

دَهِش

سرشناسه: کچپل، استیون پی، ۱۹۷۱-م. -1971 Ketchpel, Steven P.,
عنوان و نام پدیدآور: دهش: کشف ارزش های خود و کاربردی کردن آن ها به روشی داوطلبانه/ استیون پی کچپل؛ مترجم جواد کریمی.
مشخصات نشر: تهران: موسسه فرهنگی و هنری دیدگاه کاوش و سازندگی دکسا، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری: ۲۰۷ص. جدول.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۰۸۵-۶-۸
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی: Giving Back: Discover Your Values and Put Them into Action Through Volunteering and Donating, 2013.
عنوان دیگر: کشف ارزشهای خویشتن و عملی کردن آنها از طریق کار داوطلبانه و کمک مالی راهنمایی برای خانوادهها و افراد.
موضوع: رفتار مددکارانه [Helping behavior]
داوطلبی [Voluntarism]
خیریه [Charities]
مددکاری گروهی [Social group work]
نوع دوستی [Altruism]
ناسه افزوده: کریمی، جواد، ۱۳۶۲-، مترجم
رده بندی کنگره: HM۱۱۴۶
رده بندی دیویی: ۱۵۸/۳
شماره کتابشناسی ملی: ۹۳۸۲۳۹۱

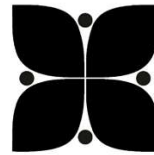
دَهش

کشف ارزش‌های خود
و کاربردی کردن آن‌ها
به روشی داوطلبانه

ترجمه جواد کریمی

استیون پی. کچپل

امکان



موسسه فرهنگی دُکسا

عنوان: دهش

کشف ارزش‌های خود و کاربردی کردن آن‌ها به روشی داوطلبانه

نویسنده: دکتر استیون پی. کچپل

مترجم: جواد کریمی

ویراستار: ویدا افتاده

طراح جلد: پرویز بیانی

صفحه‌آرا: سیده سمانه حسن‌زاده

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۲

تعداد صفحات: ۲۰۷

قیمت: ۱۸۵۰۰۰ تومان


شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۰-۸۵-۶۸

موسسه فرهنگی دیدگاه کاوش و سازندگی (دُکسا)

نشانی: ایران، تهران، صندوق پستی ۱۴۶۵۵۹۴۳

Email: publication@doxa-v.org

تلفن: ۰۲۱۵۴۹۳۲۲۲۲

 doxa__vision

www.doxa-v.org

فهرست

پیشگفتار.....	۱
مقدمه: نقشه‌ای برای استفاده از این کتاب راهنما.....	۷
فصل ۱: شروع.....	۱۷
فصل ۲: همراه کردن خانواده‌تان.....	۳۵
فصل ۳: اصول کار داوطلبانه.....	۴۷
فصل ۴: اصول کمک مالی.....	۵۷
فصل ۵: کار داوطلبانه در کنار کودکان.....	۸۳
فصل ۶: دهش مالی با کودکان.....	۹۹
فصل ۷: کار داوطلبانه راهبردی.....	۱۰۵
فصل ۸: تفکر راهبردی.....	۱۳۷
فصل ۹: اجرای نقشه‌تان.....	۱۴۷
فصل ۱۰: ارزیابی پیشرفتتان.....	۱۶۷
فصل ۱۱: کمک مالی راهبردی.....	۱۷۵
فصل ۱۲: جمع‌بندی.....	۱۹۳

پیشگفتار

گفت: «متأسفم. دیدن برایم سخت است. خیلی نزدیک بینم.»
ادوارد مردی بلند و لاغر با ریشی کوتاه و پرپشت بود که در اواسط دههٔ سی زندگی اش بود. او مهمان هتل زینک بود، پناهگاهی که برای بی خانمان‌ها آماده شده بود و آن ماه کلیسای من در پالوآلتوی کالیفرنیا آنجا را اداره می‌کرد. آن روز عصر من در آنجا کار داوطلبانه می‌کردم. عذرخواهی او را پذیرفتم و گفتم که من هم خیلی نزدیک بین هستم؛ من عملاً بدون عینک کورم.

