

## یک گپ کوتاه با پدر و مادر نوجوانان

خب امروز متعلق به شماس‌ت و برای همین این هفته یک «پی‌وی» متفاوت داریم. امروز قراره به جای شما با مامان و باباها صحبت کنیم و به سری راهکار برای ارتباط بهتر با نوجوان هارو با هم مرور کنیم. پس شما برید سراغ مطالعه بقیه بخش‌های جوانه و «پی‌وی» رو بدین دست مامان و بابا.



مادر و پدر عزیز نوجوان‌ها!

### ● به حرف‌های فرزندتون گوش کنید

خیلی از نوجوان‌ها شاکی هستند که والدین به حرف‌آون ها گوش نمی‌کنن. ارتباط مثل یک خیابون دوطرفه‌است؛ اگر می‌خواین نوجوان به حرف شما گوش کنه، لازمه که با دقت شنوای حرف‌هاش باشید.

● در باره بعضی مسائل نظر فرزندتون رو بپرسید و برای نظرش احترام قائل باشید  
فرزند شما داره دوازده ساله بزرگ‌سالی میشه و می‌تونه درباره موضوعات مختلف خیلی خوب فکر کنه و نظریه. این کار شما، به اعتماد به نفس فرزندتون خیلی کمک می‌کنه.

### ● انعطاف پذیر باشید

### رفقا سلام!

به به چه روز به امروز،

حسابی تبریک میگم بهتون.

چی؟ نمی‌دونین امروز چه خبره؟

تقویمتون رو نگاه کنید؛ امروز ۲۱ مرداده دیگه! خب؟

بابا ۱۲ آگوسته‌ها! خب؟

خب امروز «روز جهانی نوجوانه».

اولا مبارکتون باشه ثانیا حالا که یک روز جهانی دارید حسابی قدر

خودتون رو بدونید.

راستی به همین مناسبت صفحه اول زندگی سلام را به روز

نوجوان اختصاص دادیم.

از دستش ندهید.

به موضوعات مورد علاقه فرزندتون توجه کنید. علایق و خواسته‌های نوجوان‌ها با ما فرق داره؛ همون طوری که ما نوجوان بودیم و با والدینمون فاصله و تفاوت زیادی داشتیم. کار سخته اما سعی کنید خودتون رو جای او بذارید و مسائل رو از دید او ببینید.

### ● پیش‌دوری نکنید

اول با دقت به حرف‌های فرزندتون گوش بدین، بعد نتیجه‌گیری و داوری کنید. بعضی وقت‌ها والدین با این استدلال که من بچه رو بهتر از خودم می‌شناسم یا پیش‌دوری‌هاشون باعث آزار و سرخور دگی فرزندشون میشن.

### ● درباره مسائل مهم و جدی با فرزندتون صحبت کنید اما در زمان مناسب

یعنی وقتی که فرزندتون حوصله و آمادگی لازم رو داشته باشه. برای مثال وقتی فرزندتون داره با عجله میره سر قرار با دوستش، اصلا زمان خوبی برای صحبت کردن در باره ویژگی‌های دوست خوب و دوری از دوست بد نیست.

### ● وقتی رو فقط برای فرزند نوجوانتون اختصاص بدین

بعضی وقت‌ها دوتایی با هم، بدون حضور سایر اعضای خانواده، به پارک، سینما، کافی‌شاپ یا حتی یک پیاده‌روی کوتاه برید و خوش بگذرونید.

### ● انتقادهای تکراری نکنید

فرزندتون این جملات رو از زبان شما زیاد می‌شنوه؟ «همیشه اتاقت نامرتبه، از دست خسته شدم، چه قدر شلخته‌ای، کی درست میشی؟» تأثیری هم داشته؟ این طور حرف زدن فقط باعث جبهه گرفتن میشه و هیچ فایده‌ای هم نداره.

### ● فرزندتون رو دايم نصيحت نکنید

اگر چه نصایح شما به نفع نوجوان‌هاست اما اوناتوی این سن خیلی تمایلی به نصیحت شنیدن ندارن. حرف‌هاتون رو در قالب بحث و تبادل نظر و گپ‌های دوستانه و حتی گاهی نامه‌های صمیمانه به گوشش برسونید.

