

بررسی آسیب شناسانه تجارب مشابه با ایده بانک زمان در کشور*

نریمان زرین پناه** / کارشناس ارشد برنامه‌ریزی شهری و منطقه، دانشگاه هنر، تهران

**n.z.panah@gmail.com

doi: 10.30496/jrest.2021.141694

چکیده:

توسعه فعالیت‌های داوطلبانه و بشردوستانه با هدف گسترش رفاه و خیر عمومی در سال‌های گذشته تا به امروز از سوی سازمان‌های مردم‌نهاد و دستگاه‌های حاکمیتی متولی رفاه و تأمین اجتماعی در سراسر دنیا پیگیری و دنبال شده است. در کشور ما نیز فعالیت‌های این‌چنینی در نهادهایی نظیر آستان قدس رضوی، انجمن‌ها و گروه‌های خیریه و برخی دستگاه‌های حاکمیتی و عمومی نظیر بسیج و شهرداری‌ها رواج یافته است. از آنجایی که برپایی یک نظام بانک زمان با توجه به اهداف و وظایف سازمان دارای اهمیت فراوانی است، بهره‌گیری از تجارب موجود در خصوص فعالیت‌های داوطلبانه در حوزه‌های مختلف می‌تواند درس آموخته‌های مفیدی را در این راستا در اختیار گروه پژوهش قرار داده و راهبردهای استقرار این نظام و شرایط تحقق‌پذیری آن را مشخص نماید. لازم به ذکر است فعالیت‌های بانک زمان را نمی‌توان دقیقاً معادل با کار داوطلبانه در نظر گرفت، چرا که در ازای فعالیت‌های افراد در بانک زمان به آن‌ها از زمانی تعلق می‌گیرد. این پژوهش از جنبه اهداف بیرونی کاربردی است و در آن از تحلیل محتوا کیفی استقرایی آشکار به عنوان شیوه پژوهش استفاده می‌شود.

در این پژوهش با استفاده از نظرات فعالان فعالیت‌های داوطلبانه و مشاهدات میدانی، پس از بازخوانی چند باره متن مصاحبه‌ها و یادداشت‌های میدانی تحلیل برای مفاهیم (فرایند‌گذاری)، در سه سطح از انتزاع صورت گرفته است و در نهایت به پنج مقوله اصلی که تبیین‌کننده تجربه کار داوطلبانه دست یافته شد که عبارتند از: پیشران‌های درونی کار داوطلبانه، پیشران‌های بیرونی کار داوطلبانه، ساختارهای محدود‌کننده درونی، ساختارهای محدود‌کننده بیرونی، آثار و نتایج کار داوطلبانه. در نهایت با ارائه راهبردها و سیاست‌های سعی بر آن شد که تا چگونگی امکان بهره‌گیری از تجربه کار داوطلبانه در کشور در ایجاد و توسعه پروژه بانک زمان، بیان شود.

واژگان کلیدی: بانک زمان، فعالیت داوطلبانه، پیشران

Pathological study of similar experiences with the idea of time bank in the country

Nariman Zarin Panah \ Master of Urban and Regional Planning, University of Arts, Tehran

Abstract:

The development of voluntary and humanitarian activities with the aim of promoting public welfare and well-being in recent years has been pursued by non-governmental organizations and government agencies in charge of welfare and social security around the world. In our country, such activities have become widespread in institutions such as Astan Quds Razavi, associations and charitable groups, and some government and public agencies such as the Basij and municipalities. Since the establishment of a time bank system is very important according to the goals and tasks of the Organization, utilizing the existing experiences regarding volunteer activities in various fields can provide useful lessons in this regard to the research group and strategies. Determine the establishment of this system and the conditions for its realization. It should be noted that the activities of the time bank can not be considered exactly equivalent to volunteer work, because in exchange for the activities of people in the time bank, they are given time. This research is applied in terms of external goals and it uses explicit inductive qualitative content analysis as a research method.

In this study, using the opinions of volunteer activists and field observations, after re-reading the text of interviews and field notes, the analysis for concepts (coding process) was done in three levels of abstraction, and finally to the five main categories that explain Voluntary work experience gained: Internal drivers of volunteer work, external drivers of volunteer work, internal constraint structures, external constraint structures, effects and results of volunteer work. Finally, by presenting strategies and policies, an attempt was made to express how it is possible to use the experience of volunteering in the country in creating and developing a time bank project.

Keys word: time bank, volunteer activity, drivers

* این مقاله مستخرج از پروژه پژوهشی "بررسی آسیب شناسانه تجارب مشابه با ایده بانک زمان در کشور" انجام شده در مؤسسه مطالعاتی سپید می باشد.

۱- مقدمه و بیان مسئله

مقاله حاضر با هدف بررسی آسیب شناسانه تجارب مشابه با ایده بانک زمان کشور، تهیه شده است. در این مقاله پس از مروری بر بیان مسئله، به مرور مبانی نظری مرتبط با مفهوم بانک زمان پرداخته شده است و تجارب کار داوطلبانه معرفی شده‌اند. در گام بعد پس از مروری بر روش‌شناسی پژوهش، به سنجش و ارزیابی داده‌ها و در نهایت به پاسخ سؤالات پژوهش پرداخته شده است و در نهایت راهبردهایی در جهت ایجاد شرایط مناسب برای بهره‌مندی از تجربه کار داوطلبانه در کشور ارائه شده‌اند.

نکته مهم در این پژوهش توجه به این امر است که ایده بانک زمان، ایده‌ای در حال گسترش در کشورهای توسعه یافته است، به عنوان مثال در کشور انگلستان در حدود ۴۱ هزار نفر و ۵۵۰۰ سازمان درگیر فعالیت‌های مرتبط با بانک زمان هستند و تاکنون بالغ بر ۳/۱ میلیون ساعت اعتبار زمانی را تبادل کرده‌اند. داوطلبان می‌توانند «اعتبارات زمانی» خود را به محض این که به کمکی نیاز دارند، از بانک زمان برداشت کنند. زمان همه افراد ارزش برابری دارد و داوطلبان مشارکت کننده در بانک زمان علاوه بر اینکه در آن ارزش آفرینی می‌کند، بلکه به صورت متقابل نیز از منافع آن بهره‌مند می‌شوند (بانک زمان انگلستان، ۲۰۱۷)، اما در ایران تجربه بانک زمان وجود ندارد و به همین دلیل کار داوطلبانه هم‌ارز و برابر با بانک زمان در نظر گرفته شده است، دلایل توجه به این بخش از فعالیت‌ها در این پژوهش و همچنین نتایج مبتنی بر بهبود شرایط فعالیت داوطلبانه نیز عدم وجود تجربه بانک زمان در کشور ایران است.

اکثر مردم با این ادعا که «زمان پول است» یا «وقت طلاست» آشنا هستند، اما کم‌تر کسی زمان را به عنوان جایگزینی مناسب برای پول نقد می‌داند و کم‌تر کسی در واقع از آن استفاده کرده است، در حالی که در گذشته، به طور کلی زمان به صورت داوطلبانه یا به عنوان بخشی از درک پشتیبانی متقابل بین دوستان یا افراد معتمد اهدا می‌شد، این فناوری باعث شده است که بانکداری زمان به واقعیت تبدیل شود. عملکرد بانک زمان این‌گونه است که با دریافت هزینه زمان از افراد و پرداخت آن به سایر اعضا به آن‌ها کالا یا خدمات ارائه می‌نماید.

