ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
زندگی سلام
پنجشنبه • ۲۲ شهریور ۱۳۹۷
۳ محرم ۱۴۴۰ • ۱۳ سپتامبر ۲۰۱۸
شماره ۱۹۹۱۴
۱۱۳۷

به‌بهانه بحث گسترده و ترند هفته‌های اخیر فضای مجازی:
کودکان از فضاهای عمومی شهری چه سهمی دارند؟

ورود کودکان ممنوع!

الهه توانا | روزنامه نگار

مدتی پیش در فضای مجازی، بحث و جدلی راه افتاده‌بود بر سر حضور بچه ها در فضاهای عمومی مثل رستوران‌ها، گالری ها، سینماها و... . یک نفر توئیت کرده بود، مسئولان رستورانی در تهران، خانواده دوست اش را به‌خاطر خنده‌های دختر کوچولوی‌شان از رستوران بیرون کرده‌اند و کاربران فضای مجازی به دو گروه موافقان و مخالفان چنین رفتارهایی تقسیم شدند. بعضی‌ها معتقد بودند بچه‌ها فقط باید در فضاهای تعیین‌شده برای کودکان حضور داشته‌باشند مثل پارک‌ها و شهربازی‌ها، به دو دلیل؛ اول این که بزرگ‌ترها به آرامش نیاز و حق دارند وقتی برای غذاخوردن و فیلم دیدن بیرون از خانه هزینه می کنند، مجبور به تحمل صدای جیغ و گریه بچه‌ها نباشند. دوم این که از لحاظ تربیتی و ایمنی به نفع خود بچه‌هاست که در کنار هم‌سن‌وسال‌های‌شان باشند. گروه دوم اما باور داشتند بچه‌ها هم شهروند هستند و درست به اندازه بزرگ سالان باید در فضاهای عمومی شهری سهیم باشند و اتفاقا حضور بی‌قید آن‌ها در مکان‌های عمومی برای‌شان فایده تربیتی و آموزشی دارد. خلاصه بحث بر سر سهم بچه‌ها از شهر حسابی داغ شد، آن‌قدر که گالری‌داران سرشناسی مثل «نادر سیحون» و «لیلی گلستان» را هم وادار به اظهار نظر در این‌باره کرد. اما حق با چه کسی است؟ طرفداران سکوت شهر در غیاب بچه‌ها یا حامیانِ شهروندان کوچک؟ یک روان‌شناس کودک به‌این سوال پاسخ می‌دهد.

