یادداشت

آموزش کودکان طیف اُتیسم

مهری پورحیدر

● اختلالات طیف اُتیسم، برخلاف برخی بیماری‌های دیگر، با مداخلات و درمان‌های مکمل و مداخلات درمانی کوتاه‌مدت به‌طورکامل درمان‌پذیر نیست و فرآیند درمانی مداوم و مادام‌العمری را برای بهبود شرایط کودک می‌طلبد.

باتوجه به اینکه اختلالات طیف اُتیسم درمان قطعی ندارد، درمان اصلی این کودکان شامل توانبخشی (گفتار درمانی، کاردرمانی جسمی، کار درمانی ذهنی، بازی‌درمانی و...) و آموزش انفرادی در زمینه مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی است.

کاستن از نشانه‌ها و افزایش استقلال کودک از اهداف اولیه درمان برای کودکانی که اُتیسم دارند، به‌شمار می‌آید. در کودکان مبتلا به اُتیسم برخی نشانه‌ها ممکن است در طول زمان تغییر کند، براین‌اساس روش‌های درمانی نیز باید متناسب با شرایط کودک متغیر باشد و برنامه درمانی تمامی ابعاد رشد کودک (کلامی، ارتباطی، اجتماعی و...) را شامل شود. کودکان عادی خودبه‌خود از محیط پیرامون چیزهای زیادی می‌آموزند و آن آموخته‌ها را به محیط‌های دیگر تعمیم می‌دهند، اما کودکانی که اُتیسم دارند، آموزش خودبه‌خود ندارند و باید به‌صورت مستقیم به آنها آموزش داد تا مداخلات و آموزش‌های لازم را دریافت کنند.

مداخلات درمانی

دارودرمانی: دارو نشانه‌های اصلی اختلالات طیف اُتیسم را از میان نمی‌برد، اما می‌تواند تشنج و برخی رفتارهای خودآزاری، پرخاشگری، بیش‌فعالی، بی‌توجهی و نبودِ تمرکز کودک را مهار کرده یا کاهش دهد و به کودک برای یادگیری کمک کند.

ABA (Applied Behavior Analysis) روش تحلیل رفتار کاربردی: طبق این روش، رفتارهایی که مورد تشویق قرار می‌گیرند، احتمال تکرار و افزایش خواهند داشت و رفتارهایی که مورد توجه قرار نگیرند، حذف خواهند شد.

TEACH آموزش و تربیتِ کودکان دارای اُتیسم و ناتوانی‌های ارتباطی: در این روش به‌جای آنکه مهارت یا توانایی خاصی آموزش داده شود، سعی بر این است که به کودک مهارت‌هایی آموزش داده شود تا بتواند محیط اطراف و اطرافیان خود را بهتر درک کند.

Pecs، نظم و برقراری ارتباط با استفاده از تبادل تصاویر: با استفاده از روش پکس، کودک به‌صورت خودانگیخته (خودبه‌خودی) یادگیری را آغاز می‌کند. در روش پکس کودک برای بیان خواسته خود، تصویر یا تصاویری به‌طرف مقابل نشان می‌دهد. با استفاده از روش پکس، دامنه توجه و دقت فراگیری، تقویت شده و کودک یاد می‌گیرد چگونه و به چه شکلی تمایلات و خواسته‌های خود را مطرح کند.

داستان‌های اجتماعی: این داستان‌ها برای آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان دارای اُتیسم تهیه شده‌اند. از طریق این داستان‌ها به کودک آموزش داده می‌شود چگونه احساسات و منظورهای دیگران را درک کند.

PRT (Pivotal Response Treatment)، درمان مبتنی‌بر پاسخ‌های محوری: این روش بسیار فراگیر و مداخله‌گرایانه است. حوزه تاثیرگذاری اصلی در روش پی‌آرتی، ابتدا حوزه تعامل رفتاری و سپس تعامل گفتاری است؛ در این روش توجه زیادی به انگیزش و هیجان در کودک می‌شود به‌طوری‌که خودانگیختگی و سپس خود آغازگری در مرکز توجه قرار می‌گیرد.