امروزه در بیشتر کشورهای جهان، مسائل اقتصادی و اجتماعی مربوط به سالمندان و افزایش هزینه‌های خدمات مربوط به این گروه به یک دغدغه فراگیر برای خانواده‌ها،

دولت و جامعه تبدیل شده است. طبق نتایج سرشماری عمومی نفوس و مسکن ایران، نسبت جمعیت ۶۰ سال و بیشتر از ۴/۳ درصد در سال ۱۳۷۵ به ۲۷/۷ درصد در سال ۱۳۸۵ رسیده است. پیش‌بینی می‌شود این نسبت تا سال ۲۰۵۰ به ۲۶ درصد برسد؛ بنابراین، کشور ما یک دوره بسیار فشرده از سالخوردگی جمعیت را پیشرو خواهد داشت.

چشم‌انداز امکانات رفاهی دولتی با توجه به احتیاج روزافزون جامعه به خدمات رفاهی و محدودیت فزاینده منابع مالی دولت در این زمینه، چندان روشن و امیدبخش نیست. در این خصوص باید اذعان کرد که در حال حاضر نیز، دولت به دلیل نیاز فزاینده جامعه به خدمات عمومی، کمبود منابع مالی، عدم انعطاف سازمانی، استفاده از بوروکراسی متمرکز و بهره‌وری پایین، در انجام تکالیف و فعالیت‌های ضروری خود در حوزه‌های رفاهی و حمایتی با مشکلات اساسی مواجه است. در نتیجه، پیر شدن ساختار جمعیتی کشور، اصلاح و تغییر در رویکرد و ساختار نظام رفاهی کشور را برای پاسخگویی به مسائل و بحران‌های این حوزه طلب می‌کند (یوسف‌وند، ۱۳۹۸).

با تحقیق صورت گرفته در سال ۲۰۱۴ در دانشگاه کوئینزلند استرالیا روی سه هزار شرکت کننده، مشخص شد که افراد بالای ۵۰ سال که فعالیت‌های اجتماعی دارند در بسیاری از فعالیت‌های ذهنی و تصمیم‌گیری‌هایشان مانند افراد جوان‌تر عمل می‌کنند. ایده بانک زمان این امکان را برای افراد فراهم می‌کند که در هر سن و در هر شرایطی بتوانند از توانایی‌های خود بهره‌برند. افراد در بانک زمان حتی می‌توانند فعالیت‌هایی نظیر خرید، آشپزی، نظافت منزل و حتی گپ زدن با افراد ناتوان را انجام دهند و زمان را برای خود سرمایه‌گذاری کرده تا در صورت نیاز خود به خدمات به برداشت از بانک زمان درخواست دهند.

بهره‌گیری از الگوی بانک زمان در کشورمان می‌تواند سبب افزایش مهارت‌های فردی، ایجاد فرصت‌های شغلی، شناسایی افراد توانمند برای انجام کارهای داوطلبانه، یادگیری مهارت‌های تجربی از افراد با تجربه، افزایش روابط سالمندان با سایر افراد جامعه، مدیریت زمان‌های تلف شده نیروی انسانی در سطح محله، شهر، استان و کشور، افزایش اهمیت زمان بین مردم، گسترش فضای بیشتر مدیریت شده جهت انجام کارهای داوطلبانه، انجام وظایف شهروندی با مدیریت بیشتر، افزایش اعتماد به نفس در بین افراد منزوی، کاهش افسردگی و افزایش رضایت از زندگی و در نهایت ساخت ایرانی بهتر، شود.

همیاری داشته باشند. با دادن چنین شانس‌هایی، به طور محسوس می‌توان کاهش سبک زندگی غیرسالم را مشاهده کرد (بانک زمان انگلستان، ۲۰۱۷).

یوسف‌وند (۱۳۹۸) برای توصیف بانک زمان، به تعریف بخش سوم می‌پردازد. بخش سوم، برجستگی برای توصیف بخشی است که از بخش‌های خصوصی و دولتی جدا بوده و دارای ماهیتی داوطلبانه و غیرانتفاعی است. بخش سوم، فاصله میان دولت و بازار را با تشکیلی مردمی پر می‌کند و اهدافی را که نه دولتی و نه انتفاعی است، دنبال می‌کند. بانک‌های زمان، شاخه‌ای مهم از خانواده بخش سوم هستند که چارچوبی جهت ارائه و دریافت خدمات در ازای زمان را فراهم می‌سازند (کان^۲، ۲۰۰۴). این سیستم بانکی، در واقع، شکل داوطلبانه‌ای از تبادل خدمات است که از واحدهای زمانی به عنوان ارز مبادله استفاده می‌کند. هر واحد زمانی معادل یک ساعت کار فرد تعیین شده و معمولاً به عنوان یک اعتبار زمانی شناخته می‌شود و منطق پایه این رویکرد بانکی بده - بستان و برابری است (بریترون و پلیک^۳، ۲۰۱۴). زمان هر فرد فارغ از اینکه چه نوع کمک یا خدمتی ارائه کرده است، به شکلی برابر ارزش‌گذاری می‌شود. به عبارتی، مقدار زمان صرف شده توسط اعضا و نه تخصص و مهارت آن‌ها، دارای ارزش و مبنای ارزیابی است (گریگوری^۴، ۲۰۱۴).

هدف اصلی این پژوهش بررسی تجربه و معنای تجربه کار داوطلبی (به عنوان الگوی مشابه بانک زمان) در کشور است. این پژوهش به دنبال پاسخ به این پرسش اصلی است که «تجربه کار داوطلبانه در کشور چگونه است و معنای آن چیست؟» و در خلال پاسخ به این پرسش اصلی به پرسش‌های فرعی زیر نیز پاسخ داده می‌شود:

- تجربه مردم از کار داوطلبانه چگونه است و معنی این تجربه برای آن‌ها چیست؟
- کار داوطلبانه در کشور در قالب چه فرایندها و ساختاری اتفاق می‌افتد؟
- چگونه می‌توان از تجربه کار داوطلبانه در کشور در شکل‌گیری و توسعه نظام بانک زمان بهره جست؟

۲- مبانی نظری و تجربی کار داوطلبانه

۲-۱- مفهوم بانک زمان

بانک زمان یک سازمان و یا پروژه محسوب نمی‌شود، بلکه مجموعه‌ای از ابزار برای رساندن جامعه به هدف خود است. این مجموعه با کار داوطلبانه متفاوت است چرا که می‌تواند فعالیت‌های سطح پایین و غیررسمی را در فضای تعامل متقابل شامل شود. چنانچه افراد تشویق و پشتیبانی شوند و فرصت کافی مهیا شود، تمامی افراد می‌خواهند و تمایل دارند که

