چالش‌های نسل جوان برای کاهش تاب آوری

■ جامعه شناس و استاد دانشگاه علامه طباطبایی با اشاره به چالش‌های نسل جوان برای کاهش تاب‌آوری، گفت: نوجوانان در شبکه‌های اجتماعی به طور فزاینده‌ای با تصاویری به شدت ویرایش شده و غیرواقعی مواجه هستند و این تصاویر که اغلب توسط بلاگرها و افراد مشهور منتشر می‌شود، ممکن است به احساس اضطراب و نارضایتی در نوجوانان منجر شود.

گروه علمی و آموزشی – محمود مشفق درباره کاهش تاب‌آوری نوجوانان اظهار کرد: تاب‌آوری به معنای توانایی فرد، جامعه یا محیط برای مقابله با چالش‌ها و بحران‌ها و بازگشت به حالت طبیعی و پایدار است. این مفهوم در سطوح مختلفی از جمله تاب‌آوری فردی، اجتماعی و محیطی مطرح می‌شود.

وی ادامه داد: تاب‌آوری محیطی به توانایی یک محیط جغرافیایی برای احیا و بازسازی خود در برابر چالش‌هایی مانند خشکسالی یا بلایای طبیعی اشاره دارد. به عنوان مثال، یک اکوسیستم تاب‌آور می‌تواند پس از یک دوره خشکی یا آتش‌سوزی دوباره به حالت قبلی خود برگردد.

این جامعه‌شناس افزود: تاب‌آوری اجتماعی نیز به توانایی یک نظام اجتماعی در مواجهه با چالش‌هایی مانند تورم، بیکاری و نابرابری‌های اقتصادی اشاره دارد. جوامع تاب‌آور قادرند با استفاده از منابع موجود، خود را بازسازی کنند و بر مشکلات غلبه کنند.

مشفق خاطرنشان کرد: تاب‌آوری فردی تحت تأثیر تاب‌آوری اجتماعی و محیطی قرار دارد. هرچه تاب‌آوری در سطح جامعه یا محیط کاهش یابد، این کاهش می‌تواند تأثیرات منفی بر روی افراد داشته باشد. برای مثال، اگر تساهل و مدارا بین افراد کاهش یابد یا سرمایه اجتماعی ضعیف شود، این عوامل می‌توانند باعث کاهش تاب‌آوری فردی شوند.

نقش تغییرات اجتماعی یا اقتصادی در تاب آوری

وی تاکید کرد: در شرایط تغییرات سریع اجتماعی یا اقتصادی، سطح تاب‌آوری اجتماعی ممکن است پایین بیاید. در این زمان، نقش فرد بسیار مهم است زیرا هر فرد باید بتواند با چالش‌ها و بحران‌های زندگی مقابله کند. این چالش‌ها می‌تواند شامل مسائل اقتصادی مانند افزایش تورم یا کاهش درآمد یا تغییرات اجتماعی مانند از دست دادن یکی از اعضای خانواده باشد.

عضو هیات علمی دانشگاه علامه طباطبایی گفت: تاب‌آوری فردی به معنای توانایی افراد برای بازگشت به حالت طبیعی پس از مواجهه با بحران‌ها است و این بازگشت شامل حفظ انسجام روانی و شخصیتی است که ممکن است تحت تأثیر شوک‌های زندگی دچار اختلال شود.

مشفق تصریح کرد: اگر سطح تاب‌آوری افراد پایین بیاید، واکنش‌های مختلفی ممکن است بروز کند؛ مثلاً برخی افراد شاید رفتارهای پرخاشگرانه نشان دهند یا دچار انزوا شوند. دیگران ممکن است خودآزاری کنند که می‌تواند هم جسمانی (مانند آسیب زدن به خود) یا روان‌شناختی (مانند افکار منفی مداوم) باشد.

