

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

In the name of Allah, Most Gracious, Most Merciful.

In the name of Allah, Most Gracious, Most Merciful.

In the name of Allah, Most Gracious, Most Merciful.

HARD SKILLS

VS

SOFT SKILLS



مهارت‌های نرم (Soft Skills)



سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی ملل متحد (یونسکو)

باسوادى را « توانايى تغيير » اعلام كرد.

اين بدان معنى ست كه ديگر تنها توانايى خواندن و نوشتن و يا تسلط بر دو

زبان و يا حتى توانايى استفاده از كامپيوتر مدنظر نيست.

تعريف اخير بيانگر اين است كه

باسواد كسى ست كه به‌تواند از خواننده‌ها و

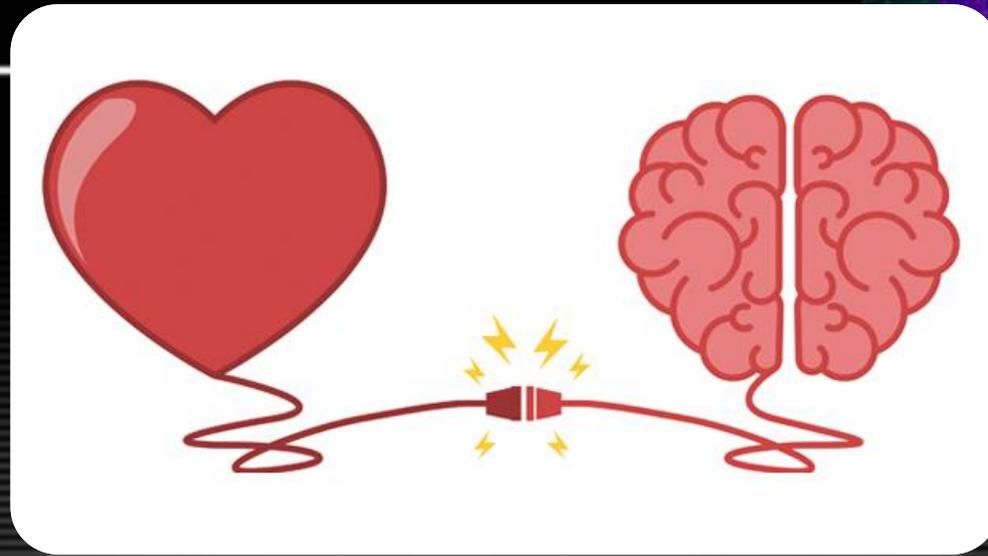
آموخته‌هاى خود، تغييرى در زندگى خود ايجاد كند.



IQ
+ EQ

SUCCESS





Emotional Quotient (EQ)

Emotional Intelligence (EI)

Emotional Leadership (EL)

Emotional Intelligence Quotient (EIQ)

IQ

EQ





هوش هیجانی

دانیل گلن (Daniel Goleman)

هوش هیجانی مجموعه توانایی‌هایی است که
به ما کمک می‌کند هیجانات را در خود و دیگران،
تشخیص داده و تنظیم کنیم.

انواع مؤلفه‌های هوش هیجانی

دانیل گلمن (Daniel Goleman-2017)

مؤلفه‌های هوش هیجانی شامل این پنج مهارت هستند:

- ۱- خودآگاهی یا آگاهی از خویشتن (Self-awareness)
- ۲- خودتنظیمی (Self-regulation)
- ۳- انگیزش (Motivation) و خودانگیزشی (Self-motivation)
- ۴- همدلی (Empathy)
- ۵- مهارت اجتماعی (Social Skill)

نقاط قوت





شما چه کسی هستید!؟

Who
Are You?



کشف نمودار زندگی

اکثر افراد حرفه‌ای در زمینه شغل بر این باورند که رضایت شغلی برآمده از سه عامل است: علایق، مهارت‌ها و توانمندی‌ها، و شخصیت.^{۱۵}

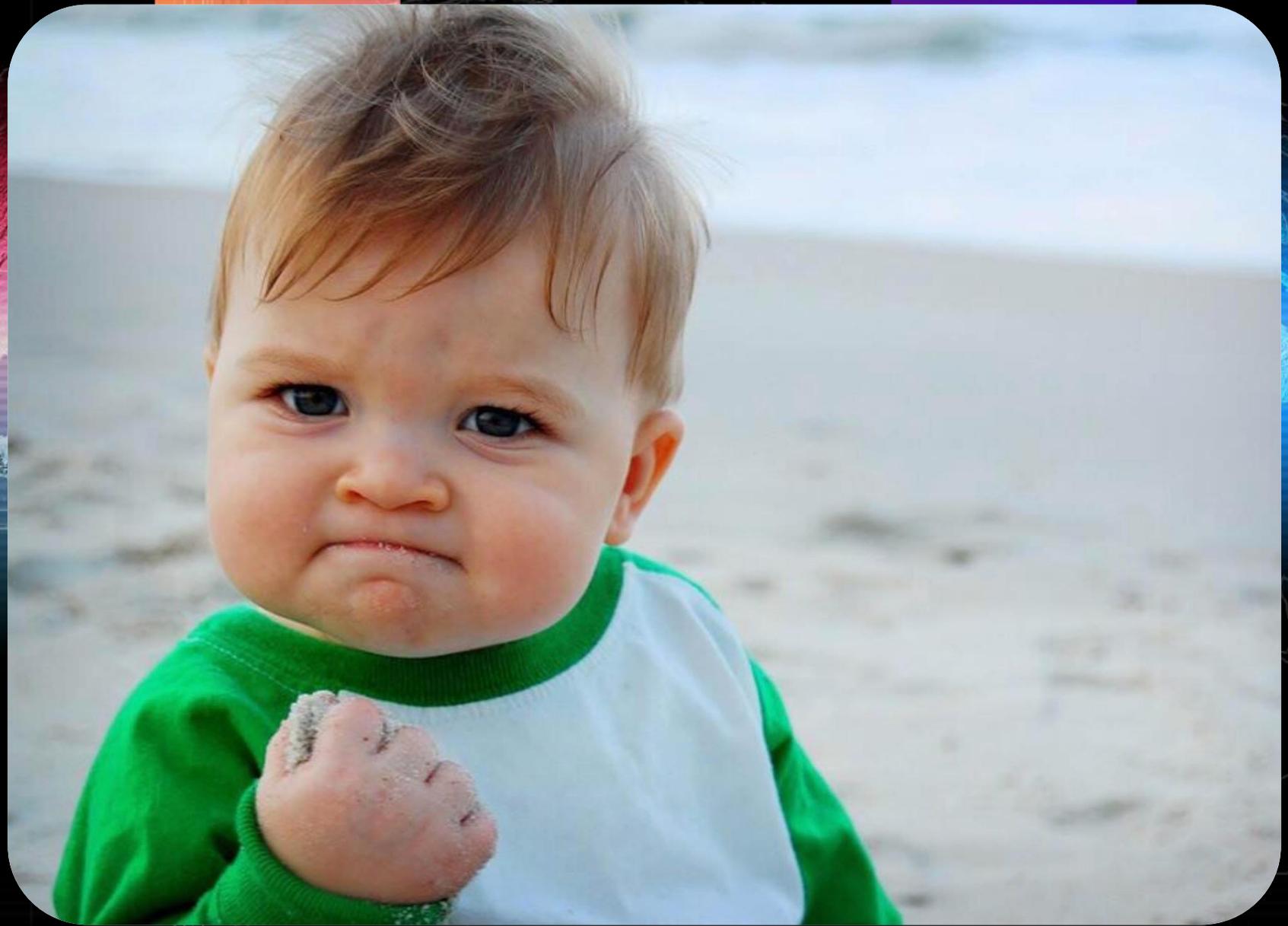
کشف نمودار زندگی ابزاری است که به شما کمک می‌کند تا این عوامل را تعریف و ارزیابی کنید.

علاق
(چه چیزی در شما اشتیاق ایجاد
می کند)

شخصیت
(روشی که دوست دارید کار کنید و
با دیگران ارتباط داشته باشید)

مهارت‌ها و توانمندی‌ها
(استعدادهای اکتسابی و خدادادی؛
آن چه به آسانی می توانید انجام دهید)

زندگی شغلی شیرین می شود





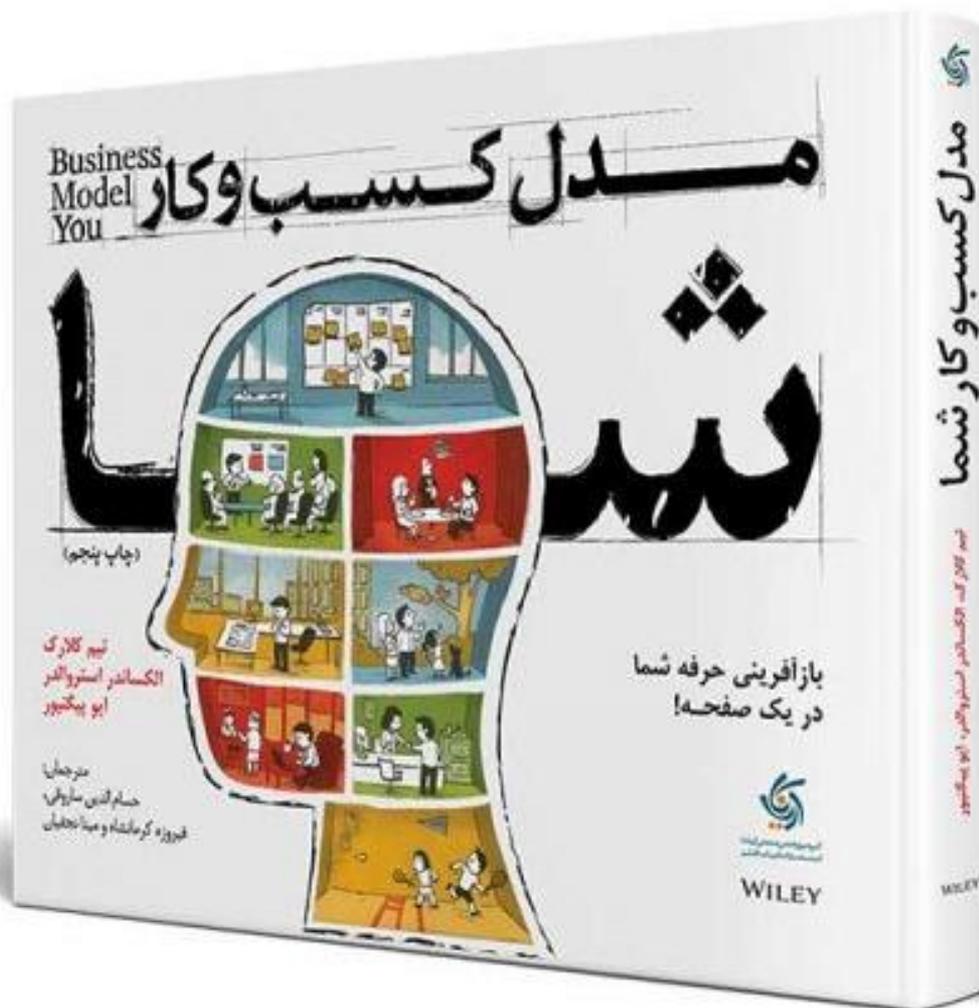
«هر یک از ما اشتیاقی پنهان در خود داریم - اشتیاقی که با گذشت زمان و زندگی معمولاً به تأسفی پنهان تبدیل می شود. این اشتیاق برای هر یک از ما متفاوت است، زیرا عمیق ترین اشتیاق برای ابراز وجود است. زندگی ما به همان اندازه ای کامل و حقیقتاً ارزشمند خواهد بود که قادر باشیم حسی که در ته قلب خود داریم باور کنیم»

- جورج کیندر^{۱۳}

این که بدانیم چه می‌خواهیم امری عادی
نیست. این یک دستاورد روانشناسانه
دشوار و کمیاب است.

