

از ماجرا تا رابطه: وقتی بچه‌ای از یک رویداد

حرف می‌زند ، یا سؤال می‌کند ، باید به آن کاملاً " توجه کرد . مه‌ری شش ساله ، از ایمن بابت گله مند بود که چرا اخیراً " برادرش هدایای بیشتری از او دریافت می‌کند ، مادر شکوه و گلایه او را بی مورد نمی‌دانست اما برای او توجیه هم نمی‌کرد که برادرش چون بزرگتر است ، به همین دلیل چیزهای بیشتری هم می‌گیرد . او حتی به‌مه‌ری قول هم نداد که مورد گله را از میان ببرد . مادر می‌دانست که بچه‌ها بیشتر از آنکه به قد و اندازه و دفعات هدیه توجه داشته باشند ، نگران روابط خود با والدینشان هستند . مادر گفت :

— پس توهم ، هدیه: بیشتری می‌خواهی؟

بی آنکه حرف دیگری بزند دخترش را در آغوش گرفت . لبخند رضایت بخشی بر لبان دختر نقش بست . این پایان مکالمه‌ای بود که می‌توانست منجر به یک جروب‌ت طولانی شود .
از رویداد تا احساسات: وقتی بچه‌ای از یک ماجرا حرف می‌زند ، نشان دادن واکنش در پاره‌های موارد مفید است ، البته نه نسبت به خود ماجرا ، بلکه نسبت به احساساتی که در رابطه با آن ماجرا بوجود می‌آید .

زهره ، هفت ساله ، دلخورد به خانه آمد برای مادرش تعریف کرد که چطور دوستش لیلا را به داخل یک جوی آب انداختند . مادر به جای پرس و جو از جزئیات ماجرا بلافاصله ، به احساسات دخترش پاسخ داد :

— باید خیلی ناراحت کرده باشی؟

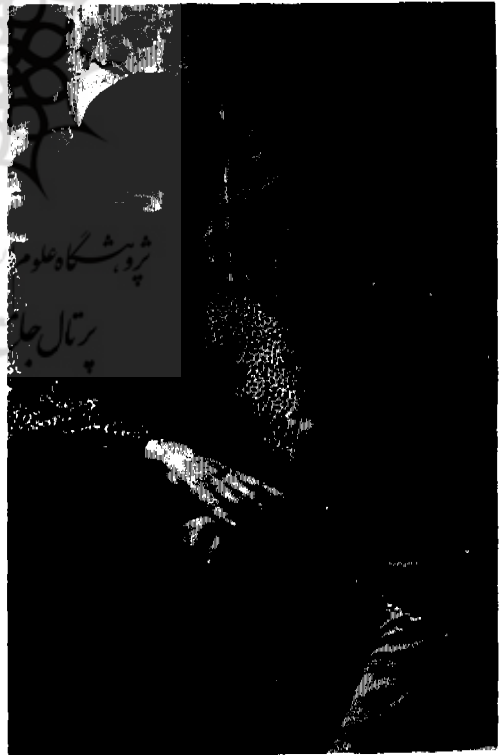
— از دست بچه‌هایی که این کار را کردند عصبانی شدی؟

— هنوز از دست آنها ناراحتی؟

زهره باتکان دادن سر به تمام این حرفها پاسخ مثبت داد ، اما وقتی مادر گفت :

— از این می‌ترسی که نکند بچه‌ها این کار را

گفت و گو با کودکان



— بله، متوجه شده‌ام که در حل مسائل اشکال داری!

حرفهایی از قبیل "اگر بیشتر می‌خواندی حالا وضعت این نبود..." "چندان کمکی به طرفین نمی‌کند. چنین پاسخهایی فقط کودک



را می‌آزارد و اعتماد به نفسش را کاهش می‌دهد.

وقتی بچه می‌گوید:

— من در حساب ضعیفم...

ما می‌توانیم جدی با گفته‌اش او برخورد کنیم.

مثلاً "بگوییم:

— حساب آنقدرها هم درس ساده‌ای

نیست...

— حل بعضی از مسائل خیلی مشکل است.

— معلم باید صورت مسئله را آنقدر توضیح

بدهد تا موضوع برای شما روشن شود...

— تسلط معلم به مسائل باعث می‌شود که تو

فکر کنی در حساب ضعیف هستی...

— شرط می‌بندم توتا آخر جلسه نمی‌

نشینی!...

— ساعت امتحان خیلی سخت می‌گذرد...

— باید خیلی مواظب باشی که نمره کم

نگیری:

باتوهم بکنند؟

زهرای باادای این کلمات شروع به خندیدن کرد و این پایان خوش مکالمه‌ای بود که امکان داشت بایند و اندرزه‌های قرار دادی در باره دفاع از خود به مجلس وعظ و موعظه تبدیل شود.

وقتی یک بچه با انبوهی شکوه و گلاب‌هاز یک دوست، معلم و یا زندگی به خانه می‌آید، به جای پرس و جو درباره جزئیات مطلب بهترین کار پاسخ دادن به احساسات اوست.

علی ده‌ساله عصبانی و شکوه‌کنان به خانه آمد:

— چه زندگی مزخرفی! معلم به من گفت "دروغو!" چرا؟ چون گفتم "یادم رفته تکلیفم را ببرم!" بعدش هم سرم داد کشید و گفت که برای شما نامه می‌نویسد.

مادر: چه روز سختی را پشت سر گذاشته‌ای!

— حرفی را که زدی می‌توانی باز هم بزنی؟

— خیلی بد است که توی کلاس به آدم بگویند

دروغو!

— آره، ماما!...

— شرط می‌بندم توی دلت باوید هم گفتی؟

— آوه، آره. اما شما از کجا فهمیدید؟

— ساده است، همه ما همین کار را می‌

کنیم!

— چه خوب شد، عالم جا آمد.

از غم به‌خاص: وقتی بچه چیزی درباره

خودش می‌گوید، غالباً "پاسخ دادن، عمل

بجایی است، البته مفهوم پاسخ دادن موافقت

با مخالفت با اون نیست، بلکه همین قدر که به

بچه‌القاء شود، شما او را درک می‌کنید کافی

است.

وقتی بچه‌ای می‌گوید:

— من در حساب ضعیفم...

کمترین کمک ما به او این است که بگوییم:

می خوانم ، اما چیزی یاد نمی گیرم ؟

— تو باهوشی ، من می دانم .

— من هم می دانم که کودن هستم !

پدر (با فریاد) : تو کودن نیستی !

وقتی بچه‌ای عنوان می کند که کودن ، زشت و با بداست ، ما نمی توانیم با حرف زدن و تحکم بلافاصله عقیده‌اش را عوض کنیم . وقتی چنین اندیشه‌ای برکودک مستولی شد ، مقابله ، محو کردن و تغییر آن کار ساده‌ای نیست .

بعنوان مثال در مورد بالا بچه در پاسخ فریاد پدرش می گوید :

— می دانم که منظور بدی نداری اما من هم آنقدر کودن نیستم که قبول کنم آدم زرنگی هستم .

وقتی یک بچه تصویری منفی از خودش ارائه



می دهد ، تکذیب و اعتراض ما اثر چندان مفیدی نخواهد داشت . این کار فقط باعث می شود که او در عقیده خود راسخ و ثابت قدم تر شود . بهترین کمکی که می توان کرد این است که با او نشان بدهیم نه فقط احساسات عمومی که مفهوم آنرا نیز درک می کنیم .

پسر : من کودنم !

پدر (با تعجب) : جدا " اینطور فکر می کنی ؟

— ... به فکر ماهم باش !

— ... فکر کن برای ما چقدر سخت است که

از تو ناامید بشویم

— ما می دانیم که مسأله ها خیلی ساده نیستند

— ما اطمینان داریم که سعی خودت رامی کنی ...

یک پسر بچه دوازده ساله می گفت وقتی با کارنامه مردودی به خانه آمد مثل مرده‌ها بود . اما پدر با شیوه‌ای منطقی پذیرای او شد . عکس العمل پسر بچه این بود :

— پدر به من زندگی دوباره داد .

تقریباً " تمام پدر و مادرها از بچه‌های خود می شنوند که می گویند : " من بی استعدادم . " والدین که می دانند بچه‌شان به اندازه کافی استعداد دارد ، سعی در متقاعد کردن او و اثبات خلاف نظرش را دارند . آنها می کوشند به بچه ثابت کنند ، نه تنها بی استعداد نیست بلکه بسیار زرنگ هم هست .

پسر : من کودنم :

پدر : تو کودن نیستی !

— هستم !

— نیستی . یادت هست آنوقت که به اردو

رفته بودید چقدر باهوش بودی ؟ مسـئـوول آموزشی اردوگاه فکر می کرد تو یکی از بهترین و باهوش ترین بچه‌ها هستی ؟ ...

— از کجای دانی که او آنطور فکر می کرد ؟

— خودش به من گفت !

— راستی ! پس چرا مرتب به من می گفت

خنگ ؟

— شوخی می کرد !

— من می دانم که کودن هستم . به این نمره

نگاه کن !

— توفیق باید کمی بیشتر درس بخوانی .

— به اندازه کافی و حتی بیشتر از دیگران



بنظر خودت ، باهوش نیستی؟

— نه!

— واین مساله عذابت می دهد؟

— بله!

— تو مدرسه هم همیشه نگرانی؟

— نگران رد شدن نمره کم

آوردن وقتی معلم صدايت می کند

دست پاچه می شوی ... حتی موقعی که جواب

درست را هم بلدی باز نمی توانی به سؤال

جواب بدهی می ترسی جواب مسخره ای

بدهی ومورد انتقاد معلم قرار بگیری ... و

بچه ها به تو بخندند . بهمین خاطر ، بیشتر

وقتها ترجیح می دهی حرفی نزنی . حندس

می زنی آن موقع رابه یاد می آوری که چیسزی

گفتی و آنها به تو خندیدند و به نظر خودت آدم

کودنی آمدی . راستی ، آن روز عصبانی وآزرده

شدی ، نیست؟

(شاید بچه از آن تجربه اش برایتان حرف

بزند .)

پدر: ببین پسر جان! به نظر من تو آدم

خوبی هستی . اما خودت طور دیگری فکری -

کنی .

این طرز حرف زدن شاید عقیده بچه را ، در

باره خودش عوض نکند اما حداقل این است که

درمورد عقایدش نسبت به خودش دچار شک و

تردید می شود . شاید پیش خودش فکر کند

"اگر پدری که مراد رک می کند می گوید من آدم

خوبی هستم ، شاید درست بگوید!"

صمیمیتی که چنین مکالمه ای بوجود می آورد

شاید بچه رابه عوض کردن عقیده اش وادار کند .

وقتی یک بچه می گوید : " من آدم بدشاسی

هستم . " هیچ توجیه ودلیلی نمی تواند عقیده

اورا عوض کند . او در برابر گوشزد کردن هر

خوش شاسی دويدشاسی را جلو می کشد . تنها

کاری که می توانیم بکنیم این است که صمیمانه

به او نشان بدهیم احساساتش را درک می کنیم :

پسر: من آدم بدشاسی هستم!

مادر: جدا " اینطور فکر می کنی؟

— بله

— پس موقع بازی پیش خودت فکر می کنی

که " من برنده نمی شوم من شانس ندارم . "

— بله ، واقعا " اینطور فکر می کنم .

— توی مدرسه هم وقتی درسهایت را خوب

بلدی پیش خودت فکر می کنی " امروز که بلدم

معلم من راصدا نمی زند . "

— بله .

— اما اگر تکلیفهایت را انجام نداده باشی

* لطفا " ورق بزنی

● بقیه از صفحه قبل

باخودت می‌گویی " امروز مرا صدا می‌زند ."
— بله .

— فکر می‌کنم می‌توانی کلی مثال بیاوری !
— حتما " " مثلا " (بچه‌چند مثال می‌زند .)

— من به چیزهایی که درمورد شانس می‌گویی
علاقه مندم . هروقت چیزی اتفاق افتاد ، خوب
یابد ، بیا به من بگو تا باهم در آن باره حرف
بزنیم .

این مکالمه شاید عقیده‌بچه را در باره
بدشانسی عوض نکند ، اما در صورتی که بما و الفاء
شود مادری دارد که درکش می‌کند ، شاید ، این
را به حساب خوش شانس بگذارد .

آوای دمدمی مزاجی

بچه‌ها در موافقی که دلسوزی می‌کنیم ، از ما
منتظر می‌شوند . آنها درباره والدین ، معلم‌ها
و تمام کسانی که زیر سلطه‌شان هستند دو نوع
احساس دارند . پدر و مادرها بسختی می‌توانند
قبول کنند که دمدمی مزاج بودن جزء واقعیات
زندگی است . آنها از دمدمی مزاجی خوششان
نمی‌آید و نمی‌توانند تحمل کنند که
بچه‌هایشان اینگونه باشند . بنظر آنها داشتن
دو نوع احساس درباره مردم مخصوصا " اعضای
خانواده کار خطایی است .

ما باید یاد بگیریم که بپذیریم احساسات
دمدمی در ما و بچه‌هایمان وجود دارد . برای
اجتناب از تضادهای غیر ضرور ، بچه‌ها باید
بدانند که داشتن چنین احساسی طبیعی و
معمولی است . ما با به رخ کشیدن احساس
دمدمی مزاج بودن بچه‌ها بیشتر آنها را نگران
می‌کنیم .

— بنظر می‌آید دوجور احساس نسبت به

معلمت داری : هم دوستش داری و هم نداری .
— بنظر می‌آید دوجور احساس نسبت به
برادربزرگت داری : هم او را تحسین می‌کنی هم
از او متنفری .

— تو درباره یک موضوع دونظر داری : هم
دلت می‌خواهد با بچه‌ها به اردو بروی ، هم
دلت می‌خواهد توی خانه بمانی !

اگر با بچه درست صحبت کنیم آنوقت قبول
می‌کند که داشتن احساسات درهم مسأله
خاصی نیست . همانطور که یک بچه گفت :

— اگر احساسات درهم من درک شود ، آنوقت
آنقدرها هم درهم نیستند .

