



سه اصل توکل بر خدا، اعتماد به نفس و تلاش و پشتکار ویژگی‌های بارز دانشجوی نمونه است

"دکتر لاله پیاوه" عضو هیات علمی دانشکده علوم پزشکی مراغه و دانشجوی نمونه دانشگاه علوم پزشکی تبریز در سال ۹۷ در گفتگو با خبرنگار مفدا گفت: همیشه سعی کردم از هر فرصتی استفاده کنم، تفاوتی نداشت که این فرصت جنبه علمی داشته باشد یا فرهنگی. مهم برایم این بود که در هر زمینه‌ای فعال باشم.

به گزارش مفدا مراغه، به گزارش مفدا مراغه در این بازدید که طی هفته گذشته انجام شد می‌توان به گپ و گفت خبرنگار مفدا با عضو هیات علمی دانشکده علوم پزشکی مراغه و دانشجوی نمونه مقطع دکتری در سال ۹۷ را با هم می‌خوانیم:

مفدا مراغه: با عرض سلام و خسته نباشید خدمت شما، لطفا مختصری از شرایط خانوادگی، تحصیلی و شغلی خود بفرمایید؟

بنده هم عرض سلام و خسته نباشید دارم خدمت شما و تشکر می‌کنم بابت وقتی که در اختیار بنده قرار دادید. بنده در سال ۱۳۶۴ در شهر ارومیه متولد شدم. پس از اتمام تحصیلات دوران ابتدایی و متوسطه، در سال ۱۳۸۴ از رشته علوم تغذیه دانشگاه علوم پزشکی تبریز قبول شدم. پس اتمام این مقطع، در سال ۱۳۸۹ مقطع کارشناسی ارشد و در سال ۱۳۹۲ مقطع دکتری تخصصی علوم تغذیه را در این دانشگاه شروع کردم و موفق به فارغ التحصیلی در مقطع دکتری تخصصی علوم تغذیه در سال ۱۳۹۷ شدم. از سال ۱۳۹۷ نیز به عنوان عضو هیئت علمی در دانشکده علوم پزشکی مراغه مشغول به فعالیت می‌باشم.

مفدا مراغه: دوران دانشگاه چگونه گذشت؟ مقاطع مختلف تحصیلی را چگونه و در کجاها گذراندید؟

با توجه به علاقه ای که به رشته تحصیلی ام داشتم، از بدو ورود به دانشگاه تصمیم گرفتم که تا آخرین درجه ای که امکان داشته باشد، تحصیلاتم را در رشته علوم تغذیه ادامه دهم و این انگیزه بزرگی بود که توانستم بدون وقفه مقاطع را پشت سر هم بگذرانم. تمام مقاطع تحصیلی بنده در دانشگاه علوم پزشکی تبریز سپری شد و این از نظر بنده افتخاری بود که توانستم در محضر اساتید برجسته و با تجربه این دانشگاه، تعلیم و آموزش ببینم.

مفدا مراغه: کسب عنوان دانشجوی نمونه از جمله سوابق درخشان شما به شمار می‌رود، لطفا در مورد چگونگی کسب این عنوان و تاثیر آن بر مراحل بالاتر توضیح کاملی برای دانشجویان مشتاق ارائه بفرمایید؟

از نظر بنده دانشجوی نمونه، دانشجویی است که بتواند با برنامه ریزی دقیق نهایت استفاده را از وقت خود داشته باشد و همیشه با دید انتقادی به محیط پیرامون خود بنگرد، اعتقاد بر این است که فرد دانشجو پتانسیل این را دارد که بتواند در شرایط دشوار، تسهیل گر باشد. با این مواردی که عرض کردم، همیشه سعی میکردم از هر فرصتی استفاده کنم، تفاوتی نداشت که این فرصت جنبه علمی داشته باشد، یا فرهنگی. مهم برایم این بود که در هر زمینه ای فعال باشم. این تصمیم بنده از مقطع کارشناسی ارشد پر رنگ تر شد و فعالیت های بنده با انگیزه و پشتکار بیشتری ادامه پیدا کرد تا اینکه توانستم در مقطع کارشناسی ارشد به عنوان دانشجوی نمونه دانشگاه و در مقطع دکتری تخصصی به مدت دو سال متوالی دانشجوی نمونه دانشگاه منتخب شوم و نهایتا سال آخر نیز به عنوان دانشجوی نمونه کشوری انتخاب شدم. ذکر این نکته خالی از لطف نیست که از نظر بنده سه اصل توکل بر خدا، اعتماد به نفس و تلاش و پشتکار ویژگی های بارز دانشجوی نمونه می باشد که سر آمد همه این سه ویژگی توکل به خدا است. ایمان به این اصل که خداوند هیچ تلاشی را حتی اگر اندک باشد بدون پاسخ نخواهد گذاشت انگیزه من را دوچندان می کرد. توصیه ای که می توانم به دانشجویان داشته باشم این است که در تمام امورات زندگیشان هدفمند باشند، برنامه ریزی داشته باشند و از تمام فرصت های زندگی نهایت استفاده را بکنند و مطمئن باشند اگر تلاش بکنند، حتما نتیجه اش را خواهند دید.