ادوارد گفت: «بینایی من بیست از چهارصد است.» او چندین ماه را بدون عینک سر کرده بود و در نتیجه عملاً نابینا بود. نمی‌توانست کار کند و حتی پر کردن فرم استخدام هم برایش سخت بود. به روزهای قبل از کلاس هفتم فکر کردم که هنوز عینک نداشتم: نمی‌توانستم نوشته‌های روی تخته را واضح بینم و وقتی آدم‌ها به من نگاه می‌کردند یا با من حرف می‌زدند یا وقتی کسی سر راهم می‌آمد متوجه آنان نمی‌شدم. عینک زدن و اصلاح بینایی ام موهبتی بود که در صدر فهرست نعمت‌هایم قرار داشت، هرچند خیلی وقت‌ها کاملاً این موهبت برایم بدیهی می‌شد و آن را نادیده می‌گرفتم. بینایی من به‌مرور کمتر هم شده بود و حالا با بینایی بیست از چهارصد ادوارد برابر (حتی از آن هم کمتر) بود. گفتم: «من هم. بیست از

چهارصد.» وقتی پرسیدم که گزارش دقیق سنجش بینایی خودش را یادش هست یا نه، آن قدر جوابش شبیه گزارش بینایی خودم بود که جا خوردم. گفتم: «می خواهی عینک من را امتحان کنی؟»

ادوارد چند لحظه‌ای مردد شد؛ حرکت صمیمانه‌ای بود و هر دوی ما را از منطقه امنمان خارج می کرد. بالاخره کنجکاوی بر او غلبه کرد و عینک را زد و درست، مثل دوازده سالگی من، از دیدن شفافیت دیدش بعد از مدت‌ها مشکل بینایی، شگفت زده شد.

روز بعد که برگشتم هدیه‌ای برای ادوارد داشتم: عینک قدیمی خودم و چند تا لنز چشمی یک بار مصرف. هر چند ظاهر عینک دقیقاً باب سلیقه ادوارد نبود، اما او واقعاً قدردان این لطفم بود. او به شدت از من تشکر کرد، گویی که پزشکی توانسته بینایی او را برگرداند. اما آن لحظه قدری تحقیرآمیز و کمی ترسناک هم بود؛ شباهت میزان بینایی و نزدیکی سن ما، عاملی بود که یادآوری می کرد، بشریت با وجود تفاوت در محل خوابشان باز از یک ریشه‌اند و باهم پیوند دارند. مهم‌تر از همه، این اتفاق به وضوح نشان داد که یک هدیه کوچک چه تغییر بزرگی در زندگی یک انسان ایجاد می کند و ادای دین من چقدر می تواند دیگران را شاد کند.

مسیر کار داوطلبانه و بخشش برای من خیلی زود شروع شد، حتی قبل از تولدم. پدر و مادرم در کلیسا و در برنامه‌های پیشاهنگی فعالیت داشتند، همچنین به صورت غیررسمی مهربانی را در محله‌شان ترویج می دادند، برای همین کار داوطلبانه بخش معمول زندگی من بود.

گاهی رهبران بزرگ‌سال، در گروه‌های پیشاهنگی پسران، برنامه‌های خدماتی داوطلبانه ترتیب می دادند، ولی بیش تر وقت‌ها روی پروژه‌های عقاب کار می کردیم که پسران بزرگ‌تر ترتیب داده بودند. لازمه حضور در پروژه عقاب، رسیدن به درجات بالاتر پیشاهنگی بود. برای گذراندن این دوره، یک پیشاهنگ با رتبه زندگی (یک رتبه پایین تر از عقاب) یک

پروژه خدماتی می‌گرفت و دیگران را رهبری می‌کرد تا با هم آن پروژه را انجام دهند. در طول سال‌ها، من در پروژه‌هایی مانند ساختن کلبه برای کنیسهٔ محلی یهودیان، تمیز کردن مسیرهای کوهنوردی و به نصب کردن پرچم در خیابان اصلی شهر در روز یادبود کشته‌شدگان جنگ، کمک کردم. پروژهٔ عقاب برای من فرصتی بود تا رهبری را در حوزهٔ بخشش تمرین کنم و قدرشناسی اعضای کلیسا را هم تجربه کنم زیرا از ثبت رایانه‌ای سوابق اعضای کلیسا بهره می‌بردند.

در دورهٔ لیسانس و فوق‌لیسانس، به سبب کار کلاسی و تحقیق و همکاری در تدریس و ساعت‌ها کمک کردن در پشت‌صحنهٔ تئاتر، وقت کمی برای کارهای داوطلبانه داشتم. بعد از پایان تحصیل، به شرکتی نوپا پیوستم و حتی به زحمت فرصتی برای استراحت پیدا می‌کردم، چه برسد به کار داوطلبانه. با این حال احساس می‌کردم کمک به دیگران بخش مهمی از زندگی موفق است و باید فرصتش را به دست بیاورم تا به جامعه ادای دین کنم.

