تاک

کودک مسئولیت‌پذیر

فریبرز محمدی‌فارسانی*

● با کمی دقت در محیط انسانی پیرامون، آنچه به‌طور مشهود خودنمایی می‌کند، این است که بسیاری از بزرگسالان از مسئولیت‌پذیری در ابعاد گوناگون خود، درک کامل و صحیحی ندارند. در واقع، بخش عمده‌ای از جوانان و بزرگسالان، افراد مسئولیت‌پذیری نیستند؛ چه در قبال خود و چه در قبال دیگران. همانند دیگر صفات موردنیاز برای داشتن یک زندگی فردی و اجتماعی موفق و ثمربخش، جایگاه آموزش و نهادینه‌سازی این صفت مهم و ضروری نیز دوره اوان کودکی است؛ آموزش مسئولیت‌پذیری یکی از وظایف ذاتی والدین است و باید از همان سال‌های اولیه کودکی در برنامه تربیتی آنان قرار گیرد. بی‌شک اگر کودکان از اوان کودکی آموزش ببینند، بزرگسالانی مسئول خواهند بود. یکی از راه‌های آموزش مسئولیت‌پذیری، سپردن برخی کارهای منزل به کودکان است. داشتن مسئولیت در خانه و مشارکت با اعضای خانواده برای یادگیری «مسئول‌بودن» به کودکان کمک می‌کند. سپردن کارهای خانه به کودکان، احترام‌گذاشتن را هم یاد می‌دهد؛ احترام به آنچه والدین برایشان انجام می‌دهند، احترام به وسایل و اسباب‌بازی‌هایی که در اختیارشان قرار گرفته و احترام به توانایی خودشان برای مشارکت با خانواده. داشتن مقداری استقلال در انجام کارها، علاوه بر اینکه مسئولیت‌پذیری را به کودکان آموزش می‌دهد، موجب می‌شود آنان به خود متکی شوند. بهترین راه یادگیری مسئولیت‌پذیری، این است که با ایجاد اندکی استقلال، به کودکان اجازه داده شود با عواقب طبیعی اعمال و رفتار خود مواجه شوند. لازم است کودکان در انجام کارها اشتباه کنند و از آن یاد بگیرند. بهترین زمان اشتباه‌کردن، همین اوان کودکی است؛ یعنی زمانی که ضرر و زیان ناشی از اشتباه در حداقل ممکن خود است. بنابراین لازم است به کودکان فرصت‌هایی داده شود تا به تنهایی با مسائل مواجه شوند؛ تصمیم بگیرند و عمل کنند. به‌عنوان مثال یکی از بزرگ‌ترین مشکلات بزرگسالان درخصوص مسئولیت‌پذیری، مدیریت پول است. عادت‌های خوب مالی باید از کودکی یاد گرفته شوند. برای اولین قدم، باید به کودکان در ارتباط با پس‌انداز و خرج‌کردن پول آموزش‌هایی داده شود. مثلا کودکان باید بتوانند برای مقدار کمی پول که به آنان داده شده تصمیم بگیرند. در همین زمان به‌راحتی می‌توان کمک‌کردن به دیگران را هم به آنان آموزش داد؛ کودکان یاد می‌گیرند نه‌تنها در قبال خود، بلکه در قبال نیازمندان به کمک نیز مسئول باشند و این‌گونه، مسئولیت‌پذیری اجتماعی آنان نیز تقویت می‌شود. مسئولیت‌پذیری اجتماعی، پیش‌نیاز توسعه یک زندگی اجتماعی مطلوب، باکیفیت و مولد و زیربنای توسعه پایدار کشورهاست. بر این اساس، لازم است آموزش مسئولیت‌پذیری از اولین محیط انسانی پیرامون یعنی خانواده، آغاز شود و با تدوین سیاست‌ها و طراحی و اجرای برنامه‌های نظام‌مند و منسجم در آموزش‌های رسمی ادامه یابد؛ در این بین آموزش خانواده به‌ویژه والدین از ضروریات است.

