گفت‌وگوی «شرق» با رئیس انجمن صنفی کارفرمایی مؤسسان مراکز روان‌شناسی کشور:

# نماینده‌های مجلس دغدغه حل مشکلات مهم‌تری را داشته باشند

## روان‌شناسی اسلامی یا غیراسلامی دغدغه اصلی نیست؛ مردم نمی‌توانند پیش روان‌شناس بروند!

**سمیه جاهدعطائیان:** ناتوانی مردم در پرداخت هزینه‌های مشـاوره و روان‌درمانی آن‌چنان واضح و شـفاف اسـت که روان‌شناسـان و متخصصان نیز بارها از استقبال کم از خدمات روان‌درمانی و مشـاوره انتقاد کرده و همچنین به ضرورت پوشش بیمه‌ای این خدمات پرداخته‌اند. مشکلات اقتصـادی، تحریم، گرانی‌های روزافزون، مشـکلات تهیه و تأمین اجاره‌بهای مسـکن، کرونا و... نیز همگی دست به دسـت هم داده تا مردم را بیش از پیش تحت فشـار قرار دهد. با تمام این معضلات و کاسـتی‌ها، به جای پرداختن به اصل مشـکلات و اندیشیدن راه‌حل برای افزایش اقبال مردم به خدمات روان‌درمانی و مشـاوره، مدتی است که طرحی مبنی بر «اصلاح ماده یک قانون تشـکیل سـازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره کشور» در کمیسیون اجتماعی مجلس اعلام وصول شده تا بر اساس آن «صلاحیت اعطای مجوز مشاوره با رویکرد و مبانی دینی و ارزش‌های اسلامی به صورت مستقل در اختیار مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه کشور قرار گیرد». انعکاس خبرهای این طرح، روان‌شناسان و متخصصـان را به موضع‌گیری و انتقاد در این زمینه وادار کرد؛ به همین بهانه درمورد تبعات طرح مجوز مشـاوره با رویکرد دینی و اسلامی از سوی مدیریت حوزه‌های علمیه، گفت‌وگویی با «سـید عباس عطایی» روان‌شناس و رئیس انجمن صنفی کارفرمایی مؤسسـان مراکز روان‌شناسـی و مشاوره کشور انجام دادیم که در ادامه می‌خوانید.

**◆ از دیدگاه شما طرح برخی از نماینده‌های مجلس مبنی بر اضافه‌شدن تبصره جدید به قانون سـازمان نظام روان‌شناسی و استقلال مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه کشـور در اعطای مجوز مشـاوره با رویکرد دینی و اسلامی با چه هدفی مطرح شـده و چه پیامدهایی به دنبال خواهد داشت؟ آیا ضرورتی برای ارائه این طرح وجود داشت؟**

بـه اعتقاد مـن، این مسـئله نه تنهـا کمک‌کننده نبـوده بلکـه می‌تواند مشکل‌آفرین هم باشد. اولین مسئله‌ای که می‌تواند برای موضوع روان‌شناسی و حتی جامعه و روان‌شناسی اسلامی نیز مشکل‌آفرین باشد، این است که ما با ارائه طرح فوق، رویکردها را از هم تفکیک کنیم و بگوییم در مراکز مشاوره، یک رویکرد، دینی است و متولی‌اش حوزه‌های علمیه و رویکرد دیگر غیردینی بوده و متولی‌اش سـازمان نظام روان‌شناسی است. این در حالی است که این اقدام، ناقضِ دیدگاه مشـترک امام خمینی و مقام رهبری در رابطه با وحدت حوزه و دانشگاه به نظر می‌رسد.

**◆ در مورد ایـن دیدگاه امام و رهبری بیشـتر توضیح می‌دهید؟**

پیام امـام خمینی در سـال ۱۳۵۹ این بوده که «دانشـجوها، دانشگاهی‌ها، معممین، علما، روحانیون و همه این قشـرهایی که مغز متفکر هسـتند، ائتلافشـان را زیاد کنند». (منبع: سایت حوزه، تاریخ انتشار ۱۳۹۸.۹.۲۷ به نقل از کیهان فرهنگی، آذر و دی ۱۳۸۹ شـماره ۲۸۸ و ۲۸۹) اگـر قرار بر این باشـد که دو سـازمان مختلف، متولـی این موضوع باشـند، مثل این اسـت که ما معنویت را از روان‌شناسـی جدا کرده باشیم. ضمن آنکه امـام خمینی در ادامه اعلام کردند: «متوجه باشـند کـه می‌خواهند ایـن ائتلاف را بشـکنند. (همان منبع)؛ یعنی در واقع به نوعی گوشـزد کردند که مراقب این ائتلاف باشـید چراکه گروهی در دنیا یا در کشـور قصـد دارد که این ائتلاف را تضعیف کند.

