فرآیند جامعه‌پذیری کودکان

تعاملات اجتماعی در کودکان شامل ارتباط با والدین، مربیان و همسالان است و از همان اوایل کودکی در آنها شکل می‌گیرد. اولین ارتباط و تعامل کودک با والدین آغاز و کم‌کم شامل همسالان و دیگر افراد مانند مربیان نیز می‌شود. کودک در ابتدا حمایت و امنیت را در خانواده و در کنار والدین خود تجربه و به آنها اعتماد می‌کند. این ارتباط، پایه و اساس شکل‌گیری امنیت بنیادین و دلبستگی ایمن در کودک است. بااین‌حال کودکان و نوجوانان برای رسیدن به رشد اجتماعی مطلوب باید با همسالان‌شان ارتباط مناسب برقرار کنند. همسالان می‌توانند از طریق الگوسازی و تعادل هم‌سطح با یکدیگر، ارزش‌های اجتماعی را به یکدیگر انتقال دهند و نقطه اتکایی برای یافتن استقلال باشند. همسالان و دوستان از مهم‌ترین عوامل اجتماعی‌شدن کودکان و نوجوانان به‌شمار می‌روند. آنها از راه‌های مختلف بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند و از یکدیگر تأثیر می‌پذیرند. بسیاری از محققان بر این عامل تاکید دارند و از آن به‌عنوان ارتباط افقی یاد کرده‌اند. یعنی ارتباطی که در میان افرادی نسبتا هم‌سطح از لحاظ سنی، طبقه اجتماعی، تحصیلی، اقتصادی و... برقرار است. به‌هرحال فرآیند اجتماعی‌شدن و جامعه‌پذیری کودک از سه‌سالگی شروع و تا زمانی که انسان به اجتماعات بزرگ‌تری وارد می‌شود، ادامه پیدا می‌کند.

یادداشت

معصومه صبور | کارشناس مشاوره

اختلال یادگیری

کودکان و بزرگسالان مبتلا به اختلال یادگیری، درک متفاوتی از دنیای اطراف خود دارند. این تفاوت در درک، می‌تواند به بروز مشکلاتی در روند یادگیری منجر شود و در نتیجه، میزان یادگیری و عملکرد دانش‌آموزان مبتلا معمولا کمتر از حد انتظار خواهد بود. در اختلال یادگیری عدم توانایی فرد در یک یا چند مورد از مواردی مانند مهارت خواندن، درک‌مطلب خواندنی، بیان نوشتاری و محاسبات و استدلال ریاضی دیده می‌شود. علاوه‌براین افراد مبتلا ممکن است در بیان شفاهی، درک‌مطلب شنیداری و در به‌خاطرسپردن محرک‌های شنیداری و دیداری نیز مشکل داشته باشند. ممکن است یک کودک در خواندن و هجی کلمات مشکل داشته باشد، درحالی‌که کودک دیگری نتواند مفاهیم ریاضی را درک کند. همچنین، برخی کودکان ممکن است در درک صحبت‌های دیگران و برقراری ارتباط به‌صورت صوتی با مشکل مواجه شوند. نکته مهمی که باید به خاطر بسپارید این است که اکثر کودکان دارای اختلال یادگیری از بهره‌هوشی معمولی برخوردار هستند اما سبک یادگیری آنها با بقیه متفاوت است. اختلالات یادگیری انواع متفاوتی دارد. عوامل تاثیرگذار در بروز این اختلال عبارتند از: ژنتیک، خطرات دوران بارداری و نوزادی، تجارب استرس‌زای دوران کودکی، آسیب به سر، قرارگرفتن در معرض سرب و.... اما مشکل در یادگیری همیشه ناشی از اختلالات یادگیری نیست. اضطراب، افسردگی، حوادث استرس‌زا، ضربه‌های عاطفی و سایر مشکلات موثر بر تمرکز؛ بیش‌فعالی و ... هم می‌توانند یادگیری را مختل کنند. کودکان دارای اختلال یادگیری ممکن است در ابراز احساسات، آرام‌کردن خود و درک رفتارهای غیرکلامی دیگران دچار مشکل باشند. بنابراین آموزش مهارت‌های اجتماعی و عاطفی در کودکان مبتلا به اختلالات یادگیری از اهمیت زیادی برخوردار است. اختلالات یادگیری و چالش‌های تحصیلی آنها می‌تواند به عزت‌نفس پایین، انزوا و مشکلات رفتاری منجر شود.