به عبارت دیگر ، حرف زدن بصورتی که در زیر
عنوان می‌شود ، چندان پسندیده نیست ؟
پسر جان ، تو قاطعی هستی ! یک دقیقه



خود آزاد نیستیم، اما حق این انتخاب را داریم که چطور وجه وقت آنها را بروز دهیم، مشروط بر این که آنها را بشناسیم و نکته در همین جاست. خیلی از مردم شناخت صحیحی از احساسات ندارند. وقتی متنفر می شوند، به آنها گفته می شود که این فقط "بیزاری" است. وقتی می ترسند، به آنها گفته می شود که موردی برای ترس وجود ندارد. وقتی احساس دردمی-کنند به آنها می گویند که شجاع باشند و لبخند بزنند. یک ترانهء عامیانه رابه یاد می آورم که می گوید: "وقتی خوشحال نیستی وانمود کن که شادی..."

بجای این تظاهر چه پیشنهادی می کنید؟ حقیقت. آموزش احساسات می تواند به بچه ها کمک کند تا بدانند چه احساسی دارند. برای یک بچه دانستن اینکه چه احساسی دارد مهمتر از این است که چرا آنرا احساس می کند.

قراردادن شخصیت در برابر آینه

چطور می شود به یک بچه کمک کرد تا احساساتش را بشناسد؟ ما می توانیم در مقابل احساسات اوننش یک آینه را برعهده بگیریم. یک بچه یاد می گیرد که با قرار گرفتن در برابر آینه سیمای خود را در آن ببیند و با واکنش های ما در برابر احساساتش یاد می گیرد که تصویر احساساتش را در ما ببیند.

آینه تصویر راهمانطور که هست بی کم و زیاد نشان می دهد، ما آینه ای نمی خواهیم که به ما بگوید "چه بیفاده و حشتناکی داری. از چشم هایت خون می بارد و صورتت پف کرده است. در مجموع سرووضع آشفته داری. بهتراست فکری به حال خودت بکنی."

اگر چنین آئینه جادویی و سخنگویی وجود

بقیه در صفحه ۹۵

دوستت را دوست داری، همان وقت هم از او منزجری. تصمیم خودت را بگیر، یکی را انتخاب کن.

واقعیت فریبنده طبع بشری می گوید، آنجا که عشق یافت می شود، تنفر نیز وجود دارد. جایی که تحسین وجود دارد، رشک نیز یافت می شود، جایی که از خود گذشتگی را بتوان دید، عداوت هم خود نمایی می کند، آنجا که موفقیت هست، بیم از آینده نیز وجود دارد. تو باید بیش از حد منطقی باشی تا قبول کنی تمام احساسات مشروع و برحق هستند، مثبت منفی و همچنین دمدمی مزاج بودن.

از ته دل قبول کردن یک چنین مفاهیمی کار ساده ای نیست. تربیت دوران طفولیت و تحصیلات و آموزش بزرگسالی، تصویر متضادی به ما ارائه می دهند. به ما یاد داده اند که احساسات منفی "بد" هستند و نباید احساس بنوند و یا اینکه ما باید بخاطر وجود آنها شرمند باشیم.

روشهای علمی جدید می گویند که فقط اعمال واقعی می توانند مورد تضاد "بد" یا "خوب" قرار بگیرند و اعمال تصوری از این قاعده برکنارند. فقط رفتارها می توانند محکوم شوند یا مورد ستایش قرار گیرند. احساسات نمی توانند و نباید در این چارچوب قرار داده شوند.

احساسات پاره ای از میراث ژنتیکی ما است. ما می توانیم آنها را شناسیم، پرندکان پرواز می کنند و انسانها احساس می نمایند. بعضی اوقات خوشحالیم، و برخی مواقع نه، اما مطمئناً "اوداتی در زندگی پیش می آید که احساس خشم، ترس، غم، خوشی، آز، گناه، خوشحالی و دلخوری داریم. ما اگر چه در انتخاب احساسات درونی

نسبت به آنچه در قیامت نصیب انسان می شود اندک و ناچیز است. (نساء ۴) $\frac{4}{77}$ قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَى

اصالت آخرت

(ارزش) کالای دنیا اندک است، و آخرت برای کسی که تقوا دارد، بهتر است، در این مورد می فرماید: (انفال ۸) $\frac{8}{67}$ تَرِبْدُونَ عَرَصَ الدُّنْيَا وَاللَّهُ يُبْدِ الْآخِرَةَ

شما متاع دنیارا می خواهید، و خداوند (برای شما) آخرت را می خواهد.

خواسته های انسان بسیار است و هیچ کدام از خواسته های او پایان پذیر نیستند و دنیا ظرفیت آنرا ندارد که همه نیازهای انسان را مرتفع کند و به یک تعبیر شاید بتوان گفت که انسان برای این دنیا خلق نشده است. مشکل بزرگان دنیا این بوده است که مردم بسادگی قیامت را باور نمی کرده اند. میان دنیا و آخرت تضاد نیست، امامیان فزون خواهی انسان درد دنیا و بهره مند بیهی او در آخرت تضاد هست. انسان برای اینکه در قیامت سعادت مند باشد، بایستی درد دنیا از بعضی لذت ها و تمتعات صرف نظر کند. در نمودار زیر توجه و علاقه انسان نسبت به دنیا و نتردید و دیرباوری او نسبت به آخرت و خصوصیات هر کدام از دنیا و آخرت ارائه شده است.

نظامهای تربیتی متداول دنیا عموماً "ناظر به رفاه و خوش زیستی انسان درد دنیا هستند. هدف دانشگاه های بزرگ دنیا تامین امکانات برای رفع نیازهای مادی مردمان کشورشان است. تحقیقات و خدمات پزشکی، مهندسی، نظامی و هنری عموماً "بعدمادی دارند و مربوط به زندگی انسان درد دنیا می شوند، پیشرفت در این علوم از نظر اسلام معقول غنه نبوده و واجب کفائی است. در اسلام زندگی درد دنیا هدف اصلی نیست، بلکه می فرماید:

(اعلی ۸۷) $\frac{87}{16}$ بَلْ تَوَسَّوْنَ الْحَيٰوةَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَنْتُمْ لَا

بلکه اختیار می کنید زندگی دنیا را، در حالیکه آخرت بهتر و پاینده تر است. در اسلام زندگی دنیا در مقام مقایسه با آخرت بازبچه ای بیش نیست. در سوره البقره ضمن آیات اول سوره فرموده است این کتاب که هادی اهل تقوی است، آنگاه یکی از مشخصه های متقین را یقین به قیامت برمی شمارد.

آنچه از نعمتها و زیباییها در دنیا هستند

شهرت — احترام — ریاست — سلطه

جاذبه — دردسترس — لذت — رفاه — نملک — دنیا — طالب — طبعاً

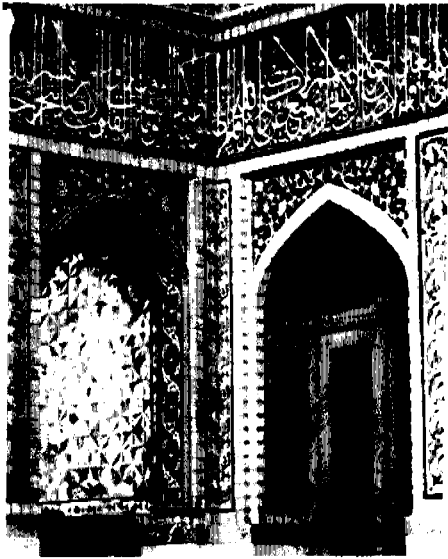
دارای قدرت تمیز — اختیار — فرصت — انسان

به لحاظ طبیعت خاکی

مستلزم

اطاعت — عبادت — دوزان تجربه

رعایت حدود و قیود — چشم پوشی از لذات — وعده — که — به آخرت — مردداست



در نظام تربیتی اسلام تاکید زیاد روی برهیز از دنیا دوستی، تعدی، دروغ، خود-خواهی و نظائر اینها است. انسان تکلیف به انجام عبادات، و رعایت دستورات و تکالیف دفاع از دین، اعانت به نیکی، و نظائر اینها است. پذیرش این دستورات چندان به مزاج انسان خوش نمی آید.

امیدهایی که به انسان داده شده است که در قیامت بهره‌مندهای فراوانی خواهد بود و زندگی جدید و پایان ناپذیری هست. اعتقاد به قیامت که از تجربه دوراست و بخاطر آن بایستی از پاره‌ای لذات چشم پوشی کرد کار سختی است، و تفاوت عمده نظامات تربیتی موجود در دنیا بانظام تربیتی اسلام در همین است.

گیرد، در اینصورت است که به فهم صحیح می رسد.

(آل عمران ۳) قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الْآيَاتِ
 ۱۱۸ إِنَّ كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ

بتحقیق آشکار کردیم برای شما آیات را اگر عقل خود را بکار گیرید.

گرایشانی در انسانها بوده و هست که بعد عقلانی نداشته، خداوند اینگونه مشغولیتها را مذمت فرموده (انبیاء ۲۱) أَفَلَا لَكُمْ
 وَلِيًّا تُعْبَدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ.

لعنت باد بر شما و بر آنچه غیر از خداوند می پرستید. آیا عقل خود را بکار نمی گیرید؟

بانوجه به اینکه اعتلای حقیقی مقام انسانی در گرو حس بکارگیری عقل است، نتیجه می-گیریم که دستگاههای تربیتی یعنی مدارس و دانشکده ها بایستی موجباتی فراهم کنند که دانش آموزان و دانشجویان بطور شایسته‌ای عقل خودشان را بکار گیرند.

_____ لطفاً ورق بزنید

مهمترین عامل محرکه‌ای که بر فعالیتهای انسان اثر می گذارد اعتقادات اوست. اعتقاد و ایمان نایدانجا موثر است که عقل و تدبیر و عواطف انسان را فرامی گیرد و برجستگی ترین اعمال حیاتی نظیر خوردن، آشامیدن و نگاه کردن و گوش دادن و راه رفتن اثر می نهد، در نظام تربیتی اسلام نقطه آغازین تربیت ایجاد و یا اصلاح اعتقاد است.

عقل و فکر

عقل و فکر بالاترین اعتبار را در وجود انسان دارا است. بکارگیری عقل می تواند حق را از باطل و خطا را از صواب تشخیص بدهد. از جمله شرایط تکلیف عقل سالم داشتن است، می توان گفت به انسان چون عقل اعطاء شده است مکلف گردیده. از انسان خواسته شده است که عقل خود را نیکو بکار



است .

(زمر ۳۹) قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ
يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

بگو آیا برابرند کسانی که می دانند ، بسا
کسانی که نمی دانند .

طبق تصریح قرآن کریم دسته‌ای از مردم
مکلف اند که برای اخذ علم مسافرت کنند .
(توبه ۹) فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ
طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ
إِذَا رَجَعُوا

پس چرا نرفتند از هر گروهی از ایشان جمعی
تا دانش آموزند در دین و پس از بازگشت
قومشان را انداز کنند . مساله تربیت براساس
معمول و متداول شامل هدف ، برنامه ، روش
ارزشیابی و کاربرد است ، این عناصر در مدارس
و در دانشکده ها مطرح می شوند و برای آماده
کردن کودکان و نوجوانان جهت ورود به زندگی
بزرگسالی و ایفای نقش عضویت اجتماعی
سازمان و تشکیلاتی دارند .

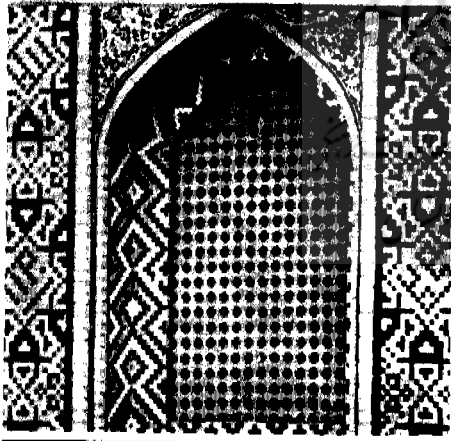
تحصیل علم

دینداری صحیح مستلزم تحصیل علم است
شخص برای اینکه اعتقاد صحیحی بدست آورد
و از قوه عقل بطریق سود بخشی بهره گیرد
بایستی علم و معرفت را از منابع موقوت آن اخذ
کند . پیشوایان ما مردم را به سه طبقه تقسیم
کرده‌اند ، الف : عالم ربانی ب : دانش‌آموز بر راه
نجات . دسته سوم مردمی که مثل پشه‌ها
پراکنده‌اند .

با اینکه تعقل راه دست یابی به حقائق
است ، مع الوصف عقل راهنما می‌خواهد و عقل
دوتا است یکی عقل طبیعی که همانکس سوای
مجانین دارا هستند ، دوم عقل اکتسابی
اولی مثل چشم است و دومی مانند نور ، در نور
است که چشم کار می کند . علم را از اهلش
باید آموخت و اهل کسی است که خود از آایشها
مصون باشد . از علما در کلام مجید توصیف شده

تعالی اسماء را به آدم آموخت و در اولین سوره نازله بر پیامبر آمده است که بنام پروردگارت بخوان و حق تعالی فرموده است اما نام به امر ماهدایت می کنند. از جمله خصوصیات الهی تربیت اسلامی، کامل بودن، مناسبت با فطرت آدمی جاودانگی، منتهی شدن به سعادت ابدی است.

ب - جنبه هدایتی : در این مورد نوشته اند خداوند اولین هادی بشر است هدایت شامل هدایت تکوینی و تشریحی است. ممول هدایت تکوینی همه چیز را فرا می گیرد. هدایت تشریحی به توسط انبیاء انجام شده است، عامل درونی هدایت انسان عقل اوست، پذیرش یا عدم قبول دین از طریق تشریحی به عهده خود انسانست و اگر اهی در قبولان دین نیست. هدایت در ابعاد عقلانی، اجتماعی، عاطفی و بدنی انجام می پذیرد.



۱ - تفسیر المیزان جلد ۳۴ صفحه ۴۹

۲ - آقای دکتر علی شریعتمداری

هرگاه تعلیم و تربیت را منحصر به فعالیت مدارس و سازمان و برنامه و معلم و شاگرد و تدارکات مربوط به آنها بدانیم، اینگونه فعالیتها از دیر باز و از صدر اسلام در مساجد و مدارس معمول بوده است. مجالس درس حضرت امام صادق در قرن دوم هجری شاهد آنست.