**◆ یعنی طرح نماینده‌های مجلس می‌تواند این همبستگی را از بین ببرد؟**

بلـه؛ ایـن طرح، ائتلاف را می‌شـکند و شکسـتن ایـن ائتلاف نـه به نفع روان‌شناسـی و نه به نفع اسلام و روحانیت است. این تفکیک دینی و غیردینی می‌تواند دودستگی ایجاد کند.

همان‌طورکه طبق نظر APA (انجمن روان‌شناسی آمریکا) روان‌شناسی به ۵۴ گروه تقسیم می‌شود و روان‌شناسی دینی نیز یکی از گروه‌های روان‌شناسی و یکی دیگر از این زیرگروه‌ها «روان‌شناسـی معنوی» اسـت. به عنوان نمونه در APA، روان‌شناسـی «مسـیحی» را بر مبنا و پایه انجیل مطرح می‌کنند. به اعتقاد شـخص من، اینجا هم درواقع روان‌شناسـی اسـلامی بـر پایه «قرآن» مطرح می‌شود ولی پایه و اسـاس آن روان‌شناسی است. در روان‌درمانی، یک روان‌شـناس مطالب را با مدارک و شـواهدی که تقویت‌کننده (قابل پذیرش) است همراه می‌کند.

در روان‌شناسی اسلامی یک روان‌شـناس اسلامی در تکمیل درمان خود با استفاده از آیات و احادیث، تکنیک‌های روان‌درمانی خود را تکمیل و برای مراجع قابل پذیرش کند. اگر ما فکر کنیم که روان‌شناسـی اسـلامی نیز زیرشاخه‌ای از روان‌شناسـی اسـت دیگر دلیلی بر این نمی‌ماند که سازمان دیگری به صورت موازی ایجاد شود و برای صلاحیت حرفه‌ای یک فرد که روان‌شناس اسلامی است مجوز فعالیت حرفه‌ای روان‌شناسـی اسـلامی صادر کند. اگر رویکـرد، غیر از این اسـت بنابرایـن حوزه‌های علمیه، لازم است برای مبانی تشخیص اختلالات روانی، رویکردهای درمانی اسـلامی مستقلی را ارائـه دهند؛ در غیر این صـورت این‌طور ایجاب می‌کند که همانند سـایر رشته‌های روان‌شناسی همچـون: بالینـی، تربیتی، سـلامت و صنعتی سـازمانی و حتی اسلامی، تحت قوانین حمایتی و نظارتی سـازمان نظام روان‌شناسـی کشـور و سازمان بهزیستی باشند.

> در واقع اینکه تصور شود که فردی سطح یک، دو و سـه حوزه را سپری کرده و بتواند مدرک معادل کارشناسـی ارشد یا دکترا کسـب و بدون گذراندن اصول کلاسیک روان‌شناسی امکان فعالیت در حیطه روان‌شناسی داشته باشـد به معنی بازگشت و پسرفت روان‌شناسـی به دوره‌ای اسـت که هنوز روان‌شناسـی به عنوان یک علم مطرح نشده بود. در حقیقت اگر طلابی که روان‌شناسی را در دانشـگاه نیاموختنـد و بخواهنـد مباحـث آموزش روان‌شناسی اسلامی را برعهده بگیرند، ممکن است وجهه علمی روان‌شناسی ایران در دنیا با مشکلاتی روبه‌رو شود.

**◆ اعلام و افشـای لیسـت روان‌شناسان زرد از سوی سـازمان نظام روان‌شناسی و فعالیت عده‌ای از افراد با سوءاسـتفاده از نام حرفه‌ای برخی از روان‌شناسان، در ارائه این طرح از سوی نماینده‌های مجلس می‌تواند تأثیرگذار باشد؟**

اکنون سـازمان نظام روان‌شناسـی و مشـاوره ایران متولی صـدور پروانه صلاحیـت حرفه‌ای فردی و تمدید آن و نیز نظارت بر عملکرد فردی دارندگان پروانه صلاحیت حرفه‌ای فردی اسـت. در اسـامی اعلام‌شده از سوی سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره، برخی فاقد پروانه فعالیت حرفه‌ای فردی از سوی آن سـازمان و برخی فاقـد مدرک معتبر و مرتبط با روان‌شناسـی بودند که به همین دلیل در لیست روان‌شناسان زرد قرار گرفتند.