- آبراهام مازلو

- آبراهام مازلو



شغل‌های رؤیایی بیش از آن که پیدا
شوند خلق می‌شوند، بنابراین به ندرت
با جستجوهای مرسوم به دست می‌آیند.
شناخت قوی از خود لازمه یک شغل
رؤیایی است.

شغل رؤیایی من

چاپ ششم

عليه تربيت فرزند

برای فرزندان باغبان باشیم
یا نجار؟

آلیسون گوپنیک
ترجمه مینا قاجارگر



ROBIN WILLIAMS



PATCH ADAMS

EIN DOKTOR MIT HERZ

معرفی
فیلم های خوب



@MrCoronair
@MrCorona.ir

@MrCoronair
@MrCorona.ir

@MrCoronair
@MrCorona.ir

زندگی سالم

گفت و گو با پزشکی که به تاثیر شگفت‌انگیز خنده بر بهبود کودکان بیمار باور دارد

معجزه دلقک‌درمانی!

آیه توانا | روزنامه نگار

پرونده

«من پزشکم اما نه از اون‌هایی که آمبول می‌زنند. به داروی جدید آوردم. می‌دونی اسمش چیه؟ خنده!» اگر قبول بدی بیشتر بخندی، حالت زودتر خوب می‌شه. کوچولو رو رنگ پریده، هنوز درست نمی‌داند داروی جدید را چطور قرار است به او تزریق کنند و ناباور نگاه می‌کند. یک استیگر لبخند، می‌شنیدی روی صورتش. بعد اچی مچی لا ترا چی! از جیب‌های روپوش سفید، چوب‌رنگی و کلاه جادویی در می‌آید، کسی که خودش را پزشک معرفی کرده، بیشتر شبیه دلقک‌های توی کارتون هاست و با آن موهای قرقری رنگی و دماغ فرزش، شروع می‌کند به شعیده بازی. صدای خنده می‌پیچد توی اتاق. بعد در در و دسوزن‌ها و حسرت دوباره بازی کردن، محو می‌شود. غصه مادری که دلش برای خنده از تنه دل بچهاش تنگ شده، محو می‌شود. دلشوره دایمی پدیری که حاضر است همه زندگی‌اش را بابت یک جرقه امید ناختم بزند، محو می‌شود. اتاق بی‌روح و دلگیر بیمارستان، جای قشنگی می‌شود؛ پرونده امروز را به جوان ۲۳ ساله‌ای اختصاصی داده‌ایم که خالق این قشنگی است. امیر تبری، دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی ایران و اهل بجنورد است. او از همان اولین روزهای ملیس شدن به روپوش سفید پزشکی، کلاه و دماغ دلقکی را هم به پوشش‌اش اضافه می‌کند و به خودش قول می‌دهد دست از خنداندن بچه‌ها برندارد.



بیچ‌آدمز، پزشک دلقک آمریکایی ۷۲ساله، هم‌سال برای آموزش دادن پزشکان دلقک، به کشورهای مختلف سفر می‌کند.
www.patchadams.org



قانونی در آرژانتین به تصویر رسیده است که بر قدرت شفا بخش خنده برای درمان کودکان تأکید می‌کند. بر این اساس بیمارستان‌های دولتی کودکان یونیس‌ایس، اقدام به استخدام پزشکان دلقک می‌کنند.
تسم



بنیاد کودکان در انگلستان، با راه‌اندازی برنامه پزشکان دلقک به بهبود بچه‌های شش‌ماه تا ۱۶ ساله بستری در بیمارستان‌ها کمک می‌کند، فعالیت‌های این گروه بر اساس سن و توانایی کودک است.
www.thechildrensfoundation.co.uk



و بهداشتی و وزیرت‌های رایگان بابت گروه‌های به سمت بچه درسی‌خوان رتبه برتر کنکور و دانشجوی پزشکی مرز ایران و عراق رفتم. به روستاهای محرومی که وضعیت امنیتی خوبی نداشتند، روزهای اول، خانواده‌ها به ما اعتماد نمی‌کردند و به بچه‌های‌شان اجازه نمی‌دادند بیایند پیش ما. بعد از چند روز، وقتی با میثی بوس به روستا

معجزه دماغ قرمز
بچه‌های حرفه‌ای و بی‌نظیری هستند، هر سال تابستان دوره‌های رایگان برگزار می‌کنند و نمایش بیمارستانی را به بقیه هم آموزش می‌دهند. من آن موقع، دانشجوی ترم دوم بودم. از همان روزهای اول دانشگاه دلم می‌خواست کاری کنم که حال بیمارها بهتر

پزشک خنده

سوگند دلقکی
قصه دلقک شدن امیر را از زبان خودش بخوانید: ۹۲ ساله‌ایم، سال بالایی‌های ما، یک خیره دانشجوی راه‌انداخته بودند به اسم «النتیام». من عضو شورای مرکزی‌اش شدم. در آن خیره، ایده



خبریه دانشجویی التیام

🐦 @eltiam_charity
🌐 eltiam-charity.ir

کارگاه دلقک درمانی











دکتر غلامحسین شاهچراغی
متخصص ارتوپدی

دکتر غلامحسین شاهچراغی



INTERNSHIP



فيلم مستند، جيوگرافي و سخنراني TED بينيم!

TED Ideas worth spreading



روی خودتان سرمایه گذاری کنید



۱۰ مهارت مورد نیاز در سال ۲۰۲۵

به گفته مجمع جهانی اقتصاد



مهارت‌ها

- | | | | | | |
|----|--|-------------------------------------------|-----------------------------------------|---|--|
| ۲ | | یادگیری فعالانه و
استراتژی‌های یادگیری | تفکر تحلیلی و نوآوری | ۱ | |
| ۴ | | تفکر انتقادی و تحلیل | حل مشکلات پیچیده | ۳ | |
| ۶ | | رهبری و اثرگذاری
اجتماعی | خلاقیت، اصالت
و ابداع کردن | ۵ | |
| ۸ | | طراحی تکنولوژی
و برنامه‌نویسی | استفاده از تکنولوژی،
نظارت و کنترل | ۷ | |
| ۱۰ | | استدلال، حل مشکلات
و ایده‌پردازی | تاب‌آوری، تحمل اضطراب
و انعطاف‌پذیری | ۹ | |

TECHRASA فارسی

TECHRASA فارسی



VISION



MISSION



VALUES



اصول هفتگانه

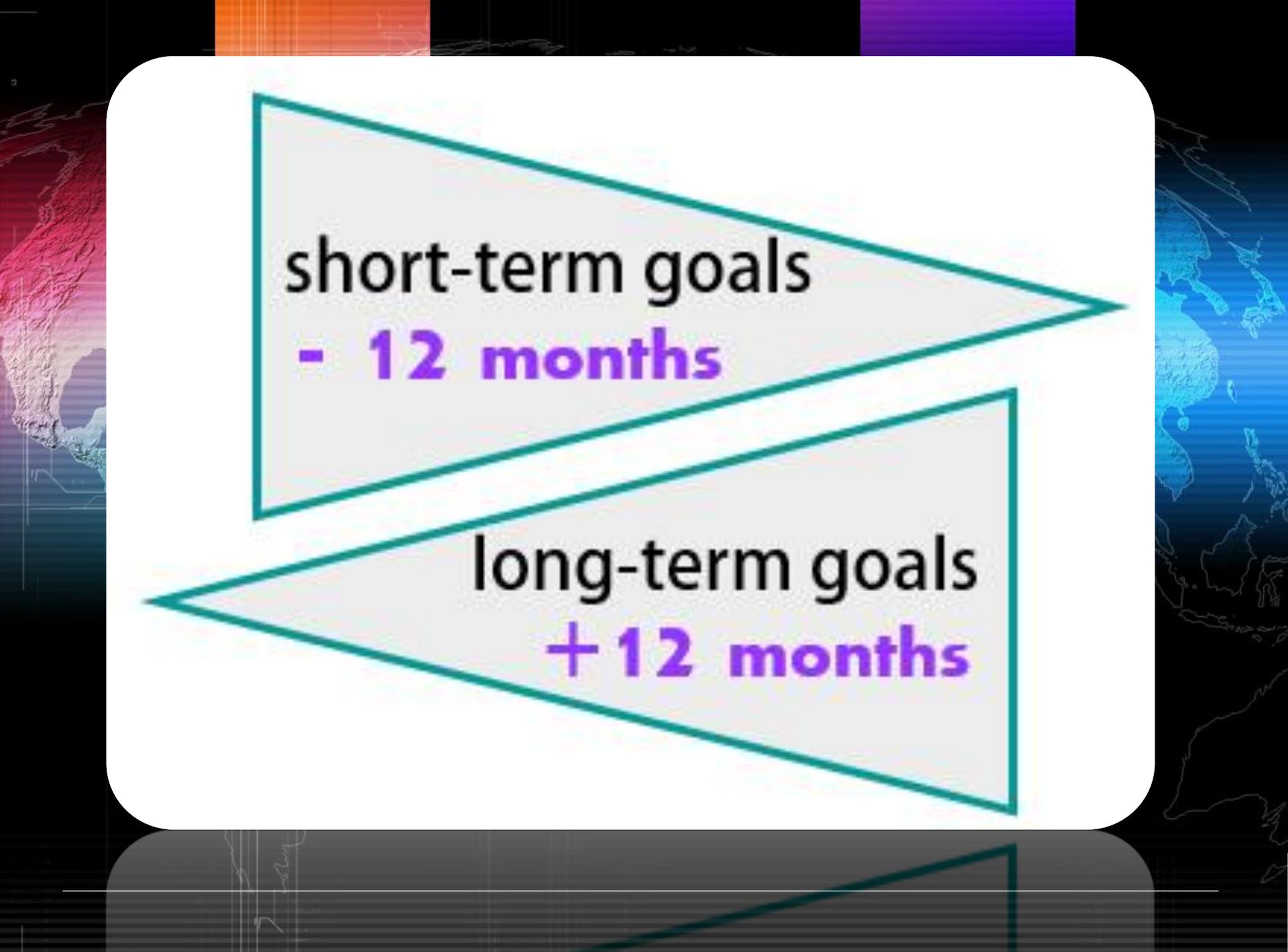
جمعیت‌های هلال احمر و صلیب سرخ



هدف

مانند یک قطب‌نماست...
به انسان کمک می‌کند تا در هر شرایطی
مسیر درست را پیدا کند





short-term goals

- **12 months**

long-term goals

+ **12 months**



اهداف

فعالیت‌ها

اولویت بندی

PRIORITIES

- 1.
- 2.
- 3.