مفدا مراغه: با توجه به اینکه علوم تغذیه رشته تخصصی شماست، وضعیت فعلی دانش علوم تغذیه و پیشرفت های صورت گرفته در این رشته طی سال های اخیر در کشور را چگونه ارزیابی می کنید؟

علم تغذیه به عنوان یکی از مهم ترین علوم تاثیرگذار بر سلامت عمومی است. متأسفانه اخیرا شاهد افزایش شیوع رو به رشد بسیاری از بیماری های غیروارگیردار در کشورمان هستیم که تغذیه ناصحیح یکی از مهمترین عوامل تاثیرگذار بر آنها مطرح شده است. این موضوع اهمیت علم تغذیه و نقش آن را در کنترل و پیشگیری از بیماریها نشان می دهد که توجه بیشتر مسئولان دست اندرکار را می‌تواند جلب کند. رشته علوم تغذیه هر ساله تعداد زیادی متخصص وارد سیستم های بهداشتی درمانی می کند که امید است این افراد متخصص بتوانند در بهبود وضعیت تغذیه ای جامعه و افزایش آگاهی های تغذیه عموم مردم مفید واقع شوند.

مفدا مراغه: با توجه به اینکه رشته کارشناسی علوم تغذیه به تازگی به دانشکده علوم پزشکی مراغه اضافه شده، ارزیابی شما در مورد وضعیت فعلی و برنامه های پیشبردی دانشکده در خصوص این رشته چیست؟

با توجه به شناختی که بنده از اساتید این رشته در دانشکده مان دارم، تمام همکاران توانمند گروه ما، تلاش خود را برای آموزش هر چه بیشتر و بهتر دانشجویان می کنند و این یکی از نقاط قوت رشته تازه تاسیس شده دانشکده می باشد. مطمئنا با حمایتی که معاونت آموزشی دانشکده دارد این رشته می تواند در طی سالهای آتی پیشرفت های وسیعی برای افزایش گرایش های رشته علوم تغذیه و افزایش مقاطع تحصیلی این رشته داشته باشد.

مفدا مراغه: به عنوان سرپرست دفتر استعدادهای درخشان، لطفا در مورد فعالیت ها و استراتژی های این دفتر توضیح دهید.

بله، با توجه به علاقه ای که به امر آموزش و راهنمایی دانشجویان در حیطه پژوهش و آموزش داشتم این مسئولیت به بنده محول شده است. دفتر استعداد درخشان دانشکده سعی دارد با برنامه ریزی های دقیق و منظم، کارگاه های متعدد آموزشی-پژوهشی را در طول سال برای دانشجویان عزیز برگزار نماید، و حداقل امکان شرایط حضور دانشجویان در همایش ها و کنگره های دانشجویی تسهیل کند. با توجه به تسهیلاتی که برای دانشجویان نمونه کشوری وجود دارد، این دفتر سعی دارد با راهنمایی و همراهی دانشجویان از دانشکده علوم پزشکی مراغه نیز همچون سایر دانشگاهها منتخب این جشنواره وجود داشته باشد. خوشبختانه در طول یکسال که گذشت دانشجویان دانشکده را بسیار با انگیزه و توانمند دیدم که این موضوع تلاش بنده را برای موفقیت عزیزان دو چندان می کند.

مفدا مراغه: از نظر شما قبولی در مقطع کارشناسی ارشد مستلزم چه ویژگی ها و فعالیت هایی می باشد؟ دانشجویان علاقه مند چگونه و از کجا آغاز کنند؟

به نظرم دانشجویان هر رشته بایستی برای دروسی که در آزمون مقطع کارشناسی ارشد مهم می باشند، توجه ویژه ای قایل شوند و با دقت و تمرکز بیشتری این درسها را فراگیرند تا بتوانند بدون وقفه وارد مقطع کارشناسی ارشد شوند. ذکر این نکته که دانشجویان نمونه کشوری بدون آزمون می توانند در مقطع کارشناسی ارشد تحصیل کنند می تواند انگیزه دانشجویان را برای فعالیت در این حیطه افزایش دهد.

مفدا مراغه: عنوان دانشجوی نمونه بر چه اساس و توسط کدام سازمان اعطا می گردد و دانشجویان برای کسب این عنوان چه مسیری را باید طی کنند؟
دانشجوی نمونه کشوری هر ساله توسط وزارت بهداشت و علوم برگزار می شود و در مجموع ۴۰ نفر منتخب از تمام مقاطع تحصیلی وجود دارد که از این تعداد حدود ۱۳ نفر مربوط به وزارت بهداشت می باشد. کسب عنوان دانشجوی نمونه نیازمند برنامه ریزی دقیق چند ساله می باشد، به عبارت دیگر دانشجوی نمی‌تواند با فعالیت چند ماهه در این مسیر موفق باشد. دانشجویان بایستی از همان سالهای اول ورود به دانشگاه در تمام زمینه ها با استفاده صحیح از وقت خود در این مسیر گام بردارند.

مفدا مراغه: توصیه شما به دانشجویان و البته دانشجویان جدیدالورود دانشکده چیست؟
توصیه ای که می توانم به دانشجویان جدیدالورود داشته باشم این است که از سال اول تمام دروس خود را با دقت و تمرکز بیشتری فرا گیرند و با برنامه ریزی و هدفمند از وقت خود استفاده کنند.

مفدا مراغه: و کلام آخر، به عنوان متخصص علوم تغذیه، نکات تغذیه ای لازم برای دانشجویان را به صورت مختصر بفرمایید؟
با توجه به تغییراتی که اخیراً در شیوه زندگی افراد رخ داده، گرایش به استفاده از غذاهای آماده پرکالری فقیر از مواد مغذی زیاد شده است (که این موضوع در دانشجویان نیز به چشم میخورد) و به همان میزان از الگوهای غذایی سالمی که وجود دارد فاصله ایجاد شده است. دانشجویان می بایستی ضمن آشنایی با اصول تغذیه صحیح و سالم بتوانند سعی کنند این الگوهای غذایی را در برنامه غذایی روزانه خود بکار ببندند.
(برگرفته از نشریه MSJ دانشکده علوم پزشکی مراغه)