

# پرستویی که در فدراسیون ورزشی عقاب می شود

### گفت و گو با فاطمه ابوالقاسمی نخستین زن رئیس فدراسیون



فاطمه ابوالقاسمی یکی از زنان موفق عرصه ورزش است. او نخستین زنی است که رئیس یک فدراسیون ورزشی شده است. فدراسیون ابرویک و آمادگی جسمانی، فدراسیونی است که او با کسب بیشترین آرا در مجمع صاحب این سمت شد. ابوالقاسمی خود کسی است که ورزش می کند و ۲۰ سال است که کارمند رسمی ابوالقاسمی ۴۳ ساله، تاکنون در سمت های مسئولیت ورزش بانوان حوزه شمال غرب تهران، مشاور و معاون فرهنگی اداره کل تربیت بدنی استان تهران، سخنگو و مدیر روابط عمومی ورزش بانوان کشور، مشاوره توسعه مرکز ورزش بانوان، رئیس انجمن اتموبیلرانی و موتورسواری بانوان، نایب رئیس فدراسیون اتموبیلرانی و موتورسواری بانوان و... فعالیت داشته است.



**از چه زمانی ورزش را شروع کردید؟**  
من ۱۴ تا ۱۶ ساله بودم به ورزش پرداختم و عضو تیم مدرسه بودم. چون عاشق کار گرومی بودم، ولیبال و بسکتبال بازی می کردم. بعدها به رشته هندبال پرداختم و تا حد تیم ملی هم پیشرفت داشتم. و با این تیم در رقابت های قهرمان کشوری نایب قهرمان شدم. بعدها هم در تیم های تنیس روی میز و ویسبال سازمان تربیت بدنی بازی می کردم و در رقابت های کارکنان هم در رقابت ها شرکت می کنیم.

**فرزند و همسر شما هم ورزش می کنند؟**  
تسنا فرزندم که دختر ۲۵ ساله و فارغ التحصیل رشته روانشناسی است تنیس کار می کند و پیش از این فوتبال هم بازی کرده است. ولی حرفه ای ورزش را دنبال نکرده است. همسر هم که دارای یک شرکت خصوصی است. مانند دخترم فوتبال و تنیس را پیگیری می کند. خانواده ما به دلیل اینکه ورزش تأثیر بر سلامت و شادابی روحیه، کمک به شخصیت و سازندگی اجتماعی شدن و نقش مؤثر در تحولات زندگی و قدرت تصمیم گیری بهتر دارد، دنبال می شود.

**ورزش چه نقشی در موفقیت های شما در کار داشته است؟**  
در ورزش آدم همیشه با دو موضوع مواجه می شود، یک پیروزی و دوم شکست است. زمانی که پیروزی را چه در ورزش های انفرادی یا با گروهی تجربه می کنید، می دانید که مسیری را که طی کرده اید درست بوده و نتیجه تلاش های خود را گرفته اید و بعد به ادامه کار بهتر و با آراش فکر می کنید. اما زمانی که شکست را تجربه می کنید، می نشینید و به این امر فکر می کنید که گنجی کار شما یا گروه شما شاقی داشته است که به نتیجه دلخواه نرسیده اید و بعد بی برن به آنها سعی می کنید از نو شروع کنید و با تمرین بیشتر و رفع نقایص دوباره با تلاش بیشتر به پیروزی برسید. خوب زمانی که من در هر جای

دورشته ابرویک و آمادگی جسمانی به صورت انجمن و کمیته فعالیت می کرد. ابرویک زنان به صورت انجمن فعالیت می کرد و آمادگی جسمانی مردان به صورت کمیته ای زیر مجموعه ورزش همگانی بود مردانی که مخالف بودند، علت این مخالفت چه بود؟



دورشته بهترین های رشته آمادگی جسمانی و ابرویک بود دیگر به حرف ها و حدیثها که بود اهمیتی ندادیم تا از کار عقب نمانیم که حاشیه ها، شیطنت ها بیشتر شود و حربه دست کارشکان بهمید. کارشکان افرادی هستند که توانایی ندارند.

