

# شهر

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع‌رسانی  
موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین  
تابستان ۱۳۹۵



... و اگر زنده ای هنوز  
لااقل خطی، خبری، خوابی، خیالی ...  
بی انصاف!

سید علی صالحی

در کعبه ام راهی نبود  
اما زیارت آمدم







# شهر

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع رسانی  
موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین  
تابستان ۱۳۹۵



## صاحب امتیاز:

موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین  
مدیر مسؤول: دکتر زهرا حجت  
مسؤول شورای سیاست گذاری: جعفر شیرازی نیا  
سر دبیر: علی ناصری

## همکاران این شماره:

علیرضا سپاهی لائین، علیرضا کاردار،  
مژگان همایونی، صدیقه بختیاری، ناهید یاور  
معصومه شجاع ثانی، مرتضی اخوان

## ویراستار: علیرضا سپاهی لائین

مترجم: مریم توفیقی

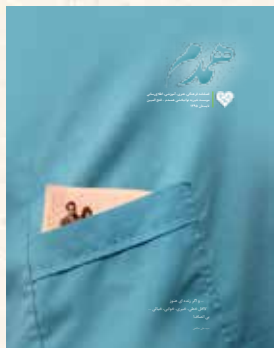
## گرافیک، صفحه آرایی و نظارت چاپ: سید ایمان سجادی

تصویرگران: سوده شیدا، عاطفه فتوحی  
راحله کریم بخش، سعید مرادی

## عکس: مهرا کریمان، سعید احمدی

افشین اسماعیل پور، اعظم منعمی زاده، کامران رحمتیان  
و آرشو روابط عمومی

## لیتوگرافی و چاپ: چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی



طرح جلد: علی ناصری

۳ سخن مدیر مسؤول | دعوت به سفری پنج روزه!

۵ یادداشت سردبیر | غم گل و دل دروازه

گفت و گو با خیرین | گفت و گویی خودمانی با علی کافی  
خیر و عضو هیئت امنای همدم (فتح المبین):

۶ حال خوب همدم را با هیچ چیز عوض نمی کنم

۸ یک نفس زندگی | بدترین و بهترین

۹ ویژه بازار چه همدم

بازار چه ی نیکو کاری، به روایت برخی از همکاران اجرایی  
در این بازار اگر سودی است، با درویش خرسند است

۲۱ یک نفس زندگی | مستحق

۲۲ چه خبر از این خانه؟

خبرهای همدم؛ بهار و تابستان ۹۵

از زندگی دختران همدم

از لابلای دفتر زندگی دختران همدم؛

۳۲ لاکِ آبی

۳۵ یک نفس زندگی | جای شما

۴۱ چند لحظه علمی و آموزشی

مهارت های زندگی:

۴۲ غار نشینی که آپارتمان نشین شده است!

۴۴ آشنایی با سبک های فرزند پروری والدین

نگاهی به یک ناهنجاری رفتاری

۴۷ اختلال سلوک؛ نقض حقوق دیگران

۵۰ نگاهی نزدیک به عادات دهانی در کودکان

این قسمت: مکیدن شست!

۵۲ یک نفس زندگی | پاسخ

۵۳ معرفی کتاب | قصه ای در تبیین اسارت و آزادی

۵۴ نقد فیلم | کلوزآپی از عباس کیارستمی

۵۸ معرفی مؤسسه به زبان انگلیسی

## دعوت به سفری پنج روزه!

دکتر زهرا حجت



اما سهم شما چیست؟... آمدن.  
بازارچه‌ی نیکوکاری فرصتی است برای دیده شدن و دوستی. برای تقسیم شادی و مهربانی. یادتان باشد اگر همه‌ی مردم شهر بیایند، باز هم یک صندلی برای شما خالی خواهد ماند. یک کاسه‌ی آش سرد خواهد شد. یک نفر چشم به راهتان خواهد بود و این سفر هم تمام خواهد شد...  
بیست و پنج تا بیست و نه شهر یور همسفر ما باشید.

آخر همین تابستان، دعوتید به یک سفر پنج روزه. کافی است با خودتان کمی لبخند و مهربانی بردارید. از ماه‌ها قبل، تمام اهالی همدم دست به کار شده‌اند تا وقتی در پنجمین بازارچه نیکوکاری به این خانه سفر می‌کنید به شما و عزیزانتان خوش بگذرد.  
از سرودها و اجراهای هنری شاد و اکران فیلم و حضور هنرمندان و مهمانان ویژه گرفته تا غرفه‌های رنگ به رنگ و متنوع غذا، پوشاک و... برای استفاده‌ی شما تدارک دیده‌ایم.  
هر کسی در این شادی‌ها سهمی دارد؛ دختران همدم، همکاران و مسئولین مرکز، غرفه‌داران و خیرین حامی، هنرمندان و مهمانان ویژه که از راه‌های دور خواهند آمد و...







## غم گل و دل دروازه

غصه خوردن مثل گل خوردن. هیچ دروازه بانی بعد از اینکه گل خورد زمینو ترک نمی کنه. باید تا آخر بمونی و ادامه بدی، تا آخرین لحظه احتمال برنده شدن هست. تازه برنده هم نشدیم، نشدیم. والا!

من بهترین دروازه بان اینجام! دستام کوتاهن و شیرجه هم نمی تونم بزنم، ولی سر اینکه توی کدوم تیم باشم همیشه دعواس. آخه توی هر تیمی باشم گل نمی خوره! خخخخ.

تیم مقابل هر چی هم قوی باشه من گل نمی خورم.

تازه مگه گل خوردنیه! گل رو باید بو کرد! خخخخ

غصه رو هم نباید خورد.

ولی اگه یه روزی بخوام توی یه زمین بزرگ تر بازی کنم چی؟! اون وقت حتما دروازه شم بزرگ تره!

فکرشو بکن! اون دروازه های هفت هشت متری!

هر تویی که میاد باید ویلچر مو اون سمتی هل بدم تا به توپ برسم! تازه خودم که نمی تونم باید احترام که راننده ی ویلچر مه بامن بیاد توی دروازه!

اون وقت هی باید بهش بگم کدوم وری بره.

اختر برو چپ... نه نه صب کن بدو بریم راست...

آه... باز م گل خوردیم...

بعدش میتونم سر اختر داد بزنم که اگه زودتر هل داده بودی شاید به توپ میرسیدیم.

چه خوبه یکی توی بازی باشه که بتونی تقصیر و بندازی گردنشو خیال خودتو راحت کنی.

خوبیش به اینه که گل رو دونفره خوردیم.

غصه هم مثل گل...

دل آدم هم مثل دروازه...

من بهترین دروازه بان اینجام. نه بخاطر شیرجه هام، بخاطر لبام که همیشه خندونه...

حالا تیم مقابل هر چقدر میخواد قوی باشه، باشه! والا.





گفت‌و‌گویی خودمانی با علی کافی، خیر و عضو هیئت امنای همدم (فتح‌المبین):

## حال خوب همدم را با هیچ چیز عوض نمی‌کنم

مر ترضی اخوان ❤️

کنار مرکز ببینی. نه تنها بر لب دخترها که بر لب همه‌ی پرسنل، خیرین و مراجعه‌کنندگان. از زن و شوهر جوانی که هدیه به دست، از نذرشان می‌گویند و برای رساندن بسته‌ها به دختران، راهنمایی می‌خواهند تا مردی که محوطه‌ی زیبا و چمن‌کاری شده‌ی مرکز رازیر نور خورشید تابستان، با آرامش تمیز می‌کند. از مر بیان پر حوصله تا خیرین نیک‌اندیشی که حمایت از دخترهای همدم، جزئی از دغدغه‌های هر روزه‌ی زندگی‌شان شده است. ظهر یک روز زیبای تابستانی برای صحبت با یکی از این خیرین، به دفتر

اینجا خانه‌ی دختران همدم است؛ دخترهای نازنین و مهربان همدم. دخترهایی که شاید دست بی‌مهر روزگار آن‌ها را از دامن خانواده‌هایشان جدا کرده ولی در عوض در وجودشان آنچنان محبت و عشقی به جا گذاشته که برای آن پایانی نیست. محبتی که با لبخندهای معصومانه و نگاه شادشان، نثار هر تازه‌واردی می‌کنند. وقتی وارد موسسه می‌شوی، می‌توانی این لبخندها را در گوشه و





\* با موسسه همدم از سال ۱۳۸۶ با معرفی یکی از دوستانم آشنا شدم. حاج آقای شیرازی نیا، این مرد خیر را می‌شناختم و برای اولین بار که اینجا آمدم هر آنچه از دستم برمی‌آمد برای دختران همدم انجام دادم.

\* به نظر من کار در همه خیریه‌ها ارزشمند است. چرا که همه موسسات خیریه تلاش‌شان یکی و آن هم کمک به هم‌نوعان خودشان است. وقتی با موسسه آشنا شدم فقط می‌خواستم به هر نحوی که شده برای افراد اینجا کاری انجام بدهم که خوشبختانه موفق شدم.

\* از نظر من، وضعیت بازار چه‌ی نیکوکاری همدم دارد سال به سال بهتر از قبل می‌شود. در همه این سال‌ها یکی از همراهان همیشگی بازار چه بوده‌ام و چون خودم مدیر فروش شرکت آریا گلستان هستم، همیشه شرکت را در این بازار چه مشارکت داده‌ام.

\* امروز که در موقعیت فعلی هستم، از کارهایی که تا به حال انجام داده‌ام حال خیلی خوبی دارم. این حال خوب را با هیچ چیز عوض نمی‌کنم.

\* صد در صد مطمئن هستم تا جایی که توانش را داشته باشم مسیری را که تا اینجا طی کرده‌ام، ادامه خواهم داد.

\* اگر در آینده فرزندی داشته باشم، قطعاً به او خواهم گفت همین مسیر را طی کند.



مدیر موسسه، جعفر شیرازی نیا می‌روم؛ آنجا که علی کافی ۳۴ ساله، آرام و سر به زیر، منتظر نشسته است تا برآیم از دختران همدم بگویید. راضی کردن او که سال‌هاست دختران همدم را زیر چتر حمایت خود قرار داده به گفت‌وگو کاری است که به دشواری صورت می‌گیرد. چرا که این خیر جوان، ترجیح می‌دهد خیر خواهی‌اش بی‌ریا و به دور از هیاهو و جنجال رسانه‌ای انجام شود. بخشی از حرف‌های این بانی خیر و عضو هیئت امنای موسسه فتح‌المبین را با هم می‌خوانیم:

\* تقریباً از ۱۸ سالگی این علاقه در وجودم زبانه کشید. دوست داشتم در کارهای خیر مشارکت داشته باشم تا از هر طریق که می‌توانم به هم‌نوعان خودم کمک کنم.

\* اولین کار خیری که شروع کردم مشارکت در امر خیر مدرسه‌سازی بود که توسط مرحوم پدر بزرگم انجام شد. من فعالیت‌های این عمل خیر خواهانه را انجام می‌دادم و از طریق مجمع خیرین مدرسه‌ساز مشهد کارها را پیگیری می‌کردم تا در نهایت این فعالیت‌ها منجر به ساخت یک مدرسه شد.





## بدترین و بهترین

روزی حضرت موسی (ع) روبه درگاه خداوند نمود و از او درخواست کرد که؛

«بارالها می خواهم بدترین بنده هایت را ببینم.»  
ندا آمد که صبح زود به در ورودی شهر برو، اولین کسی که از شهر خارج شد او بدترین بنده‌ی من است.

حضرت موسی صبح روز بعد به در ورودی شهر رفت، پدری با فرزندش اولین کسانی بودند که از شهر خارج شدند.

حضرت موسی گفت: «این بیچاره خبر ندارد که بدترین خلق خداست.»

پس از بازگشت، روبه درگاه خدا کرد و پس از سپاس به خاطر اجابت خواسته‌اش عرضه داشت: «بارالها، حال

می خواهم بهترین بنده ات را ببینم.» ندا آمد: آخر شب به در ورودی شهر برو، آخرین نفری که وارد شهر شد بهترین بنده‌ی من است.

شب هنگام موسی (ع) به در ورودی شهر رفت و دید آخرین نفر همان پدر با فرزندش هستند! روبه درگاه خدا کرد و گفت:  
«خداوندا چگونه ممکن است بدترین و بهترین بنده ات یک نفر باشد؟!»

ندا آمد: ای موسی، این بنده هنگام صبح که از در ورودی شهر خارج می شد بدترین بنده من بود، اما هنگامی که نگاه فرزندش به کوه های عظیم اطراف شهر افتاد از پدرش پرسید: «بزرگ تر از این کوه ها چیست؟»

پدر پاسخ داد: «آسمانها»

فرزند پرسید: «بزرگتر از آسمانها چیست؟»

پدر در حالی که به فرزندش نگاه می کرد، اشک از دیدگانش جاری شد و گفت: «فرزندم گناهان پدرت از آسمانها نیز بزرگتر است.»

فرزند پرسید: «بزرگتر از گناهان تو چیست؟»

پدر که دیگر طاقتش تمام شده بود، به ناگاه بغضش ترکید و گفت: «عزیزم مهربانی و بخشندگی خدای بزرگ از تمام هر چه هست بزرگتر است!»







## ویژه بازارچه همدم

تابستان ۹۵، پنجمین بازارچه نیکو کاری

## بازارچه‌ی نیکوکاری، به روایت برخی از همکاران اجرایی در این بازار اگر سودی است با درویش خرسند است

مرتضی اخوان

### دادوستد آسمانی

قدیم‌ها، خیلی قدیم، قبل از اینکه تکه‌های کاغذ بعنوان پول بین مردم برای امرار معاش دست به دست شود، کالا با کالا مبادله می‌شد. گندم می‌دادند و پارچه می‌گرفتند. گوشت و پوست می‌دادند و پرنده‌های اهلی می‌گرفتند و هزار و یک چیز دیگر که ارزش مبادله داشت. ما که در آن روزگار نبودیم تا ببینیم چه اتفاقاتی می‌افتد اما امروز که نوبت ماست برای زیستن، شاهد ماجراهای قشنگ بسیاری هستیم.



این یادآوری فلسفی و تلنگر اجتماعی را از زبان جعفر شیرازی‌نیا (مدیر موسسه‌ی همدم) می‌شنوم. او در ادامه می‌گوید: هنوز هم دادوستد بین مردم در جریان است و اما در این میان خیر و نیکی نیز رنگ و بویی دارد. بازارچه نیکوکاری از جمله تجارت‌هایی است که در آن علاوه بر خرید، خیر هم اتفاق می‌افتد. سود زمینی و آسمانی دارد و از این رو گام‌هایی که در جهت

خیر و نیکی برداشته می‌شوند متبر کند. جدا از پول و کالا و یا خدماتی که رد و بدل می‌شود، یک دنیا مهربانی و عشق هم دست به دست می‌شود. از قدیم گفته‌اند از هر دستی بدهی از همان دست پس می‌گیری و دوستان همدم این را بارها در همدلی با دختران همدم تجربه کرده‌اند.

بازارچه فقط زمانی برای مشارکت مالی نیست، بلکه فرصتی است برای دوستی و تغییر باور جامعه نسبت به این آهسته‌گامان. تا مردم از نزدیک شاهد توانمندی انسان‌های فراموش شده‌ای باشند که نسبت به سرنوشت‌شان نمی‌توان بی تفاوت بود. به لطف و یاری خداوند برای پنجمین سال، بازارچه را به یاری تمامی حامیان همدم برگزار می‌کنیم و امیدواریم امسال هم برای همه پر از خیر و برکت باشد.

بازارچه شلوغ است و ازدحام آن با حضور پرشور مردم هر لحظه بیشتر می‌شود. عده‌ای از چادر عشایر، چای زغالی و نان داغ کرمانجی می‌خرند و گروه دیگری پشت غرفه‌ی آتش رشته صف بسته‌اند. عده‌ی زیادی محو تماشا یا مشغول خرید هنرهای دستی دختران همدم هستند و بعضی، فقط به این نیت آمده‌اند تا در غرفه‌ی آرزوها، سراغ یکی از تنگ‌های رنگی آرزو بروند و رویاهای دست‌نیافتنی دخترکان همدم را به حقیقت پیوند بزنند. بازارچه نیکوکاری دختران همدم چند سالی است روزهای آخر تابستان را تبدیل به فرصت ناب‌ی کرده تا همه آن‌ها را که قلبشان به عشق همنوع می‌تپد، به غرفه‌هایش دعوت کند. غرفه‌هایی که عشق عرضه می‌کنند، مهربانی، به یادگار می‌دهند و برپایی‌شان طی این سال‌ها بدون همراهی مهربانان خیر و دست‌اندرکار، غیر ممکن بوده است.





## ♥ کار کردن برای این بچه‌ها همه‌اش عشق است



هفت سال است همدم دختران همدم شده است. مهنز سپاهی از اولین سال تاسیس بازارچه، همراه این حرکت زیبای فرهنگی بوده و امسال می‌خواهد پنجمین دوره بازارچه را کنار هم‌دلان دیگر تجربه کند. این پار و همراه همیشگی دختران همدم از بازارچه و فعالیت‌هایش، حرف‌هایی دارد که شنیدنی است:

• مسئولیت چیدمان و تدارکات غرفه‌ها از سال اول با من و همکار خوبم مرضیه کاکایی بوده و تعداد غرفه‌ها طی این مدت ۲ برابر شده است طوری که پار سال حدود ۳۰ غرفه داشتیم. طی سال‌هایی که تجربه همراهی در بازارچه را داشته‌ام به وضوح می‌توانم بگویم از اولین تا آخرین بازارچه تفاوت‌ها و پیشرفت‌های زیادی به وجود آمده است.

• در بازارچه اول که نخستین تجربه‌مان بود، بیشتر به غرفه‌های داخلی توجه داشتیم و همه فعالیت‌ها در فضای سالن انجام می‌شد. از بازارچه دوم، محوطه حیاط هم اضافه شد. این فضا را غرفه غذا قرار دادیم و در آن، آرایش چهره، نقاشی صورت و عکاسی راه انداختیم. داخل راه هم بیشتر به غرفه‌های ویژه خرید و فروش اختصاص دادیم. ابتدا برای برنامه‌هایمان سن متحرکی ساخته بودیم که خدا را شکر با آماده شدن سالن، در بازارچه سال قبل توانستیم اکران فیلم و تئاتر داشته باشیم. اجرای سرود بچه‌ها هم در همین مکان به صورت زنده انجام شد.