اگر به تربیت بعد گسترده ای بدهیم و مشتمل بر تربیت فنی، تربیت شهروند، تربیت سیاسی، تربیت اربابان حرف و مشاغل تربیت کادر اداری و نظامی و تربیت زمامدار بدانیم در اینصورت چیزی از شؤون انسان باقی نمی ماند، که خارج از حوزه تربیت باشد. نظام تربیتی اسلام رامی توان جامع همه این ابعاد دانست، زیرا در احکام و فقه و تعلیم اسلامی هیچ امری از خرد و کلان نیست که مطرح نشده باشد. قرآن کریم تبیینی جامع از تمام امور تربیتی به هر وسعتی که در نظر گیریم داراست. افضل همه تربیت شدگان مکتب قرآنی ذات اقدس رسول خداست که جامع تمام فضائل و کمالات و مایه فخر بشر است. قرآن کریم هیچ امری از امور دنیا و آخرت انسان را فروگذار ننموده است، اختصاصاً " هر چیزی را که وسیله سعادت مندی انسان است بیان داشته.

نحل (۱۶) - وَزَلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ بُرْهَانًا لِكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَى لِلْمُسْلِمِينَ و فرموده فرستادیم بر تو این کتاب را که بیانی کامل برای همه چیز، و هدایت و رحمت و بشارت برای مسلمانان است.

در کتاب تعلیم و تربیت اسلامی (۲) نالیف آقای دکتر شریعتمداری ویژگیهای نظام بشرح زیر بر شمرده شده است الف - جنبه الهی : در شرح آن آورده اند پیامبر فرمود پروردگارم مرا ادب کرد و نیکو گردانید تربیت مرا و خداوند

برای کودک برنامه تهیه کنید و از او بخواهید تا حدود امکان به این برنامه توجه کند. در این برنامه معلوم باشد ساعت خور و خواب و نظافت و زندگی و مطالعه و کار و استراحت او چگونه است و هم معلوم باشد وقت بازی و گردش او چه زمانی است.

تنظیم برنامه باید به گونه‌ای باشد که طفل در سایه عمل به آنها به نتایج لذتبخشی برسد که این خود عامل مناسبی برای ایجاد عادت است. و هم این برنامه نباید به گونه‌ای باشد که طفل از آن احساس خستگی کند و به ستوه آید. برای این اساس مقررات باید منطقی، مستدل، انعطاف - پذیر و بدور از تضاد و تعارض با دیگر برنامه‌ها باشد.

برنامه برای او معین کنید و لسی مته بر خشخاش نگذارید. ساعت معینی بخواهد و لسی نه بگونه‌ای که اگر دقیقه‌ای تاء خیر شد همه چیز را درویرانی و فساد ببینیم. او کار کند و با تفریح کار روزانه خود را گزارش دهد. این کار از سنین قبل از ۷ امکان پذیر است.

۴ - جنبه الگوئی

والدین و مربیان خود باید عامل و مجری نظم باشند، آنچه را که می گویند مورد توجه و عمل قرار دهند، تا کودکان از آنها تقلید کنند. اگر والدین خود عامل به نظم نباشند حتی تنبیهاات هم بخودی خود نفعی را دربر نخواهد داشت.

کودکان بخشی از مکتسبات و آموخته‌های خود را از طریق دیدن نمونه‌ها و الگوها فرا می گیرند. استمرار در رفتاری معین زمینه ساز این حالات و شرایط است. گاهی خود در حضور کودک سرگرم سروسامان دادن امور شوید، اشیاء را در جای خود قرار دهید، شستشو و نظافت رختخواب خود را روی ضابطه انجام دهید و بگه کودک عملاً " سازمان دهی بیاموزد.

۵ - تنظیم برنامه



کار ساز است.

۸- زمینه سازی برای عادت

عادات در اثر تکرار و تمرین بدست می آیند. اگر بتوانیم رعایت نظم را برای کودک بخشی از زندگی اش سازیم در آن صورت خواهیم دید که او تدریجا "بدان عادت خواهد کرد. و وقتی کودک به چیزی عادت کند در آن صورت کار دشواری در پیش نخواهد داشت.

مثلا" باید به کودک عادت داد که هر روز پس از بازگشت از بازی، مدرسه و... دست و صورت خود را بشوید، روزهای جمعه ناخن خود را بگیرد. هفته ای دو بار استحمام کند، قبل از بازی لباس اصلی و بیرون خود را درآورد.

در طریق ایجاد عادت مراقبت دائم لازم است، سازندگی اندیشه او اصلی است که باید رعایت شود، در مورد خطا و اشتباه باید تذکرات لازم را به او داد، جلوی اهمال کاری او را باید گرفت، با تذکری اصلاحی باید او را به راه آورد. در ایجاد عادت تعریف و تمجید خواهیم داشت از سلامتی، رشد، تقویت، وقت شناسی سرعت در اتخاذ تصمیم و وظیفه شناسی. البته باید موجبات آن را در کودک فراهم کرد و اسباب و ابزار لازم را در اختیارش گذارد.

استفاده از عوامل کمکی

در طریق ایجاد نظم و ضابطه برای زندگی کودک می توان از عوامل کمکی بسیاری استفاده کرد. از جمله این عوامل بازی است. ما از طریق بازی می توانیم صفات پسندیده لطفا" ورق بزنید

۶- نشان دادن آثار

برای تعقیب و تداوم راه ضروری است در مواردی کودک فواید و آثار عمل به نظم را دریابد و متوجه گردد که رعایت آن برای او خوب است و زمینه ساز صرفه جوئی ها در وقت و عمر و تلاش است و حتی آواز استراحت بیشتری بر خوردار می شود.

گاهی در اثر رعایت نظم به او نشان دهید که او در تاریکی هم می تواند برود و قلم و دفتر خود را بیاورد بدون اینکه احتیاج به چراغی داشته باشد. وجود چنین شرایط و امکاناتی می تواند اثری عمیق در زندگی کودک برجای بگذارد و او را جدا "مخلافه مند به رعایت نظم کند. البته گاهی هم می توان زیانهای بی-نظمی را بر شمرد و عملا" به او نشان داد که چه خسارتی بر اثر آن پدید می آید.

۷- سپردن مسئولیت

در مواردی برای تمرین عملی نظم مسئولیتی را به کودک بسپارید و از او بخواهید که آن را به انجام رساند. مسئولیت نظم وسایل و اشیاء اطاق را به او واگذار کنید. تنظیم سفره و وسایل روی آن را به او بدهید و این کار از حدود سنین ۶ امکان پذیر است.

از حدود سنین ۶ می توان از کودک خواست که اشیاء و اثاثیه خود را منظم کند، وسایل و ابزار خود را تمیز نماید، در سنین ۷ می توان از او درخواست کرد که میز خود را تمیز کند، روی هر کشو اتیکت بچسباند و زندگی شخصی را سر و سامان دهد و البته تشویق و تحسین در این رابطه

★ بقیه از صفحه قبل

بخواهد. کودک باید بداند که عدم رعایت نظم ناخوشایندی چه کسی را بدنبال می آورد. این خواستاری باید همراه با تشویق و تنبیه باشد بدین معنی: بهنگامی که او آن را رعایت کند مورد تشویق و تقدیر قرار گیرد و در آنگاه که خود داری کرد دچار محرومیت و حتی تنبیه گردد. ولی تنبیه لازم نیست به صورت کتک زدن و آزار دادن باشد، در مواردی می تواند بصورت اخطار، تهدید، تحکم، توبیخ و باشد.

برهیزرها

در ایجاد زمینه وعادت برای نظم از شرایط و اقداماتی باید برهیز کرد که اهم آنها بدین قرار است: تنبیهات بویژه تنبیهات بدنی بی نظمی کودک را اصلاح نمی کند و اگر هم اصلاح کند پایدار نمی ماند.

امروپهی های شدید هم در این زمینه کار ساز نیستند. اصل بر این است که نظم در اندرون وجود افراد رخنه و نفوذ کند و او آن را با جان و دل پذیرا گردد. شیوه های آمرانه امروز مردود شمرده شده اند.

تشویق و تحسین ها از نقاط مثبت و سازنده بر مراتب سازنده تر از سرزنش هاست و می تواند فرد را از شرایط نامطلوب رهائی بخشد. در نظم نباید زیاد سختگیر باشیم که در آن صورت خطر عصیان و انفجار خواهد بود.

وضع بهمین گونه است در رابطه با خشونت ها که اثرات منفی به بار می آورند. سعی ها باید متوجه آن باشد که در او رغبتی برای ایجاد نظم و رعایت آن بدید آید و نااو نخواهد کارها سروسامان پیدا نخواهد کرد.

★ دکتر علی قائمی

و فضایل اخلاقی بسیاری را در کودک پدید آوریم. به او درس شجاعت، کمک به دیگران همکاری و معاضدت و نظم و ترتیب بدهیم. آموزش مناسبات دوستانه و تنظیم روابط معاشرت هم در سایه آن میسر است.

برخی از بازیهاست که انجام آن مبتنی بر رعایت قوانین و مقررات است. مثل بازیهای نظامی و اعمالی مثل نظام جمع، دوامدادی قایم باشک، بازی سکوت، بازی جهش و حرکت بر اساس ضوابط و شماره ها و

از دیگر عوامل کمکی در این راه پندگوئی خیرخواهی و اعلام محبت است. باید به آنها تفهیم کنیم که دوست شان داریم ولی اگر رعایت نظم و ترتیب را بکنند بیشتر دوست شان خواهیم داشت. رفیق و نرمی، نادیده گرفتن عفو و گذشت در این زمینه از دیگر عوامل است. هم چنین تشویق ها و تحسین ها، دادن امتیازات برای نظم و ترتیب و

خواستاری اجرا

شیوه های نظم دهی و کیفیت آن را بیان کردیم. آنچه مهم است خواستاری اجراست. در این زمینه نظم و حوصله مطرح است و والدین و مربیان باید هماهنگی های لازم را در این زمینه داشته باشند. اصولاً "وضع نظم به گونه ای است که آن را با سیستم پراکنده وجدای از هم نمی توان ایجاد کرد. باید خانه و مدرسه در این رابطه هماهنگ باشند.

خواستاری نظم در خانواده باید واحد باشد آنچنان که یکی دستور دهد و همه آن را رعایت کنند. آنچنان نباشد که هرکس نظمی را از فردی

چراغ زندگی

مرتضی امامی (پرستو)

ای وجودت اصل هر سازندگی
 ای میان اجتماع شناخته
 سوی تو بیوسته‌ام باشد نیاز
 بهتر از دنیای من فردای من
 از تو دیدم مهربانیها بسی
 ای نبودن را تو باشی اصل بود
 بعد حق پیش تو شاید بندگی
 چشمه امیدمهر و رحمتی
 دور باشی از بلا و از گزند
 آفرین بر تو هزاران آفرین
 سوختی تاروح من پرداختی
 تا فروزانم کنی خودسوختی
 رهنمای خوب فرداهای من
 با تو آری دولت پاینده‌ام
 بس حدایی از تو کاری مشکلت
 نقطه آغاز و پایان منی
 بدر عشقت بردل و جان ریخته
 دوری تو در خیال من میاد

ای معلم ای چراغ زندگی
 ای سراپا عاشق و جانباخته
 ای امید و آرزوهای دراز
 با تو زیبا می شود دنیای من
 مهربانتر از تو کی باشد کسی
 ای وجودت معنی اصل وجود
 بانوسر مست از حیات و زندگی
 ای که تو شایسته هر خدمتی
 تاحیهان باقی است نامت سربلند
 درنگاهت رمز هستی آفرین
 با همه سختی بیایم ساختی
 شمع دانش بر دلم افروختی
 محرم پنهان و بیداهای من
 از تو روشن می شود آینده‌ام
 حلقه مهر تو برگوش دلست
 باش جاویدان که در جان منی
 با "پرستو" مهر تو آمیخته
 نامحبتهای تو دارم بیاد



پوسیدگی‌های دندانی و نحوه مقابله با آنها



مرکزی دندان، مغز دندان که حاوی اعصاب و عروق دندان است واقع شده است. ساختمان ریشه دندان نیز همانند تاج دندان است با این تفاوت که در قسمت خارجی آن بجای مینا سیمان وجود دارد.

دراولین بحث پس از اشاره مختصری به ساختمان دندان، در مورد پوسیدگی دندانی و علل آن صحبت می‌شود. سپس در مورد یکی از راههای مقابله با آن که پرکردن و ترمیم دندانهای پوسیده است اطلاعاتی در اختیار خوانندگان گذارده می‌شود.

پوسیدگی دندان

پوسیدگی دندان بیماری است که قسمتهای سخت دندان را مبتلا می‌سازد. شایع‌ترین و قدیمی‌ترین بیماری مزمنی است که انسان به آن دچار می‌شود. از مشخصات آن از دست

ساختمان دندان

تاج دندان در خارج بوسیله مینا که سخت‌ترین بافت بدن انسان است پوشیده شده است. در زیر مینا عاج دندان قرار دارد و در قسمت

رفتن قسمتهای معدنی دندان و سپس تخریب قسمتهای غیر معدنی دندان است. پوسیدگی دندان از تدریج بلعظ در بین مردم بعنوان کرم - خوردگی معروف شده است. بایستی گفته شود که دردندان پوسیده هیچ گونه گرمی وجود ندارد.

علل ایجاد پوسیدگی و راههای تشخیص آن

پوسیدگی دندان با علل مختلف ایجاد می شود و تنها یک علت بخصوص را نمی توان برای آن ذکر نمود. اما آنچه را که بعنوان مهمترین عامل ایجاد پوسیدگی می توان نام برد، عدم رعایت بهداشت دهان و دندان و باقی ماندن بقایای غذایی بخصوص موافقندی به مدت طولانی در دهان و در روی دندانهاست. باقی ماندن بقایای غذایی بمدت طولانی در روی دندانها محیط مناسبی را برای فعالیت میکروبیهای طبیعی دهان ایجاد می نماید که در نتیجه فعالیت میکروبیهای فوق الذکر از مهمترین علل ایجاد پوسیدگی است.

در صورت عدم رعایت بهداشت دهان پوسیدگی دندان با فاصله کوتاهی پس از رویش دندانها شروع می شود. پوسیدگی خیلی جلوتر از آنکه برای شخص ایجاد حساسیت و ناراحتی و درد بنماید و یا اینکه بتواند در آئینه آنرا ببیند، ایجاد شده است. تنها با معاینه دقیق دندانها توسط دندانپزشک و استفاده از رادیو - گرافی (عکس) دندان می توان بوجود این نوع پوسیدگیها در مراحل اولیه پی برد.