**فدراسیون ابرویک و آمادگی جسمانی، قشر مردان را هم شامل می شود، با توجه به اینکه رئیس آنها کی زن است، بهر طور با چگونه است؟**  
البته باید بگویم زمانی که این سمت را در دست همکاری کردم مردان با من همکاری خوبی کردند. ولی همه چیز بخلاف انتظار من بود. من ۱۰ نفر کدزای تربیت بدنی را دعوت به همکاری کردم به راحتی استقبال کردند. آنها یک زن مدیر را بایکوت نکردند بلکه با اهدافی ها و ستودها هم در شکل گیری این فدراسیون یاری دادند و می دهند. این گروه و دیگر همکاران خانم و آقایان در این فدراسیون همه هست دست هم داده اند تا با کار گروهی فدراسیون را موفقیت را آفاقا شغل در این فدراسیون هم دست به دست هم

**دختری که حساس اش را با رنگ بیان می کرد**  
هنرمندی که شما قلم موی نقاشی را برده اید تا نشی روی رنگ بیاورید برگز از کسی که نمی توانی و تنها تصورات شما هستند که کودک کاغذ نقاشی نقش می بندند. هیچگاه به دلیل تشویق و یا خوش آمد دیگران نقاشی نکشیدم. این کار برای



جهانی باشد. تلاش کرده است تا بتوانیم به مرزبان سراسر کشور آموزش صحیح با علم روز جهان بدهیم تا در باشگاهها طبق استاندارد جهانی کار کنند. ما به جای اطلاعاتی نداشتیم با شما که متخصصان جامه آموزشی هستند که در حال ۸۵ درصد از آمادگی جسمانی قرامی می گردند تا هر فردی در هر ساعتی از روز خواست در خانه اش ورزش کند بتواند با کمک این وسیله حرکت درست را انجام دهد. البته کارهای زیر ساختی زیادی باید صورت بگیرد تا بتوانیم در سال ۸۶ تا ۸۷ ملی بازی در رقابت های جهانی اتمام کنیم و در کارش رقابت های قهرمان کشوری و لیگ باشگاهها را هم داشته باشیم.

**شما به عنوان یک فردی از جامعه که همسر شما همسند و همسر هم به عنوان رئیس یک فدراسیون در اجتماع حضور دارید، همسر شما کار شما در بیرون از منزل مختلف نیست؟**  
نه، چون اعتقاد دارم که یک زن یک همسر با توانمندی میباید می تواند در هر دو عرصه موفق باشد. او حتی کمک رسان من نیز هست در خیلی مواقع هم شوق من است و هم کمک فکری می دهد. همیشه من این توصیه را به منی که می کار زیاد خود را فراموش نکنی که با همسرم صدمه بینمی. ولی باید بگویم که با گذشت منی که در خانه تنگ می کند. در کل به هر حال برای رسیدن به کار اجتماعی ما باید از خیلی از مهمانی ها جشن ها، بعضی از کارها صرف نظر کنیم.

**اگر زن توانمند نخواهد به پست های مدیریتی برسد به نظر شما چه فاکتورهای را باید دنبال کنند؟**  
هر زن توانمندی در هر رشته ای و یا در هر کاری که بخواند موفق شود، به نظر من باید علاوه بر پشتکار زیاد، روابط عمومی خوب و مدیریت خوب را داشته باشد و مهمترین فاکتور اینکه به حاشیه ها اهمیت ندهد و وارد آنها هم نشود. چون هر کاری موفقان و مخالفان زیاد می دارد. مخالفان نیز کار شگفتی می کنند. باید با جدیت به کار فکر کنند تا ثابت کنند که می توانند. آنها باید با تقاض ضعف را کشف و در رفع آنها بکوشند و در جایگاه مدیر باید از نظرات متخصصان بهره بگیرد.

**چه چیزی در کار شما را ناراحت می کند؟**  
اطهار توانایی در کار مرا ناراحت می کند. چون من در هر کاری که وارد شدم سعی کردم ببینم که در آن کار توانمند باشم یا نه وقتی وارد شدم تلاش خود را با کار گروهی سعی کردم که بهترین کار را ارائه دهم و کمترین استرس را

داشته باشم دوست دارم زمانی که از کار کنار می گذارم، به دلیل تغییر سیاست کنار بروم من در کار اگر هم در جایی اطلاعاتی نداشتیم با شما که متخصصان جامه آموزشی هستند که در حال ۸۵ درصد از آمادگی جسمانی قرامی می گردند تا هر فردی در هر ساعتی از روز خواست در خانه اش ورزش کند بتواند با کمک این وسیله حرکت درست را انجام دهد. البته کارهای زیر ساختی زیادی باید صورت بگیرد تا بتوانیم در سال ۸۶ تا ۸۷ ملی بازی در رقابت های جهانی اتمام کنیم و در کارش رقابت های قهرمان کشوری و لیگ باشگاهها را هم داشته باشیم.

