا با شماست و اجازه نمی‌دهد تا زحمات شما از بین برود.

به یاد آوردن انتظارات و خواسته‌های دیگران

یکی از مشکلات مهمی که باعث استرس و اضطراب داوطلبان کنکور می‌شود توقعاتی است که خانواده‌ها یا خود فرد، بدون سنجش توانایی و اطلاعات فرد، از او دارند. همه خانواده‌ها، بدون اینکه به توانایی‌های فرزندان‌شان توجه کنند، دوست دارند که آنها در بهترین رشته‌ها و دانشگاه‌ها مشغول به تحصیل شوند. ابراز چنین احساسی به داوطلبان، باعث می‌شود تا آنان با استرس بیشتری به کنکور نگاه کنند، و وقتی فکر کنند که نمی‌توانند چنین توقعاتی را برآورده کنند دچار اضطراب شوند. این تفکرات می‌تواند در کنکور نیز سراغ بیشتر داوطلبان بیاید، اما نوع برخورد با این موضوع است که داوطلبان را از یکدیگر تمایز می‌دهد. اولاً در جلسه آزمون، افکار خود

نگاه کردن به دیگر داوطلبان حاضر در آزمون و مقایسه وضعیت خود با آنان

یکی دیگر از کارهایی که ممکن است برخی از شما داوطلبان عزیز انجام دهید، نگاه کردن به دیگر داوطلبان حاضر در آزمون و دقت در حالات آنها و مقایسه روحیه آنها با شرایط خودتان است. یکی از داوطلبان سال‌های قبل می‌گفت: «در جلسه آزمون به داوطلبان اطرافم نگاه می‌کردم و می‌دیدم که با سرعت به تست‌ها پاسخ می‌دهند؛ درحالی‌که به نظر من بعضی از سؤال‌ها سخت بود. به همین دلیل روحیه خودم را از دست دادم و احساس کردم که در مقایسه با آنها، من چیزی نمی‌دانم.»

سعی کنید، تا جایی که امکان دارد، به دلیل محدودیت وقت و جلوگیری از حواس‌پرتی، به اطرافتان توجه نکنید. اگر چنین اتفاقی افتاد و حتی شما برای فکر کردن هم به اطراف خیره شدید، با دیدن سرعت دیگران در تست‌زنی، اصلاً دستپاچه نشوید؛ بلکه این احتمال را بدهید که پاسخ‌های آنان اشتباه باشد یا اینکه آنان در حال پاسخگویی به سؤالاتی باشند که شما هم جواب آنها را به خوبی می‌دانید.

برای کم شدن استرس و دستپاچگی در کنکور، به نکات زیر توجه کنید:

۱- اگر از جمله داوطلبانی هستید که زیاد دچار استرس می‌شوید و احتمال می‌دهید که در جلسه کنکور نیز استرستان باعث ایجاد مشکل برای شما گردد، سعی کنید که تمرینات آرام کردن خود را از هم اکنون شروع کنید. یکی از راه‌های آرام کردن خود این است که فضای جلسه را تصویرسازی ذهنی کنید و این‌گونه تصور کنید که در جلسه امتحانی نشسته‌اید و با سؤالاتی با درجات دشواری مختلف روبرو هستید؛ بر این اساس، ابتدا با کشیدن نفس‌های عمیق (سه شماره دم همراه با سه شماره بازدم) و شل کردن عضلات بدن و در نظر گرفتن زمان لازم، شروع به پاسخ‌دهی کنید. در صورتی که داوطلبی نتوانست با انجام یکبار این کار، بر اضطراب خود غلبه کند، باید دوباره این مراحل را تکرار کند و آن قدر این موضوع باید تکرار شود که داوطلب در زمان پاسخ‌دهی به سؤالات، احساس راحتی داشته باشد.

۲- یکی از راه‌های کاهش استرس، انجام تست‌زنی سرعتی با شرایط کنکور در خانه است. این موضوع به شما کمک می‌کند تا خود را به خوبی محک زده و به توانایی‌های خود بیشتر اطمینان پیدا کنید؛ البته فراموش نکنید که پاسخگویی اشتباه به این سؤالات نباید باعث استرس مضاعف و نگرانی شما شود، بلکه باید سعی کنید که با آرامش برای رفع اشکالات خود در این‌گونه از آزمون‌ها، خود را به خوبی برای کنکور آماده کنید.

