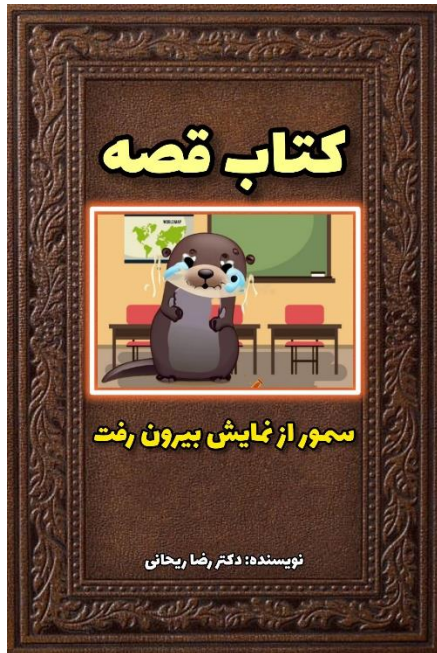


به نام خدا

## قصه سمور از نمایش بیرون رفت

نویسنده: دکتر رضا ریحانی | درمانگر مجاز ICEEFT کانادا

ویژه کودکان ۴ تا ۹ سال



**هدف:** کودکان باید یاد بگیرند که به بدن خود و سیگنال های بدن شان توجه کرده و به آن احترام بگذارند. یکی از مهم ترین سیگنال ها که توسط کودکان نادیده گرفته می شود، سیگنالی است که از مثانه پر می رسد. کودکان با قصه در مورد توالی رفتن به موقع یاد می گیرند هنگامی که دستشویی دارند، بر میل خود به بازی غلبه کنند تا بدن سالم تری داشته باشند.

امروز، قرار بود آقای معلم موضوع خیلی مهمی را به بچه های کلاس آموزش دهد. او پای تخته نوشت: مغز، خواب، گرسنگی، دستشویی، بازی. بعد، از بچه ها خواست تا هر کسی که دوست دارد، نقش یکی از این کلمات را بازی کند. خرگوشی، مغز را انتخاب کرد، موشی نقش خواب، مارمولک نقش گرسنگی، سنجاب کوچولو نقش بازی و سمور نقش دستشویی را انتخاب کردند.

معلم برای هر کدام از آن ها جایی را مشخص کرد تا همان جا بایستند. بعد، آقای معلم نقش پیام رسان را انتخاب کرد. او باید پیام و حرف بقیه را به خرگوشی (مغز) می رساند. همه بچه های کلاس با دقت، معلم و بقیه را نگاه می کردند. معلم گفت: «دوستان عزیزم، همه ما در داخل بدن میمونی هستیم. اگه کسی میخواست پیامی به خرگوشی بده، باید به من بگه، من به گوش خرگوشی میرسونم. خرگوشی هم به میمونی میگه. بعد باید میمونی تصمیم بگیره که حرف خرگوشی رو گوش کنه یا نه!».

بچه ها عاشق این نمایش شده بودند. همه با دقت نگاه می کردند که چه اتفاقی قرار است بیفتد. نمایش شروع شد. ناگهان موشی (خواب) معلم را صدا زد. گفت: «برو به خرگوشی (مغز) بگو خوابم میاد.» معلم پیام را به خرگوشی رساند. خرگوشی به میمون گفت که خوابم می آید، میمونی حرف او را گوش کرد و خوابید. بعد از چند دقیقه، مارمولک (گرسنگی) معلم را صدا زد. معلم رفت و پیام او را به خرگوشی رساند. خرگوش به میمونی گفت.

میمونی دستی به شکم کشید و گفت: «ای به چشم. بریم یه چیز خوشمزه بخوریم». همه بچه‌ها از خنده دلدرد شده بودند. بعد سنجاب کوچولو گفت: «ای پیام‌رسان، برو به مغز بگو من بازی میخوام!». معلم این پیام را به خرگوشی گفت و خرگوشی هم به میمونی. میمونی بالا و پایین پرید و گفت: «ای به چشم. بزن بریم بازی کنیم!». میمونی در حال بازی بود که سمور گفت: «پیام‌رسان بیا اینجا. دسشویی دارم. برو به مغز بگو».

معلم با سرعت سمت خرگوشی رفت و این پیام را رساند. خرگوشی هم فوراً این پیام را به میمونی رساند. اما میمونی، آنقدر مشغول بازی بود که دوست نداشت دسشویی برود. او به حرف خرگوشی عمل نکرد. سمور خیلی ناراحت شد. او داشت درد میکشید اما میمونی دسشویی نرفت. همه بچه‌ها دیدند که سمور لحظه به لحظه ناراحت‌تر می‌شود و از شدت دلدرد به خودش میپیچد.

میمونی چندین بار به حرف سمور گوش نکرد. و سمور از این کار او خیلی ناراحت شد و سمت میز خود رفت. او دیگر دوست نداشت در این نمایش باشد. وقتی معلم این صحنه را دید، به بچه‌ها گفت: «بچه‌های عزیز! در بدن ما هم هر روز این اتفاقات میفته. اگه هروقت دسشویی داری و نمیری، اون قسمت بدنت مثل سمور ناراحت میشه. و بعد از اینکه چندین بار در طول چندماه به حرفش گوش نکنید و س‌روقت دسشویی نرید، اون قسمت بدنتون آسیب میبینه و شما هم مثل سمور اذیت میشید!».

بچه‌ها از شنیدن این حرف خیلی خوشحال شدند. چون یاد گرفتند که چطور می‌توانند به بدن خود احترام بگذارند. سمور که ناراحت شده بود، بلند شد و گفت: «آقا! ما بعضی وقت‌ها که مشغول بازی هستیم، به حرف سمور بدنمون گوش نمی‌کردیم. اما الان فهمیدم که باید گوش کنیم تا اذیت نشیم». و بعد، همه بچه‌ها به آقای معلم قول دادند که بیشتر مراقب خودشان باشند.

**قصه در مورد دسشویی رفتن کودک: سوالاتی که باید پرسید**

**سوالاتی که در پایان قصه می‌پرسید، اثربخشی قصه را افزایش می‌دهد.** نبوغ خفته پیشنهاد می‌کند در پایان قصه این سوالات را از فرزندتان بپرسید: «نقش خرگوشی در این نمایش چه بود؟»، «معلم قصد داشت چه چیزی را به دانش‌آموزان آموزش دهد؟»، «سمور نقش چه چیزی را به عهده گرفته بود؟»، «چی شد که سمور ناراحت شد و سمت میز خودش رفت؟»، «شما هم موقع بازی به بدنت و حرف دسشویی گوش نمی‌کنی؟ اگه گوش نمی‌کنی، اذیت نمی‌شی؟».