البته طبق نظرسـنجی‌هایی که این انجمن صنفی درمورد مشکلات مراکز در زمینه فرایند صدور و تمدید پروانه صلاحیت فردی و مجوز تأسـیس مرکز یا تمدید پروانه‌ها توسـط سازمان نظام روان‌شناسی و سازمان بهزیستی انجام داد، مشـکلاتی از سـوی پاسـخ‌دهندگان گزارش شـده و این مشکلات، طی نامه‌نگاری‌هایی نیز به رئیس سـازمان نظام روان‌شناسی و سازمان بهزیستی کشور اعلام و راهکارهای حل این مسائل نیز پیشنهاد شده است. اما تکیه بر این مشـکلات نیز دلیل کافی یا مناسبی برای ارائه طرح پیشنهادی مذکور از سوی نمایندگان مجلس نیست. چراکه سازمان نظام روان‌شناسی برای روان‌شناسی اسلامی، کارگروه تخصصی ویژه‌ای اختصاص داده و در این کارگروه تخصصی، آزمون‌های روان‌شناسی اسـلامی برگزار می‌شود و پروانه اعطاشده نیز پروانه صلاحیت حرفه‌ای سازمان نظام روان‌شناسی است. اگر در این فرایند مشکلی وجود دارد، راه‌حل مسائل موجود، این نیست که سازمان دیگری تأسیس شود. اگر در حیطه پروانه‌های صلاحیت حرفه‌ای و پروانه مرکز مشاوره روان‌شناسی اسـلامی، مشکلاتی وجود داشته، حل‌وفصل مشـکلات باید از طریق سازمان نظام روان‌شناسـی و سازمان بهزیسـتی انجام شود، نه آنکه سازمان عریض و طویل دیگری با هزینه‌های فراوان و غیرضرور ایجاد شود. سازمان بهزیستی از سـال ۱۳۵۷ و سازمان نظام روان‌شناسـی از سال ۱۳۸۲ در این حوزه‌ها ایفای نقش کردند. اگر قرار باشـد سـازمان دیگری به موازات سازمان‌های نام‌برده از سـال جاری اقدام کند، حداقل بیش از ۱۵ سـال طول می‌کشـد تا راه‌های رفته و تجربه‌شـده در سازمان‌های مذکور را تجربه کند. این اقدام اتلاف وقت اسـت و هزینه‌های زیادی را بر دولت و حوزه‌های علمیه تحمیل خواهد کرد. در حالـی که این هزینه‌ها می‌تواند صرف مهارت‌آموزی برای روان‌شناسـی و مشاوره شود.

**◆ در حال حاضر ناتوانی مردم در پرداخت هزینه‌های روان‌شناسـی و مشاوره می‌تواند یکی از مهم‌ترین مسائلی باشد که نماینده‌های مجلس و دولت در مورد آن چاره‌اندیشی کنند، از دیدگاه شما چرا در این بخش اقدامی نمی‌شود؟**

بله؛ مسـئله بسـیار مهمی اسـت. در حقیقـت موضوع اصلـی در زمینه روان‌شناسـی این نیسـت که شـما با چه رویکردی در روان‌شناسـی فعالیت می‌کنیـد، موضوع اصلی این اسـت که جامعـه بتواند هزینه‌هـای خدمات روان‌شناسـی و مشـاوره را پرداخت کند، به عنوان نمونه بـا رویکرد طرح‌واره درمانی درمان شود یا با رویکرد اسلامی.

