

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

تقدیم به
خانواده‌های سرزمین پرشکوهم؛
ایران

خودآموز فرآموز آداب معاشرت اجتماعی

کتاب کار با کودکان ۱۰ تا ۱۳ سال

مؤلفان:

دکتر سیامک طهماسبی

سکینه پورطالب

مریم ایوبی‌راد

فاطمه نورشرق

مهدی امیری

فاطمه مرادی

به سفارش اداره کل سلامت شهرداری تهران

با تشکر از آزاده نوروزیان، سمیه منصوریان، اعظم آبنیکی و فرهاد نصیری

ویرایش متن: زینت احمدی

صفحه‌آرایی: زانیار بابکری

طراحی جلد: ابوالفضل قهرمانی

انتشار این کتاب در نشست شماره ۳۰ مورخ ۱۴۰۰/۵/۲۶
شورای چاپ و نشر شهرداری تهران به تصویب رسیده است.



فهرست

۶	مقدمه
۱۰	سخنی با والدین
۱۴	بازی‌ها
۱۵	امانت‌داری رو بلدی؟
۱۹	موزه‌ی من
۲۱	چی بره کجا؟
۲۲	بیا نقاشی کنیم
۲۴	همبازی
۲۶	داستان‌ها
۲۷	همنشین بدنام
۳۱	سفر به زابل
۳۴	بهترین الگوی ادب
۳۶	سنگ‌پشت پرحرف
۴۱	ننه نبات
۴۵	تیله‌های کودکی بابا
۴۸	تقاشی‌ها
۴۹	من تنها و من با دوستانم
۵۱	چه کارهایی بلدی انجام بدی؟
۵۲	کی چی دوست داره؟
۵۳	دوستت رو یاری کن
۵۴	پویانمایی‌ها
۵۵	فرار از سیاره زمین
۵۷	تقلاکردن
۵۹	آنا و سلطان
۶۱	هشتگ خاله سوسکه
۶۳	پدر آن دیگری
۶۶	بازی‌های دیجیتال
۶۷	شهر شلوغ
۶۹	آمیرزا
۷۲	دعا و نیایش
۷۴	منابع

مقدمه

امروزه علی‌رغم گسترش روزافزون علم و تکنولوژی، فرضیه‌ی آسانتر شدن تربیت کودک در سایه‌ی این پیشرفت‌ها، رنگ باخته است و در هجوم داده‌های متنی، صوتی و تصویری و همه‌گیری شبکه‌های مجازی، آنچه سهل‌الوصولتر از قبل شد، آسیب‌های اجتماعی و اختلالات روانی متعدد بود و نه تربیت کودک سالم، شاد و بهنجار.

در این دهکده‌ی آنلاین جهانی، والدین در مسیر پروراندن کودک خود، تنها تر از همیشه هستند. دیگر نه آن ارتباطات خویشاوندی و انتقال تجربیات به‌خوبی اتفاق می‌افتد و نه زمین‌های بازی و محله‌ها به‌قدری وجود دارند که فرزندان را برای زندگی آینده یاری دهند. همه‌ی آنچه روزی گمان می‌رفت که برای تسهیل زندگی آمده است، اکنون در مقابل کانون خانواده قرار دارد و عمداً یا سهواً در حال تضعیف این نهاد مهم اجتماعی است؛ از تلویزیون گرفته تا اینستاگرام؛ از اخبار جعلی تا نوشتارهای نامعتبر.

قاعدتاً در این شرایط، کارایی خانواده در تربیت کودکان به‌تدریج کاهش یافته و رسانه این نقش حیاتی را به دست می‌گیرد؛ رسانه‌ای افسارگسیخته، بدون نظارت و از همه مهم‌تر، بدون رقیب. حال ما از سویی درگیر مشغله‌های مجازی خودمان هستیم، از سوی دیگر آسیب‌های اجتماعی فوران کرده‌اند و کودکان بیشتر از هر زمان آماج این تهدیدات هستند.

مبرهن است که هر جامعه‌ای، چنانچه از خانواده‌هایی سالم برخوردار نباشد، نمی‌تواند ادعای سلامت کند و بدون شک هیچ‌یک از آسیب‌های اجتماعی هم نیست که فارغ از تأثیر خانواده به وجود آمده باشد. پدر و مادر، بهترین الگوها هستند و کودک آداب و رسوم، نحوه‌ی برخورد و ارتباط با محیط و بسیاری از واکنش‌های اجتماعی را از والدین می‌آموزد. خانواده تحت شرایط صحیح، کودکان را آماده می‌سازد تا توانایی‌های بالقوه خود را شناسایی کنند و به‌عنوان افراد بالغ، نقش‌های سودمندی را در جامعه به عهده گیرند؛ اما در خانواده‌های ناسالم، میزان بروز رفتارهای پرخطر بیشتر است. در چنین شرایطی و برای مصون نمودن جامعه از آسیب‌های روزافزون، باید نظام‌های اجتماعی و سیاسی برای آموزش والدین گام‌هایی بردارند. این گام‌ها شامل آموزش‌های فرزندپروری به والدین، تسهیل دسترسی به مراکز ارائه‌ی خدمت و مشاوره، ایجاد زیرساخت‌های محلی، تقویت آموزش رسمی و ... است.

یکی از این نهادهای اجتماعی که می‌تواند در ارتقای سطح سلامت روان شهروندان جامعه و به‌تبع آن خانواده‌ها نقش ایفاء کند، شهرداری‌ها می‌باشند، امروزه شهرداری‌ها در بسیاری از کشورهای دنیا به ویژه کشورهای پیشرفته، یکی از ارکان اساسی تأمین حفظ و ارتقای سلامت شهروندان آن جامعه محسوب می‌شوند. در حال حاضر شهرداری تهران نیز با راه‌اندازی اداره کل سلامت (در سطح ستاد)، ادارات سلامت (در سطح مناطق) و خانه‌های سلامت (در سطح محلات)، قدم‌های اساسی و زیربنایی را به‌منظور ارتقای سطح سلامت شهروندان به ویژه در ابعاد اجتماعی و روانی آن برداشته است. اجرای ویژه‌برنامه‌های مختلف آموزشی سلامت‌محور، ارائه‌ی خدمات مشاوره و روانشناسی، تشکیل کانون‌های اجتماع‌محور و جذب همکاری‌های دولتی و غیردولتی، نمونه‌ای از اقداماتی است که در این راستا در حال اجرا می‌باشد. با توجه به گسترش آسیب‌های اجتماعی و ضرورت آموزش شهروندان به ویژه کودکان و نوجوانان در جهت پیشگیری از رفتارهای پرخطر، اداره کل سلامت شهرداری شهر تهران نسبت به راه‌اندازی مراکز آموزش مهارت‌های رفتاری

کودکان و نوجوانان با عنوان فرآموز در سطح مناطق بیست و دوگانه اقدام نموده است. فرآموز، مکانی برای اجرای برنامه‌های آموزشی هدفمند برای کودکان و نوجوانان است تا در آنجا مربیان بتوانند زمینه‌ی رشد مهارت‌ها و توانمندی آنان را فراهم نموده و مهارت‌های اساسی زندگی را در آنان ارتقاء دهند و بر تجارب آنها در تعاملات و ارتباطات اجتماعی خود بیفزایند. هر مرکز فرآموز متناسب با عنوان فعالیت آن بر اساس اصول علمی و روانشناسی طراحی و فضاسازی شده و به کارگاه‌های تخصصی متنوعی برای یادگیری بهتر و سریع‌تر تقسیم گردیده است. آموزش در این مراکز توسط مربیان مجرب، کارآموزده، آشنا و مرتبط با مباحث روانشناسی و مهارت‌های رفتاری کودکان و نوجوانان انجام می‌گیرد. مربیان در این مراکز در محیطی شاد، خلاق و بانشاط با بهره‌گیری از روش‌های مختلف نظیر بازی، نمایش، نقاشی، شعر، قصه‌گویی، بارش افکار، بحث و گفت‌وگوی آزاد و... مهارت‌های رفتاری را به گروه هدف آموزش می‌دهند.

لذا با توجه به اینکه عمدتاً افراد مراجعه‌کننده یک بار از خدمات مراکز فرآموز بهره‌مند می‌گردند، ضرورت تداوم آموزش‌ها به گروه‌های هدف و والدین آنان جهت پایدارسازی و اثربخشی این آموزش‌ها اجتناب‌ناپذیر است.

از این‌رو بر آن شدیم تا با تدوین محتوای ساده، کاربردی، علمی و مخاطب‌پسند، بتوانیم فعالیت‌های فرآموزی را برای خانواده و محیط خانواده بازطراحی کنیم؛ به این شکل که والدین بتوانند با کمترین ابزار موردنیاز و صرف وقت اندکی، فعالیت‌های هدفمندی را با فرزندان خود کار کنند و چه‌بسا که اثرات مطلوب‌تری نیز کسب نمایند.

بدین منظور برای هر مرکز فرآموز، سه جلد کتاب طراحی و تدوین شد. نخست؛ کتاب ویژه‌ی والدین که دارای دو بخش می‌باشد: بخش ویژه که به تعریف، تبیین، سبب‌شناسی و مؤلفه‌های موضوع موردنظر می‌پردازد و در آن توصیه‌ها و تکنیک‌های ارتقای مهارت در والدین و فرزندانشان به تفصیل قرار داده شده است و بخش مشترک که حاوی مطالبی در خصوص مهارت‌های عمومی و کاربردی پرورش فرزندان، نحوه‌ی تعامل

با رسانه و ارتباط بین مهارت‌های زندگی با کتب درسی می‌باشد. این بخش مشترک به‌منظور جلوگیری از قطع ارتباط منطقی مباحث، در پایان تمام کتاب‌های والدگری قرار داده شده است.

در کنار کتاب والدین، دو کتاب برای انتقال مهارت‌ها به کودکان (فرزندپروری) در دو گروه ۶ الی ۹ سال و ۱۰ الی ۱۳ سال نیز تدوین شده است که هر کتاب مشتمل بر بازی، داستان، نقاشی، انیمیشن و بازی دیجیتال است. در راهنمای فرزندپروری، هدف از فعالیت‌های گردآوری‌شده، مدت‌زمان لازم برای هر کدام، ابزارهای موردنیاز و گفت‌وگوهایی که قبل و بعد از فعالیت باید با کودک داشت، شرح داده شده است. بدیهی است که به‌کارگیری فعالیت‌های کتاب فرزندپروری مطابق با شیوه‌نامه‌های آن، انتقال مهارت‌ها و مفاهیم تربیتی را به کودک بسیار تسهیل خواهد کرد.

بنا به مراتب، بسته‌ی حاضر با عنوان خودآموز آداب و معاشرت اجتماعی، برای استفاده‌ی خانواده‌های عزیز طراحی شده است. در پایان امیدواریم که آنچه در این مجموعه کتب تدوین گشته، موجبات رضایت شما والدین عزیز را فراهم سازد. آرزوی قلبی ما پرورش فرزندان سالم، بهنجار، شاد و پرتلاش در سراسر ایران است که این مهم قطعاً با همراهی پدران و مادران عزیز دست‌یافتنی است.

سخنی با والدین

والد عزیز؛ بسته‌ی خودآموزی که هم اکنون در حال مطالعه‌ی آن هستید، دربرگیرنده‌ی مجموعه‌ای از فعالیت‌ها شامل بازی، داستان، نقاشی، پویانمایی و بازی‌های دیجیتال، برای ارتقای مهارت‌های ضروری به‌منظور پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در فرزندان می‌باشد. تیم تألیف این محتوا در تلاش بوده‌اند با انتخاب فعالیت‌های ساده، آسان، مؤثر و البته کاربردی، راهنمای ارتقای مطلوبی برای والدین آماده نماید. از این رو عمده‌ی فعالیت‌های موجود در این راهنما، توسط نگارندگان، مشاهده یا اجرا و با حصول اطمینان از کارایی آنان به کتاب اضافه شده‌اند.

یکی از مهم‌ترین مباحثی که از ابتدا مورد توجه تیم تألیف بود، مخاطب‌پسند بودن فعالیت‌هاست؛ به‌گونه‌ای که همه‌ی والدین گران‌قدر، فارغ از میزان سواد بتوانند آنها را در محیط خانه عملیاتی نمایند. همچنین از آنجایی که فعالیت‌ها انتخابی بوده و هر کدام به‌واسطه‌ی اثربخشی خود در این کتاب قرارگرفته‌اند، لازم است متذکر شویم که اجرای مطابق شیوه‌نامه آن‌ها بسیار مهم است. برای هر فعالیت، حسب مورد،

شیوه‌نامه اجرایی نوشته شده که بهتر است والدین در هنگام تعامل با فرزندان از آن پیروی کنند. یکی از قسمت‌های موجود در شیوه‌نامه، بخش «گفت‌وگوهای قبل و بعد از فعالیت» هست که مستقیماً بینش و نگرش کودک شما را هدف می‌گیرد و ذهن کودک را برای دریافت محتوای مدنظر، قبل از مشاهده یا اجرای فعالیت؛ و تثبیت آموخته‌های پس از آن آماده می‌سازد. لذا لازم است نکاتی که به کودک می‌گویید، در گستره‌ی مواردی باشد که در این قسمت به آن اشاره شده است. برخی از والدین ممکن است در هنگام مطالعه‌ی فعالیت‌ها با خود بیندیشند که چه هدفی در آموزش این موارد وجود دارد؟ پاسخ این ابهام والدین نیز در بخش «اهداف» آمده است. به این صورت که برای عمده‌ی فعالیت‌ها، اهداف مورد انتظار از اجرای آن نوشته شده و والدین حتی با توجه به اهداف، می‌توانند برخی از فعالیت‌ها را جدی‌تر دنبال بکنند.

یکی از دغدغه‌های والدین برای انجام فعالیت‌های آموزشی متنوع و اثربخش در منزل، عدم وجود لوازم موردنیاز است. بدین‌منظور تیم تألیف محتوا، با توجه به این دغدغه‌ی بجا، فعالیت‌هایی را انتخاب نموده است که با استفاده از لوازم موجود در منزل، بتوان آن را اجرا نمود.