• مدت زمان بازارچه ۵ شب است و حضور در آن برای همه اقشار کاملاً آزاد و رایگان می‌باشد. هدف عمده ما از برگزاری این بازارچه علاوه بر اینکه می‌خواهیم درآمدی داشته باشیم که به نفع دختران همدم خرج شود، شناساندن این مرکز به مردم است. ساعت کار بازارچه ۱۷ تا ۲۳ است و قصد داریم برنامه‌های تبلیغاتی بزرگی برای معرفی بازارچه داشته باشیم.

• کار کردن برای این بچه‌ها همه‌اش عشق است و هدف ما از فعالیت‌هایی که داریم بهتر شدن وضعیت زندگی آن‌ها است. اینجا همه هم‌دل هستیم تا برای بچه‌ها عاشقانه کار کنیم. همه مثل دوست کنار هم هستیم و گاهی اوقات که می‌توانیم خپری را به این مکان بیاوریم تا به نفع بچه‌ها اقدامی انجام دهد، خستگی از تنمان در می‌شود.

• برکت معنوی کار برای این بچه‌ها را به خوبی در زندگی‌ام دیده‌ام. قبلاً جاهای دیگری کار کرده‌ام که شاید حقوقش بیشتر بوده است اما هیچ‌وقت نمی‌فهمیدم پولم چه می‌شود. اما اینجا در ذره حقوقم به برکت دعای خیر بچه‌ها با برنامه‌ریزی و حساب و کتاب در زندگی هزینه می‌شود. گاهی وقتی بیرون از اینجا می‌فهمند کجا کار می‌کنم برایم احترام خاصی قائلند که این برای من ارزشمند است.





## دو طلبان فقط با عشق بیایند

ده سال کار در موسسه

خیریه با اقدامات خیر خواهانه عدد کوچکی نیست که بتوان به سادگی از کنار آن گذشت. محمود کمر دین زاده، با تجربه همکاری طولانی و خدمت به دختران همدم از جنس دیگر، همه این سالها مدیر نیروی



انسانی بازار چه بوده است. حرفها و تجربیات او را از این مسئولیت بخوانیم:

• استارت بازار چه توسط مدیر عامل موسسه، خانم دکتر حجت در سال ۱۳۹۲ زده شد. انجام فعالیت های اینچنینی، جزو سیاست های کلی موسسه برای جذب مخاطب موسسه با هدف کمک به دختران همدم است. تاسیس بازار چه خیریه نیز برای ایجاد فرصتی جهت معرفی بهتر مجموعه به مردم انجام شد.

• ما بازار چه ای ایجاد کردیم تا افراد اصناف مختلف مواد غذایی، پوشاک و... در قالب غرفه های اینجا حضور پیدا کنند و محصولاتشان را به نفع دختران همدم به فروش بگذارند. در کنار این قضیه یک سری از خیرین و افراد صاحب نام نیز در موسم بازار چه به موسسه می آیند. در این سالها هر چه جلوتر رفتیم، این حضور پر رنگ تر شده است. طوری که در بازار چه امسال، اکران دو فیلم را با حضور عوامل آن خواهیم داشت.

• سال های اول، بازار چه ۲ بار برگزار می شد و امسال

این اولین بازار چه در سال است که برگزار می کنیم. پوشاک، مواد غذایی، زیورآلات و... بعضی از برندهایی هستند که امسال طبق سال های گذشته، می آیند تا در غرفه های ما محصولاتشان را به فروش بگذارند و در صدی از فروششان را به نفع دختران همدم به موسسه بدهند.

• نقشی که به عنوان مسئول نیروی انسانی در این حوزه دارم تامین نیروی اجرایی این کار است. بخشی از این نیرو توسط یاوران بیرون از مجموعه که داوطلبانه در طول سال به کمک ما می آیند تامین می شود و بخش اصلی را بچه ها و نیروهای اینجا و همکاران خودمان، تامین خواهند کرد.

• با توجه به تجربه ای که طی ۱۰ سال حضور در اینجا کسب کرده ام همیشه می گویم باید برای این فعالیت های خیر خواهانه افرادی را انتخاب کرد که با عشق بیایند. مانند نیروهایمان که گاهی در مناسبت های مختلف بدون هیچ اعتراضی تا پاسی از شب اینجا کار می کنند. افرادی که یقیناً مثل خود من برکت کار در این مجموعه را در زندگی شخصی خود دیده اند.

## غرفه های بازار چه امسال پر بار تر از هر سال است

نگاه جدی تر به غرفه و غرفه سازی؛ این هدفی است که یاوران همدمی در بخش غرفه داران بازار چه پنجم همدم در سر



می پروارند. مهناز کاکایی، از همدمی هایی است که حالا ۸ سال است کنار دختران سرزمین عشق حضور دارد. او از اولین بازار چه مسئولیت غرفه ها را به عهده داشته تا به امروز. وقتی با او صحبت می کنیم برایمان از چند و چون غرفه سازی و البته غرفه آرای بی بازار چه ای می گوید که قرار است عشق را به سرزمین دختران همدم هدیه کند:

• کاری که تازه شروع می شود خب طبیعی است که ایراداتی هم داشته باشد. امر غرفه سازی و غرفه آرای بی بازار چه همدم از سال اول تا به امروز که



پنجمین دوره‌اش را می‌گذرانند، سال به سال پر بارتر شده است.  
• استقبال مردم طی دوره‌های گذشته عالی بوده است. حالا دیگر مردم بازار چه همدم را به عنوان یک اتفاق خوب می‌شناسند و هر سال انتظارش را می‌کشند.

• در یکی دو سال اخیر غرفه‌های غذا را به مجموعه غرفه‌های بازار چه اضافه کرده‌ایم که الحق و الانصاف جواب هم داده است.  
• برندها و همیاران همدمی که تا به امروز با ما در بازار چه همراه بوده‌اند زیاد بوده است. اگر بخواهیم از آن‌ها نام ببریم ممکن است نام یکی را از قلم بیاندازیم. اما همراهِیشان جای تشکر فراوان دارد.  
• امسال طراحی غرفه‌های بازار چه کمی حرفه‌ای‌تر از هر سال است. امسال یک طراح و متخصص حرفه‌ای به ما کمک کرده است که امیدوارم خروجی‌اش عالی باشد.

### ♥ پوسترهای بازار چه، حس دوستی و هم‌نوعی دارند

هنرمندان زیادی از عکاس و نقاش تا نویسنده و طراحان گرافیک، طی این سال‌ها حامی همدم بوده‌اند و خیلی‌هایشان داوطلبانه و عاشقانه از زاویه هنر خود، به معرفی بهتر دختران فتح‌المبین پرداخته‌اند. اعظم منعمی یکی از این افراد است که طی ۴ سال حضور در همدم، کار طراحی پوسترهای بازار چه را به عهده داشته است. حرف‌های او را درباره این فعالیت بخوانیم:

• نکته کلیدی که همیشه در طراحی



پوسترهای بازار چه سعی کردم رعایت کنم این بوده است که حس بازار چه خیریه بودن را در طرح‌هایم به مخاطب انتقال دهم. به نحوی که به محض اینکه چشم مخاطب به پوستر افتاد اولاً بفهمد با بازار چه طرف است و دوماً نسبت به کار خیریه که شکل می‌گیرد واکنشی درونی داشته باشد.

• پوسترها طی این سال‌ها، طرح‌های متفاوتی داشته‌اند. از طراحی چند بادکنک که به هوا رفته بود در سال اول تا طراحی پوسترهایی که نشان‌دهنده یک تابلو ورودی کوچکی بود. در پوستر امسال از کفش استفاده کرده‌ام. کفش‌هایی که به نوعی نماد حرکت دختران همدم و قدم برداشتن در مسیر خیر هستند.

• در پوسترهای بازار چه سعی کردم از رنگ سازمانی‌مان یعنی رنگ سرخابی استفاده شود. رنگی که گرم است و از نظر روان‌شناسی به جلب مخاطب کمک می‌کند. این رنگ، نوعی حس دوستی و هم‌نوعی دارد که ناخودآگاه به مخاطب منتقل می‌شود.

### ♥ فضای مجازی

#### بستری مناسب برای معرفی و دعوت

این روزها فضای مجازی، بستری مناسبی برای معرفی و تبلیغات مختلف شده است. موسسه همدم هم به یاری تکنولوژی‌های روز جامعه، تا حدود

زیادی در شناساندن این مرکز و دختران نیازمندش به دیگران از طریق فضای مجازی موفق عمل کرده است. حرف‌های زهرا ناقل مسئول بخش تبلیغات فضای مجازی



همدم را که ۲ سال است در این راه تلاش می‌کند، با هم می‌خوانیم:

• در همه طول سال با توجه به بسترهایی که در اختیار داریم به تبلیغات در فضای مجازی می‌پردازیم. ما سایتمان را داریم که نسبتاً بازدید خوبی

هم دارد. مخصوصاً در زمان بازار چه که بسیار پر بازدید می‌شود. فیس‌بوک، گوگل پلاس، اینستاگرام و کانال تلگرامی‌مان نیز بازدیدهای خوب و قابل توجهی دارند.

• از ۲ هفته قبل از بازار چه تبلیغاتمان در این فضاها آغاز می‌شود. تیزر ساخته می‌شود و این تیزر روی کانال و اینستاگرامان می‌رود. خدا را شکر طی این مدت، توانسته‌ایم ارتباط خوبی با ادمین‌های کانال‌ها و گروه‌های دیگر تلگرامی برقرار کنیم. کانال‌هایی که معمولاً از بازدیدهای بالایی برخوردار هستند.

• در اینستاگرام افرادی هستند که فالوورهای زیادی دارند و اینجا همیشه در همدم کمک‌مان کرده‌اند. در این مواقع از ظرفیت آن‌ها هم کمک می‌گیریم تا تبلیغات ما را روی صفحه‌شان بگذارند. ما از ظرفیت چهره‌های مشهوری که به همدم می‌آیند نیز برای بازدید در شبکه‌های مجازی بهره می‌بریم.

• بنر ما با استفاده از سامانه a network روی بیش از ۱۰ هزار سایت نمایش داده می‌شود و کاربران آن سایت‌ها با کلیک بر روی بنر به سایتمان می‌آیند. این یک بهره تبلیغاتی خوب و کارساز است.

• خوشبختانه تا به امروز، جامعه نسبت به همدم و همراهی با آن واکنش خوبی داشته است. همین باعث شده خیلی از تبلیغات‌مان را به صورت رایگان انجام بدهیم. هزینه‌ای که برای تبلیغات می‌کنیم شاید فقط در حد چاپ آگهی در روزنامه‌ها و هزینه چاپ پوستر و بنر باشد. در فضای مجازی تقریباً هیچ هزینه‌ای نمی‌کنیم.

**این گفتگویی با بعضی از فعالان بازار چه نیکوکاری همدم بود و خیلی از دوستان حرف‌هایشان نگفته ماند.**

**مهم این است که همه اهالی همدم تلاش می‌کنند تا امسال هم میزبان خوبی برای مهربانی شما باشند.**











نوش جان ،  
بازارچه در خدمتیم



۲۵ شهریور، تولد همسر مه ۲۹ شهریورم تولد خودم  
و مفتخرم بکم پنجمین سالگرد ازدوایمون متقارن شده  
با پنجمین بازارچه نیکوکاری



فونه خاله نمی دونم!  
ولی بازارچه نیکوکاری  
از اون وره



شیرید؟ خوب ما معمولاً کلی شیریدامونو انجام میدیم  
کلن اونم سالی به بار فقط هم از بازارچه نیکوکاری



ای وای فضاییام  
از بازارچه غیر دارن!



دراش کلم انگار تو باغ نیستی  
بازارچه نیکو کاریه منم غرقه  
لیو داروم!

شما کیا  
اینها کیا  
!?



پشش میشه!  
دلیم براتون خیلی  
تنگ شده هتما  
میام دیرتون



در کنار دقتران همدم ۲۵ تا ۲۹ شهریور، منتظر همه شما هستیم





## همدم، سود خریدتان را تضمین می کند...

علیرضا سپاهی لایین

در بوتیک فخری خانم که سر کوچه‌ی خودمان در قاسم‌آباد مغازه دارد، ۱۰ درصد گرانتر درآمده است. تازه، حالا فهمیده که سبزه این مانتو مناسب نیست و می‌خواهد پروسه‌ی آژانس و رفت و برگشتش را تکرار کند!!

شما هم در میان اطرافیان آدمها و رفتارهایی از قبیل دخترخاله‌ی من دیده یا شنیده‌اید؛ آدمهایی که اعتیاد به خریدهای ارزان دارند و همین که اعلان یک درصد تخفیف ببینند، بی‌توجه به هزینه‌های جانبی و کیفیت کالا و... دل به جاده می‌زنند و آنطرف دنیا هم باشد، در فعالیت نشاط‌بخش خرید، حضور بابرکتشان را به هم می‌رسانند.

حساب سود و زیان، شاید مهمترین موضوعی است که از گذشته تاکنون، همیشه در مرکز معادلات و تعاملات انسان قرار داشته. اصلا به تعبیر تئوریسین‌های کاپیتالیسم، محرک و محور عمده‌ی تلاشها و پیشرفت‌های بشری همین تشخیص و تضمین سود و زیان است.

اما آیا آدمیزاد همواره قادر به تشخیص درستی در این خصوص هست؟ پاسخ احتمالا منفی است. بسیار اندک‌اند معادلاتی که پیشاپیش سود و زیانشان مشخص باشد. در عین حال، هستند مبانی و مبادی روشنی که براساس آن می‌توان به سودی تضمینی دست یافت. از آن جمله اند؛

دختر خاله‌ای دارم که نامش پری است. البته نامش پریاست و خانواده و آشنایان خودمانی‌تر پری صدایش می‌زنند. خوب البته مهم نیست که نام اصلی و مستعارش چیست، مهم رفتاری است که در خصوص «خرید» دارد. او معمولا سر و گوش آب می‌دهد که ببیند کجا نمایشگاهی است که کالا و اجناسش را با تخفیف عرضه می‌کند. پری، مشتری ثابت بازارهای فصلی، فروشگاههای معروف به تاناکورا و مغازه‌هایی است که معمولا تخفیف می‌دهند یا دست کم در تبلیغاتشان اینطور می‌گویند.

اخیرا در یک مجلس عروسی، شوهر دختر خاله‌ام - ابراهیم - که داماد ما محسوب می‌شود، من باب مزاح و در اصل به عنوان درد دل و گلایه، می‌گفت: پری جان شنیده یکی از مانتو فروشی‌های منطقه‌ی طلاب، تخفیف ویژه دارد، آژانس گرفته و رفته، یک دانه مانتو خریده و برگشته... بعد حساب کردیم و دیدیم که؛ با هزینه‌ی آژانس و زمانی که صرف شده، قیمت تمام شده‌ی مانتو، از قیمت همین مانتو





می کند، همین که در صدی از هزینه هایشان مصروف لبخند و شادابی این گل‌های معصوم می شود، همین که برای دست‌اندر کاران همدم، دل گرمی و امیدواری به همراه می آورد، همین که همکاران ما حس همبستگی و نیکوکاری و خیراندیشی هموطنان خود را در طول ۵ روز، از نزدیک می بینند و گرمای محبت نیکوکاران را در هوای همدم نفس می کشند و همین که این بازار، نگاه‌ها را عوض می کند تا آدم‌ها به جای خستگی و بی‌زاری و حساب حقیرانه‌ی سود و زیان مادی، به امیدواری و دستگیری و نیکوکاری و یاری و مهر و... در مجموع به چیزهای بهتر و بزرگتری بیاندیشند، نکته‌ای است که به لحاظ اهمیت با هیچ چیزی دیگری نمی شود عوضش کرد.

اینکه شما در بازار چه‌ی پایان شهر یورماه در همدم، خرید ارزان و با کیفیتی بکنید برای ما مهم است و تمام تلاشمان در همین راستاست... اما اصل موضوع، سود تضمینی مشارکت در همراهی و همدلی با همدم است... اینکه دختر خاله‌ی من نامش پری است یا پریا فرقی نمی کند، مهم این است که سود و زیان واقعی اش را بشناسد... مهم این است که هیچ نام و مقامی، حضور در چنین بازار نزدیک و پرسودی را با تخفیف‌های خالی و خیالی عوض نکند.

خیرخواهی و دستگیری از نیازمندان و مشارکت در امور بشردوستانه و محبت و گذشت و عدالت و...

برای ما که افتخار حضور و خدمتگزاری در همدم را داریم، این واقعیت روشن است که هر چیزی در چارچوب محبت و عنایت به این خیریه، می تواند راهی به فردای روشن انسان و جهان بگشاید. شاید بگویید این ادعای گزاف و بیهوده‌ای است. اما اگر دنیا را دار تقرب ببینید و بشر را ناگزیر از حرکت بسوی خیرخواهی و همدلی بدانید، در خواهید یافت که اینجا میدانی برای تمرین تحول بشر است.

بازارچه خیر و خرید پایان نیمسال اول ۹۵ در راه است و همکاران و یاوران همدم همه در تلاش برگزاری هرچه پر بارتر و باشکوه‌تر این برنامه اند. اما آیا این معنایش این است که در این بازار بهترین نمایش ارزانی و تنوع و گستردگی و کیفیت ارائه خواهد شد؟

پاسخ قطعاً مثبت نخواهد بود. چه بسا که از منظر کم و کیف، بازارچه خیر و خرید همدم چیزی باشد در حد همه‌ی بازارهایی که از این دست بوده است و شما دیده‌اید. اما برای ما که سالها تجربه حضور در این بازار را داشته ایم، پاسخ چیز دیگری است.

از نگاه ما و با توجه به تجارب، منهای سود یا زیان مادی، آنچه سود ویژه‌ی این بازارچه را تضمین می کند، برکات و عنایاتی است که از این رهگذر بهره‌ی فرزندان همدم می شود. همین که خیرخواهان گام در فضای موسسه می گذارند و گاهی نگاه پر مهرشان با چشم‌های منتظر دختران همدم تلاقی



## مُو و باجنانم بازار چه همدم، الان یهویی!

علیرضا کاردار

مخوان؟» گفتیم «داداش حرص نخور، بری ای که بعدا اگه مراسمی دشته باشن بهت پیامک بزنن. نمخی نده!» با کلی شک و دودلی شماره هاره دادن و رفتیم تو محوطه.