*پژوهشگر مؤسسه مطالعات کودکی مدرس

تخته سفید شماره ۵۶

مدارس از آموزش خانواده حمایت کنند

«خانواده»؛ حلقه گمشده امنیت جنسی کودکان

به نظر شما بیشترین سهم در تربیت جنسی کودکان مربوط به کدام‌یک از نهادهای خانواده، مدرسه و جامعه است؟

مسئله سوءاستفاده از کودکان مشکل و معضلی جهانی است و تقریبا همه کشورها به‌نوعی با آن درگیرند و این صرفا مربوط به کشور ما نیست. آنچه تفاوت را ایجاد می‌کند رویکردهای مقابله‌ای، سیاست‌های پیشگیرانه و آموزش‌های عمومی است که در هر کشوری وجود دارد و برای مردم آن جامعه ارائه می‌شود. در ایران بعد از اینکه چنین اتفاقی می‌افتد، جامعه دچار شوک می‌شود و در رسانه‌ها آتش‌فشانی از هیجان‌ها به پا می‌شود و همه درباره این مسائل بحث می‌کنند، اما بعد از مدتی همه‌چیز فروکش می‌کند تا دوباره فاجعه‌ای به این شکل رسانه‌ای شود و باز ما این منحنی سینوسی را داشته باشیم، اما هیچ‌گاه به این فکر نمی‌کنیم که برای آینده کودکانمان چه کرده‌ایم. اصولا در همه‌جای دنیا، مدل‌های آموزشی برای پیشگیری از سوءاستفاده جنسی کودکان، در دو گروه هدف (آموزش‌گیرنده) و دو سطح منبع (آموزش‌دهنده) تعریف می‌شود. گروه‌های هدف کودکان و گروه هدف والدین هستند. منابع اصلی حمایت‌کننده و آموزش‌دهنده این دو گروه، یکی مدارس و نهادهای آموزشی و دیگری مؤسسه‌های مردم نهاد است و دولت به‌عنوان یک سیاست‌گذار کلان، حامی کل این سیستم خواهد بود.

برای آموزش به کودکان کدام منبع آموزشی مهم‌تر است و چه مسائلی بهتر است در این نوع آموزش‌ها اولویت باشد؟

برای آموزش کودکان دو منبع اصلی وجود دارد: یکی والدین و خانواده و دیگری منبع مدرسه است. منبع والدین و خانواده مهم‌ترین نهاد آموزشی برای کودک در این حوزه است و دلیلش رابطه نزدیکی است که با کودک دارند. دو نکته بسیار مهم که والدین باید آگاه باشند این است که اول، والدین خودشان راجع‌به این مسائل آموزش دیده باشند، خوانده باشند و آگاه باشند تا بتوانند به کودکانشان آموزش دهند؛ به این شکل نیست که والدین با تصورات ذهنی خودشان بتوانند این مسائل را به کودکانشان آموزش دهند. دوم اینکه باید باور کنیم آموزش در این حوزه به‌یکباره اتفاق نمی‌افتد، زیرا آموزش به کودک در این حوزه باید متناسب با سن و رشد شناختی کودک باشد، در غیر این صورت کارساز و مؤثر نیست. مهم‌ترین مسائل و محورهایی که کودک از طریق خانواده و والدین باید آگاه باشد، مهارت‌های مرتبط با آگاه‌سازی کودک به‌منظور امنیت فردی و جسمی او و شناخت اندام و حریم خصوصی‌اش و لمس‌های خوب و بد و موارد این‌چنینی است که در کتاب‌های آموزشی وجود دارد و از ابتدایی‌ترین و مهم‌ترین محورهای آموزش است. در مرحله بعد توانایی اینکه بچه‌ها بتوانند موقعیت‌های خطرناک را تشخیص دهند، اهمیت پیدا می‌کند. بچه‌ها باید بتوانند روابط مشکوک را تا حدودی شناسایی کنند و مهارت این را داشته باشند که محیط مشکوک را ترک کنند. همچنین و مهم‌تر از همه، توانایی نه‌گفتن را داشته باشند. اینها صرفا در رابطه با والدین و آموزش‌های مستمر به وجود می‌آید و به این شکل نیست که در یک جلسه با کودک صحبت شود و تمام شود. دائم باید با داستان‌های مختلف و بازی‌هایی که با کودک انجام می‌شود، تعاملات اجتماعی‌اش تکرار شود تا به نوعی کودک آماده شود و این باور در کودک ایجاد شود که اگر حادثه‌ای رخ داد، می‌تواند با بزرگسالان مورد اعتمادش این مسئله را در میان بگذارد. نکته مهمی که باید تأکید کنم این است که انتظار زیادی است که تمام مسئولیت این اتفاقات را برعهده کودک بگذاریم. در جامعه مدرن امروزی اگر بخواهید رستورانی افتتاح کنید، نیازمند دریافت مجوزهای مختلف و همچنین گذراندن دوره‌های متعدد آموزشی برای اداره آن رستوران هستید اما متأسفانه در ارتباط با مسائل تربیتی و فرزندپروری این خلأ شدیدا وجود دارد؛ اینکه دغدغه والدین نیست که آموزش ببینند. متأسفانه والدین به تغذیه کودک اهمیت می‌دهند یا خیلی برایشان مهم است فرزندی خلاق یا باهوش یا دانشمند داشته باشند و هزینه و وقت زیادی را برای دوره‌های آموزشی کودکان‌شان صرف می‌کنند اما خیلی کمتر به این موضوع نگاه می‌کنند که تا چه اندازه خود ما به‌عنوان والدین نیازمند آموزش هستیم.