دکتر مجید روستا در گفت‌وگو با «شرق» مطرح کرد

پدیده «پشت‌بام‌نشینی» در تهران

فاطمه جمال‌پور

۲۰ تا ۲۵ درصد ساکنان کلانشهرها را فقرای شهری تشکیل می‌دهند، ساکنان سکونت‌گاه‌های غیررسمی که در تهران آماری دومیلیون و ۷۰۰ هزارنفری دارند و در مشهد با جمعیت یک‌میلیون و ۱۷۰ هزارنفریشان، کلانشهری غیررسمی را در کنار کلانشهر رسمی ایجاد کرده‌اند. این درحالی است که از سال ۸۵ تاکنون، ستاد توانمندسازی و ساماندهی سکونت‌گاه‌های غیررسمی در کشور تشکیل نشده است. تحریم‌ها مانع از جذب وام ۳۳۰ میلیون‌دلاری بانک‌جهانی شده و سکونت غیررسمی در کشور هرروز شکلی تازه به خود می‌گیرد. مجید روستا دکترای برنامه‌ریزی شهری و عضو هیات‌مدیره شرکت «مادر تخصصی عمران و بهسازی شهری ایران»، در گفت‌وگو با «شرق» به تعریف فقر شهری پرداخت و وضعیت آن را در ایران و جهان تشریح کرد و با ارایه آخرین آمارها از اقدامات جدی دولت برای توانمندسازی فقرای شهری و تغییر نگرش‌ها سخن گفت. مشروح این گفت‌وگو را در ادامه می‌خوانید:

عکس: امیر جدیدی، شرق

چه تعداد فقیر شهری در کشور ما وجود دارد؟ علت ایجاد فقر شهری چیست؟

سال ۱۳۴۵ موضوع فقر شهری به‌عنوان پدیده خودانگیخته شهری در کشور در اثر تحولات اصلاحات ارضی و روند صنعتی‌شدن مطرح شد. از سال ۵۵ تا ۸۵، طی سی‌سال، این پدیده گسترش یافت. بخشی از افزایش جمعیت شهری به رشد طبیعی شهرها برمی‌گردد و بخشی به کاهش جمعیت روستایی، علاوه‌براین موضوع بحث تقسیمات کشوری و تبدیل‌شدن مراکز بخش‌ها به شهر هم موثر بوده که البته تاثیرش چندان زیاد نیست. اگر این روند ادامه یابد، کمتر از یک‌دهه دیگر جمعیت محلات فقیرنشین شهرهای کشورمان معادل جمعیت روستانشین می‌شود. وقتی از فقر شهری صحبت می‌کنیم اساسا از زندگی آن بخش از اقشار جامعه حرف می‌زنیم که بخشی‌شان در محلات فقیرنشین شهری و سکونت‌گاه‌های غیررسمی و در حاشیه‌شهرها زندگی می‌کنند و بخشی در بافت‌های فرسوده، حتی بافت‌های تاریخی و بخشی در روستاهای حریم شهرها. اساسا در ایران سهم فزاینده جمعیت شهری و مهاجرت فقرای روستایی به شهرها، منجربه شهری‌شدن فقر در کشور می‌شود و این مهاجرت به امید رفاه و درآمد بیشتر، نقشی اساسی در تبلور این پدیده دارد و اینها قشر فقیر هستند که از آن مناطق کنده می‌شوند و فقر روستایی و فقر شهرهای کوچک در شهرهای بزرگ جریان پیدا می‌کند. دومین‌موضوع پهنای شکاف اجتماعی است. برآوردی که در ایران می‌شود، براساس مطالعاتی که در ۹۰ شهر ایران انجام دادیم، آمار به پنج‌میلیون و ۳۰۰ هزارنفر می‌رسد و برآوردمان این است که نزدیک ۹ میلیون‌نفر در سکونت‌گاه‌های غیررسمی زندگی می‌کنند و اگر بافت‌های فرسوده را اضافه کنیم ۱۷ میلیون فقیر شهری در کشور داریم. ۲۰ تا ۲۵ درصد ساکنان کلانشهرها، فقرای شهری‌اند.