جدول ۱. ویژگی‌های بانک زمان

گام‌های اصلی برای بکارگیری مشارکت افراد جهت برپایی یک نظام بانک زمان	مؤلفه‌های تشکیل دهنده بانکداری زمان
<ol style="list-style-type: none"> ۱. مشارکت دادن داوطلبان در اداره نظام مبتنی بانک زمان؛ ۲. تشریح چگونگی مشارکت و مداخله داوطلبان در اسناد و مصوبات؛ ۳. بازتاب کامل میزان مشارکت داوطلبان در گزارش‌های سالیانه؛ ۴. ترویج و تبلیغ مشارکت داوطلبان در نظم بانک زمان؛ ۵. ارزیابی، برنامه‌ریزی و اقدام برای بکارگیری مشارکت داوطلبان؛ ۶. بازخورد و ارزشیابی مستمر؛ ۷. ایجاد یک نظام تضمین و بهبود مستمر؛ ۸. ارتقا برابری و کاهش نابرابری در حوزه سلامت؛ ۹. پشتیبانی از مشارکت مؤثر و مستمر؛ ۱۰. حساس‌سازی از تأمین کنندگان زنجیره‌های خدمات (انجمن بانک زمان بریتانیا، ۲۰۱۴). 	<ul style="list-style-type: none"> • شکل داوطلبانه از تبادل خدمات و حمایت‌ها در میان افراد اجتماع؛ • استفاده از زمان به عنوان پول (و ابزار مبادله)؛ • برابری ارزش همه انواع خدمات؛ • یک ساعت کار کردن برابر با یک «اعتبار زمانی»؛ • اختیار فرد در تصمیم‌گیری در خصوص ارائه نوع خدمت؛ • اعطای حساب اعتباری به هر فرد و کنترل موجودی توسط کارگزار زمان؛ • محاسبه حساب اعتباری توسط یک نرم‌افزار کامپیوتری؛ • امکان تبادل خدمات میان همه اعضای بانک در یک اجتماع مشخص؛ • امکان اهدا اعتبارات زمان به افراد دیگر (بریترون و پلیک^۵، ۲۰۱۴)

۲- Cahn

۳- Bretherton and Pleace

۴- Gregory

۵- Bretherton and Pleace

۲-۱-۱- مزایای بانک زمان

بانک‌های زمان با تشویق مردم به تقسیم و تسهیم زمان برخی از این مزایا در جدول شماره ۲ آورده شده است و مهارت خود با اطرافیان و اجتماع آن‌ها، می‌توانند مزایای (یوسف‌وند، ۱۳۹۸).

جدول ۲. مزایای بانک زمان

مزیت	توضیحات
اقتصادی	- روشی کم هزینه و مناسب برای جلب مشارکت فعال و پایدار گروه‌های محروم و آسیب پذیر جامعه در حمایت از خود؛ - ایجاد ظرفیت برای اقشار آسیب پذیر با ابداع سیستم اعتبارات زمانی؛ - فراهم بودن امکان ذخیره منابع مالی با استفاده از اعتبارات زمانی و ماهیت دو طرفه فعالیت‌های بانکداری زمان؛ - کمک به اعضا برای کسب تجارب کاری تازه و ارتقای مهارت؛ - ایفای نقش مهم در کاهش هزینه‌های خدمات عمومی دولت با استفاده از ظرفیت خود مراقبتی اجتماع و حمایت متقابل اعضا.
بهداشتی و رفاهی	- دارای ظرفیت برای بهبود کیفیت زندگی و رفاه افراد جامعه به ویژه گروه‌های از کار افتاده و سالمند؛ - گسترش ارتباطات میان نسلی و درون نسلی، یادگیری و افزایش مهارت‌ها، دسترسی آسان به خدمات بهداشتی، کاهش بستری شدن، کمک به استقلال و خودکفایی بیشتر برای سالمندان و احساس تنهایی کمتر؛ - ایجاد احساس قدرت و اعتماد به نفس بیشتر و در نتیجه احساس شادی و رضایت بیشتری از زندگی با مشارکت افراد در این بانک‌ها.
اجتماعی	- روشی مؤثری برای آشنایی با افراد جدید، کاهش انزوای اجتماعی، افزایش مشارکت اجتماعی، تقویت شبکه‌های اجتماعی و در نهایت توسعه سرمایه اجتماعی؛ - امکان مشارکت همه مردم برای ارائه خدمات، حتی آن‌هایی که به عنوان قشر محروم و آسیب پذیر شناخته می‌شوند؛ - ایجاد اعتماد با استفاده از شیوه بده-بستان شیوه‌ای ساده و اساسی برای ایجاد اعتماد میان مردم.

۲-۲- فعالیت داوطلبانه

نابرابری در جامعه تلاش می‌کند، هنگامی که وضعیت بهتر مردم را در نتیجه کارهای خود مشاهده می‌کند لذت می‌برد و با آنانی که در مراکز اجتماعی-دینی با وقت یا مال خرد همکاری می‌کند، از اینکه گروهی به آرامش درونی دست می‌یابند لذت می‌برد (کشاورز ترک، ۱۳۹۱).

فرهنگ ایثار و فداکاری می‌تواند به توسعه فعالیت‌های بانک زمان کمک نماید چه آنکه فرد داوطلب و کمک کننده زمان خود را با انگیزه‌های الهی وقف دیگران کرده و در قبال آن چشم‌داشت مادی و زمانی ندارد. خانواده به عنوان اولین پایگاه شکل‌گیری به فرهنگ‌سازی در زمینه عزت و ایثار می‌پردازد و عوامل تأثیرگذار در این عرصه را شناسایی کرده و با تمام ظرفیت و توان برای هر کدام از آن‌ها برنامه‌ریزی نماید.

۲-۲-۱- نمونه‌هایی از فعالیت‌های داوطلبانه در کشور

فعالیت‌های داوطلبانه در جهان طیف گسترده‌ای را در بر می‌گیرند، اما کارهای داوطلبانه در ایران عموماً منحصر به کمک مالی به افراد بی‌بضاعت و مؤسسات خیریه می‌شود. بنیاد CAF سالانه مشارکت داوطلبانه در کشورهای مختلف را بررسی و رده‌بندی می‌کند. به همین منظور در این گزارش، امور داوطلبانه به سه بخش تقسیم می‌شود؛ صرف وقت در امور خیریه، پرداخت پول به مؤسسات خیریه، کمک به افراد ناشناس نیازمند. در ایران سازمان‌های وابسته و یا غیر وابسته متعددی به فعالیت داوطلبانه توجه دارند که شاخص‌ترین آن‌ها عبارتند از؛ سازمان بهزیستی، جمعیت هلال احمر، سازمان‌های مردم‌نهاد (سمن‌ها).

کار داوطلبانه در واقع فعالیتی خیرخواهانه در نظر گرفته می‌شود که تنها برای فرد یا سازمانی که کمکی به آن‌ها می‌شود سودرسانی نمی‌کند بلکه منافع معنوی برای فرد کمک کننده نیز به همراه دارد. در واقع فعالیت داوطلبانه یک سرمایه‌گذاری معنوی در جهت انسانیت و اخلاقیات است. بروز رفتارهای دیگرخواهانه و داوطلبانه در هر جامعه به عنوان یکی از مهم‌ترین و ملموس‌ترین نشانه‌های سرمایه اجتماعی قلمداد می‌شود. سرمایه اجتماعی کمک میکند افراد مشکل عمل جمعیشان را که یکی از عناصر اصلی رفتار اخلاقی است، حل کنند و اخلاقی‌تر عمل کرده و از سود خود به جهت خیر عمومی صرف نظر کنند (روشنفکر و ذکایی، ۱۳۸۵). در مجموع پنج گرایش داوطلبانه وجود دارد که عبارتند از:

- گرایش داوطلبانه ارزشی؛
 - گرایش داوطلبانه شهروندی؛
 - گرایش داوطلبانه دیگرخواهانه؛
 - گرایش داوطلبانه اعتراضی؛
 - گرایش داوطلبانه خاص‌گرا (روشنفکر و ذکایی، ۱۳۸۵).
- متغیرهای متنوعی بر تمایل به رفتار داوطلبانه اثر می‌گذارند که شاخص‌ترین آن‌ها عبارتند از: جنسیت، سن، نحوه سکونت (مستقل یا وابسته). عوامل متعددی سبب می‌شوند که افراد جذب فعالیت‌های داوطلبانه شوند و این روند را ادامه دهند، از جمله این عوامل می‌توان به ایجاد آرامش درونی در افراد اشاره کرد. به عنوان مثال شخصی که برای رفع تبعیض و

نوع فعالیت‌های صورت گرفته در این سازمان‌ها عبارتند از؛ فعالیت‌های همگانی، امدادی، خیریه‌ها، محیط زیستی، مرتبط با حیوانات، آموزشی و ...