در شـرایطی که جامعه از عهده هزینه‌های درمان روان‌شناسی برنمی‌آید، بودجه‌های بخش درمان در کشـور به مشکلات مهم روان‌شناختی اختصاص داده نشـده است یا بخش زیادی از افراد جامعه با مشکلات روانی خود بسیار دیر آشـنا می‌شوند و چه بسا مشکل روان‌شناختی آنان به یک بیماری روانی یا روان‌تنی (فیزیولوژیک) تبدیل می‌شـود. پس بسیار مهم است که در این راستا اقدامات جدی صورت گیرد. بسیار ضروری است که به‌جای آنکه هزینه زیادی را صرف حل مشـکلات پروانه فعالیت صنفی روان‌شناسـان کرده و سـازمان عریـض و طویلی را با هزینه‌های گزاف راه‌انـدازی کنیم، این هزینه‌ها را صرف ارائه خدمات و پوشش خدمات بیمه‌ای مراجعه‌کنندگان کنیم. حتی به عنوان انجمن صنفی کشـور، در زمینه لزوم رسیدگی به کاهش توان مالی مردم برای دسترسـی به خدمات روان‌شناسـی و خدمات بیمه‌ای در ایـن زمینه با رئیس و نمایندگان مجلس در کمیسـیون اجتماعی و کمیسـیون بهداشـت و درمان مجلس نیز مکاتبه‌ای داشـتیم که در انتظار طرح آن در صحن مجلس شورای اسلامی هستیم.

**◆ عـلاوه بر لـزوم اعمـال خدمات بیمـه‌ای بـرای جلسـات روان‌کاوی و روان‌شناسـی، چـه اولویت‌هـای دیگـری وجـود دارد کـه نیازمنـد صـرف هزینـه و انـرژی مـادی یـا معنوی بیشـتر اسـت؟ ضمـن آنکه همراه‌شـدن روان‌شناسـی اسـلامی با روان‌شناسـی علمی چه مزیت‌هایی خواهد داشت؟**

از آنجایـی که جامعه مـا به باورها و اعتقادات مذهبی بـاور دارد، رویکرد روان‌شناسی اسـلامی در کنار روان‌شناسی کلاسیک می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشـد؛ اما صرف بودجه کلان برای ایجاد سـازمانی که بخواهد با سازمان‌های دیگر به صورت موازی کار کند، ضرورتی ندارد.

به جای این کار می‌توان هزینه یا بودجه را صرف بومی‌سـازی روان‌شناسی در کشـور کرد. یعنی ترکیبی از مباحث کلاسیک روان‌شناسی همراه با مباحث معنوی روان‌شناسـی و عرفانی در کشور بومی‌سازی شده و نسبت به برگزاری سمینار، کارگاه، نمایشگاه‌های روان‌شناسی، اقدام شده و نسبت به پژوهش‌های تخصصی روان‌شناسی اسلامی، بیان دسـتاوردهای روان‌شناسی و فعال‌شدن مباحث تحقیقاتی در جامعه اقدام شود.

حتـی می‌توانیـم به عنوان یک انجمـن صنفی که جایگاه کشـوری دارد، پیشـنهادات مؤثری برای حوزه علمیه داشته باشیم. کشورهای پیشرفته به این سمت و سو می‌روند که سازمان واحد و مستقلی داشته باشند که همه قوانین آن با یک وحدت اتفـاق بیفتد در حالی که این طرح نمایندگان مجلس، کثرت در کثرت است.

با این حسـاب باید توقع داشـته باشیم که دانشـگاه‌ها، وزارتخانه‌ها و هر سـازمانی که علم تولید می‌کند در آینده بخواهد سـازمان مستقلی برای ارائه پروانه فعالیت تشکیل دهد. در این حالت بدون شک صنف روان‌شناسی آسیب بسیار زیادی می‌بیند که صدمات آن قابل جبران نخواهد بود.

**◆ دیدگاه شما درباره ورود طلاب برای تربیت نیروهای روان‌شناس و مشاوره چیست؟ این مسئله را چطور ارزیابی می‌کنید؟**

پایه، اساس و مبنای روان‌شناسی در دانشگاه اتفاق می‌افتد و اساس علمی دارد. در واقع اینکه تصور شـود که فردی سـطح یک، دو و سه حوزه را سپری کرده و بتواند مدرک معادل کارشناسی ارشد یا دکترا کسب کند و بدون گذراندن اصول کلاسیک روان‌شناسی امکان فعالیت در حیطه روان‌شناسی داشته باشد به معنی بازگشت و پسرفت روان‌شناسی به دوره‌ای است که هنوز روان‌شناسی به عنوان یک علم مطرح نشـده بود. در حقیقت اگر طلابی که روان‌شناسی را در دانشـگاه نیاموخته‌اند، بخواهند مباحث آموزش روان‌شناسی اسلامی را بر عهده بگیرند، ممکن است وجهه علمی روان‌شناسی ایران در دنیا با مشکلاتی روبه‌رو شود.

