



گفت‌وگو با نوجوان هنرمندی که برای صلح و دوستی می‌نویسد

من میان کتاب‌ها بزرگ شده‌ام

اندک صبر!
 الهام صالح



باز هم ماجرای کتک خوردن نوجوان ایرانی در مسابقات رزمی

مُشتِ تلخ

ما اینک!

محمد عکاف

حالا چه پوشم؟ چه بخورم؟ چه بخونم؟

دومین بحران مهم نوجوانی بعد از این که تکلیف با خودت معلوم نیست و این که بالاخره بزرگ شدی یا بچه‌ای، برمی‌گردد به اینکه کلاً مثل ساربان بی‌شتر وسط بیابان سرگردانی! می‌خواهی کفش بخری، نه فروشگاه‌های کفش کودک سایز پایت را دارند نه فروشگاه کفش بزرگسال. می‌خواهی پیراهن و شلوار بخری نه در لباس‌فروشی‌های بچه‌گانه چیزی برایت پیدا می‌شود، نه در لباس‌فروشی‌های بزرگسال. این بدبختی به حوزه فرهنگ هم رسیده چون کنار پیشخوان روزنامه‌فروشی‌ها هم برای کودکان شیرخواره مجله پیدا می‌شود، اما برای تو... بهتره برای این که ضایع نشی حداقل یه بسته آدامس بخری ببری بی‌کارت... نه! نرو! چرا آدامس...؟ هشت بخرا!

پوست کروکودیل

این هشتی که الان خیلی واسه خودش هشت شده است و هر روز خدمت شما می‌رسد، اولش این‌طوری نبود. اولش دوتا آدم و نصفی بودیم و بعدش شدیم سه تا آدم و نصفی و الان است که بعد از دو سال کلی نویسنده و خبرنگار دورهم جمع شده‌ایم و حرفی برای گفتن داریم. این‌ها را گفتیم که بدانید نشریه، مجله و روزنامه منتشر کردن کلاً کار سختی است و آن‌قدر دردسر دارد که خیلی‌ها عطایش را به لقاییش می‌بخشند و کلاً بی‌خیال این کار می‌شوند، اما از آن‌جایی که پوست ما خیلی سفت بود و به قول آقایان از جنس پوست کروکودیل، تصمیم گرفتیم که این کار را با همه سختی‌هایش انجام بدهیم و انجام هم دادیم. شما هم اگر روزی روزگاری دل‌تان خواست مجله یا نشریه‌ای منتشر کنید، یک سفر تشریف ببرید آفریقا، یک عدد پوست کروکودیل تهیه بفرمایید که خیلی به کارتان می‌آید، خیلی...

شورش را در آورید؟

کلاً هر کسی ما هشتایی‌ها را می‌بیند فکر می‌کند دماغ‌مان را عمل کرده‌ایم از پس دماغ‌مان بالاست؛ البته این کاری که ما می‌کنیم دماغ بالا گرفتن هم دارد. کلاً همین حالا که من دارم با شما صحبت می‌کنم. الو... الو... صدام می‌آد؟ بله همین حالا تنها و تنها نشریه‌ای که هر روز برای نوجوانان ایرانی منتشر می‌شود ما هستیم. فکرش را بکنید یک نشریه چهار صفحه‌ای قطع روزنامه... روزنامه‌ها! بعدش هم کلاً مطالب نشریه ما تولیدی است؛ یعنی اهل «کپی پیست» کردن نیستیم. فارسی‌اش می‌شود شما هر روز در هشت مطالب اختصاصی خودتان را می‌خوانید. خدایی در این دوره و زمانه کجا پیدا می‌شود که این قدر به دنبال تولید مطلب اورچینال برای نوجوانان باشد. نه شما بگویید؟ نگردید! نداریم داداش! نداریم آبیچی! تازه در ماه کلی هم پول تصویرسازی و نقاشی و گرافیک و از این‌چون جنگولک‌بازی‌ها می‌دهیم. حالا انصافاً حق نداریم دماغ‌مان را بالا بگیریم. حق داریم دیگه...

با تو دیگه که هسته؟

ما کلاً دماغ بالا گرفته‌ها در عملیاتی انتحاری کاری کردیم که خیلی‌هایی که برای نوجوانان کار رسانه‌ای می‌کنند دهان‌شان از تعجب باز شود و بگویند: «بابا تو دیگه کی هستی؟» و بعد با تعجب به آن‌چه پیش‌رویشان است نگاه کنند و ما با همان دماغ سر بالا بگوییم: «ما اینیم...» می‌پرسید شما چی هستید؟ باید محضرتان عرض کنم که ما همان کسانی هستیم که بعد از عملیات اعجاب‌انگیز انتشار روزانه ویژه‌نامه هشت حالا سایت هشت را به نشانی <http://hasht.qudsdaily.com> راه‌اندازی کردیم. زمین پس می‌توانید کنار مطالعه هشت کاغذی، هشت اینترنتی را هم ملاحظه بفرمایید و به این باور برسید که بابا ما دیگه کی هستیم.