بررسی سازمان‌ها، گروه‌ها و انجمن‌های پذیرای کار داوطلبانه در حوزه‌های مختلف، فرهنگی، مذهبی، اجتماعی و بهداشتی نشان می‌دهد مشارکت فعال داوطلبان به خصوص جوانان و افراد با مهارت ضامن موفقیت و تأثیرگذاری آن‌ها است. وجود حس دیگرخواهی و حمایت از افراد نیازمند با ارائه مجموعه مختلفی از خدمات داوطلبانه می‌تواند رشد سرمایه اجتماعی را با خود در دراز مدت به همراه داشته باشد. به

بیان دیگر فعالیت‌های داوطلبانه را می‌توان امور برد برد تلقی کرد که در آن فرد نیازمند خدمات با بهره‌مندی از خدمات دریافت شده می‌تواند به بخشی از نیازها مشکلات خود پاسخ داده و در عین حال داوطلب مشارکت کننده نیز از رشد و تعالی و اثرات مثبت آن برخوردار می‌شود. به طور کلی لازمه گسترش و پیشرفت فعالیت‌های داوطلبانه ایجاد یک ساز و کار همیارانه کارآمد میان دولت و سازمان‌های مردم‌نهاد است تا از این طریق اهمیت و ضرورت کار داوطلبانه و خیررسانی عمومی برای جامعه بیش از گذشته روشن شود.

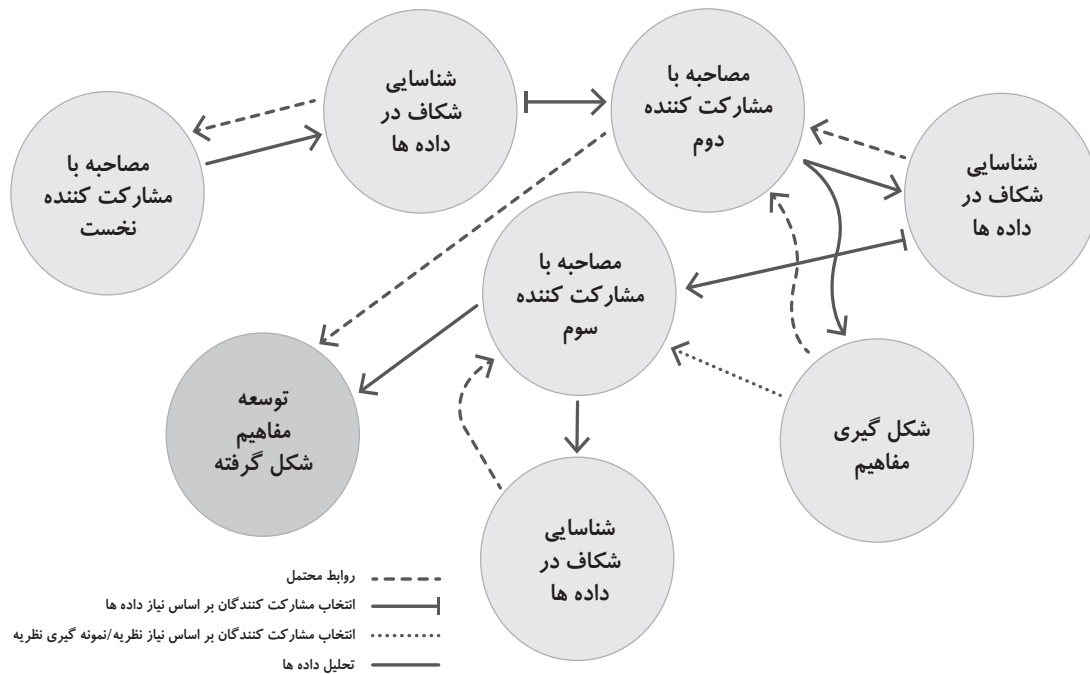
جدول ۳. نمونه فعالیت‌های داوطلبانه موجود در کشور

نوع فعالیت	توضیحات و نمونه
فعالیت‌های داوطلبانه در امور خیریه	- گروه‌های هدف: افراد نیازمند - زمینه فعالیت‌ها: سالمندان و معلولان، بیماران خاص، کودکان کار، کودکان پرورشگاهی، زنان سرپرست خانوار. - نمونه: موسسه خیریه محک (حمایت از کودکان سرطانی)، موسسه خیریه رعد و موسسه خیریه مهرآفرین.
فعالیت‌های داوطلبانه در امور مذهبی و فرهنگی	- تأثیرگذارترین نمونه فعالیت: خادمان اماکن متبرکه - نمونه: خادمین بارگاه امام رضا (ع) در دو دسته: • رسمی؛ به صورت موروثی (به دلیل کثرت متقاضی خدمت موروثی کمتر شده است). • افتخاری و تشریفی؛ (سامانه خادمان رضوی، ۱۳۹۹).
فعالیت‌های داوطلبانه در امور اجتماعی	- زمینه فعالیت: بهبود شرایط اجتماعی - گروه هدف: افراد در معرض آسیب‌های اجتماعی - نمونه: جمعیت مستقل امداد دانشجویی - مردمی امام علی (ع) به عنوان یکی از سازمان‌های فعال در زمینه کاهش معضلات اجتماعی در سطح بین‌المللی (جمعیت امداد دانشجویی امام علی (ع)، ۱۳۹۹).