ممکن است در نگاه اول برخی از فعالیت‌ها برای والدین، فاقد اثربخشی و جذابیت باشند! در اینجا لازم است بگوییم که فرزندان حتماً دیدگاه متفاوتی با شما خواهند داشت. شاید برخی برای شما جذاب نباشد، ولی یقیناً اگر مطابق شیوه‌نامه اجرا شوند، مشاهده خواهید کرد که فرزندان با جدیت آن را انجام داده و از انجام آن نیز لذت می‌برند؛ لذتی توأم با آموختن. اما نکته‌ی مهم در اینجا این است که همه‌ی اهداف آموزشی، چه در این راهنما و چه در سایر کتب، زمانی به نتیجه خواهند رسید که با معجونی سحرآمیز ترکیب شوند؛ و آن معجون چیزی نیست جز ارتباط مثبت والد - فرزند. با اطمینان می‌گوییم که این مورد، تسهیل‌کننده‌ی هر آن چیزی است که برای آینده‌ی زیبای فرزندان ترسیم کرده‌اید. در کتاب ویژه والدین، مطالب زیادی برای نیل به این ارتباط موثر و مثبت آورده شده است. همچنین فعالیت‌های این کتاب نیز به‌گونه‌ای انتخاب شده‌اند که به‌صورت ناخودآگاه ارتباط والد-فرزندی را

مثبت و مؤثرتر سازد. با این حال اگر کوشش مجدّانه‌ی شما برای ساخت این ارتباط نیز بدان اضافه شود، بی‌شک رضایت دوطرفه‌ی شما چندین برابر خواهد شد. پس لطفاً برای اجرای این فعالیت‌ها، زمان ویژه‌ای را در نظر بگیرید و در این مدت، فارغ از دنیای مجازی و متعلقات آن، صرفاً به کودک دل‌بند خود توجه کنید و تمام متغیرهای مزاحم و مختل‌کننده‌ی این توجه را به‌صورت موقت نادیده بگیرید.

برخی از فعالیت‌ها به‌صورت مستقیم و برخی به‌صورت غیرمستقیم به آموزش مهارت مدنظر ما می‌پردازند. در صورتیکه نسبت به اثربخشی یک فعالیت شک کردید، لطفاً یک بار آن را انجام دهید (در کتاب والدین به اثربخشی و اهمیت هر کدام اشاره شده است). پس از انجام می‌بینید که اثرات اجرای آن، بسیار بیشتر از عدم انجام است. شما صرفاً با اجرای این فعالیت، کودک را در معرض آموختن توأم با لذت قرار می‌دهید؛ امر مهمی که عمدتاً محقق نمی‌شود. پس یادمان باشد که کمترین اثر این راهنما، غنی‌سازی محیطی است؛ یعنی مهیا کردن محیطی روانی و فیزیکی برای فرزندان تا کمی بیشتر با شما باشد و از اینکه کنار شماست، لذت ببرد. از سوی دیگر، انجام این فعالیت‌ها، یعنی توجه مؤثر و مطلوب به فرزندان. فرزند شما این «توجه» را درک می‌کند و مطمئن باشید که به آن پاسخ دلگرم‌کننده‌ای خواهد داد.

نکته‌ی بعدی اینکه، ترتیب قرارگیری فعالیت‌های آموزشی، براساس میزان اهمیت آن‌ها بوده است؛ یعنی برای ما بازی، داستان و نقاشی در اولویت هستند و شما نیز بهتر است بیشتر تمرکزتان را روی این سه بگذارید. تمام این فعالیت‌ها خاصیت تکرارپذیری دارند و شما هر کدام را می‌توانید چندین بار با فرزندان انجام دهید.

با توجه به اینکه در دنیای دیجیتال کنونی، نادیده گرفتن رسانه و فضای مجازی، سر زیر برف کردن است و این واقعیت زندگی امروز می‌باشد؛ سعی کردیم انیمیشن و بازی‌های دیجیتال مرتبط و مناسبی برای کودکان معرفی کنیم. منتهی لازم است والدین حتماً میزان و نحوه‌ی استفاده‌ی فرزندان از ابزارهای دیجیتال را کنترل کنند که یقیناً مضرّرات آن، بسیار بیشتر از مزایای آن است. پویانمایی (انیمیشن) و بازی‌های

دیجیتال معرفی شده در این راهنما، فیلترهای معمول برای اینکه مناسب خانواده باشند را گذرانده‌اند و شما می‌توانید با اطمینان آن‌ها را با کودکان خود مشاهده و اجرا کنید. البته فضای مجازی مملو از نسخه‌های متفاوت از یک انیمیشن یا بازی است و یا ممکن است پیدا کردن آن برای شما دشوار باشد. از این رو برای آنکه مسیر کوتاه‌تری را برای دانلود بازی دیجیتال یا انیمیشن طی کنید و همچنین از دانلود نسخه‌های نامناسب جلوگیری شود، برای هر کدام از این موارد یک رمزینهی پاسخ سریع (QR Code) طراحی شده است. شما می‌توانید با دانلود اپلیکیشن رمزینہ‌خوان در سایت‌ها و برنامه‌های موجود و اسکن رمزینہ به‌وسیله‌ی دوربین گوشی‌تان مستقیماً وارد صفحه‌ی دانلود امن شوید و محتوای موردنظر را بر روی گوشی خود داشته باشید. برای دانلود اپلیکیشن رمزینہ‌خوان می‌تواند عبارت «QR» را در کافه‌بازار جستجو کنید و اولین برنامه‌ی پیشنهادی را نصب نمایید.

مجدداً با قدردانی از تمامی والدین، صبوری و همت مضاعف در کار با فرزندان را، از مهم‌ترین ویژگی‌های پدر و مادر ایرانی می‌دانیم و امید آن داریم که در هنگامه‌ی شکوه و سعادت، جدیت توأمان خود را در کاربست این راهنما به میدان آورید.



بازی‌ها

امانت‌داری رو بلدی؟

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۱

- توانایی کنترل هیجانات منفی؛
- ارتقای مهارت امانت‌داری؛
- آموزش مهارت قرض دادن؛
- ارتقای مهارت حل مسئله؛
- توجه و فکر کردن به عاقبت رفتارها؛
- ارتقای مهارت نه شنیدن؛



وسایل مورد نیاز



مداد یا خودکار



کاسه



کاغذ

اجرا

در این فعالیت برای جلب مشارکت کودک و ایجاد انگیزش برای فعالیت و همکاری، شرایط و موقعیت‌های زیر و موقعیت‌های مشابهی که خودتان تجربه کرده‌اید را روی برگه‌های کوچک بنویسید و داخل یک کاسه بیندازید.

بعد از این مراحل کودک را تشویق کنید تا هر کدام از شرایط را بردارد و تصور کند که برایش اتفاق افتاده است و واکنش خود را بازی کند.

- دوستان روبان موی شما را قرض می‌گیرد و آن را گم می‌کند. او یک روبان دیگر به شما می‌دهد اما با روبان خودتان فرق دارد ...

- از برادرتان می‌خواهید که پیراهن مورد علاقه‌اش را به شما قرض بدهد اما او می‌گوید: نه ...

- معلمتان به شما یک کتاب امانت می‌دهد اما شما آن را گم می‌کنید ...

- دوچرخه‌ی دوستان را قرض می‌گیرید. وقتی که آن را پس می‌دهید لاستیکش پنجر است، اما مطمئن هستید که تقصیر شما نبوده است ...

- دوستان به شما پیشنهاد می‌دهد که دستکش‌هایش را به شما امانت بدهد اما شما می‌ترسید که آن‌ها را گم کنید ...

برای جلب مشارکت بیشتر کودک شما هم می‌توانید در بازی کردن نقش‌ها مشارکت کنید.

در پایان بازی از کودک بپرسید:

- برای امانت گرفتن و قرض گرفتن یک چیز چه باید کرد؟
- اگر چیزی را قرض بگیریم ولی خراب یا گم شود چه کار باید بکنیم؟
- آیا تا به حال امانت کسی را گم کرده‌ای؟
- برای اینکه در این موقعیت باشیم، چه کارهایی باید کرد؟

بازخورد
از کودک

با کودک قرار رفتن به کتابخانه‌ی عمومی نزدیک منزل یا مدرسه‌ی وی را تنظیم کنید. به کتابخانه بروید تا کودک ثبت‌نام کند، کتاب تحویل بگیرد و زمان تحویل آن را بداند و به موقع امانت را به کتابخانه بازگردانید.

حرفاتو بزن

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۲

- بیان حالات روحی و احساسات؛
- آشنایی با یکدیگر؛
- غلبه بر خجالت؛
- ایجاد صمیمیت؛



وسایل مورد نیاز



قیچی



مجله یا روزنامه

اجرا

با کودک خود به سراغ کتاب‌های خیلی قدیمی و بدون استفاده یا روزنامه‌ها و مجله‌های باطله بروید و تصاویر مختلف را با قیچی جدا کنید. سعی کنید بیشتر کار و انتخاب تصاویر را به کودک بسپارید و فقط همراهی کنید. بعد از اتمام کار حداقل باید ده تصویر مختلف داشته باشید. البته کودک را محدود به ده تصویر نکنید تا هر چقدر می‌خواهد تصویر آماده کند.

زمانی که بچه‌ها بازی را انجام بدهند، بیشتر علاقه‌مند می‌شوند تا تصاویر بیشتر و متنوع‌تری جمع کنند. تصاویر را روی زمین به صورت دایره‌وار بچینید (تصاویر به سمت بیرون دایره و واضح باشند). دور این دایره با یک آهنگ شاد راه می‌روید وقتی آهنگ را قطع کنید شما و کودک روبروی هر تصویر که بودید باید در مورد آن تصویر صحبت کنید.

برای مثال: این یک صندلی حصیری است؛ چون خسته‌ام دوست دارم روی این صندلی بنشینم و آرزو می‌کنم خیلی خوب و راحت باشد.

- این یک پسر بچه‌ی گریبان است من فکر می‌کنم برای او اتفاق بدی افتاده است.
 سعی می‌کنم با او حرف بزنم و کمکش کنم.
 - این دختر اسمش باید مریم باشد. من دوست دارم با او دوست شوم. احتمالاً به
 مطالعه علاقه دارد، چون پشت سرش کتابخانه می‌بینم.
 بعد از اتمام بازی و حرف زدن در مورد تصاویر کودک را تشویق کنید و از اینکه در مورد
 تصاویر مختلف صحبت کرد تشکر کنید. شما در نوبت‌های خود و به هنگام حرف زدن
 سعی کنید آداب معاشرت مثل، مرتب بودن ظاهر فرد درون عکس، منظم بودن اتاقش،
 نحوه‌ی غذا خوردن او، طرز ایستادنش به هنگام صحبت با دوست یا معلمش و غیره
 بیشتر صحبت کنید.



- چی باعث شد تو این تصویر فکر کنی این فرد ناراحت یا خوشحال؟
- درک احساسات دیگران برای ارتباط برقرار کردن با اونها چقد لازمه؟
- اگه یه روز این دختر غمگین رو ببینی چیکار می‌کنی؟

بازخورد
از کودک

موزهی من

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۳

- تقویت شخصیت مستقل خویش؛
- بهبود تصور کودکان از خود؛
- تمرین وارد شدن به گروه؛
- آشنایی با روش معرفی خود به دیگران؛
- ابراز خود در موقعیت‌های مختلف؛



وسایل مورد نیاز

وسایل مورد علاقه و مختلف خانه یا خاص اتاق کودک

اجرا

از کودک بخواهید در گوشه‌ای از خانه یا در اتاق خود موزه‌ای از وسایل مورد علاقه‌ی خود بسازد. نقاشی از خود، عکس‌ها، محتویات جیب‌ها، یادداشته‌ها، کتاب‌ها، اسباب‌بازی‌ها، شانه، ساعت، کفش، گل مورد علاقه، رنگ مورد علاقه و غیره. در واقع هر چیزی که کودک به آن علاقه دارد.

حالا نوبت بازدید از موزه است. به موزه‌ی کودک بروید و از او بخواهید مانند یک راهنمای موزه عمل کند. با صبر و حوصله تمامی قسمت‌های موزه را برای تماشاگران توضیح دهد و به سؤالات آنان پاسخ دهد.

نکته: اگر کودک راهنمای موزه را نمی‌شناسد، می‌توانید در اینترنت برای او این شغل را جستجو کنید و کلیپ مرتبط با آن را به او نشان دهید.

می‌توانید سوالاتی از کودک بپرسید و تشویق کنید تا بیشتر صحبت کند.

- چرا این نقاشی رو برای قرار دادن در موزه‌ی خودت انتخاب کردی؟

- این دوستت توی عکس رو به من معرفی کن تا بیشتر بشناسمش؟

- آهان پس تو به گل‌ها هم علاقه داری. چرا این گل؟
- این کتاب رو خوندین؟ راجبش به منم یه چیزهایی بگو، شاید علاقه‌مند شدم بخونمش.
در طول بازی به صحبت‌های کودک توجه کنید و بازخورد دهید. در پایان می‌توانید با او قرار یک گردش موزه بگذارید.



- چه مقدار از ویژگی‌های خودت رو تو موزه نشون دادی؟
- اگه یه خبرنگار بیاد تو موزه‌ی تو سعی می‌کنی بیشتر در مورد کدوم اثر صحبت کنی؟
- اگه قرار باشه با چند تا از همکلاسی‌هات یه گروه بشین تو در مورد کدوم اثر موزه با اونا صحبت می‌کنی؟

بازخورد
از کودک

چی بره کجا؟

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۴

- ارتقای مسئولیت پذیری اجتماعی؛
- بهبود روابط بین فردی؛
- ارتقای همدلی؛
- افزایش شادمانی؛
- ارتقای استقلال و عزت نفس؛
- آموزش نظم؛



اجرا

والدین یا خواهر و برادر کودک می‌توانند با کودک مسابقه‌ای بدهند. مبنی بر اینکه هر کدام از افراد باید وسایل به هم ریخته‌ی نفر دیگر را مرتب کند. کیفیت انجام کار در کنار سرعت عمل اهمیت دارد. در ابتدای بازی می‌توان به کودک آموزش داد مثلاً: این شونه باید بره کجا؟ این جوراب باید بره کجا؟ وقتی کودک جای همه چیز را می‌داند نیازی به آموزش نیست. بهتر است برای هر کدام از دو طرف جایزه‌ای در نظر گرفته شود یا در صورت بازی با خود شما حداقل برای کودک جایزه‌ای در نظر گرفته شود. در پایان کارهای هر یک از شما توسط طرف مقابل چک می‌شود و امتیاز داده می‌شود سعی کنید در مورد کودک سخت‌گیری زیادی نکنید.