این مطالعات کی و در کدام شهرها انجام شده؟

مطالعاتی که انجام دادیم روی ۹۰ شهر کشور بود. در کلیه مراکز استان‌ها غیر از تهران و شهرکرد و کلیه شهرهای بالای ۱۵۰ هزارنفر بود و به این نتیجه رسیدیم که ۲۰ درصد جمعیت شهری ما در سکونتگاه‌های غیررسمی زندگی می‌کنند.

چرا از تهران و شهرکرد در مطالعاتتان فاکتور گرفتید؟

شهر تهران به دلیل مسایل پیچیده خاص خود امسال مورد توجه قرار گرفته است و شهر تهران درست است که مرکز استان است، اما بخش عمده اقشار کم‌درآمد شهرکرد به اصفهان و خوزستان مهاجرت می‌کنند و این دو استان محل بارگذاری جمعیت فقیرنشین شهرکرد هستند و شهرکرد خیلی این مساله را ندارد.

رویکرد شما برای مقابله با این پدیده چیست؟

در سال ۸۲ با تصویب سند ملی توانمندسازی و ساماندهی سکونتگاه‌های غیررسمی، نگاه‌ها متفاوت شد و رویکرد اجتماعی نسبت به این موضوع شکل گرفت؛ چراکه برخوردهای پیشین سلبی بود؛ باعنوان افزایش محدوده شهر. در صورتی که طبق اطلاعات و آمار ما ۸۷ درصد این سکونتگاه‌ها در محدوده شهرها قرار گرفته‌اند و ۸۰ درصد اینها ۱۵ تا ۲۰ سال است که در حریم شهرها قرار دارند و افزایش حریم شهرها مشکلی را حل نمی‌کند. مساله اصلی خدمات‌رسانی و مدیریت این مساله است و مادامی که مدیریت شهری در خدمات‌رسانی و توسعه شهری ضعیف باشد اساسا افزایش خط محدوده شهرها نه‌تنها دردی را دوا نمی‌کند، بلکه شهر را فقیرتر می‌کند. اتفاقاتی که در خاک‌سفید افتاد حذف و پاک‌کردن صورت مساله بود.

اتفاقاتی که در خاک‌سفید افتاد چقدر توجیه علمی داشت؟

اتفاق خاک سفید اصلا توجیه علمی نداشت، چرا که از منظر علمی همواره بحث پذیرش این افراد مطرح است که کاملا با نگاه سلبی رخ داد و نه‌تنها مشکل را حل نکرد بلکه منجر شد این افراد در کل مجموعه شهری تهران مثل کرج، پاکدشت و شهرهای اقماری تهران پخش شوند. وقتی نتوانید ناهنجاری را در یک نقطه حل کنید و در نقاط مختلف پخش شود مسلما مدیریتش دشوارتر می‌شود. چنین برخوردهای بولدوزری در هیچ‌جای ادبیات علمی دنیا جایگاهی ندارد.

راه‌حل درست چیست؟

نگاه ما صرفا نگاه توسعه خدمات کالبدی نیست، نگاهمان توسعه اجتماعی و اقتصادی توامان است و در مرحله بعد بحث مسکن و خدمات مطرح می‌شود که اگر خدمتی انجام شود با توجه به مسایل اجتماعی باشد. بحث مهم بحث توسعه اجتماع‌محور و جوامع محلی است و خوشبختانه توفیقات خیلی خوبی هم در سکونتگاه‌های غیررسمی حاصل شده است.

ما باید از فرصت‌ها استفاده و باورهای غلط را اصلاح کنیم؛ باورهایی همچون اینکه اینها مهاجر روستایی هستند، درحالی‌که مطالعات نشان داده اینها دیگر مهاجر روستایی نیستند؛ به چند دلیل: یک شهرهای بزرگ ما شهرهای گرانی هستند و فقیر نمی‌تواند همچون گذشته ریسک کند و وارد شهرهای بزرگ شود. نکته دوم اینکه بخش عمده سکونتگاه‌های غیررسمی نسل دوم، سوم و چهارم مهاجران قبل هستند که اصلا متولد شهرهای بزرگ‌اند و دور فقر و تسلسل آنها ادامه یافته و به نسل‌های بعد رسیده است. نکته بعد اینکه مطمئنا در شهر بخش عمده‌ای از افرادی که در سکونتگاه‌های غیررسمی زندگی می‌کنند متولد متن شهر هستند و به‌عنوان سرریزهای اجتماعی و اقتصادی شهرها رانش و گرایش یافته‌اند.