سازگاری با مشکلات تاب آوری را افزایش می‌دهد

وی یادآور شد: در نهایت، هرچه افراد بتوانند بهتر با مشکلات سازگار شوند و شرایط را مدیریت کنند، تاب‌آوری بیشتری خواهند داشت. این امر نه تنها تحت تأثیر ویژگی‌های شخصیتی آنها قرار دارد بلکه ساختارهای اجتماعی نیز نقش مهمی ایفا می‌کنند؛ زیرا فضای اطراف آنها بر نحوه واکنش آنان نسبت به بحران‌ها تأثیرگذار خواهد بود.

چالش‌های نسل جوان برای کاهش تاب‌آوری

این جامعه شناس با اشاره به حساسیت دوران نوجوانی، تصریح کرد: دوره نوجوانی یکی از مهم‌ترین مراحل زندگی است که در آن فرد از وابستگی به خانواده به سمت استقلال و خودکفایی حرکت می‌کند. این دوره با تغییرات جسمی، احساسی و اجتماعی همراه است که می‌تواند چالش‌های زیادی را برای نوجوانان و خانواده‌های آنها ایجاد کند.

مشفق با تاکید بر اینکه تغییرات جسمی، به ویژه بلوغ جنسی که تأثیر زیادی بر احساسات و رفتارهای نوجوانان دارد، گفت: این تغییرات می‌تواند باعث بروز احساسات جدیدی مانند گرایش به جنس مخالف شود و در نتیجه نیاز به مدیریت صحیح این احساسات و تغییرات وجود دارد. اگر محیط اطراف نوجوانان نتواند به خوبی این تغییرات را مدیریت کند، ممکن است تاب‌آوری آنها کاهش یابد و با مشکلات بیشتری مواجه شوند.

فرزندان در حال گذر از مرحله حساس هستند

وی به نقش محوری والدین اشاره کرد و افزود: پدران و مادران باید آگاه باشند که فرزندانشان در حال گذر از یک مرحله حساس هستند. شیوه‌های کنترل‌گرایانه‌ای که در دوران کودکی کارآمد بودند، ممکن است در دوران نوجوانی مؤثر نباشند. والدین باید به تدریج از کنترل مستقیم فاصله بگیرند و به سمت مشاوره و حمایت غیرمستقیم حرکت کنند.

عضو هیات علمی دانشگاه علامه طباطبایی گفت: نصیحت‌های مستقیم معمولاً با واکنش منفی نوجوانان مواجه می‌شود؛ بنابراین لازم است والدین مهارت‌های ارتباطی خود را تقویت کنند تا بتوانند با فرزندانشان بهتر ارتباط برقرار کنند. مشفق خاطرنشان کرد: چالش دیگری که والدین با آن مواجه هستند، نگرانی درباره آسیب‌ها و خطراتی است که ممکن است فرزندانشان را تهدید کند. این نگرانی‌ها می‌تواند منجر به کنترل بیش از حد شود که خود می‌تواند آسیب‌زا باشد؛ بنابراین ایجاد تعادل بین آزادی دادن به نوجوانان برای تصمیم‌گیری مستقل و نظارت بر رفتارهای آنها بسیار مهم است.

وی با تاکید بر اینکه آموزش والدین درباره نحوه مدیریت فرزندان در این دوره حساس ضروری است، توضیح داد: دنیای امروز پیچیده‌تر شده و نیازمند مهارت‌های خاصی برای تربیت فرزندان سالم و مستقل است همچنین توجه به مسائل اقتصادی، اجتماعی و تحصیلی نیز می‌تواند تأثیر زیادی بر سلامت روانی نوجوانان داشته باشد؛ بنابراین حمایت عاطفی و مالی از سوی خانواده‌ها نقش کلیدی در موفقیت آنها ایفا می‌کند.

عوامل موثر در کاهش تاب آوری نوجوانان

این جامعه‌شناس در ادامه به بررسی عوامل مؤثر بر تاب‌آوری نوجوانان و چالش‌های اجتماعی و اقتصادی که آن‌ها با آن مواجه هستند، پرداخت و گفت: وضعیت اقتصادی خانواده، فشار برای موفقیت تحصیلی، نیاز به حمایت اجتماعی، خودپنداره و تصویر ذهنی نوجوان از خود، چالش‌های اجتماعی و تاثیرات تغییرات اجتماعی از جمله این عوامل است.

