

گفت‌وگوی «جوان» با اعظم مهدی‌زاده، دبیر کل کانون معلولان شهر تهران و نایب‌رئیس انجمن معلولان پارس در آستانه روز جهانی معلولان

«معلولیت، محدودیت نیست» را شعار سبک زندگی خود و دیگران کردم



وقتی محدودیت‌ها رفع نمی‌شوند یا حقوق ما رعایت نمی‌شود، دلگیر و گاهی پر خاشاک می‌شوم، چرا که این واکنش ناشی از بی‌عدالتی و نبود فرصت‌های برابر است. وقتی شرایط شهری طوری باشد که معلولیت محدودیتی ایجاد نکند، انگیزه‌ها بالاتر می‌رود و خانواده‌ها راحت‌تر همراهی می‌کنند آموزش گسترده و ایجاد تلنگر در مسئولان ضروری است؛ هر فرد در هر جایگاه و مسئولیتی می‌تواند قدمی برای تغییر واقعی بردارد. وقتی این اتفاق بیفتد، خانواده‌ها خود به خود همراه می‌شوند و افراد معلول می‌توانند فعال و مستقل در اجتماع حضور داشته باشند

نکردم و به آنها توجه می‌کنم. در این کلاس‌ها بچه‌ها چهار تا پنج ساعت حضور دارند، هم آموزش رشته‌های مختلف می‌بینند، هم مسابقه دارند و حتی در ایام تعطیل حال و هوای شادی دارند، با هم حرف می‌زنند، می‌خندند و احساس آزادی می‌کنند. این لحظات حال خوبی در من ایجاد می‌کند. من آدمی نیستم که بتوانم فقط برای خودم زندگی کنم؛ همیشه نیاز دارم دیگران را همراهی و کمک کنم، شاید به خاطر این روحیه، مشکلاتی برآم پیش آمده باشد، اما نمی‌توانم از درون سکوت کنم. همین پوی بودن و فعالیت برای دیگران است که به من احساس زنده بودن شادی می‌دهد.

زندگی با معلولیت کار راحتی نیست، وقتی محدودیت‌ها و کمبودها را در جامعه می‌بینید، چه سسی دارید؟
وقتی محدودیت‌ها رفع نشده‌اند یا حق مرا عایت نمی‌شود، دلگیر و گاهی پر خاشاک می‌شوم. این واکنش به دلیل بی‌عدالتی و نبود فرصت‌های برابر است. وقتی شرایط شهر طوری باشد که معلولیت محدودیت ایجاد نکند، انگیزه‌ها بالاتر می‌رود و خانواده‌ها راحت‌تر همراهی می‌کنند. قبول کنیم شرایط خانواده‌ها سخت است. مثلاً مادری که فرزندش را به مدرسه استثنائی می‌برد، چه فشارهایی را که تحمل نمی‌کند. بسیاری از مادران مجبورند تمام روز کنار فرزندشان باشند، کارهای خانه، دیگر فرزندان و زندگی شخصی‌شان را هم مدیریت کنند. وقتی پدر همراه نباشد، این فشار چند برابر می‌شود. با همه این مشکلات، ایجاد انگیزه و فراهم کردن فرصت‌های واقعی برای حضور در اجتماع اهمیت زیادی دارد.

چطور می‌توان انگیزه را در افراد معلول و خانواده‌ها ایجاد کرد و بالا برد؟

تجربه نشان داده است که وقتی افراد معلول با هم سطح‌های خود را تباط برقرار کنند، افکار و تجربیات مختلف را ببینند و آموزش‌های عملی داشته باشند، این تجربه باعث رشد ذهنی و اجتماعی آنها می‌شود. این باعث می‌شود که فرد احساس توانمندی و استقلال کند و خانواده‌ها نیز همراه شوند.

و اگر این فرصت‌ها فراهم نشوند، چه اتفاقی می‌افتد؟
بسیاری از افراد منفعل می‌شوند و حتی توان ادامه تحصیل را دانشگاه را ندارند. خانواده‌ها هم توان حمایت ندارند، چون خودشان آموزش کافی ندیده‌اند که چگونه فرزندان را راهنمایی کنند.

راهکار چیست؟
نیاز به آموزش‌های گسترده و ایجاد تلنگر در مسئولان. هر فرد در هر جایگاه و سمتی، حتی به اندازه توان و مسئولیتش می‌تواند قدمی برای تغییر واقعی بردارد. وقتی این اتفاق بیفتد، خانواده‌ها خود به خود همراه می‌شوند و افراد معلول می‌توانند در اجتماع فعال و مستقل حضور پیدا کنند.