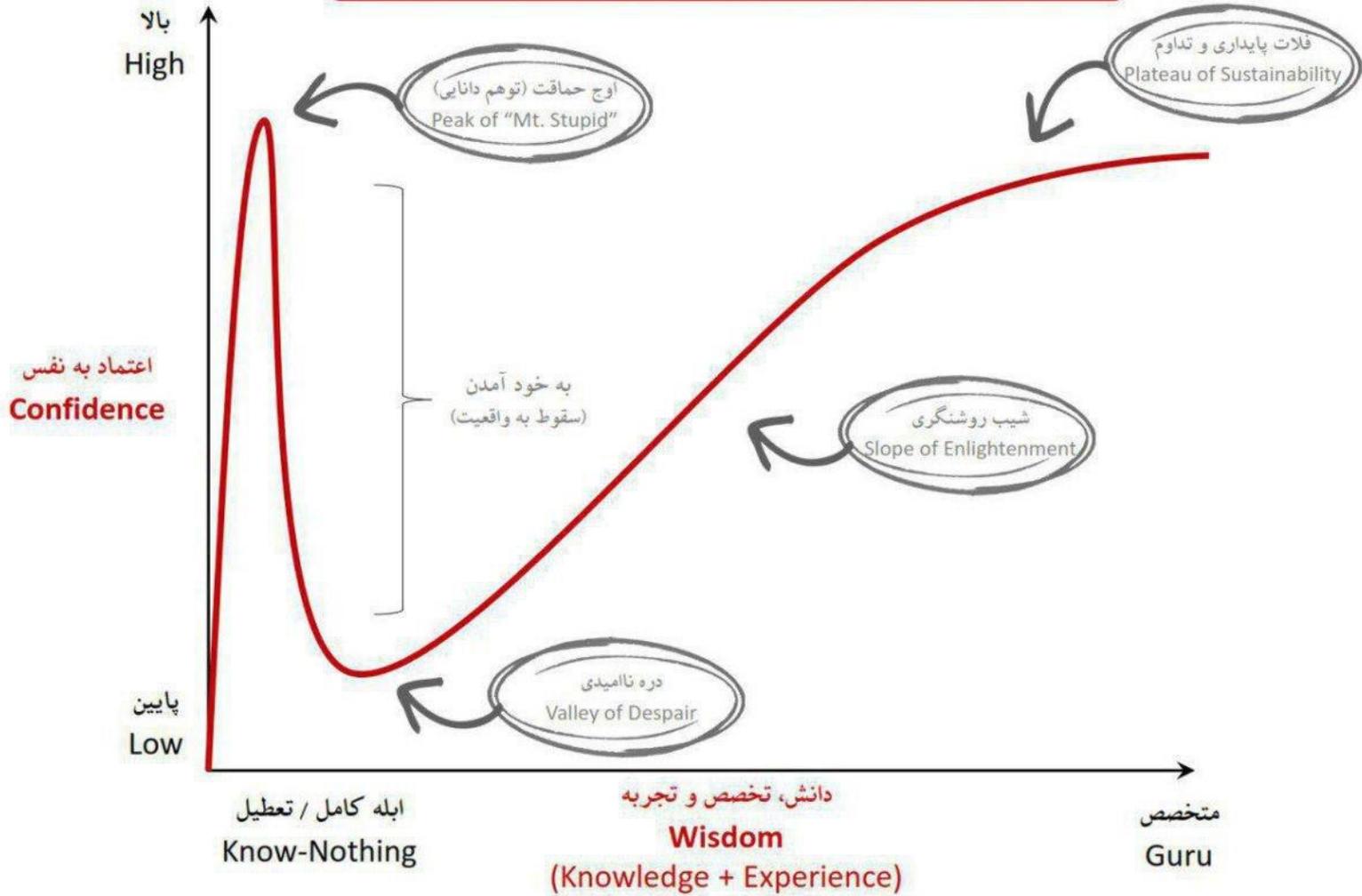
انرژی خود را در جای درست مصرف می کنند
(قانون ۸۰/۲۰)



پس از کسب موفقیت مغرور نمی شوند و
موفقیت را یک عادت می دانند.

Dunning-Kruger Effect

اثر دانینگ کروگر



Know-Nothing

(Knowledge + Experience)

Guru

وسعت چیزهایی که نمی‌دانیم چقدر است؟

چیزهایی که نمی‌دانیم
که نمی‌دانیم

چیزهایی که نمی‌دانیم
که نمی‌دانیم

چیزهایی که می‌دانیم
که نمی‌دانیم

چیزهایی که فکر
می‌کنیم که می‌دانیم

چیزهایی که
می‌دانیم

چیزهایی که نمی‌دانیم
که نمی‌دانیم

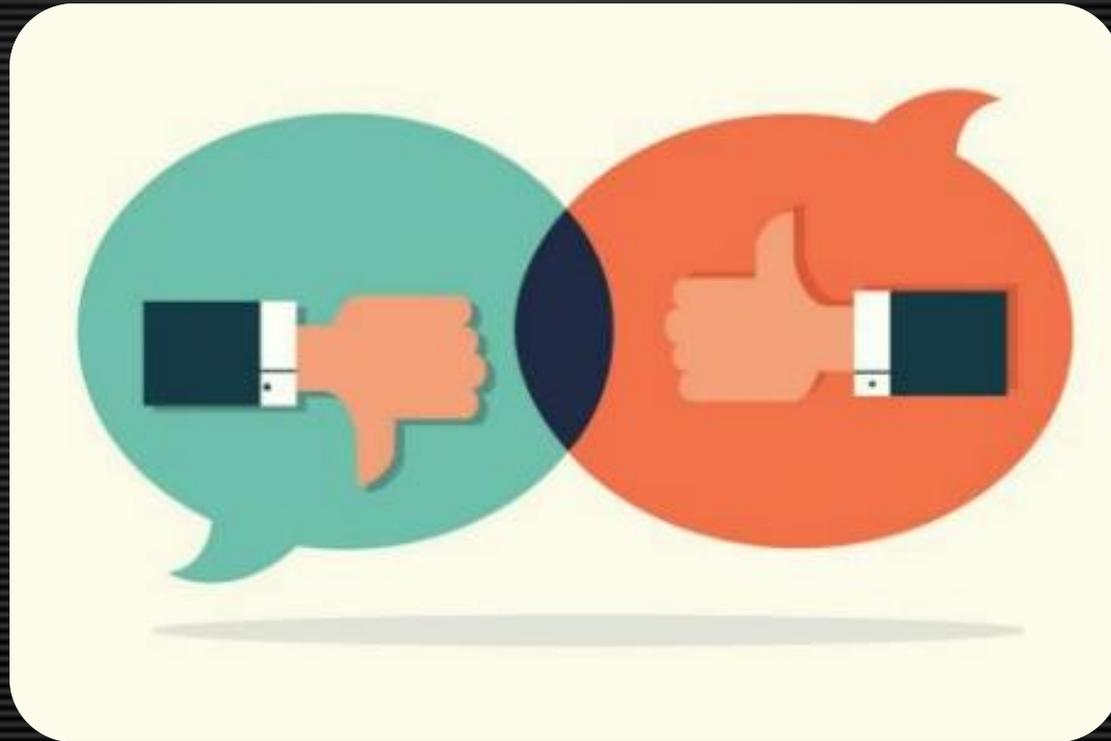
چیزهایی که نمی‌دانیم
که نمی‌دانیم

TECHRASA فارسی

TECHRASA فارسی



استرس بخشی از زندگی طبیعی هر انسانی است.





علل ایجاد استرس مضر

✓ علل فردی

✓ علل گروهی

✓ علل سازمانی

✓ علل فرا سازمانی



علل فراسازمانی ایجاد استرس (خانواده و اجتماعی که در آن زندگی می کنیم)

- ✓ نامطمئن بودن وضع اقتصادی
- ✓ نامطمئن بودن وضع سیاسی
- ✓ بی ثباتی و ناکارآمدی قوانین
- ✓ نامطمئن بودن تکنولوژی
- ✓ مشکلات مالی و اقتصادی



علل فراسازمانی ایجاد استرس (خانواده و اجتماعی که در آن زندگی می کنیم)

مشکلات خانوادگی، حوادث زندگی، ازدواج، طلاق، مرگ
نزدیکان، بیماری و مصدومیت، تحصیل فرزندان، ازدواج
فرزندان، از دست دادن شغل، بازنشستگی، تغییر محل
زندگی، مهاجرت و موارد مرتبط، ترافیک و ...



Time out

تکنیک‌های کاهش و مدیریت استرس

WHY?

↳ WHY?

↳ WHY?

↳ WHY?



↳ WHY?

Real solution is found here

Real solution is found here

پُروردگارا

بہمن آراشہ

تا بس پذیرم آنچه را کہ نمی توانم تغییر دهم
و تیسری

تا تغییر دهم آنچه را کہ می توانم تغییر دهم

بیشتر

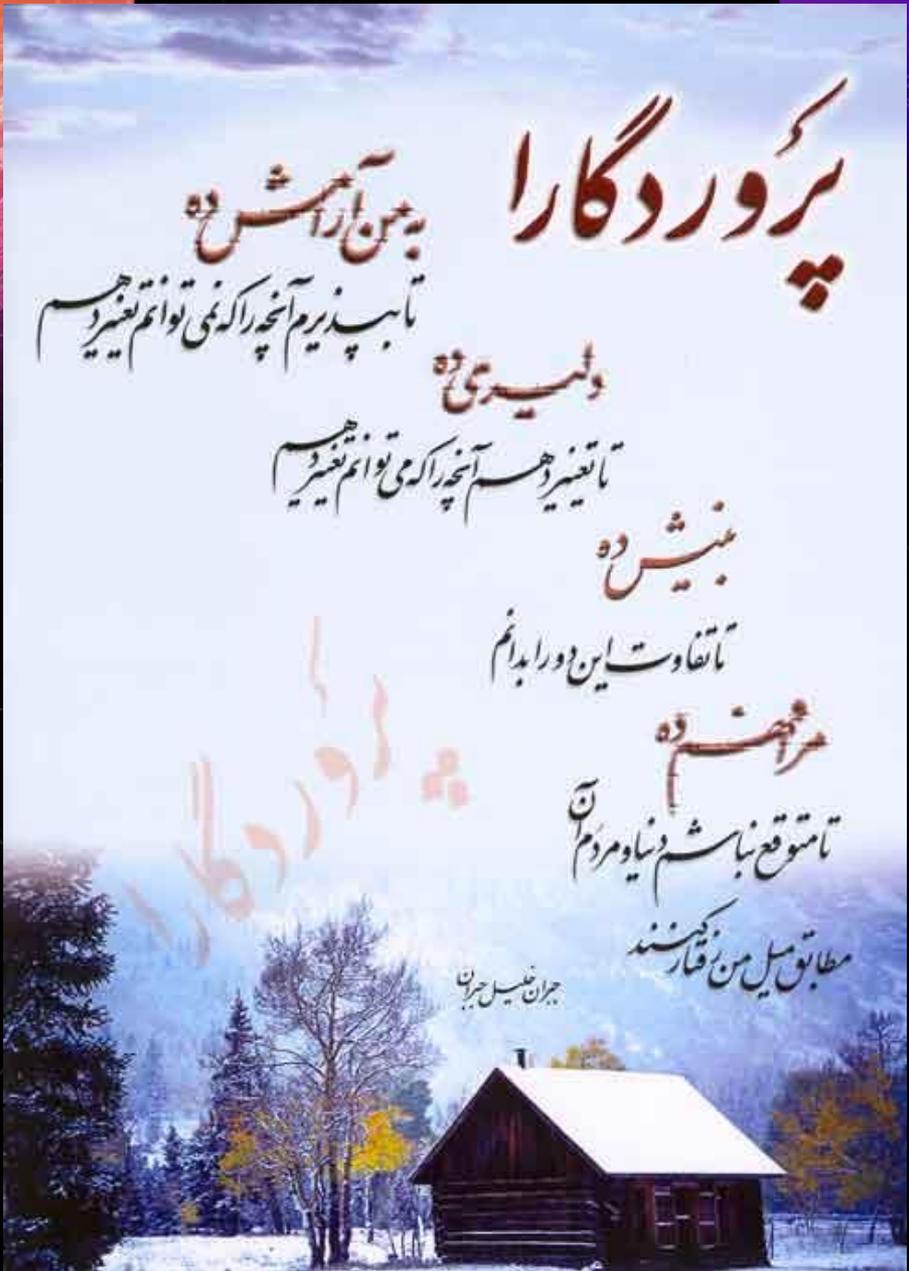
تا تفاوت این دورا بدام

مرغزم

تا متوقع نباشم دنیا و مردم

مطابق میل من رفتار کنند

جران نیل جری



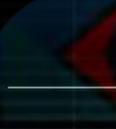
طبیعت اسفنج گونه داشته باشید!