این روزها که در سوگ امنیت کودکانمان در خانه و مدرسه و کوچه و خیابان نشسته‌ایم و در سایه نبود قوانین کارآمد حمایتی از کودکانمان کاسه چه کنم در دست گرفته‌ایم، ماجرای مدرسه غیرانتفاعی منطقه‌ای درغرب تهران، نمک به زخم کهنه بی‌توجهی به «تربیت جنسی» در جامعه بود؛ تربیتی که پایه و اساس امنیت جنسی برای کودک و نوجوان و افراد بزرگسال است. از تعلل سؤال‌برانگیز و چندین‌ساله نمایندگان مجلس شورای اسلامی در تصویب لایحه حمایت از کودکان و نوجوانان که بگذریم، در هر حادثه‌ای که رخ می‌دهد، بسته به فضایی که حادثه در آن اتفاق می‌افتد، سازمان یا نهاد مرتبطی مورد خطاب و عتاب افراد جامعه قرار می‌گیرد و اینکه برای حفظ امنیت کودک سپرده‌شده به او چه کرده است؟ اما همه این سروصداهای رسانه‌ای مقطعی است و از حادثه‌ای به حادثه دیگر کوچ می‌کنیم، بدون اینکه سازمان‌های متولی، برنامه‌های مداخله‌ای و پیشگیرانه‌ای (که اولین گام برای حفظ امنیت کودکان است) در دست داشته باشند. در میان جاخالی‌دادن این سازمان‌ها و نهادهای متولی آموزش، نقش خانواده نیز در تربیت جنسی کودکان گم شده است. پدرومادرهای پرمشغله جامعه پردغدغه امروز که به بهانه تأمین معاش خانواده تمام بار تربیتی کودکانشان را به نهاد سردرگم و پیچیده آموزش‌وپرورش سپرده‌اند و در هر حادثه‌ای که رخ می‌دهد صرفا نگران می‌شوند و شاید اعتراضی هم بکنند، اما از نقش پررنگ خود در حفظ و سلامت جنسی کودکانشان غافل‌اند. عمادالدین احمدی، پژوهشگر حوزه کودک و کاندیدای دکترای رشته روان‌شناسی تربیتی دانشگاه فریدریش شیلرینا در آلمان، از نقش مهم پدرومادرها در حفظ امنیت جنسی کودکان می‌گوید. او با اشاره به اینکه نظام آموزشی مهم‌ترین منبع حمایتی برای آموزش صحیح به خانواده‌هاست، معتقد است والدین با تصورات ذهنی خودشان راجع‌به تربیت جنسی، نباید به کودک آموزش دهند و پیش از آن باید مطالعه کنند و برای آموزش خودشان وقت بگذارند. او خانواده را مهم‌ترین نهادی می‌داند که می‌تواند در تربیت جنسی کودک نقش تأثیرگذاری داشته باشد، زیرا کودک با خانواده نزدیک‌ترین ارتباط را دارد و مسئله مهم دیگر این است که خانواده بداند آموزش در این حوزه به‌یکباره اتفاق نمی‌افتد و نیازمند آموزش قدم‌به‌قدم و مستمر متناسب با رشد شناختی کودک است.