وقتی بچه‌ها با افراد معلول به شما مراجعه می‌کنند و نمی‌دانند از کجا شروع کنند، آنها را چگونه کمک و راهنمایی می‌کنید؟

ابتدا آنها را وارد کانون معلولان می‌کنم و می‌گویم که می‌توانند با هم سطح‌های خود را تباط برقرار کنند، از مدیران سلامت منطقه کمک بگیرند و در کلاس‌های آموزشی شرکت کنند. اگر توان مالی برای رفتن به کلاس‌ها را ندارند، راهنمایی می‌کنم که منابع و امکانات موجود را استفاده کنند. ما اهداف و مسیر را نشان می‌دهیم، اما بقیه مسیر نیاز به تلاش خودشان دارد. در نهایت انگیزه و استقبال بچه‌ها خیلی مهم است. البته شرایط مهمی باشد تا خانواده و افراد معلول استقبال کنند، چون درون آنها اشتیاق یادگیری و قرار گرفتن در اجتماع وجود دارد.

بعضی خانواده‌ها ممکن است به فرزند معلول‌شان اجازه ورود به اجتماع یا شرکت در فعالیت‌ها را ندهند. در این شرایط چه می‌کنید؟
با خانواده‌ها جلسات مختلف می‌گذاریم، هم در برنامه‌های کانون معلولان و هم در مدارس‌شان. هدف این است که شور و انگیزه ایجاد شده در بچه‌ها ادامه پیدا کند و به یک هیجان زودگذر محدود نشود. این شور و انگیزه باید مستمر باشد و در زندگی روزمره آنها اثر گذار شود. بنابراین، حمایت خانواده‌ها همواره بخش مهمی از موفقیت است. خانواده‌ها باید حمایتگر باشند تا این شور و انگیزه بتواند مستمر و اثر گذار در زندگی بچه‌ها شود. بدون این حمایت، حتی بهترین امکانات و کلاس‌ها نمی‌توانند نتیجه پایدار داشته باشند.

از دواج‌تان چه سالی رقم خورد؟ همسر تان با معلولیتی که داشتید، مشکلی نداشت؟

اواخر سال ۸۰ از دواج کردم. همسر من دارای معلولیت است. هر دو با شرایطمان کنار آمدیم، او جانان جنگ بودند. از نظر کار و فعالیت بدنی محدودیتی نداشتند، ولی بر اثر انفجارهای شش‌های‌شان تحت تأثیر قرار گرفته بود. فرزند هم ندارم و همه این عزیزی که امروز روی پله ترقی استاند. اندر فرزندان خود می‌دانم و به آنها افتخار می‌کنم.

همسر تان در این مسیر همراه هستند؟

کاملاً همراه و همپای من بوده و هستند. از همان ابتدا که وارد جامعه معلولان شدند، وقتی کارهای ما را دید، فعالانه همکاری و در تیم‌های ورزشی همراهی کردند. همچنین در فعالیت‌های اجرایی کانون معلولان هم مشارکت داشتند و با مدیران سلامت مناطق، کارهای شهر داری و اداره کل سلامت آشنا شدند و از ایشان حمایت کردند. شاید باور تان نشود، گاهی یادشان می‌رود که باید در کنار من باشند، ولی به طور کلی همیشه حمایت و همراهی‌شان مشهود است و نقش مؤثری در کارهای اجتماعی و ورزشی داشته‌اند.



استعدادشان را شناسایی می‌کردم. حتی اگر خانواده‌شان موافق نبود یا خودشان ابتدا تمایلی نداشتند، با صحبت و همراهی آنها را جذب می‌کردم.

تجربه‌های عملی و مسابقات هم نقش داشت؟
بله. اولین تجربه بزرگ ما مسال ۱۳۷۶ بود، جشنواره بزرگ کوثر و تیم والیبال نشسته بانوان. من خودم لباس ورزشی پوشیدم و به زمین رفتم. دوستان را دعوت کردم و با چند جلسه کوتاه توانستیم وارد مسابقات شویم. در آن مسابقات، تیم ما مقام سومی را کسب کرد. وقتی پای کار خودت می‌ایستی و آستین‌ها را بالا می‌زنی، انگیزه بقیه هم بیشتر می‌شود. بعد از آن همیشه با بچه‌ها مشاوره می‌کردم، استعدادشان را شناسایی و آنها را به رشته مناسب هدایت می‌کردم. این مسیر باعث شد تعداد زیادی از آنها در مسابقات قهرمانی برون‌مرزی شرکت کنند و موفق شوند.