۳- روش‌شناسی

این پژوهش در دسته پارادایم تفسیرگرایی قرار می‌گیرد و از جنبه اهداف بیرونی کاربردی است و در آن از تحلیل محتوا کیفی استقرایی آشکار به عنوان شیوه پژوهش و به منظور تفسیر داده‌های متنی از طریق فرایند نظام‌مند گذراری و تعیین مفاهیم استفاده شده است. در این شیوه، مفاهیم تا سه سطح انتزاع (مقوله‌های مفهومی) تحلیل می‌شوند. در مرحله گردآوری داده‌ها تعداد ۲۲ مصاحبه بدون ساختار عمیق با معیار داشتن تجربه فعالیت‌های داوطلبانه از میان اعضا و داوطلبان انجمن‌ها، نهادها و سمن‌هایی که در کارهای داوطلبانه فعال هستند (نهادهایی نظیر خادمایاری حضرت امام رضا (ع)، حضرت معصومه (س) و مسجد جمکران، جمعیت دانشجویی امام علی (ع)، خانه عماد، انجمن کودکان کار، خیریه کهپریرک، خانه‌ای بی، خیریه مهرآفرین، انجمن سالمندی کشور، اردوهای جهادی بسیج و ...) انجام شده است. مصاحبه‌های انجام شده در بازه زمانی اسفندماه

۱۳۹۸ تا شهریور ماه ۱۳۹۹ انجام پذیرفته‌اند. در مجموع زمان مصاحبه‌ها ۹۷۵ دقیقه و زمان هر مصاحبه بین ۱۵ تا ۱۲۰ دقیقه (مربوط به مصاحبه گروهی) متغیر و میانگین زمانی آن‌ها حدود ۴۵ دقیقه بوده است. در فرایند پژوهش و مصاحبه‌ها با رسیدن به درک تعاملی بودن مفهوم مورد بررسی، به این معنا که برخی از مفاهیم در حوزه تجارب موجود در حوزه «بانک زمان» در تعامل میان گروه پژوهش و دست‌اندرکاران و مجریان شکل گرفته و تنها از طریق بررسی ذهنیت و ادراک مشارکت‌کنندگان پژوهش قابل دست‌یابی نیستند، تهیه یادداشت‌های میدانی از مشاهدات مستقیم حضور در متن تجارب مشابه در دست انجام نیز در عین حال به شیوه‌های جمع‌آوری اطلاعات اضافه شده‌اند. یافته‌های حاصل از مشاهده‌ها نیز همانند مصاحبه‌ها گذراری و وارد مرحله تحلیل شده‌اند. در این پژوهش در بخش مدیریت داده‌ها از نرم‌افزار اطلس تی-۷ استفاده شده است.



شکل ۱. فرایند انتخاب مشارکت‌کنندگان

بیشتر مقایسه و پرسش از داده‌ها^۷ است که از طریق سه مرحله گذرایی صورت می‌گیرد. در تمامی این مراحل از یادداشت‌های تحلیلی^۸ و ترسیم نمودار نیز استفاده شده است:

۱-۳- تحلیل داده‌ها

در تحلیل داده‌های کیفی به طور کلی، شیوه‌های تحلیلی به‌کار گرفته می‌شود، این شیوه‌ها به نوعی توانمندی‌های ذهنی پژوهشگران هستند. شیوه تحلیل داده‌ها در این پژوهش

جدول ۴. مراحل تحلیل داده‌ها

مرحله	توضیحات
نخست- پرسش از داده‌ها	<ul style="list-style-type: none"> - چه چیزهایی باعث می‌شود کارهای داوطلبانه تداوم پیدا کند و به یک جریان پایدار تبدیل شود؟ - ساختارهای محدودکننده محیط درونی و بیرونی در فرایند کارهای داوطلبانه کدامند؟ - پیشران‌های اصلی در کارهای داوطلبانه کدامند؟ - نحوه تأثیرگذاری آموزش در فرایند کارهای داوطلبانه چگونه است؟ - ...
دوم- مقایسه	<ul style="list-style-type: none"> - تقسیم داده‌ها به بخش‌های قابل مدیریت؛ - مقایسه این بخش‌ها از نظر شباهت‌ها و تفاوت‌هایشان. - مزایای مقایسه: کمک به محقق برای کاهش داده‌ها به مفاهیم و توسعه مفاهیم در چارچوب ویژگی‌ها و ابعادشان، ایجاد تمایز میان یک مفهوم با دیگر مفاهیم، کمک به محقق برای دوری از تعصبات.
گذرایی باز	<ul style="list-style-type: none"> - فرایندی تحلیلی برای شناسایی مفاهیم و ویژگی‌ها و ابعاد آن‌ها در داده‌ها (استراوس و کربین، ۱۳۹۰، ۱۲۳). گام‌های گذرایی در پژوهش حاضر: ۱. پیاده کردن مصاحبه‌ها؛ ۲. استفاده از دو شیوه گذرایی باز: تحلیل خرد (خط به خط) داده‌ها در کنار تحلیل پاراگراف؛ ۳. استفاده از شیوه‌های تحلیل مقایسه مداوم و پرسش از داده برای تفسیر داده‌ها و استخراج معنا؛ ۴. استفاده از دو روش برای نام‌گذاری مفاهیم: بهره‌گیری از برجسب‌های پیشنهادی پژوهشگر ضمن وفاداری کامل به متن و استفاده از اصطلاحات به کار گرفته شده توسط مشارکت‌کنندگان در مصاحبه (گذرایی زنده)؛ ۵. مقایسه مفاهیم و طبقه‌بندی مفاهیم پس از استخراج آن‌ها؛ ۶. تکرار فرایند از آغاز به منظور مفهومی‌تر و انتزاعی‌تر شدن گدها و مقوله‌ها.

۷- Asking question

۸- Memos

برنامه دهم توسعه ترکیه چشم‌انداز بلندمدت و اهداف فرایند‌گذاری تا سه سطح انتزاع یعنی مفاهیم سطح پایین‌تر (گُد)، مقوله‌ها و مقوله‌های اصلی صورت گرفته است. جدول زیر بخشی از فرایند‌گذاری باز را شامل تعیین مفاهیم سطح یک (گُد‌ها) و مفاهیم سطح دوم (مقوله‌ها) و مفاهیم سطح سوم (مقوله‌های اصلی) نشان می‌دهد. پیش‌تر اشاره

شد در این پژوهش از نرم‌افزار اطلس تی ۷ در فرایند مدیریت و تحلیل داده‌ها استفاده شده و سعی شده است از مزیت‌های تحلیل به شیوه دستی نیز، در کنار نرم‌افزار بهره گرفته شود. از این روی هم‌زمان با گُدگذاری داده‌ها در نرم‌افزار این کار به شکل دستی نیز صورت گرفته است. در ادامه نمونه‌ای از فرایند شناسایی مفاهیم و طبقه‌بندی آن‌ها ارائه شده است:

کادرنوشت ۱- نمونه‌ای از فرایند شناسایی مفاهیم و طبقه‌بندی آن‌ها

واحد‌های معنا	مفاهیم سطح نخست (گُد)	مفاهیم سطح دوم (مقوله)	مفاهیم سطح سوم (مقوله اصلی)
... یعنی احساس کردم که به وظیفه‌ای دارم یا به عنایتی بهم شده که حالا باید نگرش دارم...	احساس مسئولیت‌پذیری در چارچوب کار داوطلبانه	تعهد و مسئولیت‌پذیری	پیشران‌های درونی کار داوطلبانه
انگیزم بیشتر مسائل معنوی بود که حالا حس خوبی دارم هر کی حالا به علاقه‌ای به حضرت داشته باشم بتونه توی بارگاه شون خدمت بکنه.	برتری انگیزه‌های معنوی و غیرمادی	انگیزه‌های معنوی	

پس از گُدگذاری اولیه متن مصاحبه‌ها، در گام نخست ۴۳۱ گُد اولیه شناسایی شده است. در مرحله دوم و با پالایش مفاهیم اولیه تعداد این مفاهیم به ۲۶۰ گُد یا مفهوم سطح نخست تقلیل یافته است که از این میان با بازبینی نهایی مفاهیم اولیه و حذف مفاهیم غیر مرتبط و ادغام مفاهیم مشابه، حدود ۱۱۹ مفهوم سطح نخست به دست آمده است. در ادامه روند تحلیل، این مفاهیم در قالب ۵ مفهوم سطح سوم (مقوله‌های اصلی) و ۲۳ مفهوم سطح دوم (مقوله‌ها) دسته‌بندی شده‌اند. نتایج بیانگر پنج مقوله اصلی پیشران‌های درونی کار داوطلبانه، پیشران‌های بیرونی کار داوطلبانه، ساختارهای محدود کننده درونی، ساختارهای محدود کننده بیرونی و آثار و نتایج کار داوطلبانه است.