۳- یک روش مؤثر برای برخورد با موقعیت‌های استرس آور، شمارش تا عدد ده است. انجام این کار به شما کمک می‌کند که از لحاظ فکری و روانی، از آن لحظه استرس آور دور شوید، و ده ثانیه به شما وقت می‌دهد تا از آن شرایط، خود را رها کنید.

۴- اگر دچار استرس شدید، برای مدت کوتاهی چشمانتان را ببندید و چیزی را فشار دهید. معمولاً فشردن چیزی با دست، باعث کاهش استرس و دغدغه خاطر می‌گردد. در آزمون می‌توانید با فشردن یک پاک‌کن، استرس خود را کمتر کنید.

تنفس، به غیر از داشتن اثرات حیات بخش، می‌تواند در آرام نمودن شما نیز بسیار مؤثر باشد. هنگام بروز استرس می‌توانید چند نفس عمیق کشیده و خود را از لحاظ جسمانی و روانی آرام کنید. پس از چند تنفس عمیق، قدم بعدی، داشتن مکالمه مثبت با خود است. می‌توانید به خود بگویید: «من همه این تست‌ها را در خانه به خوبی پاسخ می‌دادم، و اگر دوباره برگردم و با آرامش بیشتری مطالعه کنم، حتماً می‌توانم جواب آنها را پیدا کنم.»

۵- به تغذیه و خواب خود در روزهای باقی‌مانده تا کنکور، اهمیت بیشتری دهید. سعی کنید که ساعات خواب خود را تنظیم کرده و به اندازه کافی استراحت کنید. هیچ چیز به اندازه یک خواب راحت، نمی‌تواند دانسته‌های شما را تثبیت کند. در روزهای منتهی به کنکور، سعی کنید که تعداد دفعات صرف غذای خود را افزایش دهید؛ اما حجم غذایی را که می‌خورید کاهش داده و از غذاهای سبک و مقوی استفاده کنید. گیاهان دارویی، مانند: گل گاو زبان، به لیمو و بابونه، می‌توانند آرامش بیشتری به شما بدهند؛ پس، در صورت امکان، از این گیاهان همراه چای خود استفاده کنید.

در پایان باز هم تأکید می‌کنیم که کنکور، آزمونی همانند سایر آزمون‌های دیگر شماسه؛ پس اصلاً و در هیچ مرحله‌ای از این آزمون، دچار استرس و دستپاچگی نشوید. ضمناً به خودتان و تلاشتان اطمینان داشته باشید و بدانید که خدا با شماست. مثبت‌اندیشی کنید و به خود بقبولانید که مسیر زندگی شما در بهترین راه ممکن قرار گرفته است و کنکور، یکی از گذرگاه‌های این مسیر است.



سختکوشان :

راه یافتن به لیست ۲۰ چهره تأثیرگذار دنیا، تنها با دو درصد توانایه يك دست

چرخنده‌های خراب ساعت‌ها وسایلی می‌ساختم. لوازم غیرقابل استفاده ساعت و رادیو، در این زمینه برای من کاربردهای زیادی داشت.»

«تا ۱۳ سالگی، سواد خواندن و نوشتن نداشتم، اما خانواده‌ام خیلی نگران بودند و این موضوع برایشان قابل تحمل نبود؛ بنابراین، خواهرم و مادرم با راهنمایی دوردور یک معلم، آموزش‌دادن به من را شروع کردند.

دوران ابتدایی را طی یک سال و نیم و به صورت غیرحضورى تمام کردم و دوران راهنمایی را هم با معلم خصوصی و به صورت سال به سال خواندم. چون هزینه‌ها خیلی زیاد بود، دبیرستان نرفتم و ترک تحصیل کردم، اما برای اینکه نمی‌خواستم فقط یک مصرف‌کننده باشم، مجدداً به سمت کارهای خلاقانه برگشتم و کارهایی مانند: سیاه‌قلم، مجسمه‌سازی، سفال‌گری و ... انجام می‌دادم.»