والدین از چه طریقی باید آموزش ببینند؟

برای آموزش والدین منابع مختلفی وجود دارد. یکی از این منابع می‌تواند مدرسه باشد. مدرسه به‌عنوان یک حلقه ارتباطی میان والدین و کودک و سازمان‌های ذی‌ربط مثل سازمان بهزیستی، سازمان نظام روان‌شناسی وزارت بهداشت که متولی آموزش متخصصان در این حوزه هستند عمل کنند و مدارس نقش میانجی را داشته باشند برای اینکه این شرایط را هماهنگ کنند. منبع دیگر کتب معتبری است که در این زمینه وجود دارد. منبع سوم هم می‌تواند سایت‌های معتبر باشد. البته فضای مجازی همیشه منبع موثقی نیست و بهتر است از این فضا با احتیاط بیشتری جهت کسب اطلاع استفاده کنند. منبع دیگر مؤسسه‌های مردم‌نهادی است که در این زمینه فعالیت می‌کنند و چون این سازمان‌ها شناخت بسیار درستی نسبت به مراکز پرخطر و گروه‌هایی با ریسک بالا دارند و متخصصانی که با آنها همکاری می‌کنند در این زمینه آموزش دیده‌اند، به همین دلیل خانواده‌ها می‌توانند در این زمینه از سازمان‌های مردم‌نهاد کمک بگیرند.

در مورد تربیت جنسی کودکان همیشه والدین با ابهامات بسیار زیادی روبه‌رو هستند. وقتی در مورد این مسئله با والدین صحبت می‌کنیم که باید کودکانتان آگاه شوند، می‌گویند چرا ما باید کودکان‌مان را بترسانیم و چرا ما باید از دنیا یک تصویر وحشتناک ارائه دهیم. نظر شما چیست؟

یکی از مسائل مهمی که باید اشاره شود، این است که آموزش در این حوزه باید مستمر باشد و آگاه‌سازی کودک پروسه‌ای طولانی است. در ابتدا ما به‌عنوان والدین باید یاد بگیریم چگونه با کودکانمان رابطه مؤثر داشته باشیم. باید توانایی گوش‌کردن و صحبت‌کردن با آنها را داشته باشیم؛ آنچه متأسفانه بزرگسالان هم در آن مشکل دارند ولی در ارتباط با کودکانمان اهمیت دارد زیرا اعتمادسازی برای کودک از خانه شروع می‌شود. اینکه کودک باور داشته باشد تحت هر شرایطی در حمایت خانواده است و کودک احساس کند بستری آرام و امن در خانه برایش وجود دارد و بداند که هرگز مورد قضاوت خانواده و والدین قرار نمی‌گیرد. پس جدا از آموزش مهارت‌های پیشگیری از سوءاستفاده کودکان به والدین باید اصول اولیه فرزندپروری را یاد بگیرند. اما اگر خود خانواده‌ها از قبل آموزش دیده باشند، این موضوع نباید برایشان نگرانی به وجود بیاورد. به دلیل اینکه تمام آموزش‌ها متناسب با سن کودک و رشد شناختی کودک باید به او آموزش داده شود؛ پس قرار نیست حجم زیادی از اطلاعات را که برای کودک قابل هضم نیست، بگذاریم روی میز و انتظار داشته باشیم کودک بفهمد. برای هر سنی هم شکل مناسب برای آموزش وجود دارد و همچنین آموزش‌ها قدم به قدم است و محتوای مناسب برای آموزش وجود دارد. یکی دیگر از مسائلی که خانواده‌ها در ارتباط با آموزش در این حوزه مطرح می‌کنند، نگرانی‌شان برای ترسی است که کودکان پس از آموزش ممکن است داشته باشند. متخصصان باور دارند که نگرانی از ترس کودک خیلی کمتر از نگرانی از داشتن کودکی بدون آگاهی و مهارت در معرض خطر است. همچنین والدین می‌گویند ما دائم در حال مراقبت از کودکانمان هستیم و هرگز نمی‌گذاریم با غریبه‌ها رفت‌وآمد کنند اما واقعیتی وجود دارد که امکان مراقبت همیشگی نیست. حتی اگر تلاش هم بکنید تبدیل به یک پدر یا مادر کنترلگر می‌شوید. در رابطه با راهکار اجتناب از برخورد با غریبه‌ها واقعیت این است که در ۹۰ درصد موارد کودک فرد سوءاستفاده‌گر را می‌شناسد و در ۶۵ درصد مواقع این فرد از اقوام نزدیک کودک است و صرفا اینکه کودک از ارتباط با غریبه‌ها اجتناب شود، راهکار مناسبی نیست.