اوه... چه خبر بود! گفتیم حالادیر وقت میم لابد خلوت رفته ولی انگار همه مردم مشهد همی فکر ره با خودشا کرده بودن! غلغله بود. باجنانم باز شروع کرد به غُر زدن که «ای چه وضعشه...» حیف که فامیل بود و گر نه همونجی ولش مکردم و مرفتم بری خودم! پدر و مادر و آقا جان و مادر جان که از ما جدا شدن و رفتن بری خودشا. ما چهار تا ماندیم با او کیارش آتیش بلا. گفتیم «بین از هم یگ طرف شروع کنیم غرفه هاره ببینیم.» خانما که از همو غرفه اول شروع کردن... «وای ای کیفاشا چقدر قشنگه... وای ای کفشاره نگاه کن... آخ چی روسری های...» کاش مشد همونجی قالشا بندرم و در برم! حیف نمشد، کارت بانکیمانه دادیم بهشا و خودما ره خلاص کردیم که هی حرص و جوش نخورم. ولی انصافا هم جنساشا خوب بود هم قیمتش مناسب بود. هر چند اگه گیرون هم مگفتن خیالما راحت بود که سودش مَره تو جیب موسسه و خرج دخترهای همدم مشه.

همی جور تو شلوغی جلو مرفتم و هی صدای پیامک گوشه مان می آمد و هی باجنانم با خشم به مو نگاه مکرد و مویم خودمو مزدم به او راه. انگار مو از شا دعوت کرده بودم و نازشاره کیشیده بودم که جان ما با ما بین بازار چه! داشتیم جلوی غرفه هامیلیتری جلو مرفتم که دیدم صدای آهنگ میه. نگاه کردم دیدم یگ گوشه‌ی محوطه بساط موسیقی زنده و ساز و آوازه. چقدر باحال، چی حس خوبی داشت. از لای جمعیت کله کیشیدم ببینم چه خبره که دیدم کیارش پسر باجنانم رفته بالای سن و دره کله ملق مزنه و مردم غش کردن از خنده و مجری برنامه هم که تو تلویزیون دیده بودمش داشت تشویقش مکرد. انا حالا خوب رفت!

باجنانم که عین خیالش نبود و تازه داشت تشویق مکرد و فیلم هم

چند وقتی بود که با معصوم خانم تصمیم گرفته بودم برم ببینم ای بازار چهی «همدم» چه خبره و اصلا چی به چیه؟! کمال - رفیقم - با خانمش رفته بودن و خیلی ازش تعریف مکردن. ولی مو وقت نیکردم. شب جمعه زودتر مغازه ره بستیم و رفتیم دنبال معصوم خانم که با هم برم بازار چهی همدم.

در خانه که رسیدم بوق زدیم بیه پایین، دیدم آقاش و مادرش هم آمدن. ناقلا مخواسته موره سور پریز کنه که نگفته بود اینایم مخن بین! سوار که شدن داشتیم راه می افتادم گفت: «بی زحمت برو خانه آبجی مرضی، به اونایم گفتیم با ما بین.» حالا بیا و درستش کن! باید دنبال باجنانم هم مرفتم، با او بچه شیطون و جونورش. در خانه‌ی اونا که رسیدیم دیدم آقا جان و مادر جان هم آمدن، یعنی پدر بزرگ و مادر بزرگ عیال. حالا اونا که قدمشارو تخم چشمم، ولی نه نفر آدم کجای یک پر اید مخواستن سوار برن؟ اصلا مگه داشتیم مرفتم باغ و کیل آباد یا پارک کوهسنگی که عده کشی کرده بودن؟ خود همو کیارش - بچه شا - بری هفت پشت مان بس بود، از بس شر بود. خلاصه به هر ضرب و زوری بود چهار تا جلو پنج تا عقب سوار شدن و رفتیم «موسسه‌ی فتح المبین» که اسمش شده «همدم». بماند که توراه ای کیارش چی به سر ما آورد و چقدر گنج ریخت و چند بار نزدیک بود تصادف کنیم...

مانشین ره دوتا کوچه او ورتتر پارک کردم و هشت تایی با او آتیش پاره رفته تو. همو دم درش شماره هارمه مخواستن. باجنانم مشکوک رفته بود که «بری چی شماره ماره





و هنر پیشه‌ها هم آمدن شام‌شاره بخورن. یه ماره میگی جا خوردیم! ای معصوم خانم و آبجیش که انگار آدم فضایی دیدن. گوشی هاشاره درآورده بودن و با تک تک ای بازیگرا سلفی مگرفتن. کیارش هم رفته بود بغل هنر پیشه سرپال کیمیا و پایین نمی آمد.

خلاصه هم یگ شام مقبولی خوردیم، هم به اندازه ظرفیت حافظه گوشی هامان عکس و فیلم گرفتیم و هم به اندازه هر چی پول تو حسابمان داشتیم چیزی خریدیم. آخر شب دیگه داشتن اونجی ره تعطیل مکردن که به زور ایناره کیشیدیم از بازار چه بیرون بریم خانه. قولشه از مگیر یفتن که فردا شبش هم بریم. جلوی خانه باجنانم نگه داشتیم پیاده شا کنیم دیدم دست کرد تو کیسه و یگ کادو از توش در آورد داد بهم. گفت: «ایم تقدیم به شما که امشب انقد زحمت کیشیدن. یادگاریه، کار خود بچه‌های اونجیه.» اشک تو چشمام جمع رفته بود. بغلش کردم و تشکر کردم. تا خانه عذاب وجدان گیر یفته بودم که چرا تو دلّم به ای طفلکی ایقّد بد و بیراه گفته بودم. از خجالت داشتیم ممردم. رسیدم خانه، کاغذ کادوی تابلوره که پاره کردم دیدم نوشته تقدیم به بهترین باجنان دنیا... کاریکاتور تام و جری بود!

مگرفت. ولی مو داشتیم آب مرفتم از خجالت. دیگه ای کیارش هر کاری به ذهنش مرسید او بالا مکرد و مردم هم مرده بودن از خنده. دیدم چندتا هنر پیشه‌ی معروف که نمدنستیم تو چی فیلمی دیده بودمشان هم آمدن رو صحنه به تشویق کردن کیارش. باجنانم هم خوشحال که بچه شیطونش معروف رفته. مو که فرار کردم و خودمه زدم به او راه که اصلا ایناره نمشناسم ولی صداش می آمد که مجری داشت از خانواده هنرمند کوچولو قدردانی مکرد و مراسم حراج موسسه ره با کمک همو کیارش جانور شروع کرده بودن.

جلوتر که رفتیم دیدم چندتا غرفه صنایع دستی کار بچه‌های موسسه هم هست. انصافا خیلی قشنگ بودن. آدم وقتی می بینه که ای طفل‌های معصوم که نه خانواده درست و حسابی درن و نه سلامت جسمانی، انقدر هنرمندن از خودش خجالت مکشه که با تن سالم و وضع مناسب هیچ کار مفیدی تو زندگی نمکنه. همونجا جوگیر شدم و به بقیه گفتیم که بین هر چی مخوان از ای غرفه بخرن مهمون مو. اونایم کوتاهی نکردن و یگ دل سیری از عزادار آوردن!

یگ دوری زده بودم که رسیدم به بخش مهیج بازار چه... غرفه‌های غذا! اوه چه خبر بود... مایم که شام نخورده بودم و گشونه، هر چی گیر آوردم مگرفتم و مخوردیم. هم خوشمزه بودن، هم بهداشتی و هم سودش مرفت بری دخترهای موسسه. نشسته بودم و داشتیم آش مخوردیم که دیدم مجری

## مستحق

شب سردی بود، پیرزن بیرون میوه فروشی ایستاده و زل زده بود به مردمی که میوه می خریدند.

شاگرد میوه فروشی تند تند پاکت های میوه را داخل ماشین ها می گذاشت و انعام می گرفت. پیرزن با خودش فکر کرد که چه می شد اگر او هم می توانست میوه بخرد و با خود به خانه ببرد.

نزدیک تر رفت و چشمش افتاد به جعبه ی چوبی بیرون مغازه که میوه های گندیده و خراب، داخلش ریخته شده بود.

با خودش گفت چه خوب می شود اگر سالم ترهایش را جدا کند و به خانه ببرد. می توانست قسمت های خراب میوه ها را جدا کرده و بقیه را به بچه هایش بدهد تا هم اسراف

نشده و هم بچه هایش شاد شوند.

برق شادی در چشمانش دوید. دیگر سردش نبود. پای جعبه میوه نشست و تا دستش را برد داخل جعبه شاگرد میوه فروشی صدا زد که خانم دست زن پاشو برو!

پیرزن زود از جای اش بلند شد. چند تا از مشتری ها نگاهش کردند. خجالت کشید. برگشت و آرام آرام از آنجا دور شد.

چند قدمی نرفته بود که زنی صدایش زد: مادر جان؟ پیرزن ایستاد و نگاهش کرد. زن در حالی که لبخند می زد گفت: مادر جان این ها برای شماست.

توی دست زن سه پلاستیک میوه پراز سیب و موز و پرتقال بود. پیرزن با تعجب نگاهش کرد و گفت: دست شما درد نکند ولی من مستحق نیستم.

زن جواب داد: اما من مستحقم مادر جان. من مستحق داشتن شعور انسانی هستم. من مستحق فهمیدن دیگران هستم. شما هم عضوی از خانواده ی من هستید، جای مادرم هستید. اگر این ها را قبول نکنی دلم را می شکنی. لطفا قبول کن.

زن پلاستیک ها را جلوی پیرزن روی زمین گذاشت و رفت. پیرزن در حالیکه اشک شادی در چشمانش جمع شده بود لبخند رضایتی زد و در حالیکه دعایش می کرد به دور شدن زن نگاه کرد.







## چه خبر از این خانه؟

خبرهای همدم؛ بهار و تابستان ۹۵





### ♥ مجری نام آشنای تلویزیون در همدان

رضا رشید پور، مجری توانای تلویزیون از قسمت‌های مختلف موسسه‌ی همدان بازدید و در حاشیه دیدار با بخش موسیقی، اظهار کرد: «خوب است از سرودهای زیبای فرزندان همدان آلبومی تهیه و از صدا و سیما برای عموم پخش شود.»



### ♥ گام اول، برای بازارچه‌ی ۹۵ بر داشته شد

در روزهای آغازین سال ۹۵، نخستین نشست مشورتی واحدهای مختلف موسسه‌ی خیریه‌ی همدان فتح‌المبین، برای بررسی و برنامه‌ریزی بازارچه‌ی همدان در محل کار مدیریت عامل این خیریه، برگزار و به این ترتیب، استارت شروع به کار و مقدمات بازار، زده شد.



### ♥ برگزاری «فراخوان الگوهای آموزشی»

فراخوان الگوهای آموزشی شش ماهه‌ی اول سال ۱۳۹۵ توسط مربیان و برگزاری کارگاه تبادل نظر در مورد نحوه‌ی اجرای الگوهای فوق برای آموزش و توانبخشی دختران موسسه برگزار شد.



### ♥ دیدار گرم بازیگر سینما و تلویزیون از همدان

فریبا نادری، بازیگر نام آشنای سینما و تلویزیون، در روزهای پایانی فروردین، با حضور در موسسه، از قسمت‌های مختلف آن بازدید و ضمن گفت و گو با دختران همدان، از کیفیت خدماتی که به دختران بی سرپرست ارائه می‌شود، اظهار خشنودی کرد.





### همدمی ها به دیدار جانبازان رفتند

همزمان با میلاد حضرت ابالفضل العباس (ع) گروهی از دختران همدمی برای دیدار و شادباش روز جانباز به آسایشگاه جانبازان امام خمینی (ره) رفتند.



### یک روز از مدرسه به دانشگاه

فرزندان همدم، روز دوازدهم فروردین، ابتدا به مدارس ستایش، آیندگان و... که تعدادی از دختران همدم در آن مشغول تحصیل هستند، رفتند. سپس به دانشگاه فردوسی مشهد رفتند و روز معلم را به معلمین و اساتید، تبریک گفتند.



### دیدار یک افتخار آفرین

هاشم خدابخشیان، مردی که به خاطر علاقه‌ی شخصی به عنوان پلیس افتخاری انتخاب و بعد در یک عملیات با اصابت گلوله‌ی اشراک از ناحیه کمر به پائین فلج شد، به موسسه‌ی همدم آمد تا از فرزندان موسسه احوالی بپرسد و دست نوازشی بر سرشان بکشد.





### ♥ همدمی هادر «شهر غذا»، شادی خوردند

شنبه شب هشتم خردادماه، گروهی از دختران موسسه‌ی همدم، به دعوت یکی از میهمانان خیر این مرکز توانبخشی مهدی معین افشار (رئیس کلانتری آبکوه)، به ضیافت شام رفتند.



### ♥ طرحی برای سه ماهه‌ی تابستان دختران موسسه همدم

ضمن برگزاری یک نشست مشورتی، مسئولین و مربیان، برنامه‌های پیشنهادی خود را به صدیقه بختیاری (مدرس دانشگاه و مسئول آموزش موسسه) ارائه دادند. اجرای بازیهای سنتی، برگزاری مسابقات، برنامه‌های ورزشی، گردش و اردوهای خارج از مرکز و... از پیشنهادهای این نشست بود.



### ♥ یکشنبه‌ای شاد، با طعم «چهارشنبه»!

عوامل فیلم «چهارشنبه»، همزمان با زادروز با سعادت ولی عصر (عج)، ضمن حضور در موسسه‌ی خیریه‌ی همدم، با فرزندان موسسه دیدار و با نثار عیدانه‌ی مهر، نسبت به این فرشته‌های معصوم، ابراز محبت و همدلی کردند.



### ♥ چشم همه به حضور یک همدم قدیمی روشن شد

هشتم خردادماه، "روشنک"، به میهمانی موسسه آمد. او، سال‌ها پیش همدم‌نشین بود و آن روزها شاید حتی فکرش را هم نمی‌کرد که روزی خانه همدم را به مقصد خانه خوشبختی ترک کند. او حالا دو فرزند دارد؛ فرزندان سالم که او را «مادر» صدا می‌زنند.





### ♥ همدمی ها از نمایشگاه تصویر سازی بازدید کردند

گروهی از دختران همدم از نمایشگاه تصویر سازی «وقتی همه‌ی دوستامو با هم کشیدیم» با آثاری از سمانه اسماعیل پور که در محل نگارخانه‌ی سروش دایر بود، راهی خیابان فلسطین مشهد شدند.



### ♥ به تماشای «پاندای کنگ‌فو کار»

همزمان با ایام شعبانیه گروهی از دختران همدم به دعوت جمعی از دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد، برای تماشای انیمیشن «پاندای کنگ‌فو کار ۴» به سالن همایش‌های دانشکده مهندسی دانشگاه فردوسی رفتند.



### ♥ فردوسی خوانی، در جمع دختران همدم

همزمان با روز بزرگداشت فردوسی، گروه «کودکان میراث فرهنگی» به مرکز توانبخشی همدم (فتح‌المبین) آمدند. همدمی‌ها با لباس‌های محلی کردی، بلوچی و شمالی، همراه با میهمانان با شاهنامه و فردوسی بیشتر آشنا شدند.



### ♥ عضو شورای شهر مشهد، میهمان فرزندان همدم

خلیل موحد، با حضور در همدم، برای احوالپرسی از فرشته‌های بخش ایزوله، به سرای مهر رفت. عضو شورای شهر مشهد، ضمن اظهار همدلی، قول داد تا با رازنی‌های لازم شرایط را برای حضور این بچه‌ها در حرم مطهر رضوی و زیارت امام هشتم (ع) مهیا سازد.





### ♥ رییس پلیس پیشین راهور به دیدار همدم آمد

سرهنگ حمیدرضا جعفری (رییس پلیس پیشین راهور خراسان رضوی) که به دیدار فرزندان همدم آمده بود، گفت: "اگر بهشتی باشد برای دختران و کارکنان همدم است."



### ♥ پرواز بر بال فرشته‌ها، در سالن همدم

مستند «پرواز بر بال فرشته‌ها» که به زندگی جانباز هاشم خدابخشیان اختصاص دارد، با حضور سید محمدرضا موسوی، کارگردان اثر و دکتر سینا علیزاده، تهیه‌کننده‌ی مستند در سالن همایش‌های همدم به اکران در آمد.



### ♥ در جشنواره ملی فیلم سنجر، شهر دختران همدم درخشید

با اعلام نتایج، فیلم "شهری برای دخترانم"، جوایز بهترین کارگردانی و بهترین تدوین جشنواره ملی فیلم سنجر را از آن خود کرد. این فیلم به کارگردانی محمدصادق دهقانی پیش از این هم برنده جایزه ویژه جشنواره ملی فیلم «حسنت» و کاندیدای بهترین فیلم جشنواره منطقه‌ای «سینمای جوان» بوده است.





### دیدار مردان آبی

سه‌شنبه اول تیرماه، جمعی از مدیران آب و فاضلاب مشهد از بخش‌های مختلف همدم بازدید کردند. آنان ابتدا با جعفر شیرازی نیا، به گفت‌وگو نشستند و در ادامه، به سرای مهر، کارگاه گلیم بافی، کارگاه فرشینه بافی، کارگاه گلسازی و دیدار بچه‌های پناهگاهی رفتند.



### شبهای روشن رمضان در همدم

همزمان با نیمه‌ی رمضان و شب ولادت امام حسن مجتبی (ع)، به همت بنیاد کودک دفتر مشهد، مراسم جشن باشکوهی در سالن همایش‌های همدم برگزار و از دانش‌آموزان و دانشجویان موفق تحت پوشش این بنیاد، تقدیر شد.



### بازیگر شبهای برره

گلیمی که توسط ملیحه (یکی از دختران این موسسه) در مدت زمان ۷ ماه به اتمام رسیده بود، شانزدهم خردادماه، با دستهای علی کاظمی، بازیگر شب‌های برره، از دار قالی بریده شد.



### مدیران فعال شبکه‌های مجازی، همدمی شدند

تعدادی از مدیران صفحات فعال و پرکاربر مجازی تبلیغاتی مشهد به موسسه آمدند تا دقیق‌ترین شیرینی را کنار دختران این مرکز تجربه کنند. مستر جومونگ، آقای آنلاین و آقای سرآشپز از جمله میهمانانی بودند که به همدم آمدند.