اعتیاد به جراحی زیبایی از نوجوانی!

چرا سن انجام عمل‌های زیبایی به نوجوانی رسیده است؟

تهمینه سبحانی شاد | گروه جامعه

چند سالی است که تعداد دوستداران زیبایی‌های ساختگی به حدی زیاد شده است که هرساله با کاهش سن عمل‌های زیبایی مواجه هستیم. و حالا نوجوانان از ۱۴-۱۳ سالگی دغدغه ظاهر و انجام عمل‌های مختلف زیبایی را دارند و در تلاشند تا کمی از اعتمادبه‌نفس برباد رفته‌شان را در کلینیک‌های زیبایی جبران کنند. البته بماند که در این میان افرادی را هم می‌بینیم که اصلا نیازی به انجام عمل و تغییر اساسی ندارند و چنین اقدامی فقط جنبه سلیقه‌ای دارد و طبق نظر شخصی خودشان است. نوجوانانی که در سودای زیباتر و بهتر شدن، والدین خود را مجبور به پذیرش کارهای خود می‌کنند و چه بسا خیلی‌های‌شان هم با یک قصور پزشکی، جان‌شان را از دست می‌دهند. حالا سؤال اینجاست که چرا درخواست عمل‌های زیبایی در کشور به حدی پایین آمده که هم‌اکنون به دم‌دستی‌ترین موضوع بین نوجوانان تبدیل شده است؟

شاید تمایل به انجام اقدامات زیباجویانه و گسترش و گرایش آن فقط مختص کشور ما نباشد، چراکه در عصر حاضر به یک پدیده همه‌گیر تبدیل شده است. بینی‌های عروسکی و سربالا، قرنیه‌های رنگی، صورت‌های استخوانی و زاویه‌دار و... همگی اقداماتی است که نشان می‌دهد نوجوانان ما به‌نوعی دچار مشکلاتی در تصویر بدنی خود بوده و خودشان را آن‌گونه که هستند دوست ندارند. مسأله‌ای که خانواده‌ها را هم به چالش کشانده و به دردسر انداخته است. البته نباید در این ماجرا نقش برخی پزشکان را هم نادیده گرفت؛ همان‌هایی که بیشتر به فکر سود و هزینه دریافتی خودشان هستند و اصلا نوجوان را از تصمیمش درخصوص انجام عمل‌های زیبایی منصرف نمی‌کنند!

برش

تقویت خودپذیری در نوجوانان

بااین‌حال، این پدیده تحت تأثیر عوامل مختلفی ازجمله فشارهای اجتماعی، نفوذ رسانه‌ها، استانداردهای زیبایی غالب و تأثیرات روانی ناشی از شبکه‌های اجتماعی قرار دارد. نوجوانانی که به‌دنبال این فشارها، در تلاش برای پذیرش و ایجاد تصویری مثبت از خود هستند. شاید به همین دلیل است که به تصمیم‌گیری‌های عجولانه و بعضا ناپخته در زمینه جراحی‌های زیبایی از سوی آنان منجر می‌شود. شاید توجه بیشتر به آموزش‌های فرهنگی و اجتماعی، تقویت خودپذیری و کاهش فشارهای بیرونی می‌تواند راهکار مؤثری برای مقابله با این روند باشد.