**شما زمانی که برای پست ریاست فدراسیون ابرویک و آمادگی جسمانی انتخاب شدید، در انتخابات گروهی از مردان و زنان مخالف حضور شما بودند، علت این مخالفت چه بود؟**  
دورشته بهترین های رشته آمادگی جسمانی و ابرویک بود دیگر به حرف ها و حدیثها که بود اهمیتی ندادیم تا از کار عقب نمانیم که حاشیه ها، شیطنت ها بیشتر شود و حربه دست کارشکان بهمید. کارشکان افرادی هستند که توانایی ندارند.

**فدراسیون ابرویک و آمادگی جسمانی، قشر مردان را هم شامل می شود، با توجه به اینکه رئیس آنها کی زن است، بهر طور با چگونه است؟**  
البته باید بگویم زمانی که این سمت را در دست همکاری کردم مردان با من همکاری خوبی کردند. ولی همه چیز بخلاف انتظار من بود. من ۱۰ نفر کدزای تربیت بدنی را دعوت به همکاری کردم به راحتی استقبال کردند. آنها یک زن مدیر را بایکوت نکردند بلکه با اهدافی ها و ستودها هم در شکل گیری این فدراسیون یاری دادند و می دهند. این گروه و دیگر همکاران خانم و آقایان در این فدراسیون همه هست دست هم داده اند تا با کار گروهی فدراسیون را موفقیت را آفاقا شغل در این فدراسیون هم دست به دست هم

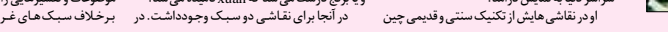
**دختری که حساس اش را با رنگ بیان می کرد**  
هنرمندی که شما قلم موی نقاشی را برده اید تا نشی روی رنگ بیاورید برگز از کسی که نمی توانی و تنها تصورات شما هستند که کودک کاغذ نقاشی نقش می بندند. هیچگاه به دلیل تشویق و یا خوش آمد دیگران نقاشی نکشیدم. این کار برای

استفاده می کرد که صدها سال چینی ها به آن سبک نقاشی می کشیدند. در این سبک از نقاشی برای ساختن قلم موها از موی حیوانات استفاده می کردند و رنگی که به کار می بردند هم مایع سیاه بود و همچنین کاغذهایی را که نقاشی روی آن می کشیدند کاغذهایی دست سازی بود که اغلب از الیاف و تارهای سبزیجات و یا برنج درست می شد که xuan نامیده می شد. او در اینج برای نقاشی دو سبک و وجود داشت.

پدرش می رفت و روی آنها نقاشی زیبای خود را می کشید. هنگامی که پدرش از او دلیل کارش را سؤال می کرد، می گفت: من مردم در نقاشی کردن به تو کمک می کنم، من فقط قدم می خواهم نقاشی بکنم. وانگ یانی در سال ۱۹۷۵ در شهر کوچکی در جنوب چین به دنیا آمد. او همیشه عاشق نقاشی کشیدن بود و این کار را زمانی آغاز کرد که بسیار کوچک بود.

به دلیل اینکه پدر او معلم نقاشی بود از این جهت تمام وسایل و ابزار مورد نیاز رنگ در دسترس او بود. در سن ۳ سالگی او اولین نقاشی اش را کشید. او از میمونها نقاشی کرده بود.

در سن ۱۳ سالگی نقاشی های او در گالری های سراسر دنیا به نمایش درآمد. او در نقاشی هایش از تکنیک سنتی و قدیمی چین



## اخبار تازه

### تبعیض علیه زنان در قوانین ۳۶ کشور جهان

دست کم در قوانین ۳۶ کشور جهان تبعیض علیه زنان وجود دارد. روزنامه ال پاپس چاپ اسپانیا گزارش کرد، سازمان عفو در مورد قوانین مربوط به تبعیض علیه زنان، به ممنوعیت حضور زنان برای آزادی در عربستان، مصونیت مردان در خشونت های خانوادگی در نیجریه و یا قیم بودن مردان در اموال زندگی در شیلی اشاره کرده است.

در این گزارش آمده است، تبعیض در فرهنگ و مذهب حضور دارد، اما همچنین آن را می توان در چارچوب قوانین حقوقی کشورها در امور خانواده، اقتصاد، اشتغال و دیگر موارد دید. عفو بین الملل در این گزارش به نام تبعیض، ریشه خشونت است، به قوانین ۳۶ کشور اشاره کرده و آن را انعکاس عدم وجود برابری و تبعیض زنان خوانده است که همزمان خشونت علیه زنان را در آن جوامع ترویج می دهد.