داوطلبانه، ساختارهای محدود کننده درونی، ساختارهای محدود کننده بیرونی، آثار و نتایج کار داوطلبانه طبقه بندی شده است.

جدول ۵. تجربه و معنای تجربه کار داوطلبانه در ایران

سطح سوم: مقوله‌های اصلی	سطح دوم: مقوله‌ها
پیشران‌های درونی کار داوطلبانه	تعهد و مسئولیت‌پذیری
	رفتار حرفه‌ای
	انگیزه‌های معنوی
	انگیزه‌های انسان دوستانه
	لذت تجربه / انگیزه‌های شخصی
	تداوم و پیوستگی
	آمادگی ذهنی و روحی
	توانایی و مهارت
	مدیریت صحیح و مناسب
پیشران‌های بیرونی کار داوطلبانه آموزش و آگاهی‌رسانی	آموزش و آگاهی‌رسانی
	تبلیغات و فعالیت رسانه‌ای
	حمایت‌های بیرونی
	تعاملات بین‌المللی در کارهای داوطلبانه
ساختارهای محدود کننده درونی	ظرفیت نهادهای مردمی
	مدیریت ناکارآمد
ساختارهای محدود کننده بیرونی	سایه زندگی شخصی بر کار داوطلبانه
	ساختار قانونی محدودکننده
	سایه دولت بر کارهای داوطلبانه
آثار و نتایج کار داوطلبانه	مصائب نهادهای مردمی
	منزلت و همبستگی اجتماعی
	رضایت و آرامش فردی
	شبکه‌های دوستی و روابط صمیمانه
	مواجهه با رنج و اندوه

۴- نتیجه‌گیری و ارائه راهکارها

یکی از وظایف حرفه‌ای پژوهش‌گران پاسخ به سؤالات مطرح شده در ابتدای هر پژوهش است. در همین راستا در این بخش تلاش می‌شود به چهار پرسش طرح شده در ابتدای مقاله پاسخ گفته شود.

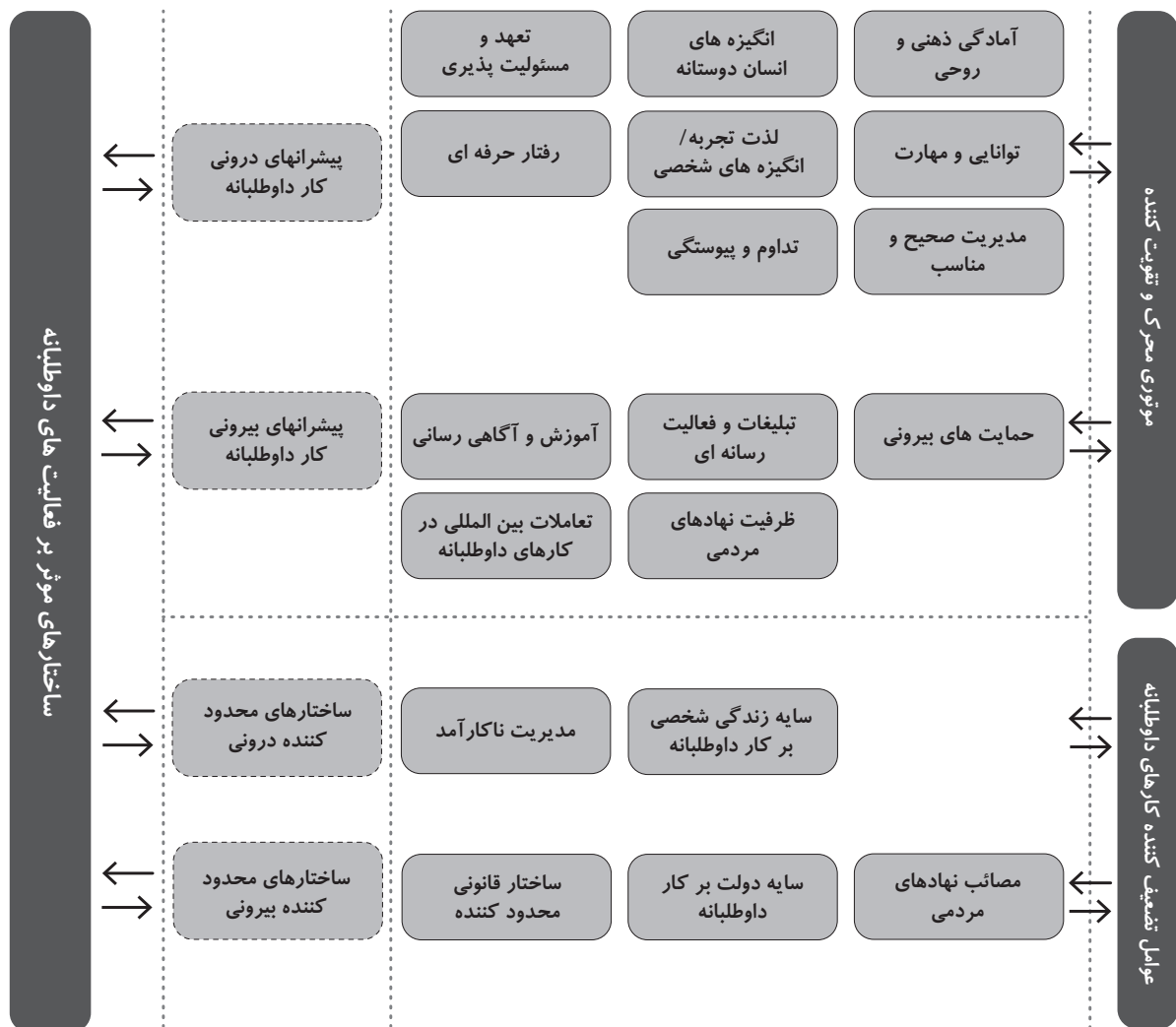
۴-۱- پرسش یکم: تجربه کار داوطلبانه در کشور چگونه است و معنای آن چیست؟

این پرسش متناظر با شناخت مفاهیم و یافته‌ها است. این‌که مشارکت‌کنندگان پژوهش کار داوطلبانه را در کشورمان چگونه تجربه می‌کنند و معنای این تجربه چیست. تحلیل انجام شده برای مفاهیم، پاسخگوی پرسش پیش رو است. مفاهیم اصلی در حوزه تجربه کار داوطلبانه در کشور در قالب ۵ مفهوم انتزاعی پیشران‌های درونی کار داوطلبانه، پیشران‌های بیرونی کار

۲-۴- پرسش دوم؛ فعالیت‌های داوطلبانه در ایران در چه ساختاری اتفاق می‌افتد؟

عوامل و نیروهای متعددی بر فعالیت‌های داوطلبانه در ایران اثرگذار هستند. برخی از این عوامل همواره به مثابه موتور محرک و تقویت کننده این نوع فعالیت‌ها هستند که در این پژوهش با عنوان پیشران‌های درونی و بیرونی فعالیت‌های داوطلبانه معرفی شده‌اند و برخی دیگر از این عوامل همواره مخل فعالیت‌های داوطلبانه هستند که از آن‌ها به عنوان محدودیت‌های درونی و بیرونی فعالیت‌های

داوطلبانه یاد شده است. لازم به ذکر است که هر کدام از این عوامل در بستری از مفاهیم معنی پیدا می‌کنند که در واقع این مفاهیم مشخص کننده ساختاری است که فعالیت‌های داوطلبانه در ایران در آن اتفاق می‌افتند. به نظر می‌رسد که تقویت این ساختار در گرو تقویت پیشران‌های درونی و بیرونی و غلبه بر ساختارهای محدود کننده بیرونی و درونی، خواهد بود. به منظور درک بیشتر ساختارهای مذکور، در ادامه نموداری در ارتباط با ساختار مفهومی فعالیت‌های داوطلبانه در ایران ارائه شده است.