در واقع روان‌شناسـی اسـلامی می‌تواند با سیسـتم و رویکرد دانشـگاهی توسـعه یابد چراکه پژوهش‌هایی در این راسـتا انجام خواهد شـد که پایه و اساس علمی - پژوهشـی دارد و پژوهش‌محور است. نمونه و جامعه آماری اسـاس علمی دارد و همه داده‌ها و اطلاعات به صورت علمی گزارش خواهد شـد. به اعتقاد شخص من و صاحب‌نظران دیگر، حوزه علمیه در اضافه‌کردن احادیث، آیات قرآنی و دسـتورالعمل‌های اخلاقی به سـاختار روان‌شناسـی می‌تواند بسـیار مؤثر باشد و نظرم این است که روان‌شناسی اسلامی نیز باید در اختیار دانشگاه باشد نه به صورت مستقل و در اختیار حوزه، بلکه تمام و کمال در اختیار دانشگاه باشد.

---

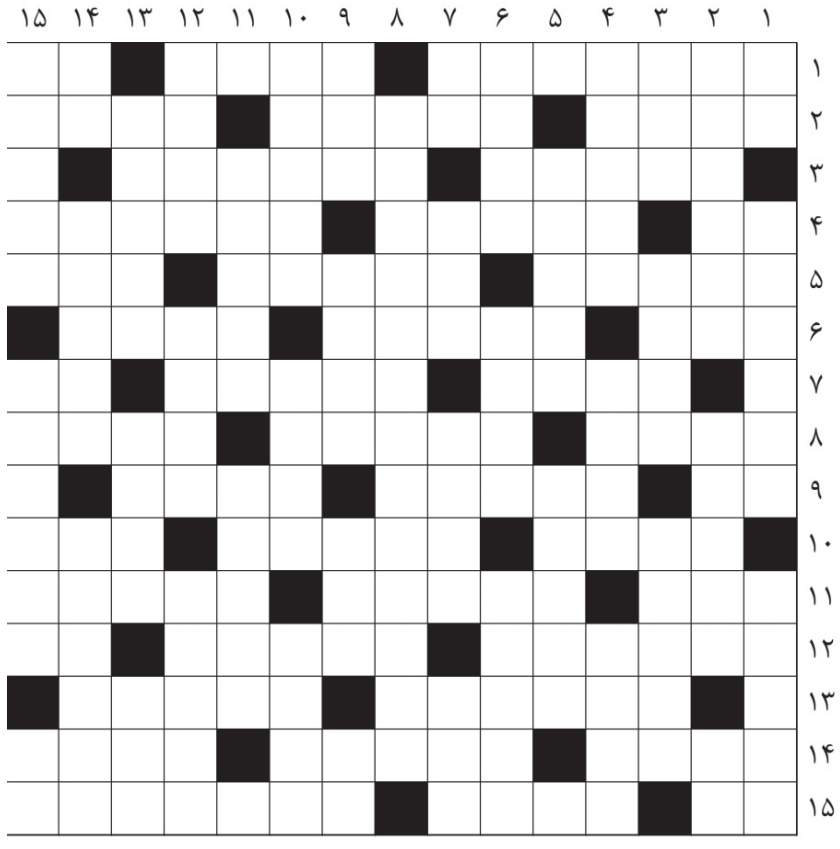
◆ جدول ۴۳۰۰ ◆ طراح: بیژن گورانی

**افقی:**

۱- پـرورش حیوانـات اهلـی- زن گندمگـون- پدربـزرگ ۲- دوازده دوجیـن- نوعی چـرم نازک- پزشک ۳- نسبت‌داده‌شده- مجموعه‌شعری سروده سـهراب سـپهری ۴- روحانی زرتشـتی- پندارها- شهری در استان تهران ۵- هنرمند- به‌خاطرآوردن- درخشش ۶- مادر آذربایجانی- سرمایه- اسب سیاه ۷- هر گوشـه زمین فوتبال- شب‌های عرب- ضمیر سوم‌شخص ۸- نام چند تن از پادشاهان فرانسه بود- غیرقابل‌انکار- حمام لاغری ۹- نشانه جمع فارسی- شـاخه‌ای از فیزیک که به شـناخت نور می‌پردازد- چرخه ۱۰- مسـابقه اتومبیل‌رانی- سخن‌چینی- سر بی‌مـو ۱۱- جزئی از هر عدد صحیـح- چاله بزرگ- منسوب به یمن ۱۲- نوعی بیماری عفونی واگیردار- دسـتگاه پخش همراه- سرای محبت ۱۳- مؤسس سلسله ساسـانی- آزادی ۱۴- نویسنده- تازه به دنیا آمده- ریز نیسـت ۱۵- خمیدگی کاغـذ- تاکنون- از ماهیان خاویاری دریای خزر