به مناسبت روز نوجوان گپی با نوجوانانی که توانستند به جنگ معلولیت بروند و آن را شکست دهند

## دنیا مال ماست!

### من معلول هستم، اما

### تاتوان نیستم!

محمد صالح عرفانیان، هم

شناگر ۱۳ ساله‌ای است

که از ناحیه دست چپ دچار

معلولیت است اما این مسئله

او را از همنس و سال‌هایش

جدا نکرده‌است. محمد صالح

نزدیک به ۱۰ سال است که هر

روز به استخر می‌رود و شنای

حرفه‌ای تمرین می‌کند. او

توانسته است در رقابت‌های

مختلف، چه در رده معلولان و



چه در رقابت با افراد غیر معلول موفقیت‌های زیادی به‌دست بیاورد. مقام اول مسابقات شنای بهزیستی و مقام دوم مسابقات آموزش و پرورش، فقط بعضی از افتخارات محمد صالح است. از او می‌پرسم تا حالا در مسیر حرفه‌ای‌اش به مشکل و مانعی برخورد‌ه‌است؟ می‌گوید: «احساس ترحم اطرافیان که شاید هم از روی خیرخواهی باشد، برای ما خیلی آزار دهنده‌است. کمک‌های بیش از حد و مهر بانی‌های افراطی به ما این احساس را منتقل می‌کند که همیشه به دیگران محتاج هستیم. به نظر من معلول واقعی کسی نیست که مشکل جسمی داشته‌باشد، بلکه آن کسی است که خودش از پس کارهایش بر نیاید، من چنین مشکلی ندارم.»

### قهرمان خودت باش!

محمد صالح غیر از شنا کردن بقیه اوقات فراغت‌ش را به مغازه پدرش می‌رود تا هم به پدرش کمک کند هم فوت‌وفن آرایشگری را یاد بگیرد. از او می‌پرسم چطور از پس این همه کار بر می‌آید، می‌گوید: «من باور کردم معلولیت یک محدودیت است اما من این محدودیت را به انگیزه تبدیل و سعی کردم نقاط ضعفم را به قوت تبدیل کنم. سعی کردم کارهایم را خودم انجام دهم، به دیگران نیازی نداشته باشم و قهرمان خودم باشم. به نظر من هر کس برای موفق شدن اول از همه باید خودش را باور داشته‌باشد و به هدف و مسیرش امیدوار و مطمئن باشد.»

### مصطفی میرجانیان- بیست و یکم

مردادماه روز جهانی نوجوان است. جوانه

امروز به سراغ دو نوجوان بسیار موفق و

با انگیزه رفته؛ نوجوان‌هایی که با وجود

نقص جسمانی توانسته‌اند کارهای بزرگی

انجام دهند. فاطمه و محمد صالح دوستان

جدیدی هستند که امروز با آن‌ها آشنا

می‌شوید.

### معلولیت، محدودیت است اما...

«فاطمه رضایی» نوجوان نابینایی است

که شطرنج حرفه‌ای بازی می‌کند. او تا

حالا بارها در مسابقات معلولان شرکت

کرده‌است و چندین مدال ارزشمند دارد.



چند هفته پیش هم در مسابقات شطرنج سرعتی، در رقابت با حریفان بینایش مدال برنز گرفته‌است. راستی فاطمه در امتحانات ورودی مدارس نمونه دولتی هم جزو اولین نابینا‌های قبول شده بوده‌والان در مدرسه معمولی درس می‌خواند. او که قرار است تا ساعتی بعد از گفت‌وگو به تبریز برود در مسابقات شطرنج نابینایان بدرخشد، درباره رمزو راز موفقیتش می‌گوید: «من شطرنج بازی می‌کنم تا توانایی‌هایم را به خودم و دیگران ثابت کنم و همه را به این درک برسانم که کسانی که مشکل جسمی دارند، می‌توانند کارهای بزرگ انجام دهند. خیلی از آدم‌ها شعار می‌دهند که معلولیت محدودیت نیست اما من این را قبول ندارم. به نظر من معلولیت محدودیت است اما فراموش نکنم که می‌تواند مانند هر کس دیگری تلاش کند و به هدفش برسد.»

### لمس دنیا

شاید شما هم مثل من ندانید که افراد نابینا چطور شطرنج بازی می‌کنند، فاطمه در این باره می‌گوید: «شطرنج نابینایان در دست مثل شطرنج معمولی است با این تفاوت که روی مهره‌ها و یا خانه‌های سیاه صفحه بر جستگی‌هایی وجود دارد که ما با لمس کردن آن‌ها می‌توانیم مهره‌ها را تشخیص دهیم، اما کلیت بازی ما با بقیه تفاوتی ندارد.» او ادامه می‌دهد: «دیگران همیشه از مادر باره دنیای نابینایی می‌پرسند. مثلاً می‌پرسند شما چطور خواب می‌بینید یا چطور موانع را تشخیص می‌دهید؟» نابیناها چون یک حس خود را از دست داده‌اند، باید از حواس دیگرشان مانند لامسه به‌خوبی استفاده کنند. به نظر من نابیناها هیچ فرقی با دیگران ندارند؛ دیگران دنیا را می‌بینند و ما آن را لمس می‌کنیم.»