مشفق با اشاره به وضعیت اقتصادی خانواده بر تاب آوری نوجوانان اظهار کرد: فشارهای مالی می‌تواند تأثیر منفی بر تاب‌آوری نوجوانان داشته باشد. اگر خانواده‌ها بتوانند به فرزندان خود حمایت عاطفی و مالی کافی ارائه دهند، این امر می‌تواند به تقویت تاب‌آوری آنها کمک کند.

وی درباره تاثیر فشار برای موفقیت تحصیلی دانش آموزان بر تاب‌آوری، گفت: هر کودک توانایی‌ها و استعدادهای خاص خود را دارد و فشار برای رسیدن به استانداردهای غیرواقعی می‌تواند منجر به کاهش اعتماد به نفس و تاب‌آوری شود. مقایسه مداوم فرزندان با دیگران، به ویژه در زمینه تحصیلی، می‌تواند استرس زیادی ایجاد کند.

این جامعه شناس به نیاز به حمایت اجتماعی نوجوانان اشاره کرد و افزود: نوجوانان در دوره‌ای از زندگی خود قرار دارند که می‌خواهند مستقل شوند اما همچنان نیازمند حمایت اجتماعی هستند. عدم وجود این حمایت می‌تواند منجر به احساس تنهایی و آسیب‌پذیری شود.

مشفق با بیان اینکه تصویر ذهنی که والدین از فرزندان خود ایجاد می‌کنند باید واقع‌بینانه باشد، تاکید کرد: اگر والدین تصویری بزرگ‌تر از واقعیت از فرزندان خود ارائه دهند، ممکن است نوجوانان در مواجهه با واقعیت دچار ناامیدی شوند.

عضو هیات علمی دانشگاه علامه طباطبایی درباره چالش‌های اجتماعی در تاب‌آوری نوجوانان گفت: نوجوانان باید مهارت‌های مقابله با چالش‌های اجتماعی را یاد بگیرند تا بتوانند در محیط‌های مختلف با مشکلات روبرو شوند، این موضوع شامل یادگیری نحوه مدیریت انتقادات، فشار همسالان و سایر چالش‌های اجتماعی است.

نقش رسانه‌های اجتماعی در کاهش تاب آوری

این جامعه شناس با بیان اینکه رسانه‌های اجتماعی می‌توانند تأثیرات منفی بر تاب‌آوری داشته باشند، یادآور شد: نوجوانان دائماً در معرض پیام‌هایی هستند که ممکن است احساس اضطراب یا ناکافی بودن را در آنها ایجاد کند.

مشفق افزود: برای تقویت تاب‌آوری نوجوانان، لازم است که خانواده‌ها محیطی حمایتی فراهم کنند که شامل ارتباطات مثبت، تشویق به استقلال همراه با نظارت مناسب و آموزش مهارت‌های مقابله‌ای باشد.

وی تصریح کرد: نسل مضطرب یا نسل همواره در استرس را داریم چراکه افراد دائم در معرض پیام هایی هستند که آنها را در واقع تحت تاثیر قرار می‌دهد. به طور مثال نوجوانانی که به هر حال همه در طبقه اجتماعی واحدی نیستند یا از نظر وضعیت اقتصادی و جسمی شرایط یکسان ندارند؛ در شبکه‌های اجتماعی با معیارهای معینی از نظر طبقه اجتماعی، زیبایی، موفقیت مقایسه می‌شوند.

مشفق با تاکید براینکه در دنیای امروز، نوجوانان به طور فزاینده‌ای با تصاویری مواجه می‌شوند که به شدت ویرایش شده و غیرواقعی است، گفت: این تصاویر که اغلب توسط بلاگرها و افراد مشهور در شبکه‌های اجتماعی منتشر می‌شود، استانداردهای زیبایی غیرقابل دسترسی را ترویج می‌کند.

