

بازورگوها چه کار کنیم؟

زورگوها همه جا هستند؛ توی مدرسه، محل کار، حتی بین آشنا و فامیل. اونا یا قلدری کلامی و فیزیکی، بقیه رو به انجام دادن کارهای خلاف میل شون وادار می کنند، دیگران رو نادیده می گیرن و حتی ممکنه بهشون توهین کنند. ارتباط برقرار کردن با این جور آدم ها خیلی کار سختیه. قبل از هر چیز یادتون باشه نقش قربانی رو براشون بازی نکنید. زورگوها دنبال کسانی می گردن که اعتماد به نفس کافی ندارن تا بتونن راحت از شون سوء استفاده کنند. پس با زورگوها فاصله بگیرید یا در برابر شون قاطع باشید. لازم نیست شما هم مثل اونا زورگوا بشید و بهشون حمله کنید، فقط کافیست خیلی محکم و البته بدون عصبانیت شدن، باهاشون صحبت کنید؛ کلی گویی نکنید. مثلاً به جای «دست از سرم بردار»، باید بگید: «من وسایلم رو نمی دم، بپشت چون خودم لازم شون دارم». اگه احساس می کنید، به آدم زورگو ممکنه شماروتوی در درس بنداز، هوقت و تلف نکنید و از یک بزرگتر کمک بگیرید؛ این کار اصلاً به معنی لوس و بی عرضه بودن نیست بلکه کاملاً عقلا نیه. دلیلی نداره از در میون گذاشتن موضوع با مامان و بابا یا مدیر مدرسه، خجالت بشکشد. کسی که باید خجالت بکشه، آدم زورگو و قلدره. به زورگوها باج نedin، مسئولیت اشتباهاتشون رو به عهده بگیرین و از مواجهه باهاشون نترسید تا کسی نتونه به خاطر اونا ازتون باج بگیره.



نوجوان های عزیز، سلام!

امروز، اولین روز از آخرین ماه پاییزه و چشمم رو هم بناریم، آذر ماه هم مثل سرق و باد می گذره و این یعنی، زمان زیادی برای تماشای برگ های رها شده در باد و حفظ بردن از طیف رنگی فوق العاده شون و شنیدن صدای خش خش شون زیر کفش ها نمونه. توی این روزهای باقی مونده از پاییز، حساسی کیف و مسارو هم در لذت هاتون شریک کنید، چطور؟ عکس هاتون از زیبایی های پاییز رو برامون بفرستید تا به اسم خودتون چاپ کنیم.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۳۵۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۳۴۰۰۰

#حال خوب

امیر غفور ۱۳ ساله می گه: «من فکر می کنم آدم ها بعضی وقت ها نباید به چیزی فکر کنن. گاهی باید بی خیال باشی تا حالت خوب باشه».



عکاس: صادق ذبیح

در بچه

حیوانات جهان را چگونه درک می کنند؟



افلاطون حواس انسان را برای اولین بار در پنج دسته تقسیم بندی کرد اما قرن ها هیچ کس نمی دانست این حواس چگونه کار می کنند. اختراع میکروسکوپ به دانشمندان کمک کرد تا اندام های حسی انسان و دیگر حیوانات را بررسی کنند. «مکس شولتز» در سال ۱۸۳۴ میلادی توانست ساختار سلولی چشم را توصیف کند و این شروع آگاهی بشر از نحوه کار اندام های حسی بود.

بررسی های دانشمندان نشان داد گیرنده های حسی حیوانات چندین برابر قوی تر از انسان است و انسان تنها می تواند رویای آن را داشته باشد. به طور مثال خفاش و دلفین امواج ماورای صوتی منتشر می کنند که از انعکاس آن، موانع را تشخیص می دهند. سلول های مغزی کوسه ماهی هم میدان های مغناطیسی تولید شده دیگر موجودات را به راحتی تشخیص می دهد، به همین دلیل هیچ چیز از نظر کوسه ماهی ها پنهان نمی ماند. مار بوآ اندام های حساس به دمایی دارد که گرمای بدن دیگر موجودات را تشخیص می دهد و حتی در تاریکی مطلق، طعمه خود را شکار می کند. این موارد تنها بخشی از توانایی های منحصر به فرد حیوانات است و هر کدام از آن ها قابلیت های ویژه ای دارند.

منابع: پور تال بوسی، خبرگزاری مهر

چه خبر

تقویت حافظه باراه رفتن به سمت عقب



در آزمایش هایی که دانشمندان به تازگی انجام داده اند، متوجه شده اند که راه رفتن به سمت عقب و حتی تصور آن، می تواند حافظه را بهبود بخشد. در آزمایشی که در این باره انجام شده است ویدئویی را به گروهی از افراد نشان دادند. بعد این افراد را به سه گروه مختلف تقسیم کردند. از گروه اول خواسته شد ۱۰ قدم جلو بروند، گروه دوم ثابت بایستند و گروه سوم ۱۰ قدم عقب بروند. طبق نتایج، گروهی که عقب رفته بودند، به طور متوسط پاسخ های درستی تری نسبت به بقیه دادند. جالب است که این آزمایش به پنج شکل مختلف انجام شد؛ به طوری که در یکی از آن ها از گروهی خواسته شد فقط تصور کنند به جلو یا عقب رفته اند، در نهایت نتیجه همه آزمایش ها تقویت حافظه با عقب عقب راه رفتن را تأیید کرد.