ابتدا تو را نادیده می گیرند،
بعد به تو می خندند،
سپس با تو می جنگند،
و در نهایت تو پیروز می شوی.

مهاتما گاندی

 Nikend.com

 Nikend.com







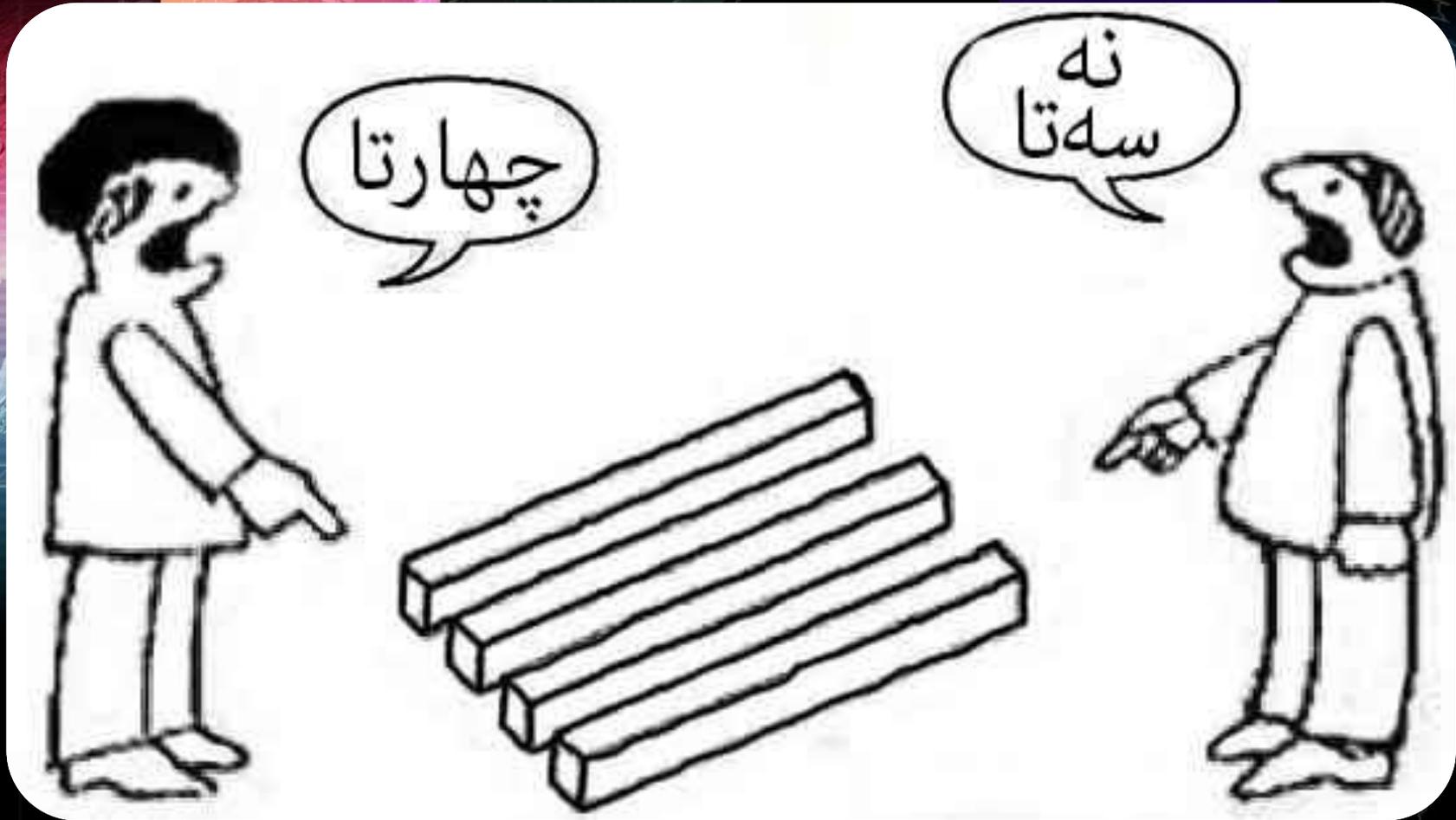








عوامل ناخوشایند را از ذهن خود دور نگه می‌دارند!









RISK

RISK





از سرعت خود
بکاهید
Reduce Speed

WORK SMARTER, NOT HARDER









بے وقتشہر بن!



نشر آکادمیک

باشه

ساید

نه

بله

مهارت‌ها و تکنیک‌های «نه» گفتن

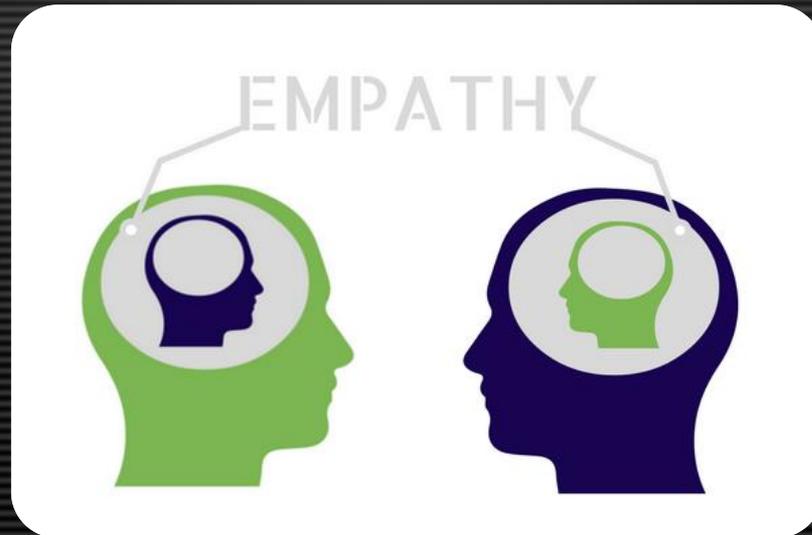
(راه‌بردهای هوس‌مندان
برای نه گفتن مودبانه)

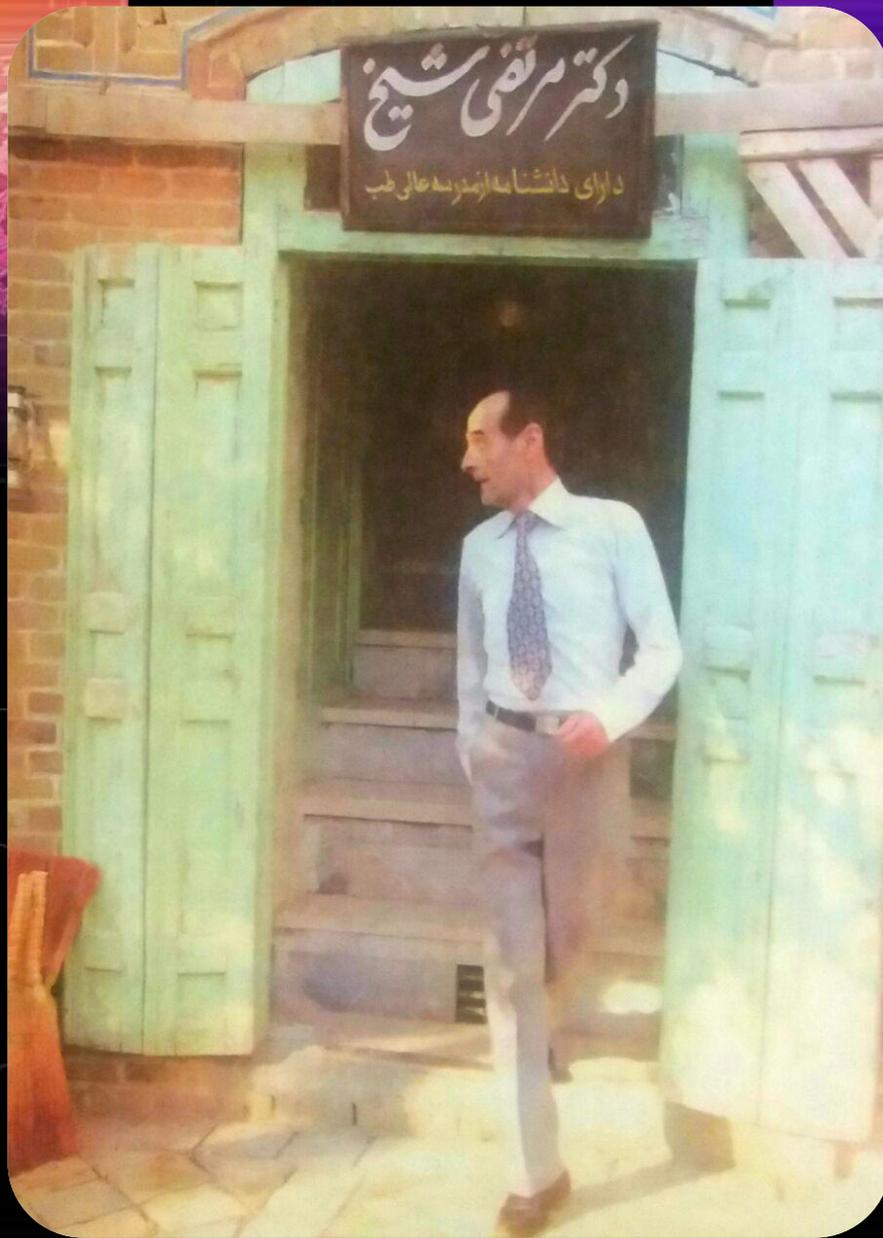




همدلی (Empathy)

وضعیت احساسی دیگران را درک کنیم
و بتوانیم از دریچهی چشم آنها جهان را ببینیم...







کمپین داوطلبان حامی بخش اطفال بیمارستان

- خلق لحظات شاد، ارزشمند و به یادماندنی برای **کودکان بستری در بیمارستان** 
- همدلی با خانواده کودکان بستری** در راستای افزایش تاب‌آوری در شرایط بحرانی 
- همراهی با کادر درمان دلسوز بخش‌های اطفال** در راستای ارائه خدمات مؤثرتر 
- همفکری با خیرین حوزه سلامت** در راستای حمایت هدفمند، خلاقانه و تأثیرگذار 
- هم‌افزایی با داوطلبان فعال** در بخش‌های اطفال بیمارستان‌های سراسر کشور 
- به اشتراک‌گذاری تجربیات ارزشمند با **سازمان‌های بین‌المللی در حوزه کودکان** 

شب یلدا

در بیمارستان، طولانی تر است...