> **نکته دیگر اینکه تصور می‌شود فقرای شهری بزهکار و نابهنجار هستند، درصورتی‌که اینها بسیار شریف هستند، به شهر کمک می‌کنند، خدمات اقتصادی ارزان‌قیمتی به شهر می‌دهند و در شغل‌های پایین‌شهری کار می‌کنند. تولیدات شهری را مصرف می‌کنند و بدون استفاده از هیچ‌گونه امکاناتی مثل وام دولتی ....**

گرانی مسکن در سال‌های اخیر در این مساله چقدر تاثیر داشته؟

تا حد زیادی، گرانی مسکن و دسترسی نداشتن افراد به مسکن به این مساله دامن زده است. در شهرهای بزرگ و کلانشهرها مساله مسکن بیشترین وزن را در سبد اقتصادی خانوار به خود اختصاص می‌دهد و مطمئنا اقشار کم‌درآمد همیشه سعی می‌کنند در اولین گام وزن این سبد را کاهش دهند، بنابراین مساله فقر شهری صرفا ناشی از مهاجرت روستایی نیست و نکته دیگر اینکه تصور می‌شود فقرای شهری بزهکار و نابهنجار هستند، درصورتی‌که اینها بسیار شریف هستند، به شهر کمک می‌کنند، خدمات اقتصادی ارزان‌قیمتی به شهر می‌دهند و در شغل‌های پایین‌شهری کار می‌کنند. اینها تولیدات شهری را مصرف می‌کنند و بدون استفاده از هیچ‌گونه امکاناتی مثل وام دولتی، برای خود مسکن فراهم کرده‌اند. اینها در بازیافت در شهر بسیار موثراند و اغلب بازیافت شهر توسط این گروه‌ها انجام می‌شود و کمک بزرگی به بهداشت شهر می‌کنند. تصور می‌کنند باید به این افراد خدمات داده نشود تا رشد نکنند، اما تصور ما این است که باید به اینها خدمات داده شود تا با مشارکت خودشان توسعه پیدا کنند. رویکرد توانمندسازی را در کشور در پروژه‌ای با همکاری بانک جهانی باعنوان طرح بهسازی شهری و اصلاحات بخش مسکن تجربه کردیم.

از بانک جهانی وام گرفتید؟

این پروژه در اوایل دهه ۸۰ در کشور شروع شد و پنج‌شهر زاهدان، بندرعباس، کرمانشاه، سنندج و تبریز براساس شاخص‌های مسکن و موضوع فقر مسکن و بیکاری پایلوت شدند. در این شهرها قبل از همکاری با بانک جهانی از سال ۷۸ مطالعاتی انجام شده بود. دولت ژاپن ۵۰۰ هزاردلار از محل اتحادیه شهرها به‌صورت بلاعوض به مطالعات اختصاص دادند و از سال ۸۱ مطالعات شروع شد و در سال ۸۳ وام در بانک جهانی تصویب شد. این وام نخستین وام در بحث توسعه انسانی در کشور بود و ایران همین سهامدار بانک جهانی است- البته برخورداری از وام‌های بانک جهانی حق ایران بود. قرار بود ۱۲ سال این برنامه در سه مقطع پنج‌ساله اول، چهارساله دوم و سه‌ساله آخر انجام شود و شهرهای بیشتری مشمول بحث شوند و هدف از برنامه بانک جهانی، بحث منابع مالی نبود بلکه هدف بیشتر استفاده از تجربیات فنی دنیا بود در زمینه پدیده‌ای که در کشور تا آن زمان رویکرد جامعی نداشت. کل این وام مبلغ ۳۳۰ میلیون‌دلار برآورد شده بود که ۲۰ درصدش را دولت جمهوری‌اسلامی‌ایران و ۸۰ درصدش را بانک جهانی تامین می‌کرد. سال ۸۳ موضوع وام پس از انجام مطالعات تصویب شد. سال ۸۸ به‌دلیل مسایل ناشی از تحریم‌ها وام کنسل شد.