در ارتباط با کودکان آسیب‌دیده چه راه‌های تشخیصی برای خانواده‌ها وجود دارد؟

محور دوم آموزش برای والدین، آموزش تشخیص علائم و نشانه‌هایی است که کودک بعد از اینکه مورد آزاروآذیت قرار گرفت از خود نشان می‌دهد و این بسیار مهم است که والدین یاد بگیرند چگونه نسبت به این مسائل واکنش نشان دهند. باور کلی‌ای که وجود دارد این است که والدین تصور می‌کنند سوءاستفاده‌های جنسی همیشه با آسیب‌های فیزیکی همراه است اما لزوما همیشه به این شکل نیست و علائم مختلفی را کودکان از خود نشان می‌دهند. در سنین پایین‌تر ممکن است علائم به شکل شب‌ادراری، کابوس شبانه، گریه‌های بی‌دلیل و چسبیدن افراطی به مادر بروز کند و از علامت‌های فیزیکی هم می‌توان به کبودی‌های احتمالی در بدن کودک اشاره کرد. برای سنین بالاتر به جز آسیب‌های فیزیکی‌ای که وجود دارد، می‌توان به مهم‌ترین علامت‌ها اشاره کرد؛ یعنی افت تحصیلی بی‌دلیل در نوجوانان، افسردگی یا استرس و همچنین گرفتن هدایای گران‌قیمت و غیرمعمول یا متوقف‌کردن فعالیت‌هایی مانند ورزش که در گذشته انجام می‌داده و کلاس‌هایی که می‌رفته. والدین با تکنیک‌هایی که آموزش دیده‌اند، می‌توانند به‌موقع مطلع و متوجه شوند و با کمک‌گرفتن از متخصصان و مداخلات روان‌شناختی از بروز تبعات درازمدت جلوگیری و به کودکشان برای گذر از این آسیب کمک کنند.

یادداشت

انصراف یا استمرار عضویت؟

تحسین مصطفی
آموزگار استان کردستان

● صندوق ذخیره امروز با وضع بغرنجی مواجه است که نه دولت، نه تشکل‌ها و نه رسانه‌ها مایل به اعلام صریح این وضعیت نیستند. در نهایت ضرر اصلی را فرهنگیان؛ چه در صورت ماندن و چه در صورت انصراف متحمل خواهند شد. اکثریت فرهنگیان زمانی عضو صندوق ذخیره فرهنگیان شدند که به این قناعت رسیدند که سرمایه‌گذاری با میزان ثابت سرمایه در صندوق ذخیره فرهنگیان از سرمایه‌گذاری در هر بازار دیگری، از جمله، بازار مسکن، بازار سرمایه و ارز سودآورتر است. در آن زمان به اندازه آورده فرد عضو، دولت موظف بود که به صندوق برای سرمایه‌گذاری کمک کند و سودش به فرهنگیان عضو برسد. امروز می‌دانیم که دولت بیشتر از یک دهه است که سهم خود را نپرداخته و البته جایی که دولت ظاهرا سهم خود را پرداخته، عملا نمی‌توان گفت ارزش پرداختش به دلیل تأخیر چندساله در حدی بوده که فرهنگیان بتوانند از سود آن منتفع شوند. درکل ۵۰ درصد از سرمایه مورد انتظار به صندوق نیامده تا در عمل، سرمایه‌گذاری در صندوق سودآورتر از بازارهای مشابه باشد. درواقع هر فرهنگی‌ای به اندازه پرداختی خود و نصف سود سرمایه خود ضرر کرده است. سوای مشکلات اقتصادی، مهم‌ترین چالش صندوق ذخیره فرهنگیان که مهم‌ترین مانع رشد اقتصادی صندوق ذخیره فرهنگیان است، مشکل «مالکیت» است. مستند به ماده ۹ اساسنامه صندوق ذخیره فرهنگیان، مالک صندوق ذخیره، فرهنگیان نیستند و البته عمق فاجعه خیلی بیشتر از این مسائل است، زیرا با امضای فرم عضویت فرد تمام حقوق و اختیارات را از خود سلب کرده و آن را واگذار می‌کند، بنابراین می‌توان گفت فرهنگیان فقط سرمایه‌ای را می‌دهند که نه شریک هستند و نه مالکیتی دارند و حتی حق امانت‌گذار برای فرهنگیان قائل نشده‌اند. ساختار صندوق چاق و فسادزاست. چاق‌بودن سبب می‌شود که این صندوق حیاط‌خلوت مدیران شود و هرکسی که در رأس قرار بگیرد، ایل و طایفه خود را در آنجا استخدام کند و سالانه مبلغ هنگفتی برای تأمین هزینه‌های جاری و حقوق نیروی انسانی از سودی که باید به فرهنگیان پرداخت شود هدر می‌رود. فسادزاست زیرا مالکیت مشخص نیست، مسئله تقسیم سود هنوز حل نشده است و ساختار به‌روز و کارآمد نیست. همچنین دردسر دیگر، پیک بازنشستگی در دو سال گذشته و پنج سال آینده است که اگر درست مدیریت نشود، به‌راحتی کل صندوق را ورشکست خواهد کرد. در سنوات گذشته هرجا شرکتی ضرر می‌داد، دست به تجدید ارزیابی املاک می‌زد و در غیاب نبود بازرس ورشکستگی را می‌پوشاندند، اما به دلیل عدم جذب سرمایه و استمرار ضررده‌ی شرکت، دیگر املاکی برای تجدید ارزیابی نداشته و اگر هم داشتند به دلیل وضعیت بازار املاک چوب‌خط سرفصل افزایش قیمت املاک شرکت پر و حتی اشباع است. خروج تعداد زیاد اعضا به دلیل بازنشستگی و بی‌اطمینانی سبب شده که ورودی سرمایه از خروجی کمتر شده و هر روز صندوق ذخیره بیشتر تحت فشار قرار بگیرد. لازم است معلمان جوانی که قصد عضویت دارند بدانند که سرمایه‌گذاری در صندوق ذخیره سودآورتر از بازارهای مشابه، از جمله بیمه عمر نیست. تصمیم‌گیری در مورد افزایش سهم تا حد پنج درصد کمی سخت است.