با حمایت از برنامه های ویژه **شب یلدا**
در بخش های **کودکان** بیمارستان های منتخب سراسر کشور
خالق لحظه های به یادماندنی برای **کودکان بستری** باشیم!

مرکز نیکوکاری تخصصی کودکان بهشاد

اهدای اسباب بازی و کادوهای ویژه، بادکنک آرایی

قصه خوانی، نمایش عروسکی و مسابقه نقاشی



خلاق باشید و نوآوری کنید!



خلاق باشید و نوآوری کنید!







خلاق باشید و نوآوری کنید!



خلاق باشید و نوآوری کنید!



خلاق باشید و نوآوری کنید!



آدمی تا زمانی که
سختی‌هایش را می‌فهمد
زنده است



ولی وقتی سختی‌های دیگران را درک می‌کند
آن وقت **یک انسان است...**



Mr. Corona



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

KERMAN UNIVERSITY
OF MEDICAL SCIENCES

@MrCorona.ir

Corona.kmu.ac.ir

@MrCorona.ir

Corona.kmu.ac.ir

Mr. Corona

KERMAN UNIVERSITY
OF MEDICAL SCIENCES

دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

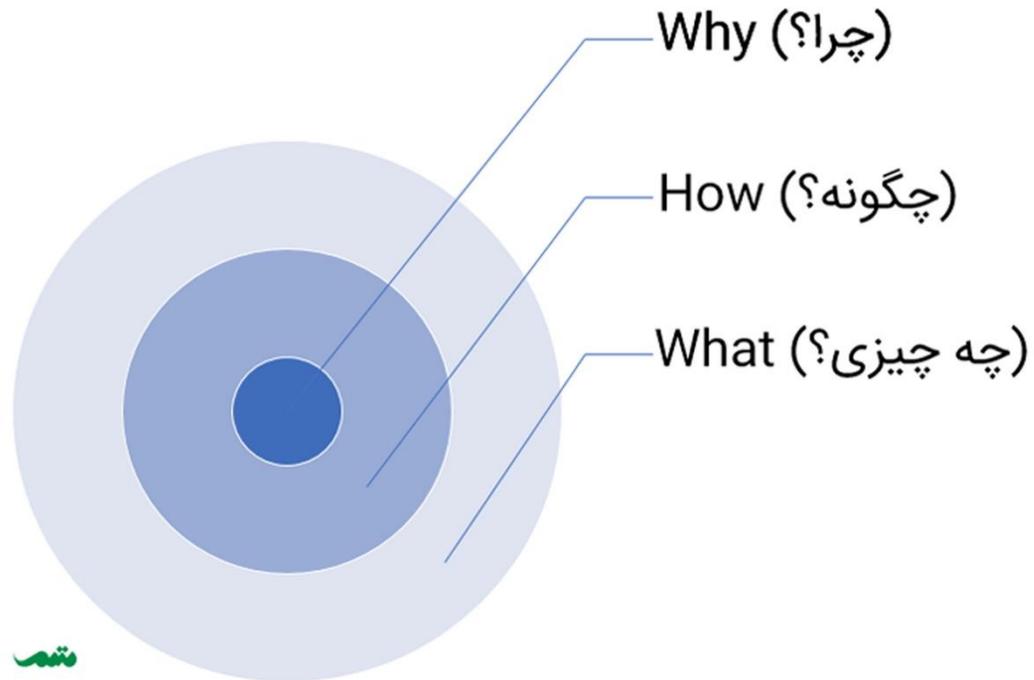
Simon Sinek:

How great leaders inspire action

TEDxPuget Sound · 18:04 · Filmed Sep 2009

43 subtitle languages

View interactive transcript



VIKTOR E. FRANKL

Man's
Search For
Meaning



9 MILLION COPIES SOLD

ویکتور فرانکل

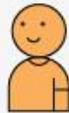
انسان

در جستجوی معنا



ترجمه‌ی امیر لاهوتی

9 MILLION COPIES SOLD



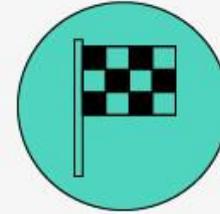
انگیزش درونی

انگیزش درونی



انگیزش بیرونی

انگیزش بیرونی



نمره کل

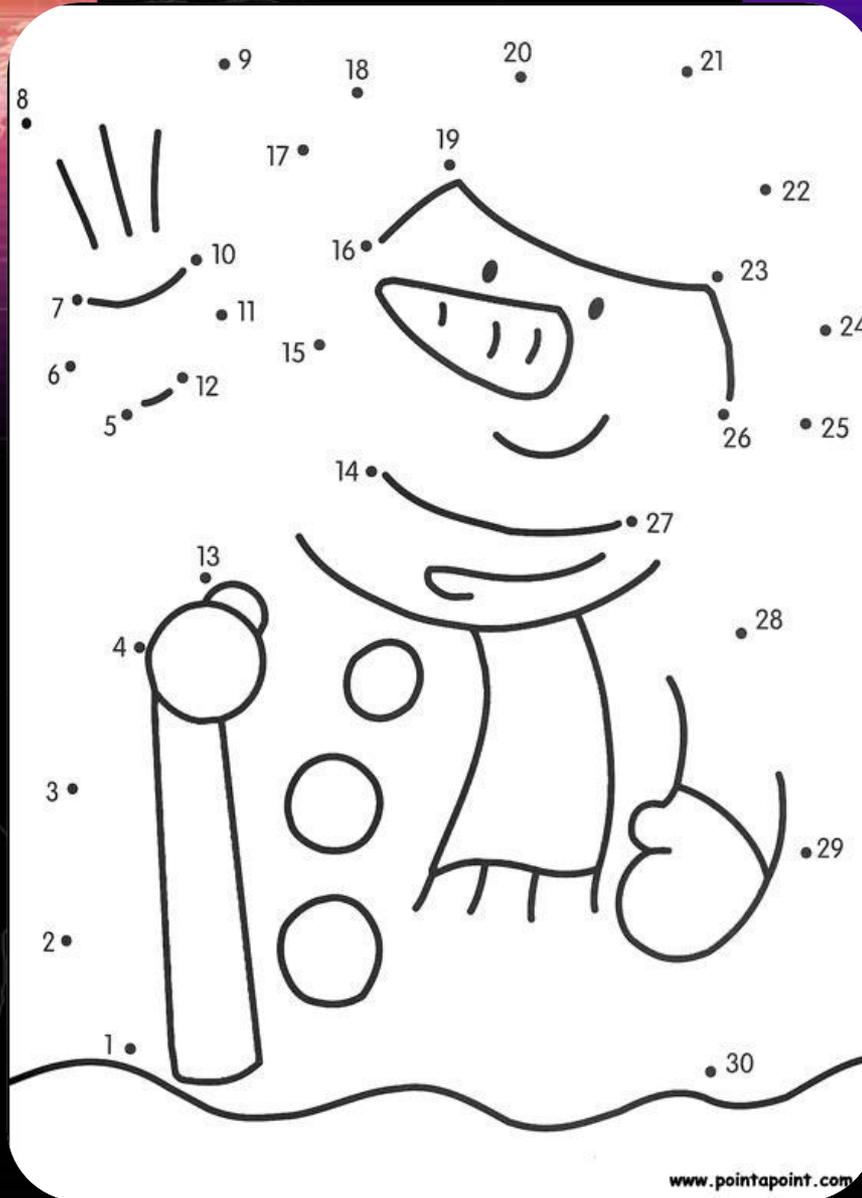
نمره کل

خوش بین و واقع بین باشید!









نتیجہ مهمتر است یا مسیر؟

مسئلہ فقط این نیست کہ در انتها به کجا می‌رسید



مسئلہ این است کہ در طول مسیر چه کسی می‌شوید



TECHRASA فارسی

TECHRASA فارسی

شاد بودن بیشتر به انتخاب است تا به جایگاه!



أَفْوضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ

إِنَّ اللَّهَ بِصِيرِ الْعِبَادِ

غافر- ٤٤

من صامر را به خدا وامی گذارم
زیرا خدا به بندگان بیناست

@atrequran





ارتباطات خود را افزایش دهید!



مهارت‌های ارتباطی خود را افزایش دهید!



COMMUNICATION

مهارت‌های ارتباطی

۱

در هنگام گفتگو
به چشمان
دیگران نگاه
کنید

۲

به زبان بدن
خود آگاه باشید

۳

کلمات و زبان
بدنتان یک پیام
واحد را انتقال
دهد

۴

به افکار و
احساساتان
توجه داشته
باشید

۵

یک شنونده
فعال باشید

۶

قضاوت نکنید

۷

به زبان بدن
دیگران توجه
کنید

۸

واضح صحبت
کنید و به صدای
خود روح بدهید

۹

احساسات
دیگران را درک
کنید

۱۰

لبخند بزنید



ارسال پیام

دریافت پیام

مهارت گفت‌وگو

مهارت شنیدن

مهارت ارائه



شنونده خوبی باشیم!