غیر از ورزش، چه ظرفیت‌های دیگری برای افراد معلول ایجاد کرده‌اید؟

در کانون‌های مناطق مختلف تهران کار می‌کنیم، ساختار کاری ما به گونه‌ای است که بتوانیم هم خانواده‌ها و هم افراد دارای معلولیت را حمایت کنیم. یکی از اصلی‌ترین کارها شناسایی پتانسیل‌های استعدادهای نهفته افراد معلول است. آنهايي که شاید در هیچ زمینه‌ای شناخته نشده‌اند، وقتی این افراد را شناسایی کردیم، توانستیم آنها را برای ورود به جامعه و فعالیت‌های مختلف آماده کنیم.

مثلاً چه فعالیت‌هایی؟

ما در محلات کلاس‌های آموزشی بر گزاری می‌کنیم و برای بانوان خودسرپرست شرایطی فراهم می‌کنیم تا دستاوردهای‌شان دیده شود و منبع درآمد داشته باشند. این شامل غرقه‌های دائمی و موقت برای عرضه محصولات‌شان از هنرهای دستی تا صنایع کوچک و پخت و پز و معرفی آنها در مراسم تجلیل است.

پس فعالیت‌ها صرفاً آموزشی نیست، بلکه فرصت‌های اشتغال و خوداتکایی هم ایجاد می‌کنید؟

دقیقاً هدف این است که افراد بتوانند روی پای خودشان بایستند و با مهارت‌ها و استعدادهای خود در جامعه حضور پیدا کنند و درآمد داشته باشند. در کنار آموزش، این حمایت‌ها باعث می‌شود اعتماد به نفس آنها افزایش یابد و جایگاهشان در جامعه تقویت شود.

اشاره کردید شبکه کاری شما می‌تواند نگاه جامعه حتی بعضی خانواده‌های دارای معلول را نسبت به افراد معلول تغییر دهد. می‌خواهم یک نمونه موفق از افرادی را که توانسته‌اید کمک‌شان کنید، بیان کنید.

نمونه‌ای زیادی داریم. دختری که اول علاقه‌ای به حضور در اجتماع نداشت، با همراهی و انگیزه دادن وارد ورزش شد، در مسابقات موفق و با ورزش‌های تخصصی و فرصت‌های شغلی به استقلال و اعتماد به نفس رسید. دختر دیگری هم که خانواده‌اش محدودیت کرده بودند، پس از گفت‌وگو با خانواده‌اش، امروز در مسابقات مقام دارد و شغل مستقل پیدا کرده است. این نشان می‌دهد با شناسایی توانایی‌ها، انگیزه دادن و حمایت درست، افراد معلول می‌توانند به موفقیت و استقلال برسند.

از این حس و حال خوبی که دارید بگویید. به خاطر تمام پشتکار و تلاشی که داشتید و ظرفیت‌هایی که ایجاد کردید، افرادی که در اوج ناامیدی را به بالاترین پله ترقی رساندید، خلاصه اینکه حال دل‌تان چطور است؟
وقتی حال دل کسی را خوب می‌کنم و می‌بینم کاری که انجام داده‌ام در زندگی فردی مؤثر بوده است، حالم واقعاً خوب می‌شود. حتی اگر فقط ۱۰ دقیقه‌ای کسی صحبت کنم و بتوانم قدم کوچکی برایش بردارم و او حس کند که در کش می‌کنم، همین برایم کافی است و قلمم آرام می‌گیرد. در حال حاضر، بدون هیچ قراردادی و تنها از روی دل، با بچه‌های دارای آسیب ذهنی کار می‌کنم. تعدادشان زیاد نیست، اما خانواده‌های‌شان همیشه قدر دانی می‌کنند. کلاس‌های‌شان را با تمام مشغله کاری کنسل