- کمک کردن به هم دیگه تو کارهای خونه خیلی لذت‌بخشه. تو مدرسه چطوری میشه به بقیه کمک کرد؟
- تا حالا شده تو حل مسائل ریاضی به دوستت کمک کنی؟ اون چطور؟
- وقتی امتحان داری میشه از دوستت سوالات رو بپرسی هم خودت بهتر یاد می‌گیری هم اون. تا حالا این کارو امتحان کردی؟

بازخورد
از کودک

بیا نقاشی کنیم

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۵

- ارتقای مهارت‌های بین فردی؛
- کمک به ایجاد حس همکاری؛
- افزایش مهارت کمک به دیگران؛
- افزایش میل به انجام امور مشارکتی؛



وسایل مورد نیاز



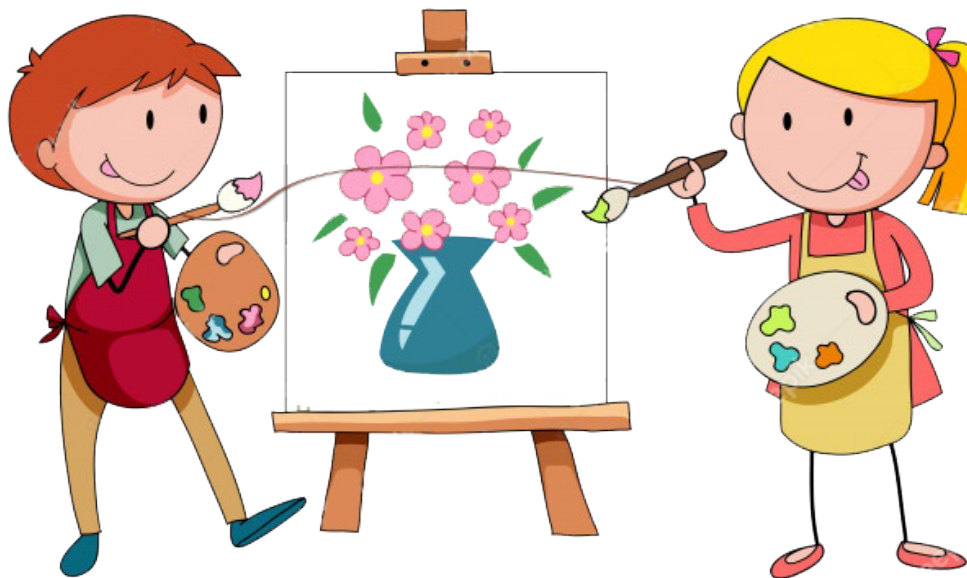
مدادرنگی یا مداد شمعی



کش یا طناب نازک



کاغذ



خودموردبرسور - اداب معاشرت اجتماعی

اجرا

مدادهای رنگی مختلف را بردارید و از قبل دور آن‌ها را با کش یا طناب‌های نازک قنادی ببندید (تعداد بستن کش یا طناب بستگی به تعداد نفرات شرکت کننده دارد)؛ به طوری که یک طرف کش به بالای مداد گره بخورد و طرف دیگر آزاد باشد. همزمان هر فرد شرکت‌کننده یک طرف طناب را بگیرند و روی کاغذ با هم شروع به نقاشی کشیدن کنند. از قبل با هم به توافق برسید که قرار است چه نقاشی را بکشیم و با همکاری یکدیگر شروع به کشیدن نقاشی کنید. می‌توانید این نقاشی مشارکتی را در گوشه‌ای از خانه به عنوان نماد کار هنری جمعی بچسبانید.

نکته: به بحث زیبایی شناختی نقاشی توجهی نکنید، مهم نیست که حتماً خروجی زیبایی داشته باشیم.

- کشیدن نقاشی مشترک چطور بود؟

- چقدر توانستی در این کار مشارکتی موفق عمل کنی؟

- عملکرد خودت را در همکاری با سایر افراد چطور می‌بینی؟

بازخورد
از کودک

همبازی

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۶

- ارتقای حس کمک به یکدیگر؛
- کمک به ایجاد حس همکاری؛
- افزایش میل به انجام امور مشارکتی؛



اجرا

افراد حاضر در بازی به گروه‌های دو نفره تقسیم شوند. اعضای هر گروه می‌نشینند و دست‌های همدیگر را میگیرند. حالا هر گروه باید: بدون اینکه دست‌های همدیگر را رها کنند بلند شوند؛ بچرخند؛ راه بروند و دوباره بنشینند. در هر گروه همه‌ی افراد باید نهایت تلاش خود را بکنند که دستشان از هم باز نشود و گروهی که بیشترین مدت توانسته باشد بازی را ادامه دهد، برنده است.

- در این بازی چقدر توانستی با هم گروهی‌هایت همراه شوی؟

- بنظرت چقدر مهمه که در یک فعالیت افراد با هم مشارکت و همکاری کنند؟

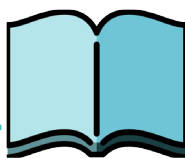
- عملکرد خودت را در این بازی چطور ارزیابی می‌کنی؟

- فکر می‌کنی می‌توانستی بهتر عمل کنی؟

بازخورد
از کودک



دانشگاه



مهدی آذربیدی

همنشین بدنام

روزی بود و روزگاری بود. دسته‌ای از راهزنان راه کاروانی را بسته بودند و دارایی مسافران را برده بودند. وقتی خبر به شهر رسید حاکم دستور داد لشکری انبوه فراهم آورده و فرسخ‌ها دورتر از محل واقعه اطراف بیابان وسیع را محاصره کردند و راه رفت و آمد را بستند و اندک اندک حلقه‌ی محاصره را تنگ‌تر کردند و هر کسی که رد می‌شد را زیر نظر گرفتند تا عاقبت در گودی میان تپه‌های دور افتاده به دسته‌ی دزدان دست یافتند، همه را گرفتند و دست و بازو بستند و پیش حاکم آوردند. حاکم به قاضی گفت: هیاهو در اندازید و دزدان را در جمع مردم محاکمه کنید، اگر بی‌گناهی در میان آنان هست بشناسید و گناهکاران را عذابی سخت دهید و خبر آن را به همه‌جا برسانید تا دیگران بدانند که راه‌ها امن هستند.



قاضی یکی یکی محاکمه کرد و دزدان همه خود را بی‌گناه می‌دانستند و بهانه‌ها تراشیدند ولی اموال کاروان را تقسیم کرده بودند و هر یکی چیزی از آن داشت و هیچ کدام نمی‌توانستند انکار کنند و ناچار اعتراف کردند که کارشان راهزنی است. اما یکی از ایشان گناه خود را به گردن نمی‌گرفت و می‌گفت: من از ایشان نیستم و کارم دزدی نیست، شاعرم، نقاشم، نویسنده‌ام، هنرمندم و اگر بخت بد مرا با این جماعت پیوند داده است مرا با دزدان در یک ردیف نباید شمرد. نامه‌ای پر از فضل و بلاغت و شعر و حکایت و حدیث و روایت به حاکم نوشت و شکایت کرد که قاضی حرف مرا نمی‌پذیرد و داد مرا نمی‌دهد، من دزد نیستم و اهل دانش و هنرم. حاکم متأثر شد جوان را احضار کرد و گفت: نامه‌ای بسیار خوب نوشته بودی که دلیل فهم و معرفت است، چه می‌گویی؟

گفت: من دزد نیستم و خود را مستحق کیفر نمی‌دانم.

حاکم پرسید: همدسته‌ی دزدان چرا بودی؟

گفت: ایشان را نمی‌شناختم و کارشان را نمی‌دانستم. به ایشان خدمت می‌کردم و مزد می‌گرفتم، حساب می‌نوشتم و کتاب می‌خواندم.

شاه پرسید: قاضی چه می‌گوید؟

گفت: او مرا نیز همدست راهزنان می‌شمارد و به عرایض توجه نمی‌کند و عذرم را نمی‌پذیرد.

حاکم دستور داد: جوان را در حضور من محاکمه کنید.

قاضی در حضور حاکم محاکمه را تجدید کرد و از جوان پرسید: می‌دانستی که ایشان راهزنند یا نمی‌دانستی؟

گفت: نمی‌دانستم و از وقتی کاروان را زدند فهمیدم و از همراهی این جماعت پشیمان بودم.

قاضی گفت: بسیار خوب، نمی‌گویم که هم‌نشینی دلیل همکاری است ولی چگونه از این لباس که پوشیدی شرمند نبودی؟

گفت: راضی نبودم و شرمندم بودم ولی چاره‌ای نبود.

پرسید: خوب، چند وقت است که این ناهلان کاروان را زده‌اند؟
گفت: دو ماه است.

پرسید: آنجا که کاروان را زدند کجا بود؟

گفت: فلان گردنده در میان راه فلان شهر و فلان آبادی.

قاضی پرسید: آیا می‌توانی نقشه‌ی این راه‌ها را روی کاغذ بکشی تا در راه شناسی به ما کمک کنی؟

گفت: چرا نمی‌توانم من این راه‌ها را مثل کف دستم می‌شناسم و در رسم نقشه هیچ‌کس چون من استاد نیست.

قاضی گفت: آفرین! آیا می‌توانی شعری بسازی و پشیمانی خود را از همراهی با دزدان وصف کنی؟

گفت: چرا نتوانم؟ کلمه در دست من مانند موم نرم است و می‌توانم با یک شعر شوری برپا کنم.

قاضی گفت: بارک‌الله! آیا می‌توانی داستان بنویسی و برخورد دزدان را با کاروان و وحشت مسافران و گفت و شنید آنان را تعریف کنی؟

گفت: چرا نتوانم؟ ترس مردم قافله و التماس آنان و بی‌رحمی این دزدان خود داستان سوزناکی است.

قاضی گفت: احسنت بر تو، اما این دزدان چگونه زندگی می‌کردند که هیچ‌کس ایشان را نمی‌شناخت؟ آیا در این مدت جز اهل آن قافله چوپانی، دشتبانی، مسافر تنهایی، صحراگردی، دهقانی، غریبه یا آشنایی از مردم آن نواحی در حوالی جایگاه این دزدان دیده نمی‌شدند؟

گفت: چرا، ولی دزدان با این‌گونه اشخاص کاری نداشتند و این اشخاص دسته‌ی دزدان را مسافرانی خوش‌گذران می‌دانستند.

قاضی گفت: به این ترتیب تو که دزدان را شناخته بودی و ناراضی و شرمنده بودی، در مدت این دو ماه با اینکه به مردم آبادی اطراف دسترسی داشتی و اسیر دزدان نبودی و می‌توانستی نقشه‌ی راه و جایگاه دزدان را بکشی و داستان دزدی را بنویسی چرا از ایشان جدا نشدی و فرار نکردی؟

گفت: در این فکر بودم ولی هنوز اقدامی نکرده بودم.

قاضی پرسید: آیا در این مدت هیچ شعر نساخته‌ای؟

گفت: چرا، یک شعر.

گفت بخوان.

جوان غزلی که ساخته بود را خواند. قاضی به حاکم گفت: بر من ثابت است که این جوان هم مانند مابقی دزد است و گنااهش از دیگران بیشتر است که دانسته‌تر و فهمیده‌تر شریک و همکار ایشان بوده است. شعرش هم از بی‌دردی و بی‌خیالی حکایت می‌کند. به شعر و داستان و معانی بیانش فریفته نباید شد زیرا که از هم‌نشینی با دزدان پشیمان نیست. اگر دزد نبود هم‌نشین ایشان نبود و اگر پشیمان بود پیش از دستگیری به‌جای غزل، شکایت‌نامه می‌نوشت. درخت را از میوه‌اش می‌شناسند و آدم بی‌معنی را از کارش و کسی که با بدکاران هم‌نشین است و از آن راضی است همراه

و همدست و یار و مددکار ایشان است. اگر از کارشان راضی نبود حتی اگر در دست ایشان اسیر بود می‌توانست به وسیله‌ی چوپانی، دهقانی یا کسی راز ایشان را فاش کند. هم‌نشینی هم دلیل همخویی است.

جوان گفت: ولی من جامه از تن کسی نکندم.

قاضی گفت: نمی‌توانستی، ولی از پوشیدن لباس دزدی پرهیز نکردی.

جوان گفت: با ایشان همدل نبودم.

گفت: دروغ می‌گویی.

جوان گفت: توبه می‌کنم.

قاضی گفت: حالا دیگر چاره‌ای نداری. توبه پیش از رسوایی است. بعد از گرفتاری همه توبه‌کار می‌شوند.

گفت: با من غرض داری و نمی‌خواهی از کیفر معاف شوم.

گفت: همان غرضی را دارم که با دیگر راهزنان دارم.

حاکم گفت: به نظر می‌رسد که این هم محکوم است. تنها چیزی که از دیگر دزدان بیشتر دارد زبان‌آوری و هوشیاری است. دریغ از هوشیاری که در راه کج به کار می‌رود که اگر در راه راست بود به بزرگی و بزرگواری می‌رسید.

- هم‌نشینی و دوستی با چه انسان‌هایی درست نیست؟

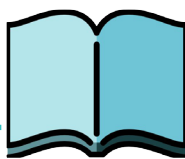
- معاشرت با چه کسانی ممکن است به ما آسیب بزند؟

- چه آسیب‌هایی ممکن است هم‌نشینی با افراد نامناسب برای ما پیش بیاورد؟

بازخورد
از کودک

- در اطراف تو افرادی حضور دارند که از معاشرت با اونها دوری می‌کنی؟ چرا؟

- جوان چه اشتباهی کرده بود؟



مریم ایوبی‌راد

سفر به زابل

توی بهار خوابِ طبقه‌ی دوم نشسته بودم و به دوستان خوبم فکر می‌کردم و غصه می‌خوردم. از اینکه به خاطر شغل پدرم به زابل آمده بودیم، ناراحت بودم. عادت کردن به شرایط جدید و پیدا کردن دوستان تازه، برایم خیلی سخت بود. اما خواهر بزرگم، حلما خیلی خوشحال بود، چون دوست داشت با شهرهای مختلف آشنا بشود و دوستان زیادی پیدا کند.