گوش دادن فعال







هرگز

باطن زندگی خود را

با ظاهر زندگی دیگران

مقایسه نکنید

آنچه دیگران می بینند

موفقیت

فداکاری

ریسک پذیری

سخت کوشی

نامیدی

یادگیری مداوم

تعهد

شکست

سماجت

بی پولی

نظم و انضباط

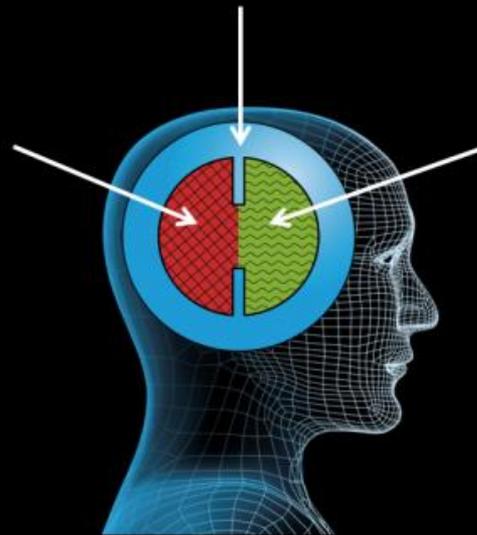
آنچه دیگران نمی بینند

TECHRASA فارسی

TECHRASA فارسی

SQ
spiritual intelligence
whole brain
synchronous processing

IQ
intellectual intelligence
left brain
serial processing

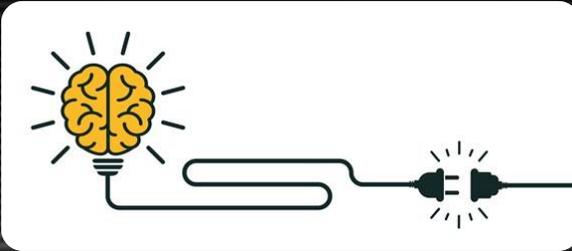


EQ
emotional intelligence
right brain
parallel processing

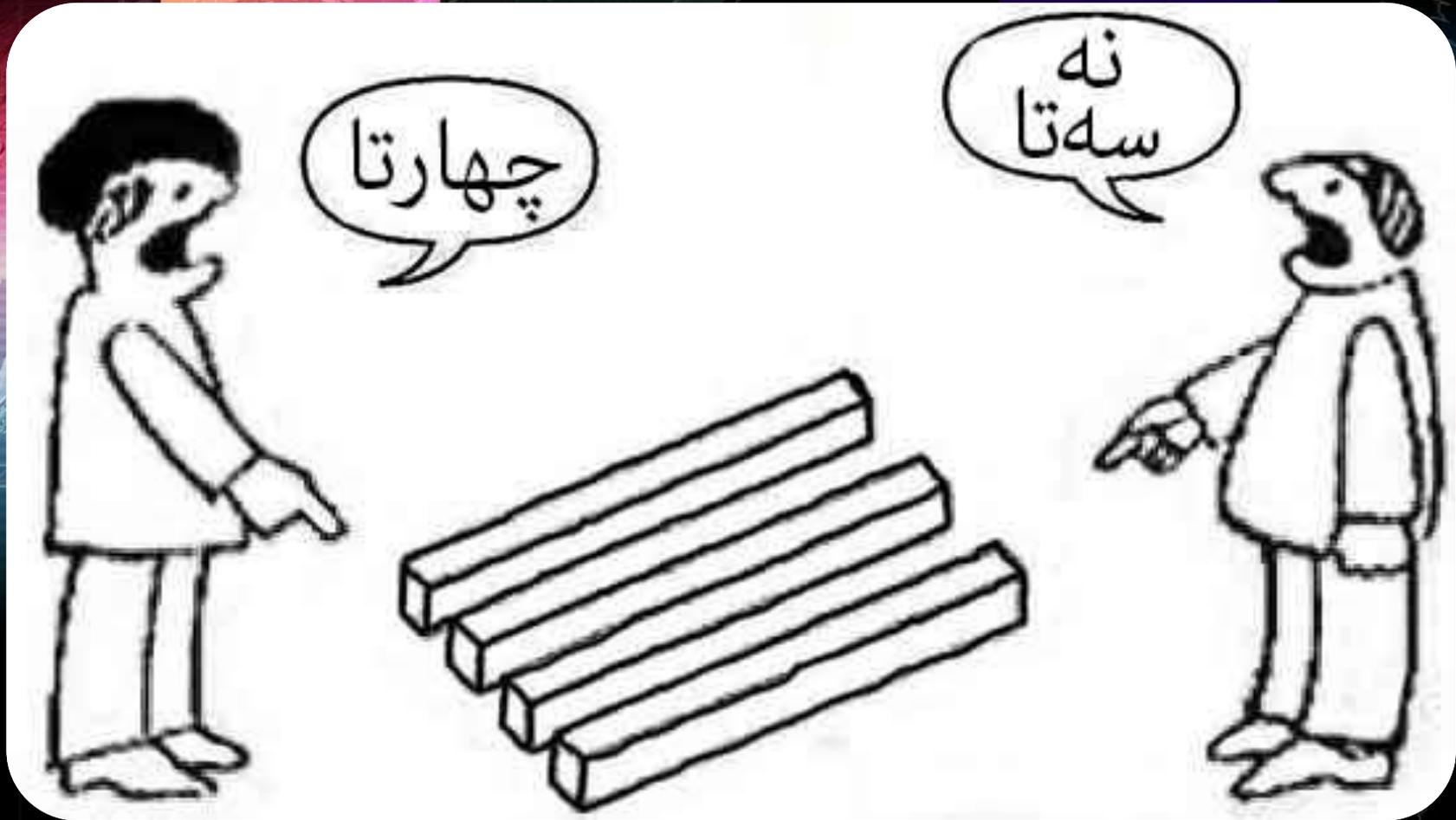
$$\text{IQ} + \text{EQ} + \text{SQ} = 3\text{Q}$$



تفکر نقادانه



مجموعه‌ای از نگرش‌ها و مهارت‌های فکری
که برای ارزیابی و محک زدن ادعاها و
استدلال‌ها به کار می‌آیند.







رولف دوپلی
هنر شفاف
اندیشیدن

ترجمہ
عادل فردوسی پور
بہزاد توکلی
علی شہروز



چرا باید به قبرستان‌ها سر بزنی؟ (خطای بقا)

گورستانها پر از افرادیست که
می‌پنداشتند چرخ دنیا بدون
آنها نمی‌چرخد



« وینستون چرچیل »

چرا آخرین شیرینی جعبه، دهان تو را آب می اندازد؟ (خطای کمبود)



هر کس در اوج، زیباتر به نظر می‌رسد!
(اثر هاله‌ای)



**چرا بدبختی‌ها بزرگتر از خوشبختی‌ها به نظر می‌رسند؟
(نفرت از زیان)**



چرا باید گذشته را فراموش کنیم؟
(خطای هزینه هدر رفته)



چرا تجربه، می تواند قضاوت ما را نابود کند؟
(انحراف ارتباطی)





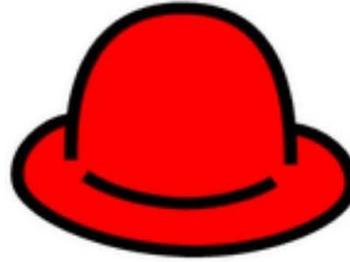


هرگز

باطن زندگی خود را

با ظاهر زندگی دیگران

مقایسه نکنید



SIX THINKING HATS

شش کلاه تفکر



با هم مرور کنیم!

نقش	تمرکز	کلاه
منطقی	واقعیت‌ها	
خوش بین	ارزش و مزایا	
منفی باف	سختی‌ها و خطرات	
احساسی	احساسات و شهود	
خلاق	احتمالات و ایده‌های جدید	
مدیر	اطمینان از فعالیت درست سایر کلاه‌ها	

ادوارد دوبونو (Edward de Bono)



کلاه سفید

(افکار خنثی بر اساس واقعیات موجود)



- ما درباره این مسئله چه می دانیم؟
- ما درباره این مسئله چه چیزی را نمی دانیم؟
- برای حل این مسئله چه اطلاعاتی را در اختیار داریم؟
- برای حل این مسئله به چه اطلاعاتی نیاز داریم؟
- چگونه می خواهیم اطلاعات مورد نیاز را به دست آوریم؟
- آیا راه حل بالقوه‌ای برای حل این مسئله وجود دارد؟

کلاه زرد

(افکار خوش بینانه و تمرکز بر نقاط قوت)



– مثبت اندیشی

– خوش بینی

– تمرکز بر جوانب مثبت ایده‌ها

– فواید کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت

کلاه سیاه

(افکار بدبینانه و تمرکز بر نقاط ضعف)



– چگونه ممکن است این ایده شکست بخورد؟

– نقاط ضعف این ایده چیست؟

– خطرات و پیادمدهای احتمالی چیست؟

– آیا منابع، مهارت و توانایی کافی برای شروع این کار را داریم؟

– آیا این تنها نتیجه ممکن است؟

کلاه قرمز

(افکار هیجانی بر اساس قضاوت شخصی)



- احساس من درباره این راه حل چیست؟
- راه حل های شهودی براساس احساسات
- عدم نیاز به ارائه دلیل علمی یا مبانی
- عدم نیاز به توجیه کردن

کلاه سبز

(افکار خلاقانه و ایده‌های نو)



- آیا مسیرها، گزینه‌ها و انتخاب‌های جایگزینی وجود دارد؟
- آیا می‌توانم این کار را به روش دیگری انجام بدم؟
- چگونه می‌توان از منظر دیگری به مسئله نگریست؟
- چگونه خارج از چهارچوب به مسئله فکر کنیم؟
- خلاقیت و ابتکار هوشمند در ارائه عقاید جدید
- راهکارها و روش‌های نوین در حل مسئله

کلاه آبی

(نظارت بر همه دیدگاه‌ها)



– مشکل چیست؟

– چگونه مسئله را تعریف کنیم؟

– با حل مسئله به چه نتیجه‌ای خواهیم رسید؟

– مطرح کردن پرسش‌های درست

– اطمینان از فعالیت درست سایر کلاه‌ها



نشر قطرہ



شش کلاه تفکر

ادوارد دوبونو
منصور فلاحتی نوین

چاپ چہارم

CRITICAL THINKING



problem



thinking



solution

problem

thinking

solution



ارتباطات خود را افزایش دهید!



مهارت‌های ارتباطی خود را افزایش دهید!



COMMUNICATION

مهارت‌های ارتباطی

۱

در هنگام گفتگو
به چشمان
دیگران نگاه
کنید

۲

به زبان بدن
خود آگاه باشید

۳

کلمات و زبان
بدنتان یک پیام
واحد را انتقال
دهد

۴

به افکار و
احساساتان
توجه داشته
باشید

۵

یک شنونده
فعال باشید

۶

قضاوت نکنید

۷

به زبان بدن
دیگران توجه
کنید

۸

واضح صحبت
کنید و به صدای
خود روح بدهید

۹

احساسات
دیگران را درک
کنید

۱۰

لبخند بزنید

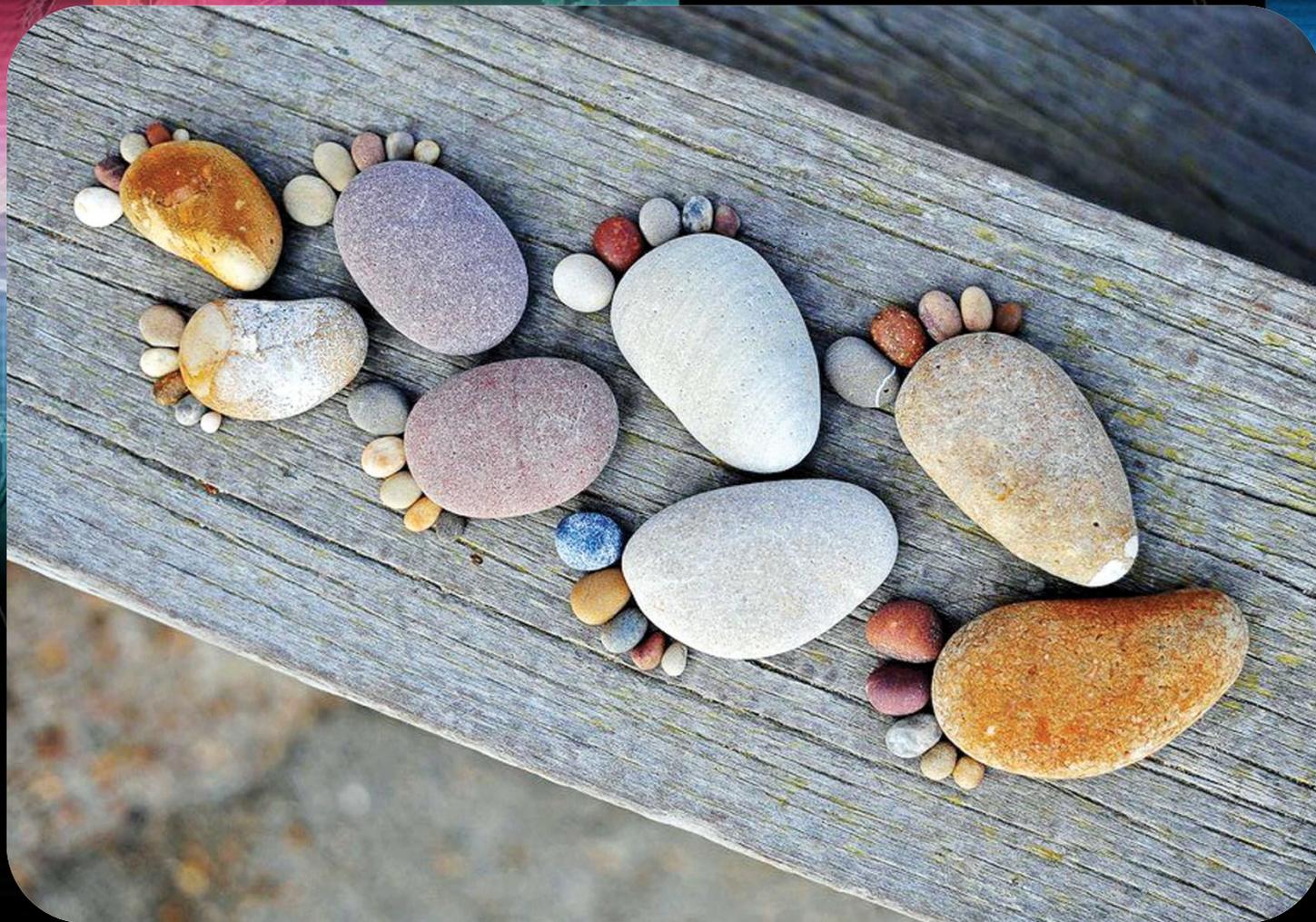
شنونده خوبی باشیم!