پوسیدگیها در سطوح برجسته و صاف دندانها بوجود می آیند. پوسیدگی شیارهای دندانها اکثرا سیاه یا قهوه ای رنگ است. گاهی بلعظ

استحکام بیشتر مینای دندان، پس از ایجاد منفذی در مینای دندان و رسیدن آن به عاج عاج دندان از زیر پوسیده می شود و برنگ سفید گچی درمی آید. در اکثر حالات وقتی که پوسیدگی بحد فاصل مینا و عاج دندان می رسد، بدون تخریب بیشتر مینا در عاج دندان توسعه می یابد. پس از ایجاد حفره های بزرگ در عاج، مینای روی آن فرو می ریزد و آنگاه شخص متوجه وجود ناراحتی دندان می شود و بدون اطلاع از نحوه ایجاد آن می گوید که دندانم شکسته است و قبل از آن سالم بوده و هیچ گونه ناراحتی نداشته است. در گذشته همین حالت از پوسیدگی سبب شده بود که تصور شود که پوسیدگی از داخل دندان نیز می تواند ایجاد شود و دندان را از بین ببرد. لازم است گفته شود که همیشه پوسیدگی از خارج دندان شروع می شود و حتما منفذ کوچکی در روی دندان و در شروع پوسیدگی وجود داشته و با ایجاد شده است. ولی در اکثر حالات پوسیدگی وسیعاً به سطح خارجی دندان باز است و در این حالت پیشرفت آن نیز کندتر است.

دندانها از سطوح صافی که با هم در تماسند بیشتر از سایر سطوح صاف پوسیده می شوند. باقی ماندن بقایای غذایی و میکربها در این سطوح (بین دندانها) که براحتی قابل تمیز کردن نیستند سبب ایجاد پوسیدگی می شود. در سطح داخلی و خارجی طوق دندانها (گردن دندانها) نیز پوسیدگی زیاد دیده می شود. پوسیدگی در بعضی موارد خیلی سریع پیشرفت می نماید. در این حالت رنگ پوسیدگی زرد روشن بوده و با درد و ناراحتی همراه است و سریعاً بعصب دندان می رسد. این نوع پوسیدگی در سطح دندان بصورت منطقه کوچکی دیده می -

دندان است. اگر پوسیدگی دندان بعضب رسیده باشد، درد دندان پس از مدتی از بین می رود و عصب دندان عفونی می شود و شاید مدتها بدون درد بماند. گاهی اوقات این دندانها آهسته می نمایند و مجددا درد شدیدی ایجاد می کنند و در مواردی نیز غیر قابل درمان می شوند. بنابراین از بین رفتن درد دندان بدون هیچ گونه معالجه نشانه بهبودی ناراحتی دندان نیست و دندان مبتلا بایستی معالجه شود.

نحوه مقابله با پوسیدگیهای دندانی

بدون طریق عمده می توان با پوسیدگیهای دندانی مقابله نمود: ۱- پیشگیری ۲- درمان ۱- پیشگیری: تا زمانی که پوسیدگی ایجاد نشده است و بخصوص در مواردی که شرایط برای ایجاد آن مناسب است، با رعایت کامل بهداشت دهان و دندان و بکارگیری راههای مختلف پیشگیری که از عهده این بحث خارج است می توان از بروز آنها جلوگیری نمود.

شود. نوع دیگری از پوسیدگی وجود دارد که بکنندگی پیشرفت می نماید. سطح آن وسیع و عمق آن کمتر است. رنگ آن قهوه ای تیره است. کمتر دردناک بوده و کمتر بعضب دندان می رسد. گاهی اوقات پوسیدگی در اطراف پُر کردگی های قدیمی نیز ایجاد می شود. علت آن اکثرا بعلت نفوذ میکروبها و بقایای غذائی بداخل شیارهای بین پرکردگی و دندان است. بعضی از انواع پوسیدگی نیز در مراحل اولیه و در شرایط بخصوص پیشرفتشان متوقف می شود و سالها بهمان حال باقی می مانند.

اولین علامتی که پوسیدگی برای بیمار ایجاد می نماید معمولا حساسیت به سرما و گرمای شیرینی است. اگر تا این مرحله پوسیدگی درمان نشده است، بایستی دندانها حتما "بوسیله دندانپزشک معاینه شوند. پیشرفت بیشتر پوسیدگی علاوه بر تخریب بیشتر دندان بعضب دندان می رسد و ایجاد درد شدید دندان می نماید. در این حالت است که درمان دندان شامل درآوردن عصب دندان و برکردن ریشه و نساج



قرار گیرند. دندانهای شیری در سنین کودکی عهده دار جویدن غذا هستند که طفل احتیاج زیادی به مواد غذایی و ویتامین هاو غیره دارد. زیرا طفل در حال رشد سریع است. بنابراین اگر دندانهای شیری پوسیده شوند و جویدن غذای طفل مختل شود، از نظر رشد عمومی دچار مشکلاتی می گردد. از طرف دیگر دندانهای شیری نگهدارنده جای دندانهای دائمی زیرین خود نیز می باشند. برای جلوگیری از رویش نامرتب دندانهای دائمی بایستی دندانهای شیری را تا زمانی که خودشان نیفتند نگهداری نمود. علاوه بر این زود از دست رفتن دندانهای شیری طفل بخصوص دندانهای جلوی دهان سبب می شود که طفل از نظر روحی دچار مشکلاتی شود. بنابراین توصیه می شود که دندانها چه شیری و چه دائمی تا سرحد امکان حفظ شده، بيمورد کشیده نشوند.

درمان پوسیدگی دندان

همانطور که قبلا گفته شد تا زمانی که پوسیدگی دندان ایجاد ناراحتی شدید و غیر قابل تحمل نموده است، معمولا بعصب دندان نرسیده و راحتتر و معمولاً "در یک جلسه قابل درمان است. درد شدید دندان و ناراحتی غیر قابل تحمل معمولا علامت پوسیدگی دندان است که بعصب دندان رسیده و در این حالت خارج کردن عصب دندان و پر کردن ریشه دندان اجتناب ناپذیر است و معمولاً درمان چند جلسه بطول می انجامد. در اینجا بیشتر راجع به درمان پوسیدگیهایی که بعصب دندان نرسیده اند، صحبت می شود.

بـ لطفاً ورق بزنید

۲- درمان: زمانیکه پوسیدگی ایجاد شد، پرکردن دندان و معالجه دندان پوسیده اجتناب ناپذیر می شود. برخلاف اکثر قسمتهای نرم بدن که پس از زخم شدن یا بریده شدن دوباره ترمیم می شوند و خود بخود جایشان پر می شود، قسمتهای سخت دندان پس از پوسیده شدن دیگر ترمیم نخواهد شد. بنابراین قسمتهای پوسیده دندانها بایستی کاملاً تمیز شده و با رعایت کلیه شرایط با مواد دیگری جانشین گردند. درمان پوسیدگی و پرکردن دندان ضمن اعاده سلامتی دندان پوسیده، از پیشرفت پوسیدگی و تخریب بیشتر دندان نیز جلوگیری می نماید. قسمتی از علم دندانپزشکی که به درمان پوسیدگیهای دندان و ترمیم قسمتهای از دست رفته دندانها اختصاص یافته است و در اصطلاح پر کردن دندان گفته می شود، دندان پزشکی ترمیمی نام دارد.

اهمیت درمان پوسیدگیهای دندان

اصولاً تا زمانیکه بتوان دندان را ترمیم کرد، نپایستی کشیده شود. ولی متأسفانه به دلیل عدم توجه و علاقه به درمان دهان و دندان، موارد زیادی از دندانهای قابل معالجه کشیده می شوند. مشکلات ناشی از کشیدن دندانها زیادند. از مهمترین آنها اختلال در جویدن غذا، مشکلات جایگزینی دندان کشیده شده و هزینه های زیاد آن، اختلالات در فواصل گيجگاهی فکی و اختلالات در زیبایی در مورد کشیدن دندانهای جلو است.

پوسیدگی های دندانهای شیری نیز با اندازه دندانهای دائمی مهم بوده و بایستی مورد توجه

شده است ، پرمصرف ترین ماده پرکننده دندان است . آمالگام عمدتاً " ازنقره تشکیل شده است وبعلت رنگ نقره‌ای آن فقط درمواردی که ازنظر زیباییاتی ایجاد اشکال نمی نماید ، ودر نواحی که کمتر در معرض دید مستقیم است بکار می‌رود . این ماده می تواند فشارهای بیشتری را تحمل نماید ودوام بیشتری دارد . بنابراین دندانهای خلفی دهان با این ماده پر می شوند . توصیه می شود تا آنجا که از نظر زیبایی مسئله بزرگی مطرح نباشد ، دندانها را با این ماده پر نمایند .

۳ - طلا : باطلا می توان بهترین و بیادوام ترین پرکردگیها را تهیه نمود . ولی بعلت احتیاج به زمان طولانی تر ودقت بیشتر و فراوانی پوسیدگیها استفاده از آن در اکثر موارد مقذور نبوده ومستلزم هزینه بیشتری نسبت به سایر مواد نیز می باشد وبهمن علت مصرف آن محدود تر ازدو گروه قلبی است .

مراحل مختلف پرکردن یک دندان

پس از اینکه وجود پوسیدگی مشخص شد وبا اینکه پرکردنی احتیاج به تعویض پیدا کرد اولین مرحله پرکردن دندان بیحس کردن دندان است . هرچند که پوسیدگی دندان بعصب نرسیده است ولی عاج دندان حساس است و چرخ کردن آن معمولا ایجاد درد و ناراحتی می نماید . بهمین جهت توصیه می شود که جهت انجام یک پرکردنی مناسب دندان بیحس شود . چرخ کردن دندان بمنزله بریدن انساج زنده دندان که مشابه انساج سایر نقاط بدن است می باشد . بیحس کردن دندان ، چرخ کردن و پرکردن آن بایستی بوسیله اشخاص کار

منظور از ترمیم و پرکردن دندان برگرداندن دندان بحالت اولیه وقبل از پوسیده شدن آن است . دندان پوسیده بایستی از نظر عملی و شکل و اندازه و درمورد دندانهای قدامی دهان از نظر رنگ شبیه حالت قبل از پوسیده شدن گردد . پرکردگی های دندانهای محاور بایستی طوری باهم تماس داشته باشند که غذا از بین آنها عبور ننماید و در بین دندانها انباشته نشود . دندانهای محاور بایستی بهیچوجه باهم وبطور یک تکه بر شده بهم وصل گردند ، بلکه هر دندانی بایستی بطور جداگانه بر شود . پرکردگی دندان باید هم سطح با سطوح بقیه دندانها تهیه شود ، نه بلند تر باشد که مانع رسیدن بقیه دندانها بهم دیگر شود و نه کوتاه باشد که در حویدن غذا بکار نیاید .

انواع مختلفی از مواد پرکننده جهت پر کردن دندانها مصرف می شوند . موقعیت مکانی دندان پوسیده در دهان و میزان فشارهایی که بآن دندان وارد می شود از مهمترین عوامل تعیین کننده نوع ماده پرکننده هستند . بطور کلی سه دسته از مواد جهت پرکردن دندانها بکار می روند :

- ۱ - مواد هم رنگ دندان ۲ - آمالگام ۳ - طلا
- ۱ - مواد هم رنگ دندان : این مواد معمولا استحکام ودوام دونوع دیگر را ندارند . این دسته از مواد بیشتر جهت پرکردن دندانهای جلو که از نظر زیباییاتی حائز اهمیت زیادی هستند بکار می روند . چون دوام آنها خیلی زیاد نبوده ، باندازه دو گروه دیگر از مواد پرکننده نیست ، معمولا در دندانهای کرسی که متحمل فشارهای زیادی می شوند ، بکار نمی روند .
- ۲ - آمالگام : این ماده که بعلت بناهایی پلاستین وطلائی سفید نیز در بین مردم مصلح



درد دندانها ممکن است یک یا دویا سه و یا تعداد بیشتری از سطوح دندان را دربرگیرند. اگر دندان با فاصله کوتاهی پس از شروع پوسیدگی و قبل از تخریب زیاد نسج دندان ترمیم گردد، حفره آن کوچک بوده و سطوح کمتری از دندان را شامل می شود. ولی زمانی که پوسیدگی خیلی پیشرفت کرده و انساج زیادی از دندان را از بین برده باشد ترمیم آن مشکلتر می باشد.

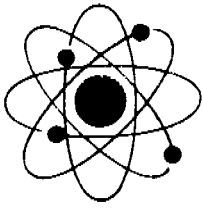
حساسیت دندانها پس از پرکردن آنها

دندانهایی که با مواد همرنگ دندان پرمی - شوند، ممکن است پس از پرکردن به تحریکات مختلف حساس باشند. یا حتی حساسیت خود بخود داشته باشند در صورتیکه این حساسیت ادامه یابد و از بین نرود پرکردگی دندان بایستی عوض شود. دندانهایی که با آمالگام پرمی - شوند امکان دارد که نامدتی بسرما و گرما حساس باشند. در صورت وجود چنین حالتی معمولا

بقیه در صفحه ۸۹

آزموده یعنی دندانپزشک انجام گیرد. دخالت اشخاص تحصیل نکرده و ناوارد به علم دندانپزشکی و پرکردن دندان. نتیجه مطلوبی ایجاد نمی نماید.