محدودیت‌های کودکان در دنیا

مسئله بودن یا نبودنِ بچه‌ها در فضاهای عمومی، در کشورهای دیگر هم بحث‌برانگیز است؛ مدت‌ها پیش رستورانی در کارولینای شمالی، به‌دلیل شکایت‌های فراوان از طرف مشتریان وفادارش، ورود بچه‌های زیر پنج سال را به رستورانش ممنوع کرد. صاحب این رستوران گفته به رغم واکنش‌های اجتماعی شدید به این محدودیت، کسب‌وکارش به‌طرز معناداری پیشرفت کرده‌است. او از تصمیم اش دفاع می کند چون بچه‌ها گریه می کنند، جیغ می‌زنند، با آیپدشان با صدای بلند بازی می کنند و این کارها بقیه مشتری‌ها را آزار می دهد، به‌ویژه آن که والدین هم در برابر رفتارهای اذیت کننده فرزندانشان هیچ کاری نمی کنند. رستورانی در نیوزیلند هم بچه‌های کمتر از ۱۰ سال را خطرناک، پرسروصدا و آزاردهنده خوانده و ورود آن‌ها را ممنوع کرده‌است. در آلمان، بعضی رستوران‌ها برای ورود کودکان محدوده زمانی تعیین کرده‌اند؛ این محدودیت که از بعدازظهر شروع می‌شود برای این است که مشتری‌ها شام‌شان را در آرامش بخورند. غیر از رستوران‌هایی که با بچه‌ها میانه خوبی ندارند، بعضی هتل‌ها هم هستند که فقط از زن‌وشوهرهای بدون فرزند میزبانی می کنند؛ هتل‌های معروف به «sensimar» که در چندین کشور دنیا ازجمله یونان، پرتغال، ایتالیا و اسپانیا شعبه دارند، از پذیرفتن کودکان معذورند. جدا از ایجاد چنین محدودیت‌هایی، نق‌زدن به سروصدای بچه‌ها در هواپیما و قطار و شکایت از پدرومادرهای بی‌خیالی که هیچ تلاشی برای آرام کردن فرزندشان نمی کنند، در وبلاگ‌ها و صفحات مجازی خارجی زیاد به چشم می‌خورد. اما چه اهمیتی دارد که بدانیم در بقیه کشورها برای بچه‌ها محدودیت‌هایی مثل آن رستوران در تهران قائل می‌شوند یا نه؛ اهمیت دانستن نمونه‌های بالا در این است که تسلیم حرف‌های خودویران‌گرانه در فضای مجازی نشویم. این روزها مُد شده وقتی آسیب و اشتباهی را در رفتار جمعی‌مان تشخیص می‌دهیم و درباره‌اش حرف می‌زنیم، بلافاصله بعدش شروع کنیم به خودزنی که «واویلا تبدیل به هیولا شده‌ایم» و «از کِی این‌همه بی‌فرهنگ و بی‌رحم شدیم؟» خواندن نمونه‌های بالا کمک می کند بدون آن‌که به خودمان برچسب «هیولا» و «ضد بچه» و «بی‌اعصاب» بزنیم، برای رفتارِ اشتباه به قرنطینه بردن بچه‌ها، فکر و چاره‌یابی کنیم.

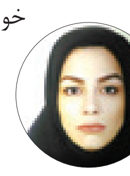
منابع: Newshub.co.nz, meaww.com, odditycentral.com

ADULT-ONLY RESTAURANT

بایدها و نبایدهای روان‌شناسی درباره حضور کودکان در فضاهای اجتماعی

حذف محیط‌های عمومی از زندگی کودکان، غیرانسانی است

وقتی موضوع صحبت، کودکان هستند به‌دلیل حساسیت ماجرا ترجیح می‌دهم به‌جای این که نظر غیرکارشناسانه خودم را اظهار و ابراز نظرهای غیرکارشناسانه دیگران را دنبال کنم، از یک متخصص کمک بگیرم. «اکرم جمشیدی‌فر»، دانش‌آموخته روان‌شناسی بالینی کودک‌ونوجوان، روان‌شناس کاربلدی است که در چنین مواقعی به سراغش می‌روم. شما هم اگر می‌خواهید بدانید نسبت بچه‌ها و فضاهای عمومی شهری چیست، این مصاحبه را بخوانید. جمشیدی‌فر، هم مدافع حضور کودکان در محیط‌های همگانی است، هم نیاز به آرامش بزرگ‌ترها را محترم می‌داند و برای هرکدامش راهکارهایی دارد.



چرا بودن و نبودن بچه‌ها در فضاهای عمومی در سال‌های اخیر، تبدیل به مسئله شده‌است؟

فکر می کنم مردم نسبت به گذشته به آرامش بیشتری احتیاج و در میان دغدغه‌های زیادی که دارند به دنبال مکانی برای آرام‌شدن می گردند. همین‌طور انتظارات جامعه از والدین و کودکان بالاتر رفته‌است؛ کودکی خوب است که والدین او را درست تربیت کرده‌باشند و فقط تصویر داشته‌باشد؛ تصویر شیرین و زیبا، بدون صدا، صدای گریه و بی‌قراری. مسئله بعدی این است که افراد درباره حقوق خودشان خودخواه‌تر شده‌اند؛ «از لحاظ قانونی، من حق دارم در موقعیتی خاص در سکوت باشم. پس کسی نباید سکوتم را بشکند». اما از جنبه انسانی و مهربانی، مدارا با دیگران اهمیت بیشتری دارد.