توی همین فکرها بودم که صدای زنگ در خانه بلند شد. مادرم در را باز کردند. خانم همسایه با دخترهایش آمده بودند به ما خوشامد بگویند. آن‌قدر سلام و علیک گرمی کردند که من یک لحظه فکر کردم فامیل یا آشنایمان هستند. مادرم آن‌ها را به اتاق پذیرایی دعوت کردند. من از توی بهار خواب بیرون نیامدم، چون دلم نمی‌خواست با کسی آشنا بشوم. حلما چند دقیقه بعد آمد پیشم و گفت: حسنا پس چرا نمی‌آیی؟ خانم همسایه با دخترانش آمده‌اند دیدن ما. آن‌ها خیلی مهربان و صمیمی‌اند. می‌گویند پدرشان همکار بابا است.

من همانطور که سرم روی زانوهایم بود و چشمانم را بسته بودم، گفتم: حوصله ندارم! نمی‌آیم.

حلما گفت: باز داری خودت را لوس می‌کنی‌ها. با این رفتارت هم خودت را اذیت می‌کنی هم بقیه را. همسایه‌های خوبی مثل این‌ها کجا می‌توانستیم پیدا کنیم؟ سرت را بلند کن ببین برای من و تو چه لباس‌های قشنگی آورده‌اند. سرم را از روی زانوهایم برداشتم و با دیدن لباس‌های محلی که دست حلما بود، چشمانم از تعجب گرد شد و با خوشحالی پرسیدم: برای چه برای ما لباس‌های به این قشنگی آوردند؟

حلما گفت: بیا خودت می‌فهمی!

از بهار خواب بیرون آمدم و به همراه حلما به اتاق پذیرایی رفتیم. خانم همسایه داشتند برای مامان از زابل و جاهای دیدنی‌اش تعریف می‌کردند و دو دختر ایشان هم کنارشان نشسته بودند.

من سلام دادم و از آن‌ها به خاطر هدیه‌ی قشنگشان تشکر کردم. خانم همسایه که حالا خاله طوبی صدایشان می‌زنیم، با لهجه‌ی قشنگ زابلی جواب سلامم را دادند و خطاب به مادرم گفتند: زویا و زلفا، دوقلو هستند. تا فهمیدند شما دو تا دختر هم سن و سال خودشان را دارید، آمدند با شما دوست شوند. نگاهم به دوقلوه‌ها و شباهت زیادشان بود که مادرم از خاله طوبی تشکر کردند و به من و حلما گفتند که زویا و زلفا را به اتاقمان ببریم و با هم بیشتر آشنا بشویم. آن روز حلما با زویا و زلفا حسابی دوست شد. من هنوز دلم پیش دوستان خودم بود و نمی‌توانستم به این زودی آن‌ها را فراموش کنم.



موقع خداحافظی، خاله طوبی گفتند: اگر مایل باشید یک روز با هم برویم بیرون تا زیبایی‌های زابل را نشانتان بدهیم، خلاصه غریبی نکنید. اینجا را مثل شهر خودتان بدانید و ما را هم مثل فامیل و قوم و خویش خودتان حساب کنید. مادرم از دعوت خاله طوبی خیلی تشکر کردند و گفتند: شما لطف دارید، چشم ان‌شاءالله یک روز زحمتتان می‌دهیم. خاله طوبی گفتند: خواهش می‌کنم چه زحمتی؟ بالاخره وظیفه‌ی همسایگی‌مان است که از شما پذیرایی کنیم. خدا به رفتار خوب با همسایه همه‌ی ما را سفارش کرده. با مادرم آن‌ها را تا در خانه بدرقه کردیم. مادرم رو به من و حلما گفتند: چقدر اینها ماهرند. هنوز دو سه روز بیشتر نیست به اینجا آمده‌ایم آن‌قدر زود با ما صمیمی شدند. چه مردم با صفایی دارد زابل. چند روز بعد قرار شد با مینی‌بوس آقای همسایه که حالا عمو جلیل صدایشان می‌زنیم، به دیدن شهر زابل برویم. قبل از رفتن، مادرم به من توصیه کردند که

اخلاقم با همه خوب باشد و سعی کنم رفتار درستی داشته باشم. بعد حدیثی از پیامبر گفتند که خیلی روی من تأثیر گذاشت. «نیمی از ایمان، مدارای با مردم است و نیمی از زندگی، ملاطفت با آنان است».

توی ماشین، عمو جلیل درباره‌ی زابل گفتند: در شهر ما بادهای زیادی همراه گردوغبار می‌وزد که علتش خشک شدن دریاچه‌ی هامون است. اگر این دریاچه پُر از آب باشد، زابل هوای دلچسبی دارد ولی حیف چندین سال است که خیلی کم آب شده. پدرم گفتند: بله، واقعاً حیف... تالابِ هامون خیلی زیباست.

آن روز عمو جلیل قشنگی‌های شهر زابل و آثار تاریخی آن، مثل شهر سوخته را نشانمان دادند. آن قدر به ما خوش گذشت که فهمیدم آدم می‌تواند با هر شرایطی سازگاری کند به قول مادرم اگر آدم اخلاقش خوب باشد با هر چیزی کنار می‌آید و با همه می‌تواند دوست بشود.

من هم آن روز سعی کردم مثل حملا که همیشه اخلاقش خوب است و اهل معاشرت است و می‌تواند با همه خیلی راحت صمیمی شود، با زویا و زلفا صمیمی بشوم. آن روز تصمیم گرفتم با عمل کردن به حرف خدا و قانون‌هایی مثل مدارا و مهربانی کردن با دیگران، آداب درست ارتباط گرفتن با دیگران را یاد بگیرم و بتوانم با شرایط جدیدمان کنار بیایم. دیگر ناراحت نباشم و با رفتار درست، خاطرات خوبی برای خودم بسازم.

من مطمئن هستم روزی که می‌خواهیم برگردیم به شهر خودمان، دلم برای زابل و همه‌ی قشنگی‌هایش تنگ می‌شود و به قول پدر کلی تجربه به تجربه‌های قبلی‌ام اضافه می‌شود.

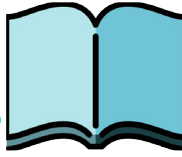
- چرا حسنا نمی‌توانست به راحتی با زویا و زلفا دوست شود؟

- اگر جای حسنا باشی چه کار می‌کنی؟

- تو در ارتباط با دیگران شبیه حملا هستی یا حسنا؟ دوست داری مثل کدامشان رفتار کنی؟

- حدیثی درباره‌ی ارتباط با دیگران و همسایه‌ها پیدا کن و روی کاغذ بنویس و هر جا که خواستی نصب کن.

بازخورد
از کودک



بهترین الگوی ادب

بعضی روزها کمی از دست خودم ناراحت می‌شوم، ولی نمی‌دانم این ناراحتی چه جور حسی است. کمی کلافه‌ام. می‌خواهم کسی به من بگوید چه کار کنم؟ به قول مامان از آن روزهایی است که به خودم سر نزده‌ام. اولین بار که این جمله را از مامان شنیدم پرسیدم: مامان آدم مگر می‌تواند به خودش هم سر بزند؟ مامان فقط گفت: وقت‌هایی که به خودم سر نمی‌زنم درست جواب بقیه را نمی‌دهم، چون فراموش می‌کنم که خدا دارد من را می‌بیند. دیگر چیزی نپرسیدم. راستش همیشه می‌خواهم خودم راه‌های رسیدن به سؤال را پیدا کنم. رفتم سمت اتاقم. قبل از ورود به اتاق، تق تق زدم روی در و توی دلم گفتم، علی آقا پیام داخل؟ انگار می‌رفتم تا به خودم سر بزنم، داخل اتاق شدم؛ جلوی آینه به خودم سلام دادم گفتم: چطوری؟ مثل اینکه خیلی سرحال نیستی. انگار تصویر داخل آینه به من گفت: چرا نباید سرحال باشی؟ و همین چرا، باعث شد تا بروم و علتش را بنویسم:

۱. با داداش کوچولو خوش رفتاری نکردم.

۲. جواب مامان را به خوبی ندادم.

۳. با دوستم محمود درست حرف نزدم و ناراحتش کردم. چون همیشه درباره‌ی هر چیزی باید کلی برایش توضیح می‌دادم و حوصله‌اش را نداشتم و دلم می‌خواست دیگر نبینمش.

بعد روی کاغذ سفید با خط درشت نوشتم، به خودت سر بزن.

از اتاق بیرون آمدم و به مامان گفتم: مامان به نظرتان چه جوری به خودم سر بزنم؟

مامان گفت: در موردش فکر کردی؟ در حالی که با دکمه‌ی پیراهنم بازی می‌کردم، گفتم: کمی.

مامان گفت: می‌شود بگویی کمی چقدر است؟

گفتم: یک چیزهایی به ذهنم رسیده، می‌خواهم بدانم معنی واقعی‌اش چه می‌شود!

مامان گفت، روی کاغذ برایم بنویس تا من هم چند مورد اضافه کنم. سریع کاغذ را آوردم و شروع کردم به نوشتن. ۱، ۲ و ۳ و با خوشحالی گفتم: بفرمایید.

مامان گفت: خیلی هم خوب، حالا من می‌نویسم.

۴. یعنی از دور به رفتارهای خودت خوب نگاه کنی.

۵. به حرف‌هایت توجه کنی که هر کدام چه طعم و بویی دارد. مثلاً دوستت دارم چه

طعم و بویی دارد، یا جمله حوصله‌ات را ندارم، چطور جمله‌ای است؟

کاغذ را از دست مامان گرفتم، دوباره رفته اتاق و روی تابلو سفید دیوار، رفتارهایی را که

انجام داده بودم نوشتم. یادم آمد مامان و بابا همیشه داخل دفتر چیزهایی می‌نویسند

و جلویشان علامت ضربدر می‌گذارند. خیلی خوشحال بودم از اینکه من هم بزرگ

شده‌ام و می‌توانم شبیه مامان و بابا این کار را انجام دهم.

جلوی هر کدام نوشتم. شیرین، تلخ، بی‌مزه، بد بو، خوش بو. بعد مامان را صدا زدم.

مامان آرام در زدند و وارد اتاق شدند، تا تابلو را دیدند، چشم‌هایشان گرد شد و گفت:

فکر نمی‌کردم به این خوبی یادت مانده باشد چه کارهایی انجام داده‌ای.

ماژیک را از من گرفتند و بالای تابلو نوشتند: از امروز یاد گرفتم کارهای خودم را ببینم،

چون خداوند هم کارهای من را می‌بیند و دوست دارد من را در حال انجام کارهای

خوب ببیند.

ماژیک را روی میز گذاشتند، پیشانی‌ام را بوسیدند و از اتاق بیرون رفتند. روبروی تابلو

نشستم و چند بار خواندمش و با خودم گفتم، وقتی خدا همیشه مرا می‌بیند، چطور

می‌توانم کارهایی را که دوست ندارد انجام بدهم. این موضوع بدجور ذهنم را مشغول

کرده بود. شب قبل از خواب از بابا پرسیدم: چه طوری می‌شود همه‌ی کارهای یک

آدم درست باشد؟

بابا کنارم نشستند و گفت، پسر عزیزم اگر کسی را به‌عنوان الگو انتخاب کنی،

کارهایت هم مثل او درست می‌شود.

گفتم: الگوی شما چه کسی بود؟ بابابزرگ که بهترین معلمان بودند یا حضرت

ابوالفضل؟ حتماً حضرت ابوالفضل، چون همیشه می‌گویید خیلی باادب بودند و به

برادرشان امام حسین شدیداً احترام می‌گذاشتند.

بابا دستی به موهایم کشیدند و گفت: درست گفتی. بهترین الگوی ادب حضرت

ابوالفضل هستند. کاش مثل ایشان همیشه باادب باشیم.

- مادر به علی برای حل مشکلت چه راهکاری داد؟

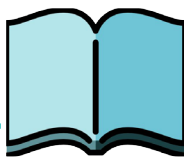
- تو هم به خودت سر می‌زنی؟

- بهترین الگوی ادب کیست؟ درباره‌ی حضرت ابوالفضل کمی تحقیق کن

و بگو چرا به ایشان الگوی ادب می‌گویند.

بازخورد

از کودک



سنگ‌پشت پر حرف

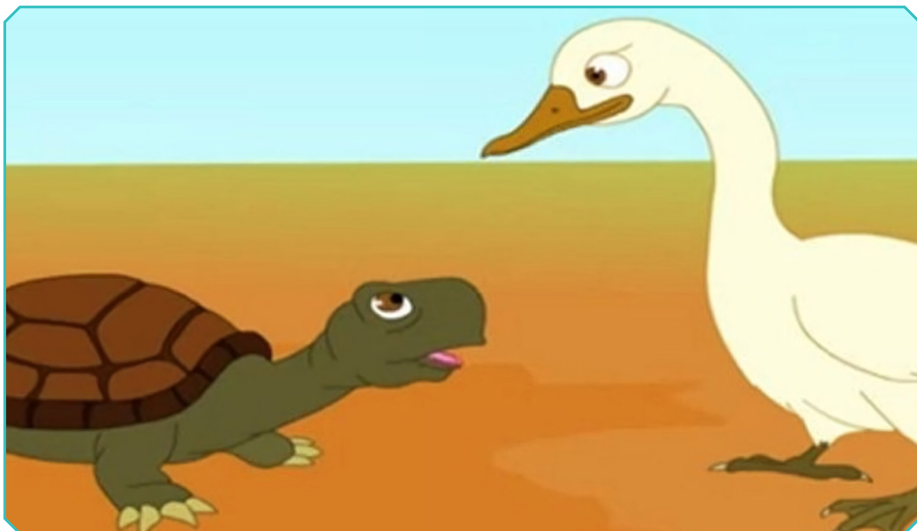
روزی بود و روزگاری بود. در صحرای سبز و باصفایی، در دامنه‌ی کوهی، دریاچه‌ی بزرگی از آب برف و باران جمع شده بود و دو مرغابی و یک سنگ‌پشت در آنجا زندگی می‌کردند. چون سنگ‌پشت حیوان بی‌آزاری است مرغابی‌ها با او دوست شده بودند و هر روز همین‌که از سیر و سیاحت روی آب خسته می‌شدند به کنار خشکی می‌آمدند و با سنگ‌پشت می‌نشستند و از همه‌چیز و همه‌جا صحبت می‌کردند و قصه‌هایی را که می‌دانستند می‌گفتند و تفریح می‌کردند.