دارودسته هشتایی‌ها

«به تعدادی همکار هشتی دماغ بالا نیازمندیم». این آگهی همکاری است؛ یعنی جنابان آقایان و سرکاران خانم که علاقه‌مند هستند در دارودسته هشتایی‌ها به‌عنوان خبرنگار مشغول به کار شوند مزده می‌دهیم که به‌زودی روزنامه «قدس» قرار است باشگاه خبرنگاری راه‌اندازی کند و علاقه‌مندان پس از این که آگهی ما در روزنامه منتشر شد و در سطح شهر مشهد در بلبوردها در معرض دید عموم قرار گرفت می‌توانید بشتابید و برای عضویت در این باشگاه نام‌نویسی کنید و در دوره ما که خیلی فوق‌العاده و فوق‌حرفه‌ای است شرکت کنید و پس از آن به‌عنوان خبرنگار مشغول به کار شوید. آن وقت خواهید دید که دارودسته هشتایی‌ها چه می‌کنند...

حرف اول و آخر

یکی از مهم‌ترین کارهایی که باید در فعالیت‌های جمعی مدنظر قرار گیرد این است که باید کارها به صورت گروهی انجام شود. ما هم از همان اول همین کار را کردیم و یک جمع برویج علاقه‌مند به کار مطبوعاتی را دور خودمان جمع کردیم تا برای نشریه اسم انتخاب کنیم که حداقل وقتی می‌خواهیم صدایش بزنیم هی نگوییم «اون»، «چی»، «همون»... و همین شد که صدها اسم پیشنهادی یکهو از سمت دوستان سرازیر شد و از آن‌جایی که نقش مشورت در کارهای جمعی خیلی مهم است، هنگامی که همه ما منتظر بودیم یکی از این صد اسم برای این نوکل در حال شکفته شدن انتخاب شود جناب سردبیر، عینکش را کمی جابه‌جا کرد و درحالی که چشم ما به دهان مبارک‌شان بود گفتند: «هشت» و این دقیقاً همان اسمی بود که ما انتخاب نکردیم بودیم!...

برو غارت رو چرون...!

یعنی آدم جله تابستان وسط گرما شلغم بفروشه، اما یی هویت نباشه. این نوجوانی با همه خوبی‌هایش کلاً دوران بلا تکلیفی و بدبختی و بیچارگی و سه‌تقطه است. همین که خودش را تو جمع بزرگ‌ترها جا می‌کنی تا سری توی سرها دریاوری همه بک‌چور بهت چشم‌غره می‌روند که انگار چه گناه بزرگی مرتکب شده‌ای و این جمله آشنا را می‌گویند که «بلند شو برو دنبال کارت بچه‌جون...»

باشه عمو ما بچه‌ایم دیگه...
 آره بچه‌ای، دهنت هنوز بوی شیر می‌ده...
 به همین دلیل تصمیم می‌گیریم با برویج فامیل شلنگ‌تخته بیندازیم و هزارتا جنگولک‌بازی از خودمون دربکنیم. همون جماعت دوباره سروکله‌شان پیدا می‌شود و لب به دندان می‌گیرند و سری از روی تاسف تکان می‌دهند که «خیجالت بکش خرس گنده، آخه این کارهای جلف چیه انجام می‌دی. خیر سرت بزرگ شدی‌ها!..» و این یعنی بالاخره تکلیفت با خودت معلوم نیست که بچه‌ای، بزرگ شدی؟ هم بچه‌ای هم بزرگ شدی؟ کلاً ویندوزت هنگ می‌کنه و می‌روی غارت بچرونی... خیلی خوب حالا خیلی خودت رو لوس نکن بیا این هشت رو بخون تا از بحران هویت بیرون بیایی!...

آخرش چه می‌شه؟

این‌همه حرف زدیم و گفتیم، خودمون رو تحویل گرفتیم و واسه خودمون نوشابه باز کردیم تا خدمت باسعادت جنابان و سرکاران عرض کنیم که ما این‌همه دک‌ویوز و کلاس خودمان را مدیون اون آقای باصفایی هستیم که به ما اجازه دادند در جوارشان باشیم و به اسم ایشان برای شما نوجوانان کار کنیم. این یعنی ما هر کسی باشیم واسه خودمون هستیم و در این آستان آمده‌ایم که به اندازه ذره‌ای دچار فهم و درک شویم. اگر از نوجوانی با این دستگاه باعظمت آشنا شدیم، همسایه شدیم و رفیق شدیم حتماً روز کارمان روزگار متفاوتی خواهد بود. چون این خانواده عادت ندارند وقتی دست کسی رو گرفتند ولش کنند. حالا چه فرقی می‌کنه یکی در لباس خادمی، یکی در لباس فراشی و کفش‌داری و یکی هم مثل ما به اسم خبرنگار و روزنامه‌نگار که دلش می‌خواهد برای نوجوان‌های این مملکت کاری کند. مهم این است که همه ما سر سفره آقامون امام رضاع) هستیم... زیاده عرضی نیست تا بعد دل‌تون شاد.



دور دور کردن در فضای مجازی که گاهی و...

