ویژه‌نامه پژواک

گاهنامه علمی،فرهنگی پژواک
"نشریه تخصصی دانشجویان گفتاردرمانی مشهد"
صاحب امتیاز:بسیج دانشجویی دانشکده پیراپزشکی مشهد
مدیر مسئول:سیده زهرا حسینی
سردبیر:زهرا ریحانی
شماره مجوز:۴۳۷/ک/ش مورخ ۱۳۹۲/۱۲/۲۵
هیئت تحریریه:
زهرا آبکار،مریم باباپور،سیده زهرا حسینی،زهرا ریحانی، فاطمه قاضی،فاطمه سادات قوامی، نفیسه محمدی،زهرا مجیدی
طراح: مژده خسروی تبار

این ویژه نامه مخصوص شُما ست!!!

سلام دوست دانشجوی من!
ورودتون به یکی از بهترین مراحل زندگی رو بهتون تبریک میگیم...۱۲ سال تلاش، امید و آرزو و حالا سال اول دانشگاه ...
داخل دانشگاه شایدپاس کردن واحدها ملاک اصلی دانشجو بودنه ؛ولی کافی نیست . الان که دیگه لقب دانشجو گرفتید قضیه فرق میکنه همینطور که از لقبتون پیداست باید دنبال دانش بگردید ،پویا باشید وفعال...
می دونیم عده ای تون با ذوق وعلاقه وارد شدین که باید بگیم خوش به حالتون!چون دیگه مرحله سردرگمی روندارین وخیلی علاقه مند از درس هاتون لذت می برین . و اما عده ای از شما دلتون می خواست دانشگاه یا رشته دیگه قبول می شدیدو احساس می کنید علاقه ندارید و مثل وضعیت گذشته خیلی از ما ،هرلحظه تو این فکرین که" باید تا دیر نشده کاری کنم" .به نظر ما صبرکنین شما اولین نفری نیستین که با این بی علاقگی کامل اومدین تو یه رشته !
قبل از شما هم افرادی با این وضعیت بودن ، ولی الان دارن ترم ها مقاطع بالا تر رشته تون رو ،با عشق وعلاقه می گذرونن پس به اینکه برای ادامه راهی وجود داره امیدوار باشین، الان برای تصمیم زوده اگه به هیچ وجه نتونستین نگرشتون رو تغییربدین اونوقت حق با شما...
اینجا که میرسیم آدم یاد یه شعر زیبا میوفته :
مزرعه سبز فلک دیدم وداس مه نو
یادم از کشته خویش آمد وهنگام درو
اینجا،دانشگاه علوم پزشکی مشهد ،دانشکده پیرا پزشکی همون مزرعه سبز ماست، رشته مون هم "داس مه نو" ، کنکوری هم که پشت سر گذروندیم "کشته " ماست و می مونه "هنگام درو " یعنی افق دور دست لیسانس،فوق وبالاتر....پس از همین حالا عزمتون رو جزم کنین.
یادتون باشه به قول جناب حافظ
هرچیزی که درو میکنین از کشته خودتونه پس چیزی که الان دارین قبول کنین و با اراده وتوکل به خدا به طرف موفقیت های بیشتر برین. ما گفتاری های پژواک واستون آرزوی یک دنیا خیر و خوبی داریم **دست حق نگه دارتون ...**

هیئت تحریریه پژواک

شما جوانها استعداد کارهای بزرگ را دارید.عرصه‌های باز در مقابل شماست. با دانش، با تجربه، با تحقیق، با تأمل، با به کار گرفتن همه‌ی استعداد و ذخیره‌ای که خدای متعال در وجود شما قرار داده است، میتوانید این عرصه‌ها را فتح کنید.

خداوندا ...
دلم به تو گرم است و ذهنم با تو آرام ...
صبورم بر حکمتت و شکرگزار بر نعمتت
و امید دارم به رحمتت
و توکل کننده ام به ذاتت
پس خداوندا مرا در هرسختی
"حول حالنا"کن به **"احسن الحال"**

زهراحسینی.گفتاردرمانی۹۱

امشب هوای مشهدت ،بسیار سرد است
مولای من،این دل که مالامال درد است

بغضی شکست گریه ی ،با ناله سر شد
یک مرد بی خود،از درون صحن ردشد

یک کودک کوچک درون سینه اش داشت
در آن فضا او داشت ،کم کم مرد می شد

در این فضا ،یک مردبی خود می نشیند
شاید که احساس غریبی ،طرد میشد

او بی مهابا زد به زیر گریه هایش
از درد غربت صورتش ،هی زرد میشد

یک کودک کوچک درون سینه اش داشت
در آن فضا او داشت کم کم ....

میلاد رفیعیان.گفتاردرمانی۹۱

در دل به آینه گفتم بیقرار
آیا شود که به عشقش دچار شد
دنیای پر از غیر را رها ،
بر کول عاشقی و محبت سوار شد
از این سیاهی و ظلمت گریختن
روی سوی آسمان نهاد ،زمان فرار شد؟
آینه گفت ای دل سپرده به دنیا ابتدا
باید برای پریدن صبور شد
آن دل که زوزه کشان در میان باد
تنها و بی کس و یاور کبود شد
آن را ز هرچه دگر غیر اوست شست
ناگه به پیشگاه حق شکور شد
گفتم ولی حقیقت حق در کجا بود؟
گفتا هنوز زود که آن را شنود شد
تنها بدان که در آن جا خزان برند
یک لحظه پیش نباشد بهار شد
آری هنوز فرصت بودن نیافتی
در آن سرا که گل خنده باز شد
هرگاه دل ز بدی شست و شو دهی
هر آن به سوی خراسان روان شوی