چون مواد پرکننده به انساج دندانسی چسبندگی ندارند، در هنگام ترمیم دندان بایستی تمام انساج پوسیده و فاسد شده دندان خارج شده و حفره ای در دندان ایجاد شود که بتواند پرکردگی را در خود نگه دارد. گاهی اوقات اتفاق می افتد که بعلت ایجاد پوسیدگی در اطراف یک پرکردگی قدیمی، تمام یا قسمتی از آن از جای خود خارج شده است. در این حالت معمولا پس از خارج کردن تمامی پرکردگی قدیمی بایستی تمام پوسیدگیهای موجود برداشته شده و دندان برای پذیرش پرکردگی جدید آماده شود. بنابراین میزان چرخ کردن دندان جهت پرکردن آن بستگی به وسعت پوسیدگی دارد. لذا دندانپزشک یا سکه به تجارب کلینیکی و دانش خود در مورد چرخ کردن قسمتهای مختلف دندان تصمیم گیری می کند. حفرات تهیه شده



گفتنی های جهان علم

وی معتقد است: "ما از تمام سم استفاده نخواهیم کرد، تنها یک مولکول مشخص مورد نیاز ماست. در حال حاضر، کمیانی در حال مطالعه ۶ نوع مختلف سم عنکبوت برای پیدا کردن مولکول مناسب می باشد. اسیدواریم بزودی سمی را که بتواند جهت ساختن دارویی که ایجاد اسید گلوتامیک توسط قلب را در هنگام حملات



نیش عنکبوت و درمان سکنه قلبی و صرع!؟

وفتی یک عنکبوت به حشره ای حمله می کند سم او با متوقف کردن عمل نمک اسید "گلوتامیک"، یک آمینو اسید محرک در بدن فریانی، سبب فلج حشره مزبور می شود. در حال حاضر یک تیم تحقیقاتی متشکل از اساتید دانشگاه های کمبریج و ماساچوست، در نظر دارد تا از نیروی فلج کننده سم عنکبوت برای کمک به قربانیان حملات قلبی و صرع، استفاده کند.

هنگام حملات قلبی و صرع، مغز بر میزان تولید اسید گلوتامیک می افزاید که در نتیجه سبب فلج دائم بیمار می شود. سختگوی این هیئت پزشکی می گوید: "دانشمندان این هیئت معتقدند که سم برخی نمونه های عنکبوتها در غرب آمریکا احتمالاً توانایی متوقف کردن عمل تولید اسید گلوتامیک توسط قلب در هنگام بروز حملات قلبی و صرع را دارند، در این صورت می توانند مانع و کاهش دهنده فلج طولی مدت بیمار در اثر حملات سکنه های قلبی و بیماری صرع شوند."

قلبی و صرع متوقف کند ، پیدا کنیم . "

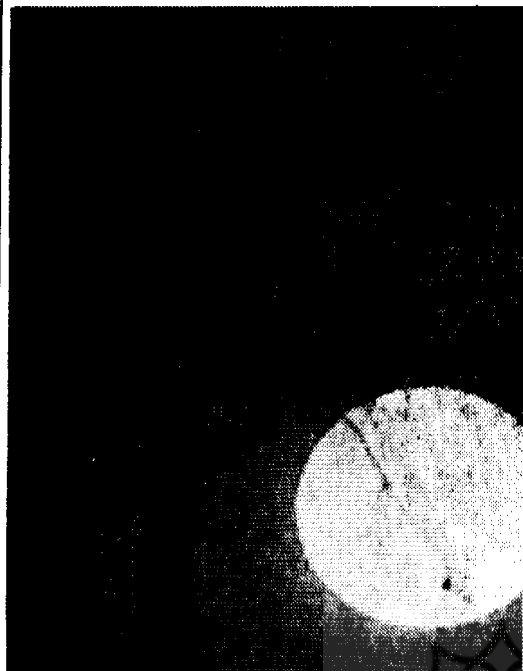
درمان طبیعی کلسترول نورخورشید

یک پزشک نگراسی پیش بینی می کند که پزشکان در آینده ، نورخورشید را بعنوان عامل کم کننده کلسترول خون تجویز می کنند . کلسترول ماده ای است که درصفا و خون یافت شده ، عامل مهم ایجاد تصلب شرایین می شود پیش بینی این پزشک در نتیجه تحقیقاتی صورت گرفته که نشان داده است LDL یا میزان ناخوشایند سطح کلسترول خون در زمستانها ، گاه تا ۶/۴ بیش از تابستانهاست . پزشکان متخصص مرکز پزشکی "سن آنتونیو"ی نگراس آمریکا ، هنوز به درستی نمی دانند که آیا پایین آمدن سطح کلسترول خون بعلت رژیم غذایی خوب ، ورزش یا نور خورشید صورت گرفته و یا هر سه عامل در این کاهش مؤثر بوده اند .

این پزشک می گوید : " به هر جهت من باور نخواهم کرد اگر مدعی شوند تغییرات فصلی و نورخورشید در پایین آوردن سطح کلسترول مؤثر نیست . امری است کاملاً " طبیعی ، همانگونه که حیوانات نیز نسبت به فصول مختلف سازگاریهای متفاوت دارند . "

وی معتقد است می توان از نوره عنوان دارویی جهت پایین آوردن سطح کلسترول خون استفاده کرد ، درست به همان ترتیب که برخی از انواع نورها در درمان بیماریهایی چون افسردگی و یا استرسهای پیش از پرود خانمها بکار می رود .

نافع ترین درخت دنیا!؟



برخی این درخت را جالبترین و نافعترین درخت دنیا می دانند . این درخت که سواحل بسیاری از رودخانه های هندوستان واقع در جنوب شرقی آسیا و قسمتی از غرب آفریقا را پوشانیده است هزار و یک مورد استفاده شناخته شده دارد و روز بروز به لیست این موارد افزوده می شود . بعنوان مثال ، ۵۰۰ میلیون هندوستانی هر روزه از شاخه های این درخت بعنوان مسواک استفاده می کنند و این شاخه ها ، با وجودیکه فاقد فلوراید هستند اما در جلوگیری از کرم خوردگی دندانها و بیماریهای دهان و دندان مؤثر می باشند . بعلاوه ، عصاره پوست درخت " نیم " بعنوان یک ماده ضد بارداری خوراکی ، تأثیر بسزایی در کم کردن زاد و ولد موشها دارد .

از این درخت هم چنین عصاره ای بسا بویی شبیه به سیر می گیرند که برای انسان بی ضرر و غیر سمی بوده ، اما دافع و دور کننده ۱۳۱ نوع

حشره متفاوت می باشد .

اما آنچه بیش از همه سبب شهرت این درخت در آمریکا شده است ، ماده ای است روغنی که از دانه های آن تهیه می شود . با استفاده از الکل معمولی ، یک مولکول پیچیده بنام "ازادیراچیتن" را ایزوله کرده و سپس آنرا با روغن تهیه شده از دانه درخت مزبور ، که با مواد تثبیت کننده خاص آمیخته و ترکیب شده ، می آمیزند . این عصاره ، چنانچه روی برگ گیاهان اسپری شود ، باقی مانده و درهوا تبخیر نمی شود و خاصیت آن بعنوان سم دفع آفات که از گیاهان سبز غیر خوراکی مثل گل های رزیا چمن تغذیه می کنند ، توسط سازمان حفاظت محیط زیست این کشور تاءیبید شده است . این ماده بزودی تحت نام تجاری "مارگوسن- (۵)" به بازار خواهد آمد .

آفات را جارو کنید نه سمپاشی !

سموم دفع آفات گیاهی گرچه حشرات مضر را از بین می برند اما برای سلامتی کشاورزان کارگران مزارع و مصرف کننده های محصولات کشاورزی ، مضر و مخاطره آمیزند . اما چطور می توان حشرات مودی و مضر را بدون استفاده از سموم دفع آفات از میان برد ؟

ادشاو ، متخصص حشره شناسی در "وت - سون ویل" کالیفرنیا ، بایک راه حل عملی پایش گذارده است : یک جاروی برقی مخصوص کسه حشرات رامی مکد ، آنها را با تیغه های مخصوص قطعه قطعه می کند و سپس بعنوان کودروی خاک می ریزد .

"شاو" که برای یک کمپانی تولید کننده توت فرنگی در کالیفرنیا کار می کند ، سرپرستی تیم

ابداع کننده این جاروی برقی با دستگاه مکنده رابرعهدده دارد . این ماشین که بی شباهت به یک تراکتور نیست ، دارای کانالهایی است که فنهای ایجاد کننده مکش در آن ، به یک کلاهدک مکنده حشرات وصل می شود .

"شاو" می گوید : کار این دستگاه روی بخشی از بونه توت فرنگی متمرکز می شود که در مقابل حشرات مضر و انگلی حساس تراست . این حشرات مضر در برابر سموم دفع آفات مقاوم نیستند ، اما در صورت استفاده از این سموم ، حشرات سودمند نیز که از شته ها تغذیه می کنند ، از میان می روند ، درحالی که با استفاده از این دستگاه مکنده ، بسیاری از حشرات نافع و سودمند ، از آنجا که معمولا " زیر برگ درختان زندگی می کنند توسط دستگاه مکنده از میان نمی روند .

گرچه این دستگاه ویژه بونه توت فرنگی طراحی شده است اما نمونه آن بزودی برای سایر محصولات کشاورزی طراحی خواهد شد . بهای هر یک از این دستگاهها بین ۵۰۰۰ تا ۲۰۰۰۰ دلار برآورد شده است .

بگذارید انگشتها حرف بزنند !

اغلب توریستها هنگام مسافرت به سایر کشورها ، بازبان کشور میزبان بیگانه هستند . این گونه افراد ، معمولا " با اشاره ها و تکان های عجیب سرو صورت و دست در برابر چشمان حیرت زده مردم بومی ، قادر به ارتباط و رفع حوائج خود می شوند . وحال ، کمپانی سیکو با یکا اختراع جدید ، به کمک توریستها ، بازرگانان و تاجران بین المللی ، دانشجویان و سایر اقسام مسافران شائفته است تا کلمات مورد نیاز را درمواقع مختلف به آسانی بیابند !

می‌توان با یک اهرم کنترل نمود و به دلیل عدم مصرف بنزین، محیط زیست را آلوده نمی‌سازد. به گفته سازندگان، در این اتومبیل باطری‌های جدید قابل شارژ از جنس نیکل و روی نصب شده که دوام آنها دوبرابر باطری‌های معمولی است. خود اتومبیل نیز از یک نوع پلاستیک سبک وزن ساخته شده است.

لازم به یادآوری است دو کمپانی نامبرده از ۲۴ سال گذشته ساخت این نوع اتومبیل‌ها را آغاز کرده‌اند و توانسته‌اند تاکنون پنج هزار و ۶۰۰ دستگاه آن را برای استفاده در صنایع و بازرگاری در زمینهای گلف به بازار عرضه نمایند.

دستگاه قرائت شخصی برای نابینایان

از آنجا که افراد نابینا برای دست‌یابی سریع به اطلاعات و منابع دچار مشکل و کمبود هستند لذا احراز صلاحیتهای لازم جهت کسب مشاغل برای این دسته از افراد غالباً مشکل است. از جمله منابع قابل استفاده توسط نابینایان می‌توان از کتب نوشته شده به خط بریل، نوارهایی که متن کتب روی آنها ضبط شده و نیز گوش دادن بدوستانی که کتابها را برای آنان می‌خوانند نام برد. اما در اغلب این موارد، آنها ناچار بهسازگاری با دیگران هستند. به هر جهت در سالهای اخیر، گامهای عظیمی در زمینه تولید و گسترش وسایل تکنولوژی پیشرفته برداشته شده‌اند به افراد نابینا توانایی خواندن مطالب را بهر نحو و در هر جا که بخواهند، بدهد.

در اواخر دهه ۱۹۷۰ "ریمسون کرزویل" نخستین ماشین قرائت ویژه نابینایان را به بازار عرضه نمود — یک صفحه‌بصری که مطالب چاپ

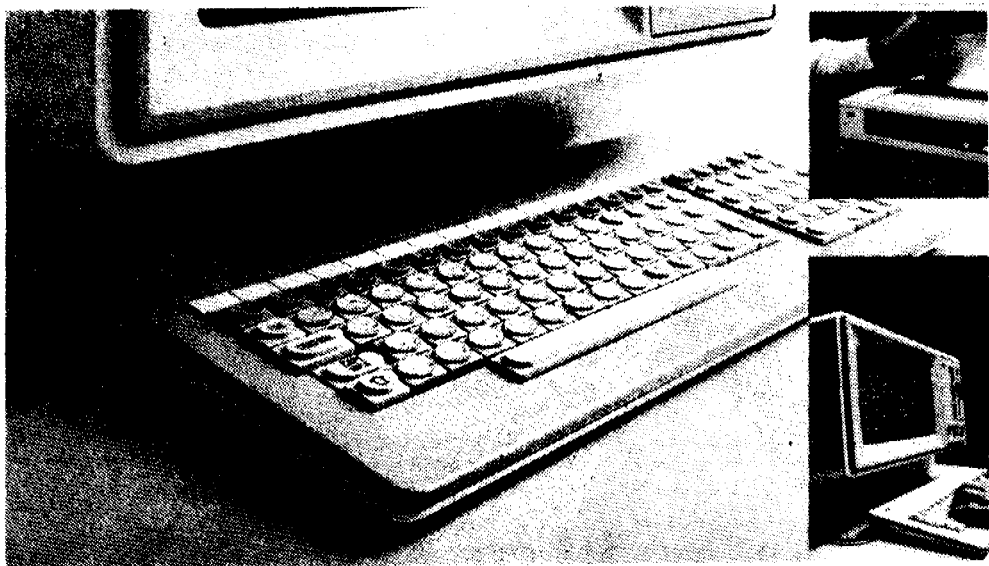
شاخه آمریکایی سیکودر "تورنس" آمریکا، در نظر دارد به زودی اقدام به بخش و فروش یک دستگاه ترجمه کوچک، قابل حمل و دوزبانسه کند. این دستگاه در حال حاضر دو نمونه دارد: نمونه اول آن انگلیسی را به اسپانیایی و بالعکس و نمونه دوم انگلیسی را به فرانسه ترجمه می‌کند. خریداران می‌توانند از یک مجموعه لغت ۴۰ تا ۸۰ هزار کلمه‌ای استفاده کنند. در این دستگاه که مانند یک ماشین حساب جیبی کارو عمل می‌کند، استفاده کننده می‌تواند کلمه مورد نیاز را به زبان خود بسا استفاده از دکمه‌های تایپ مانند دستگاه مزبور تایپ کند و سپس دکمه ترجمه را فشار دهد، کلمه مشابه در اسپانیایی یا فرانسوی روی صفحه نمایش دستگاه ظاهر می‌شود! این دستگاه که تا پایان امسال در آمریکا و چندین کشور دیگر قابل عرضه خواهد بود، قادر به ترجمه جملات و عبارات نیست و قیمت آن برای دستگاههای چهار هزار لغتی ۹۰ دلار و برای دستگاههای هشتاد هزار لغتی، ۱۲۰ دلار خواهد بود.