دنیای مشروط نوجوانی

یکی از ترندترین اقدامات سال‌های اخیر در کشور ما، انجام جراحی‌های زیبایی است. کارهایی که دیگر به‌شکل افراطگونه‌ای انجام می‌شود و در میان بسیاری از افراد به‌ویژه نوجوانان، به یکی از روش‌های پررنگ برای رسیدن به استانداردهای زیبایی تبدیل شده است. صدیقه بزازان، مشاور خانواده در گفت‌وگو با جام جم بر این باور است که استفاده نوجوانان از دنیای مجازی یکی از عوامل گرایش به انجام عمل‌های زیبایی است، چراکه آنان را در یک رقابت غیرواقع‌بینانه قرار می‌دهد و احساس می‌کنند برای این‌که در دنیای بیرون دیده شوند، بایستی در حد بهترین‌ها یا در حد سلبریتی‌ها باشند. وی ادامه می‌دهد: «اما اگر بخواهیم نگاه خود فرد نسبت به خودش را هم در نظر بگیریم، از آنجا که بچه‌ها از بعد روانی به‌صورت مشروط در فضای خانواده پذیرفته می‌شوند در نتیجه خودشان هم، خود را مشروط می‌پذیرند.»

در جست‌وجوی یک زیبایی افراطی!

شاید نوجوانی دنیای پرریسکی است که او حاضر به انجام هر اقدامی است، حالا فکر کنید که این اقدامات از نوع زیبایی باشد که بیش از هر کار دیگری برای یک نوجوان جذاب است. مسأله‌ای که حتی اشکالات خیلی جزئی در بدنش را هم خیلی بزرگ می‌بیند. البته صدیقه بزازان ضمن بیان دنیای درونی نوجوانان و اهمیت آن در این خصوص به ما می‌گوید: «رابطه والدین و برخوردهای اشتباه آنان با فرزندان در همان سال‌های ابتدایی زندگی، به قیاس نوجوانان با دنیای بیرونی‌شان منجر می‌شود. این دنیای بیرونی هم نگاه و تایید گروه همسالان است. زمانی که فرصتی ایجاد می‌شود تا فرد، تغییراتی در خودش حاصل کند. اما این موضوع زمانی خطرآفرین می‌گردد که حالت وسواس‌گونه پیدا کند.»

ریشه‌های خودکم‌بینی در زیباجویی نوجوانان

شاید قسمت تلخ ماجرای جراحی‌های زیبایی بین نوجوانان، آنجایی باشد که تازه آنها بعد از هر عمل، گویا میل افراطی به انجام عمل‌های متعدد دیگری پیدا می‌کنند و درصدد انجام دوباره آن به هر قیمتی هستند. بزازان در پاسخ به این پرسش ما که کمبود چه حسی در نوجوانان باعث گرایش آنها به انجام عمل‌های زیبایی می‌شود، می‌گوید: «احساس خودکم‌بینی از دیگر دلایل گرایش نوجوانان در این مورد است. باورهایی که ریشه‌های آن از مقایسه و قضاوت‌های والدین در رابطه با عدم عملکرد کافی از سوی بچه‌ها شکل می‌گیرد.» وی همچنین معتقد است که عکس‌العمل و نگاهی که نوجوان از گروه همسالان خود دریافت می‌کند هم تاثیر بسزایی در انجام این‌گونه کارها دارد.