استاد دانشگاه علامه طباطبایی ادامه داد: وقتی نوجوانان زندگی واقعی و شرایط خود را با این تصاویر مقایسه می‌کنند، ممکن است احساس اضطراب و نارضایتی از خود پیدا کنند. این مقایسه‌ها می‌تواند منجر به کاهش اعتماد به نفس، افزایش اضطراب و حتی بروز مشکلات روانی شود.

تاثیر اختلافات طبقاتی در احساس ارزشمندی نوجوانان

مشفق افزود: یکی از عوامل مهم در این زمینه فشار گروه‌های همسالان است. اختلافات طبقاتی و نابرابری‌های اجتماعی نیز می‌تواند بر احساس ارزشمندی نوجوانان تأثیر بگذارند. برای مثال، در یک کلاس درس ممکن است دانش‌آموزانی باشند که توانایی خرید یک ساندویچ ساده را ندارند، در حالی که دیگران از امکانات بیشتری برخوردارند. این نابرابری‌ها می‌تواند احساس کمبود و انزوا را تشدید کند.

این جامعه شناس با بیان اینکه وابستگی شدید به اینترنت و استفاده مداوم از گوشی‌های هوشمند نیز یکی دیگر از عواملی است که تاب‌آوری نوجوانان را کاهش می‌دهد، خاطر نشان کرد: بسیاری از متخصصان توصیه می‌کنند که کودکان تا سن خاصی نباید دسترسی آزاد به گوشی‌های هوشمند داشته باشند. برخی کشورها مانند استرالیا استفاده از تلفن همراه در مدارس راهنمایی را ممنوع کرده‌اند تا تأثیرات منفی آن بر یادگیری و روابط اجتماعی دانش‌آموزان کاهش یابد.

مشفق ادامه داد: در شهرهای بزرگ نیز فضای کافی برای ارتباطات سالم میان نوجوانان وجود ندارد که این مسئله باعث افزایش احساس انزوا و تنهایی در آنها می‌شود.

وی یادآور شد: برای مقابله با این چالش‌ها، توسعه شبکه‌های حمایتی اجتماعی بسیار مهم است. ایجاد ارتباطات دوستانه میان نوجوانانی که شرایط اقتصادی مشابه دارند، حمایت خانواده‌ها از فرزندانشان و تقویت اعتماد به نفس آنها نقش مهمی در افزایش تاب‌آوری دارد.

رفتار معلمان با نوجوانان چگونه باشد؟

این جامعه شناس درباره تاثیر رفتار در مدارس با دانش آموزان توضیح داد: نقش معلمان و مدارس نیز بسیار حیاتی است. معلمانی که بتوانند ارتباط نزدیکی با دانش‌آموزان برقرار کنند و محیط کلاس را مثبت نگه دارند، تأثیر مثبتی بر تاب‌آوری دانش‌آموزان خواهند داشت.

مشفق ادامه داد: مدیران مدارس باید تلاش کنند تا ارتباطات اجتماعی میان دانش‌آموزان را تقویت و دلایل احتمالی انزوای برخی از آنها را شناسایی کنند.

وی تاکید کرد: توجه به سلامت روانی نوجوانان نه تنها برای حال حاضر آنها بلکه برای آینده جامعه نیز اهمیت دارد؛ چراکه نسل آینده کشور وابسته به سلامت جسمی و روانی نوجوانانی است که امروز پرورش می‌یابند.

چرا سفر به مریخ بازگشتی ندارد؟

گروه علمی و آموزشی – سفر به مریخ با چالش‌های فیزیکی، تکنولوژیکی و روانی مواجه است؛ از تابش اشعه‌های کیهانی تا مشکلات تامین منابع، این ماموریت علمی می‌تواند به سفری یک‌طرفه برای فضانوردان تبدیل شود.

بررسی دلایل و چالش‌های سفر بی‌بازگشت به مریخ، از مشکلات فیزیولوژیکی تا محدودیت‌های تکنولوژیکی که سفر به مریخ را به مأموریتی یک‌طرفه تبدیل می‌کند.