عرضه نوع جدید اتومبیل برقی توسط ژاپن

اتومبیل برقی جدیدی که دارای باطری‌های قابل شارژ می‌باشد در یک آزمایش موفق به طی کردن ۱۸۰ کیلومتر مسافت با سرعت ماکزیمم ۴۵ کیلومتر در ساعت شد.

به نوشته روزنامه آسامی، شرکت اتومبیل سازی "دایهاتسو" و کمپانی الکتریکی "کسائی" ژاپن، مشترکاً در ساختن این خودرو بایکدیگر همکاری داشته‌اند.

این اتومبیل سه چرخه، دومتر طول، یک متر عرض و ۵۰۰ کیلوگرم وزن دارد و سرعت آن را



افزارهای تشخیص حروف، دستگاه ترکیب-صوات و یک صفحه ۱۸ کلیدی مانند صفحه ماشین تایپ است، یک دستگاه مرور کننده افقی (که بیشتر شبیه یک دستگاه کیبی قابل حمل با پرتابل است) و یک کارخواندن کل یک صفحه مطلب می-آید، یک دستگاه مرور کننده دستی که برای بخش یا اجزایی از یک متن مورد استفاده قرار می-گیرد و یک دستگاه مغناطیسی تنظیم کننده یا "ترکینگ آید" که به استفاده کننده در بکار بردن دستگاه مرور دستی بطور صاف و مستقیم کمک می-کند. افراد می-توانند بنا بر نیاز کاری خود، یا از دستگاه مرور افقی استفاده کنند و یا از دستگاه دستی که مشابه آن است و یا از هر دو در آن واحد. "برنیک بروید" مسئول توزیع این موسسه مدعی است این وسیله تنها ماشین قرائتی است که می-تواند بدون کمک یک کامپیوتر شخصی عمل کند (استیو "اکستون" از "سانتا کلارا"ی کالیفرنیا و موسسه "آد هوک" از "ایست بروک-زویک" نیوجرسی، سازنده دو نوع ماشین قرائت هستند که بدون کامپیوترهای شخصی قادر به عمل

یا حروف چینی شده کتب را کشف رمز نموده، سپس با استفاده از یک دستگاه ترکیب کننده اصوات مطالب خوانده شده را برای فرد استفاده کننده قرائت می-نماید. گرچه از این دستگاه نیز مانند بسیاری از اختراعات شگرفی که پشمس از اختراع بریل جهت کمک به افراد نابینا عرضه شده، استقبال گرمی به عمل آمد، لیکن نخستین ماشین قرائت "کرزویل" با محدودیت‌های زیادی مثل قیمت بالای ۵۰۰۰۰ دلار و وزن سنگین ۳۵۰ پوندی روبرو بود، لذا تنها برای معدودی از افراد و در مکان‌هایی محدود کاربرد داشت.

ماشینهای قویتر: اخیراً، "کرزویل" و "کمپانی "کمبریج - ماساچوستی" او، که از شعاع فرعی شرکت زیراکس است، نخستین "دستگاه قرائت شخصی برای نابینایان را به بازار عرضه نموده‌اند. عملکرد این دستگاه مانند نوع قبلی آن است با این تفاوت که نمونه جدید کوچکتر و قویتر و ارزانتر است.

"ماشین قرائت شخصی"، از چهار جزء ترکیب یافته: یک بخش الکترونیکی که شامل نرم

موتری برای من بوده است. " شهربروزه بانپوهی از مطالب برای قرائت، این طرف و آنطرف می‌رود. در اطراف وی افرادی هستند که وقت گذارده برای او مطالبی بخوانند اما او معتقد است: " گوش کردن به افراد غریبه در تمام اوقات مشکل است: " مطالعه کاری است فردی و خصوصی و این دستگاه به من اجازه می‌دهد تا اوقات خاص ویژه‌ای برای خود داشته باشم. " در حال حاضر قیمت بالای "دستگاه قرائت شخصی" مانعی برای خریداران و نیازمندان این دستگاه به شمار می‌آید: سیستم مرورافقی حدود ۱۰۰۰۰ دلار و دستگاه مرور دستی ۸۰۰۰ دلار می‌ارزد.

"استیومندلسون"، یک نویسنده نیویورکی و مشاور امور تکنولوژی مربوط به نابینایان معتقد است که این سد می‌تواند شکسته شود: "پشتوانه‌های ملی و شخصی می‌توانند برای خرید این گونه دستگاهها جهت نابینایان مورد استفاده قرار گیرند."

نیستند. " بروید" می‌گوید: دستگاه قرائت شخصی" می‌تواند به فرد نابینا در خواندن کتب مجلات یا سایر نوشته‌هایی که به طرق دیگر به چاپ رسیده‌اند، کمک کند. " وی مدعی است این دستگاه قادر به خواندن روزنامه‌نیز می‌باشد در حالیکه مسئول ارزیابی اختراعات در مرکز تکنولوژی دولتی معتقد است که این دستگاه قادر به قرائت حروف چاپی بسیاری از روزنامه‌ها نمی‌باشد.

مسئول فوق در تایید و حمایت از دستگاه قرائت جدید می‌گوید: " در حال حاضر با کمک چنین دستگاههایی، افراد نابینا نسبت به سایر سالهای گذشته قادر به مطالعات بیشتری هستند. " از موارد ایراد او به این دستگاه اینست که: " برای مرور یک صفحه مطلب وقت زیادی می‌گیرد، تقریباً " بیش از هفت دقیقه برای یک مقاله سه ستونی، در حالیکه شرکت "گرزویل" مدعی است دستگاه قرائت شخصی این شرکت می‌تواند یک صفحه استاندارد را در ۶۰ تا ۹۰ ثانیه مرور کند. این دستگاه هم چنین قادر است تا ۳۰ صفحه متن (تمامی این صفحات یا بخشهایی از آنها را) در حافظه دو مگابایتی خود جای دهد. دستگاه ترکیب اصوات، "دی.ای. سی. تاک" نامیده می‌شود و فرد می‌تواند یکی از ۹ صورت مختلف قابل عرضه را انتخاب نموده و سرعت صدرا بنا بر نیاز خود تنظیم کند. " بروید" می‌گوید: " این دستگاه بزودی قادر خواهد بود علاوه بر زبانهای انگلیسی، فرانسه، آلمانی، ایتالیایی، اسپانیایی و سوئدی به پنج زبان دیگر نیز صحبت کند. "

اوقات شخصی: " ایرماشر"، از کارکنان موزه هنرهای مردمی آمریکا در نیویورک که فردی است نابینا، می‌گوید: " دستگاه قرائت شخصی کمک

☆ ☆
 در نو مبارک
 در نو مبارک

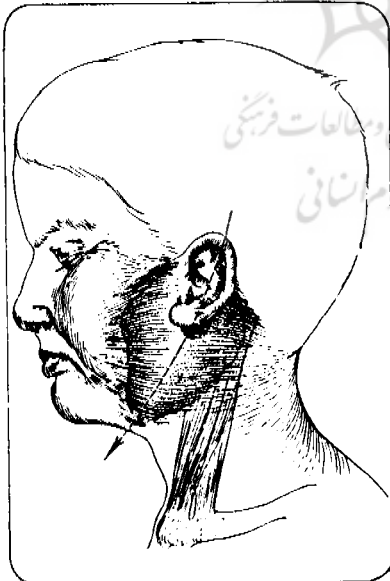
بیماری‌های کودکان

اوریون

بزاقی تا زمانی که تورم غدد مزبور فروکش نکرده و محو نشده است می‌توان ویروس مربوط را در بزاق مشاهده کرد. احتمالاً ویروس اوریون از طریق دهان وارد بدن می‌شود. این ویروس را توانستند از خون بیماران نیز جدا کنند. بعلاوه در مواردی که دستگاه عصبی مرکزی گرفتار شده باشد ویروس مزبور در مایع نخاعی نیز یافت می‌گردد. انتشار بیماری توسط قطرات ریز بزاق یا تماس مستقیم با اشیائی که بوسیله بزاق بیمار

"اوریون" مرضی ویروسی، حاد و مسری است که معمولاً سبب تورم دردناک غدد بزاقی می‌گردد و از میان غدد بزاقی بیشتر غدد بناگوشی را فرامی‌گیرد. بعد از بلوغ ممکنست غدد جنسی دستگاه عصب مرکزی، پانکراس، یا غدد پستان نیز گاهی گرفتار شود.

علت شیوع و عامل این بیماری نوعی ویروس "فیترایل" است که در بزاق بیماران یافت می‌شود. بطوریکه از یک تا شش روز قبل از تورم غدد



غده بناگوشی متورم و بزرگ شده است (اوریون).



محل غده بناگوشی در حالت طبیعی دیده می‌شود.



تورم وآماس غده بناگوشی



تورم غده زبرفتکی

آلوده شده‌اند صورت می‌گیرد. در مناطقی که جمعیت خیلی متراکم باشد اوربون بشکل "آندمیک" مشاهده می‌شود. اپیدمی‌های بیماری وقتی به ظهور می‌رسند که تعداد زیادی افراد حساس و پذیرنده، وارد در مناطق پرجمعیت گردند. حد اکثر شیوع بیماری در اواخر زمستان و اوائل بهار است. اوربون بیشتر در بچه‌های ۵ تا ۱۵ ساله بروز می‌کند و در بچه‌های کمتر از دو سال نایاب است. شیرخواران تا سن ۱۰ ماهگی در برابر اوربون ایمن هستند. با تمام این حرفها، این بیماری ممکنست در هر سنی بوجود آید.

اوربون در بالغین بیشتر در نزد جوانانی که از روستاها به شهرهای آیند مشاهده می‌گردد یکبار ابتلا به اوربون معمولا "مصونیت دائم ایحاد می‌کند معهدا در ۷ تا ۱۰ درصد موارد ممکنست بیماری یکبار دیگر نیز تکرار شود.

بعد از یک دوران نهفتگی که برابر با ۱۴ - ۲۸ روز است بیماری با علائمی چون احساس لرز، سردرد، بی اشتهاگی و کوفتگی و بیقراری آغاز می‌شود. این علائم با تپی خفیف یا متوسط همراه است. تب مزبور ۱۲ - ۲۴ ساعت قبل از تورم غدد بزاقی ادامه دارد. درد به هنگام جویدن یا بلع زودرس ترین علائم بیماری است در مواردی که مجرای غده بناگوشی در اثر خیز مسدود شده باشد با بلع مواد اسیدی و ترش‌سزه درد شدیدی ایحاد می‌کند. بهر حال در این موارد گردن در زیر فک ورم می‌کند و برآمده می‌شود.

اوربون ممکن است غیر از غدد بزاقی سایر اعضا را نیز آزرده کند که مهمترین عوارض اوربون عبارتند از: ۱- ورم بیضه ۲- آزردهگی دستگاه عصبی مرکزی ۳- تهوع، استفراغ و دل درد شدید ۴- تورم تخمدان، غدد اشکی

و

بیمار را تا وقتیکه تورم غده مرتفع نشده است باید از سایرین جدا نمود. این بیماری معمولا احتیاج به قرنطینه ندارد.

باکست و بروس اوربون بر روی تخم مرغ توانسته اند واکسنی تهیه کنند که در نزد انسان مصونیت ایحاد می‌کند. معذک این واکسن در

مورد کودکان بکار نمی رود. مصونیتی که از تزریق واکسن اوریون حاصل می شود قطعی نیست و همین موضوع ناحدی ازمیزان استعمال آن گاسته است.

درمان مطلقا جنبه علامتی دارد تاوقتی که تب قطع نشده است باید بیماران در بستری استراحت کنند.

از آنجائیکه بیمار هنگام بلع غذا احساس دردمی کند، بهتر است غذاهای نرم مصرف کند.

داروهای ضد درد مثل اسید استیل سالیسیلیک (آسپرین) نمکنست بکار برده شود.

کوار

کوار در اثر اثرات حجم غده تیروئید می آید و پیشتر غلب آن کمبود سد ویا وجود مواد و عوامل غذایی کوار را در رژیم غذایی است. غده تیروئید بدی را که از طریق غده آب آسایدی وارد خون شده می کرد و آن را با پروتئین های ویردای همراه می کند تا هورمونهای تیروئیدی را سازد. گاهی برخی عوامل ضد تیروئیدی بویژه یوسانابها که در بعضی از مواد غذایی مانند کلم وجود دارد، در اثر ایجاد واکسینهای سمیایی بخصوص از مرکز بدن بد در تیروئید جلوگیری به عمل می آورند. کوار آندسک (بومی) در مرحله سرتید، دو نوع عوارض بدبار می آورد، یکی در داخل خود غده تیروئید که باعث اثرات حجم آن شده عمل بلع و تنفس را دچار مشکلاتی می کند که این بویژه در نزد کودکان بسیار آزار دهنده است. عوارض و عواقب عمومی این بیماری بیشتر در نزد

زنان باردار، جنین، نوزاد و کودکان احساس می شود.

از سال ۱۹۸۰ تا ۱۹۸۵ کانونهای بودسی کوار در آمریکا لائین در طول کوههای آند، در افریقا (زئیر، افریقای مرکزی، جاد، ساحل عاج، نائزانیبا، کنیا و...) در آسیا، حدود کوههای همالیا و همچنین در نواحی کوهستانی لائوس، ویتنام، اندونزی، چین و هندوستان دیده شده است.

بحوزب منظم و مداوم بد (افزودن بد به نمک آسزخانه، تزریق روغنی بد و باغنی سازی غذاها یا بد) در سطح عمومی، تا حدود زیادی از سداسی موارد جدید کوار جلوگیری می کند و موارد موجود را تخفیف می دهد.

رشد جسمانی و رشد روان - حرکتی کودکان که در محیطهای نامساعد زندگی می کنند و دچار سوء تغذیه تیروئیدی هستند، نه تنها بسکی بد غذای روزمره آنها دارد بلکه به محیط زیست آنها از نظر بهداشت، محل اناست، سطح - انجمادی، و آموزش زندگی خانوادگی، صلاحیت و روابط مادر با فرزند نیز ارتباط پیدا می کند.