آگهی تجدید فراخوان مناقصه عمومی دومرحله‌ای
شماره مناقصه TENCO-TENDER 03-62
نوبت اول
TENCO
۱- شرکت توسعه انرژی و نفت نگین آفاق کیش (تنکو) در نظر دارد خرید موضوع مناقصه خود را در پروژه لرزه نگاری دوبعدی زعفران-زنگوان واقع در استان ایلام یک شرکت واجد صلاحیت واگذار نماید.
۲- موضوع مناقصه: خرید ۸۰۰۰ متر (کوپلینگ نر و ماده+لاستیک کوپلینگ+بست شیلنگ متناسب با متراژ شیلنگ) شیلنگ باد تخت mantex سایز ۱,۵ اینچ کلاف(حلقه)۱۰۰ متری به همراه بست و کوپلینگ پروژه زعفران-زنگوان
۳- محل پروژه: استان ایلام ۴- مدت انجام پروژه: ۲۰ روز بعد از امضاء قرارداد
۵- شرایط مناقصه‌گر:
داشتن سابقه و تجربه کافی و مرتبط با موضوع مناقصه ➤ توانایی ارائه ضمانتنامه بانکی معتبر شرکت در مناقصه به مبلغ ۲/۶۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (دو میلیارد و ششصد وپنجاه میلیون ریال) ➤ متقاضیان واجد شرایط می توانند حداکثر تا ۳ روز کاری پس از انتشار آگهی با ارسال نامه تمایل خود را جهت شرکت در مناقصه به نشانی ایمیل tender@petrotenco.com اعلام نموده و اسناد مناقصه را دریافت نمایند.
➤ برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره: ۸۸۵۷۶۲۴۰-۰۲۱- داخلی ۱۹۴۰ و ۱۹۴۲ رایانامه Tender@petrotenco.com تماس حاصل نمایند.
➤ هزینه درج آگهی روزنامه بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.
مدیریت حقوقی و امور قراردادها

آگهی مزایده
نوبت اول
بنیاد توسعه و عمران موقوفات کشور
در نظر دارد از طریق برگزاری مزایده عمومی نسبت به واگذاری اعیان ۲ واحد انبار تجاری و ۱ واحد تجاری از پروژه احداثی بر عرصه موقوفات حسینعلی حمامی و آقا سید نصرالله واقع در شهرستان گرگان، خیابان امام خمینی(ره)، کوچه آفتاب ۱۳، به شرح مشخصات و شرایط ذیل اقدام نماید:

ردیف	طبقه	کاربری	پلاک ثبتی	مشخصات واحد	متراژ (مترمربع) همکف	متراژ (مترمربع) بالکن	مبلغ ضمانت (ریال)
۱	همکف	تجاری	۱۵۸/۳	سمت غربی (دارای پارکینگ)	۳۵,۵۶	۱۴,۷۳	۱,۷۲۰,۰۰۰,۰۰۰
۲	اول	انبار تجاری	۱۵۸/۶	سمت غربی	۵۳,۲۳	–	۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰
۳	اول	انبار تجاری	۱۵۸/۷	سمت شرقی	۵۲,۵۹	–	۴۱۰,۰۰۰,۰۰۰

تضمین شرکت در مزایده: ضمانت‌نامه بانکی برابر مبالغ مندرج در جدول در وجه بنیاد توسعه و عمران موقوفات کشور به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۲۰۳۴۲۰ یا واریز نقدی همان مبالغ به حساب این بنیاد نزد بانک پاسارگاد به شماره شبا IR630570028411021234136001
لذا از عموم علاقمندان به شرکت در این مزایده دعوت می‌شود جهت دریافت اسناد مزایده به آدرس اینترنتی www.btom.ir مراجعه نمایند. شرکت‌کنندگان می‌بایست پیشنهاد قیمت خود را به همراه نسخه اصل ضمانت‌نامه بانکی یا اصل فیش بانکی واریزی به حساب بنیاد، حداکثر تا پایان وقت اداری ۱۴۰۳/۱۰/۳۰ به‌صورت حضوری و یا از طریق پست به آدرس این بنیاد تحویل نمایند.
لازم به ذکر است متقاضیان می‌بایست ترتیبی اتخاذ نمایند که پاکات پیشنهادات حداکثر تا تاریخ اعلام‌شده به واحد دبیرخانه این بنیاد تحویل گردد. ضمنا شرایط مزایده و مشخصات دقیق مورد معامله در اسناد مربوطه تعیین و مشخص خواهد شد.
همچنین متقاضیان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر در ساعات اداری با شماره تلفن‌های ۹-۸۸۸۹۰۰۰۶-۰۲۱ داخلی ۱۱۶ (آقای آدینه) تماس حاصل فرمایند.
ضمنا ذکر این نکته لازم است که سپرده شرکت در مزایده برندگان اول و دوم در صورتی که پس از برنده شدن حاضر به انعقاد قرارداد نشوند، به نفع بنیاد ضبط خواهد شد و در هر حال بنیاد توسعه و عمران موقوفات کشور در پذیرش هر یک از پیشنهادات و یا رد هر یک یا همه پیشنهادات مختار خواهد بود.
آدرس بنیاد: تهران، خیابان کریم‌خان زند، نرسیده به میدان ولیعصر(عج)، کوچه شاهد، پلاک ۲۲، کدپستی: ۱۵۹۴۶۳۵۵۱۳