شاید فکر کنید زندگی من مثل قصه‌های پریان متحول شد و شرکتی وسیع‌تر شد و وقت آزاد و پول کافی را برای انجام دادن کارهای داوطلبانهٔ بزرگ پیدا کردم، و بعد هم کتابی نوشتم تا موفقیت‌م در دنبال کردن اهداف انسان‌دوستانه را تبلیغ کنم. خیر؛ مسیر زندگی من کسل‌کننده بود. بعد از شش سال کار کردن با ساعت‌های کاری طولانی و تمرکز بر موفقیت شرکت، اما شرکت با ضرر فروخته شد و من شغلی را که سال‌ها زندگی‌ام را بلعیده بود از دست دادم. سپس به یک پروژهٔ داوطلبانه در حوزهٔ سرمایه‌گذاری خرد وارد شدم (که در فصل ۹ بیش‌تر درباره‌اش توضیح می‌دهم) و عضو هیئت‌مدیرهٔ یک شرکت غیرانتفاعی شدم و سخت تلاش کردم تا برای تأمین دستمزد ناچیز مدیر اجرایی شرکت پول جمع کنم. اغلب اوقات مجبور بودم با کمک‌کننده‌های احتمالی دیدار کنم و پروژه‌های شرکت را برای

آن‌ها توضیح بدهم و دلایل دیگر کمک کردن آن‌ها را بفهمم. در طول این گفت‌وگوها متوجه شدم انتخاب‌های دیگران دربارهٔ بخشش، چقدر نشانگر امیدهای بزرگشان برای آینده است. تعهدشان مرا تحت تأثیر قرار می‌داد و برایم الهام‌بخش بود که چطور از منابع شخصی خود برای حمایت از اعتقاداتشان استفاده می‌کردند. تصمیم گرفتم مثل آن‌ها به دنبال راهی باشم تا وقت، استعداد و دارایی‌هایم را به نحوی صرف کنم که بیشترین تأثیر را داشته باشد.

اگرچه در موقعیتی نبودم که کمک‌های مالی بزرگی به دیگران بکنم، اما باور داشتم که می‌توانم از مهارت‌های فنی‌ام، در تحلیل ترافیک وب‌سایت، برای یاری‌رسانی به سازمان‌های بزرگ‌تری استفاده کنم که برای تبلیغ به اینترنت متکی بودند، و حامیانی جذب کنم. من روی سازمان‌هایی تمرکز کردم که می‌توانستند از وقت و استعدادهای من بیشترین بهره را ببرند و در نهایت با چند سازمان همکار شدم. این همکاری درک من را از ذات بُرد-بُرد بخشش تحکیم کرد:

- تلاش‌های من در جهت یاری‌رسانی به سازمانی غیرانتفاعی بودند: می‌توانستم بینم کمک‌های من (هم وقت و هم پولی که می‌دادم) به آن‌ها امکان می‌داد مأموریتشان را با موفقیت دنبال کنند.
- این مسئله همچنین به بهره‌برداران کمک می‌کرد: وقتی سازمانی مانند دونرزچوز^۱ بتواند کمک‌کنندگان را بشناسد و بهتر به آن‌ها خدمت کند، کمک‌کنندگان هم هدایای بیش‌تر و بزرگ‌تری می‌دهند و بیش‌تر روی پروژه‌های تحصیلی سرمایه‌گذاری می‌کنند. بنیاد گرامین^۲ نرم‌افزار ویژه‌ای را طراحی کرد و آن را با اعضای خود به اشتراک گذاشت تا بتوانند سرمایه‌های خرد را رهگیری کنند،

۱. DonorsChoose: سازمانی خیریه در آمریکا

۲. Grameen Foundation: سازمان خیریه بین‌المللی

مثلاً یاری‌رسانی به زنان کارآفرین در کشورهای در حال توسعه، که کسب‌وکاری را راه‌اندازی کنند.