**عمودی:**

۱- مـردن از غصـه- رد و بدل کـردن- رنجش و آزردگی ۲- سـوغات سـفر- کنتـرل دقیق- یک و یـک ۳- لوازم منـزل- ورزش یـخ و چمن- آوانس ۴- آلبومـی ماندگار بـا آواز محمدرضا شـجریان- واحد پول قطر- نوعی پارچه نفیس ۵- دانشـگاهی در فرانسـه- تعقیـب ۶- مقام و منزلـت- برخورد ناگهانی- خـدای هندو ۷- حـرف دهن‌کجی- پدر آذری- یکسـوکننده الکترونیکـی- درنـده جنگلی ۸- ایفاگـر نقش شـعبان اسـتخوانی در مجموعه هزاردسـتان ۹- تابه نان‌پـزی- آینده- کلمه اسـتثنا- مرخصی ۱۰- گردآمده- جریـان متناوب برق- زبانی از خانواده هندواروپایی ۱۱- مجموعه تلویزیونی- بی‌همتا ۱۲- پزشـکان- پرتابه ورزشـی- هم‌نشـین ۱۳- نوعی سوسـمار بزرگ- مخترع پیل الکتریکی- چین و چروک پوسـت ۱۴- قدیمی‌ترین پل اصفهان- لبه تیز شمشیر- تفکر ۱۵- از بازی‌های قدیمی دورهمی‌های خانوادگی- نشان ویژه نظامی- چای خارجی



◆ حل سودوکو سخت ۳۲۹۵

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

◆ حل سودوکو ۳۲۹۵

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

◆ حل جدول ۴۲۹۹

| | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | ک | م | ا | ل | ا | ل | د | ی | ن | ب | ه | ز | ا | د | ■ |
| ۲ | و | ا | ل | ا | ■ | ک | ل | ا | م | ■ | ا | ر | ف | ا | ق |
| ۳ | ا | ت | ی | ل | ا | ■ | ت | س | ل | س | ■ | ل | س | ر | ا |
| ۴ | ل | ی | ■ | ■ | ■ | س | ل | ا | م | ■ | ب | ی | ق | ر | ا |
| ۵ | ا | ک | ب | ی | ر | ی | ■ | ن | ا | ب | و | د | ■ | ن | ا |
| ۶ | ■ | ■ | د | ی | ا | ن | ا | ■ | ل | ی | و | ا | ن | ■ | ش |
| ۷ | د | غ | ل | ■ | ر | ی | م | ی | ا | ■ | د | س | ت | ک | م |
| ۸ | ب | ر | ک | ه | ■ | ت | ی | ا | م | ن | ■ | ت | ر | ش | ی |
| ۹ | ا | ق | ا | م | ت | ■ | خ | ل | ا | ی | ق | ■ | د | و | ش |
| ۱۰ | غ | ■ | ر | و | ا | ی | ت | ■ | ن | ا | ر | س | ا | ■ | ■ |
| ۱۱ | خ | ب | ■ | ا | م | ا | ن | ت | ■ | س | ا | ل | م | و | ن |
| ۱۲ | ا | ی | ج | ر | و | د | ■ | خ | ش | ا | ب | ■ | ■ | ■ | م |
| ۱۳ | ن | ن | و | ■ | ج | ه | ا | ل | ت | ■ | ت | ل | ا | ل | و |
| ۱۴ | ه | ا | ش | و | ر | ■ | ب | ی | ا | ح | ■ | ا | خ | ن | ن |
| ۱۵ | ■ | م | ن | ج | ی | د | ر | س | ب | ح | ن | م | ن | ا | ک |

◆ سودوکو سخت ۳۲۹۶

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.

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

◆ سودوکو ساده ۳۲۹۶

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.

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