بچه نخب

سیده شبنم شجاعی | این روزها کمتر نوجوانی پیدا می‌شود که تلفن همراه نداشته یا به اینترنت اصفا استفاده از فضای مجازی و اینترنت هم خطرات خاص خودش را دارد. یکی از خطرات این است که اتفاقاً این روزها بسیار زیاد هم شده است. شما چگونه از خودتان در برابر محتوای اصول و باید و نبایدهایی هنگام استفاده از اینترنت برای خودتان دارید؟ با مشاوره‌خونه این



جذاب اما سمی

ممکن است برای شما که نوجوان هستید جست‌وجو یا کنجکاوی در کانال‌های مختلف جذاب باشد. ممکن است از دیدن بعضی تصاویر یا فیلم‌ها خوش‌تان بیاید، اما باید حواس‌تان به تأثیر آن‌ها روی خودتان باشد. محتواهای غیراخلاقی و نامناسب ممکن است در ابتدا جذاب به نظر برسند، اما برای ذهن و روان شما بسیار مضر هستند. یادتان باشد هیچ تصویری از ذهن ما پاک نمی‌شود. پس بهتر است خودتان را در معرض تصویری که برایتان دردسر درست می‌کند قرار ندهید.



حواست کجاست؟

محتوای غیراخلاقی و چیزهایی که مناسب سن شما نیستند، ممکن است مدت‌ها ذهن‌تان را به خودشان مشغول کنند. این تصاویر بارها و بارها از جلوی ذهن شما رد خواهند شد و حواس‌تان را پرت خواهند کرد. برای همین ممکن است دیگر نتوانید به راحتی روی کارهایی که می‌خواهید انجام دهید، تمرکز کنید و حواس‌تان مدام پرت شود.



تحریک غرایز

دیدن محتواهای غیراخلاقی ممکن است باعث تحریک قوای غریزی شما شود. ممکن است بعد از دیدن عکس یا فیلم نامناسبی احساس کنید که نمی‌توانید خودتان را کنترل کنید و به سمت کارهای نامناسبی سوق داده می‌شوید. برای همین خیلی مهم است که قبل از این که کار از کار بگذرد، از خودتان در برابر آن‌ها محافظت کنید.



در معرض آن‌ها رفتن به ضعفی هستی این احساس ضعف که به سیگار یا م احساس ضعفی است خودتان مراقبت که



ورود والدین آزاد

چگونه از فرزندان دورمقابل آسیب‌های مجازی محافظت کنیم

یکی از دغدغه‌های جدی بسیاری از والدین در این دوره و زمانه، محتوای طرفی استفاده از اینترنت و فضای مجازی برای نوجوانان بسیار جذاب است. دوست ندارید که فرزندشان در معرض آسیب‌های موجود در این فضای دوست دارید فرزندتان به سلامت از این دوران عبور کند

درد بی خبری



الان دیگر دوره و زمانه‌ای نیست که بدون راه‌ها کنید. گاهی والدین اصلاً نمی‌دانند اختیار دارد و چه خطراتی ممکن است مجازی و اینترنت ندارند، بهتر است اطراف فرزندتان برای مراقبت از خودش کمک



باز هم ماجرای کتک‌خور دن نوجوان ایرانی در مسابقات رزمی

مشت‌تلیخ

اتفاقی که سال گذشته در مبارزات غیرقانونی برای دختر نوجوان ایرانی رخ داد و باعث جریحه‌دار شدن احساسات مردم شد، این بار برای پسری خردسال رخ داده است!

داستان تلخی که تکرار شد

اسمش را گذاشته‌اند قفس! شاید توی فیلم‌های خارجی دیده باشید که دوتا آدم گنده و عجیب‌وغریب را می‌اندازند توی محفظه‌ای که شبیه قفس است و بعد آن‌ها تا سرحد مرگ همدیگر را می‌زنند. تا سال گذشته ما فکر می‌کردیم این چیزها فقط واسه توی فیلم‌هاست و بعید است که کسی از اطرافیان ما درگیرش بشود، اما با شرکت یک دختر نوجوان ایرانی در این مبارزات غیرقانونی تصورمان غلط از آب درآمد. خردادماه سال گذشته در جریان یک دوره مسابقات حرفه‌ای داخل قفس دختر رزمی کار اما آماتور ایرانی برابر حریف حرفه‌ای خود به بدترین شکل ممکن کتک خورد و صدمه دید. حالا پس از یک سال همان جریان یکبار دیگر و باز هم در همان کشور برای پسر نوجوانی اتفاق افتاد. چند روز پیش «مهرشاد هدایتی» با پرچم ایران تحت عنوان یک دوره رقابت حرفه‌ای اما غیراستاندارد وارد قفس شد و در همان دقیقه اولیه بازنده شد و به شدت هم آسیب دید.

مسابقه در قفس برای پول

نکته جالب ماجرا آنجاست که فدراسیون‌های رزمی مختلف با صدور بیانیه این نوع برنامه‌ها را محکوم کرده‌اند. حتی با ارائه بخشنامه‌های متعدد فعالیت و آموزش رشته‌های حرفه‌ای به خصوص «MMA» را ممنوع اعلام کرده‌اند. این رشته رزمی خشن که به آن «هنرهای رزمی ترکیبی» هم می‌گویند تلفیقی از هنرهای رزمی مختلف است و بیشتر مسابقاتش به صورت حرفه‌ای برگزار می‌شود و به همین خاطر میزان خشنونت در آن از رقابت‌های معمول رزمی بالاتر است. MMA مخفف عبارت «Mixed Martial Arts» و به زبان ساده ترکیب هنرهای رزمی است. شما در ذهن‌تان یک چیزی مثل بازی‌های رایانه‌ای بیابید که مبارزان در آن از تکنیک‌های مختلف رزمی، مانند انواع مشت و لگد تا تکنیک‌های قفل، اهرم کردن‌ها، پرتاب‌ها و تکنیک‌های خاک استفاده می‌کنند و درست مثل همان دنیای دیجیتالی، مسابقات این رشته با کمترین محدودیت‌ها و قوانین برگزار می‌شود و بهتر است بگوییم آن قدر مبارزان در آن آزاد هستند که می‌شود گفت هر کی به هر کی است و به همین خاطر احتمال آسیب دیدن شرکت‌کنندگان بسیار بالاست.