سازمان آگهی‌های روزنامه جام جم
شماره تلفن پذیرش ۴۹۱۰۵۰۰۰

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۹۰۵

جدول عادی

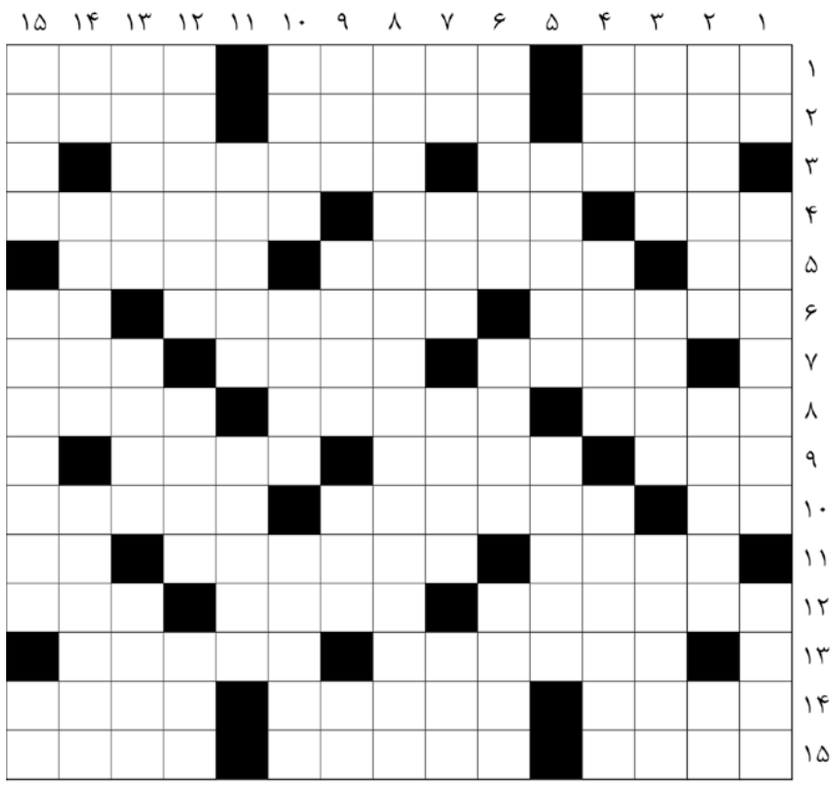
افقی: ۱) دعوت شده ـ دومین پادشاه پیشدادی ـ دارای ارزش غذایی ۲) مانند ـ از ساخته‌های سینمایی آلفرد هیچکاک ـ خانم ۳) عشق پرنده ـ رفیق آذری ۴) طالع ـ فوت و فن ـ قرابت ۵) نشانه مصدر جعلی ـ عید میلاد مسیح ـ پول امارات ۶) گوشه‌ها و کرانه‌ها ـ آیاتی از قرآن که معنی‌شان واضح است ـ فنی در کشتی ۷) موقر ـ باادب ـ غار بعثت ۸) خواهش ـ براندازی نظامی ـ سومین فرمانروای خوارزمشاهی ۹) نبرد ـ سبیل ـ فرمانروا ۱۰) کار ناتمام! ـ فیلمی ساخته داریوش مهرجویی ـ محل نشستن ۱۱) از القاب حضرت فاطمه (س) ـ مهم‌ترین ابزار مورد نیاز عکاسی ـ خط‌کش نقشه‌کشی ۱۲) مهیا بودن ـ نشسته ـ منفک ۱۳) آبستن ـ کدخدا ۱۴) سمت و سو ـ طفولیت ـ معبود یگانه ۱۵) چشم ـ بی‌نظیر ـ سرکرده.