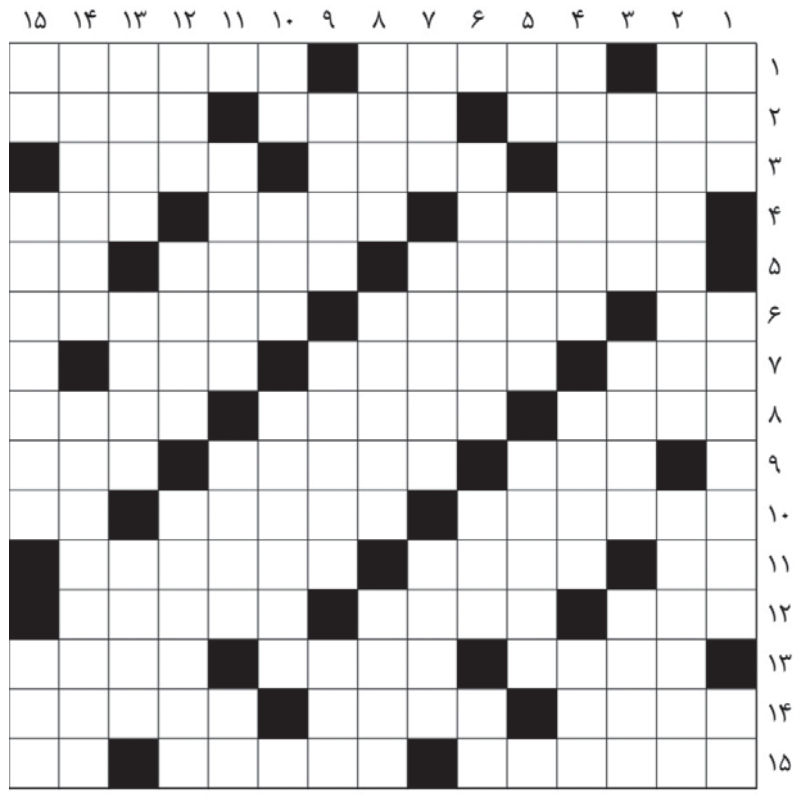
جدول ۳۱۲۵ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- نخستین شهید کربلا- خدای هندو- باعجله رفتن ۲- مخزن چربی شتر- تکه‌پارچه سه‌گوش- سرشت ۳- آرامگاه- ماه نو- جانشین ۴- وسیله‌ای برای انتقال صدا- روشن و فروزان- صدای گربه ۵- تعهد- اداره‌کننده- روز گذشته ۶- سدی در جنوب کشور- جانور خیالی ترسناک- مطیع و فرمانبردار ۷- از الفبای فارسی- نوعی شکلات- فریاد مهیب ۸- تشنه فریب- دینداری- وطن ۹- شخص- صباغ- آموختنی مدرسه ۱۰- پرنده نجار- بی‌خردی- بز کوهی ۱۱- دندانه سوهان- شکوه و جلال- فاقد تازگی ۱۲- احساس ترحم- حشره‌ای مزاحم- مخفی و پنهان ۱۳- واحد طول روسی معادل ۱۰۶۷ متر- لفافه- تاریک ۱۴- عددی دورقمی- نامی دخترانه- شیرینی متداول اصفهانی‌ها در هنگام نوشیدن چای ۱۵- پول و سرمایه- دورترین سیاره از خورشید- تصرف در مالی.