شاید به نظر خیلی از مبارزان این همه آزادی خوب بیاید، اما در حقیقت حد و مرز نداشتن این رقابت‌ها می‌تواند به ضرر هنرهای رزمی تمام شود. خشونت که در این مسابقات وجود دارد به همراه زشت‌های خشنی که بعضی از مبارزان MMA می‌گیرند، می‌تواند به شدت به وجه مثبت هنرهای رزمی آسیب بزند؛ خصوصاً که حالا با رسانه‌های شدن این رقابت‌ها، مردم دائماً این صحنه‌ها را از شبکه‌های تلویزیونی و سایت‌های خبری می‌بینند. در رقابت‌های حرفه‌ای MMA که به آن «بوکس قفسی» هم می‌گویند، اتفاقات عجیب‌وغریب زیادی می‌افتد چون پای پول و کاسبی و شرط‌بندی در میان است، دلال‌بازی و کلاهبرداری هم چاشنی‌اش است. بعضی از ورزشکاران به خصوص افرادی که محرومیت‌های مختلفی از جمله دوپینگ دارند، به عنوان دلال وارد بازی شده و ورزشکاران تازه‌کار را که به دنبال کسب نام و پیشرفت هستند گول زده و به این مسابقات معرفی می‌کنند؛ البته همه چیز به این سادگی‌ها هم نیست؛ برای مثال شرکت‌های مختلفی در کشورهای متعدد مشغول به فعالیت و اسپانسر می‌شوند و اقدام به معرفی افراد برای شرکت در این مسابقات می‌کنند، حدود ۲ تا ۵ هزار دلار دستمزد برای شرکت‌کننده‌ها در نظر می‌گیرند که البته بخش ناچیزی از آن به ورزشکار شرکت‌کننده تعلق می‌گیرد.

نوجوان ایرانی در قفس

این که چطور پای جوان‌ها و نوجوان‌های ما به این بوکس قفسی باز شده است، جای سؤال دارد. مسئولان می‌گویند افراد سودجو از بی‌خبری نوجوانان سوءاستفاده کرده و آنان را فریب داده و به این مسابقات می‌برند، اما نمی‌گویند که چطور در این میان فدراسیون از فعالیت این افراد بی‌خبر است. چطور آن‌ها می‌توانند به آسانی نوجوان را با پرچم ایران به این مسابقات برده و شکست‌خورده و داغان بازگردانند. در حوزه ورزش‌های رزمی به خصوص در بخش حرفه‌ای آن افراد شناخته‌شده هستند که به دلایل مختلف از جمله ضعف قوانین و با استفاده از بی‌اطلاعی والدین، دست به سوءاستفاده از نوجوانان و جوانان کشورمان می‌زنند و در بسیاری از موارد شاهد آسیب‌های جدی به این رزمی‌کاران هستیم. نوجوانان ایرانی در مسابقات شرکت کرده‌اند که نه قانونی بوده و نه قوانین داوری درست و حسابی داشته است و خیلی زود هم دچار آسیب‌های شدید می‌شوند. حال این که چه کسی مسئولیت اعزام، مسابقه و آسیب دیدن نوجوان را بر عهده می‌گیرد، مشخص نیست. شاید دیدن صحنه‌های رزمی این ورزش برای بخشی از نوجوانان جذاب باشد، ولی حضور در این مسابقات به شدت خطرناک است.



فارس

کم‌یخواب، کابوس نین



امیدوارم با خواندن گزارش بسته خبری شب کابوس نبینید؛ البته خیلی هم نگران نباشید چون آن‌طور که محققان به‌تازگی کشف کرده‌اند همیشه به خاطر شنیدن خبر بد و داشتن استرس نیست که ما خواب بد می‌بینیم. برای مثال نتایج تازه‌ترین تحقیقات نشان داده است که بین خواب زیاد شبانه‌گاهی و دیدن کابوس ارتباط مستقیم وجود دارد. به همین خاطر دانشمندان اعلام کرده‌اند آن‌هایی که ۹ ساعت یا بیشتر در شب می‌خوابند، کابوس‌های بیشتری می‌بینند.

ایرنا

تبلیغ با طرح اسکناس ممنوع شد



بانک مرکزی چاپ و انتشار هر گونه برگه تبلیغاتی را که شبیه طرح واقعی اسکناس و چک پول رایج کشور باشد، ممنوع اعلام کرد. این یعنی این‌که از فردا کسی نمی‌تواند برای تبلیغ حشره‌کش یا تاکسی تلفنی از طرح اسکناس یا چیزی شبیه پول حتی یک ذره شبیه آن هم استفاده کند. الکی که نیست پول مملکت است و برای خودش اعتباری دارد. تازه ممکن است می‌الکی تبلیغ شبیه اسکناس چاپ کنید بعد وسوسه بشوید که راستی راستی بروید توی کار چاپ اسکناس تقلبی! امیدواریم هر گونه استفاده ابزاری از اسکناس مانند نوشتن یادگاری روی آن هم ممنوع شود.