برویم سراغ پرسش اصلی این مصاحبه؛ چرا بچه‌ها باید در فضاهای اَجتماعی حضور داشته‌باشند؟

اولین چیزی که در جواب به این سوال به ذهن می‌رسد، احتمالا یادگیری مهارت‌های اجتماعی است؛ من اما می گویم این مسئله در درجه دوم اهمیت قرار دارد. نکته مهم‌تر این است که حضور در فضاهای عمومی، بخشی از زندگی طبیعی بچه‌هاست؛ موقعیتی برای شناخت خود است، به‌همراه فرصتی برای کشف دنیا. به‌این دلیل، حذف کردن یک‌سری موقعیت‌های اجتماعی از زندگی بچه‌ها، اساسا غیرانسانی است. نکته بعدی، یادگرفتن مهارت‌های اجتماعی است که هرچه زمان بگذرد، آموزش دادنش به کودکان انرژی بیشتری می‌گیرد؛ مهارت‌هایی مثل سر میز نشستن، غذاخوردن، رفتار مناسب در سینما و محیط‌های فرهنگی. نکته مهم بعدی، حق والدین است؛ پدرومادرها نمی‌توانند و نباید خودشان را از موقعیت‌های اجتماعی محروم کنند. خوشبختانه در سال‌های اخیر، فضاهای مخصوص کودکان به شهر اضافه شده‌است که به والدین کمک می کند از کارکردهای اجتماعی‌شان دور نشوند و کنار فرزندشان احساس بهتری داشته‌باشند؛ جاهایی مثل رستوران مخصوص کودکان، فضای بازی در باشگاه‌های ورزشی و... . همه این‌ها اما منوط به این است که والدین بتوانند بچه‌ها را در موقعیت‌های مختلف مدیریت کنند و صبر کافی داشته‌باشند.

ما به‌عنوان ناظر بزرگ‌سال، در موقعیت‌هایی که کودکی اعصاب‌مان را خرد می کند، چه کار باید بکنیم؟

باید کمی صبور باشیم و سریع عکس‌العمل نشان ندهیم. فکر نکنیم هر بچه‌ای که داد می‌زند، بد تربیت شده است؛ گاهی با کودکانِ با نیازهای خاص مواجه هستیم، مثل کودکان اوتیستیک، ADHD (اختلال بیش‌فعالی و نقص توجه) یا دارای معلولیت جسمانی. این بچه‌ها در اکثر موقعیت‌های عمومی آشفته می‌شوند و والدین‌شان، برای آرام کردن آن‌ها به زمان بیشتری احتیاج دارند. واضح است که این گروه از جامعه را نمی‌شود حذف کرد. اما اگر خیلی اذیت شدیم، بهتر است به‌جای تذکر مستقیم که می‌تواند تنش ایجاد کند، موضوع را با مدیر مکانی که در آن هستیم درمیان بگذاریم. مثلا مدیر رستوران می‌تواند میز ما را جابه‌جا کند یا با خانواده‌ای که فرزندشان شلوغ می کند، صحبت کند.

راهکارهایی که در مکان‌های عمومی، به کمکِ پدرومادرها می‌آید

آن‌چه در ادامه مطلب می‌خوانید، بقیه گفت‌وگوی من با اکرم جمشیدی‌فر است که به‌دلیل اهمیت اش، جداگانه در قالب چند نکته تنظیم شده‌است. من، سوالاتم را حذف کرده‌ام و روان‌شناس بی‌واسطه با شما صحبت خواهد کرد:

فارغ از موضوع بحث ما، خیلی از والدین آرزو دارند که در موقعیت‌های اجتماعی بتوانند فرزندشان را کوک کنند تا دقیقا مطابق هنجارهای آن‌ها رفتار کند. این سوالات بارها از من پرسیده شده‌است: «چه کار کنم بچه‌ام توی مهمونی اذیت نکنه؟ چرا وقتی می ریم بیرون نمی‌تونم بچه‌ام رو کنترل کنم و هرچی توی خونه تذکر داده‌بودم، یادش میره؟ چی میشه که بچه‌ام تا چشم اش به کسی می افته از این‌رو به اون‌رو میشه؟» در بعضی شرایط و موقعیت‌ها کودکان از لحاظ هیجانی برانگیخته می‌شوند و کنترل کردن بنابر رسم‌ورسوم ما بزرگ‌ترها دشوار خواهدشد. کودک این برانگیختگی و تلاش برای جلب توجه اطرافیان را یا به‌صورت هیجان مثبت، یعنی کنجکاوی، بیش‌فعالی، خندیدن و بلند حرف‌زدن نشان می‌دهد یا در قالب هیجان منفی مثل نق‌زدن، گریه کردن و جیغ کشیدن. موقعیت‌های برانگیزاننده شامل این موارد است؛ وقتی کودک چندنفر را دوروبر خود می‌بیند، مثلا توی مهمانی، مسجد و فروشگاه. وقتی والدین تحت فشار و استرس هستند، کار دارند، حال روحی‌شان مناسب نیست و مشغله فکری دارند. وقتی موقعیت تغییر می کند، مثل اول و آخر سفر، اوایل مهمانی و هنگام ترک آن. چالش در چنین موقعیت‌هایی غیرعادی نیست و بسیاری از والدین با آن روبه‌رو هستند، ما به این‌ها «موقعیت‌های پرخطر» می گوییم. برای مدیریت بهتر رفتار کودکان در چنین موقعیت‌هایی، چند پیشنهاد دارم:

کودکان کمتر از ۲ سال

کودک در این سن به آرامش بیشتری نیاز دارد و باید حواس‌تان به ساعت خواب او باشد؛ یعنی طوری برنامه‌ریزی کنید که یا بچه به‌اندازه کافی خوابیده‌باشد یا در ساعت خواب او به مقصد برسید. اسباب‌بازی و غذای مناسب فرزندتان را همراه داشته‌باشید، مخصوصا اسباب‌بازی جدید یا محبوبش را. بعد از دوسال شرایط متفاوت است، کنجکاوی کودکان و تمایل آن‌ها به اثرگذاری بر محیط و اطرافیان بیشتر و کنترل کردن‌شان، سخت‌تر می‌شود.

چالش‌های قبل خروج از خانه

آشفتگی بچه‌ها گاهی از توی خانه شروع می‌شود و ربط زیادی به محیط بیرون ندارد. مثل وقت‌هایی که سر لباس پوشیدن بچه و دیر و زود شدن قرار با کودک‌تان چالش دارید یا به‌خاطر هماهنگی‌هایی که درگیر آن‌ها هستید، به او توجه نمی کنید؛ یعنی گاهی رفتار شما، زمینه اذیت کردن فرزندتان را فراهم می کند. پس اگر می‌خواهید در محیط‌های عمومی، آرامش بیشتری داشته‌باشید، باید حواس‌تان به این چالش‌ها باشد. همچنین قبل بیرون‌رفتن از خانه راجع به مکانی که قرار است بروید، به فرزندتان اطلاعات بدهید. بچه‌ها اگر راجع به مکان، چگونگی رفتار کردن در آن و مدت زمانی که توی راه خواهیدبود، اطلاعات دقیق و باجزئیات داشته‌باشند، بار هیجانی‌شان کم می‌شود. مثلا «داریم می‌ریم سینما که اون‌جا برق‌ها رو خاموش می کنن» یا «توی رستوران، چنددقیقه طول می کشه تا غذامون رو بیارن». یادتان باشد به‌پیشنهاد فرزندتان یکی دوتا از اسباب‌بازی‌های بی‌صدایش را همراه داشته‌باشید.