شکل ۲. چارچوب مفهومی ساختار تبیین‌کننده فعالیت‌های داوطلبانه در ایران

۳-۴- پرسش سوم؛ کار داوطلبانه در ایران در قالب چه فرایندی اتفاق می‌افتد؟ و فرایند کار داوطلبانه در ساختار کنونی منجر به چه پیامدهایی می‌شود؟

سنت دستگیری از نیازمندان و کمک به محرومان قرن هاست که در فرهنگ‌های مختلف رواج داشته و هر کدام به‌گونه‌ای متفاوت ظاهر شده است؛ اما دنیای امروز

دنیای پیچیده‌ای است و به مشکل فوق‌ظهور انواع گوناگون بیماری‌ها، آلودگی‌ها و تخریب‌های گسترده زیست‌محیطی و شکاف‌های عمیق اقتصادی میان کشورهای شمال و جنوب افزوده شده است. در چنین فضایی است که مردمان جهان فارغ از سیاست‌های به کار گرفته شده از سوی دولتمردان دست به کار شده و دست به کار اصلاح و تغییر زده‌اند.

اگرچه فعالیت‌های داوطلبانه در کشور ما از اهمیت بالایی برخوردار است و سازمان‌های مردم‌نهاد قدرتمندی هم در این حوزه شکل گرفته‌اند ولی تاکنون نتوانسته‌ایم جایگاه روشن و با ثباتی در این حوزه به دست آوریم. شاید بتوان یکی از عوامل اصلی این ناکامی را عدم حمایت دولت و جریان‌های سیاسی از سازمان‌های مردم‌نهاد به عنوان گروه‌های مستقل در کشور دانست. از طرف دیگر در کشور ما برای بسیاری از افراد، کار داوطلبانه به شکل صدقه یا کارهای خیریه تعریف می‌شود و از ساختار و فرآیند مشخصی پیروی نمی‌کنند. آن‌ها مسئولیت اجتماعی را در قالبی شخصی نگریسته یا با حضور در جمع‌های خیریه تلاش می‌کنند مشکلات را برطرف کنند. در واقع داوطلبان عموماً قائل به ساختار نیستند، اغلب آن‌ها مایل هستند کارها را به شکل سنتی انجام دهند. این امر موجب شده است ما به شکل ساختاری به مسائل و مشکلات نپردازیم و تنها در مواقع بحران یا در مناسبت‌ها، حرکتی نمادین را انجام دهیم.

۴-۴- پرسش چهارم؛ چگونه می‌توان از تجربه کار داوطلبانه در کشور در ایجاد و توسعه پروژه بانک زمان بهره‌جست؟

پاسخ به پرسش فوق راهبردها و سیاست‌های ایجاد و توسعه پروژه بانک زمان را تعریف می‌کند:

راهبرد ۱- به‌کارگیری اخلاق حرفه‌ای و مسئولیت‌پذیری در اداره و پیشبرد کارهای داوطلبانه؛

سیاست ۱-۱: تدوین مقررات، آئین‌نامه‌ها و الزامات رفتار حرفه‌ای

سیاست ۱-۲: لزوم همکاری با داوطلبان قانون‌مند، مسئولیت‌پذیر و پرتلاش

سیاست ۱-۳: واگذاری مسئولیت و فعالیت‌های داوطلبانه متناسب با علائق، توانایی و مهارت‌های افراد داوطلب

سیاست ۱-۴: نظارت و پایش مستمر عملکرد داوطلبان

راهبرد ۲- پاسداشت انگیزه‌های معنوی و غیرمادی داوطلبان؛

سیاست ۲-۱: حمایت از انگیزه‌های صرفاً معنوی افراد در انجام کارهای داوطلبانه

سیاست ۲-۲: عدم ارائه پیشنهادها و مادی به داوطلبان با انگیزه‌های صرفاً معنوی

سیاست ۲-۳: پشتیبانی از باورهای مذهبی و دغدغه‌های خداجویانه در فعالیت‌های داوطلبانه با بسط معارف معنوی والهی

راهبرد ۳- پاسداشت انگیزه‌های انسان دوستانه و شخصی داوطلبان؛

سیاست ۳-۱: پشتیبانی از افراد در گروه‌های سنی مختلف برای انجام کارهای داوطلبانه

سیاست ۳-۲: پیش‌بینی بستر مناسب برای انجام و تجربه کارهای داوطلبانه برای افراد مختلف

سیاست ۳-۳: بهره‌برداری از دل‌بستگی و علاقه افراد به کار داوطلبانه برای کمک به اقشار آسیب‌پذیر و نیازمند کمک

سیاست ۳-۴: به اشتراک گذاشتن لذت و تأثیرات مثبت ناشی از کارهای داوطلبانه برای عموم

راهبرد ۴- توجه به تداوم و پیوستگی در کارهای داوطلبانه؛

سیاست ۴-۱: نظارت دائم و پایش مستمر داوطلبان

سیاست ۴-۲: نظارت و ارزیابی فرایندها و روش‌های انجام کارهای داوطلبانه

سیاست ۴-۳: استمرار و پیوستگی در انجام کارهای داوطلبانه

سیاست ۴-۴: تلاش مستمر برای فرهنگ‌سازی، ترویج و توسعه کارهای داوطلبانه در جامعه

راهبرد ۵- ارزیابی مستمر شرایط روحی، توانایی و مهارت افراد داوطلب

سیاست ۵-۱: بررسی و ارزیابی مداوم شرایط روحی و سلامت روان افراد داوطلب

سیاست ۵-۲: تأمین آسایش فکری و روحی افراد داوطلب

سیاست ۵-۳: تطابق فعالیت داوطلبانه با مهارت‌های افراد

سیاست ۵-۴: بررسی و ارزیابی توان جسمی افراد داوطلب

راهبرد ۶- مدیریت صحیح و کارآمد فعالیت‌های داوطلبانه؛

سیاست ۶-۱: بازنگری در فرایندها و ساختارهای مدیریتی کارهای داوطلبانه با هدف شفافیت و چابکی

سیاست ۶-۲: برپایی بانک اطلاعاتی برای کارآمدی ارائه خدمات داوطلبانه

سیاست ۶-۳: استفاده از مشارکت نهادهای مختلف برای شناسایی افراد نیازمند خدمات داوطلبانه