«برای فراگیری این هنرها، مادرم برایم کتاب آموزشی می‌خرید یا اگر تلویزیون برنامه آموزشی داشت، با دیدن آن برنامه، فوت و فن کار را یاد می‌گرفتم؛ مثلاً در هنر سیاه‌قلم این قدر پیشرفت کردم که این هنر را درس هم می‌دادم و شاگرد هم داشتم.»

«دو سه سال هم به این صورت گذشت و من کم کم به ۱۹ سالگی رسیده بودم. بیماری‌ام در حال پیشرفت بود و دست‌هایم به اندازه‌ای ضعیف شده بود که دیگر نمی‌توانستم مداد را در دستم بگیرم. خواهرم پیشنهاد داد که کامپیوتر بخریم؛ البته مشکل مالی برای خرید کامپیوتر داشتیم و پدرم توان مالی خرید آن را نداشت. در نهایت، یک کامپیوتر قسطی خریدیم و من خدمات کامپیوتری ارائه می‌دادم، اما با بدتر شدن وضعیت جسمی من و از کارافتادن دست چپم، باید فکر دیگری می‌کردم.»

«آن زمان حدوداً ۲۳ ساله بودم. من دیگر نمی‌توانستم خدمات کامپیوتری ارائه کنم، اما وارد فضای اینترنت شده بودم و می‌دانستم که در این فضا فرصت‌هایی برای من وجود دارد؛ یا اینکه در این فضا می‌توانم فرصت‌هایی برای خودم ایجاد کنم .

کم‌کم با سایت‌های ایرانی آشنا شدم؛ به‌ویژه با سایت‌هایی که آموزش‌های مربوط به فضای وب را به صورت رایگان ارائه می‌کردند. من نمی‌توانستم از

اکثر ما در ناامیدی‌ها و شکست‌هایمان به آنچه که نتوانسته‌ایم به دست آوریم فکر می‌کنیم و مدام در حال شکایت از نداشته‌هایمان هستیم. به راستی چند نفر از ما به توانایی‌هایی که داریم اعتماد می‌کنیم و روی آنچه که می‌توانیم انجام دهیم تمرکز می‌کنیم؟

وحید رجبلو، جوان ۳۰ ساله‌ای است که با معلولیت ۹۸ درصدی، موفق به راه اندازی پلتفرمی ویژه برای خدمت‌رسانی به معلولان و هم‌دردان خود شده است. او بیشتر کارهایش را تنها با توان دو درصد از دست راستش انجام می‌دهد، و به تازگی از سوی کمیته غیرانتفاعی بین‌المللی جوانان جهان (JCI) به عنوان یکی از ۲۰ چهره تأثیرگذار در دنیا شناخته شده است. کمیته بین‌المللی جوانان جهان، هر سال با معرفی جوانان شایسته و تأثیرگذار جهان، فرصت‌های توسعه برای توانمندسازی جوانان را فراهم می‌کند و این نخستین بار است که جوانی از ایران به این رقابت جهانی راه پیدا کرده و در لیست ۲۰ نفره این کمیته قرار گرفته است.

وحید رجبلو با بیماری ژنتیکی SMA (آتروفی عضلانی نخاعی) در کرج به دنیا آمد. این بیماری، که با از دست دادن نورون‌های حرکتی و تحلیل رفتن عضلات همراه است، به تدریج سبب از دست رفتن قدرت دست‌ها و پاها در فرد می‌شود.