مدت‌ها همین‌طور بود تا یک سال که برف و باران نیامده بود و خشک‌سالی بود، در فصل تابستان آب دریاچه خیلی کم شد به طوری که نزدیک به خشک شدن رسید و مرغابی‌ها که نمی‌توانند بی‌آب زندگی کنند فکر کردند که از آنجا سفر کنند و به دریاچه‌ی بزرگی که در آن طرف کوه بود بروند. بعد از اینکه همه‌ی فکرهای خود را کردند و تصمیم خودشان را گرفتند، یک روز موضوع مهاجرت را به سنگ‌پشت گفتند: اگر چه سال‌ها در اینجا زندگی کرده‌ایم و با این محل خو گرفته‌ایم ولی چون امسال آب کم شده است و زندگی ما هم بی‌آب ممکن نیست. ما ناچاریم به دریاچه‌ی دیگری در پشت کوه برویم ولی از دوری تو خیلی ناراحت خواهیم بود.

سنگ‌پشت همین‌که این سخن را شنید بسیار غمگین شد و گفت: اگر شما چنین کاری بکنید و مرا تنها بگذارید از غم و غصه دق خواهم کرد. یک فکری بکنید که هر جا هستیم با هم باشیم.

مرغابی‌ها گفتند: ما هم خیلی مایل هستیم با هم به سر بریم و در حقیقت درد فراق دوستان درد سختی است ولی چه باید کرد که در اینجا آنگیز دارد خشک می‌شود و رزق و روزی ما هم در این صحرا نایاب شده و به هوای دوستی و رفاقت از جان عزیز نمی‌توان گذشت.

سنگ‌پشت گفت: ای دوستان عزیز، می‌دانید که زندگانی بی‌آب برای من هم مانند شما مشکل است و من هم می‌دانم که دنیا بزرگ است و در جاهای دیگر آب فراوان است. پس بیایید حق دوستی قدیم را نگه داریم و هر کجا که می‌روید مرا هم با خودتان ببرید.



مرغابی‌ها گفتند: ای رفیق مهربان، کمال آرزوی ما هم در این است که تو را تنها نگذاریم ولی مسافرت ما با تو جور نمی‌آید زیرا از اینجا تا دریاچه‌ی بزرگ پشت کوه راه زیاد است و زمین‌های سنگلاخ در میان است و چون در این راه دور پای ما طاقت راه رفتن بر روی زمین ندارد و تو هم نمی‌توانی بر روی هوا پرواز کنی این است که همراهی ما در این سفر دور و دراز ممکن نیست و اگر غیر از این است خودت بگو چه کار می‌توانیم بکنیم؟

سنگ‌پشت گفت: برای هر مشکلی چاره‌ای است و هیچ کاری نشد ندارد و چون شما از من باهوش‌تر هستید، بهتر می‌توانید راهی برای حل این مشکل پیدا کنید فقط این را بدانید که اگر مرا تنها بگذارید و بروید در عالم دوستی به من ظلم کرده‌اید.

مرغابی‌ها گفتند: حقیقت این است که برای ما یک راه وجود دارد ولی هر کاری تا شرایطش جمع نباشد درست نمی‌شود و ما که در این مدت اخلاق تو را شناخته‌ایم این‌طور می‌فهمیم که تو نمی‌توانی مطابق شرایط آن عمل کنی.

سنگ‌پشت گفت: مگر من چه اخلاقی دارم؟

گفتند: راستش تو کم‌حوصله و پرحرف هستی و متانت و وقار نداری.

سنگ‌پشت جواب داد: اختیار دارید من که از شما آهسته‌تر راه می‌روم، پشت من سنگ است و صدای من کوتاه‌تر است و شما هستید که همیشه روی آب قارقار می‌کنید. از کجا معلوم است که سنگینی و متانت من کمتر از شما باشد؟

مرغابی‌ها گفتند: مقصود ما این است که تو زود عصبانی می‌شوی. تا کسی چند کلمه برخلاف میل تو حرف بزند می‌خواهی فوری جوابش را بدهی. تا از گوشه‌ای صدایی بلند شد، می‌خواهی بفهمی چه خبر است. نمی‌توانی مدتی سکوت کنی و خونسرد باشی و زبان خودت را نگه داری، به محض اینکه چیزی را فکر کردی می‌خواهی تمام آن را بگویی. برای اینکه با ما همراه باشی خونسردی و متانت لازم است.

سنگ‌پشت گفت: بسیار خوب، خیلی از شما متشکرم. من سعی می‌کنم اخلاق خودم را اصلاح کنم. دوست واقعی من شما هستید. حالا ملاحظه می‌کنید که من چقدر باانصاف هستم و مطابق صلاح و مصلحت رفتار می‌کنم.

مرغابی‌ها گفتند: اگر چه ما تو را چند بار امتحان کرده‌ایم و به‌واسطه‌ی پرحرفی نمی‌توانی به قول خود وفا کنی اما حالا که می‌خواهی با ما همراه شوی. اگر می‌خواهی به خوشی و خوبی به مقصد برسیم، باید قول بدهی که در بین راه یک کلمه هم حرف نزنی.

سنگ‌پشت گفت: به! اینکه چیزی نیست. من حاضرم اصلاً نفس نکشم.

مرغابی‌ها گفتند: نه نفس کشیدن پیشکش، فقط حرف نزنی کافی است. حالا گوش بده، ما یک چوب می‌آوریم و تو وسط آن را به دندان می‌گیری و ما هم دو سر آن را می‌گیریم و پرواز می‌کنیم و می‌رویم و خیلی زود به مقصد می‌رسیم. ولی از حالا این را بدان که ممکن است در بین راه مردم ما را مسخره کنند، متلک بگویند و به تو بخندند و تو باید کاملاً متانت خود را حفظ کنی و یک کلمه هم حرف نزنی، چون که معروف است دروازه را می‌شود بست ولی دهان مردم را نمی‌شود بست و مردم در هر حال از دیگران ایرادهایی می‌گیرند. شرط موفقیت ما در این راه همین است: سکوت، خونسردی و متانت.



سنگپشت گفت: هر کس هرچه می‌خواهد بگوید. مطمئن باشید که من اصلاً به حرف مردم اهمیت نمی‌دهم، مردم حرف خودشان را بزنند تا خسته شوند ما هم کار خودمان را می‌کنیم تا به مقصود خودمان برسیم.

آن وقت مرغابی‌ها چوبی آوردند و سنگپشت میان آن چوب را به دندان گرفت و آن‌ها هم دو سر چوب را گرفتند و پرواز کردند.

وقتی بر هوا بلند شدند و رو به راه گذاشتند راه عبورشان بر بالای آبادی بود. یکی از مردم ده مرغابی‌ها و سنگپشت را در آن حال دید و آن‌ها را به دیگران نشان داد و فریاد زد: بچه‌ها ببینید مرغابی‌ها چطور سنگپشت را می‌برند. مردم نگاه کردند و از این وضع تعجب کردند و هر یک چیزی گفتند. کم‌کم سروصدای مردم زیاد شد و همه از اینکه سنگپشت را روی هوا می‌دیدند تعجب می‌کردند و او را به همدیگر نشان می‌دادند.



سنگپشت از هیاهوی مردم خیلی لجش گرفته بود اما چون قول داده بود هیچ حرفی نزند، تا چند لحظه ساکت ماند و فکر کرد که عجب مردم بی‌انصافی هستند! چشمشان نمی‌تواند ببیند که یک بار هم سنگپشت روی هوا پرواز کند.

مرغابی‌ها همچنان می‌رفتند و مردم هم از دیدن آن‌ها فریاد می‌کردند. سنگپشت شنید که یکی می‌گوید: بین رفاقت اینها به کجا رسیده که روی هوا هم همدیگر را ول نمی‌کنند.

دیگری با صدای بلند گفت: سنگپشت را باش که به هوس کردن افتاده.

دیگر سنگ‌پشت طاقت نیاورد و این حرف به رگ غیرتش برخورد و از همان بالا جواب داد: تا چشم فصول کور شود.



دهان باز کردن سنگ‌پشت همان بود و از بالا به زمین افتادن همان. سنگ‌پشت به زمین افتاد و کاسه‌ی پشتش شکست. مرغابی‌ها که این را دیدند، گفتند: وظیفه‌ی ما نصیحت بود که کردیم. این است عاقبت سکوت نکردن و نابجا حرف زدن.

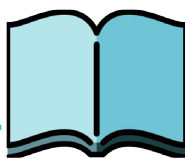


از فرزند خود بپرسید:

- در این داستان متوجه شدی متین بودن یعنی چی؟

بازخورد
از کودک

- پرحرفی باعث چه مشکلاتی می‌شود؟



ننه نبات

دو هفته‌ای می‌شد که ماه رمضان از راه رسیده بود. شب‌های قدر نزدیک بود و سپهر و دوستانش هر روز به مسجد می‌رفتند.

آن روز ظهر بعد از نماز، همه‌ی نمازگزاران یکی‌یکی از مسجد بیرون رفتند؛ اما ننه نبات نشسته بود گوشه‌ی مسجد و ذکر می‌گفت. بچه‌ها برای تمیز کردن مسجد پرده‌های قسمت زنانه را بالا زدند. ننه نبات تا چشمش به آنها افتاد که با تمام بازگوشی‌هایشان به فکر آماده کردن مسجد برای شب‌های قدر هستند، احساس کرد بیشتر از همیشه دوستشان دارد. بلند شد و دولا دولا با کمک عصا به طرفشان رفت. بچه‌ها مشغول تمیز کردن قفسه‌ی کتاب‌ها بودند. ننه نبات با مهربانی نگاهشان کرد و گفت: خسته نباشید جان! تا حالا گل پسر بودید، با این زحمت‌هایتان دیگر شدید تاج سر!

بچه‌ها خجالت کشیدند. محسن گفت: ما که کاری نکردیم.

ننه نبات اخم شیرینی کرد و گفت: نه جان! کار کوچک به درگاه خدا بزرگ است!

بچه‌ها با خوشحالی به هم لبخند زدند، جز افشین که اخم کرده بود و حرفی نمی‌زد. ننه نبات پرسید: روزه هستید جان؟

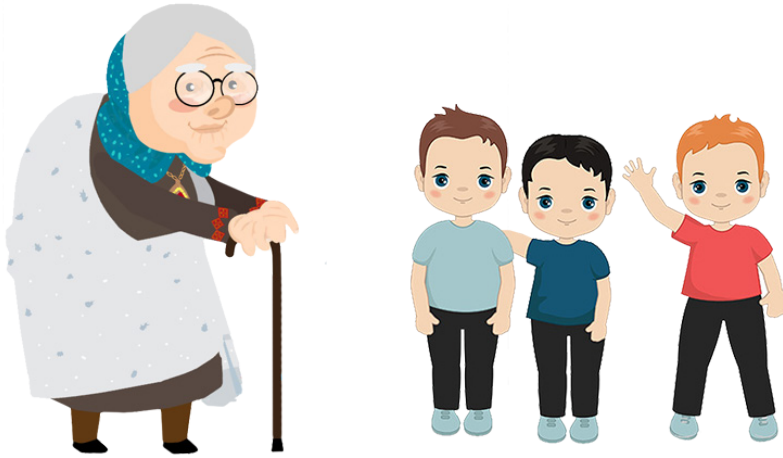
صادق با خنده گفت: دستتان درد نکند ننه نبات. معلوم است که روزه‌ایم!

ننه نبات هم خندید و گفت: قبول باشد جان. قبول باشد. پذیرایی از این همه مهمان سخت است. خیلی کار مانده تا شب قدر؟

علی جواب داد: تا فردا تمام می‌شود. برای مراسم هم تقسیم کار کرده‌ایم. یعنی سپهر به هرکسی وظیفه‌ای داده. سپهر سرگروه است.

محسن گفت: من مهمان‌ها را راهنمایی می‌کنم که کجا جای خالی است، بروند آنجا بنشینند.

سهیل گفت: من و صادق هم شربت و دستمال تعارف می‌کنیم.



طاها گفت: من و علی کتاب دعا و مَهر پخش می‌کنیم و بقیه هم حواسشان به بچه‌ها هست که شلوغ نکنند.

همه وظایفشان را گفتند، اما افشین هنوز ساکت بود.

ننه نبات گفت: آفرین جان! خوب تقسیم کردید. هر گروهی که منظم باشد موفق است! افشین می‌خواست چیزی به ننه نبات بگوید، اما پشیمان شد. ننه نبات به کتابخانه نگاه کرد و گفت: چه کتابخانه‌ی خوبی جان! من هم چند تا کتاب کنار گذاشته‌ام برای اینجا. اما نمی‌توانم بیاورم، یک دستم به کمرم است، یک دستم به عصا! عصا نباشد راه هم نمی‌توانم بروم.

سپهر بی‌معطلی گفت: من برایتان می‌آورم.

ننه نبات خوشحال شد و گفت: خیر ببینی جان. خانه را که بلدی؟ در باز است. کتاب‌ها را گذاشته‌ام روی طاقچه. سپهر رفت. افشین سرش را بلند کرد و گفت: ننه نبات من این تقسیم کار را قبول ندارم. اصلاً کی گفته که سپهر رئیس است؟

ننه نبات پرسید: وظیفه‌ات را نگفتی جان!

افشین با بی‌میلی گفت: جفت کردن کفش‌ها.