### ♥ سالار صدادر تالار همدم!

سالار عقیلی همراه با همسرش به همدم آمدند و به سرای مهر رفتند. بعد هم نوبت گروه سرود همدم شد. سالار عقیلی هم رفت به دنیای بزرگ قلب‌های کوچک. رفت روی سن و با بزرگواری از تک تک دختران تشکر و برای همه "عاشقان بی نشانی" را اجرا کرد.



### ♥ تماشای «حس خوب زندگی»

موضوع، ضیافت «افطار مهربانی» بود و قلب‌های خوش قدم همدمی بلیت به دست آمدند تا در ضیافت افطار بیست و هفتمین غروب ماه خدا شرکت کنند. عوامل فیلم «حس خوب زندگی» هم آمده بودند تا در کنار میهمانان و دل‌های همدمی حضور داشته باشند. از سیده فرناز امینی بگیرد تا علی کاظمی، محمد شماییان، وحید شیخ زاده و میهمانان ویژه حسن جوهرچی و قطب الدین صادقی.



### ♥ «همدم»، با شور و حضور عموها،

### «فیتیله پیچ» شد!

در یک روز خوب خردادی، عموهای برنامه‌ی فیتیله با دوربین و ابزار ضبط برای ساخت فیلم به همدم آمدند. آنها از سرای مهر و با تقدیم شاخه‌های گل به بچه‌های همدم شروع کردند. حضور عموهای فیتیله‌ای به خودی خود دختران همدمی را به شمع آورده بود و دوربین، هیجان و لبخندی را که بر لب دختران همدمی نشسته بود، ضبط می‌کرد.





### ♥ دختران مرکز توانبخشی همدم، با گواش نقاشی کردند

گروهی از دختران مرکز توانبخشی همدم، به همت گروهی از یاوران، با گواش نقاشی و زندگی را در فضای خیال‌انگیزی از رنگ و قلم‌مو تمرین کردند. قرار شد پرده‌های نقاشی شده‌ی این برنامه در بازارچه‌ی شهریورماه به نفع دختران این مرکز با همت عالی به فروش گذاشته شود.



### ♥ افطار به یادماندنی همدم با حضور استاندار

تالار نگارخانه‌ی موسسه‌ی همدم، در شامگاه شانزدهم رمضان مصادف با دوم تیرماه، میزبان جمع کثیری از اعضا و مدیران اتاق بازرگانی بود تا ضمن ضیافت افطاری با شرکت علیرضا رشیدیان (استاندار خراسان رضوی)، فرصتی نیز جهت دیدار با کارکنان و فرزندان موسسه فراهم آید.



### ♥ همخوانی رهبر ارکستر با دختران همدم

صبح شنبه ۱۲ تیرماه، امیرحسین اویسی آهنگساز و رهبر ارکستر خواننده‌ی مشهور کشورمان محمدعلیزاده، با حضور در همدم از بخش‌های مختلف آن دیدن و در یکی از هیجان‌انگیزترین بخش‌های بازدید، چند قطعه‌ی مشهور این خواننده‌ی محبوب را به همراه دختران همدم اجرا کرد.





### ♥ تولد بازیگر «خنده بازار» در خانه‌ی پناهگاهی

بعد از برگزاری جشن تولد رضا عطاران (هنرمند نامی سینما و تلویزیون) توسط دختران همدم، روز دوم تیرماه، در خانه‌ی پناهگاهی این مرکز ضیافت تولدی برای آرش میراحمدی، بازیگر مجموعه‌ی «محلہ گل و بلبل» و «خنده بازار» برگزار شد.



### ♥ بازار «بازار چهی همدم»، داغ تر شد

در ادامه‌ی نشست‌های پیشین، ظهر ۲۲ تیرماه، جلسه‌ای پیرامون پیشبرد برنامه‌ی بازار چهی شهر یورماه ۱۳۹۵ برگزار و بر هر چه باشکوه‌تر بودن این رویداد مهم تاکید شد.



### ♥ دیدار مردی از هوای زیارت، با همدمی‌ها

سید جواد جعفری مدیرعامل بنیاد بین‌المللی فرهنگی هنری امام رضا (ع) همراه با خانم سرو آزاد معاونت اجرایی بنیاد امام رضا (ع) با حضور در موسسه‌ی همدم از بخش‌های مختلف مجموعه بازدید به عمل آوردند.





### ستاره‌ی مستطیل سبز، در آسمان آبی «همدم»

علی انصاریان، ستاره‌ی اسبق دنیای فوتبال که تجربه بازی در تیم‌های سرخابی‌های پایتخت و پوشیدن پیراهن تیم ملی را هم دارد، و به تازگی تجربه‌های ارزشمندی در دنیای هنر داشته، با حضور در موسسه‌ی خیریه‌ی همدم (فتح‌المبین) از بخش‌های مختلف آن دیدن و دقایقی را با دختران همدم گفت‌وگو کرد.



### همخوانی مداحان اهل بیت با دختران همدم

مداحان مشهور حرم مطهر امام رضا (ع)، با دختران همدم همخوانی کردند. صبح روز ۳۱ تیرماه، آقایان گلاب گیر و حسینی و تعدادی دیگر از مداحان حرم امام رضا (ع) با حضور در این مرکز از بخش‌های مختلف آن دیدار و در بخشی از دیدار مداحی را با دختران همدم همخوانی کردند.



### گرامیداشت هفته‌ی بهزیستی و تقدیر از یاوران و همکاران

طی دو برنامه‌ی پرخاطره، در شبهای ۲۷ و ۲۹ تیرماه، و در تالار پرشان طرجه، به منظور تقدیر از یاوران و کارکنان برگزیده‌ی همدم و گرامیداشت هفته‌ی بهزیستی، جشنی برگزار و با استقبال پرشور همکاران و خانواده‌هایشان مواجه شد.



از لابلای دفتر زندگی دختران همدم؛

# لاکِ آبی

به روایت علی ناصری



شهر

تابستان ۹۵

۳۲



چرا زندگی‌ها را روایت می‌کنیم؟

انسانی داستانی دارد و اینجا در همدم زمانی که زندگی دختری روایت می‌شود برای آن است تا دوستان حامی‌شان بدانند در نجات انسان‌ها شریک‌اند و از طرفی توانایی و رشد و بالندگی دخترها و در نهایت تنهایی‌شان روایت شود. دانه‌ای که کاشته می‌شود از اول درخت نیست. رشد، داستانی پر از فراز و نشیب دارد.

روایت می‌کنیم تا یادمان نرود کوچکترین چیزها گاهی بسیار ارزشمند هستند ولی به چشم نمی‌آیند. روایت می‌کنیم چون فراموش می‌کنیم. گاهی تا در شرایط کسی قرار نگیریم، نمی‌توانیم حال و روزش را درک کنیم. با این همه ما در جایگاه قضاوت نیستیم. هر



پیش از شرح داستان، برای احترام به حقوق این فرزند همدم، از اسم مستعار استفاده شده است.

دختری که به انگشتانش لاک آبی می زند زندگی را دوست دارد، هر چند روی خوشی به او نشان نداده است. یک ماه اولی که به اینجا آمده بود با هیچکس حرف نمی زد. با مربی ها خیلی همکاری نمی کرد و شب ها توی تختش می نشست و بلند بلند می خندید. هم اتاقی هایش بی خواب می شدند و داد و بیداد راه می افتاد. دلش می خواست به خانه برگردد.

### ♥ به خانه؟ خانه معمولاً چهار ستون دارد؛ پدر، مادر، برادر و خواهر

خانه شان کوچک و دود گرفته بود، وسط محله ای فقیر نشین و محروم در اطراف مشهد. پدر قبل از اینکه بخاطر پیری و اعتیاد از دنیا برود از کار افتاده بود. او قبل از این، دو از دواج دیگر داشته و همین برای ملیحه، برادرها و خواهرهای ناتنی به یادگار گذاشته بود. حالا برادری داشت که در جنگ به شهادت رسیده بود و برادری که زنش را کشته و بعد خودش هم اعدام شده و یک برادر هم که دو سه سالی از خودش بزرگتر بود و سایه اش روی زندگی ملیحه سنگینی می کرد. مادرش اعتیاد داشت و بارها بخاطر اعتیاد و تندی او را گرفته بودند. قبل از اینکه زندگی جدیدش را در موسسه شروع کند فراز و نشیب های زیادی را پشت سر گذاشته بود؛

کاش وقتی مادری مجبور می شود گوشواره های دخترش را بفروشد برای خرید مایحتاج زندگی باشد؛ چیزی که گوشت بشود به تنشان نه چیزی که ذره ذره پدر و مادر را جلوی چشم آدم آب کند...

«مامانم یه روز که خیلی خمار شده بود دستمو گرفت که ببره بازار. گفتم کجا میریم؟ گفت میخام گوشواره هاتو بفروشم لازم دارم. گریه کردم گفتم نه نمی خوام. گفت بیا بعد بهتر شو می خرم. رفتیم فروختیم. وقتی برمی گشتیم توی خیابون تصادف کردیم من پرت شدم یه طرف، مادرم پرت شد یه طرف...»

روزهای خوب هم در زندگی های تلخ پیدا می شود؛ مهر بانی هایی که از پس ابرهای سیاه مثل خورشید گاهی می تابند و دلگرمی می دهند.

«با مامانم گاهی لیف می بافتیم، از این دم دری ها. یه چیزایی یاد گرفتم. برام لباس می خرید، گاهی پارچه می داد برام لباس بدوزن. تا کلاس چهارم درس خوندم بعدش نداشتن. ولی دلیم میخاد درس بخونم. با بچه ها توی کوچه بازی می کردم... قایم موشک، توپ بازی، خاکبازی... غیر از خونه مون و کوچه تقریباً هیچ جا نرفتم...»

مادر در مواردی او را برای گدایی با خود برده و به او پیشنهاد استفاده از مواد مخدر هم داده بود که به گفته ی خودش بعد از یکبار امتحان کردن از

آن بدش آمده است.

پدرش با اینکه گاهی او را کتک می زده اما کم و بیش دوستش داشته و ملیحه به او تکیه داشته است؛

«بعضی وقتا که به حرفش گوش نمی دادم منو میزد، مثلاً می گفت لباسامو بشور، گوش نمی دادم. کتک می خوردم ولی خب دوستش داشتم برام ساعت می خرید. دستبند، گوشواره، کادو. وقتی مُرد روز بعدش برادرم منو آورد اینجا...»

برادرش دچار رفتارهای ناهنجار اجتماعی ست و اعتیاد هم دارد. همه ی افراد خانواده از او می ترسند. حتی ملیحه فکر میکند مادرش هم برخلاف میلش و بخاطر ترس از او قبول کرده که او را به اینجا بیاورند.

«برادرم من و مامانمو میزنه. تقصیر اون شد که منو آوردن اینجا. روزی که منو می خواستن بیارن اینجا گریه میکردم. گفتم من که خانواده دارم چرا باید برم پیش اونایی که بابا مامان ندارن. برادرم دعوا راه انداخت گفت من خواهر نمیخام اصلاً از دخترا خوشم نیاد...»

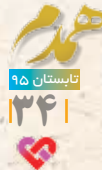
### ♥ زندگی جدید

خانواده ی ملیحه با نامه ی بهزیستی گوشه ی واحد مددکاری موسسه ایستاده اند. زن ها به پشت دستشان می زنند و لب گاز میگیرند. برادرش داد و بیداد میکند و شاخ و شانه میکشد. ملیحه که چشم هایش قرمز شده اند گوشه ی روسری اش را محکم دور انگشتانش می پیچد. دخترها سرک می کشند تا دوست جدیدشان را ببینند. چند لحظه بعد خانواده می روند و او در سکوت به سمت خوابگاه میرود. تصمیم گرفته با هیچکس حرف نزند. لال تر از لال ها.

با کمیسیون پزشکی بخاطر نداشتن آمادگی روحی و روانی همکاری خوبی نداشته و بعنوان کم توان ذهنی متوسط به موسسه معرفی شده است. شب ها بیدار است؛ از خوابیدن می ترسد. اما چون با کسی حرف نمی زند دیگران دلیل بیداری و رفتار هایش را نمی دانند. شب ها بلند میشود و با شخصیت های خیالی خودش که شاید خانواده ای مهربان باشند بلند بلند حرف میزند و دور هم چای







می خورند و میخندند.

« خوابای بد می دیدم، خواب می دیدم توی یه زیرزمینم و یه سیاهی داره میاد به سمتم... الانم بعضی وقتا خوابای بد می بینم. چند شب پیش خواب دیدم که برادرم اومده اینجا بزور منو داره میبره...»

وقتی سالها در کنار خانواده زندگی کرده باشی حالا هر طور هم که باشند، آمدن به خوابگاهی پر از دختران غریبه سخت است. او که برای مدت کوتاهی در مدرسه‌ی فتح المبین آموزش دیده، بخاطر ضریب هوشی بالا به ساختمان شهید شاهید منتقل میشود اما بخاطر کنار نیامدن با فضای جدید و بیداری و خنده‌های شبانه دوباره به فتح المبین بر میگردد. بعد از برگشتن به فتح المبین بخاطر تلاش‌های مربی ثابت و برنامه‌های آموزشی منظم، ملیحه کم کم لب به سخن باز میکند. او حالا بسیار دوست دارد که به ساختمان شاهید برگردد و مربیان و کارشناسان موسسه در حال بررسی این بازگشت هستند.

با توجه به بررسی‌های کارشناسان موسسه و توانایی بالایی که ملیحه از خود در یادگیری نشان داده قرار است دوباره به کمیسیون پزشکی برای بررسی مجدد درجه معلولیت معرفی شود. حالا مدتی است بعنوان کمک مربی در کلاسشان فعالیت می‌کند و ساده بافی و پیش‌گلیم را با موفقیت پشت سر گذاشته. بسیاری از فعالیت‌های بهداشتی و شخصی را بخوبی انجام داده و دوستان تازه هم پیدا کرده است. او موقع درد دل و گفت‌وگو با دوستان و مربیانش بارها گفته که اینجا خیلی خوب است اما باز هم دوست دارد به خانه برگردد. و وقتی به او گفته اند که در خانه که همه اش کتک و دعواست و شرایط خوبی نداری، به آرامی جواب داده که: «درسته... ولی خب، هیچ‌جا خونه‌ی خود آدم نمی‌شه...»

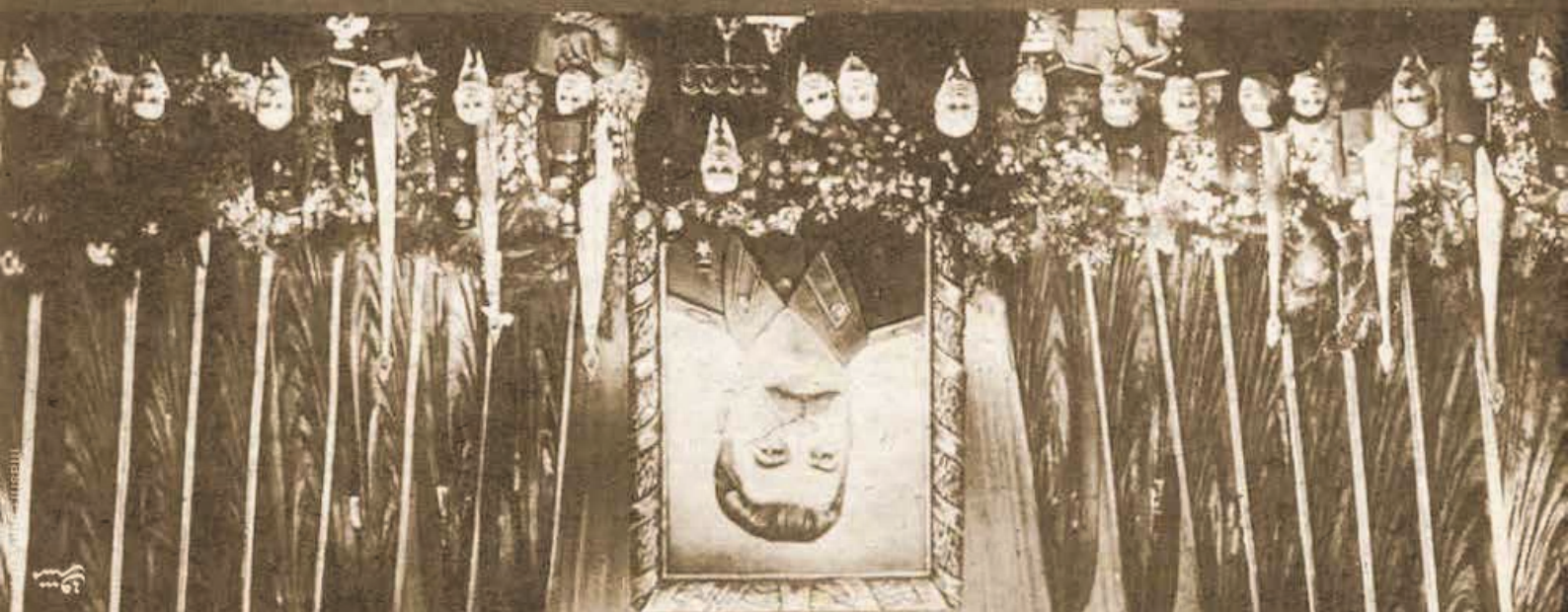
افرادی مثل او اگر در شرایط اجتماعی و خانوادگی درستی قرار بگیرند معمولاً زندگی بهتری را تجربه می‌کنند و نیازی نیست که دور از خانواده و در موسسات زندگی کنند. اگر چه او آرزو دارد به خانه برگردد اما بخاطر شرایط نابسامان اجتماعی خانواده اش، در حال حاضر

امکان پذیر نیست. بهزیستی و موسسات توانبخشی از این دست کمک می‌کنند تا دخترانی مثل ملیحه بجای رها شدن در جامعه که معمولاً منجر به اعتیاد، سوءاستفاده و فسادشان می‌شود در مجموعه‌ای امن مهارت‌های رفتاری و اجتماعی را بیاموزند و یک زندگی سالم‌تر را تجربه کنند، هر چند هویت موضوعی است که همیشه برایشان پر رنگ است و داشتن خانواده آرزویی گاه دست نیافتنی.