گوش دادن فعال





همه چیز را مشاهده کنیم!



زمان‌هایی را در **تنهایی** بگذرانیم!



به دنبال تجربیات تازه باشیم!



منطقی **ریسک کنیم** و منتظر برنامه قطعی و ۱۰۰٪ نباشیم!
ذهن نیمه هشیارمان نقشه را طراحی می کند...



شکست‌های احتمالی را بخشی از مسیر موفقیت بدانیم!



انعطاف پذير باشيم!



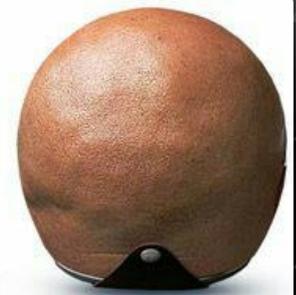
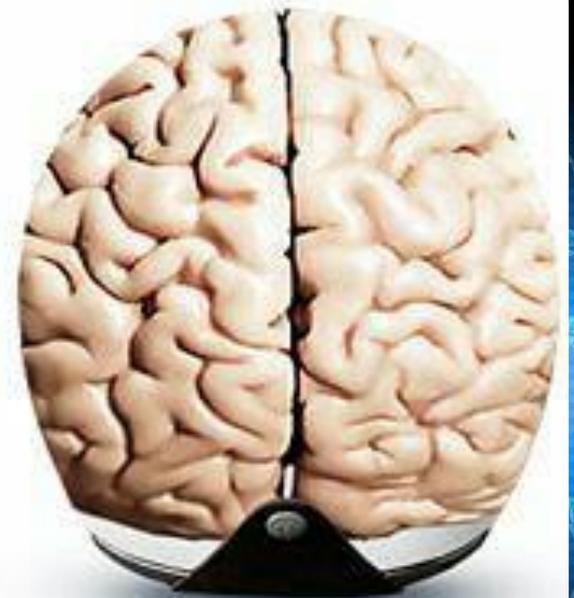
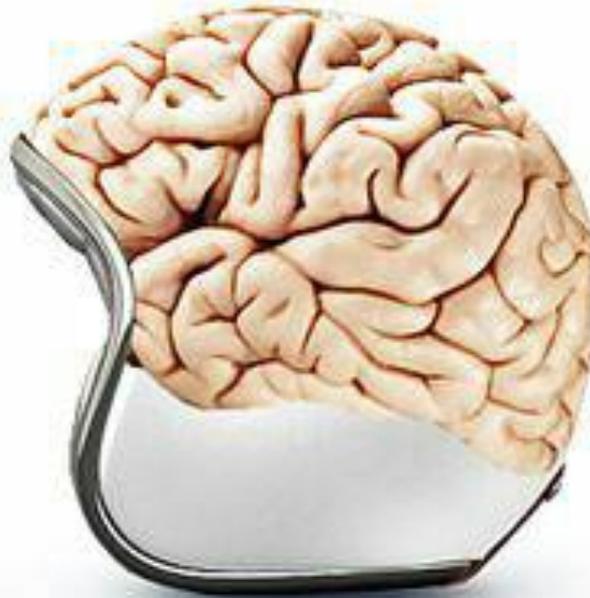
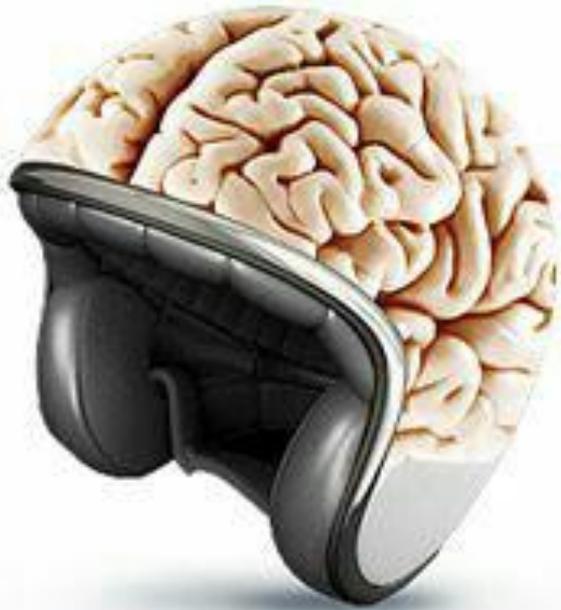
تکنیک در هم شکستن مفروضات











فيلم مستند، بيوگرافی و سخنرانی TED بینیم!

TED Ideas worth spreading

Based on a
true story.

خدمت افراد با تجربه به صورت مستمر شاگردی کنیم!

INTERNSHIP



تفکر خلاقانه چگونه است؟

ارتباط برقرار کنید

Connect

مسائل را بهم مرتبط کنید

ریسک کنید

Risk

خودتان را به چالش بکشید
تا کاری انجام دهید.

از خودتان سوال پرسید

Asking

چرا؟ چگونه؟ چه می شود اگر؟ کجا؟

تبادل کنید

Exchange

ایده هایتان را با هم تبادل کنید
و با هم کار کنید

تصور کنید

Imagine

تخیل کنید و به آینده چشم داشته باشید

فکر کنید

Think

برای کارهایتان زمان کافی صرف کنید

جستجو کنید

Explore

کشف کنید و چیزهای جدید بدست آورید

متنوع رفتار کنید

Variety

راه های مختلف را امتحان کنید



نقشه ذهنی مهارت‌های تفکر



$U = EB$
 $R_1 = 13,5 \Omega$
 $R_2 = 3 \Omega$
 $R_3 = 20 \Omega$
 $F_A = \rho g V$
 $w = D$
 $w = \frac{y}{B} \omega$
 $w = 0$

$P = \bar{S}$
 $\rho = \frac{h}{\lambda_0}$
 $x = \rho \cos \varphi, y = \rho \sin \varphi$
 $\rho = \sqrt{x^2 + y^2}$
 $x = x_0 + mt$
 $y = y_0 + nt$
 $z = z_0 + pt$

$w^2 = \frac{mgl}{f}$
 $T = \frac{2\pi}{\omega} = 2\pi \sqrt{\frac{mgl}{f}}$
 $q = \frac{h}{\lambda} = \frac{h}{v - \omega x}$
 $\frac{h}{v - \omega x} = ?$
 $\frac{h}{v - \omega x} = \frac{h}{v} + \frac{h\omega x}{v^2}$

Formula for's
 1) $T = \frac{t}{n}$
 2) $v = \frac{t}{n}$
 3) $T = \frac{v}{f}$
 4) $T = \frac{2\pi}{\omega}$

$w = B\omega$
 $w = 0$
 $w = D$
 $z = w = A$
 $\Delta a = ca$

$x \frac{dp}{p} + y \frac{dv}{v} = 0$
 $I = \frac{U}{R}$
 $\frac{2\pi}{v}$
 $\sum_{n=0}^{\infty} \exp(-nDw/kT)$
 $R = \frac{\rho \cdot l}{S}$
 $\frac{Am + Bn + Cp}{\sqrt{m^2 + n^2 + p^2} \cdot \sqrt{A^2 + B^2 + C^2}}$
 $S = ?$



چگونه به کمک تفکر انتقادی و تفکر خلاقانه مسائل را حل کنیم؟



تفکر خلاقانه

بر اساس احتمالات
آزمایش و تجربه
طوفان فکری ایده و راه حل
قضاوت نکردن ایده‌ها
نظریه پردازی و ابداع
استدلال احساسی



تفکر انتقادی

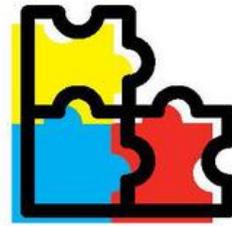
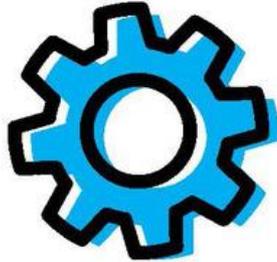
بر اساس شواهد
پیش‌بینی تأثیرات
شناسایی نقاط ضعف و قوت
تحلیل و ارزیابی اطلاعات
در نظر گرفتن جایگزین
استدلال منطقی

حل مسأله





CREAT!VE PROBLEM SOLVING



CREAT!VE
PROBLEM
SOLVING

گام اول: کشف، شناخت و تعریف مسأله!





فرآیند گام به گام حل مسئله

✓ گام اول: کشف، شناخت و تعریف مسئله

✓ گام دوم: تعیین و توصیف علل بروز مسئله

✓ گام سوم: بارش فکری جهت یافتن راه‌حل‌های مسئله

✓ گام چهارم: ارزیابی راه‌حل‌های مختلف مسئله و انتخاب راه‌حل برتر

✓ گام پنجم: اقدام؛ اجرای راه‌حل برتر

✓ گام ششم: نظارت بر راه‌حل انتخابی

در جلسات طوفان فکری شرکت کنیم!



قوانین طوفان فکری



دیدنی باشید!
به تصویر کشیدن ایده‌تون
باعث بهتر شدنش می‌شه!



از هم ایده بگیرید!
از ایده‌های بقیه الهام بگیرید!



ایده‌های خفن بدهید!
هیچ ایده‌ای احمقانه نیست!



عمده کار کنید نه تکی!

تا می‌تونید ایده بسازید!

قضاوت ممنوع!

ایده‌ی دیگران رو نقد نکنید!

تمرکز کنید!

همیشه به چالش اصلی
فکر کنید!

بسیاری از ما زمانی که در مواجهه با یک مسئله یا چالش،
راه‌حلی به ذهن مان می‌رسد، روی آن راه‌حل قفل می‌شویم.
به این معنا که دیگر نمی‌توانیم به راه‌حل‌های دیگر فکر کنیم.
راه‌حل نخست ممکن است معمولی یا عالی،
ضعیف یا قوی، ناقص یا کامل باشد.
اما مهم این است که نخستین راه‌حل به هر حال،
راه را برای فکر کردن به پاسخ‌های دیگر می‌بندد.