سحرخیزان تا کابوس نبینند

به سرمانه ملی احترام بگذاریم

نت و فضای مجازی دسترسی نداشته باشد، نت و فضای مجازی نامناسب و غیر اخلاقی اش نامناسب فضای مجازی مراقبت می‌کنید؟ چه هفته همراه شوید تا در این باره بیشتر بدانید.

صادقانه با خودم

اولین کاری که باید انجام دهید این است که قدری با خودتان خلوت کنید و بررسی کنید که علت کشیده شدن شما به سمت محتوای نامناسب چیست؟ حس کنجکاوی است؟ احساس تنهایی و بی‌کاری می‌کنید؟ می‌خواهید از همسالان خودتان کم نیاورید و نشان دهید که خیلی چیز می‌دانید؟ اگر بتوانید عوامل و انگیزه‌هایتان را پیدا کنید، راه حل هم با پای خودش به سمت شما خواهد آمد.

قطب‌نمای درونی

همه ما یک قطب‌نمای درونی داریم که راه درست و غلط را به ما نشان می‌دهد. این راهنما باعث می‌شود وقتی کار نادرستی انجام می‌دهیم، احساس نامطلوبی داشته باشیم. برای تشخیص درست و غلط از این راهنما کمک بگیرید. هر وقت دیدید که هنگام استفاده از اینترنت و فضای مجازی دچار احساس تردید یا نگرانی یا ترس شده‌اید یا احساس بدی نسبت به خودتان دارید، بدانید که در مسیر درست نیستید و سریع تغییر جهت دهید.

برگرداندن توجه

یکی از چیزهایی که باعث می‌شود نتوانید از خودتان مراقبت کنید این است که توجه شما به سمت مطالب نامناسب جلب می‌شود. شما هم باید در جهت عکس حرکت کنید؛ یعنی سعی کنید توجه خودتان را از سمت چیزهایی که شما را تحریک می‌کند تا به سمت محتوای نامناسب و غیر اخلاقی بروید، برگردانید و به سمت چیزهای دیگر جلب کنید. یادتان باشد ذهن انسان مثل ذهن کودکان است. اگر توجه او را به سمت دیگری ببرید، بعد از مدتی یادش می‌رود و تحریکش از بین می‌رود.

دوری از لبه پر تگاه

یادتان باشد که حتی قوی‌ترین آدم‌ها هم اگر خودشان را در معرض محیط محرک قرار دهند ممکن است نتوانند مقاومت کنند، پس سالم‌ترین راه این است که خودتان را از شرایطی که باعث تحریک و لبز خوردن شما می‌شود دور نگه دارید؛ مثلاً عضو بودن در کانال‌های نامناسب، تا دیروقت بیدار ماندن و مدام در اینترنت سرک کشیدن و هر کار یا محیط دیگری که خودتان متوجه می‌شوید وقتی در آن قرار می‌گیرید مقاومت کردن برایتان دشوارتر می‌شود.

فشار دوستان

نوجوانان از همسالان خود تأثیرپذیری زیادی دارند. اگر دوستان شما یا بعضی از آن‌ها این‌طوری باشند که تا دورهم جمع می‌شوند صحبت کانال‌ها و سایت‌های غیر اخلاقی را به میان می‌آورند و مطالب، تصاویر و فیلم‌های آن را برای هم تعریف می‌کنند یا این فیلم‌ها را به هم نشان می‌دهند، معلوم است که وقتی از آن‌ها جدا می‌شوید، تمایل دارید که شما هم قدری سرک بکشید و ببینید چه خبر بوده است. اگر می‌بینید در اطراف شما دوستانی با این ویژگی وجود دارند، لازم است حتماً به آن‌ها تذکر دهید یا مدتی ارتباطات را با آن‌ها محدود کنید.

جایگزین‌های جذاب

برای این که بتوانید از محتوای غیر اخلاقی دور بمانید لازم است برای خودتان جذابیت‌های جدیدی ایجاد کنید. بیکار روی تخت دراز کشیدن ممکن است به راحتی شما را به سمت جست‌وجوهای نامناسب سوق دهد. اگر کانال‌های نامناسب را حذف کنید، ولی به جای آن برنامه جذابی برای خودتان نداشته باشید، ممکن است خیلی زود شکست بخورید. یادتان باشد اگر وقت خودتان را با کارهایی که دوست دارید و برایتان جذاب است پر کنید، حتماً موفق‌تر خواهید بود.