ایران دریافتی هم از این وام داشت؟

نزدیک ۵۱ میلیاردتومان از وام دریافتی داشتیم و هزینه کردیم اما خود بحث بانک جهانی، تکنولوژی فکری خیلی خوبی با رویکرد توانمندسازی به کشور آورد و منجر به تولید اسنادخوبی همچون سند ملی توانمندسازی و ساماندهی سکونتگاه‌های غیررسمی در کشور شد.

گفتید که سال ۸۸ وام کنسل شد، در دولت تدبیر و امید آیا مذاکره‌ای برای برقراری مجدد این وام شده است؟

بله، از طریق وزارت اقتصاد در حال پیگیری است. اما سال ۸۸ هم، ردیف تملک دارایی‌ها برای ساماندهی سکونتگاه‌های غیررسمی در کشور ایجاد شد. این ردیف پیش از آن صرفا مطالعاتی بود و اجرایی نبود اما به ردیف مطالعات و ساماندهی تغییر یافت و سال ۸۸ یک‌میلیاردو ۸۰۰ میلیون‌تومان اعتبار گرفتیم. در حال حاضر خوشبختانه اعتبار به ۳۰ میلیاردتومان رسیده است.

خب این ارقام در مقایسه با وام بانک جهانی ناچیز است، یعنی کلا پرونده وام مختومه شد؟

بله، اما درصدد احیای مجدد مراحل بعدی از طریق مکاتبات وزارت اقتصاد هستیم تا دو مرحله بعدی هم استمرار یابد، ضمن اینکه تجارب ایران از نظر بانک جهانی هم جزو تجارب موفق بود و ارزیابی خوبی از تجارب ما داشتند.

درحال حاضر سیاست شما برای رفع معضل فقر شهری و سکونتگاه‌های غیررسمی چیست؟

نگاه ما توانمندسازی است. شرط اول نگاه توانمندسازی پذیرفتن اینها به‌عنوان شهروند است. باید دسترسی به حقوق شهروندی خود داشته باشند و باید این افراد را متوجه مسوولیت و حقوق شهروندی‌شان بکنیم.