مریخ، سیاره سرخ، از دیرباز ذهن بشر را به خود مشغول کرده است. با پیشرفت علم و فناوری، رویای سفر به این سیاره دوردست بیش از پیش به واقعیت نزدیک شده است. اما چرا بسیاری از دانشمندان و متخصصان فضایی معتقدند که سفر به مریخ می‌تواند یک سفر بی‌بازگشت باشد؟

رویای دیرینه بشر برای فتح مریخ

از زمانی که انسان توانست پا به ماه بگذارد، نگاه‌ها به سوی مریخ چرخید. این سیاره سرخ، با شباهت‌های نسبی به زمین، همواره به عنوان مقصد بعدی اکتشافات فضایی بشر مطرح بوده است. اما واقعیت‌های علمی و فنی نشان می‌دهد که سفر به مریخ، برخلاف سفر به ماه، می‌تواند یک ماموریت یک طرفه باشد.

۱. فاصله طولانی و زمان سفر

مریخ در بهترین حالت، حدود ۱۴۰ میلیون کیلومتر از زمین فاصله دارد. این فاصله بسیار بیشتر از فاصله زمین تا ماه است و سفر به مریخ می‌تواند بین ۶ تا ۹ ماه طول بکشد. این زمان طولانی، چالش‌های جدی برای سلامت جسمی و روانی فضانوردان ایجاد می‌کند.

۲. تابش اشعه‌های کیهانی

در طول سفر به مریخ، فضانوردان در معرض تابش شدید اشعه‌های کیهانی قرار می‌گیرند. این اشعه‌ها می‌توانند آسیب‌های جدی به DNA سلول‌های بدن وارد کنند و خطر ابتلا به سرطان را افزایش دهند. محافظت کامل در برابر این اشعه‌ها با فناوری فعلی بسیار دشوار است.

۳. جاذبه کم و اثرات آن بر بدن

جاذبه در مریخ حدود یک سوم جاذبه زمین است. قرار گرفتن طولانی مدت در این شرایط می‌تواند منجر به پوکی استخوان، ضعف عضلانی و مشکلات قلبی-عروقی شود. بازگشت به زمین پس از مدت طولانی زندگی در مریخ می‌تواند برای بدن بسیار چالش‌برانگیز باشد.

چالش‌های تکنولوژیکی سفر به مریخ

۱. سوخت و انرژی برای بازگشت

یکی از بزرگترین چالش‌های سفر به مریخ، تامین سوخت کافی برای بازگشت است. حمل سوخت کافی برای یک سفر رفت و برگشت، وزن فضاپیما را به شدت افزایش می‌دهد و هزینه‌های ماموریت را چندین برابر می‌کند. تولید سوخت در مریخ نیز با چالش‌های فنی زیادی روبروست.

۲. حفاظت در برابر شرایط جوی مریخ

اتمسفر مریخ بسیار رقیق است و عمدتا از دی‌اکسید کربن تشکیل شده است. این شرایط نه تنها تنفس را غیرممکن می‌سازد، بلکه حفاظت در برابر تابش خورشید و نوسانات دمایی شدید را نیز دشوار می‌کند. طراحی سکونتگاه‌هایی که بتوانند در درازمدت از انسان‌ها محافظت کنند، چالشی بزرگ است.

۳. تامین منابع حیاتی

آب، غذا و اکسیژن از ضروریات حیات هستند. تامین این منابع برای یک ماموریت طولانی مدت در مریخ، چالشی جدی است. گرچه شواهدی از وجود آب در مریخ یافت شده، اما استخراج و تصفیه آن نیازمند فناوری‌های پیشرفته است. تولید غذا و اکسیژن در محیط مریخ نیز با دشواری‌های زیادی همراه است.