نظارت دوردور

بعد از وضع قوانین مشخص و قبول آن از طرف فرزندتان و دادن آگاهی‌های لازم به او، دیگر لازم نیست دم به ساعت سراغ گوشی‌اش بروید. به او اعتماد کنید، ولی حواس‌تان دوردور به او باشد. استفاده نامناسب از فضای مجازی و اینترنت نشانه‌هایی دارد. اگر دیدید که فرزندتان خیلی در فکر فرو می‌رود یا تمایل به تنهایی دارد یا شب‌ها بیش از حد بیدار می‌ماند یا با ورود شما به اتاقش پریشان می‌شود و برای گوشی خودش رمز گذاشته که شما آن را نمی‌دانید، ممکن است درگیر مطلب نامناسبی شده باشد. در چنین مواردی لازم است با فرزندتان صحبت کنید و مسیر گفته‌شده در بالا را دوباره طی کنید.

چگونه از فرزندتانمان در مقابل آسیب‌های فضای مجازی محافظت کنیم؟



قانون‌گذاری با هم

در مقابل، رها کردن نوجوان هم اصلاً به صلاح او نیست. گاهی وسوسه‌های فضای مجازی از نوجوان قوی‌تر می‌شوند. برای همین است که باید قوانین روشن و مشخص برای استفاده از اینترنت و فضای مجازی در خانه داشته باشید. این قوانین را خودتان به تنهایی وضع نکنید تا فرزندتان مخالفت و لجبازی نکند. با فرزندتان صحبت کنید و با هم قوانینی برای ساعات استفاده از فضای مجازی، سایت‌ها و کانال‌های مورد تأییدتان، نحوه ارتباط با دیگران در فضای مجازی بگذارید. مراقب باشید که قوانین‌تان بیش از حد سختگیرانه نباشد، ولی برای اجرای آن‌ها قاطع باشید. از فرزندتان بخواهید متعهد شود که به قوانین گذاشته‌شده پایبند باشد.

خودم مواظبم

اول از همه یادتان باشد که نوجوانان در مقابل کنترل شدن و محدودیت‌های بیرونی مقاومت و لجبازی می‌کنند. آن‌ها دوست ندارند از امکاناتی که همسالان‌شان دارند، محروم باشند یا محدودیت‌های بیشتری برایشان گذاشته شود، پس یادتان باشد که محدودیت و محرومیت افراطی چاره کار نیست. این کار نوجوان‌تان را ترغیب می‌کند که پنهان کاری کند و این اصلاً خوب نیست.

واکسن صمیمیت

در دوران نوجوانی همه هم‌وغم شما باید این باشد که رابطه‌تان با فرزندتان تقویت شود و صمیمانه باشد. صمیمیت فرزند شما را در مقابل بسیاری از خطرات واکسینه می‌کند. یادتان باشد هر چه رابطه شما با فرزندتان نزدیک‌تر و صمیمانه‌تر باشد، بهتر می‌توانید او را راهنمایی کنید و او هم حرف‌شنوی بیشتری دارد. از طرفی ممکن است گاهی فرزند شما اشتباهاتی بکند یا توی دردسر بیفتد و احتیاج به کمک داشته باشد و این جاست که صمیمیت با والدین به دانش می‌رسد. برای این که بتوانید رابطه‌تان را با فرزندتان قوی‌تر کنید، به او خوب گوش کنید، به او ابزار محبت کنید و در مقابل اشتباهاتی که مرتکب می‌شود او را سرزنش و توبیخ نکنید.

من ضعیفم

محتوای نامناسب نامناسب قرار گرفتن و سراغ تدریج باعث می‌شود که احساس کنید آدم د و قدرت کنترل و مهار کردن خودتان را ندارید. ف بسیار رنج آور است؛ مثلاً اگر دقت کنید کسانی داده مخدري وابسته می‌شوند، یکی از ناراحتی‌هایشان است که نسبت به خودشان دارند، پس بهتر است از نیند و جلوی بروز این احساسات منفی را بگیرید.

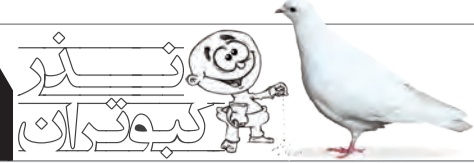
این‌مان فضای کنه؟

ن داشتن اطلاعات و علم کافی بتوانید فرزندتان نند که فرزندشان چه می‌کند، چه امکاناتی در در کمین او باشد. حتی اگر تمایلی به فضای لاعات و آگاهی خودتان را بالا ببرید تا بتوانید به کنید.

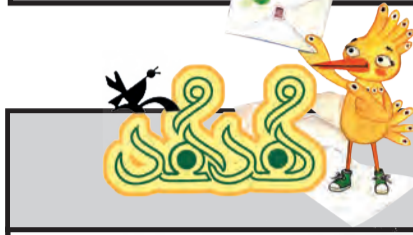
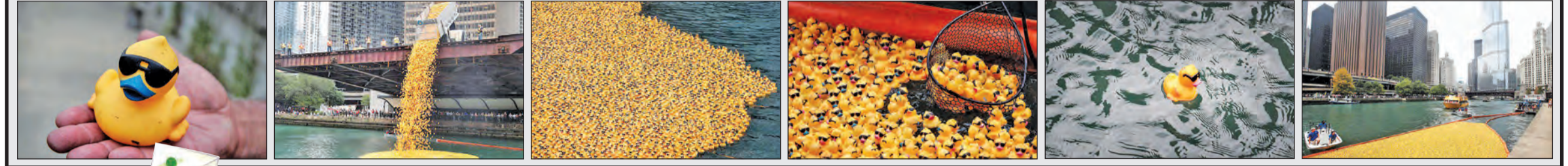
کارگاه عملی هفته

رست‌رو بوده بمان!