چالش‌های محیط‌های عمومی

حالا فرض می کنیم نکاتِ قبل خروج از خانه را رعایت کرده‌اید و فرزندتان در فضایی عمومی، شروع کرده به اذیت کردن. این رفتار معمولا دو دلیل دارد؛ اول این که کنجکاوی اش تحریک شده‌است. در این صورت، لازم است همراهی اش کنید. دست‌اش را بگیرید، محیط را به او نشان بدهید (بهتر است همان لحظه ورود به مکانی ناآشنا و البته با توافق کودک این کار را انجام بدهید)، با او درباره فضا صحبت کنید، اگر چیز جالب‌توجهی برای او در محیط هست مثل آکواریوم و گلدان و مانند این‌ها اجازه بدهید آن را ببینند. اگر به مهمانی می‌روید چنددقیقه قبل از دیگر مهمان‌ها برسید تا فرزندتان فرصت داشته‌باشد با محیط آشنا شود. دلیل دوم ناآرامی فرزندتان احتمالا این است که چیزی اذیت‌اش میِ کند؛ همه عوامل را بررسی کنید. اگر متوجه شدید حوصله‌اش سررفته یا به‌اصطلاح افتاده‌روی دنده لج کردن، راهکار اسباب‌بازی می‌تواند کمک کننده باشد. اگر فایده‌ای نداشت، راه‌حل بعدی را امتحان کنید.

ترک موقتی یا دایمی محیط

یادتان باشد برای کودکان خیلی سخت است یکی دوساعت ساکت و بی‌حرکت باشند. پس اگر زودتر از شما خسته و بی‌حوصله می‌شوند، کاملا طبیعی است. خب حالا فرزندتان بعد از نیم‌ساعت بودن در فضایی عمومی، شروع کرده به نق‌زدن و گریه کردن. در این شرایط به ماندن در موقعیت، اصرار نکنید. فرزندتان را از مکانی که در آن اذیت شده بیرون ببرید، بغل‌اش کنید، کمی قدم بزنید یا توی ماشین بنشینید، با او حرف بزنید؛ حرف‌زدن مسلما به‌معنی نق‌زدن که «چه بچه بدی هستی» یا تهدید کردن «اگه ساکت نشی، دیگه بیرون نمی‌برمت» نیست. از او بپرسید «چی شده» و «دلت چی می‌خواد؟» اگر فرزندتان آرام‌شد، می‌توانید برگردید وگرنه باید کلا موقعیت را ترک کنید؛ چون هم کودک آسیب می‌بیند و هم آرامش بقیه سلب می‌شود. یک توصیه به والدین کودکان بالای دوسال این است که ترکِ «موقعیت پرخطر» همراه با تقویت مثبت برای کودک نباشد. مثلا کودک در رستوران یا مهمانی حسابی گریه می کند، به‌جای بردن او به شهربازی مستقیم به خانه برگردید و حتی غذایی را هم که قرار بوده در مهمانی بخورد به خانه نیاورید؛ چون رفتار گریه کردن کودک تقویت می‌شود و یاد می‌گیرد با گریه می‌تواند والِدین را مجبور کند به جایی بروند که او می‌خواهد و غذای دلخواهش هم نصیب اش می‌شود.

بچه‌های با خصوصیات ویژه

محرک‌های حسی محیط مثل صدا، بو، نور، دما و... بعضی از کودکان را بیشتر از دیگران آزار می‌دهد؛ این کودکان در یک یا چند حس از حواس پنج‌گانه خیلی فعال هستند و محیط‌های شلوغ، زود آشفته‌شان می‌کند. اگر کودک شما این ویژگی را دارد باید گوش‌به‌زنگ‌تر باشید و بدانید سازگار کردن فرزندتان با محیط و با محرک‌ها به‌زور، ممکن نیست. شما نیاز به کمک حرفه‌ای دارید تا با موقعیت‌های کوچک‌تر و در فضاهایی که کنترل بیشتری روی آن‌ها دارید، این ویژگی را در فرزندتان تعدیل کنید. بردن چنین کودکانی به محیط‌های عمومی، برای آن‌ها حکم بمباران شدن دارد و در آن لحظه هیچ راهی ندارید جز ترک کردن محیط. به‌طور کلی چه والدِ یک کودک دشوار هستید چه نه، نباید به‌بهانه اجتماعی‌شدن، فرزندتان را به هر موقعیتی ببرید؛ جلسه‌ای چندساعته و سینمایی که فیلم مناسب کودک ندارد و مراسمی که در کارت دعوتش نوشته «از آوردن اطفال خودداری کنید»، محل‌های مناسبی برای اجتماعی کردن فرزندتان نیستند.