- در عین حال من هم سود می‌بردم: پاداش من دیدن تغییری بود که تلاش‌هایم رقم می‌زد. به علاوه، دوستان زیادی یافتم و مهارت‌هایی را تقویت کردم که بدون کار داوطلبانه نمی‌توانستم. در نهایت، در معرض مشکلاتی قرار گرفتم که سازمان‌ها با آن‌ها سروکار داشتند، و دیدن راه‌حل‌هایی که برای رفع مشکلات انتخاب می‌کردند، دیدگاهم را درباره‌ی آرمان‌های اجتماعی مورد علاقه‌ام بازتر می‌کرد. من متقاعد و مصمم شده بودم: با کار داوطلبانه هم به دیگران و هم به خودم کمک می‌کردم. به تغییراتی که با کارم رقم می‌زدم افتخار می‌کردم و از اینکه می‌دانستم دیگران روی من حساب می‌کنند انرژی می‌گرفتم. یادگیری بیش‌تر و سرگرمی بیشتری هم داشتم.

چطور می‌توانستم به دیگران کمک کنم که این فرصت را ببینند و بیش‌تر وارد کار داوطلبانه شوند؟

با دوستانم حرف زدم و چندین نفر را تشویق کردم که وارد پروژه‌های مختلف شوند. اینکه می‌دیدم آن‌ها شروع به کار داوطلبانه کرده‌اند برایم نوعی پاداش بود، ولی خیلی زود فهمیدم که اگر خودم را به گفت‌وگوهای رودررو محدود کنم هرگز نمی‌توانم افراد زیادی را تحت تأثیر قرار دهم. این مسئله مرا به فکر انداخت که راه‌های دیگری را برای به اشتراک گذاشتن نظراتم با دیگران پیدا کنم و فکر نوشتن این کتاب در ذهنم جوانه زد.

در جایگاه یک متخصص رایانه، به بررسی روند این کار پرداختم: آیا مجموعه قدم‌هایی هست که بخواهم برای رسیدن به یک هدف دنبال کنم؟ باور دارم که انسان‌های زیادی هستند که مستعد کار داوطلبانه هستند و وقتی مردم مزایای این کار را بشنوند تعداد مشتاقان این کار بیش‌تر هم می‌شود. یکی از موانعی که جلوی مردم را می‌گیرد که وارد کار داوطلبانه

شوند این است که مسیر روشنی برای این کار پیش رویشان نیست. امیدوارم این کتاب آن مسیر را فراهم کند.

وقتی فکر کردم به مسیری که خودم برای کار داوطلبانه طی کرده بودم، متوجه شدم عامل اصلی فعالیتیم در این حوزه در سال‌های اخیر، این بود که از دوران کودکی این کار را شروع کرده بودم. تشویق‌های والدین من در این روند نقش داشت، همین‌طور تجربیات کار داوطلبانه من در سن پایین باعث شد ورود به این کارها برایم ساده‌تر شود. بنابراین امیدوارم خانواده‌هایی که فرزندان خردسال دارند، آن‌ها را بیش‌تر وارد کارهای داوطلبانه کنند و عاداتی مداوم و میراثی خانوادگی را رقم بزنند؛ همچنین باور دارم که حسن نیت و عادت به کار گروهی ناشی از کار داوطلبانه بر دیگر تعاملات خانوادگی هم اثر می‌گذارد و همه از آن سود می‌برند.

بنابراین اگرچه باور دارم که همه می‌توانند از کار داوطلبانه سود ببرند و این کتاب هم می‌تواند در شروع این روند کمک کند، اما بیش‌تر امیدوارم که خانواده‌هایی الهام‌بخش خلق کنیم. بخش‌های انتخابی و خاصی از کتاب به منظور تشویق گفت‌وگوهای خانواده طراحی شده‌اند و در هر قسمت مقدمه‌های خاصی برای کودکان آمده تا بتوانند در گفت‌وگوها مشارکت کنند. اگر روند برجسته شده در کتاب را دنبال کنید، احتمالاً خواهید دید که کمک به دیگران زندگی شما را هم غنی‌تر می‌کند. احتمالاً برخی اثرات جانبی مثبت را تجربه خواهید کرد، مثلاً اگر خانواده‌تان را هم وارد این کار کنید، روابط خانوادگی قوی‌تری خواهید داشت و فرزندان‌تان هم انگیزه بیشتری برای ایجاد تغییر خواهند داشت و اگر تنها کار می‌کنید، فرصت‌های بیشتری برای دوست‌یابی و یادگیری مهارت‌های جدید خواهید داشت. این سفری شگفت‌انگیز با مقصدی فوق‌العاده است و مشتاقم که در این مسیر راهنمای شما باشم.