فضای مجازی و اینترنت، محیطی بسیار لغزنده است. پس برای این که بتوانید با آسودگی و امنیت از آن استفاده کنید، باید راه‌های لبز نخوردن در این محیط را هم یاد بگیرید. اگر بدون رعایت اصول ایمنی در آن حرکت کنید، احتمال سرنگون شدن‌تان خیلی زیاد است. کارگاه این هفته، هفت راهکار برای شما دارد. آن‌ها را با دقت مطالعه و رعایت کنید. امیدواریم هیچ‌گاه شاهد لبز خوردن شما نباشیم.



نمایشگاه



فانلکات خمیب الان رسید

هدیه‌های هشتکویا

دوست نوجوان من! ههدد کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان خراسان رضوی با همکاری روزنامه هشت به سمت شما پرواز کرده تا شما پرنده‌های شجاع و زیبا را ببرد به کوفه قاف. اگر شما هم به ههدد کمک کنید، ما زودتر به آنجا می‌رسیم.
پست الکترونیکی ما: hodhod8@kpf-khr.ir



الصاح صالح

اندکی صبر!

به خیلی چیزها فکر می‌کنم؛ منظورم فکرهای شخصی نیست بلکه فکرهایی درباره توست. تو که نوجوانی و خیلی چیزها می‌تواند دغدغه ذهنیات باشد، از چیزهای ساده و پیش‌پا افتاده تا مثلاً معضلات جهانی. گفتم مثلاً معضلات جهانی، چون مطمئن نیستم خیلی درگیر این‌جور مشکلات باشی. چرایی‌اش بماند برای کمی بعدتر. نه در این یادداشت بلکه در یادداشت‌های بعدی، اگر این امکان وجود داشت که در موردش حرف بزنیم...

من میان کتاب‌ها بزرگ شده‌ام

گفت‌وگو با نوجوان هنرمندی که برای صلح و دوستی می‌نویسد



«میرعلی برومند» متولد بهمن ۱۳۷۷ در مشهد مقدس است. از سال سوم ابتدایی تا پایان دبیرستان عضو کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شماره چهار مشهد بوده است و سال‌های کودکی و نوجوانی را میان برگ‌برگ کتاب‌ها، قزقز قلم‌نی بر صفحه کاغذ و خواندن شعر و داستان گذرانده است. گفت‌وگویی «هدد» را با او بخوانید.

66



رابطه‌ها با کتاب چگونه است؟

نمی‌شود عضو کتابخانه کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان باشی و لذت دوستی با کتاب را درک نکرده باشی. من میان کتاب‌ها بزرگ شده‌ام. اشتیاق به مطالعه در من از کودکی با شاهنامه‌خوانی پدرم و تشویق‌های مادر بزرگ شاعرم برانگیخته شد و در کتابخانه کانون با دسترسی به کتاب‌های مناسب کودک و به دنبال آن نوجوان این علاقه بیشتر و بیشتر شد. من به مطالعه آثار بزرگان شعر و ادب فارسی مثل مولانا، حافظ، سعدی، خواجه عبدالله انصاری، شهریار، بیدل دهلوی، سهراب سپهری و... علاقه‌مندم و بیت‌هایی را که دوست دارم برای خوشنویسی انتخاب می‌کنم.

از موفقیت‌هایت برایمان بگو...

در کلاس‌های خوشنویسی کانون زیر نظر مربی خوبم خانم «صفرلی» خوشنویسی را شروع کردم و صوری و مهربانی ایشان انگیزه آموختن را در من صد برابر کرد. به طوری که با راهنمایی ایشان در چهار آزمون مقدماتی، متوسط، خوش و تحریری سطح یک انجمن خوشنویسان قبول شدم و در سال ۱۳۹۴ نیز آزمون‌های عالی و ممتاز نستعلیق انجمن را با موفقیت گذراندم. در حال حاضر سال‌هاست که افتخار شاگردی استاد «نوشیروان فروغی» را نیز دارم. در کارگاه‌های کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در زمینه‌های مختلف فرهنگی، هنری و ادبی مانند داستان‌نویسی، خوشنویسی، شعر و سرود فعالیت داشتیم. آخرین موفقیتی که در زمینه خوشنویسی به دست آوردم کسب مقام دوم استان در سطح مسابقات دانش‌آموزی سال ۱۳۹۶ بود. مقام اول سرود در سطح مسابقات دانش‌آموزی کشور در سال ۱۳۹۳ نیز از جمله موفقیت‌هایی بود که خیلی خوشحالم کرد، چون سرود یک فعالیت گروهی است و من کنار تلاشم در زمینه خوشنویسی که هنری کاملاً فردی است توانستم کنار دوستانم در مدرسه نمونه‌دولتی «ترک‌زاده» به این مقام در سطح کشور برسم. کنار همه این‌ها در حال حاضر عضو انجمن ادبی آفتاب کانون پرورش فکری مشهد هستم و آثارم هم در گذشته‌های نه‌چندان دور در کتاب‌های «آفتاب و مهتاب» که مجموعه آثار اعضای ادبی کانون است چاپ شد که همین‌جا از مربی داستان‌نویسی‌ام خانم «الهام دهقان» تشکر می‌کنم.