عمودی: ۱) ماه کارگری ـ یکی از پنج آواز موسیقی سنتی ایرانی ـ بزرگوارتر ۲) غذای سنتی ایرانی که پایه آن برنج است ـ مایه زحمت دیگران ـ E ـ ۳) خاندان پیامبر (ص) ـ به آهستگی ـ محل تقاطع دو دیوار ۴) یک حرف و سه حرف ـ حرکات رزمی نمایشی ـ خانه زیرزمینی ۵) سکه طلای قاجاری ـ آب ورزش ۶) بی‌بندوباری ـ چند نکته ـ زاپاس ۷) شبکه گسترده جهانی ـ آیین ـ داخل شدن ـ ماه هشتم میلادی ۸) فرمانده دلاور جنگ ایران و عراق و ملقب به مسیح کردستان ۹) پسندیده ـ بی‌صدایی ـ چین و چروک ـ اندک ۱۰) ظرف نگهداری مایعات ـ ستایشگر ـ شهرداری قدیم ۱۱) نام قدیم زاهدان ـ بانوی همدم ۱۲) اقدام به کاری ـ ژانری در سینما ـ به عمل برآید ۱۳) سوره هشتاد و هشتم ـ قطعی ـ ضربه‌ای بر صورت ۱۴) آیینی مبتنی بر تعالیم بودا ـ روی عضو آسیب دیده می‌گذارند ـ پشت سرهم ۱۵) نوعی مسلسل دستی ـ ماکارونی ورقه‌ای ـ معاون هیتلر.

جدول ویژه

افقی: ۱) از ظروف آزمایشگاهی ـ رمانی تخیلی نوشته جی.آر.آر. تالکین ـ رهرو ۲) پدر ـ دستگاه ردگیری در هواپیما ـ دارای تشدید ۳) نام چندتن از پادشاهان فرانسه بود ـ تحت تأثیر حرف‌های دیگران است ۴) الفت ـ همیشه ـ مایع نوشیدنی گازدار ۵) شگرد ـ دریانورد و کاشف بریتانیایی که چند سفر به قطب شمال داشت ـ سبکی در موسیقی پاپ غربی ۶) کسب‌وکار ـ رفت‌وآمد بسیار ـ ماه سرد ۷) ضدحمله ـ رود جاری در خراسان شمالی ـ بدگویی در شعر ۸) رهن‌دهنده ـ موج ـ تجهیز شده ۹) پشم شتر ـ از اجزای مهم موتور خودرو ـ خدمتگزار ۱۰) گرداگرد دهان ـ بی‌شمار ـ مهلت دادن ۱۱) سماق ـ یاقوت سرخ ـ حرف جر عربی ۱۲) مرتب و منظم ـ پایین شلوار ـ دیدنی بم ۱۳) نوبت به نوبت ـ انکار ۱۴) چند وکیل ـ سابقه شغلی ـ شکوه و جلال ۱۵) پارسای دیرنشین ـ شعبده‌باز ـ طرف مشورت.

عمودی: ۱) از مطهرات ـ از اجزای سازنده اتم ـ اصطبل ۲) هدایت‌کننده ـ حامله ـ نیم‌کاسه! ۳) تن‌پوش ـ آسمان ـ بخش پایانی مقاله ۴) برکت سفره ـ ترسو ـ پروژکتور ۵) تیراندازی ـ پاره‌کردن و چاک دادن ۶) آهنگساز اتریشی و ملقب به پدر سمفونی ـ متاع ـ نوعی موشک ضدتانک ۷) ضمیر سوم ـ حاجت ـ با سرعت زیاد و بدون توقف ـ پسوند شباهت ۸) فیلمی ساخته زنده‌یاد عباس کیارستمی ۹) تنها ـ اشتباه لفظی ـ لطیفه انگلیسی ۱۰) اهل سنت بودن ـ فاصله بین دنیا و آخرت ـ آخرین جنبش فراگیر نقاشی مدرن ۱۱) مغازه لباس فروشی ـ پایین لباس ۱۲) تخمه آفتابگردان ـ باایمان ـ قوی ۱۳) گیاهی از خانواده اسفناج ـ هجوم ـ ورقه چاپی تبلیغاتی ۱۴) دشمن سرسخت ـ پیش‌بینی درآمد و هزینه ـ عرب بیابان‌نشین ۱۵) گدایی ـ قهرمان دوی حیوانات ـ نشانه صفت تفضیلی.