والدین و آداب اجتماعی

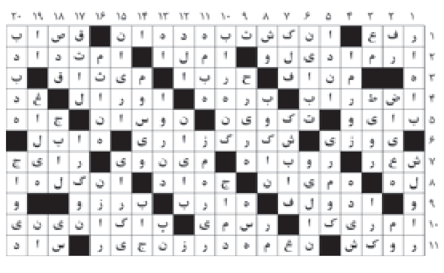
اگر خودتان به آداب اجتماعی چندان پایبند نیستید، مثلا در محیط‌های عمومی با صدای بلند حرف می‌زنید، از فرزندتان توقع رعایت آداب نداشته‌باشید. آزادگذاشتن زیاد از حد کودک هم به تربیت او آسیب می‌زند، هم واکنش دیگران را به‌همراه خواهد داشت. فرزندتان باید مرزبندی‌ها را یاد بگیرد. او نمی‌تواند سر هر میزی برود، به‌هرجایی سرک بکشد، بی‌اجازه به چیزی دست بزند و با کفش روی صندلی برود، چون شما معتقدید اسم این رفتارها کنجکاوی و خلاقیت است. اگر این ویژگی‌ها را دارید، والدین سهل‌گیری هستید و روش تربیتی مناسبی را انتخاب نکرده‌اید. در طرف مقابل، ممکن است والدی سخت‌گیر باشید؛ از آن پدرومادرهایی که دایم بکن‌نکن می‌کنند و هیچ‌وقت به فرزندشان آزادی عمل نمی‌دهند. فرزند شما در موقعیت‌های عمومی متوجه می‌شود که می‌تواند از فرصت به‌دست‌آمده استفاده کند و این همان کاری است که شما و دیگران را حسابی اذیت می‌کند.

جدول سخت [شماره ۴۲۱]