ننه با خوش‌رویی گفت: عیبش کجاست جان؟

افشین با ناراحتی گفت: من بدم می‌آید دستم به کفش‌های مردم بخورد، اصلاً وظیفه‌ی سپهر چه می‌شود؟ فقط رئیس‌بازی در آوردن؟ این نامردی نیست که خودش هیچ کاری نکند؟

ننه نبات افشین را به گوشه‌ی مسجد برد و گفت: شیطان را لعنت کن جان! مگر روزه نیستی؟ روزه که فقط مال شکم نیست! زبانت هم باید روزه باشد جان. دروغ نگوید، غیبت دوستش را نکند!

ناگهان ایمان داد زد: بابای من هم همیشه همین را می‌گوید.

ننه نبات گفت: شما هم بیا اینجا ببینم جان!

ایمان با کنجکاوی جلو آمد. ننه نبات گفت: شما که همه‌ی این چیزها را می‌دانی،

این را هم می‌دانی به‌جز روزه شکم و زبان، روزه گوش هم داریم؟

ایمان از خجالت سرخ شد و گفت: ببخشید ننه نبات، نباید به حرف‌های شما و

افشین گوش می‌کردم.

ننه لبخند زد و گفت: آفرین جان! حالا برو به کارت برس.

افشین بعد از رفتن ایمان گفت: ننه حالا چکار کنم؟ یعنی روزه‌ام باطل شده؟ ننه با

مهربانی جواب داد: نه جان! می‌توانی سپهر که برگشت درستش کنی.

همان موقع سپهر نفس‌زنان وارد شد و کتاب‌ها را روی زمین گذاشت. نفسش که جا آمد، ننه

نبات صدایش کرد. افشین من‌من‌کنان به سپهر گفت: من از دست تو ناراحتم!

سپهر با تعجب به افشین و ننه نبات نگاه کرد. افشین ادامه داد: من از جفت کردن

کفش‌ها بدم می‌آید.

سپهر جواب داد: با دستکش هم بدت می‌آید؟ خودت دیدی که قرعه‌کشی کردیم!

افشین اخم کرد و گفت: پس چرا خودت هیچ کاری انجام نمی‌دهی؟ چون سرگروهی

نباید کار کنی؟

سپهر کمی به افشین نگاه کرد و سرش را پایین انداخت.

ننه نبات گفت: بگو جان! بگو پسر! بگذار این فکر بد از دوستت دور شود.

سپهر آرام گفت: من هم وقتی مردم رفتند، مسجد را جارو می‌کنم. ننه نبات هم

می‌داند، دوتا جاروی نو از او گرفته‌ام برای مسجد.

افشین با تعجب گفت: این که از همه‌ی کارها سخت‌تر است. او با خجالت سرش

را پایین انداخت و گفت: معذرت می‌خواهم در موردت بد فکر کردم. من پشت سرت

حرف‌های خوبی نزدم.

سپهر با لبخند گفت: بی‌خیال پسر، ما با هم رفیقیم.

ننه نبات که خیالش راحت شده بود، به طرف در رفت و قبل از خارج شدن بلند

گفت: فردا شب همه‌تان یک افطاری ساده مهمان ننه نبات هستید.

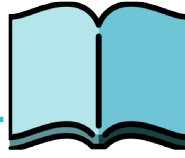
سپهر با خنده گفت: ما با یک لقمه دو لقمه سیر نمی‌شویم ها!!!. تا خود سفره را نخوریم ول کن نیستیم. ننه نبات خندید و گفت: بخورین جان. نوش جان جان! بچه‌ها زدند زیر خنده. ننه نبات هم از اینکه چند بار جان را پشت هم گفته بود خنده‌اش گرفت. او همانطور که با کمر خَم و عصازنان نزدیک در رسیده بود، با خنده گفت: به کارتان برسید پدرصلواتی‌ها.

- چند تا از رفتارهای بدی که در داستان بود را بگو.

- تو جای افشین بودی چه کار می‌کردی؟

باز خورد
از کودک

- تو در رفتار با دیگران و دوستانت چه کارهای خوبی انجام می‌دهی؟



مریم ایوبی‌راد

تيله‌های كودكی بابا

در خیابان راه می‌رفتیم. یک‌دفعه بابا دوستشان را دیدند. دوست بابا هم که متوجه ما شده بود، آمد جلو و با بابا شروع کرد به خوش‌وبش کردن. آن‌ها چند دقیقه‌ای صحبت کردند و بعد خداحافظی کردیم. وقتی از هم جدا شدیم، از بابا پرسیدم: دوست قدیمی‌تان بود بابا؟ معلوم بود خیلی با هم صمیمی بودید.



بابا که از خوشحالی دیدن دوستشان هنوز لبخند به لب داشتند، گفتند: بله، شروع دوستیمان ماجرای جالبی دارد.

با تعجب پرسیدم: چه ماجرای بابا، برایم تعریف می‌کنید؟
بابا خندیدند و گفتند: بله، تازه مدرسه‌ام را عوض کرده بودم و هیچ دوستی نداشتم. یک روز که از مدرسه به خانه برمی‌گشتم چند تا از هم‌کلاسی‌هایم دنبالم راه افتادند و سر به سرم گذاشتند و برایم شاخ‌وشانه کشیدند.

پرسیدم: چرا شما را اذیت می‌کردند؟

بابا گفتند: بقیه‌اش را گوش کن. همین دوستم که الان دیدمش به دادم رسید و من را به خانه‌شان برد و حسابی از من پذیرایی کرد. آن روز ما با هم دوست شدیم. گفتم: چقدر خوب که شما را از دست آنها نجات داد. به قول معلممان حسابی اهل آداب معاشرت بوده.

بابا با خنده گفتند: آداب معاشرت؟! ناألاً خودش آنها را فرستاده بود.

خیلی تعجب کردم و با کنجکاوی پرسیدم: باورم نمی‌شود. آخر چرا؟

بابا که از یادآوری خاطرات گذشته، حسابی خنده‌شان گرفته بود گفتند: به خاطر اینکه با من دوست بشود آن نقشه را کشیده بود تا با کمک کردن به من، با هم رفیق بشویم. بعدها خودش برایم تعریف کرد و کلی هم معذرت خواست که راه درستی برای دوست شدن و آداب معاشرت انتخاب نکرده بود. اتفاقاً با آن همکلاسی‌هایم هم بعداً صمیمی شدیم. حالا که فکر می‌کنم، می‌بینم ارزشش را داشت. ارزشش بیست سال رفاقت است.

از شنیدن حرف‌های بابا ناخودآگاه یاد احمدی افتادم. به بابا گفتم: یکی از بچه‌ها تازه به کلاس‌مان آمده و هیچ دوستی ندارد. چون زیادی سرش توی کتاب و دفتر است. حتی زنگ‌های تفریح هم می‌نشیند یک گوشه و کتاب می‌خواند و با کسی دوست نمی‌شود. بچه‌ها می‌گویند آداب معاشرت بلد نیست.

پدرم گفتند: علی جان، شاید خجالت می‌کشد و نمی‌تواند با کسی دوست بشود. تو پیش‌قدم شو و با او دوست شو. چند لحظه‌ای فکر کردم و گفتم: آخر چطوری با او دوست شوم؟

بابا خندیدند و گفتند: نقشه‌ای به ذهنم رسید. رسیدیم خانه، برایت می‌گویم.

فردای آن روز طبق نقشه‌ی بابا، تیله‌های کودکی‌شان را بردم مدرسه تا به بچه‌ها نشان بدهم. زنگ تفریح را زدند. صادقی با عجله از کنارم گذشت و شان‌اش خورد به من و همه تیله‌هایم پخش زمین شد. من و سعیدی و حسین صادقی، مشغول جمع کردن تیله‌ها شدیم. تیله‌ها همه‌جا پخش شده بودند. زیر نیمکت‌ها، پشت سطل زباله، زیر کُمد وسایل. رو کردم به احمدی و گفتم: احمدی! تو هم می‌آیی کمک؟ احمدی انگار از کمک خواستن من خوشحال شد. آمد جلو و دانه‌دانه تیله‌ها را از روی زمین جمع کرد.

جمع کردن تپله‌ها که تمام شد، زنگ تفریح هم زده شد. از بچه‌ها تشکر کردم و گفتم: ببخشید که به خاطر من، تمام زنگ تفریح را ماندید توی کلاس. احمدی خندید و گفت: اشکال ندارد، عوضش جمع کردن تپله‌ها، خیلی کیف داد. صادقی به من نگاه کرد و چشمک زد که یعنی نقشه‌ات گرفت. بعد با خنده گفت: درست است که زنگ تفریح را ماندیم توی کلاس، ولی ارزشش را داشت با احمدی دوست شویم. همگی خندیدیم. از آن روز به بعد دوست‌های صمیمی همدیگر شدیم. به قول بابا، داشتن دوست‌های خوب نعمت است.

- آیا دوست پدر علی راه درستی برای ایجاد رابطه‌ی دوستانه انتخاب کرده بود؟

- تو کسی را می‌شناسی که نمی‌تواند با دیگران دوست شود؟ دلت می‌خواهد برای دوست شدن با او پیش قدم شوی؟

- به نظرت برای اینکه دوستی‌ها صمیمی و ادامه‌دار باشند، چه صفت‌هایی باید داشته باشیم؟

بازخورد
از کودک



تقاریر



نقاشی شماره ۱: من تنها و من با دوستانم

اهداف

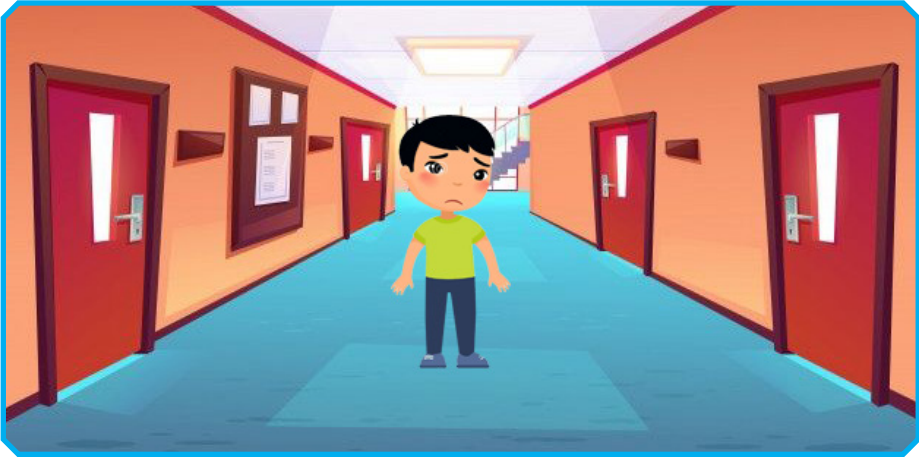
- ایجاد فرصت مقایسه‌ی تنها و با دوستان بودن برای کودک؛
- جلب توجه کودک به اهمیت روابط و دوستی‌ها؛
- آموزش آداب معاشرت برای جلوگیری از ناراحت کردن دوستان؛
- آموزش روش درست ابراز ناراحتی در صورت نیاز؛



زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

به کودک بگویید خود را در دو موقعیت نقاشی کند. در یک موقعیت در حیات مدرسه تنها ایستاده است و در موقعیت دیگر دوستانش دور او جمع شده‌اند و حرف می‌زنند.



- وقتی تنهایی چه احساسی داری؟
- وقتی دوستان پیشت هستن، چه احساسی داری؟
- با دوستان بودن باعث میشه بهت خوش بگذره؟
- اگه اینجا کسی حرفی بزنه که تو ناراحت بشی چیکار می‌کنی؟
- اگه تو کسی رو ناراحت کنی چی؟ اون موقع باید چیکار کنی؟

بازخورد
از کودک



نقاشی شماره ۲: چه کارهایی بلدی انجام بدی؟

اهداف

- جلب توجه کودک به توانمندی‌ها و نقاط مثبت خود؛
- آموزش کمک به دیگران؛
- آموزش سخاوت داشتن در بخشش علم و مهارت خود به کودک؛



زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

از کودک بخواهید خود را در حال انجام کارهایی که بلد است انجام دهد، نقاشی کند. از او بپرسید: چه کارهایی بلدی انجام بدی؟ خودت رو بکش و بعد به من بگو چه کاری هست و چه طور یاد گرفته‌ای انجامش دهی.

- در نقاشی‌ات در حال انجام چه کاری هستی؟
- این کار رو معمولاً چه وقتایی انجام میدی؟
- به نظرت تو کدوم یکی از این کارها ماهرتری؟
- چطور شد که یادش گرفتی؟
- اگه قرار باشه به کسی یادش بدی چجوری یاد میدی؟

بازخورد
از کودک



نقاشی شماره ۳: کی چی دوست داره؟

اهداف

- آشنا شدن با علایق اطرافیان؛
- ایجاد و تقویت ارتباط مثبت و موثر والد کودک؛
- جلب توجه کودک به دانستن علایق دیگران؛
- اهمیت آشنایی با علایق دیگران برای حفظ روابط دوستی؛



زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

به کودک بگویید نقاشی بکشد و مثلاً نشان دهد شما چه چیزی را دوست دارید. یا فرد دیگری مثل یک دوست، همکلاسی، بچه‌ی همسایه، پدر یا برادر و خواهر. می‌تواند برای چند نفر این نقاشی را بکشد.

- چرا فکر می‌کنی من (یا دوستت) به این چیز علاقه داریم؟
- میتونی در مورد این دلیل بیشتر توضیح بدی؟
- حالا میتونی بگی این فرد از چه چیزهایی خوشش نیامد؟
- چطور شده که فکر می‌کنی این چیزی که میگی رو دوست نداره؟
- به نظرت مهمه که ما علایق همدیگه رو بشناسیم؟ چرا؟

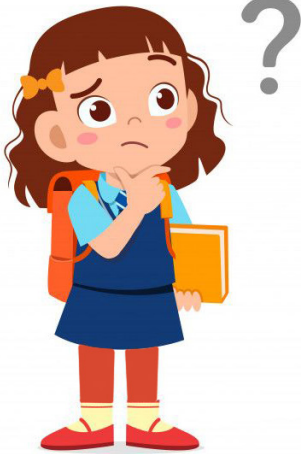
بازخورد
از کودک



نقاشی شماره ۴: دوستت رو یاری کن

اهداف

- کمک به هم‌نوع و ارزش آن؛
- اهمیت کمک به دوستان برای حفظ ارتباط دوستی؛
- اهمیت دوستی و حفظ دوستان؛
- تقویت قوه‌ی تخیل و خلاقیت کودک؛



زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

از کودک بخواهید دوستش را در موقعیت‌های مختلفی نقاشی کند که ممکن است احساس ناراحتی کند یا دچار مشکل شده باشد. سپس این نقاشی‌ها را برای شما تعریف کند. اتفاقات می‌توانند واقعی باشند یا خیالی.