به فضایی ها پیام دهید



تلاش برای یافتن نشانه ای از موجودات بیگانه با استفاده از رادیو تلسکوپ ها و جست و جودر سیاره ها همچنان ادامه دارد؛ در عین حال تلاش شده است آن ها هم بتوانند نشانه ای از ما در سیاره زمین پیدا کنند. نخستین تلاش ها برای فرستادن پیام به فضا ۴۴ سال پیش انجام شد. «فرانک دریگ»، ستاره شناس آمریکایی، با استفاده از تلسکوپ رادیویی پیامی از سوی انسان به خوشه ستاره ای در فاصله ۲۱ هزار سال نوری ارسال کرد. حالا دانشمندان قصد دارند با کمک مردم جهان، پیام جدیدی تهیه و برای موجودات بیگانه ارسال کنند. درباره درستی یا غلط بودن این کار، بحث های زیادی شده است؛ مخالفان معتقدند با ارسال پیام و ارائه اطلاعات به فضایی ها سیاره خود را در معرض خطر احتمالی حمله موجودات بیگانه قرار می دهیم.

منابع: سینا پرس، ایسنا

همراه با نایب قهرمان مسابقات آسیایی سنگ نوردی نوجوانان

سرسخت مثل صخره

مصطفی میرجانیان | روزنامه نگار



یکی دو هفته پیش این خبر به دستمان رسید: «پوریا کریم پور، نوجوان سنگ نورد مشهوری به مقام نایب قهرمانی مسابقات آسیایی کشور چین رسیده است». ما هم که منتظر و مشتاقی خبر موفقیت نوجوان ها بودیم،



● سنگ نوردی از ۳ سالگی

پوریا همان ابتدای حرف های مان می گوید: «شاید فکر کنید چه فایده ای دارد آدم از دیواره سنگی بالا برود، اما اگر بخواهیم این طوری نگاه کنیم برای هر ورزشی ابهاماتی به وجود می آید. مثلاً خود من اصلاً اهل فوتبال نیستم و بعضی وقت ها با خودم می گویم واقعاً چه فایده ای دارد ۱۱ نفر دنبال یک توپ می دوند تا آن را وارد دروازه کنند. اما در همه رشته های ورزشی مهم ترین موضوع این است که آدم یک مشغله فکری یا هدف مفید داشته باشد و آن را دنبال کند. این هدف در قدم اول باید جنبه سرگرمی داشته باشد و بعد از آن به موضوعاتی مانند قهرمانی وارد شود. مثلاً من از سه سالگی در طبیعت سنگ نوردی می کردم. پدرم سنگ نورد بود و من هم این کار را دوست داشتم. چند سال بعد هم سنگ نوردی سالتی را شروع کردم و بعد به تیم ملی دعوت شدم. یک بار قهرمان گروه B و هفته پیش هم نایب قهرمان گروه A نوجوانان آسیا شدم».

● به ما اجازه تجربه کردن بدهید

از پوریا درباره دوره نوجوانی و دغدغه های این دوره می پرسیم، می گوید: «فکر می کنم نوجوان های امروزی تا حدودی سردرگم هستند؛ هم درباره اهداف خودشان و هم در چیزهایی که جامعه برایشان در نظر گرفته است. اگر کمی دقت کنید این روزها همه پدر و مادر ها دوست دارند بچه های شان تا مقاطع بالا مدام درس بخوانند چون فکر می کنند پول در درس خواندن است. در صورتی که شاید اگر یک نوجوان راه دیگری را طی کند آینده بهتری داشته باشد. اگر نوجوان ها تمام زندگی شان را روی یک موضوع یعنی درس خواندن متمرکز

درخت تجربه، سایه خطر



زینب احسنی، ۱۷ ساله | نویسنده

ریسک و تجربه در کنار هم، همیشه عامل پیش برنده و اکتش بوده اند. انگار برای فراورده ای خوب، باید دو بگد متضاد را بیکدیگر در نظر گرفت. بر این اساس، زندگی پیچیده و سخت می شود زیرا از طرفی می دانی خطر دوستی همیشه نتیجه مطلوب در پی ندارد و از طرف دیگر، روزمرگی و اکتفا به حرکت های تکراری به اتفاق های جدید، منجر نخواهد شد. اکنون میان این واژه ها و جمله ها، این که ما آنگ زندگی مان را با چه سرعتی میان این دو بُعد متضاد حرکت بدهیم تا آرامش حاصل شود، تردستی یک زندگی کننده ماهر



را می طلبد. متأسفانه غار تاریک و نمور آرامش در صورتی روشن می شود که نه در اطمینان واهی را کد بودن سپری کنیم، نه در لاین پرخطر سرعت. چرا متأسفانه؟ زیرا عموماً خیلی از افراد، توانایی تحمل دو وجه مخالف را ندارند و فکر می کنند آرامش در این است که زندگی را روی نموداری ثابت جلو ببرند. به عنوان مثال هنگامی که زیر درخت دراز می کشید، به ویژه در زمستان، اگر انوار خورشید نباشند هیچ وقت به آسودگی دراز نخواهید کشید و اگر همان ذره های نور روی چشمان تان بیفتند، باز هم نمی توانید آرامش کافی را به دست بیاورید. همه چیز به این بستگی دارد که کجا باشی، زیر کدام درخت و چه موقع از سال.

کمیک

حالا که هفته کتاب خوانی را پشت سر می گذاریم، این چیز ها را فراموش نکنید...

● درسته که کتاب به دانش تون اضافه می کنه اما جوگیر نشید...

● برای تشویق دیگران به کتاب فوندن ملاقات داشته باشید...

● مواستون باشه هر کتابی برای یک سنی مناسبه...

● کتاب بفهمنده ولی از کتاب ها توقع بی جا نداشته باشید...