حل جدول عادی ۶۹۰۴

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	م	ح	ر	و	م	ی	ت	■	ت	ا	ک	س	ت	ا	ن
۲	ن	س	ا	ج	ی	■	م	ن	ت	ق	م	■	ه	ن	گ
۳	ا	ی	ز	د	■	ز	ا	ی	و	■	ر	م	ی	ا	ر
۴	ن	ن	ک	■	خ	ا	م	س	■	ل	ب	ن	ه	■	ا
۵	■	غ	ل	ا	م	ه	■	ت	ن	ا	س	ا	■	م	ن
۶	خ	ل	■	ک	ر	د	و	■	و	ی	ت	ر	ا	ی	■
۷	ب	ی	گ	ا	ه	■	ف	ا	ت	ح	ه	■	ی	ش	م
۸	ر	ز	و	ه	■	ق	ا	ه	ر	■	م	م	ل	و	■
۹	ه	ا	ک	■	ت	ن	د	ر	و	ک	م	ن	ا	م	■
۱۰	■	د	ل	ش	ی	د	ا	■	ن	ف	ی	س	■	س	ن
۱۱	ب	ه	■	ف	ر	ا	ر	ی	■	ا	س	ک	ل	ت	■
۱۲	و	■	ح	ق	و	ق	■	م	ا	ی	و	■	ر	و	ع
۱۳	■	ج	و	ش	■	ی	م	ا	ن	ی	■	ه	ف	ت	ک
۱۴	ه	ی	ا	ز	د	ک	ی	■	ا	م	د	و	ر	ف	ت

حل جدول ویژه ۶۹۰۴

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ا	ج	ا	ق	ک	ا	ز	■	ا	س	ت	ر	ا	ن	ه
۲	گ	ا	و	ر	س	■	ک	ا	ن	ت	ر	■	ب	و	ر
۳	س	د	ا	ب	■	ک	ا	ت	ا	■	ی	ه	و	د	ا
۴	ت	ه	م	■	ک	ش	م	ش	■	ا	س	ر	ا	■	و
۵	■	ا	ر	ا	د	ت	■	ی	ا	ف	ت	ه	■	و	ل
۶	ش	ن	■	پ	ا	ن	چ	■	ه	ز	ا	ر	پ	ا	■
۷	ا	ق	س	ا	م	■	ا	ک	ن	و	ن	■	ل	ع	ب
۸	ک	ل	ک	ل	■	ت	ق	ا	ر	ن	■	ن	ا	ظ	ر
۹	ی	ا	ن	■	ت	ن	ا	و	ب	■	و	ر	س	ا	ی
۱۰	■	ب	ی	ی	ن	ا	ل	■	ا	ل	ی	س	■	ص	د
۱۱	ا	ی	■	ا	ف	س	و	ن	■	ا	ل	ی	ا	ف	■
۱۲	س	■	ت	ر	س	ل	■	ا	ن	ب	ه	■	د	ه	ن
۱۳	ت	ل	خ	ی	■	ص	ر	س	م	ی	■	ل	ب	ا	ب
۱۴	ا	ه	م	■	ب	ر	خ	ا	ن	■	پ	ی	ا	ن	و
۱۵	ش	و	ک	ت	ح	ج	ت	■	م	ا	ر	ا	ک	ر	ی