ادامه در صفحه ۱۷

گزارش

تصویری تازه از فلسفه

مهدی روزرخ

● «چنانچه از فلسفه تصویری ترش‌رو، متکبر و وحشتناک ترسیم کنیم اشتباه بزرگی مرتکب شده‌ایم. در واقع چیزی با نشاط‌تر، شفاف‌تر و خوش‌روتر از فلسفه وجود ندارد. فلسفه مدعی ارایه لحظاتی سرشار از شادی است. اگر به فلسفه ظاهری غم‌انگیز و منجمد بدهیم، بدین معناست که فلسفه را در جایگاه واقعی خود نمی‌بینیم.» (میشل دو مونتی) با شنیدن واژه فلسفه چه چیزی به ذهن متبادر می‌شود؟ فلسفه گاهی شبیه به سوال است! گاهی شبیه به جواب! فلسفه از هر آدمی به آدمی دیگر شکل عوض می‌کند! نه برای اینکه اصول و پایه مشخص و درستی ندارد، اتفاقا برعکس! این تغییر شکل برای آن است که فلسفه، تمام تلاشش را می‌کند تا دوست آدم‌ها باشد! به هر صورتی درمی‌آید تا هرکس با هر بضاعتی، بپذیردش! فلسفه از تنهایی رنج می‌برد و در پی دوست می‌گردد! چرا محبت‌مان را از او دریغ کنیم؟! چه کسی از مفهوم دوست‌داشتن گریزان است؟! علاقه‌مندبودن به هرچیز، آن را زیباتر می‌کند و باعث می‌شود با انرژی بیشتری در پی آن باشیم. از طرفی مگر نه اینکه دانایی هم جزو صفات ارزشمند محسوب می‌شود؟ پس چگونه می‌توان قبول کرد «دوستدار دانایی»، عبوس و خشمگین و سرسخت باشد؟ معنای واژه فلسفه همین است: دوستدار دانایی، علاقه‌مند به حکمت! پس اگر همان‌طور که دومونتی اشاره می‌کند نگاه خشک و متکبرانه را از فلسفه دور کنیم، فلسفه در بسیاری از امور زندگی همچون دوستی به ما کمک می‌کند. به ما یاری می‌رساند تا دنیای اطرافمان را بهتر بشناسیم، حقیقت را درست درک کنیم و به همین واسطه دوستان بیشتر و بهتری داشته باشیم و دنیای‌مان را زیباتر و عمیق‌تر کنیم! متاسفانه به‌دلیل نگاه اشتباه به فلسفه، فاصله‌ای جدی بین اندیشیدن به شیوه فلسفی و دنیای کودکان ایجاد شده‌است. گاهی حتی تلاش می‌کنیم تا فرزندانمان را از فلسفه مصون بداریم! درست مثل مراقبت‌کردن از آنها در مواجهه با خطری جدی. در کنار این پیشگیری غیرقابل‌توجیه، تصور کنید دنیای کودکان در روزگار ما پر است از ابزار و امکاناتی که با تلاشی سرسختانه در پی این هستند که لذت‌بردن کوتاه‌مدت و سطحی را جانشین لذت‌های عمیق و ماندگار کنند. نباید خودمان را فریب بدهیم! به راستی چنددرصد از کودکانِ امروز مایل‌اند بازی‌های رایانه‌ای، سرگرمی‌های موجود در تبلت‌ها و اسمارت‌فون‌ها را رها کرده و به کتاب‌خواندن مشغول شوند؟ نمی‌توان ایرادی به دنیای دیجیتال گرفت! بخشی از ماهیت این فضا همین است: سرعت‌بخشیدن به لذت جهت ایجاد باورِ رفاه و احساس رضایت نسبی. انفعال ما در این عرصه جای سوال دارد. اتفاقا باید در این شرایط بهتر و قدرتمندتر تلاش کرد تا امکان انتخاب بیشتری در مقابل کودکان وجود داشته باشد. رویکرد آموزش فلسفه در مدارس، متوجه تمامی شیوه‌های آموزشی و برای تمام مقاطع و سنین است که می‌توان با توجه به فرهنگ و بن‌مایه‌های عقیدتی مردم، دست به تالیف یا ترجمه آثار مناسب زد و با ایجاد خوراک ارزشمند، چه از نظر محتوایی و چه از نظر شکلی بسیاری از مفاهیم مورد نیاز برای همسوشدن فرد با جامعه و فرهنگِ مسلط بر آن را در اختیارش گذاشت.