- چرا فکر کردی که دوستت تو این موقعیت ممکنه ناراحت باشه؟
- چطور بهش کمک می‌کنی اگه این اتفاق بیفته؟
- من جای دوستت توی این موقعیت باشم، بهم چی میگی؟
- چجوری می‌خواهی حالم رو بهتر کنی؟
- کمک خواستن برای تو کار سختیه؟
- اگه خودت تو این موقعیت بودی سخت بود به دوستت بگی کمکت کنه؟

بازخورد
از کودک



سویا نیواس کا



۱- فرار از سیاره‌ی زمین

در این انیمیشن، مفهوم خانواده، حمایت از آن و نیز کمک به دیگران نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای دارد. خانواده و کار گروهی در این انیمیشن به صورت مثبت و تأثیرگذار نشان داده شده است. معیارهای خشونت و ناهنجاری اجتماعی شدت متوسطی دارند که در پایان انیمیشن دلایل موجه و ناموجه بودن آن‌ها ارائه می‌شود.



۸۹ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودک بگویید: این انیمیشن ابرقهرمانی و خانوادگی، داستان دو برادر فضایی است که به سیاره‌ی زمین سفر می‌کنند و انسان‌ها آن‌ها را دستگیر می‌کنند تا روی آن‌ها آزمایش‌هایی صورت بگیرد. یکی از آن‌ها ابرقهرمانی به نام اسکورچ و دیگری نابغه‌ای به نام گری است. اسکورچ و گری در این سفر با سه موجود فضایی دیگر آشنا می‌شوند تا با کمک آن‌ها مانع نابودی سیارات دیگر به دست انسان‌ها شوند. در نهایت نیز خودشان و دیگر موجودات فضایی را از بند انسان‌ها آزاد می‌کنند و به سیاره‌ی خود

بازمی‌گردند. می‌توانید با فرزندتان درباره‌ی حمایت‌های اعضای این خانواده از یکدیگر صحبت کنید و به نقش مؤثر افراد در خانواده اشاره کنید. با فرزند خود درباره‌ی رابطه‌ی میان اسکورچ و گری در خانواده و محیط کار، صحبت کنید و از او بخواهید که ارتباط این دو برادر را در ابتدای داستان و در انتهای داستان با یکدیگر مقایسه کند و برای شما توضیح دهد و بگوید کدام الگوی رفتاری مناسب‌تر بود؟



گفت‌وگوی بعد از تماشا

- از فرزند خود درباره‌ی خیانت لینا به گروه بپرسید و از او بخواهید عواقب کار لینا را شرح بدهد.
- از فرزند خود درباره‌ی اعمال و رفتارهای شنکر بپرسید، مثلاً آیا شنکر کار درستی می‌کرد که دیگران را به زور به انجام کاری وامی‌داشت که دوست نداشتند؟
- از فرزند خود بپرسید شنکر با داشتن آن همه تکنولوژی‌های قدرتمند چه کارهای بهتری می‌توانست انجام دهد؟
- از فرزند خود بپرسید دنیای موجودات فضایی چقدر واقعیت دارد؟



برای دانلود انیمیشن، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



۲- تقلا کردن

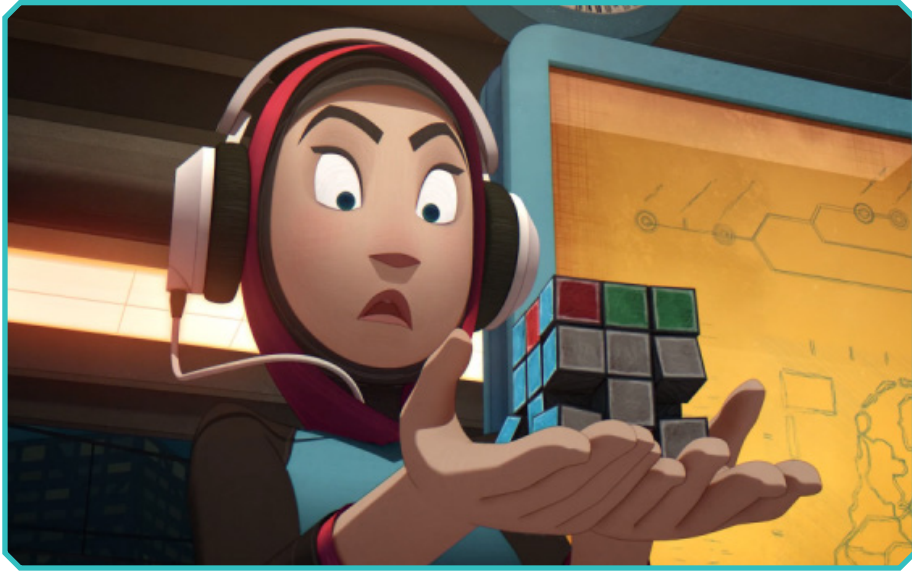
انیمیشن «تقلاکردن» انیمیشنی کوتاه و صامت است که رفتار اجتماعی روزمره‌ی مردم در ایستگاه قطار را روایت می‌کند. خشونت‌ی که در این اثر نمایش داده می‌شود، به شکل خشونت‌های کوتاه و گذرای رفتاری است و با تغییری که روبیک در رفتار آن‌ها ایجاد می‌کند، این مسئله حل می‌شود.



۶ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودک خود بگویید: دختری که در این انیمیشن با روبیک بازی می‌کند و از قطار جا مانده است، به‌صورت مناسبی روی نیمکت نمی‌نشیند و آدامس‌جویدنش صورت مناسبی ندارد؛ اما در طول داستان، با تغییری که روبیک در حال او ایجاد می‌کند و حالش را بهتر می‌کند، رفتار دختر هم تغییر کرده و با آرامش بیشتری رفتار می‌کند.



گفت‌وگویی بعد از تماشا

از فرزندان بپرسید:

- چرا روبیک خود را به افرادی که از قطار جا می‌مانند، می‌رساند؟
 - اگر می‌توانستی مثل روبیک کاری کنی تا حال مردمی که از اتفاقات روزمره‌شان دچار عصبانیت و استرس می‌شوند، کمی بهتر شود و با حال بهتری روزشان را ادامه دهند، چکار می‌کردی؟
 - آیا تو بلدی یک مکعب روبیک را مرتب کنی؟
 - برای بهتر کردن حال مردم چه ایده‌ای داری؟
- در صورت امکان و علاقه داشتن کودک می‌توانید یک مکعب روبیک برای او تهیه کنید.



برای دانلود انیمیشن، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



۳- آنا و سلطان

براساس زندگی واقعی در سال ۲۰۰۰ ساخته شده است و ژانر ماجراجویی دارد. در گذشته فیلمی با همین نام در کشور آمریکا ساخته شده است. اگر فرزندان نمی‌تواند رابطه‌ی خوبی با دوستانش برقرار کند، تماشای این انیمیشن توصیه می‌شود؛ زیرا پسر آنا و شاهزاده از ابتدا دید خوبی نسبت به هم نداشتند و همدیگر را مسخره می‌کردند؛ اما سعی کردند با هم دوست شوند.



۴۱ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودک خود بگویید: در این انیمیشن سلطان برای آموزش فرزندانش معلمی از کشور انگلیس استخدام می‌کند و ماجراهایی رخ می‌دهد. احترام به فرهنگ‌های مختلف و نژادها و ملیت‌های مختلف از مهم‌ترین پیامدهای آن محسوب می‌شود. حتماً ضمن تماشای این انیمیشن به فرزندان توضیح دهید که نباید انسان‌ها را براساس نژاد یا چهره قضاوت و مسخره کرد، بلکه راه درست این است که با وجود

تفاوت‌ها بتوان در کنار هم به‌خوبی زندگی کرد. همچنین درباره‌ی دست‌نزدان شاهزاده به خانم معلم هم می‌توانید توضیحاتی بدهید که هرکس فرهنگ مخصوص به خود را دارد و مانند آن‌ها باید به فرهنگ‌های مختلف احترام گذاشت. شاهزاده و پسر آن‌ا وقتی با هم دوست صمیمی شدند، از هم عذرخواهی کردند. حتماً به فرزندتان معذرت‌خواهی حین کار اشتباه را یاد بدهید. در صحنه‌ی فریب‌دادن سلطان و اسیر شدنشان توسط بچه‌ها، می‌توانید نکاتی ذیل فریب‌دادن مردم را بیان کنید و از اشتباه بودن این کار سخن بگویید. در صحنه‌ای سلطان از فرزندش در برابر معلم دفاع می‌کند، هنگام تماشای این صحنه به فرزندتان متذکر شوید که رفتار سلطان و کار شاهزاده مبنی بر فرار از کلاس اشتباه بود و هرکس اشتباهی مرتکب شود، باید آن را بپذیرد.

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- از فرزندتان بخواهید خلاصه و سیر داستان را بیان کند.
- از او بخواهید پیام مهم داستان را بیان کند. با این کار متوجه می‌شوید که آیا برداشت درستی از داستان داشته است یا خیر.
- از او بپرسید:
- اگر جای پسر آن‌ا بود، در مقابل رفتارهای زشت شاهزاده چه می‌کرد؟ راه درست چیست؟
- اگر پسر آن‌ا مانند او، او را مسخره می‌کرد چه اتفاقی می‌افتاد؟ کار درست چیست؟
- درباره‌ی فریب‌دادن و مفهوم این کار از او سؤال کنید.
- به‌نظر فرزندتان این کار تا چه حد اشتباه است و چه پیامدهایی به همراه دارد.
- از فرزندتان بخواهید نظرش را در رابطه با رفتار شاهزاده با پسر خانم معلم بگوید.



برای دانلود انیمیشن، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



۴- هشتگ خاله سوسکه

این سریال ژانری موزیکال و فانتزی دارد و در سال ۱۳۹۷ تولید شده است.



۵۰ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودک بگویید: در شهر افسانه‌ها شخصیت قصه‌های مختلف در کنار هم زندگی می‌کنند. در شب عروسی خاله‌سوسکه و آقاموشه بعد از گذشتن ساعت دوازده، جشن متوقف می‌شود و همه به خانه‌های خود برمی‌گردند؛ زیرا شهر توسط دیو بدجنس به طلسم تکرار دچار شده است. مردم شهر هم برای اینکه این طلسم را از بین ببرند با هم متحد می‌شوند تا دیو را شکست دهند. با فرزندتان درباره‌ی رفتارهای درست و نادرست شخصیت‌ها مانند همکاری در شکست دیو، باطل کردن طلسم و توهین و تمسخر دیگران گفت‌وگو کنید تا متوجه پیام‌های مثبت و ناهنجاری‌های سریال بشود. می‌توانید درباره‌ی داستان‌های عامیانه‌ی ایرانی مانند حسن‌کچل و خاله‌سوسکه با فرزند

خود گفت‌وگو کنید. درباره‌ی تصمیمات و رفتار شخصیت‌های سریال و داستان‌های اصلی هریک از شخصیت‌ها در ادبیات عامه، (مانند داستان حسن‌کچل، خاله‌سوسکه و...) با فرزند خود گفت‌وگو کنید.

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- راز موفقیت مردم شهر افسانه‌ها در باطل کردن طلسم چیست؟
- ملک‌محمد چرا به دیو تبدیل شد؟
- آیا رفتارهای طیاره با دیگران کار درستی است؟
- اگر مردم شهر افسانه‌ها امیدشان را از دست می‌دادند، چه می‌شد؟
- تاکنون داستان‌های عامیانه‌ی خاله‌سوسکه و حسن‌کچل را شنیده‌ای؟
- به‌نظرت چرا این شخصیت‌ها خاکستری‌اند و الگوهای خوبی نیستند؟



برای دانلود انیمیشن، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



۵- فیلم پدر آن دیگری

داستان این فیلم در مورد پسری چهار ساله به اسم شهاب هست که توی یک خانواده پنج نفره زندگی می‌کنه. شهاب تا حالا که به این سن رسیده حرف نزنده و مبتلا به موتیسمه. پدر و مادر شهاب نگرانن و کلی برای دکتر و درمان اون وقت میذارن اما این عدم پذیرش و رفتار متناقض خانواده با او وضعیت، شهاب را روز به روز با چالش بیشتری رو به رو می‌کرد تا جایی که شهاب پدر خودش را بابای آرش (برادر بزرگترش) خطاب می‌کرده.

نداشتن مهارت جرات‌ورزی باعث شد شهاب توسط بزرگسالان و همسالانش مرتباً مورد قلدری و تمسخر قرار بگیره تا جایی که بچه‌ها بهش میگن خنگ!!!
فیلم پدر آن دیگری، جدا از داستان زیبایش، یک دوره‌ی تمام عیار تربیت فرزند است. دیدن این فیلم جذاب را به همه‌ی پدر و مادرها پیشنهاد می‌کنیم.



۱۰۲ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

ماجرای صحبت نکردن شهاب تا قبل از هفت سالگی و شروع مدرسه ادامه پیدا می‌کند. در این بین تنها کسی که او را همانطور که بود پذیرفت و از صمیم قلب با او همراهی و همدلی می‌کرد مادر بزرگه که کلید حرف زدن شهاب تنها در دست مادر بزرگ بود. همین موضوع باعث شده بود شهاب نتواند با دوستانش ارتباط خوبی برقرار کند و با خانواده‌اش هم مرتب دچار سردرگمی می‌شد. ولی شهاب در دلش دوست داشت با همه‌ی اعضای فامیل و دوستانش معاشرت کند و دوست باشد. فکر می‌کنی شهاب میتونه حرف بزنه و با دوستان و خانواده‌اش ارتباط برقرار کنه؟



گفت‌وگوی بعد از تماشا

- نظرت در مورد واکنش دوستان شهاب به او چیه؟
- فکر می‌کنی آگه تو جای شهاب بودی، چکار می‌کردی؟
- به نظرت خانواده‌ی شهاب واکنش درست نشان دادند؟



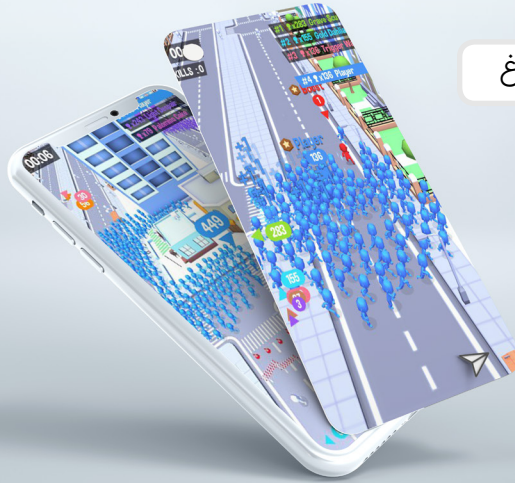
برای دانلود انیمیشن، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.