او در نقاشی اش دو درخت کشیده، کوتاه و بلند و یک گل کنارشان که احتمالاً خودش باشد و بعد در بالای کاغذ خانه‌ای کشیده که در ندارد... ملیحه چندروز پیش سر کلاس به مربی‌شان گفته که دختری باید قدر شمارا بیشتر بداند. و این نشان از اهمیت عواطف انسانی برای او دارد. تقریباً از هیچکدام از اعضای خانواده محبت زیادی دریافت نکرده اما کوچکترین مهربانی‌ها را به یاد دارد و بخاطر همان کمترین‌ها، خیلی دوست‌شان دارد. آرزوی ملیحه برگشتن به خانه است. او می‌گوید که حالا اگر برادرش روی او دست بلند کند او هم ساکت نمی‌نشیند و بلد است با او حرف بزند. چند روز پیش جلوی آب سردکن خوابگاه زمین خورده و دستش را گچ گرفته اند. روی سفیدی گچ دستش با خط بسیاری قشنگی با ماژیک اسمش را به انگلیسی نوشته است و لاک آبی انگشتانش بیشتر به چشم می‌آید. خواب‌های او آرام‌تر شده اند. شاید در رویاهایش ملیحه آرزو دارد زودتر گلیمی بیابد و دفعه بعد که به خانه می‌رود آن را با خود بعنوان هدیه ببرد.

اما تقریباً دیگر نه خانه‌ای وجود دارد نه خانواده‌ای؛ مادرش را مامورها گرفته اند و به کمپ منتقل شده است. خانه هم قرار است بین ورثه تقسیم شود که خودشان چند ایل و تبارند. و ملیحه این را نمی‌داند. گاهی ندانستن خوشبختی است. او باید تا روز آخری که گلیمش تمام می‌شود ببادد. خدارا چه دیدی شاید برای گلیم یافته، بعدها خانه‌ای پیدا شد...





## جای شما

قضاوت کردن درباره ی دیگران، اگر خود را در موقعیت آنها قرار ندهیم، بسیار ساده است. یک نمونه از این قضیه، در کنگره ی حزب کمونیست شوروی سابق رخ داد، زمانی که نیکیتا خروشچف جنایت های استالین را تقبیح می کرد تا جهان را شگفت زده کند.

هنگامی که سخنرانی می کرد، یک نفر از میان جمعیت فریاد بر آورد: «رفیق خروشچف، وقتی بی گناهان قتل عام می شدند، شما کجا بودید؟» خروشچف گفت: «هر کس این را گفت از جای بر خیزد.» اما هیچ کس از جای خود تکان نخورد. خروشچف ادامه داد: «الان خود شما به سوالتان پاسخ دادید. در آن زمان، من هم همان جایی بودم که الان شما هستید.»



# رعنا

طعم خوش هر غذا



شرکت صنایع غذایی عالیگلستان







همدم  
مؤسسه خیریه توانبخشی  
فتح المبین

# تالار همایش ما همدم

مؤسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین

همایش ها و برنامه هایتان را با کار خیر همراه کنید.

(درآمد حاصل از تالار، صرف هزینه های زندگی ۴۰۰ دختر بی سرپرست می شود.)

مشهد | خیام شمالی | عبدالمطلب ۵۸ | تلفن : ۱۳-۳۷۱۱۲۱۱۱ - ۰۵۱

رفاه کارت : ۷۴۷۲ ۳۷۶۰ ۶۳۱۸ ۵۸۹۴ | سامانه پیام : ۳۰۰۰۰۰۲۶

رزرو تالار و مشارکت آنلاین : [www.hamdam.org](http://www.hamdam.org)





# شیرینی خانگی فرشته

*Fereshkteh*  
CONFECTIONERY

SINCE 2009

نشانی جدید شعبه ۱

شعبه ۱ | مشهد | بلوار ملک آباد | نیش قدس ۱۲ | ۳۷۶۲۶۴۰۰  
شعبه ۲ | مشهد | احمد آباد | نیش ابوذر غفاری ۳۹ (کوهسنگی ۲۳) | ۳۸۴۱۳۹۱۳  
شعبه ۳ | مشهد | هاشمیه ۱۰ | چهارراه دوم سمت چپ | بین لاله ۱۲ و ۱۴ | ۳۸۸۳۷۴۶۰





# Classic

HOME & HOTEL FURNITURE



## مبلمان کلاسیک

دفتر مرکزی: مشهد، بلوار ملک آباد، خیابان فرهاد.

تیش فرهاد، ۸، پلاک ۲۵

تلفن: ۳۱ ۳۱ ۷۶۷ - ۲۶۷ ۲۶ ۷۹



## نیک اندیشان ارجمند

مهندس حمید طیبی (در فقدان زنده یاد مهندس جواد شهرستانی).  
استاد کیوان ساکت.

جناب مهندس علی متوسلی و خانواده محترم.

جناب دکتر ابوالقاسم رضایی.

خانم شهین قناد و خانواده ی محترم مسعودی.

خانواده ی محترم ژوبین.

خانواده ی محترم بیک خراسانی.

همدم و اهالی این خانه خود را در فقدان عزیزانتان شریک می دانند.  
همدردی ما را پذیرا باشید.





# چند لحظه علمی و آموزشی

- مهارت‌های زندگی: غارنشینی که آپارتمان نشین شده است!
- آشنایی با سبک‌های فرزندپروری والدین
- نگاهی به یک ناهنجاری رفتاری | اختلال سلوک؛ نقض حقوق دیگران
- نگاهی نزدیک به عادات دهانی در کودکان | این قسمت: مکیدن شست!
- معرفی کتاب | اتاق؛ قصه‌ای در تبیین اسارت و آزادی
- نقد فیلم | کلوزآپی از عباس کیارستمی



مهارت های زندگی:

# غار نشینی که آپارتمان نشین شده است!



دکتر محمد رضا سرگلزایی  
روانپزشک، محقق و استاد دانشگاه

مقدمه:

مغز بشر قدمتی ۲۰۰ تا ۳۰۰ هزار ساله دارد. در این دوران چند صد هزار ساله، فیز یولوژی مغز بشر تغییرات اندکی داشته است در حالی که شرایط زندگی بشر آنقدر دگرگون شده است که نه بشر سیصد هزار سال پیش می توانست زندگی در دنیای امروزی را تصور کند و نه بشر امروز می تواند تصور کاملی از زندگی در دنیای غارنشینی و جنگل نشینی داشته باشد.

آیا مغز - این ابزار باستانی - می تواند ابزار مناسبی برای زندگی پیچیده شهری باشد؟ جواب هم بلی هست هم خیر! اگر مغز به حال خود رها شود و «تعلیم نبیند» توان بالفعلی برای مدیریت زندگی امروزی ندارد. اما خوشبختانه مغز انسان ظرفیت بالقوه وسیعی برای یادگیری دارد که اگر این ظرفیت فعال شود انسان می تواند به شکل موثری زندگی خود را اداره کند، از رنج های خود بکاهد و بر لذت هایش بیافزاید.

تفاوت کشورهای توسعه یافته ای همچون ژاپن، سنگاپور، استرالیا و فنلاند با کشورهای توسعه نیافته ای که رکورد دار خشونت، فقر، تصادفات رانندگی و آسیب های اجتماعی هستند نه در «ژنتیک» مردم آن کشورها، بلکه در «نحوه تربیت مغز» در کشورهای توسعه یافته و توسعه نیافته است. «مهارت های زندگی» یعنی تبدیل کردن یک مغز غارنشین به یک مغز آپارتمان نشین و تبدیل کردن یک جامعه توسعه نیافته به یک جامعه توسعه یافته. طبقه بندی های مختلفی راجع به مهارت های زندگی وجود دارند ولی من مهارت های زندگی را در سه بخش زیر قرار می دهم:

۱- مدیریت افکار، مدیریت احساسات و مدیریت روابط.

## ۱- مدیریت افکار

ما مرتب در حال فکر کردن هستیم ولی بخش زیادی از افکار ما، افکار غلطی هستند! «تفکر تربیت نشده» نمی تواند بین خبر و دروغ، تاریخ و اسطوره، علم و شبه علم و جمع بندی و سوء برداشت فرق بگذارد. بسیاری از تصمیمات بزرگ روزانه ما تحت تاثیر قصه هایی است که در کودکی شنیده ایم یا شایعاتی است که هر روز می شنویم. مدیریت افکار یعنی غربال کردن دائمی فکرها و به چالش کشیدن آنها.

«در عصر رسانه» داشتن مهارت مدیریت افکار اهمیت بیشتری می یابد چرا که ما به طور مستمر زیر بارانی از خبر قرار داریم که گفتگوی درونی و تصمیمات ما را شکل می دهند.

تبلیغات داروهای ماهواره ای، تحریفات خبری رسانه های گروهی و چرخش شایعات در شبکه های اجتماعی مغز تربیت نشده را در خود غرق می کند.

«تفکر نقاد» روشی است برای کشف سفسطه ها، مغلطه ها و پیش فرض هایی که سعی در فریب ما دارند. «تفکر خلاق» مهارت فکری دیگری است که باعث می شود ما در انجماد و تحجر فکری گذشتگان گیر نیفتیم و خلاق، پویا و کارآفرین باشیم.

## ۲- مدیریت احساسات

احساس ها راهنماهای ارزشمندی برای زندگی ما هستند اما احساسات خام و صیقل نیافته بیش از این که به ما کمک کنند، زندگی ما را دستخوش توفان های پیش بینی نشده می کنند.

واکنش خشم/ترس (سستیز/گریز) به انسان غار نشین این فرصت را می داد که در کسری از ثانیه قدرت عامل تهدید کننده را شناسایی کند و به سرعت با یکی از واکنش های سستیز یا گریز به این عامل تهدید کننده پاسخ دهد. اما در زندگی انسان شهر نشین این دو واکنش اغلب واکنش های





متناسب ترین اجزای خودمان با متناسب ترین اجزای او رابطه برقرار کنیم.  
اگر به عنوان یک مسافر سوار تاکسی شویم و هر لحظه بخواهیم فرمان را از دست راننده بگیریم و یا او بر سر مسیر و چگونگی حرکت بجنگیم به جز خسارت و خستگی به نتیجه نمی رسیم. مغز غریزی ما برای تشخیص و تنظیم روابط در دنیای پیچیده امروزی آمادگی ندارد. مغز ما نیاز به کمک دارد، به داد او برسیم!

### جمع بندی

دانستن مشکل برای حل آن لازم است اما کافی نیست. این که بدانیم مغز غریزی ما با چه مشکلاتی مواجه است باعث تغییر مغز ما نمی شود.  
ما باید در قدم بعدی فنون و تکنیک های جدید را بیاموزیم و آنقدر در موقعیت های فردی و جمعی آن فنون را تمرین کنیم تا دانش (Knowledge) تبدیل به مهارت (Skill) شود. تنها زمانی که «مدارهای جدید عصبی» (Neural circuits) در مغز ایجاد شود، مدیریت بر زندگی امروزی برای ما ممکن می شود. مهارت های زندگی هم به اندازه یادگیری رانندگی، شنا و شطرنج نیاز به مربی حرفه ای و تمرین زیاد دارد.

متناسبی نیستند و نه تنها منجر به حل مساله نمی شوند که خود کلاف مساله را پیچیده تر می کنند. فرض کنید که همسایه شما شارژ ساختمان را نمی پردازد، در هنگام رانندگی ماشین بغلی با بوق توهین آمیزی از سمت راست تان سبقت می گیرد یا کارفرمای شما اشکال بی دلیلی از کار شما می گیرد. در هیچکدام از این موقعیت ها احساس های غریزی ترس و خشم به داد شما نمی رسند بلکه گرفتاری های شما را بیشتر می کنند. شما نیازمند این هستید که «شیر تنظیم» احساسات خود را در دست داشته باشید در غیر این صورت در مقابل موانع زندگی شهر نشینی واکنش های غارنشینی نشان می دهید و مشکلات تان چند برابر می شوند.

### ۳- مدیریت روابط

زندگی پیچیده اجتماعی باعث می شود که انسان ها «نقش های» متعددی داشته باشند. یک نفر در همان حال که وکیل است، پدر هم هست، شهروند هم هست، همسر هم هست، فرزند هم هست و دانشجو هم هست. او باید سبک رفتارهای مختلفی را در برابر فرزندش، همسرش، موکلش، قاضی دادگاه و استاد دانشگاهش داشته باشد. این ماجرا باعث می شود انسان ها «چند لایه» باشند و گاهی این لایه ها باهمدیگر هم «تعارض» و تضاد دارند. این که بتوانیم به سرعت بین نقش ها حرکت کنیم و هر نقش را در جای مناسب خود قرار دهیم و «روابط» بین اجزای درونی خود را تنظیم و تعدیل کنیم کار دشواری است، در همان حال هم باید یاد بگیریم که لایه های مختلف اطرافیان مان را بشناسیم و با اجزای درونی او مذاکره کنیم و بین



# آشنایی با سبک‌های فرزندپروری والدین

تألیف: صدیقه بختیاری شهری / (مدرس و مدیر گروه دانشگاه علمی و کاربردی بهزیستی و تامین اجتماعی مشهد)



اقتصادی تغییر می‌کند. روش‌هایی که والدین در تربیت فرزندان خود به کار می‌گیرند، نقشی اساسی در تامین سلامت روانی فرزندان آنها خواهد داشت به طوری که اکثر مشکلات رفتاری کودکان منعکس کننده‌ی شرایط پیچیده‌ی بین فردی اعضای خانواده بویژه والدین است. به عبارت دیگر، وجود مشکلات رفتاری کودک به منزله‌ی روابط معیوب اعضای خانواده با یکدیگر است و با روش‌های تربیتی نادرست والدین و تعاملات معیوب آنها با فرزندان ارتباط دارد.

در زمینه‌ی سبک‌های فرزندپروری نظریات متعددی ارائه شده است. ما در اینجا به دو نظریه‌ی بامریند و شفر اشاره خواهیم کرد.

خانواده، اولین و مهم‌ترین بافت اجتماعی را برای رشد فرد فراهم می‌سازد. اصطلاح فرزندپروری از ریشه‌ی پاریو (pario) به معنی «زندگی بخش» گرفته شده است. منظور از سبک‌های فرزندپروری، روش‌هایی است که والدین برای تربیت فرزندان خود به کار می‌گیرند و بیانگر نگرش‌هایی است که آنها نسبت به فرزندان خود دارند و همچنین شامل معیارها و قوانینی است که برای فرزندان خویش وضع می‌کنند. در عین حال، رفتارهای فرزندپروری، به واسطه‌ی فرهنگ، نژاد و گروه‌های





### ♥ نظر بهی بامریند:

در اوایل دهه‌ی ۱۹۶۰ دایانا بامریند پژوهشی را با استفاده از مشاهده‌ی طبیعی، مصاحبه با والدین و سایر شیوه‌های پژوهش بر بیش از ۱۰۰ کودک سن مدرسه اجرا کرد. یافته‌ها سه ویژگی را آشکار ساخت: پذیرش و روابط نزدیک - کنترل - استقلال دادن. بنابراین چهار سبک فرزندپروری بدست آمد که در هر یک از این ویژگیها با هم تفاوت دارند.

### ۱- فرزندپروری مقتدرانه:

این روش موفق‌ترین روش فرزندپروری است که پذیرش و روابط نزدیک، روش‌های کنترل سازگارانه و استقلال دادن مناسب را شامل می‌شود. والدین مقتدر، صمیمی و دلسوز و نسبت به نیازهای کودک حساس هستند. آنها قاطع هستند اما دخالت‌گر و محدود کننده نیستند. شیوه‌های انضباطی آنها بجای تنبیهی بودن حمایت کننده است. این والدین قوانین و رهنمودهایی پی‌ریزی می‌کنند که فرزندان آنها چنان بار می‌آیند که از آنها پیروی کنند و اغلب برای مطیع‌سازی از استدلال و منطق بهره می‌جویند و به منظور توافق با کودک با او گفت‌وگو می‌کنند. از رفتارهای نامطلوب نمی‌ترسند و تاب مقاومت در برابر عصبانیت کودک را دارند و به تلاش‌های کودک در جهت جلب حمایت و توجه پاسخ می‌دهند و از تقویت‌های مثبت بیشتری استفاده می‌کنند. این والدین در بعد محبت نیز عملکرد خوبی دارند و در ابراز محبت و علاقه و مهربانی دریغ نمی‌ورزند. آنها حقوق ویژه خود را به عنوان یک بزرگسال می‌شناسند و به علایق فردی و ویژگی‌های خاص کودک خود نیز آگاهی دارند. در کل این والدین در عین گرم و صمیمی بودن با فرزند خود، کنترل کننده و مقتدر هستند. این شیوه به فرزندان کمک می‌کند تا با هنجارهای اجتماعی بهتر سازگار شوند.

### ۲- فرزندپروری مستبدانه:

این روش از نظر پذیرش و روابط نزدیک پایین، از نظر کنترل اجباری بالا و از نظر استقلال دادن پایین است. والدین مستبد، سرد و طرد کننده هستند. نمایش قدرت والدین اولین عاملی است که این شیوه را از دیگر شیوه‌ها متمایز می‌سازد. در این سبک فرزندان چنین بار آورده می‌شوند که از قوانین سختگیرانه‌ای که بوسیله والدین بوجود می‌آید پیروی کنند. نتیجه شکست در پیروی از چنین قوانینی معمولاً تنبیه و اعمال زور است و برای کنترل کودکان خود از شیوه‌های ایجاد ترس استفاده می‌کنند. والدین مستبد معمولاً نمی‌توانند دلیلی که پشت این قوانین است را توضیح دهند. اگر از آنها خواسته شود که علت را توضیح دهند ممکن است به سادگی پاسخ دهند «چونکه من اینچنین گفتم». این والدین خواسته‌های زیادی دارند اما در قبال فرزندان‌شان پاسخ‌ده نیستند. این والدین انتظار دارند فرمان‌های آنها بدون چون و چرا اطاعت شود. والدین در شیوه

استبدادی کمترین مهرورزی و محبت را از خود نشان می‌دهند.