رابطه خانواده و نوجوان را چگونه می‌بینی؟

همیشه معتقدم خانواده بهترین تکیه‌گاه و پشتیبان انسان هستند. برای همین همواره سعی‌ام بر این بوده که رابطه‌ای صمیمی و دوستانه بر پایه صداقت با آن‌ها داشته باشم، در مورد دوستان نیز من دوستان بسیار خوبی دارم که همیشه همراه و مشوق من بوده‌اند، دوستانی که با همفکری‌ها و همراهی‌هایشان باعث رشد علمی و هنری من شده‌اند.

یکی از خاطرات به یادماندنی‌ات را برایمان تعریف کن.

سال ۱۳۹۵ در سفری که به همراه خانواده به شهر «کومو» از شهرهای ایتالیا داشتیم در جریان بازدید از کلیسای مرکزی «چرنوبو» در این شهر یک ورک‌شاپ خوشنویسی برای افرادی که آن‌جا بودند برگزار کردم. حاضران در کلیسا با نگاه تحسین‌آمیز و متعجب به کار من نگاه می‌کردند و برایشان جالب بود که این روزها کسی با قلم خیزران یا بامبو به صورت کلاسیک و سنتی خوشنویسی کند، چون آن‌طور که من از آن‌ها شنیدم با آمدن فناوری و ماشین‌های تایپ و تحریر و رایانه‌ها هنر خوشنویسی لایتین در کشورهای اروپایی بسیار کم‌رنگ شده است. من آن روز بیت‌هایی از اشعار حافظ، سعدی و مولانا را خوشنویسی کردم و بیشتر آن‌ها با نام این بزرگان شعر و ادب فارسی آشنا بودند.

دیروزت چگونه بوده است و فردا چه رنگی را برایت به ارمغان می‌آورد؟

دنیای دیروزم را کاملاً سبز می‌بینم و نوجوانی خوبی را گذرانده‌ام و خوشحالم که به بطالت نگذشت. فردا را هم روشن و درخشان می‌بینم؛ البته این فقط احساس نیست، چون برای آن هدف و برنامه دارم و به تحقق آن بسیار خوش‌بینم.

نوجوانی را چگونه تعریف می‌کنی؟

نوجوانی یکی از مهم‌ترین دوره‌های رشد فکری، جسمی، عاطفی و اجتماعی هر انسانی محسوب می‌شود که مطمئناً اگر از این دوران طلایی به‌خوبی استفاده کنیم آینده‌ای درخشان برای خودمان ساخته‌ایم. در این دوره اتفاق‌های بسیاری روی می‌دهد که بسته به شیوه برخورد ما می‌تواند تهدید باشد یا فرصت. به نظر من، در دوره پرفراز و نشیب نوجوانی خانواده، مربیان دلسوز و دوستان خوب بهترین همراهان نوجوان هستند.

و اما حرف آخر؟

کانون پله اول رشد و ترقی من بوده است. سال‌های سال در فضای کتابخانه نفس کشیده‌ام. الان هم که به‌مرور وارد فضاهای جدی و بزرگسالانه ادبی و هنری شده‌ام هرگز کودکی و نوجوانی زیبا و پرخطر را فراموش نمی‌کنم. من اعتماد به نفس و شکوفایی استعدادها را مدیون فضای کانون و مربیان دلسوز هستم.



افسر داشته امتحان رانندگی می‌گرفت. از طرف می‌پرسه، آگه یه نفر وسط خیابون بود بوق می‌زنی یا چراغ؟ طرف می‌گه، برف‌پاک‌کن جناب سروان! افسر تعجب می‌کنه، می‌پرسه، یعنی چی؟ می‌گه، جناب سروان، یعنی یا برو این‌طرف یا برو اون‌طرف.
#خوشمزه‌خان

من همیشه تو زندگیم از جمله «فترات برتر» متفرد بودم. به نظرم همه انسان‌ها یکی هستند. رتبه کنکور خود را با بغض نگاه می‌کنم.
#تیل‌خان

دیشب رفتم تو کوچه سطل آشغالو خالی کنم، چشم خورد به صحنه دردناکی بغض گرفت عصری که من خونه نبودم پیاز خوردن به من نگفتن.
#خیل‌خان

کی بود می‌گفت وقتی موقع رانندگی به بقیه اجازه عبور بدید ازتون تشکر می‌کنن قشنگه؟ دو نفر تشکر کردند، هشت نفر بهم گفتند رانندگی بلد نیستی برو تو خونه بشین.
#خوشمزه‌خان

من حتی پیتزا هم می‌شدم شما رو خورشفت کرفس، لیمو شیرین می‌ریختین و می‌گفتین بیهه بیهه.
#آقای‌هساده

شب نتایج کنکور از کتاب رکوردهای گینس بهم زنگ زدن، هول شدم گفتم؛ می‌خواین استخدام کنین؟ گفتم، نه استمو بگو می‌خوایم این عدد جدیدی رو که با رتبه شما کشف شد به اسمت بزنیم.
#تیل‌خان

رتبه کنکورم رو دیدم لحظه اولش فکر کردم فاصله ماه تا کره زمینه!
#تیل‌خان