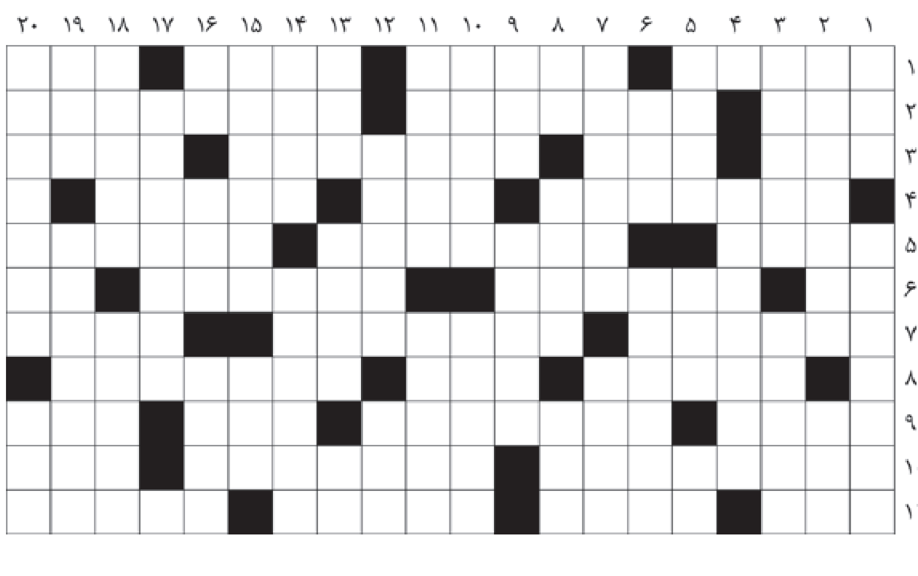
طراح جدول: بیژن گورانی

افقی: ۱ – به دست آمده – خودکامه – مجموعه ای از سلول ها – کثیف و آلوده ۲ – نقطه تقاطع محور زمین با سطح زمین – دستگاه ضد عفونی کننده وسایل پزشکی – سیاستمدار قرن نوزدهم دولت عثمانی ۳ – میوه تابستانی – دریاچه ای در ترکیه – روضه خوان – یاغی و نافرمان ۴ – بالاخره – کشتی جنگی – فرزند حضرت ابراهیم (ع) ۵ – نیازمند و مستمند – از سازهای زهی – آونگ ۶ – چاشنی غذایی – آخرین دوره از دوران سنوزوئیك زمین شناسی – جنگ تبلیغاتی کشور ها علیه یکدیگر – ضمیر انگلیسی ۷ – اخوت – سولفات مس متبلور – آفت ها ۸ – پاسخ غیر ارادی موجود زنده به محرك – دیدنی در ارتش – کشتزار برنج ۹ – سرایت کردن – شخصیت های داستان فیلم – پرز فرش – کوچك ۱۰ – توقف گردش خون – جزیره ای در اندونزی – پسوند شباهت ۱۱ – مادر بزرگ – شلوارك ورزش باستانی – عارضه ناشی از افزایش بیلی روبین در خون – سوغات شهر مراغه.

عمودی: ۱ – حیله و نیرنگ – بزرگ‌ترین شبه جزیره دنیا ۲ – رمانی نوشته دیوید میچل – از الفبا ۳ – شکیبایی – مهم‌ترین موزه نقاشی و مجسمه سازی جهان در پاریس ۴ – از کتب فقهی شیعه تألیف شیخ صدوق ۵ – کابیله – درختچه ای زینتی – بریدن ۶ – کلاه پادشاهی – فیلم درام تاریخی به کارگردانی استیون اسپیلبرگ با بازی دانیل دی لوئیس ۷ – کشور ساحلی اروپا که تنها با فرانسه مرز مشترک دارد – شماره استاندارد بین المللی کتاب ۸ – سیخونك – راه و روش عبادت – از اندام تنفسی ۹ – خروس مازندرانی – تنبل ۱۰ – هنرمند – اتومبیل کرایه داخل شهری ۱۱ – چرخ چاه – دستگاه اندازه گیری مقدار انرژی مصرف شده ۱۲ – مستمری – تاب و توان ۱۳ – درختی با دانه های روغن – ضماد در گویش مازنی – دو یار هم‌قد ۱۴ – خبر رساندن – ذوب کردن ۱۵ – وسیله‌ای برای بیرون آوردن جنین از شکم مادر – شهری در فارس ۱۶ – نشانه صفت تفضیلی – بسیار گرم – فرمانده سپاه حضرت داوود(ع) ۱۷ – اندوخته ۱۸ – روسری – فانوس دریایی ۱۹ – تخم شپش – از باشگاه های فوتبال اسپانیا ۲۰ – ماهی عنبر – حیله گری.



حل جدول شماره ۴۲۰



جدول متوسط [شماره ۷۲۱۱]