### ۳- فرزندپروری آسان گیرانه:

در این سبک، والدین مهرورز و پذیرا هستند ولی متوقع نیستند، کنترل کمی بر رفتار فرزندان خود اعمال می‌کنند و به آنها اجازه می‌دهند در هر سنی که باشند خودشان تصمیم‌گیری کنند، حتی وقتی که هنوز قادر به انجام آن نیستند. خانواده این والدین نسبتاً آشفته است. فعالیت خانواده، نامنظم و اعمال مقررات، اهمال کارانه است. والدین سهل انگار در عین آنکه به ظاهر نسبت به کودکان خود حساس هستند، اما توقع چندانی از آنها ندارند. این والدین بسیار بندرت به فرزندان خود اطلاعات صحیح یا توضیحات دقیق ارائه می‌دهند. آنها از روش‌های احساس گناه و انحراف استفاده می‌کنند. این والدین همچنین در بیشتر موارد در مواجهه با بهانه‌جویی و شکایت کودک، سر تسلیم فرود می‌آورند. این والدین به ندرت به فرزندان انضباط می‌دهند با فرزندان ارتباط برقرار می‌کنند، و معمولاً بجای یک والد جایگاه یک دوست را دارند.

### ۴- فرزندپروری بی‌اعتنا:

در این روش، پذیرش و روابط پایین، کنترل کم و بی تفاوتی کلی نسبت به استقلال دادن وجود دارد. این والدین، اغلب از لحاظ هیجانی جدا و افسرده هستند و وقت و انرژی کمی برای فرزندان صرف می‌کنند. در حالی که این والدین نیازهای پایه‌ای فرزندان را برآورده می‌کنند اما عموماً از زندگی فرزندان‌شان گسسته هستند. در موارد افراطی حتی ممکن است فرزندان خود را طرد یا در رفع نیازهای آنها اهمال کند.

### ♥ الگوی شفر:

شفر با مطرح کردن ابعاد گرمی/سردی و آزادی/کنترل، یک الگوی فرضی در مورد روابط والدین - کودک ارائه داد و آن را به چهار دسته تقسیم می‌کند:

### ۱- والدین با محبت و آزاد گذارنده:

این والدین کسانی هستند که معمولاً به عنوان والدین نمونه شناخته می‌شوند. کودکان آنها دارای استقلال بوده و رفتار اجتماعی مناسبی دارند. محبت و گرمی توأم با آزادی





موجب می شود به علت داشتن فضای مناسب برای برون ریزی هیجانی و عدم وجود پاسخهای نامناسب از سوی والدین، حالت‌های پر خاشگری در کودکان چنین خانواده هایی دیده نشود.

#### ۲- والدین با محبت و محدود کننده:

گاهی محبت والدین محدودیتهایی را به دنبال دارد. این والدین فرصت کسب تجربه و یادگیری را از کودکان سلب می کنند. آنها با محبت افراطی، آزادی لازم را از کودکان خود سلب می کنند.

#### ۳- والدین متخاصم و محدود کننده:

رفتارهای خصومت آمیز این نوع والدین که بیشتر بر اصل تنبیه استوار است به همراه سخت گیری و محدودیت شدیدی که نسبت به فرزندانشان اعمال می کنند، موجب ایجاد احساس خصومت شدید در فرزندان آنها می شود. از سویی عدم اجازه به کودک در ظاهر ساختن این احساس موجب عصبانیت در کودک می شود.

#### ۴- والدین متخاصم و آزاد گذارنده:

تفاوت این کودکان با گروه قبلی در این است که همراه شدن عامل خصومت با عامل آزادی موجب ایجاد رفتارهای پر خاشگرانه به شدیدترین حالت در این کودکان می گردد. نتایج برخی مطالعات نشان داده است که والدین کودکان بزهکار این الگو را از خود نشان می دهند.

#### ❖ بحث و نتیجه گیری:

شیوه‌هایی که والدین در تربیت فرزندان خود به کار می گیرند، نقش اساسی در تامین سلامت روانی فرزندان آنها دارد. در سایه ارتباط سالم است که می توان نیازهای فرزندان را شناخت و نسبت به تامین و ارضای آنها همت گماشت. همان گونه که اشاره شد، هر یک از این شیوه‌ها اثراتی بر رفتار کودکان دارند که در این میان اثرات مخرب و منفی شیوه‌های سهل گیرانه و مستبدانه بیشتر است. آن چه اهمیت دارد این است که طبق تحقیقات انجام گرفته، بهترین شیوه فرزند پروری، شیوه مقتدرانه است که والدین در عین گرم و صمیمی بودن با فرزند خود، کنترل کننده و مقتدر هستند. این شیوه به فرزندان کمک می کند تا با هنجارهای اجتماعی بهتر سازگار شوند و همچنین تاثیر کمی بر آزادی‌های فردی کودکان دارد. این کودکان با کفایت، واقع گرا، دارای اعتماد به نفس، فعال، خود نظم‌بخش و مسئول هستند.

#### ❖ راهکارها:

در درجه‌ی نخست باید والدین را نسبت به شیوه‌های فرزند پروری و اثرات هر یک از آنها بر فرزندان، آگاه کرد. این آگاه سازی از چند طریق امکان پذیر است:

- برگزاری کلاس‌های آموزش خانواده در مدارس توسط مشاوران.
- برگزاری دوره‌های آموزشی برای والدین کودکان خردسال در مهد کودک‌ها.
- لزوم ایجاد دوره‌های آموزشی در مراکز فرهنگی مانند فرهنگسراها، کانون‌های تربیتی آموزش و پرورش، کانون‌های فرهنگی مساجد و اماکن مذهبی.

• برگزاری کارگاه‌های کوتاه مدت و فشرده یک روزه برای والدین.

• برگزاری جلسات برای مراقبین فرزندان بی سرپرست در مراکز بهزیستی.

در درجه دوم باید مسئولین را، که در واقع والدین دوم فرزندان هستند، نسبت به وجود این شیوه‌ها و گستره رفتارهایی که به دنبال دارند، آگاه کرد. این اطلاع رسانی به شیوه‌های زیر انجام می شود:

- برگزاری جلسات مشابه جلسات والدین برای جامعه هدف زیر، به منظور آشنایی با این روش‌ها و ضرورت آموزش والدین و کسانی که با فرزندان در ارتباط هستند:

۱- مسئولین آموزش و پرورش

۲- مسئولین بهزیستی

۳- مسئولین بهداشت روان در وزارت بهداشت

۴- نمایندگان مجلس





نگاهی به یک ناهنجاری رفتاری

## اختلال سلوک؛ نقض حقوق دیگران

ناهدید یاور / روانشناس

اختلال یکی از رایج‌ترین اختلالات دوران کودکی و از عمده‌ترین دلایل ارجاع به مراکز درمانی است. اختلال سلوک، الگوی رفتاری پایدار، با مشخصه پرخاشگری و تجاوز به حقوق دیگران است. کودکان مبتلا، به شدت در معرض طرد هم‌سالان، عملکرد ضعیف تحصیلی، افزایش رفتار پرخاشگرانه و همچنین آماده ابتلا به اختلال‌های خلقی، مصرف مواد و بزهکاری و اختلال شخصیت ضد اجتماعی در بزرگسالی هستند. روابط ضعیف میان فردی با اختلال شخصیت سلوک همبستگی دارد. کودکان مبتلا به اختلال سلوک به سرعت از گروه هم‌تایشان طرد می‌شوند و این رانده شدن، کودک را از کسب تجربیات اجتماعی حاصل از تعامل با همسالان محروم می‌سازد و مانع یادگیری شیوه‌های تعامل مناسب در موقعیت‌های اجتماعی می‌شود، از طرف دیگر طرد شدن از گروه همسالان بهنجار، وضعیتی مساعد برای گرفتار شدن در گروه هم‌تاهای غیر اجتماعی فراهم می‌کند.

بر اساس تعریف پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی (DSM-5)، اختلال سلوک، الگوی پیوسته و تکراری رفتاری است که در آن حقوق اساسی دیگران، هنجارهای اجتماعی متناسب با سن و یا قوانین نقض می‌شود.

### اینگونه رفتارها به ۴ طبقه تقسیم می‌شوند، شامل:

پر خاشگری به اشخاص و حیوانات، تخریب اموال، فریبکاری یا دزدی و نقض جدی قوانین.

برای تشخیص ابتلا به این اختلال، سه مورد (یا بیشتر) از موارد ۱۵ گانه باید در ۱۲ ماه گذشته وجود داشته باشد.

همچنین بنا به تعریف، لازم است که از هر طبقه حداقل یک مورد در ۶ ماه اخیر حضور داشته باشد (انجمن روانشناسی آمریکا، ۲۰۱۳).

اختلال سلوک با بسیاری از اختلالات دیگر از جمله اختلال نقص توجه - بیش‌فعالی (ADHD)، افسردگی و اختلالات یادگیری همراه است و علاوه بر آن با چندین عامل روانی - اجتماعی نظیر سطح پایین اجتماعی - اقتصادی روش تربیتی خشن و تنبیهی، اختلافات خانوادگی، فقدان نظارت مناسب والدین و فقدان کفایت اجتماعی ارتباط دارد. شایان ذکر است این



### ♥ همه گیر شناسی:

میزان شیوع حدود ۵ درصد تخمین زده می شود. در پسرها ۴ تا ۱۲ بار شایعتر از دخترهاست. همچنین شیوع این اختلال به میزان چشمگیری با عوامل اقتصادی اجتماعی ارتباط دارد.

### ♥ سبب شناسی:

در سبب شناسی این اختلال، بسیاری از عوامل زیستی روانی اجتماعی نقش دارند که بصورت اختصار به معرفی برخی از آنها می پردازیم:

۱. عوامل مربوط به والدین همچون؛ روش تربیتی خشن، سوء مصرف مواد، طلاق و کودک آزاری.  
۲. عوامل فرهنگی اجتماعی مانند؛ فقر اجتماعی و اقتصادی، فقدان شبکه اجتماعی حمایت کننده و عدم مشارکت در فعالیتهای مثبت اجتماعی.  
۳. عوامل روانشناختی مانند؛ بزرگ شدن در شرایط آشفته و ابراز وجه منفی هیجانهای نظیر خشم و ناکامی و غمگینی.

۴. عوامل عصبی زیستی؛ یافته هایی در خصوص کاهش کارکرد نورآدرژنیک در اختلال سلوک به ثبت رسیده است و همچنین نتایج تحقیقات رضایی و عشایری (۱۳۸۲) نشان داده است که افراد کودک کان مبتلا به اختلال سلوک در زمینه کارکرد قطعه ی پیشانی (Frontal Lobe) دچار نارسایی هستند. در واقع یافته نشان دهنده ی ارتباط ناکارآمدی قطعه پیشانی و بروز و ظهور رفتاری ضد اجتماعی می باشد.

۵. کودک آزاری و سوء رفتار با کودک؛ بطور نمونه قرار داشتن کودک در معرض خشونت بصورت طولانی مدت و سوء رفتار جسمی کودک قابل ذکر است. البته باید تاکید کرد که همه رفتارهای جسمانی معادل اختلال سلوک نیست اما کودکان دارای الگوی گوش به زنگی و واکنشهای خشن، به احتمال بیشتری دست به خشونت زده و حقوق دیگران را زیر پای می گذارند.

### ♥ عوامل خطر و پیش آگهی:

#### ۱. خلق و خو:

عوامل خطر خلق و خوایی، خلق خوی دشوار و کنترل نشده کودک و هوش پایین تر از متوسط مخصوصا در رابطه با هوش بهر کلامی را شامل می شوند.

#### ۲. محیطی:

الف) عوامل خطر در سطح خانواده: طرد و غفلت والدین، روشهای فرزند پروری بی ثبات، انضباط خشن، بهره کشی

جسمی و جنسی، تغییرات مکرر مراقبت کنندگان، تبهکاری والدین و...  
ب) عوامل خطر در سطح جامعه: طرد همسالان، معاشرت با گروه همسال بزهکار، مواجهه محلی با خشونت و...

### ۳. عوامل ژنتیکی و فیزیولوژیکی:

میزان خطر در کودکان دارای والد تنی یا ناتنی مبتلا به اختلال سلوک افزایش می یابد. همچنین این اختلال در فرزندان والدین تنی مبتلا به مصرف شدید الکل، افسردگی دو قطبی، اسکیزوفرنی یا والدین تنی که سابقه ADHD دارند، شایعتر است.  
بدترین پیش آگهی اختلال سلوک مربوط به کودکانی است که علائم را در سنین پایین بروز میدهند و تعداد علائم بیشتری را دارند.

### ♥ تشخیص افتراقی این اختلال با اختلالات ذیل:

۱. اختلال لجبازی و نافرمانی
۲. اختلال کاستی توجه و بیش فعالی (ADHD)
۳. اختلال افسردگی و دو قطبی
۴. اختلال انفجاری متناوب
۵. اختلالات سازگاری

### ♥ مسائل و مشکلات کودکان مبتلا به اختلال سلوک:

پرخاشگری، مشخصه بارز اختلال سلوک است که مشکلات رفتاری و هیجانی مختلفی را برای این کودکان و خانواده های آن ها ایجاد می کند. کودکان پرخاشگر مبتلا به اختلال سلوک، وقتی به دوران نوجوانی و بزرگسالی می رسند علائمی نظیر اضطراب و پرخاشگری علیه دیگران را از خود بروز می دهند و حتی ممکن است درگیر موارد دیگر کشی و اعتیاد شوند. به طور کلی پرخاشگری در سال های اولیه زندگی باعث به وجود آمدن مشکلات جبران نا پذیری از جمله خود پنداره ضعیف و افسردگی، تکانشگری، بیش فعالی، عملکرد ضعیف تحصیلی و بسیاری از مشکلات دیگر می شوند. تحقیقات نشان می دهد که یک سوم کودکان مبتلا به اختلال سلوک، افسرده هستند و بین حدود یک پنجم آن ها اضطراب وجود دارد. در زمینه تحصیلی نیز این دسته از کودکان و نوجوانان مبتلا از کمبودهای تحصیلی رنج می برند و اغلب بی علاقه به مدرسه و فاقد اشتیاق به ادامه تحصیل هستند. علاوه بر ویژگی های فردی و خانوادگی، عواملی بیرون از چرخه خانواده وجود دارند که می توانند رفتار کودک را تحت تاثیر قرار دهند. ادبیات پژوهشی مربوط به این زمینه نشان می دهد که افراد دارای مشکلات رفتاری، مجموعه ای از عوامل اجتماعی نامطلوب، نظیر سطح اقتصادی پایین، بی ثباتی محل اقامت، زندگی در مکان های شلوغ و خشونت اجتماعی را در کارنامه خود دارند.

### ♥ نتایج پژوهش های مربوط به اختلال سلوک:

سلیمانی و پورشریفی (۱۳۹۰)، در پژوهشی تاثیر قصه درمانی بر بهبود سازگاری اجتماعی کودکان مبتلا به اختلال سلوک را بررسی کرده اند. برای بهبود رفتار ضد اجتماعی از درمان های گوناگونی استفاده شده است. بر همین





کودکان مبتلا به اختلال سلوک است. خود کودکان نیز مشکلات شناختی و رفتاری ظاهر می‌سازند. این ویژگیها حاکی از چند رویکرد احتمالی در درمان این کودکان است. و بررسیهای اخیر حاکی از آن بوده است که درمان برای کودکانی که در حال ظاهر ساختن نشانه های اختلال سلوک هستند می‌تواند سودمند باشد. آموزش والدین رویکرد دیگری است که غالباً برای مطالعه و کاربرد درمانی برای این اختلال بکار رفته است. در درمان خانوادگی عمل گرا، مهارت‌های کنترل کودکان مستقیماً به والدین آموخته می‌شود. این در مانها هدفشان معطوف به از بین بردن تعاملات خانوادگی قهر آمیز همراه با رفتار ضد اجتماعی است. همچنین از طریق جزوات آموزشی، تمرین با درمانگر و تکالیف خانگی، والدین، تشخیص رفتار مشکل ساز، مشاهده و ثبت فراوانی رفتار، پاداش دادن موثر رفتار صحیح و متوقف ساختن پاداش دادن به رفتار نامطلوب. میتوان اقدامات درمانی را طرح ریزی و پیگیری نمود. موفقیت درمانی هنگامی بیشتر است که کودکان مشکل ساز، به موقع شناسایی شوند. همچنین درمان در مورد خانواده‌هایی که کمتر تحت فشار روانی قرار دارند و وضوح اجتماعی - اقتصادی بهتری دارند، موفق تر بوده است و نیز درمان از طریق مداخلات دارویی نمونه دیگری از درمانهای موثر می باشد. تحقیقات فراوانی در مورد شیوه های درمان کودکان مبتلا به اختلال سلوک انجام شده است. فراوانی این بررسی ها به حدی است که انتظار می رود تاثیرات فراوانی در سبک زندگی این کودکان و خانواده های آن ها وجود داشته باشد.

#### منابع:

۱. انجمن روانپزشکی آمریکا (۲۰۱۳): راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی ویراست پنجم (DSM-5): ترجمه یحیی سیدمحمدی: انتشارات روان.
۲. امبری، ع. (۱۳۹۱). بررسی مقایسه ای ویژگی های شناختی، اجتماعی و حرمت خود نوجوانان مبتلا به اختلال سلوک و عادی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، تهران.
۳. کاپلان و سادوک (۲۰۰۷): خلاصه روانپزشکی ویراست دهم: ترجمه دکتر فرزین رضاعی: انتشارات ارجمند.
۴. اصغری نکاح م. (۱۳۹۲): گزارش اقدام پژوهی پیرامون کاربرد قصه به مثابه تکنیک و ابزار در مشاوره و روان درمانی کودک: فصلنامه تعلیم و تربیت استثنایی.
۵. رضایی، مظاهر و عشایری، حسن (۱۳۸۲): کارکردهای شناختی قطعه پیشانی در نوجوانان مبتلا به اختلال سلوک: فصلنامه اندیشه و رفتار.

اساس به کارگیری شیوه های غیر مستقیم مثل بازی و قصه در آموزش مهارت های اجتماعی یک ضرورت به حساب می آید. به نظر می رسد از آنجا که آموزه ها و پندها در خلال قصه به خوبی برای کودک قابل فهم و معنادار است، احتمال به کارگیری و تعمیم آن توسط کودک در زمینه های مشابه افزایش می یابد. کميجانی و ماهر (۱۳۸۶)، شیوه های فرزندپروری والدین کودکان با اختلال سلوک و کودکان عادی را مقایسه کردند نتایج این پژوهش نشان می دهد که والدین کودکان دارای اختلال سلوک، اغلب مهارت های مهم تربیتی را نیاموخته اند. این والدین در استفاده از مقررات خشن و خرده گیر، ناسازگار، دمدمی و مسامحه کار هستند و احتمال کمی وجود دارد که فرزندان خود را هدایت کنند. به واقع آن ها رفتارهای اجتماعی کودکشان را تنبیه و رفتارهای منفی را تقویت می کنند.