تنی سازی تغذیه در سطح عمومی و در محیط زندگی، بدنه تقریبا "نازهای است. ولی فقط یک بعیرات حقیقی در محیط زندگی کودک و باسن بدنه کافی که در نهایت برای رشد فکتری و روانی کودک نیز ضروری خواهد بود، می تواند کودکان را از این دور و تسلسل چهنی سوء تغذیه رهائی بچشد.

سوء تغذیه کودکان و عواقب آن

در این مقاله فقط به سوء تغذیه های کددر سطح بهداشت عمومی کودکان اثرات سنگینی به

جای می گذارند اشاره می کنیم .



طی سه سال نخستین زندگی وهمجنین —
مرحله‌ای که جنین پیش از تولد در رحم مادر
سپری می‌کند، سیر رشد فیزیکی کودک بسیار
بسیار سریع است. تک کودک یکساله باید بطور
روزانه حیرهٔ غذایی معادل یک سوم والدینش
را دریافت کند درحالی که می دانیم وزن تک
ششم وزن یک بزرگسال است. نیاز کودک به
پروتئین معادل $\frac{2}{5}$ برابر ویتامین به آهن ۸ برابر
بزرگسال است. طی نخستین ماههای زندگی
سیر مادر بهترین و کاملترین غذاهاست ولی در
ماه چهارم و پنجم باید غذاهای دیگری هم
اضافه شوند .

دورهٔ ازسیر کردن کودک، یکی از سخت‌ترین
دوره‌های زندگی اوست. وضع بعدیهٔ مادر بعد
هنگام بارداری و سردادن به فرزند، سرروی
رشد کودک تاثر مستقیمی به‌حای می‌گذارد.
سوءتغذیه مزمن مادران (دربرخی از کشورها)
که از دوران کودکی خود آنها همچنان ادامه
داست، در کمبود وزن و وضع سلامتی نوزادیه
هنگام تولد ندرتی اساسی ارفاء می‌کند.
همچنین در اثر کمبود سیر مادر، کودک از
نخستین روزها دچار سوءتغذیه می‌شود .

دربرخی از اجتماعات کشورهای چنان سوم
کودگانی دیده می‌شوند که از بیماری کواسورکور
(Kwashiorkor) رنج می‌برند. علت آن
سوءتغذیه ناسی از کمبود غذای پروتئین‌دار
است. این کودکان دارای صورت و دستپاوه‌های
ورم کرده و بسیار کم خون هستند. کودکان
دیگری که مبتلا به ماراسم (Marasmus) می‌شوند
بسیار لاغر و نحیف می‌شوند به طوری که
استخوانهاشان زیر پوست بیرون می‌رود. رژیم
غذایی این کودکان بسیار نادر است و انرژی

کافی برای احتیاجات بدنشان را تأمین
نمی‌کنند. این کودکان نیاز به درمانهای بسیار
حدی و طولانی دارند .

سوءتغذیهٔ مزمن

سوءتغذیه به اسکال مختلف دیده می‌شود
گاهی در اثر کمبود تک مادهٔ مخصوص و گاهی به
صورت مخلوط و در اثر کمبود چندین ماده
غذایی پدید می‌آید. گاهی هم مربوط به عدم
تغذیه در غذای روزمره و اغلب همراه با کمبود
پروتئینهاست. در این صورت از سوءتغذیه
برونیه یا برونیه — ایزونیک (Brounisme) صحبت به
مان می‌آید. سوءتغذیه مزمن دربرخی از کشورها
بسیار شایع است.

پیوندند. در مجموع ۶ تا ۷ میلیون کودک از کمبود شدید ویتامین "آ" در درجات مختلف رنج می‌برند.

کم خونی در اثر سوء تغذیه

تامین نیاز به آهن در نزد کودکان، یکی از مشکلاتی است که چاره جوئی آن چندان آسان نیست. کم خونیهایی مربوط به تغذیه ناقص بویژه در کشورهای روبه رشد و به مقدار کمی در کشورهای صنعتی از بزرگترین اختلالات تغذیه‌ای در جهان است. در آفریقا حدود ۳۰ تا ۶۰٪ از کودکان زیر چهارده سال، در آسیا ۵۰٪ از این کودکان و ۹۰٪ از کودکان زیر ۲ سال به کم خونی تغذیه‌ای مبتلا هستند. در آمریکای جنوبی کودکان کم خون محدوده ۱۵ تا ۵۰٪ را تشکیل می‌دهند. در فرانسه این رقم ۱۰٪ و فقط در نزد کودکان زیر دوسال است.

اصولا " کاهش درصد هموگلوبین در خون انتقال اکسیژن از ششها به نسوج را کاهش می‌دهد. این امر در نهایت به ناراحتیهای قلبی، کاهش نیرو و به مشکلاتی در زمینه فکرو هوش (کاهش دقت، خواب-آلودگی، تحریک پذیری) می‌انجامد و در برابر عفونتها سازمان دفاعی بدن کارائی کمتری نشان می‌دهد. کم خونیهایی تغذیه‌ای علائم بالینی چندان مشخص و هشدار دهنده‌ای ندارند و در نهایت مقداری رنگ پریدگی در شخص مبتلا دیده می‌شود. تشخیص پیشرو و بموقع، مستلزم آزمایشهای خون است که اگر بخواهیم آنرا به طور منظم در سطح همه کودکان عملی کنیم بسیار برهزینه خواهد بود. افزودن بر آهن برخی از مواد غذایی روزمره (آردونمک) که قبلا " در کشورهای سوئد، ایالات متحده، هندوستان و پیرو آزمایش شده، نتایج مثبت و موثری داشته است.

☆ ☆ ☆ ☆

تعداد بسیاری از کودکان را در بر می‌گیرد ولی در ظاهر هیچ نوع علائم بالینی آنرا مشخص نمی‌کند. این عارضه در صورتی قابل تشخیص است که کودک از دوران پیش از تولد و پس از تولد و در دوران رشد و رشد روان - حرکتی تحت نظر بوده باشد و چنانچه بموقع تحت درمان قرار بگیرد، از ابتلا به آن جلوگیری به عمل می‌آید. از آنجایی که کودکان بسیار ظریف و شکننده هستند بسیار زود دچار سوء تغذیه‌های حاد و خطرناک و گاهی مرگبار می‌شوند بویژه به هنگام بروز بیماریهای عفونی مانند اسهال و سرخک و

ارقامی که کودکان مبتلا به سوء تغذیه در سراسر جهان را نمایش می‌دهند، بسیار متغیرند زیرا معیارهایی که در این زمینه مورد استفاده قرار می‌گیرند مختلفند. سازمان خواربار و تغذیه ۵۰۰ میلیون نفر (کودک و بزرگسال) مبتلا به سوء تغذیه را سرشماری کرده است. سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۸۵ تعداد کودکان مبتلا به سوء تغذیه را (وزن، زمان تولد، وزن و قد بر حسب سن) ۱۵۰ میلیون نفر برآورده کرده بود. کمبود ویتامین "آ" در بیشتر کودکان دیده می‌شود و در موارد بسیار خطرناک نابینائی و مرگ رایج دنبال می‌آورد. از مطالعاتی که به عمل آمده چنین به نظر می‌آید که کمبود ویتامینها در مواردی بر میزان مرگ و میر می‌افزاید زیرا در اثر این کمبود، عفونتهای دستگاه تنفس و دستگاه گوارشی - روده‌ای پدید می‌آید که گاهی منجر به مرگ کودکان می‌شوند. چنین تخمین زده می‌شود که همه ساله حدود ۵۰۰۰۰۰ کودک بین ۶ ماه تا ۶ سال در سراسر جهان در اثر کمبود ویتامین "آ" نابینا می‌شوند. از این میان ۱۵۰۰۰۰ نفر زنده می‌مانند و به صف انبوه نابینایان سالهای قبل می‌

یکبار برشده است دلیلی وجود ندارد که مجدداً بوسیده نشود. دندان که برشده است و یا اصولاً هر نوع درمان دندانپزشکی در روی آن انجام گرفته است، احتیاج به مراقبت شدیدتر و بهداشت بهتری دارد. بطور خلاصه می توان گفت:

۱ - بوسیدگی دندان از شایعترین بیماریهاست و مهمترین علت از دست رفتن دندانها بشمار می رود.

۲ - پیشگیری از بروز بوسیدگی دندانها با صرفه ترین و آسانترین راه جهت حفظ دندانهاست.

۳ - مهمترین عامل ایجاد بوسیدگی عدم رعایت بهداشت دهان و باقی ماندن طولانی مواد غذایی و بخصوص مواد قندی در روی دندانهاست.

۴ - بوسیدگی در مراحل ابتدائی تنها توسط دندانپزشک و با معاینه دقیق دندانها و به کمک رادیوگرافی قابل تشخیص است.

۵ - پس از تشخیص بوسیدگی و بمنظور حفظ دندان، معالجه نمودن و پرمودن دندان الزامی است.

۶ - پرمودن یک دندان ضمانتی بر بوسیده شدن مجدد آن نیست و دندان پر شده مراقبت بیشتری احتیاج دارد.

۷ - جهت پیشگیری از بروز بوسیدگی و درمان بدون بوسیدگیهای ایجاد شده، مراجعه مرتب به دندانپزشک و معاینه دقیق دندانها ضروری به نظر می رسد.

دو سه هفته پس از ترمیم حساسیت مذکور بتدریج از بین می رود. اگر حساسیت فوق ادامه یابد و یا حساسیت نسبت به شیرینی نیز وجود داشته باشد، یا دندان بوسیده دیگری وجود دارد و یا پرکردگی بطور صحیح انجام نگرفته که بایستی تجدید شود.

مراقبت های لازم پس از ترمیم دندانها

دندانهای جلو که با مواد همرنگ دندان پر می شوند خیلی سریع استحکام کافی پیدامی کنند و می توان با آنها غذا خورد. ولی در مورد دندانهای کرسی که با آمالگام پرمی شوند بایستی تا حدود ۲ ساعت پس از پرکردن دندان از خوردن و جویدن امتناع شود. زیرا آمالگام تا حدود ۲ ساعت استحکام کافی جهت تحمل فشارهای جویدن را ندارد. از طرف دیگر در مواردی که دندان جهت پرکردن بیحس شده است، معمولاً قسمتهائی از زبان و گونه و لب نیز بیحس هستند. در این حالت تا موعنی که بیحسی از بین نرفته است، بایستی از صحبت کردن زیاد و جویدن غذا خودداری شود. زیرا اگر در حالت بیحسی لبها و زبان و گونه در بین دندانها فرار گرفته و جویده شود به هیچ وجه حس نمی شود، و پس از بازگشت حس به قسمتهائی بیحس شده شخص متوجه می شود که قسمتهائی از لب یا زبان را جویده و زخم کرده است. این موضوع را بخصوص در مورد اطفال بایستی در نظر داشت.

پرکردن یک دندان بمنزله بیمه کردن آن دندان در برابر بوسیدگی نیست. تاج یک دندان دارای پنج سطح است. هر نقطه ای از این سطوح ممکن است بوسیده شوند. بنابراین دندان که

مسمومیت با مواد نفتی

در کودکان

به نقل از کنگره، باره‌های طب اطفال

در بررسی دلایل مسمومیت ۳۰۰۰ کودک که توسط سحران در بیمارستان لغمان حکیم انجام شد ۱۱۵۰ مورد (۳۸/۳ درصد) مسمومیت‌ها با نفت ۳۹۹ مورد با داروهای آرام‌بخش و ۲۱۰ مورد با نریاک و دیگر مواد بوده است.

از مسمومیت با نفت ۳۱۳ نفر بستری شده و بقیه به طور سرپایی تحت درمان قرار گرفتند و در مجموع ۱۷ درصد مسمومین در گروه سنی ۱۲

نکهداری نفت و مسافت آن در بطری و ظروف معمولی و بدون حفاظ لازم، عسادت ناپسندی است که مسافت سزد برخی از خانواده‌ها تابع است و همه سالد باعث مسمومیت وحشی ترک عدهای از کودکان بی‌گناه می‌شود. به نحوی که ۱۱۵۰ مورد از ۳۰۰۰ مورد مسمومیت کودکان که در بیمارستان لغمان حکیم گزارش شده مرتبط با نفت بوده است که ۳۸/۳ درصد از مسمومین را تشکیل می‌دهد.

سوغ مسمومیت با نفت نزد کودکان انگیزه اسباب سحرانی دکتر اکبر کوسانفر مدرس دانشگاه شهید بهشتی است. که در هفتاد و سه ساله سالانه انجمن برکان کودکان ایران - آبان ماه ۱۳۶۸ - ایراد شده است و حکیده آن از نظر کرامت‌ها می‌گذرد.

نفت و فرآورده‌های آن تا به‌ترین عامل مسمومیت کودکان ایرانی است. بویژه آنکه در خانواده‌های کم درآمد و نیز در برخی از مناطق کشور، نفتی که به مصارف سوخت، نجاری و روشناسی می‌رسد، در ظروف معمولی، بسکد و سز بخریبهای سسدهای نکهداری می‌شود که در دسترس کودکان است و در زمستان به علت افزایش مصرف نفت و در نایستادن به دلیل دحیره سازی غیر اصولی آن، توسط کودکان کنجکاو مورد استفاده قرار می‌گیرد و مسمومیت آنان را به دنبال می‌آورد.



تا ۲۵ ماهگی فرار داشته اند .

مقدار کسنده، مواد نفتی

اثر تحریکی نفت و مشتقات آن در مسمومیت نسبت به مواد مشکله آن متفاوت است و مسمومیت بعضی از ترکیبات سوزاننده مثل بنزین در کودکان از نفت خطرناکتر است و در محاط کوش و برید ایجاد سوختگی و زخم می کند .

تعیین دقیق حداقل مقصدار کسنده، مواد نفتی ممکن نیست ، ولی بد طور کلی خوردن ۹۰ تا ۱۲۰ میلی لیتر در افراد بالغ و ۱۰ تا ۲۰ میلی لیتر آن در کودکان ممکن است سبب مرگ شود .

اعلی کودکان به دلیل بوی زننده، نفت و بنزین بلافاصله از ادامه خوردن آن منصرف می شوند و به همین علت مسمومیتهاشان غالباً حذیف است ، ولی چنانچه از منبع نفت و باسبر مسموم خورده شود بنزین تطرائی از مواد بدنی به داخل رید برود ، باعث مسمومیتهای شدید و خطرناک می شود .

