

حرفت را بگو

• نویسنده: لیلا سلیقه‌دار
• تصویرگر: سام سلماسی

شروع

اول، فکر می‌کنم
که چه می‌خواهم
بگویم.

شنونده نباید
عصبانی یا ناراحت
باشد.

منتظر پاسخ نمی‌مانم.

موقعی که شنونده
تمرکز ندارد، حرف
می‌زنم.

سرم را
پایین
می‌اندازم.

می‌گویم:
لطفاً به من
توجه کنید.

آرام صحبت می‌کنم،
طوری که خودم هم
نمی‌شنوم!

به چشمان
شنونده نگاه
می‌کنم.

گاهی می‌گویم: اگر
شما جای من بودید
چه کار می‌کردید؟

وسط
حرفشان
می‌پرسم.

چشم غره
می‌روم تا کاملاً
حواسشان به
من باشد.

از جملات کوتاه
استفاده می‌کنم.

بی‌دلیل حرف کسی را
تأیید نمی‌کنم.

وقتی قانع
نمی‌شوم،
می‌گویم
که قانع
نشده‌ام.

دوباره توضیح
می‌دهم.

با عصبانیت حرف
نمی‌زنم.

با صدای رسا حرف
می‌زنم.

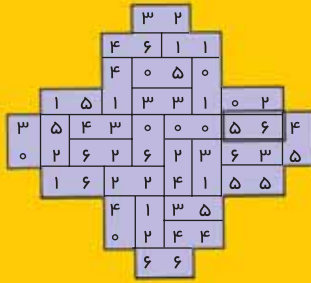
فریاد می‌زنم. تا
صدایم را بشنوند!

فقط درباره‌ی
موضوع اصلی
حرف می‌زنم.

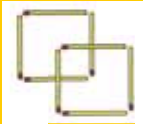
چشمم را
می‌بندم تا
راحت‌تر
حرف بزنم.

حرف زدن مهارت بسیار مهمی است. ما با حرف زدن، چیزها را توضیح می‌دهیم و سوئفاهم‌ها را برطرف می‌کنیم. اما گاهی گفتن سخت است. باید یاد بگیریم که چه‌طور و چه‌زمان حرف بزنیم. مهم‌تر از همه این‌که از کجا شروع کنیم و چه‌قدر حرف بزنیم؟

پاسخ سرگرمی



عددها را پیدا کن



دو مربع و سه مربع

هوش و ریاضی

مثلاً $1 + 2 + 4 + 8 = 15$ مجموعاً

ترکیب «اتباعی» بسازیم!

ایل و تبار - کج و کوله - زرق و برق

جواب چیستان‌ها:

۱. آتش ۲. اشک ۳. دود آتش

پاسخ جدول درست و نادرست

راه حل درست را در این مسیر می بینید.



جدول درست و نادرست

در این جدول، در هر خانه راه حلی نوشته شده است. هر خانه، به خانه‌های بعد راه دارد. اگر از خانه‌ی شروع، حرکت کنی، می‌توانی به نتیجه‌ی درست برسی. فقط یکی از راه‌ها به نتیجه‌ی درست می‌رسد. برای پیدا کردن این راه یک مداد بردار و راه مناسب را با توجه به درست یا غلط بودن نوشته‌ها، دنبال کن تا به خانه‌ی رنگی برسی. پاسخ درست جدول، در همین صفحه آمده است.



هیچ کس صدای مرا نمی‌شنود. ساکت می‌مانم!

همیشه قیافه‌ی حق به جانب می‌گیرم.

می‌گویم که همه به من بی‌توجه‌اند.

در و پنجره را محکم می‌کوبم تا به من توجه کنند!



به دیگران توجه می‌کنم تا آن‌ها هم به من توجه کنند.



از این‌که به من گوش می‌دهند، تشکر می‌کنم.

بابت توجه به حرف‌هایم تشکر می‌کنم.

فریاد می‌زنم و با خشم حرف می‌زنم.

کم حرف می‌زنم. اما جدی و به موقع.

موقع حرف زدن با دکمه‌ی پیراهنم بازی می‌کنم.



دقت می‌کنم که دیگران چه‌طور خوب حرف می‌زنند.



از یک قلدر کمک می‌گیرم!

وظایف دیگران را محترمانه یادآوری می‌کنم.

همه، بچه‌های ساکت را دوست دارند.

حرفم را با لبخند یا با لطفاً شروع می‌کنم.



از کلمات دور از ادب استفاده نمی‌کنم!



برای حرفم از قبل، دلیل پیدا می‌کنم.

از جمله‌های روشن و پرمعنا استفاده می‌کنم.



قهر می‌کنم.



هر جمله را یک ساعت طول می‌دهم.