اعظم مهدی‌زاده، متولد ۱۳۵۶ معلول حرکتی ناشی از فلج اطفال، ورزشکار حرفه‌ای و مربی بین‌المللی و داو ر ملی با سابقه در رشته‌هایی مانند والیبال و بسکتبال با ویلچر، شنا و تنیس روی میز است. مهدی‌زاده بنیانگذار هیئت ورزشی بانوان جانبازان تهران و از پیشگامان به زندگی این بانو گواه این واقعیت است که شعار «معلولیت، محدودیت نیست» را سر لوحه زندگی‌اش قرار داده و این باور را نه فقط برای خود، بلکه برای ذهن و جوانان و جوانان معلول به یک موتور محرک تبدیل کرده است. موتور محرک‌های که آنها را از کنج خانه‌ها تا سکوی قهرمانی رساند. کنار همه این افتخارات، او با تلاش و عشق، عزت نفس بانوان معلول را حفظ کرد و نشان داد معلولیت، محرومیت نیست، حتی آنهايي که شاید در نگاه اول فقط نیازمند مراقبت به نظر برسند، ولی امروز با راهنمایی و حمایت او فعال، به تحرک و پرامید هستند. مهدی‌زاده همچنین لیخنند را به دل خانواده‌هایی بازگردانده که شاید با تولد فرزند معلول‌شان دنیایی تاریک و محدود پیش‌بینی کرده بودند. در آستانه روز جهانی معلولان با این بانوی توانمند به گفت‌وگو نشستیم که متن آن در زیر آمده است.



همیشه باور داشته‌ام که هر موفقیتی ابتدا خواست خدا و سپس اراده درونم بوده است. پذیرش واقعیت‌های زندگی مثل معلولیت، شرایط مالی خانواده و محدودیت‌ها، اولین قدم من بود تا بتوانم تلاش کنم و مسیرم را ادامه دهم. هدفم همیشه این بود که روی پای خودم بایستم، مستقل باشم و باورهايم را عملی کنم. همین انگیزه باعث شد با سختی‌ها بجنگم و سال‌ها با فراز و نشیب‌های زندگی ادامه دهم. حالا هم وقتی می‌بینم کاری که انجام داده‌ام در زندگی کسی مؤثر بوده، حالم واقعاً خوب می‌شود. حتی ۱۰ دقیقه صحبت با قدم کوچکی برای دیگران کافی است تا قلمم آرام بگیرد. این همراهی و کمک به دیگران، هر چند گاهی با مشکلاتی همراه است، ولی به من حس زنده بودن و شادی می‌دهد

گفت‌وگو
محبوبه قربانی

جامعه معلولان ایران است و هم‌اکنون دبیر کل کانون معلولان شهر تهران و نایب‌رئیس انجمن معلولان پارس است. نگاه به زندگی این بانو گواه این واقعیت است که شعار «معلولیت، محدودیت نیست» را سر لوحه زندگی‌اش قرار داده و این باور را نه فقط برای خود، بلکه برای ذهن و جوانان و جوانان معلول به یک موتور محرک تبدیل کرده است. موتور محرک‌های که آنها را از کنج خانه‌ها تا سکوی قهرمانی رساند. کنار همه این افتخارات، او با تلاش و عشق، عزت نفس بانوان معلول را حفظ کرد و نشان داد معلولیت، محرومیت نیست، حتی آنهايي که شاید در نگاه اول فقط نیازمند مراقبت به نظر برسند، ولی امروز با راهنمایی و حمایت او فعال، به تحرک و پرامید هستند. مهدی‌زاده همچنین لیخنند را به دل خانواده‌هایی بازگردانده که شاید با تولد فرزند معلول‌شان دنیایی تاریک و محدود پیش‌بینی کرده بودند. در آستانه روز جهانی معلولان با این بانوی توانمند به گفت‌وگو نشستیم که متن آن در زیر آمده است.

مربط با ورزش و معلولان وجود ندارد؟ با کمک مسئولان، توانستم رشته مربی‌گری معلولان را در دانشگاه راهاندازی کنم. نفرت اولیه و جامعه‌هدف را خودم شناسایی و شاگردانم را معرفی کردم.

بعد؟
بعد از کار دانی، مقطع کارشناسی رشته مدیریت فرهنگی ورزشی را ادامه دادم. در دوره‌های اولیه، تجهیزات و امکانات لازم برای دانشجویان معلول را خودم مهیا کردم، از سالن گرفته تا تجهیزات و فضای عملی. با این کمک‌ها، دوستان توانستند مقطع کارشناسی را هم به خوبی پشتسر بگذارند و آماده ورود به عرصه‌های حرفه‌ای اجتماعی شوند.