#### نتایج به دست آمده از پژوهش کميجانی و ماهر (۱۳۸۶) به صورت زیر است:

- ۱- مادران کودکان با اختلال سلوک بیش از مادران کودکان عادی از سبک فرزندپروری مستبدانه استفاده می کنند.
- ۲- مادران کودکان با اختلال سلوک کمتر از مادران کودکان عادی از سبک فرزندپروری مقتدرانه استفاده می کنند.
- ۳- مادران کودکان با اختلال سلوک بیش از مادران کودکان عادی از سبک فرزندپروری سهل گیرانه استفاده می کنند.
- ۴- پدران کودکان با اختلال سلوک بیش از پدران کودکان عادی از سبک فرزندپروری مستبدانه استفاده می کنند.
- ۵- پدران نوجوان با اختلال سلوک کمتر از پدران نوجوان عادی از سبک فرزندپروری مقتدرانه استفاده می کنند.
- ۶- پدران کودکان با اختلال سلوک بیش از پدران کودکان عادی از سبک فرزندپروری سهل گیرانه استفاده می کنند.
- ۷- تضاد بین شیوه های فرزندپروری پدر و مادر در خانواده های دارای نوجوانان با اختلال سلوک بیشتر از پدر و مادر در خانواده های دارای نوجوانان عادی است.

همچنین نشان داده است که آموزش مدیریت والد (PMT) که بر اساس یادگیری اجتماعی مطرح شده، راهکاری موثر و قابل استفاده در درمان اختلال سلوک می باشد. در PMT به والدین آموزش داده می شود که چگونه تعاملات مثبت با کودکانشان را افزایش داده و از تعارضات بکاهند و از روش های نامناسب فرزندپروری بپرهیزند. آموزش مدیریت والدین، در برگیرنده تقویت مثبت، اعمال نظم و مقررات غیر خشن، نظارت و سرپرستی موثر و حل مشکلات به صورت مسالمت آمیز است. پژوهش ها نشان می دهد که آموزش PMT به والدین کودکان دارای اختلال سلوک با کاهش شدت رفتار ناسازگارانه شخص، میزان خودباوری والدین و بهبود مدیریت رفتارهای کودک همراه است.

#### درمان اختلال سلوک:

تعارض خانوادگی و مهارت های ضعیف والدین، مشخصه روابط خانوادگی



## نگاهی نزدیک به عادات دهانی در کودکان این قسمت: مکیدن شست!

مصومه شجاع ثانی / روانشناس

- ۱- رفتار بیش از حد طول بکشد.
- ۲- رفتار چنان شدید و مزمن شود که به کودک صدمه جسمی برزند.
- ۳- کودک آن قدر رفتار مورد نظر را مرتکب شود که در روند رشد جسمی، اجتماعی و یا شناختی او خلل ایجاد کند.

### عادات دهانی مکیدن شست:

نیاز به مکیدن از همان لحظه‌ی تولد در کودک وجود دارد و از جمله نیازهای اولیه کودک است که باید ارضاء شود. عده‌ای از کودکان این نیاز را با مکیدن انگشت شست ارضاء می‌کنند. کودکان شیرخوار هنگامی که وقت شیر خوردنشان نزدیک می‌شود، چنین می‌کنند. در صورتی که این کودکان در شرایط کاملاً عادی و طبیعی بزرگ شوند این عادت خیلی زود برطرف می‌شود.

مکیدن شست کودکان شیرخوار وضعی شایع و طبیعی است. ولی اگر بعد از دوره شیرخواری و به خصوص در سالهای قبل از مدرسه ادامه داشته باشد نشانه‌ی اختلال رفتار و بروز عادت بد در کودک است.

### عوامل به وجود آورنده یا تشدید کننده:

- ۱- عوامل طبیعی:
  - زیاد بودن فاصله زمانی میان دو وعده شیر خوردن نوزاد که سبب گرسنه ماندن او بشود.
  - وقتی که نوزاد به سرعت از پستان، یا شیشه‌ی ششیر بخورد و یا مادر با بی‌حوصلگی مدت شیر خوردن کودک را کوتاه کند. (ارضاء نشدن غریزه‌ی مکیدن)
  - تغییر بی‌موقع رژیم غذایی کودک که قاعدتاً با تغییر وسایل غذا خوردن او همراه است. زیرا در حالی که کودک هنوز آمادگی را برای ترک پستان یا پستانک به دست نیاورده است، شما او را از لذت مکیدن محروم می‌کنید.
- ۲- محرومیت‌های عاطفی:
  - زمانی که شرایط جدید خانوادگی از میزان توجه مادر به کودک می‌کاهد؛ مثلاً تولد نوزاد جدید سبب می‌شود که کودک برای جلب نظر اطرافیان، به خصوص مادر چنین کند و این عمل کم‌کم در او تبدیل به عادت می‌شود.
  - کشمکش میان والدین و کودک برای ترک این عادت سبب تشدید آن می‌شود.

اکثر کودکان در جریان رشد، حداقل یک رفتار تکراری ثابت را که ارادی نیست و «عادت» یا «تیک» نامیده می‌شود، نشان می‌دهند. این رفتارها در اکثر کودکان، پاسخی به نیازهای جسمی یا هیجانی گذراست و کمک می‌کنند با استرس‌های زندگی روزمره کنار بیایند. این عادات یا تیک‌ها معمولاً پدیده‌ای موقت‌اند و بعد به مرور ناپدید می‌شوند. برای مثال، تمام کودکان در یک ساعت اول پس از تولد، شست خود را می‌مکند. سپس عمدتاً پس از شیر خوردن این کار را می‌کنند. ولی در سالهای پیش دبستانی اکثر کودکان هنگام خواب این عمل را انجام می‌دهند. همچنین استفاده از اشیای انتقالی (مثلاً پتو، خرس پشمی و یا عروسک) بعد از ۲ سالگی اوج می‌گیرد؛ یعنی در جریان جدایی و تفرد و پس از مقطع پیش دبستانی نیاز کودک به این اشیاء کم می‌شود. بین ۹ تا ۱۷ ماهگی، نیاز کودک به لالایی زیاد می‌شود. یعنی در فاصله‌ای که خواب کودک طولانی‌تر می‌شود.

ولی بین ۲ تا ۳ سالگی این نیاز کودک برطرف می‌شود. همچنین سرکوبیدن بین ۱۲ تا ۱۷ ماهگی شروع می‌شود. تیک‌های حرکتی (مثلاً سریع پلک زدن، شانه بالا انداختن و غیره) بین ۶ تا ۸ سالگی ظاهر می‌شوند. یعنی مقطعی که کودک باید «آرام بنشیند و یاد بگیرد» ولی این تیک‌ها در اکثر کودکان به سرعت رفع می‌شوند.

عادات «قدیمی» گاهی با استرس‌های جدید ظاهر می‌شوند. مثلاً با تولد خواهر و برادر، با طلاق پدر و مادر، با رفتن به مدرسه‌ی جدید یا عدم حضور درازمدت یکی از والدین، بعضی از کودکان نیز بی‌هیچ دلیلی به یک عادت خاص پناه می‌برند و این عادت رفته رفته برای آن‌ها به پاسخی خودکار و غیر ارادی تبدیل می‌شوند. این رفتارها یا عادات معمولاً نشانه‌ی آسیب زیربنایی نیستند و فقط در شرایط خاص مشکل محسوب می‌شوند.

آنها وقتی مشکل به شمار می‌روند که چنین شرایطی حاکم باشد:





در صورتی که قادر به کار کردن است او را وادار کنید که در کار خانه به شما کمک کند و انجام کارهای ساده را به او بسپارید. این حالت وقتی که کودک به رختخواب می رود و پیش از آن که به خواب رود تشدید می شود. به همین دلیل سعی کنید تا حد امکان تنه‌هایش نگذارید و وقت بیشتری صرف او کنید. برایش قصه بگویید یا به او اجازه دهید عروسک یا شی مورد علاقه اش را به رختخواب ببرد.

#### از کارهایی که باید پرهیز کنید:

هرگز سعی نکنید با خشونت و توسل به زور این عادت را در کودک از بین ببرید.  
دست‌هایش را نبندید.  
دستکش به دستش نکنید.

تنبیه و خجالت دادن و تذکر دادن مدام فایده‌ای ندارد.  
خارج کردن انگشت کودک از دهانش نه تنها سودی ندارد، بلکه گاهی سبب تشدید عادت می شود.  
بی حرکت کردن آرنج هم گاهی اثر معکوس می گذارد و کودک را دچار اضطراب و هیجان می کند.  
به یاد داشته باشید درمانی موثر است که غیر مستقیم انجام گیرد. ابتدا باید علت این عادت را در کودک تشخیص داد و سپس راه حلی مناسب برگزید.

#### منابع:

شرواز، کارولین اس. گوردون، بتی ان. سنجش و درمان مشکلات دوران کودکی. ترجمه: مهرداد فیروزبخت (۱۳۸۹) نشر دانه.  
گالیمار، پی. رفتار با کودک. ترجمه: زهرا معتمدی (۱۳۷۹)

وقتی که کودک خود را تنها و مطرود حس می کند و مجبور است مدت زمان طولانی بی حرکت بنشیند، چون وسیله‌ی بازی و سرگرمی ندارد، انگشت خود را می مکد.  
حسادت باعث ایجاد یا تشدید این عادت می شود.

#### اثر این عادت بر کودک:

عادت مکیدن شست در کودکانی که با آنان طبیعی و عادی رفتار می شود و مشکل عاطفی و فیزیکی ندارند خیلی زود برطرف می شود. ولی در صورت برخورد نادرست با این عادت به تدریج در کودک گسترش می یابد و کودک دیگر به مکیدن شست قناعت نکرده و به خصوص هنگام خواب شروع به مکیدن ملحفه یا وسایل دیگر می کند و یا حتی ساعت‌ها به نقطه‌ای خیره شده و به این کار ادامه می دهد.

#### روش جلوگیری از پیدایش این عادت:

سعی کنید تا آنجا که می توانید مدت شیر خوردن نوزادان را طولانی کنید.  
از شیر گرفتن کودک در دوران شیرخوارگی نباید ناگهانی و زودتر از موعد مقرر باشد.  
تغییر رژیم غذایی کودک از شیشه یا پستان به غذاهای دیگر باید تدریجی صورت گیرد و بهتر است ابتدا تلفیقی از هر دو باشد.  
هر نوع جدایی از مادر برای کودک دردناک است. اگر این جدایی لازم و اجباری است حتماً کودک را به محیط خانوادگی مورد علاقه اش مانند خانه مادر بزرگ و خاله یا عمه بسپارید.  
همیشه برای کودک که ناچار است به علت بیماری یا شکستگی پامدتی بی حرکت بماند وسایل سرگرمی تهیه کنید.

#### روش برخورد با این عادت:

همیشه برای کودک مبتلا به این عادت وسیله‌ی سرگرمی تهیه کنید.



## پاسخ

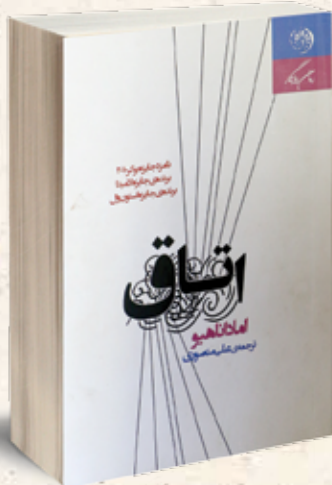
کشاورزی مشغول پاشیدن بذر بود که ثروتمندی مغرور به او رسید و با تکبر گفت: بکار، که از تو کاشتن است و از ما خوردن! کشاورز نگاه معناداری به او انداخت و گفت: دارم بونجه می‌کارم!!!





# قصه‌ای در تبیین اسارت و آزادی

مژگان همایونی



## نام کتاب: اتاق نویسنده: اما دون اهو

رمان «اتاق» اثر نویسنده‌ی ایرلندی خانم «اما دون اهو» که ساکن کانادا می‌باشد در فاصله‌ی کمی بعد از انتشار به دلیل قابلیت‌های مثبت زیاد این اثر، به یکی از موفق‌ترین آثار داستانی تبدیل شد و توانست جوایز ادبی بسیار زیادی را از آن خود کند و در صدر جدول پر فروش‌ترین کتابهای نیویورک تایمز قرار گیرد.

این رمان، داستان زندگی مادری را روایت می‌کند که هفت سال به دلیل ربوده شدن توسط مردی اسیر و در اتاقی محبوس می‌شود و او در همین اتاق فرزندی را به دنیا می‌آورد که تا پنج سالگی در همان اتاق می‌ماند و با دنیای بیرون هیچ‌گونه ارتباطی ندارد. نقد جامعه‌ی مدرن یکی از موضوع‌های اصلی این رمان است. عنصر تلویزیون یکی از اساسی‌ترین ابزارها و لوازم محدود اتاق است و شاید پررنگ بودن نقش تلویزیون در متن کتاب اشاره‌ی جدی به رسانه در جامعه مدرن امروز دارد، چرا که «جک» پنج ساله در سراسر سالهای اسارت در اتاق ادراک خود را از مادر و تلویزیون می‌گیرد.

این رمان، از زبان «جک» روایت می‌شود و برای همین است که شاید با وجود حقایق تلخی که در جای جای داستان نهفته، گزندگی این اتفاق کمتر حس می‌شود. روایت، به گونه‌ای است که با سادگی و ذهنی کودکانه اتفاقات محیط خود را بررسی می‌کند. جک، تصویری از جهان ترسناک بیرونی ندارد و جز راست‌گویی و ذهنیتی کودکانه چیز دیگری برایش معنا ندارد و در هر فصل از کتاب همگام با پیش رفتن داستان، جک، با موقعیت‌های جدیدی روبرو می‌شود که از نگاه کودکانه‌اش با چراهای زیادی رو به روست و مدام با آنها دست و پنجه نرم می‌کند. بوجود آمدن همین چراهای کودکانه در داستان به گونه‌ای زیبا واقعت‌های دنیای امروز را در قالب زبانی کودکانه به تصویر می‌کشد. واقعیت‌هایی که روزمرگی آنها را برای انسان بی‌اهمیت کرده است.

این داستان به دو بخش محتوایی تقسیم شده است؛ بخش اول قبل از آزادی، که به نظر می‌آید جک و مادرش محصور هستند و جهان بیرون آزاد و بسیار دلپذیر است. بخش دوم، بعد از آزادی است که با آمدن و برگشت در جامعه همه چیز برعکس می‌شود و عادات جامعه به گونه‌ای است که این دو شخصیت نمی‌پذیرند و در آن پذیرفته نمی‌شوند تا جایی که جک در قسمتی از داستان می‌گوید: «ای کاش فرار نکرده بودیم!»

کتاب «اتاق»، اثری به‌غایت فلسفی و مبتنی بر مسائل روانشناختی است و نویسنده علاوه بر روایت سخته‌های این مادر و فرزند زندگی آنها را از جنبه‌های روحی-روانی بررسی می‌کند. عکس‌العمل دو شخصیت اصلی داستان و ارتباط و تعامل آنها با یکدیگر به لحاظ روانشناختی بسیار قابل تامل و بررسی است. مادر تجربه‌ی دنیای خارج از حبس و اسارت را دارد و کودک

از بدو تولد فقط در اتاق زندگی کرده است و بعد از رهایی از اسارت و ارتباط با دنیای بیرون، خود را در زندان دیگری که محدودیت‌های یک زندان واقعی را دارد روبرو می‌بینند. اما دون اهو، به خواننده اثبات می‌کند همگی ما زندانی هستیم و اسیر جهان خودساخته‌ی خویش گشته‌ایم.

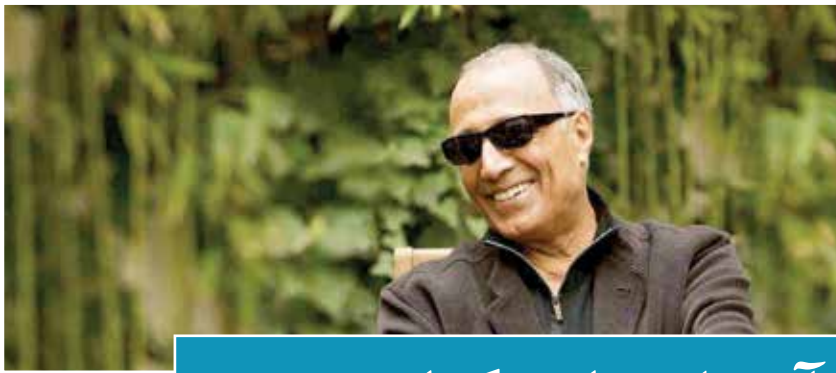
شخصیت منفی داستان «نیک پیر» همان فردی است است که شخصیت‌های اصلی داستان را در اتاق زندانی کرده است اما نویسنده به دلیل اهمیت خلق فضا و جهان این مادر و کودک توجه چندانی به شخصیت منفی ندارد و ذهن خواننده چندان درگیر شخصیت منفی داستان نمی‌شود.

زیاد بودن مسائل فلسفی کتاب در عین اینکه از مزیت‌های این رمان به حساب می‌آید، در نقاطی کم‌رنگ باعث ضعف کار شده چرا که هر چند راوی داستان کودک پنج ساله است اما حضور نویسنده به دلیل مطرح شدن مباحث فلسفی، گاهی بر شخصیت راوی داستان سایه می‌افکند.

درباب مزیت‌ها و نقاط قوت داستان این کتاب می‌توان گفت رمان «اتاق» در ظاهر مانند بسیاری از داستان‌ها حادثه‌ای را بازگو می‌کند اما مخاطب هر چه بیشتر پیش می‌رود با مسائل انسان‌شناختی و روانشناسانه‌ی بیشتری روبرو می‌شود.

ناگفته نماند که از روی این کتاب، فیلمی هم ساخته شده است و به گفته‌ی منتقدین، از جمله فیلمهای موفق و مطرح سینمای امروز جهان به‌شمار می‌رود.