وی درباره‌ی دوران کودکی و نوجوانی خود می‌گوید: «مدرسه مرا ثبت‌نام نکرد؛ چون هر دو ماه یک بار، به خاطر عفونت در بیمارستان بستری می‌شدم. شش تا هفت سال نیز درگیر فرایند درمان و عمل‌های جراحی اشتباهی بودم که بر اساس تجویزهای اشتباه پزشکان انجام می‌شد. اگر آن عمل‌ها انجام نمی‌شد، الان بدن من وضعیت بهتری داشت. تا ۱۳ سالگی بدون هیچ آموزش و فرآیند آموزشی بودم و تا این سن، خواندن و نوشتن نمی‌دانستم. باز هم برای ثبت‌نام و درس خواندن اقدام کردم، اما مدرسه مرا ثبت‌نام نکرد؛ اما من کاردستی‌های خلاقانه می‌ساختم و می‌فروختم؛ مثلاً دستبند مروارید

می‌ساختم یا با



آموزش‌های پولی استفاده کنم؛ چون هزینه‌های بالایی داشتند، اما با آموزش‌های رایگان به صورت خودآموز، کم‌کم فضای وب و امکاناتش را شناختم. با کمک یکی از دوستانم برنامه‌نویسی را طی یک سال یاد گرفتم. کم‌کم جاوا، سی‌اس‌اس و اچ‌تی‌ام‌ال و پی‌اچ‌پی را یاد گرفتم و در واقع افتادم در این مسیر؛ نه اینکه خیلی حرفه‌ای شده باشم، ولی به اندازه‌ای یاد گرفته بودم که یک سایت را راه‌اندازی کنم و نخستین سایت را هم برای خودم راه‌اندازی کردم.»



«من همیشه ابزارهای مورد نیازم را خودم می‌ساختم و با وجود این بیماری، همیشه به سختی کار می‌کردم. شب‌های زیادی را تا صبح پشت کامپیوتر سپری می‌کردم و دائماً در حال فعالیت بودم. صبح که می‌شد، کمی می‌خوابیدم و باز تا نیمه‌های شب کار می‌کردم. خیلی‌ها فکر می‌کردند که آن پشت نشسته‌ام و بازی می‌کنم، اما من داشتم راه‌هایی را برای ساختن ابزارهای مورد نیازم پیدا می‌کردم.»

وحید رجبیلو، که در حوزه کامپیوتر کارش را با برنامه‌نویسی و طراحی وب آغاز کرده است، تا به امروز بیش از ۲۰۰ سایت طراحی کرده و تمام هزینه‌های زندگی و درمان خود را به صورت مستقل تأمین می‌کند.



این توان یاب جوان، سه سال پیش تصمیم گرفت به ایده‌های که سال‌ها در ذهن خود می‌پروراند تحقق بخشد و راه حلی را برای کمک به افراد معلول برای داشتن زندگی آسان‌تر ارائه کند. او در ابتدا نرم‌افزار کوچکی را طراحی و تولید کرد و بعد از تست آن، پلتفرم آن‌لاین و بزرگتری را به نام «توانیتو» راه‌اندازی کرد. پلتفرمی که او بنیان‌گذاری کرده است، پلی ارتباطی میان توان‌جویان و خدمات رسانی رسانی محسوب می‌شود و کسب و کارها را با هدف خدمات رسانی به افراد معلول، در کنار هم گرد آورده است تا بتوانند محصولاتشان را آسان‌تر در دسترس معلولان قرار دهند. توانیتو در حال حاضر ۱۷ نیروی کار تمام وقت و هزاران کاربر دارد که آنها را در حوزه‌های سلامت، پزشکی، توان‌بخشی، آموزش و خدمات عمومی مانند: خرید و رفت و آمد درون شهری حمایت می‌کند و هدف اصلی آن، ارتقا دادن سطح کیفیت زندگی معلولان و کم‌توانان است. او همچنین موفق به کسب جایزه‌هایی از جمله: جایزه کارآفرین برتر استان البرز در سال‌های ۱۳۹۶ و ۱۳۹۷، جایزه کارآفرین دیجیتال برتر در نمایشگاه الکامپ، و بهترین نوآوری در خدمات به مردم و مناطق محروم در جشنواره ICT شد.



این مرد توانمند، از اینکه کسی ناامید باشد، احساس شکست کند یا دست از تلاش بکشد، تعجب می‌کند و خود درباره موفقیتش می‌گوید: «جنگیدن من با کارهای ساده شروع می‌شود و سپس وقتی می‌توانم انجامشان دهم برای هدف‌های بزرگ‌تر می‌جنگم.» او سرمایه اولیه خود را شکست خوردن، ناامیدی، تلاش کردن و جنگیدن می‌داند.