سیاست ۶-۴: استفاده از ابزار نوآورانه برای مدیریت فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۶-۵: بهره‌گیری از فرایند سلسله‌مراتبی و ساختار نظام‌مند در فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۶-۶: تسهیل شرایط جذب نیروهای انسانی متخصص داوطلب

سیاست ۶-۷: مستندسازی تجارب کار داوطلبانه

راهبرد ۷- آموزش و آگاه‌سازی نیروهای داوطلب

سیاست ۷-۱: آگاه‌سازی داوطلبان در خصوص فرایند انجام کار

سیاست ۷-۲: آموزش افراد پیش از آغاز فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۷-۳: استمرار آموزش و یادگیری مهارت‌های حرفه‌ای در فرایند انجام کار داوطلبانه

راهبرد ۸- بهره‌گیری از ظرفیت‌های رسانه‌ای برای توسعه فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۸-۱: جذب داوطلبان و گسترش فعالیت‌های داوطلبانه با کمک تبلیغات رسانه‌ای

سیاست ۸-۲: استفاده از قدرت رسانه‌ها برای شناساندن ابعاد مختلف کارهای داوطلبانه به مردم

سیاست ۸-۳: بهره‌گیری از ظرفیت‌ها رسانه‌ای برای جلب حمایت و پشتیبانی از کارهای داوطلبانه

راهبرد ۹- برقراری تعاملات بین‌المللی با منظور ارتقا سطح فعالیت‌های داوطلبانه؛

سیاست ۹-۱: استفاده از ظرفیت همکاری‌های بین‌المللی و کارآمدی سازمان‌های مردم‌نهاد خارجی فعال در کارهای داوطلبانه

سیاست ۹-۲: توسعه کارهای داوطلبانه به خارج از کشور

سیاست ۹-۳: بکارگیری مشارکت داوطلبان خارج از کشور

سیاست ۹-۴: معرفی فعالیت‌های داوطلبانه در مجامع بین‌المللی

سیاست ۹-۵: بهره‌مندی از تجارب فعالیت‌های داوطلبانه موفق سایر کشورها در ایران

راهبرد ۱۰- ساماندهی و توسعه فعالیت‌های داوطلبانه در چارچوب سازمان‌های مردم‌نهاد؛

سیاست ۱۰-۱: ایجاد سازوکار ساماندهی فعالیت‌های داوطلبانه در قالب سازمان‌های مردم‌نهاد

سیاست ۱۰-۲: تقویت سازمان‌های مردم‌نهاد با فعالیت‌های داوطلبانه به عنوان واسطه بین دولت و اقشار مختلف مردم

سیاست ۱۰-۳: اعتمادسازی و ارتقای روابط سازمان‌های مردم‌نهاد با دستگاه‌های دولتی و حاکمیتی

سیاست ۱۰-۴: استقلال سازمان‌های مردم‌نهاد در فعالیت‌های داوطلبانه از کانون‌های قدرت

راهبرد ۱۱- ارتباط سازنده کار داوطلبانه با زندگی شخصی افراد داوطلب

سیاست ۱۱-۱: پرهیز از تداخل کارهای داوطلبانه با زندگی شخصی افراد

سیاست ۱۱-۲: تعادل بخشی میان کار داوطلبانه و اولویت‌های شخصی افراد

سیاست ۱۱-۳: به اشتراک گذاشتن تجربیات افراد از تأثیرپذیری زندگی شخصی از فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۱۱-۴: تشویق به فعالیت داوطلبانه افراد داوطلب بر مبنای تجارب پیشین شخصی

راهبرد ۱۲- تبیین روشن جایگاه فعالیت‌های داوطلبانه در نظام حقوقی و قانونی کشور؛

سیاست ۱۲-۱: وضع قوانین و مقررات پشتیبان و کارآمد برای پاداش و توسعه فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۱۲-۲: حذف قوانین و مقررات دست و پاگیر (مقررات زدایی) در فعالیت‌های داوطلبانه

راهبرد ۱۳- حمایت و پشتیبانی دولت از فعالیت‌های داوطلبانه؛

سیاست ۱۳-۱: از میان برداشتن محدودیت‌های دولتی برای فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۱۳-۲: پشتیبانی جدی دولت از سازمان‌های مردم‌نهاد و فعالیت‌های داوطلبانه به عنوان تسهیل‌کنندگان نقش و وظایف دولت در امور مختلف

راهبرد ۱۴- گسترش شبکه روابط اجتماعی و انسانی در نتیجه فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۱۴-۱: مراقبت از شکل‌گیری روابط پایدار انسانی ناشی از فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۱۴-۲: گسترش روابط انسان دوستانه میان داوطلبان و کمک‌گیرندگان در فعالیت‌های داوطلبانه

سیاست ۱۴-۳: جذب افراد علاقمند به فعالیت‌های داوطلبانه در خلال روابط انسانی و دوستانه ایجاد شده

منابع

۱. ذکایی، محمد سعید؛ روشنفکر، پیام (۱۳۸۴). رابطه سرمایه اجتماعی و کیفیت زندگی در محلات شهری. فصلنامه علوم اجتماعی. ۱۲(۳۲). ۱-۳۷.
 ۲. سامانه جمعیت امداد دانشجویی امام علی (ع) (۱۳۹۹). بازیابی در تاریخ ۱۵ تیر ۱۳۹۹، از <https://sosapoverty.org>
 ۳. سامانه خادمیاران رضوی (۱۳۹۹). بازیابی در تاریخ ۹ تیر ۱۳۹۹، از <https://khademyar.razavi.ir>
 ۴. عبدالهیان، سعید (۱۳۹۸). بازیابی در تاریخ ۲۰ خرداد ۱۳۹۹، <https://iranvolunteering.ir>.
 ۵. مهرآفرین (۱۳۹۹). بازیابی در تاریخ ۱۰ تیر ۱۳۹۹، از <http://mehrafarinorg.ir>
 ۶. نخجوانی، محمدحسن (۱۳۹۷). بازیابی در تاریخ ۸ تیر ۱۳۹۹، <https://www.alef.ir/news/3970416155.ht>.
 ۷. یوسفوند، سامان (۱۳۹۸). الگوی خدمات اجتماعی «بانک زمان»؛ ظرفیت‌ها و پیش‌زمینه‌های اجرای آن در ایران. تهران: دفتر مطالعات اجتماعی، مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی.
8. Bretherton, J. and Pleace, N. (2014). An Evaluation of the Broadway Skills Exchange Time Bank. York: Centre for Housing Policy, University of York.
 9. Cahn, E. (2004) No More Throw-away People: The Co-Production Imperative (2nd edition). Washington DC: Essential Books.
 10. Gregory, L. (2014). 'Resilience or Resistance? Time Banking in the Age of Austerity'. Journal of Contemporary European Studies, 22(2).
 11. TimeBanking Uk (2017). Patient and public participation in commissioning health and care: Statutory guidance for clinical commissioning groups, retrieved from: <https://www.timebanking.org/wordpress/wp-content/uploads/2014/09/ppp-guidance.pdf>
 12. TimeBanking Uk (2017). TIMEBANKING - A PROSPECTUS, retrieved from: <https://www.timebanking.org/wordpress/wp-content/uploads/2014/09/Prospectus-May-2017.pdf>