با توجه به توانایی‌های شما در این مسیر موفقیت بگویید؟

پیش از کرونا یک دوره عضو هیئت مدیره کانون بودم و اکنون دبیر کل کانون معلولان شهر تهران هستم. فعالیت‌های آموزشی خود را با عشق ادامه می‌دهم و با گروه‌های مختلف شامل افراد دارای آسیب‌های ذهنی، شنوایی، حرکتی و حتی افراد غیر معلول کار می‌کنم. رشته‌هایی که آموزش می‌دهم شامل تنیس روی میز، پیکنگ و تنیس است.

نقش شما در مجامع و کمیته‌ها چیست؟
در مجمع زنان آینده‌ساز همکاری دارم و ریاست کمیته زنان دارای معلولیت و کمیته پن گلف در انجمن فدراسیون را بر عهده دارم. مسئولیت‌های اجتماعی و ورزشی خود را داوطلبانه انجام می‌دهم و همیشه تلاش کرده‌ام حقوق و جایگاه ورزش و مربیان معلولان حفظ شود.

تاوجه به معلولیتی که داشتید، قطعاً خانواده در رسیدن به این همه توانمندی و موفقیت‌ها نقش داشته است. از همکاری و همگامی آنها در این مسیر موفقیت بگویید؟

پیش از آنکه آزاد داشتم و مادرم خدایار بود. از همان ابتدا سعی کردم مقاوم باشم و هر چه سختی بیشتر می‌شد، با پس نمی‌کشیدم و تلاش بیشتری می‌کردم. فرهنگ خانواده‌ها در آن زمان اینطور بود که بعضی فکر می‌کردند دختر نباید ورزش کند، اما مادر بزرگم همیشه پشتیبان من بود و اینکه دو نسل از من عقب‌تر بود، همیشه حمایت لازم را داشت و تا حد زیادی راه را برای من باز کرد. این حمایت در کنار تلاش و همراهی برادر بزرگ‌ترم، باعث شد مسیرم را ادامه بدهم.

روند تحصیلی تان چگونه بود؟
بخشی از تحصیل من به حمایت خانواده و به‌ویژه برادرم وابسته بود. با کمک او توانستم در مدرسه غیر معلولان حضور پیدا کنم و از همان نوجوانی هدفمند فکر کنم که چگونه مستقل شوم. تا سوم راهنمایی تحصیل کردم، اما پس از آن ۱۱ سال امکان ادامه منظم تحصیل نداشتم و به‌صورت آزاد و غیر حضوری تا دبلیم پیش رفتم. دو بار در کنکور شرکت کردم اما به دلیل مسئولیت‌های ورزشی و اجتماعی فرصت کافی نداشتم. بعد از سال ۱۳۸۲ تلاش کردم وارد دانشگاه تربیت بدنی شوم، اما با محدودیت روبه‌رو شدم و نهایتاً توانستم در دانشگاه علمی کاربردی ثبت‌نام کنم و کار دانی ناپویسته را آغاز کنم.

دانشگاه برای شما مناسب‌سازی شده بود؟ شرایط رفت و آمد و امکانات چگونه بود؟

دانشگاه‌ها به‌طور کلی از جمله دسترسی به کلاس‌ها، ورود به دانشگاه، جای پارک و خیلی امکانات دیگر مناسب نبود. ولی خانواده حمایت کافی داشت و نگرانی مرا کم می‌کرد. خیلی شرایط سخت بود. مجبور بودم مسیر طولانی و پله‌های متعدد را پشت سر بگذارم تا به استخر یا سالن برسم. الان شرایط بهتر شده است. با سامانه‌ها و مناسب‌سازی‌های جدید، افراد ویلچری راحت‌تر حرکت می‌کنند و بدون جابه‌جایی روی صندلی، می‌توانند سوار و پیاده شوند. البته هنوز مشکلاتی هست مثل محدودیت تعداد خودروهای خاص معلولان و نوبت‌دهی به آنها.

رشته مربی‌گری معلولان در دانشگاه را شما راه‌اندازی کردید؟
بله. در دانشگاه، سر کلاس‌ها و جلسات با دوستان و هم‌کلاسی‌ها صحبت می‌کردم و متوجه شدم رشته‌های محدودی برای دانشجویان وجود دارد، مثل مدل‌کاری، زبان یا کامپیوتر. گفتم چرا تربیت بدنی یا رشته‌های

دقیقاً می‌خواستم همان کمکی که برای خودم نبود، برای دیگران باشم. وقتی دوستان وارد فضای ورزش می‌شدند، با مشاوره و همراهی من مسیرشان شفاف می‌شد. به آنها آموزش می‌دادم، انگیزه می‌دادم و