سوالات باز و بسته

**Closed
Questions**

VS

**Open
Questions**

Closed Questions vs. Open Questions

Closed Questions vs. Open Questions

WHEN

WHERE
WHAT

WHOSE

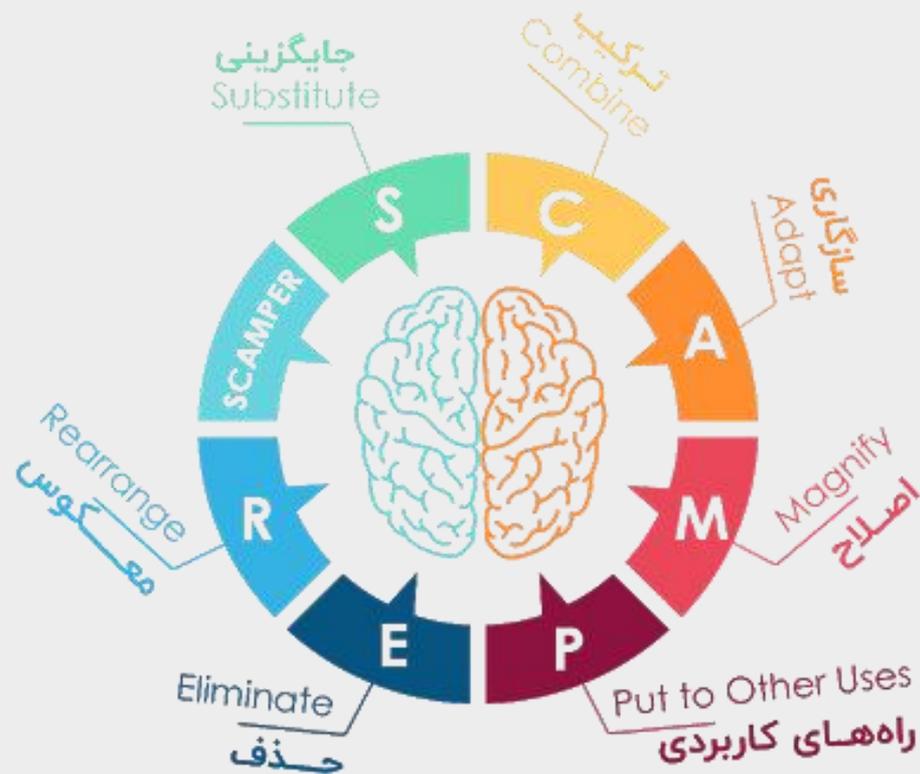
WHO

WHY
HOW

WHICH

WHOSE

تکنیک SCAMPER

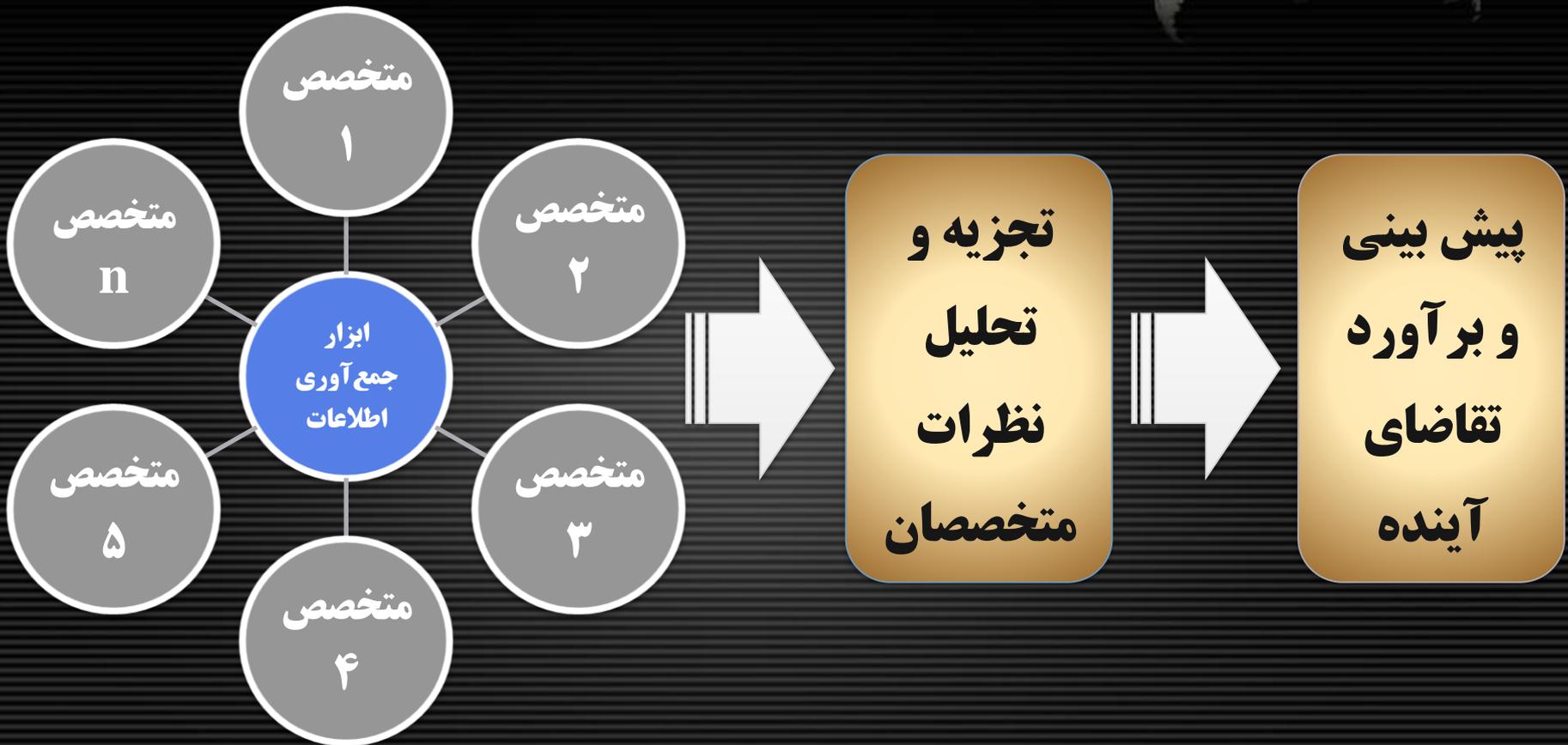


روش توافقات جمعی

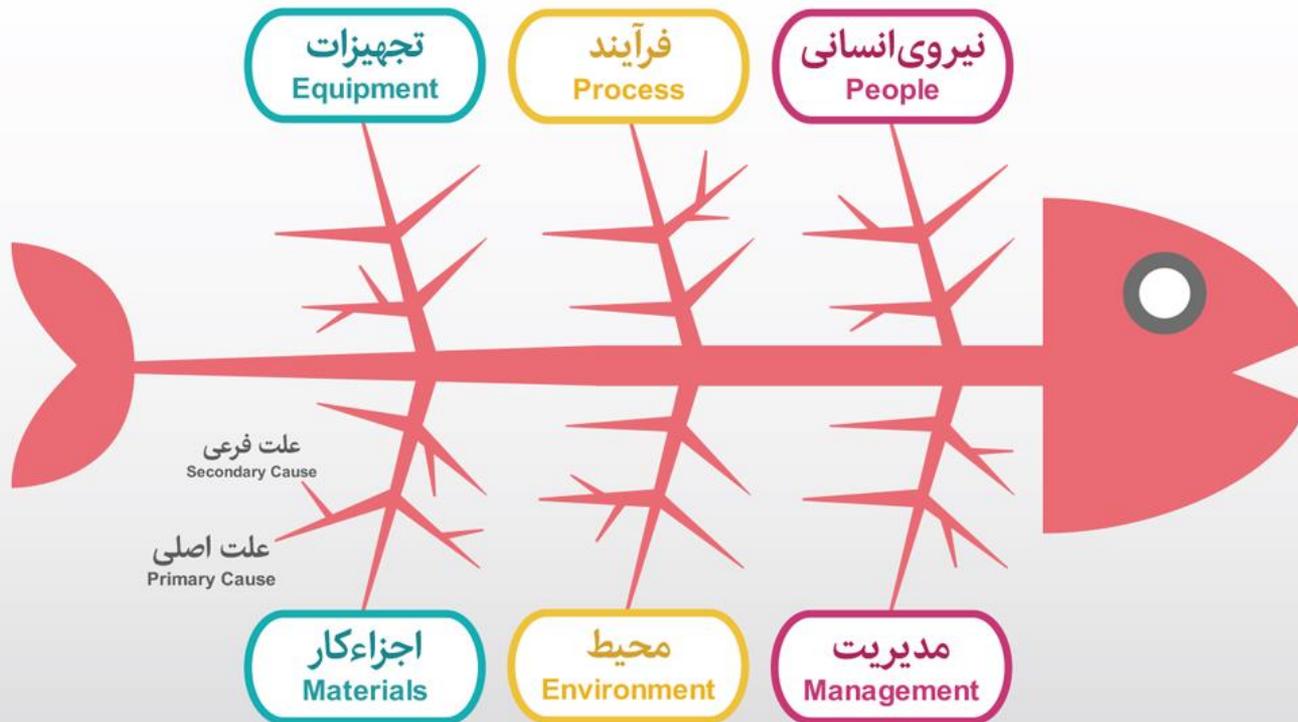


در این روش، نشستی با حضور متخصصان، کارشناسان، مدیران، کارکنان باتجربه و صاحب نظران سازمان برگزار شده و تقاضا از جنبه‌های مختلف مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرد و برآوردی از میزان تقاضا در آینده و پیش‌بینی تقاضای آینده محصول انجام می‌شود.

روش دلفی



نمودار استخوان ماهی برای حل مسئله



تأمل کنید

جهت‌گیری زندگی خود را بازنگری کرده و به چگونگی همسوسازی اشتیاق‌های شخصی و شغلی خود فکر کنید.



باز آفرینی

زندگی کاری خود را با استفاده از تابلوی طراحی و یافته‌های حاصل از بخش‌های پیش متحول - یا باز آفرینی - کنید.



اقدام

یاد بگیرید که به نتیجه برسائید



باید دنیا را

کمی بهتر از آن می

تجربله گرفته ای

تجربله بدهی

این که بدانی چستی بد تو

با بودن تو

راحت تر نفس می کشد

لغز موفق شده ای

تجربله کار بی مارگز

گردد رپی میان خون باید رفت

وزنای فتاده سگمون باید رفت

نوبای به راه درنه و هیچ کسی
خود راه بگوید که چون باید رفت

عطار - بختار نامه

عدہ کمی زندگے میکند

ما بقی فقط زندہ ایم ...





**IF YOU HANG OUT WITH CHICKENS,
YOU'RE GOING TO CLUCK
AND IF YOU HANG OUT WITH EAGLES,
YOU'RE GOING TO FLY.**

حالت خوب

G o o d M o o d



انسان های متعالی

همچون طبیعت سود می رسانند؛ بدون انتظار سپاس
کارها را به پایان می برند؛ بدون ادعای برتری
پیروز می شوند؛ بدون نمایشِ پیروزمندی



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی کرمان
KERMAN UNIVERSITY
OF MEDICAL SCIENCES

corona.kmu.ac.ir

corona.kmu.ac.ir



KERMAN UNIVERSITY
OF MEDICAL SCIENCES

بهداشت بیاد به خونه
کرونا کارش تمومه...

مراقب خودت باش!

از تو فقط یه دونه تو دنیا وجود داره...

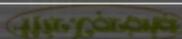


دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

KERMAN UNIVERSITY
OF MEDICAL SCIENCES

corona.kmu.ac.ir

corona.kmu.ac.ir



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

KERMAN UNIVERSITY
OF MEDICAL SCIENCES



AbolfazlSalavatizadeh



A.Salavatizadeh@gmail.com