طبق این گزارش با عدم برابری حقوق، زنان از امکانات برای مطالعه با مواد تبعیض که در همه جوامع زندگی از آن رنج می برند، محروم هستند. این سازمان شرایط موجود در قوانین تبعیضی را غیر قابل پذیرش اعلام خاطر نشان کرده است، ۲۵ سال پیش سازمان ملل عهدنامه ای را برای از بین بردن تبعیض علیه زنان تصویب کرد. در این گزارش به قوانین لبنان اشاره شده است که به مردان اجازه ارتکاب قهرمان را در دفاع از عفت و آبرو می دهد. همچنین به قوانین گواتمالا اشاره می کند که مرد تجاوزگر اگر با زنی که مورد خشونت وی قرار گرفته است ازدواج کند جرم وی می ماند، اشاره کرده است.

طبق این گزارش در نیجریه به مردان اجازه داده می شود که همسران خود را مورد تنبیه بدنی قرار دهند در صورتی که جرات های وحشی ایجاد کنند. سازمان عفو بین الملل در این گزارش توضیح داده است که در اسرائیل زنان یهودی اجازه طلاق گرفتن را ندارند. همچنین به قوانین اطاعت فرمان از سوی زنان در یمن و سودان اشاره کرده است.

در پایان این گزارش به عدم شرکت زنان در انتخابات در عربستان و این که فقط زنان در صورتی می توانند در شهر تردد داشته باشند که یکی از مردان قابل نزدیک آنها را همراهی کند، اشاره شده است.

### زنان آمریکایی به خانه کاری روی آوردند

روز به روز بر تعداد زنان آمریکایی که در خانه می دهند به جای کار در بیرون از خانه به خانه داری و تربیت فرزندانشان خوش بپردازند، افزوده می شود. خبرگزاری فرانسه گزارش داد: نخستین بار پس از جنبش فمینیسم، شمار زنان شاغل آمریکایی سیر نزولی یافت و حتی فارغ التحصیلان دانشگاهی معتد نیز از کار در خانه را به مشاغل نوید بخش و امیدوار کننده ترجیح می دهند. هم اکنون شش میلیون نفر از زنان ترجیح داده اند کار در بیرون از خانه و ادارات را برای کار کردن در خانه و تربیت کودکان خود ترک کنند.

### نوزادان زودرس، افرادی مضطرب

نوزادان زودرس در آینده به افرادی با شخصیت درونگرا و مضطرب تبدیل می شوند. براساس تحقیقی که دانشمندان انگلیسی انجام داده اند، نوزادان زودرس به ویژه دختران پس از رسیدن به سن بلوغ بیشتر از دیگران مضطرب و درونگرا می شوند. این دانشمندان با مقایسه ویژگی های روانشناختی صدها هشت فرد جداگانه نوزده ساله که در هنگام تولد زودتر به دنیا آمده اند، با شصت و هفت نفر دیگر که به طور طبیعی متولد شده اند به این نتیجه رسیدند.

### کفش پاشنه بلند زیبا اما مضرب

کارشناسان درباره خرابی کفشهای پاشنه بلند به خانم ها هشدار دادند. گفته می شود که کفشهای پاشنه بلند با تحت تأثیر قرار دادن اعضای داخلی بدن توان تولید مثل زنان را از بین می برند و با ایجاد فشار بر قسمت جلویی پا نظم دوره عادت ماهیانه زنان را به هم زده و میبستند لگن را دچار اختلال می کند و علاوه بر ایجاد کمردرد موجب احساس درد در گردن و شانه ها می شود و در ایجاد تنش و سرد ریزین نقش دارد.

### کشف پاشنه بلند زیبا اما مضرب

تکنه قابل توجه در یافته های پژوهشگران این است که کفش پاشنه بلند داشتن ساختار ویژه و تغییر حالت ظاهری اندام داخلی داخلی بدن خانمها را تحت تأثیر قرار دهد و در ورزش موی سر آنها نیز نقش پیدا می کند.

م. شاطرانی

### دختری که حساس اش را با رنگ بیان می کرد

هنرمندی که شما قلم موی نقاشی را برده اید تا نشی روی رنگ بیاورید برگز از کسی که نمی توانی و تنها تصورات شما هستند که کودک کاغذ نقاشی نقش می بندند. هیچگاه به دلیل تشویق و یا خوش آمد دیگران نقاشی نکشیدم. این کار برای

م. شاطرانی