## کلوزآپی از عباس کیارستمی

مژگان همایونی

عباس کیارستمی، متولد ۱۳۱۹، در طول زندگی پر بار هنری خویش به عنوان نویسنده و کارگردان، بیش از ۴۰ فیلم سینمایی، کوتاه یا مستند را نوشت، طراحی کرد یا ساخت.

او پیش از ورود به دنیای سینما و تصویر متحرک، با نقاشی و طراحی و گرافیک و عکاسی به قاب تصویر وارد شد. او که لیسانس نقاشی را از دانشکده هنرهای تجسمی دانشگاه تهران دریافت کرده بود، به جز هنر سینما، با دنیای ادبیات نیز آشنایی داشت. شعر می سرود و در عرصه بررسیهای تاریخی و نقد تحلیل هم قلم زده بود. دو اثر منتشر شده از او در دست است: «حافظ به روایت کیارستمی» و «سعدی، از دست خوبستن فریاد».

آنچه کیارستمی با آن شناخته می شود، اما، سینما است. علاوه بر کارگردانی، نویسندگی بسیاری از فیلمها را نیز انجام داده است. او فیلمسازی بود که بیان ویژه و شخصی، آشنایی گسترده اش با زبان تصویر، تسلط و آگاهی عمیق از بسترهای فرهنگ ملی و پرداختن به زوایا و پیچیدگی های عمیق زندگی با زبانی ساده، از او چهره ای بین المللی ساخت که با هر جشنواره نگاهها را به خود متوجه ساخت. جامعه جهانی سینما، با اهدای جوایز متعدد به سبک و شیوه این فیلمساز برجسته رسمیت بخشید. او یکبار جزو ۱۰ فیلمساز برجسته آسیا (رتبه سوم) و باری دیگر جزو ۱۰ فیلمساز برجسته جهان (رتبه ششم) قرار گرفت.... بسیاری از فیلمهای او در جشنواره های معتبر جهانی درخشیده و جایزه برده است. به نشانه سپاس از کیارستمی، مهمترین جوایز دریافتی او را می توان اینگونه نام برد:

– سیمرغ بلورین جشنواره فجر برای «کلوزآپ»، ۱۳۶۸ (۱۹۹۰).

– جایزه بخش نوعی نگاه جشنواره کن برای فیلم «زندگی و دیگر هیچ»، ۱۹۹۲.

– جایزه نخل طلا از جشنواره کن برای فیلم «طعم گیلان»، ۱۹۹۷.

– «خانه دوست کجاست» نقطه عطف کارنامه فیلمسازی کیارستمی است. او با این فیلم تولد دوباره ای می یابد که با تکاملش در «کلوزآپ» و تداوم مسیر با «زندگی و دیگر هیچ» و «زیردرختان زینون» به «طعم گیلان» می رسد و بارها مورد تمجید و تحسین بزرگان سینمای جهان قرار می گیرد.





«کلوزآپ» در میان فیلمهای کیارستمی از آن جهت قابل تامل است که نخستین جایزه حرفه ای را برای کیارستمی به ارمان آورده و نیز رویکرد روانشناختی و ویژه ای در این فیلم مطرح شده که از نظر نوع اتفاق، استثنایی و منحصر بفرد است. در این نوشته با ادای احترام به «عالی جناب کیارستمی» و یاد از زندگی و آثار او، به کاویدن «کلوزآپ» می پردازیم؛

## کلوزآپ

کارگردان، نویسنده و تدوینگر: عباس کیارستمی.

تهیه کننده: علیرضا زرین.

بازیگران: حسین سبزیان، حسین فرازمند، هوشنگ شمعی، ابوالفضل آهن خواه، مهرداد آهن خواه، نیر محسنی زنوزی، محسن مخملباف، عباس کیارستمی.

فیلمبردار: علیرضا زرین دست.

**خلاصه داستان:** حسین سبزیان به دلیل شباهتش به محسن مخملباف، خود را به خانواده آهن خواه به عنوان محسن مخملباف معرفی می کند و به بهانه ساختن فیلم به خانه آنها راه می یابد. از مهرداد، پسر خانواده، که به سینما علاقه مند است می خواهد در فیلمی که او قصد ساختنش را دارد نقشی به عهده بگیرد. در نهایت با پیگیری پدر خانواده، که از اول به او مشکوک است، پس از سه روز مخملباف قلابی دستگیر و به دادگاه کشیده می شود....

کلوزآپ براساس یک داستان واقعی و تا حد زیادی به شیوهی بداهه ساخته شده است. ماجرای نامتعارف که طی آن مردی به نام حسین سبزیان خود را به جای محسن مخملباف جامی زند و چند روز برای خانواده آهن خواه نقش بازی می کند. داستانی که در نهایت به دادگاهی شدن سبزیان ختم می شود. نکته جالب اینجاست که تمام شخصیت های فیلم در نقش خودشان بازی می کنند. روند فیلم گرچه از ابتدا تا انتها منطبق با اتفاقاتی رخ داده ساخته شده است، اما مخاطب را با چالش هایی حقیقی و عمیق مواجه می کند. چالش هایی که کیارستمی را از سطح یک راوی صرف فراتر می برد و ما را با فیلمسازی روبرو می کند که با مصالحی که در اختیار دارد واقعیت دلخواه خود را می سازد.

کیارستمی در کلوزآپ با نگاه هوشمندانه و جستجوگرش ظاهر اتفاقات را کنار زده و با دقتی شدن در اصل ماجرا به بازتاب های ذهنی و روحی شخصیتی دست می زند که عشق جنون آمیزش به سینما زندگی اش را برای همیشه دگرگون کرد.

کلوزآپ همانقدر که درباره مفهوم «واقعیت» است، و تماشاگر را هم با فرم و هم مضمون فیلم با آن درگیر می کند، درباره «هویت» نیز هست. حسین سبزیان انسانی بود غرق در رویای شخصی خویش. مردی که برای ارضای حس «دیده شدن» و مورد «احترام» قرار گرفتن، طی یک بازی، خود را به جای فیلمساز معروفی جامی زند. بازی ای که خیلی ساده شروع شد ولی پس از جدی شدن، ابعاد رسانه ای به خود گرفت. این کار برای سبزیان جذابیت داشت. فرورفتن در جلد دیگری و بازی کردن در نقش کارگردانی شناخته شده، حتی برای چند روز، به اول لذت «مهم بودن» و مورد توجه قرار گرفتن را بخشید. این، اما، تمام ماجرا نیست. در این فیلم قربانی داستان، مهرداد آهنخواه، نیز به چالش کشیده می شود. او به گمان (طمع) آشنایی با

سینماگری بر جسته، به دنبال ایجاد ارتباط و بهره بردن از جایگاه طرف مقابل بود. یا مرد خبرنگار که در رویای خود رسیدن به جایگاه خبرنگاری بر جسته چون اورینافالاچی را می پروراند. کلوزآپ به منشوری می ماند که از وجوه مختلف قابل بررسی است. فیلمی که درباره پیچیدگی های ذات آدمی و رنج درونی انسانهایی که از خود و سرنوشتشان می گریزند سخن می گوید. انسانهایی با درونهایی پر تناقض که می خواهند نسخه بدل کسی دیگر باشند. آرزوهایی ناممکن که وقتی می خواهند آشکار شوند، به انکار خویش و جعل دیگری می انجامند. این تناقضها از مشخصات دنیای امروزین ما هستند که باید بتوانیم آنها را بدرستی مدیریت کنیم.

فیلم چندلحنی و پرسشگر کیارستمی ما را به یاد سخن منتقد غربی مشهوری می اندازد که در کد کرد کلوزآپ نه تنها



با ما از نیازی انسانی به «رویا» و قدرت عظیم افسون سینما برای رویا سازی حرف می زند، بلکه با کارا کتر آسیب دیده و روانشناسی کسی که می خواهد جای «دیگری» باشد، ما را با موضوعی بنیادین آشنا می سازد که پرده از بحران عمیق زندگی اجتماعی ما برمی دارد. این که؛ ما تحت شرایطی بی ریشه و سرشار از نقش های دروغین و فقدان احترام واقعی به شخصیت انسانی و «تاجا» زندگی می کنیم.

مسأله ای کلوزآپ ریشه در جامعه ای پر از کمبود دارد که در آن افراد در تعریف ارزشها دچار سوء تفاهم شده اند. جامعه ای که شهروندان را به سوی ریاکاری و نقاب بر چهره زدن سوق می دهد.

سخن آخر درباره ای کلوزآپ این است که این فیلم در ابتدای نمایش آنچنان که انتظار می رفت مورد استقبال قرار نگرفت اما گذر زمان ارزشهایش را بیش از پیش آشکار کرد. در نظر سنجی «سایت اند ساوند» که از نشریات معتبر سینمایی جهان است، با دعوت از ۸۴۶ منتقد طراز اول سینمایی، از بین ۵۰ فیلم برتر سینمای جهان، کلوزآپ در رتبه ۴۲ بهترین فیلمهای تاریخ سینمای جهان قرار گرفته است.



تابستان ۹۵

۵۵







## این خانه در یک نگاه

آقای اکبر صابری فر، رئیس هیئت مدیره، مهندس حمید طیبی، نائب رئیس، خانم دکتر زهرا حجت، مدیر عامل موسسه و آقایان مهندس محمد چوپانکاره، علی اکبر عزیزاده، احمد شاهید و سید مرتضی ادیبی نیز دیگر اعضای هیئت مدیره هستند. مسئول فنی و رئیس مرکز جامع توانبخشی آقای جعفر شیرازی نیا می باشد. در حال حاضر نزدیک به چهار صد دختر بی سرپرست و با فاقد سرپرست مؤثر در این خانه زندگی می کنند. حدود ۱۵۰ نفر کارمند و نزدیک به دو هزار نفر یاور کار خدمت رسانی به این عزیزان را به صورت شبانه روزی انجام می گیرد. خیریه توانبخشی همدم فتح المبین یک مرکز جامع توانبخشی است که دارای بخش های زیر است:

- ۱- حمایت پذیر (مراقبت های ویژه) باهوش بهری ۲۵ تا ۳۵ حدود ۷۰ نفر
  - ۲- تربیت پذیر (هوش بهری ۳۵-۵۰) حدود ۱۳۲ نفر
  - ۳- آموزش پذیر (هوش بهری ۸۰-۵۰) حدود ۱۱۶ نفر
  - ۴- خوابگاه دانش آموزی (بهنجار پایین یا میان راهی) باهوش بهری ۸۰ الی ۱۰۰ حدود ۲۰ نفر
  - ۵- خانه کوچک پناهگاهی، دانش آموز حدود ۲۰ نفر
  - ۶- روزانه، آموزش پذیر حدود ۴۰ نفر
- دختران این خانه به طور همزمان از امکانات و خدمات مختلفی استفاده می کنند. خدمات توانبخشی از جمله: فیزیوتراپی، گفتار درمانی و کاردرمانی. فعالیتهای مختلف ورزشی برای دستیابی به حداکثر توانمندی جسمی و شرکت در کارگاه های هنری از قبیل گلیم بافی، سوزن دوزی و سرمه دوزی فراهم کردن فضایی شبیه به خانه برای دختران این مرکز، هزینه های سنگینی در بردارد. برای هر مددجو، ماهانه بیش از ۱۲,۰۰۰,۰۰۰ ریال هزینه می شود که بارانهی دریافتی از سازمان بهزیستی هم، تنها پاسخگوی قسمتی از این هزینه هاست و الباقی را کمکهای مردمی تامین می کند.

کمکهای مردمی که اهل خیرند و خطی روشن از زیر کفشهایشان روی پیاده رو باقیست ... جایی روی خوشبختی زمین.

بعضی از تکه های زمین خدا خوشبخت ترند چون میشود نردبانهایی روی آن گذاشت و از درخت آسمان بالا رفت ...

زمین خدا وسیع است. زمین خدا هوشیار است. وقتی آدم های زیادی، همزمان از یک نقطه ی زمین، آرزوهایشان را راهی آسمان کنند، خلوص آن نقطه، بیشتر میشود ... خدا مهربانتر به آنها نگاه میکند ... گوشه ای از شهر مشهد، تکه زمینی هست پر از آرزو ... از ذهن هایی سپید و بی فریب ... سال ۱۳۵۶ بود که تکه ای از زمین خدا، به اندازه ۱۰۰۰۰ متر مربع، سهم دختران کم توان ذهنی شد تا در آنجا زندگی کنند، آموزش ببینند، خدمات توانبخشی دریافت کنند و چند قدم به آرزوهایشان نزدیک شوند. این موسسه که «همدم فتح المبین» نام گرفته است، ابتدا با پذیرش ۶۰ دختر و تحت پوشش سازمان بهزیستی، آغاز به کار کرد. در سال ۱۳۸۰ نوع مدیریت مجموعه، به شیوهی هیئت امنایی تغییر یافت که اتفاق مبارکی بود. هیئت امناء، همگی از خیرین و نیک اندیشان اند و با تمام همت و نیرو، در جهت بهتر شدن شرایط دختران این خانه، گام برمی دارند. اقدامات موثری مثل تجهیز، بازسازی و نوسازی بخشهای مختلف مجموعه، راه اندازی سیستم های هواساز، لاندی و تهویه و همچنین تکمیل و بهره برداری از ساختمان شهید شاهید، در کارنامه ی این نیکوکاران

می درخشد. در سال ۱۳۸۴ موسسه به طور کامل از سازمان بهزیستی مستقل شد و تحت عنوان خیریه ی توانمند سازی و حمایت از معلولین به هیئت امناء واگذار گردید. هیئت امنای مؤسسه ۱۷ نفر می باشند که از این میان، دو نفر عضو علی البدل و هفت نفر اعضای هیئت مدیره هستند. نام این بزرگواران هیئت به شرح زیر است:



دل توی دلم نیست. شب و روز می باقم.  
گلیم که تموم بشه، بازار چه شروع می شه.  
گل روی شما همیشه دیدن داره.  
قدم تون روی چشمم.





Board of Trustees method, which was a good event. The Board of Trustees is all donors and benevolent human beings and with their all vigor and effort try to improve the conditions of these beloved girls. Some of the effective steps that have been done include: tooling up, rebuilding, and reconstruction of the different parts of the Charity, installation of air conditioning system, a laundry room, ventilation system and furthermore, completion and utilization of Shahid Shahid Building.

In 1384, the Charity separated from the Welfare Organization and assigned to the Board of Trustees under the name of Charity of empowerment and support of the disabled. The Board of Trustees consists of 17 members: 2 alternate members and 7 members of the Board of Directors. The members are: Mr. Akbar Saberi Far (Chairman), Mr. Hamid Tayebbi (Vice President), Dr. Zahra Hojjat (Director of the Charity), Mr. Mohammad Choopankare, Mr. Ali Akbar Alizade, Ahmad Shahid, and Seyyed Morteza Adibi are the other members of the Board of Directors, and the head of the Rehabilitation Center is Mr. Shirzinia.

Around 400 unattended or without an efficient guardian live in the Charity now. Approximately, 150 employees and nearly 2000 social workers do services and care to these dear girls round the clock. Hamdam Fatholmobin is composed of these parts:

1. Special care with the IQ: 25 between 35 to 70 girls
2. Trainable with the IQ: 35-50 around 132 girls

3. Educable with the IQ: 50-80 roughly 116 girls

4. Boarding school (children with syndrome down or foster children) with the IQ: 80-100 about 20 girls

5. A small shelter around 200 students

6. Daily, educable nearly 20 girls

The girls of this Charity utilize several facilities and services simultaneously. Rehabilitation services such as physiotherapy, speech therapy, occupational therapy, various exercises for getting the maximum physical strength, participating in different art workshops including: carpet weaving, needlework, embroidery and providing a situation like the real life for the girls of this Charity cost too much.

Approximately, 12,000,000 rials is paid for the expenses of each girl. The subsidy of the Welfare Organization does not suffice and therefore several philanthropists pay the remainder of the expenses. Under the shoes of these benevolent humans remains a golden trace on the sidewalk... somewhere on the luckiness of earth.





## A Status Report of Fatholmobin-Hamdani Rehabilitation Charity

Some of the patches of God's earth are luckier than the other parts since you can put some ladders in it and climb the heavens' sky... God's earth is so vast. God's earth is conscious. When plenty of human beings, from one spot on the earth, make their wishes, the purity of that spot grows... The Lord will get kinder to them...

In a corner of Mashhad, there is a piece of land full of wishes of innocent and naïve minds... It was 1356 that a patch from God's earth (10000 square meters) was constructed for the girls with mental disability in order to reside there, get education, receive rehabilitation services, and get closer to their wishes.

Hamdani Fatholmobin Rehabilitation Charity began its work under the supervision of Welfare Organization by adopting 60 girls. In 1380, the administration method of the Charity changed to

# Hamdam

Internal Journal of Fatholmobin Rehabilitation Charity

People who seek (search) for peace and joy in their lives they can find it in helping other people and this has nothing to do with wealth, but it depends on their views to life. In their opinion there is not any stranger on earth and all humans are the members of God's family..

Hamdam is the message from all the girls of FatholMobin to those who smiles as a friend ...





You are our friends any where in the world



پنجمین بازارچه  
نیکوکاری

خیر  
خیر

۲۵ تا ۲۹ شهریور ماه  
از ساعت ۱۷ الی ۲۳  
مشهد، خیام شمالی  
عبدالمطلب ۵۸  
موسسه خیریه توانبخشی  
همدم  
[www.Hamdams.org](http://www.Hamdams.org)



همدم  
موسسه خیریه توانبخشی  
فتح المبین

همدی مردم دوست ما

| مسکن کارت: ۴۰۶۰ ۶۰۵۰ ۲۳۱۴ ۶۲۸۰ | جام ملت: ۳۹۰۰۰۰۲۲/۹۶ |

| مشهد، خیام شمالی، عبدالمطلب ۵۸ |

| تلفن: ۱۳-۳۷۱۱۲۱۱۱-۰۵۱ | روابط عمومی: ۳۷۱۲۱۱۲۱-۰۵۱ | پاسخگویی شبانه روزی: ۰۹۳۵۱۲۵۶۲۶۲ |

| سامانه پیام کوتاه: ۳۰۰۰۰۰۲۶ | مشارکت آنلاین: [www.hamdam.org](http://www.hamdam.org) |