نفت و بنزین به کندی از راه محاط کوارش به داخل بافت ریوی ترشح می شوند . کد استنشام بوی نفت و با بنزین در هوای تنفسی ناسی از آن است . قسمت اعظم این مواد به وسله کسند حتی می شود و بنداری نیز بدون تغیر ، همراه با بدنوع دفع می گردد .

مسمومیت ناسی از مواد بدنی از راه استنشاق از راه خوراکی آن بیسر است و به بندار کم مدکی است باعث بیهوشی شود .

علائم بالینی مسمومیت

علائم ، بالینی ناسی از استنشاق بخارهای نفت و بنزین به این شرح است : احساس سوزش در سینه و حلق ، سرفه ، اشک ریزی و تحریک ، محاط ها ، سردرد ، صدا کردن گوشها ، تهوع احساس ضعف ، بی قراری ، عدم تطابق حرکات ارادی ، احتلال در هشیاری و عدم شناسائی محیط کد به خواب آلودگی و حالت اغما، منجر می شود .

علائم بالینی مسمومیت از راه خوراکی نیز از این فرار است :

الف - نشانه های زودرس بالینی : احساس سوزش در دهان ، مری و معده ، اختلالات تنفسی و حالت حذقی .

ب - نشانه های دیررس بالینی : سرفه های حمله ای ، حالت حذقی توام با استفراغ و آسیبهای خطرناک ریوی ، هنجس احساس سوزش در دهان ، مری و معده ، دردهای سکمی همراه با حالت بیوع و استفراغ و استنشام بوی نفت از دهان و مدتوع .

علاوه بر موارد یاد شده ، علائم ضعف عصبی مرکزی مانند کجی و حالت خواب و بنداری رنگ بریدگی و سوک شدید ، تب و عوارض کبدی از دیگر علائم دیررس مسمومیت با مواد تنفسی از طریق خوردن آن محسوب می شود .

اندامات اولیه برای درمان مسمومیت

- بیمار را بلافاصله باید به هوای آزاد استمال داد و باسپهای آلوده ناس را عوض کرد .
- در صورت امکان و در موارد تنگی نفس ، بد بیمار اکسیژن وصل کرد و بد او اسراحت مطلق داد .

پاسخگو



که مطلب خوانده شده را خوب یاد گرفته‌اید به مطلب دیگر نبردازید. هر درس را همان شب تدریس مرور کنید و تمرین هایش را حل کنید. مسلماً " موفق خواهید شد.

بانہ خانم دلپیتا . م

اصفہان خانم ف . مقدسی

بیشتر ما به شما مطالعه کتابهایی در زمینه گفتاردرمانی است. مانیز چندین مقاله درباره لگنت زبان داشتیم که امیدواریم بتواند شما کمک کند. در حال آنچه با محبت می توانید بیاموزید و مفید باشد باخوشنت نه تنها امکان پذیر نیست بلکه مضر نیز هست.

نوشتار نامه شما تصور نادرست و غلطی از اطلاعات شما نسبت به بدنتان را بیان می کند نباید نگرانی داشته باشید. شما دختر سالم شاداب و فهمیده‌ای هستید. بدنیت با دکنتر نیز مشورت کنید. ولی شما توصیه می کنیم قاطعانه و با برجا نسبت به ازدواج تصمیم بگیرید که حتماً " موفق خواهید بود.

اصفہان خانم م . واعظ

نحف آباد ص . ر

مانعی ندارد که یک صفحه پیوند را در اختیار شما بگذاریم ولی باید بدانیم این یک صفحه پیوند را برای بیان چه مطلبی می خواهید؟ شما اگر نوشته‌ای دارید برای ما بفرستید تا در هیئت تحریریه مطرح گردد اگر برای سایر خوانندگان نیز مفید و مشتمل شمر باشد حتماً " چاپ خواهد شد. در مورد حیوانات ما خیلی بیشتر از یک مقاله مطلب داریم چون حیوانات ما سازندگان دنیای آینده بوده و برای مانیز فوق العاده قابل احترام هستند.

نامه مفصل شما را خواندیم. مرقوم داشته‌اید که " چه موقع درس بخوانم تا بهتر در دهنم جای بگیرد و چه کنم تا درسهایی را که می خوانم از دهنم فرار نکند! "

درس خواندن وقت معین و مشخصی ندارد هر وقت که خسته نیستید و از نظر بدنی و روحی در وضع مناسبی بسر می برید می توانید درسهای خود را بخوانید ولی با توجه به فرهنگ و روال زندگی ما صبح های زود وقت مناسبی است. در مورد دوم سعی کنید تمرکز حواس داشته باشید. با دقت مطالعه کنید و تا مطمئن نشدید

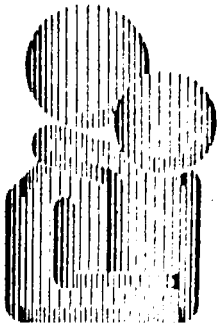
از چگونگی کمک درسی اولیا، در منسوزل
برسیده اید .

کمک اولیا، در مورد مسائل آموزشی در صورتی
می تواند مثر تر واقع شود که با هماهنگی
مربیان همراه باشد مخصوصاً " در کلاسهای اولیه
دبستان . یک مطلب را دو گونه بیان کردن (یکی
ب زبان شامو بگونه ای دیگر بیان مری) ایحاد
تناقض می کند و این برای بچه ۶-۷ ساله مسئله
آفرین است . توصیه ما به شما اینست که حتماً " بسا
مربیان فرزندتان در مدرسه تماس بگیریید . در
مورد فرزند بزرگترتان که ب مدرسه راهنمایی می-
رود سعی کنید دروس را پیش خوانی کند یعنی
دروس را پیشاپیش برنامه مدرسه بررسی کنید و
اورا برای کلاس درس آماده کنید .

تبریز . آقای محمد جوادی

تهران آقای م . د استاد دانشکده علوم تربیتی

منتقابلاً " تشکر مارا بپذیرید . شما می توانید
مقاله های علمی و تجربه های تلخ و شیرین دوران
معلمی خود را برایمان بفرستید بویژه اگر
تحقیقاتی بپرامون مسائل آموزشی و تربیتی
دارید همراه با تجزیه و تحلیل آنها که می تواند
برای جامعه فرهنگیان کشور ما مفید واقع شود .



سنخش میزان نیروی فکری هردانش آموز از
آن جهت اهمیت دارد که اولیا و مربیان او بهتر
بتوانند محیط مناسب برای او فراهم کنند . هر
چند آزمایشهای مزبور قاطعیت صد درصد
ندارد معهداً کارشناسان به این نتیجه رسیده اند که
می توان پرده از روحیات طفل برداشت و طرز تفکر
و برداشت اورا نسبت به دنیای خارج تا اندازه
زیادی دانست . ولی اگر فرزند شما به تصدیق
مربیان او وضع عادی و نرمالی دارد لزومی بر
آزمایش هوش دیده نمی شود .

علت اصلی ترس کودکان تلقین
بزرگترهاست . معمولاً " ترس از بزرگترها به
کودکان سرایت می کند . بچه ای مشاهده می-
کند مادرش هنگام ورود به اتاق تاریک وحشت
دارد یا مادر بزرگ هنگام رعد و برق و ترس
بچرها را می بندد و رنگ چهره اش عوض
می شود وزیر لب چیزهایی می گوید بنابراین
در بچه ترس از تاریکی و عوامل ناشناخته بوجود می آید
برای از بین بردن ترسی که در کودک پیدا
شده بهترین درمان حفظ آرامش و خون سردی
سماست . هیچوقت او را تنبیه نکنید و حتی ناسزا
نگویید که بخاطر ترسش شرمنده شود . برای هر
چیزی که اواز آن می ترسد دلیل و بسرهان
بیاورید و برایش توضیح دهید .

خمین آقای غلامرضا . د



توان به نقاط ضعف و قوت هریک آگاهی پیدا کرد. مساله‌ای که از طریق آزمایش و خطا یعنی آزمون راه حل‌های گوناگون حل شود وقت زیادی می‌گیرد و سرانجام با تلاش فراوان امکان پیدا کردن راه حل درست حاصل خواهد آمد. اگر در این روش دلیل حل مساله از روی بینش حاصل نشود تنها نتیجه حاصل، حل همان مساله خواهد بود. اما اگر بتوان قاعده حل مساله را آموخت در این صورت می‌توان برای مسائل نظیر نیز از آن مدد گرفت. (بیش)

کنگ بعدی بینش به ما است که می‌توانیم آنچه را آموخته‌ایم به خاطر بیاوریم. با بینش می‌توان حفظ کردن را سریعتر و آسانتر عمل کرد و دوام در حافظه را نیز طولانی تر ساخت.

بینش از همراه حل دیگری موثرتر است. بعنوان مثال اگر معلمی در کلاس درس با دانش آموزی بی توجه و سر به هوا در ارتباط باشد و دانشا برای جلب توجه او اقدام به تنبیه نماید نخواهد توانست هیچ گونه تغییری در رفتار دانش آموز حاصل کند. اما اگر علت بی توجهی او را از روی بینش و فراست دریابد قادر است درمان شایسته‌ای را آغاز کند. مشکلاتی که از طریق بینش

حل شوند به ما احساس خرسندی

خواهند داد که خود موجب تلاش و فعالیت بیشتر است.

چگونه دانش آموزان را واداریم تا از طریق بینش مطالب را بیاموزند؟

۱ - به وسیله مثال‌ها و نمودارها بعنوان نمونه برای آموختن کسرهای منعاری و نسیم این نوع کسرها می‌توان با رسم نمودار ارتباط کسرها را باهم به دانش آموز

فهماند.

۲ - پرسیدن با روش سقراطی. از شاگرد آنقدر سؤال کنیم تا بتواند خود به اشتباهش پی ببرد و پاسخ درست را بیابد.

۳ - به دانش آموز فرصت دهیم تا با روش آزمایش و خطا همراه با تجزیه و تحلیل به کشفاتی نائل شود

۴ - می‌توان به وسیله برگه‌ها قرائن و اشاره‌ها این فرصت را به یادگیرنده داد تا بینش پیدا کند. بعنوان نمونه می‌توان با ارائه

<p>دانش آموز آن اندازه که از مطالعه و تمرین سراسری چیزی خواهد آموخت و پیشرفت حاصل خواهد کرد از تمرینهای جداگانه پیشرفت چندانی بدست نخواهد آورد.</p> <p>برای اینکه بتوان موضوع با مهارتی را به نحو مطلوب یاد داد باید دقت کرد که دانش آموز پس از تسلط لازم در مراحل نخستین، تمرین را در محیط اصلی انجام دهد. بعنوان مثال رانندگی در جاده‌های خلوت سپس در خیابانهای شلوغ و بر رفت و آمد.</p>	<p>و خواهد داشت. تکالیف دانش آموزان باید در اولین فرصت صحیح گردیده و بدان برگردانده شود. تمرینات دانش آموز باید منظم و مرتب صورت بگیرد. باید بدانش آموز آموخت که زبان تمرین را با فاصله‌های معادل تغییر کند.</p> <p>طول دوره تمرین باید در حدی باشد که دانش آموز با سرعت و علاقه بد تمرین اشغال داشته باشد. نبل از بروز حسگی باید دست از کار کشیده شود. طول تمرین بد یادگیرنده و چگونگی کار او بستگی دارد. هرچه دانش آموز خرد سالتر و کار دشوارتر باشد دوره تمرین باید کوتاه تر باشد. بیک نکته دیگر نیز باید اشاره شود و آن ساینده و زردینه منلومانی یادگیرنده است. هر قدر دربارده موضوعی معلومات بیشتری دانسد با سبب مطالب بازدر را آسانتر درک خواهیم کرد.</p>	<p>مسئله‌های ساده‌تر دانش آموز را وادار به حل مسائل مکتب ساحت. ۵ - در موارد بسیار نسی سوان از دانش آموز انتظار داشت که مهارت جدیدی را با ناموزده مکرر آنگه آنرا بصورت سانس بسا همد کند. البتد در اینجا بتلید سنا کانسى نسیب بلکه باید بدان گوسزد کرد تا رفتار و کردار ما همد سده را مورد سجزید و تحلیل قرار دهند.</p> <p>چگونه باید دانش آموزان را وادار بد تمرین کرد؟</p>
<p>ترجمه و تاءلف غلامحسین ریاحی</p> 	<p>نیل از آغاز بد تمرین باید در مراحل محسین راهمانی های لازم بدتخل آید. اصلاح آسوزتی غلط سبراب مسکل سراز ناد دادن کارهای صحیح خواهد بود.</p> <p>همسده باید دانش آموزان را از چگونگی کار انجام سده آکاد ساحت. اطلاع از سزان سسرت دانش آموز باید کوس بیسری</p>	<p>نیل از آغاز بد تمرین باید در مراحل محسین راهمانی های لازم بدتخل آید. اصلاح آسوزتی غلط سبراب مسکل سراز ناد دادن کارهای صحیح خواهد بود.</p> <p>همسده باید دانش آموزان را از چگونگی کار انجام سده آکاد ساحت. اطلاع از سزان سسرت دانش آموز باید کوس بیسری</p>

۶۴ بضدا ز صفحہ

داستد باسد ، بد محض فرار گرفتن در مفاصل آن مثل طاعون از برابرت می گریزیم . ما از آئینسد تصویر می خواهیم ، بد موعظده ، ساند تصویرى را که می بینیم دوست ندانسد با سیم ، وسایدهم فکر آرایش دیگری بد مفرمان حطور کند . کاربرد یک آئینسد احساسی ، با ز سباب احساسات است ، بهمان کوند که هستند ، بدون هیچگونه تحریفی .

— بنظر می آید که بدجوری عصبانی هستی !
 — مثل اینکه خیلی از او متنفری !
 — بنظر می آید که از کل ما حرا دل خوری !
 برای بجهای که چنین احساساتی دارد حملات بالا مفید وموثرند و بوضوح بد اوسیان می دهند که چه احساساتی دارد . وضوح تصویر در یک آئینسد معمولی یا آئینسد احساسی فرصتی بیش می آورد تا آدمی بد آرایش خود پرداخنه و حوسش را عوض کند .

ترجمه سهلا اغوازی