چالش‌های روانی و اجتماعی

۱. انزوا و دوری از زمین

زندگی در مریخ به معنای جدایی کامل از تمام آنچه در زمین می‌شناسیم است. این انزوای شدید می‌تواند اثرات روانی عمیقی بر فضانوردان داشته باشد. ارتباط با زمین نیز به دلیل فاصله زیاد، با تاخیر همراه خواهد بود که این مسئله می‌تواند احساس تنهایی و جدایی را تشدید کند.

۲. زندگی در محیط بسته و محدود

فضانوردان مجبور خواهند بود زمان زیادی را در محیط‌های بسته و محدود سپری کنند. این شرایط می‌تواند منجر به بروز مشکلات روانی مانند افسردگی، اضطراب و حتی توهم شود. مدیریت روابط انسانی در چنین شرایطی نیز چالش بزرگی خواهد بود.

چالش‌های اخلاقی و قانونی

۱. مسئولیت‌پذیری در قبال جان فضانوردان

فرستادن انسان‌ها به ماموریتی که احتمال بازگشت از آن بسیار کم است، چالش‌های اخلاقی جدی ایجاد می‌کند. آیا این اقدام با اصول اخلاقی سازگار است؟ چه کسی مسئولیت جان فضانوردان را بر عهده خواهد گرفت؟

۲. قوانین بین‌المللی و مالکیت فضایی

استقرار در مریخ سوالات حقوقی زیادی را مطرح می‌کند. چه کسی مالک منابع مریخ خواهد بود؟ آیا قوانین زمین در مریخ نیز اعمال می‌شوند؟ این مسائل نیازمند توافقات بین‌المللی گسترده است.

تحقیقات و پیشرفت‌های اخیر

با وجود تمام این چالش‌ها، تلاش‌های زیادی برای غلبه بر موانع سفر به مریخ در جریان است. سازمان‌های فضایی و شرکت‌های خصوصی در حال توسعه فناوری‌هایی هستند که می‌تواند برخی از این مشکلات را حل کند. به عنوان مثال، ناسا در حال کار بر روی سیستم‌های پیشرفته حفاظت در برابر تشعشعات و روش‌های تولید اکسیژن در مریخ است.

نتیجه‌گیری: آینده سفر به مریخ

سفر به مریخ، با وجود تمام چالش‌ها و خطرات، همچنان یکی از بزرگترین آرزوهای بشر است. اگرچه در حال حاضر، این سفر به عنوان یک ماموریت بی‌بازگشت در نظر گرفته می‌شود، اما پیشرفت‌های علمی و فناوری می‌تواند در آینده، امکان بازگشت از مریخ را فراهم کند.

چالش‌های پیش رو، از مشکلات فیزیولوژیکی گرفته تا محدودیت‌های تکنولوژیکی، همگی نیازمند راه حل‌های نوآورانه هستند. تلاش‌های جهانی برای غلبه بر این موانع، نه تنها می‌تواند رویای سفر به مریخ را محقق سازد، بلکه می‌تواند منجر به پیشرفت‌های چشمگیر در زمینه‌های مختلف علمی و فناوری شود.

در نهایت، سفر به مریخ فراتر از یک ماجراجویی علمی است. این سفر، نمادی از توانایی بشر در غلبه بر چالش‌های بزرگ و گسترش مرزهای دانش و تجربه انسانی است. حتی اگر اولین سفرها به مریخ بی‌بازگشت باشند، آنها راه را برای آینده‌ای باز می‌کنند که در آن، سفر بین سیاره‌ای می‌تواند به واقعیتی دست‌یافتنی تبدیل شود.

یک جدول با دو شرح

جدول روز نامه دارای دو شرح عادی و ویژه است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح ها را با مداد حل کرده، و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

۴۶۸۸

جدول عادی

◄ افقی:

۱ - لغزش و خطا - مغز کامپیوتر
۲ - اندازه لباس - خواندنی‌های دانش‌آموز - جمع شعر
۳ - مسابقه در حال پخش شبکه سوم با مجری‌گری جواد رضویان - پارچه فروش - خواهر و برادر هم‌خون
۴ - تصدیق بی‌ادب - طریقه، نوع - کوهه - کلمه درد
۵ - ساز شکوه‌گر - پیشکش‌ها - زد و خورد
۶ - کاغذ نوشته شده - از جان گذشته - محل
۷ - فالگیر - مابین پیچ و مهره - از عناصر فلزی
۸ - زادگاه نیما یوشیج - ناتوان، بیچاره - شهر «ترکیه»
۹ - سراییدن - مستحضر، واقف - خاتون
۱۰ - مرکز اندیشه - شهر استان اصفهان - نوعی پاسکاری در فوتبال
۱۱ - موشواره - برد معروف - محجوب
۱۲ - بدشگون - گلی سفید و خوشبو - تیر یقه‌نشین - رود روسی
۱۳ - بانگ - جایگاه مرشد در گود زورخانه - خوش‌رو و زیبا
۱۴ - شهر «ژاپن» -نژاد مردم ایران - تخت حکومتی
۱۵ - این جزیره ایرانی سرزمینی هموار و تقریباً بدون عوارض طبیعی است - مسیر تصمیم‌گیری

▼ عمودی:

۱ - دو چیز نامتناسب - واژه پرسش
۲ - طبع روان می‌خواهد - تاریخ‌نویس - ناله
۳ - کدر - کارگر کشتی - سد شده
۴ - آرایش، زینت - مزاح کردن - بهشت کوهنوردان ایران - نقطه‌ضعف
۵ - قدیمی‌ترین و کهن‌ترین مذهب زنده جهان - منسوب به دنیا - پرگو می‌زند
۶ - ضربه سر فوتبالیست - زمین ناهموار - بنیاد
۷ - نوعی فعل - برآمدگی - توهم دیدن آب در بیابان
۸ - دهان حیوانات - آشکار کردن حیله‌ها - کبک کوهستان
۹ - نقاش - پرنده‌ای پا بلند - مادر خودمانی
۱۰ - بیماری پوستی که عامل ویروس آبله‌مرغان است - کدخدا - اسم ترکی
۱۱ - یازده! - خشکی وسط دریا - مخفف اکنون
۱۲ - متضاد «زیبا» - ضمیر اشاره برای نزدیک - متضاد «خوبی» - سهولت
۱۳ - گیاهی با خاصیت دارویی - بازیچه کودکان - پایتخت «غنا»
۱۴ - تخته شیرجه - حرف حساب ندارد - ماه دوم میلادی
۱۵ - شامل همه - خالق نوروزنامه

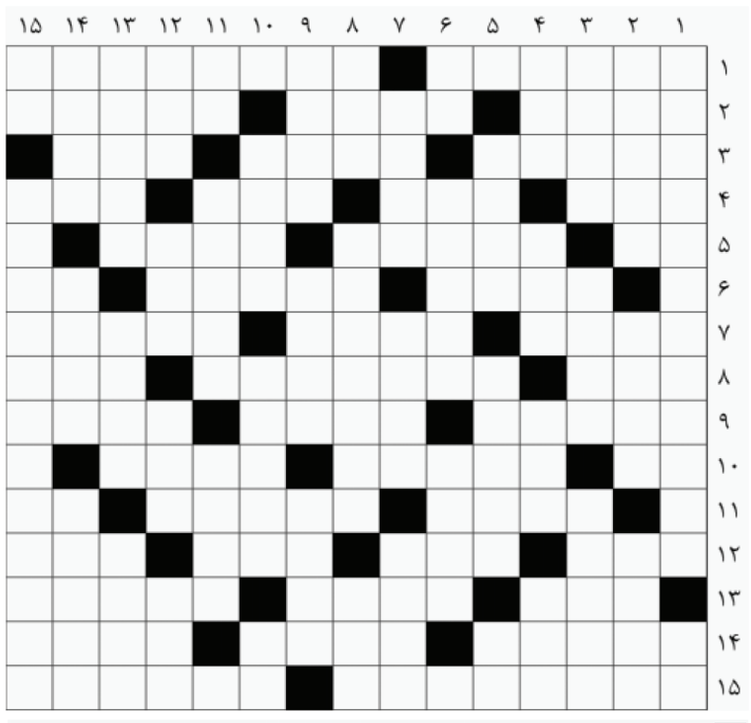
جدول ویژه

◄ افقی:

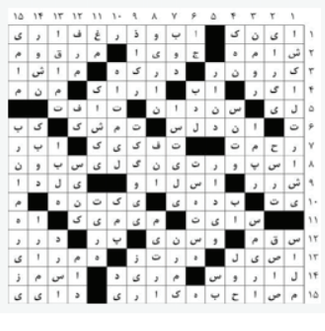
۱ - اثر «ادگار آلن پو» - یکی از صنایع دستی و هنرهای ایرانی
۲ - خوابیده - خوست - فضاپیمای اروپایی
۳ - شهر «تفرجگاه بوان» - پیراستن عکاسان - مخفف کتایون
۴ - زشت‌روی قصه‌ها - اصطلاحی در طلاسازی - واحد شمارش قطعات کاغذ - موش رایانه‌ای
۵ - درخت سایه‌گستر - دارایی قدیم - نویسنده «کاندید»
۶ - اثر «مارتینز سیرا» - محله‌ای در تهران - مرزنگوش
۷ - ریزه کردن نان در شیر یا آبگوشت - فضای ذهنی - نیستان
۸ - گشاد نیست - از آهنگهای قدیمی ایرانی - صف
۹ - قضاوت ورزشی - خوی گرفته - سند
۱۰ - از خواهران برونته - شهر ایالت «کانزاس» - سخن زشت
۱۱ - سوسن آزاد - واحد پول «تونس» - اجاق سربسته
۱۲ - گذرگاه - طبل - اندوه سخت - یخه
۱۳ - گرد تولیدمثل قارچ‌ها - پرتو - هادی جریان برق
۱۴ - شاعر زن - طلبکار - خانه بزرگ با حیاط پردرخت
۱۵ - اثر سهروردی - چیره شونده

▼ عمودی:

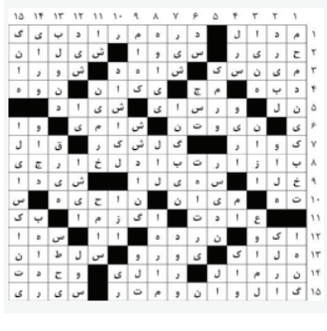
۱ - سریالی از مجید پرکار - جست و خیز
۲ - شهرکی در اهواز - فیلسوف سده نوزدهم - زمام اختیار در دست گرفتن
۳ - موی بلند بانو - روبیان - کشاورزی
۴ - رازقی - بی‌رنگ و جلا - مجموع و همه در لغت زند - در رهن بودن
۵ - کبوتر صحرایی - نام‌سازی - نفس چاق
۶ - هرزآب - موش صحرایی - آگاهی
۷ - چاشنی خوراکی - سرب سیاه - جای مرشد
۸ - وسیله داوری - نام قدیم «اندونزی» - تعجب غلیظ!
۹ - مارکی بر کامیون - میمون پوزه‌دار جنگل‌های ماداگاسکار - سرکش
۱۰ - بد جنس - مرجع مطالعاتی - رطوبت ناچیز
۱۱ - رمق - یکی از صنایع دستی دزفول - کفران کننده
۱۲ - رویه‌ای متقابل میان همسران - انفرادی - ایستگاه فضایی - بی‌پایه
۱۳ - بنیانگذار روانشناسی بالینی - هویج - ابزار پاکیزگی در منزل
۱۴ - زنی که تازه زاییده - چهارچوب - نهایی
۱۵ - پسوند نسبت - رمان «ویلهلم مینهولد» آلمانی



حل جدول عادی شماره ۴۶۸۲



حل جدول ویژه شماره ۴۶۸۲



کیش نوش
تولید و توزیع آب معدنی در سراسر جزیره، تحویل در محل
۴۴۴۷۳۴۲۱-۴۴۴۷۳۴۲۲