A group of people are shown from the chest up, holding their smartphones. The background is a blurred outdoor setting with trees and a path. One person on the left is holding a white smartphone with a blue circular interface on the screen. Another person in the center is holding a black smartphone. A third person on the right is holding a pink smartphone. The overall scene suggests a group activity or a social gathering where everyone is using their mobile devices.

بازی‌های دیجیتال

قبل از شروع بازی‌ها سعی کنید بازی را نصب کرده و با محیط بازی آشنا شوید. بعد در فرصتی مناسب کودک را تشویق به انجام این بازی‌ها کنید.

۱: شهر شلوغ



بازیکن در این بازی در خیابان‌های شهر به دنبال یارگیری و طرفدار جمع کردن است و هر چه بیشتر بتواند طرفدار جمع کند، شانس برنده شدنش بالا می‌رود. در این بین گروه‌های دیگری هم در حال رفت و آمد هستند، در رویارویی گروه‌ها با یکدیگر، گروهی برنده است که تعداد افرادش بیشتر باشد.

سعی کنید با فرزندتان در مورد زمان بازی از قبل به توافق برسید! در مورد کار گروهی و انفرادی با فرزند خود صحبت کنید. از مزایا و معایب کار گروهی و یا انفرادی برایش بگویید. یکی از شاخص‌های این بازی، لذت بخش بودن همراه کردن دیگران و جذب آن‌هاست. لازم است با فرزندتان در مورد مفهوم پیوستن به گروه و جذب شدن یا جذب کردن صحبت کنید. در مورد مفهوم کار گروهی با فرزندتان صحبت کنید؛ برای فرزندتان روشن کنید همیشه فعالیتی که دسته‌جمعی انجام می‌شود الزاماً آن کار درست و هدفمند نیست. باید قبل از انجام هر فعالیتی در مورد آن از خودش سؤال کند و کنجکاوای خود را در مورد درست یا غلط بودن مسیر گروه، واگذار به جمعیت آن گروه نکند.

گفت‌وگوی قبل
از بازی

در طول بازی و در اتمام آن سعی کنید او را همراهی کنید. با فرزند خود در مورد محتوای بازی صحبت کنید. از او بپرسید:

- فکر می‌کند معمولاً کار گروهی بهتر به نتیجه می‌رسد یا کارهای انفرادی؟
- ممکن است همیشه راه درست و حقیقت در گرو همراه بودن با جمعیت بیشتر و به قول معروف هم رنگ جماعت شدن باشد؟
- آیا کسی می‌تواند به صورت انفرادی در مسابقه‌های واقعی‌تر زندگی موفق شود؟

دنیای بچه‌ها خیلی فانتزی تر و ساده‌تر از آنیست که ما فکر می‌کنیم. ممکن است با خود تصور کند اگر همیشه تعدادمان بیشتر باشد می‌توانیم برنده شویم یا حق برنده شدن با ماست. انسان ذاتاً موجودی اجتماعیست و در اجتماع رشد پیدا می‌کند اما لازم به ذکر است که این مفهوم برای کودک توضیح داده شود که در دنیای واقعی گاهی انسان مجبور می‌شود تنها، مسیری را طی کند در صورتی که جمعیت زیادی در گروه‌های مختلف راه‌های دیگری را طی خواهند کرد. اما برنده شدن همیشه در گرو بزرگ بودن جمعیت گروه‌ها نیست.

- از فرزندتان سؤال کنید برنده شدن را معمولاً در چه چیزی می‌بیند؟

- ممکن است یک گروه بزرگ با جمعیت زیاد راهی اشتباه را در پی گیرند؟

گفت‌وگوی بعد
از بازی

برای دائلود بازی، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



۲: آمیرزا



آمیرزا، فاقد محتوای آسیب‌زا می‌باشد و بیشتر، جنبه‌ی ورزش ذهن را دارد. گفت‌وگو و گفت‌وگو و گفت‌وگو؛ کار مهمی که باید با فرزندان‌تان حین بازی و بعد بازی انجام دهید!

در بازی آمیرزا شما می‌توانید با سؤال‌هایی غیرمستقیم کودک خود را راهنمایی کنید که به کلمه‌ی موردنظر نزدیک شود یا برسد. به‌عنوان مثال، کلمه‌ی «میز». شما می‌توانید با سؤال کردن کودک خود را به هدف بازی برسانید. به این صورت که شما می‌توانید سؤال کنید «مدرسه که میری کتاب و دفترها تو روی چه چیزی می‌گذاری و مشق می‌نویسی؟» و اگر کودکان در یافتن کلمه ناکام ماند با او همدلی کنید و احساسش را درک کنید و به مثال‌ها و راهنمایی‌های بیشتر بپردازید.

در بازی آمیرزا می‌توانید حروف ریخته شده در سینی را به کودک نشان دهید و از او بخواهید صداکشی کند. این کار به شناخت او کمک زیادی می‌کند. بازی به خاطر کلماتیک بودن کمی سخت است، ممکن است سرخوردگی به همراه داشته باشد، پس فرزندان را رها نکنید. با همراهی و راهنمایی غیرمستقیم‌تان دلش را گرم کنید.

گفت‌وگوی قبل
از بازی

قبل از بازی به کودک بگویید: اساس بازی برای چیدن حروف کنار هم و ساختن کلمات، مانند جدول حل کردن روزنامه‌ها در قدیم است. حتی می‌توانید این بازی را شفاهی یا روی کاغذ به خانه هم بیاورید و از آن ایده بگیرید و لحظات شاد و مفرحی را کنار خانواده، تجربه کنید.

گفت‌وگوی بعد
از بازی

بعد از بازی هم می‌توانید در مورد نحوه‌ی بازی و حس فرزندتان به بازی، صحبت کنید.

- از او بخواهید که بگوید با جلو رفتن مراحل چه پیشرفتی را در خود احساس می‌کند و هر چه جلوتر می‌رود چه حسی دارد؟

- آشنا شدن با کلمات چه کمکی می‌تواند به او بکند؟

برای دانلود بازی، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



دعا و نیایش

در پایان، متن این دعا و نیایش را با فرزند خودتان بخوانید:

طبق فرموده امام علی علیه‌السلام و امام صادق علیه‌السلام، دعا در این زمان‌ها به استجابت نزدیک است: بعد از نماز، هنگام تلاوت قرآن، قبل از اذان صبح، بعد از طلوع فجر، بعد از ظهر و بعد از مغرب، قبل از بلا و سختی‌ها، شب عید قربان و اول رجب، روز عرفه، نیمه شعبان، شب عید فطر، ماه مبارک رمضان، روزهای جمعه.

می‌توانی این دعاها را خوب با همراه بزرگ‌تره‌ها بخوانی. این دعاها را یاد بگیر و با خدا گفت‌وگو کن. خدا صدا و دعای تو را که پاک و خوب هستی، دوست دارد.

خدایا؛ من می‌دانم که تو خوب رفتار کردن با دیگران را دوست داری.
من سعی می‌کنم بخاطر خوشحال کردن تو، رفتارم با دیگران خوب و درست باشد.

خدای مهربانم؛ اگر جایی نتوانستم خوب و درست با دیگران رفتار کنم، تو من را کمک کن تا زودتر بتوانم اشتباهاتم را جبران کنم.

تو خدای من و همه عالم هستی. خودت ما را کمک کن تا در کنار هم زندگی خوبی داشته باشیم.

خدای مهربانم؛ من می‌دانم اگر اشتباهی از من سر زد، تو من را می‌بخشی و مثل همیشه دوستم داری.

خدایا بر پیامبر مهربانت و خاندان عزیزشان درود بفرست و من را از پیروان ایشان قرار بده.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله

دعای کودکان از امت من
تا زمانی که مرتکب گناه
نشده اند مستجاب می شود

سخن ج ۹، ص ۳۵۷



منابع

- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از مثنوی مولوی. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از گلستان و ملستان. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، مصطفی رحماندوست، نگین فراهانی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های چهارده معصوم (ع). موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از آثار شیخ عطار. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از سندبادنامه و قابوسنامه. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، زهرا موسوی، محمد میرکیایی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از مرزبان‌نامه. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از کلیله و دمنه. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی، مرتضی ممیز. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از قصه‌های قرآن. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مرتضی مجدفر، لیلا سلیقه‌دار، ابراهیم اصلانی، محرم آقازاده. ۱۳۹۳. خیلی نزدیک، کمی دور: مهارت‌های زندگی: تفاهم و همدلی. مرآت
- محرم آقازاده، ابراهیم اصلانی، لیلا سلیقه‌دار، مرتضی مجدفر. ۱۳۹۳. دنیای من، دنیای تو: مهارت‌های زندگی: روابط بین فردی و ارتباط مؤثر. مرآت
- لیلا سلیقه‌دار، ابراهیم اصلانی، مرتضی مجدفر، محرم آقازاده. ۱۳۹۲. سیب‌هایی سر راه مهارت‌های زندگی: تصمیم‌گیری. مرآت
- محرم آقازاده، مرتضی مجدفر، ابراهیم اصلانی، لیلا سلیقه‌دار. ۱۳۹۲. ویندوز جدید زندگی! مهارت‌های زندگی: مهارت زندگی در دنیای امروز. مرآت
- لیلا سلیقه‌دار، محرم آقازاده، ابراهیم اصلانی، مرتضی مجدفر. ۱۳۹۲. عبور از دیوارهای بلند مهارت‌های زندگی: مهارت رودرویی با بحران‌های زندگی. مرآت
- مرتضی مجدفر، لیلا سلیقه‌دار، محرم آقازاده، ابراهیم اصلانی. ۱۳۹۲. اندیشه نو، زندگی متفاوت مهارت‌های زندگی: مهارت‌های فرایندی: تفکر خلاق و تفکر نقاد. مرآت
- محرم آقازاده، لیلا سلیقه‌دار، مرتضی مجدفر، ابراهیم اصلانی. ۱۳۹۲. یک شهر، یک سقف مهارت‌های زندگی: مهارت شهروندی. مرآت
- رضاعلی نوروزی، مریم صاعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۳۹۴. شهربازی هوش هیجانی: کودک اجتماعی. یار مانا

- ابراهیم اصلانی، محرم آقازاده، مرتضی مجدفر، لیلا سلیقه‌دار. ۱۳۹۲. گره‌گشایی در روز روشن مهارت‌های زندگی: تعارض و حل مسئله. مرآت

- رضاعلی نوروزی، منیره عابدی‌درچه، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک خودآگاه. یار مانا، مهرآفرین

- رضاعلی نوروزی، منیره عابدی‌درچه، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک خودآگاه. یار مانا، مهرآفرین

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک اجتماعی. یار مانا

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک خلاق. یار مانا، مهرآفرین

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک سازگار. یار مانا، مهرآفرین

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۴۰۰. شهربازی هوش هیجانی: کودک خلاق. یار مانا

- رضاعلی نوروزی، نگین درخشنده، مریم همت. ۱۳۹۲. داستان‌های فکری برای کودکان ایرانی (مجموعه‌ی ۱۰ جلدی). نشر آموخته

.....

- شارنل بارتل. ۱۳۹۶. صد و یک بازی نشاط آور برای بچه‌های ۶ تا ۱۰ سال، ترجمه: حسین فدایی حسین، تهران: نشر صابرین.

- فاطمه بدرطالعی. ۱۳۹۴. بازی‌های محلی ایران برای کودکان و نوجوانان، تهران: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان .
- اسماعیل جعفری. ۱۳۹۷. دایره‌المعارف بازی کودکان، تهران، نشر ندای سینا.

- پترا رایین هارد. ۱۳۹۱. ۲۵۰ بازی ۵ دقیقه‌ای با بچه‌ها در خانه و مهد و مدرسه، ترجمه: اکبر قندی، تهران: نشر قدیانی.

- شاندو واردا. ۱۳۹۷. ۱۰۱ بازی خانوادگی، ترجمه: منصوره اصلانی. تهران: نشر صابرین.

- جی کی چن، امیلی ایزبرگ، مارا کرچوسکی. ۱۳۹۳. پروژه طیف (تجربه‌ها و فعالیت‌هایی برای افزایش هوش‌های چندگانه در کودکان پیش‌دبستانی). ترجمه: علی اکبر ابراهیمی، احمد عابدی. اصفهان: نشر نوشته.

- جان گاتمن. ۱۳۹۱. پرورش هوش هیجانی در کودکان. ترجمه: حمیدرضا بلوچ، تهران، نشر رشد.

- استنلی گرین اسپن. ۱۳۹۴. کلیدهای پرورش احساس امنیت در کودکان. ترجمه: اکرم کرمی، تهران: نشر صابرین.

- سایت بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای به آدرس (www.ircg.ir)

- سامانه‌ی دستیار چندرسانه‌ای خانواده؛ کدومو به آدرس (www.kodoumo.ir)

- مرجع تحلیل تربیتی انیمیشن‌ها به آدرس (www.chikhoobeh.com)

- سرویس اشتراک ویدیو به آدرس (www.aparat.com)

- مرجع پخش زنده و آرشیو شبکه‌های صدا و سیما به آدرس (www.telewebion.com)

- سایت دانلود برنامه و بازی برای اندروید؛ کافه بازار به آدرس (www.cafebazaar.ir)