### # حال خوب!



حال خوب یعنی به روز به اسم خودت و مخصوص خودت داشته‌باشی؛ این یعنی تو خیلی مهمی و امروز باید کلی کیف کنی و خودت رو تحویل بگیری!

### سریعچه

## با چند نوجوان موفق دنیا آشنا شوید

### نابغه‌هوایی



«حضور نوجوان نابغه ایرانی در نمایشگاه هوایی روسیه»؛ این تیترو است که این روزها در همه خبرگزاری‌ها به چشم می‌خورد و «سردار موسی‌زاد» هم همان نابغه‌ای است که همه را حیرت‌زده کرده‌است. نمایشگاه بین‌المللی هوایی «ماکس»، از بزرگ‌ترین و معتبرترین نمایشگاه‌های جهان است که کلی شرکت بزرگ، توانمندی‌هایشان را در زمینه صنعت هوایی و حوزه دفاعی در آن به نمایش می‌گذارند. سردار ۱۰ ساله هم با ساخت یک دستگاه تونل بادی در ابعاد کوچک، مهمان ویژه این نمایشگاه بوده و حسابی درخشیده‌است. راستی می‌گویند سردار نابغه را رئیس نمایشگاه شصت‌ساله دعوت کرده‌است.

### عکاس طبیعت



جانیک اوبنهاف (jannik obenhoff) یک پسر ۱۷ ساله است و اهل مونیخ آلمان. کار جانیک، عکاسی از طبیعت است و خودش می‌گوید عکاسی را از ۱۳ سالگی شروع کرده اما نه با دوربین حرفه‌ای و گران قیمت که با یک آپد معمولی. جانیک معمولاً سوژه عکس‌هایش را از بین مناظر شگفت‌انگیز اتریش و آلمان انتخاب می‌کند و با این که هنوز دانش‌آموز است، از این راه کسب درآمد می‌کند. جانیک یک وب‌سایت حرفه‌ای عکاسی دارد و یک صفحه در اینستاگرام با بیش از ۶۰۰ هزار دنبال‌کننده که آن تیک‌آبی مخصوص آدم معروف‌ها را هم دارد.

### استاد شطرنج



علیرضا فیروزجا، یک شطرنج‌باز باهوش ۱۴ ساله است و اهل مازندران. علیرضا در ۱۳ سالگی در رقابت‌های شطرنج مردان قهرمان شد و همین چند ماه پیش هم در شطرنج جوانان آسیا، در صدر جدول قرار گرفت. علیرضا غیر از شرکت در مسابقات مختلف و به‌دست آوردن قهرمانی‌های فراوان، توانسته است «احسان قائم‌مقامی»، استاد بزرگ شطرنج را هم شکست بدهد. «نایجل شور»؛ مربی و ستاره مشهور شطرنج انگلستان، دو سال پیش به ایران آمد و با علیرضا مسابقه داد، البته او علیرضا را شکست داد اما آن قدر از دیدن او شگفت‌زده شد که درباره‌اش نوشت: «تا حالا از شکست دادن یک حریف ۱۲ ساله به این اندازه خوشحال نشده‌بودم. قهرمان بین‌المللی شطرنج ایران آینده درخشانی دارد.»

### عیب‌یاب غول‌های فناوری



یک نوجوان ۱۳ ساله پاکستانی موفق به کسب ستاره در حوزه امنیت سایبری جهان شد. «احسن طاهر» که شرکت‌هایی مثل مایکروسافت، گوگل و شرکت‌های بزرگ دیگر را هک کرده، در حوزه عیب‌یابی و آسیب‌پذیری سایت‌ها مشغول به کار است. احسن، هک و برنامه‌نویسی را در ۱۲ سالگی به‌صورت خودآموز یاد گرفت. علاقه او به امنیت از زمانی آغاز شد که وب‌سایت شخصی‌اش هک شد و تصمیم گرفت به عیب‌یابی سایت بپردازد. از آن جابود که توانایی و علاقه خود را پیدا کرد، به عیب‌یابی سایت شرکت‌های مختلف پرداخت و از آن‌ها پول دریافت کرد.



### گالری

### عکاسی از دنیای اسباب‌بازی‌ها

«میشل وو» (Mitchel Wu)، عکاس با استعدادی است که دنیای اسباب‌بازی و «اکشن فیگور» را به شکلی خلاقانه متحول کرده‌است. مجموعه تصاویر ثبت‌شده توسط وو، سرشار از حرکت و احساس است. تصویری که در عین حال از حس شوخ‌طبعی عکاس هم بهره برده و بسیار سرگرم‌کننده از آب درآمده‌است.

منبع: زومیت