ادامه در صفحه ۱۷

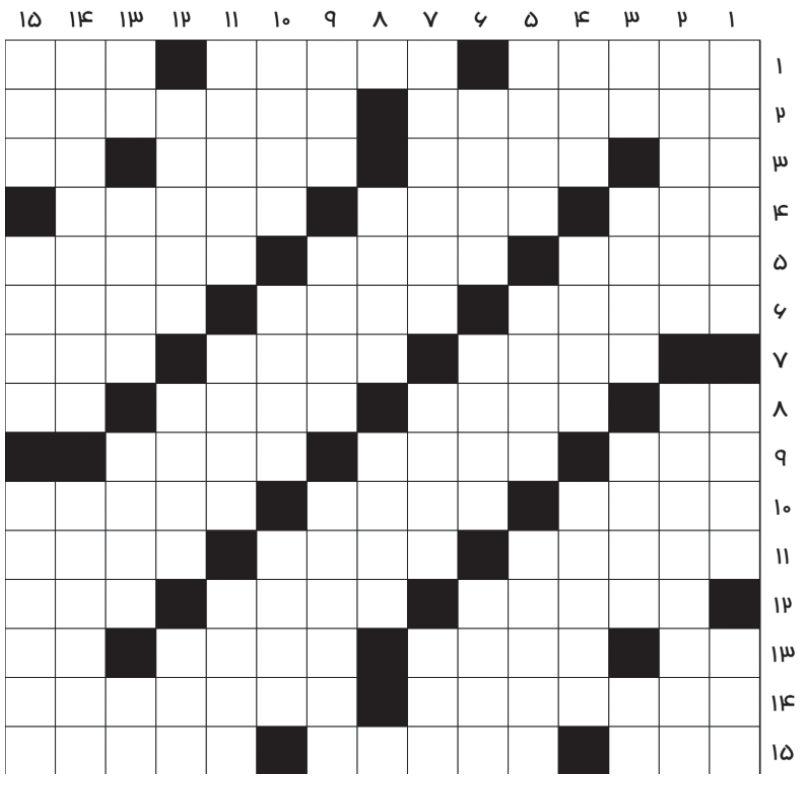
جدول ۲۲۱۷ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- همه وجود آدمی- اقدام‌کننده به کاری- بدون استحکام ۲- گاوباز اسپانیایی- کار بزرگ و چشمگیر ۳- میوه پاییزی- برقرار کردن ارتباط تلفنی- در را به چارچوب متصل می‌کند- مخفف اینک ۴- ظرف لباسشویی- وقت خود را به بطالت گذراندن- سازمان پرورش، صید و فروش ماهی ۵- سبز تیره- تخم کتان- از تقسیمات شهری ۶- نوعی قایق پارویی- باران منجمد- رونق ۷- مقصود و منظور- همسر سمیه، از پیشگامان پذیرش اسلام- ضربه‌ای با پا ۸- ترمز چارپا- میله آهنی جابجاکننده اجسام سنگین- مفصل ساچمه‌ای در فرمان خودرو- صوت شگفتی ۹- امتها- هوش و استعداد سرشار- خوشمزه ۱۰- بصیرت- از نمازهای واجب- نام چندتن از پادشاهان فرانسه بود ۱۱- مرتعش- زیور و پیرایه- داستان کوتاه ۱۲- محل استقرار حسن صباح و پیروانش- زیاده‌روی در تشریفات- دو مصراع ۱۳- رودی در فرانسه- قطعه کوچکی از هرچیز- گرامی، بزرگوار- تکخال ۱۴- مبهوت و متحیر- حس لامسه ۱۵- پدر آذری- دزدیدن- پایتخت خوشنویسی ایران.

عمودی:

۱- نمادین- معروف‌ترین تلسکوپ فضایی- از بندرسته ۲- چاره‌ساز- شهرستانی در استان تهران ۳- گوشت آذری- سخن‌چینی- خانه- مکان ۴- مساوی در شطرنج- قدرت و توان- سرشوی شیمیایی ۵- انسان- روحانی یهودی- مبتکر ۶- استاندار قدیم- حاجت- خاک ۷- سوره هفتادوهفتم قرآن- کشمش درشت و سیاه- بدگویی در شعر ۸- تازه و جدید- حد نهایی ۹- اصطلاحی در فوتبال- ترس شدید- شهسوار امروزی ۱۰- جست‌وجو- اعزام- نوعی دستگاه مخابراتی ۱۱- شهر سوسیس آلمان- تبعیدگاه ابوذر- دوری و هجران ۱۲- بزرگ و مهتر- از سلسله‌های پادشاهی داستانی ایران- میوه گرمسیری انرژی زا ۱۳- یک دور بازی تنیس- چپ چشم- گناهان- ضمیر بی حضور ۱۴- پایتخت شیلی- خیال‌باف ۱۵- کم پشت- عددی دو رقمی- نخستین رییس‌جمهور روسیه پس از فروپاشی اتحاد جماهیر شوروی.



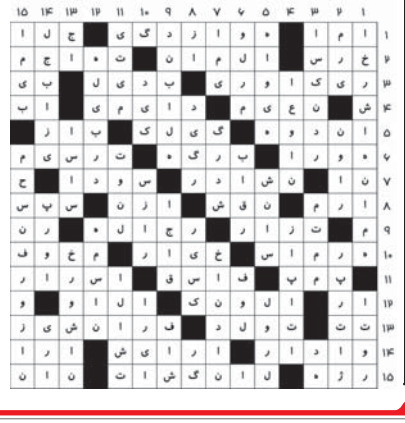
حل سودوکو سخت

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

حل سودوکو ۱۲۱۳

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

جدول ۲۲۱۶



سودوکو سخت ۱۲۱۴

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.

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

سودوکو ۱۲۱۴

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

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.