عمودی:

۱- دستور قاضی- علاقه‌مند- نفس خسته ۲- زمان رونق و رواج چیزی- دارای ترکیب ناهماهنگ و عجیب ۳- ترسناک- فراوان- رفت‌وآمد ۴- رهاشده از تعلقات دنیوی- آبگیر- صفت سرو ۵- پول ژاپن- دومین خلیفه اموی- دوتا صدتا ۶- حریف جنگی- بی‌عرضه- به‌نفع او ۷- سوره مورچه- شهری در استان همدان- سرایت‌کردن ۸- ارث برندگان- تاکسی سرویس- واحد اندازه‌گیری بار الکتریکی ۹- نوکر و خدمتکار- بسیار زیاد- جام ورزشی ۱۰- تردید- ساغر- اجرای دستورات کاربر در بانک اطلاعاتی ۱۱- فرزند نتیجه- جرأت- رودی در ایتالیا ۱۲- ضمیر متکلم وحده- بهسازی- نوعی نان قطور ۱۳- فهمیده- هم آره هم نه- جانوری از خانواده بندپایان ۱۴- پرتو افکندن- فاقد نظم و قانون و قاعده ۱۵- چوب خوشبو- از سازهای زهی- غله برافشان.



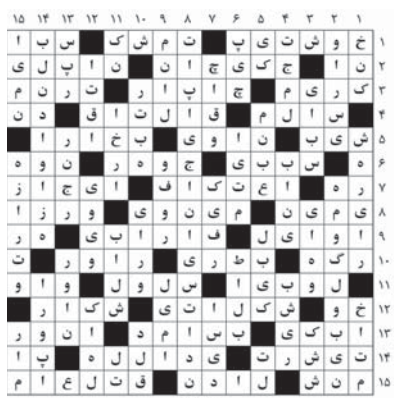
حل سودوکو سخت

۹	۸	۷	۳	۴	۶	۵	۱	۲
۲	۴	۶	۵	۱	۷	۸	۹	۳
۱	۳	۵	۲	۹	۸	۶	۷	۴
۵	۷	۴	۶	۳	۲	۱	۸	۹
۳	۶	۱	۹	۸	۴	۲	۵	۷
۸	۲	۹	۷	۵	۱	۳	۴	۶
۶	۵	۲	۸	۷	۹	۴	۳	۱
۴	۹	۸	۱	۶	۳	۷	۲	۵
۷	۱	۳	۴	۲	۵	۹	۶	۸

حل سودوکو ۲۱۲۰

۴	۷	۸	۵	۹	۳	۶	۲	۱
۳	۱	۹	۲	۶	۸	۵	۴	۷
۵	۲	۶	۷	۱	۴	۸	۹	۳
۸	۴	۵	۱	۳	۷	۹	۶	۲
۶	۹	۷	۸	۵	۲	۱	۳	۴
۱	۳	۲	۶	۴	۹	۷	۵	۸
۲	۶	۱	۴	۸	۵	۳	۷	۹
۹	۸	۴	۳	۷	۶	۲	۱	۵
۷	۵	۳	۹	۲	۱	۴	۸	۶

جدول ۳۱۲۴



سودوکو سخت ۲۱۲۱

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

		۲	۷	۸			۶	۵
۳				۴			۷	۹
	۸							
۹					۴			
	۶			۹			۵	
			۳					۷
							۳	
۸	۳			۷				۶
۷	۱			۵	۳	۴		

سودوکو ساده ۲۱۲۱

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

۱		۷						۹
۳	۲			۶	۹			
	۶			۲		۳		
۲		۱	۸	۷		۵		
۶								۲
		۸		۴	۵	۶		۳
		۲		۹			۴	
			۴	۱			۲	۶
۴						۹		۷