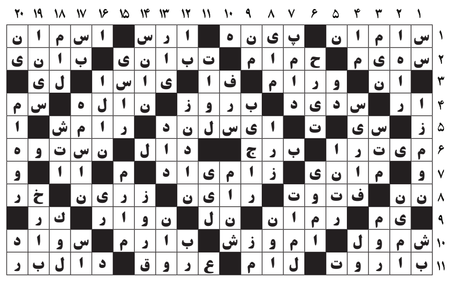
طراح جدول: امید موسوی

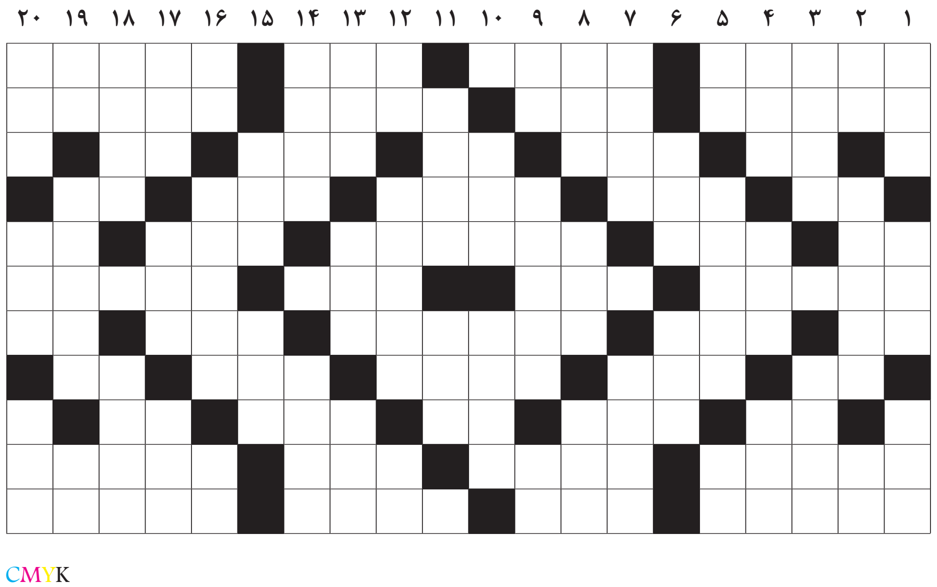
افقی

۱ – جایگاه امام جماعت در مسجد – واحد پول روسیه – وسنی – نقصان ۲ – عزم – از ادات استفهام – پاکیزه – گوشه ها ۳ – دریا – هماهنگ – پدر – نقره – ساز شاکی ۴ – از برونته ها – پرنده آش سرد کن – آینه – نظم و ترتیب – علامت مفعولی ۵ – ریشه – نشانه – پایتخت اروپایی – دام – ضمیر وزنی ۶ – احترام – درخت خوش اندام – وسط – جان ها ۷ – عدد فوتبالی – دیدنی ارتش – دانشمند و مخترع سرشناس ایتالیایی – گمان – قلب ۸ – طاقچه – رنگین کمان – حقه – فاصله میان دو کوه – عدد خیطی ۹ – اگر – راز – حرف انتخاب – دورویی – آخرین رمق ۱۰ – درختی با سایه فراوان – کنجد کوبیده – بازی خارجی – چوبدستی پاسبان ۱۱ – سال جاری – سرپرست – انبار مسقف فلزی – ساختمان ها

عمودی

۱ – دارایی – از حروف یونانی – نیستی ۲ – آزاده – تکذیب – مادر ۳ – رودخانه ای در آلمان – استانی در کشورمان ۴ – ابوالبشر – نومید – جایز ۵ – میوه خوب – سمنت – برج داستانی ۶ – مقام – پرتو ۷ – شهری در استان کرمان – از مکیدنی ها ۸ – هوش – واحد شمارش کاغذ – طلایی ۹ – حرف همراهی – جاشو – لحظه ۱۰ – ساز کلیسا – پارچه‌ای که بین رویه و آستر می دوزند ۱۱ – دودمان – چین و شکن ۱۲ – نیز – در اصطلاح عامیانه یعنی انگشت نما – امر به گفتن ۱۳ – یار رامین – خون بها – جاده قطار ۱۴ – سنگین – چهره و رخسار ۱۵ – مدهوش – غار مکه ۱۶ – بوی پشم سوخته – واحد شمارش جانوران وحشی – آش ۱۷ – خشک کن آزمایشگاه – تزیین و پیرایش درخت – خالص ۱۸ – دیگر – پارچه براق ۱۹ – خط کش مهندسی – مهیا – جانشین او ۲۰ – خاطر – شانزدهمین سوره قرآن مجید – توشه



حل جدول شماره ۷۲۱۰