الهام خرسند.گفتاردرمانی۹۱

شاگرد دوره آموزش عالی

اگر سراغ فرهنگ معین رفته باشید درامتداد کلمه دانشجو عبارت ((شاگرد دوره آموزش عالی)) را خواهید یافت. بله!درست است، جناب معین،دانشجو، این قشر فهیم و عزیز را تنها در چهار کلمه توصیف کرده است .اینجانب از همین جا به جناب معین میگویم ((خسته نباشید!!!)) و در ادامه شما را با گوشه ای از مفهوم دانشجو(ودانشجو بودن) آشنا می نمایم!
دانشجو به دسته های مختلفی تقسیم می شود که در اینجا به دو گروه از آنها می پردازیم:
۱)خوابگاهی
تمامی کسانی که از کنکور گذر کرده و به خوابگاه رسیده اند خیال می کنند که چقدر بزرگ و مستقل شده اند! بسیار خب مسئله ای نیست می گذاریم اینان خود سرد و گرم روزگار را چشیده و خودشان بفهمند حساب خرج زندگی داشتن با ماهیانه اندک و برنج و ماکارونی خمیر و شفته ی آخر هفته یعنی چه!و به زودی خواهید دید از این گمراهی آشکار به در خواهند شد...
خوابگاهی ها خود به دو دسته زیر تقسیم میشوند:
الف)جزوه نویسِ های پیگیر دانش: اینگونه اغلب در نمازخانه یاکتابخانه زندگی میکنند و بسیاری شب ها را با شمع وکتاب به صبح می رسانند.
ب) الکی خوشِ های شب امتحان درس خوان: که پس از ورود، به کُنه زندگیشان پی خواهید برد آنها اغلب خواب و یا آواره پارک و سینما و کافی شاپ و...هستند.
دیده شده است آب این دو گروه به سختی در یک جوی رفته و جنگ های خوابگاهی بین آن ها رایج است!
۲)غیر خوابگاهی
این ها در شهر خود به تحصیل علم و دانش مشغول هستند و قبل از ورود به دانشگاه فکر می کردند خوشبخت ترین دانشجو های عالم هستند. در اینجا به معرفی دو دسته از آنها اکتفا میکنیم:
الف) خوابگاه نشین ها: این دسته به دلیل سختی زندگی و آلودگی هوا و شلوغی شهر و سروصدای منزل بدون پرداخت اجاره در خوابگاه سکنی میگزینند!
ب) مسافرها :این گروه کمی متواضع ترند و تمام روز را در اتوبوس و مترو - بین خانه و دانشگاه - سپری می کنند و در تمامی این لحظات هندزفری عزیز خود را نمی هلَند!
به دلیل ضیق وقت از دیگر گروه ها مانند جزوه بگیرها، تریا نشین ها، مرفهین سواره و... چشم می پوشم و مواجهه با آن ها را به شما ترمکی های عزیز میسپارم.
در انتها امیدوارم توانسته باشم گوشه ای از معنای این کلمه پیچیده را برای شما بازگو کرده باشم

فاطمه سادات قوامی.گفتاردرمانی ۹۲

گروه پژواک در دانشگاه علوم پزشکی مشهد از همه دانشجویان علاقه مند و دارای حرفه در هر زمینه ای برای همکاری در نشریه دعوت می کند.
برای اعلام آمادگی با ما در تماس باشید :

pezhvak1393@gmail.com

دانشگاه را تجربه کن!

در دانشگاه نسبت به دبیرستان آزادی بیشتری را تجربه می کنید. مطالب درسی نسبت به دبیرستان ساختار متفاوتی دارند:
برعکس دبیرستان که مطالب کوتاهی درمورد موضوعات درسی به صورت بسته های کوچک (درس ۱-۲-۳) دریافت می کردید و سر کلاس معلوم بود که از کجا تا کجای کتاب به شما درس داده شده، در دانشگاه حجم مطالبی که در مورد یک مبحث به شما درس می دهند غیر قابل پیش بینی است. برعکس دبیرستان که معلم در بیشتر مسیر یادگیری شما را همراهی می کرد ، اساتید دانشگاه انتظار دارند بسیاری مطالب را خودتان یاد بگیرید.آیا برای مدیریت این آزادی برنامه ی بیشتری دارید؟
حالا که به دانشگاه آمدید نیاز به تغییر را بپذیرید و این تغییر را فعالانه مدیریت کنید.آماده نبودن برای تغییرات، ریشه ی بسیاری از مواقعی است که در آن احساس درماندگی می کنیم، .احساس اینکه کنترل زندگی و موفقیت مان از دستمان خارج شده است ،بسیار آسیب زاست . این هم چند نکته خوب برای اینکه راحت تر با این تغییر کنار بیایید:
۱-هر ترم برای گرفتن یک نمره الف (بالای۱۷)در یکی از دروس ترم برنامه ریزی جدی کنید.
۲-سراغ اساتید بروید و از آن ها بخواهید اگر در پروژه های علمی- تحقیقاتی شان کاری سراغ دارند که شما می توانید به انجام آن کمک کنید و طی انجام آن کار چیزی یاد بگیرید،شما را در جریان بگذارند. این کار در رشد توانمندی های دانشگاهی شما بسیار موثر است .بعلاوه قرارگرفتن در تیم یک استاد فعال و با تجربه به شما فرصت های فوق العاده ی دیگری مثل پیدا کردن دوست های خوب و حتی افزایش احتمال پیدا کردن یک شغل خوب در آینده را می دهد.
۳-از فرصت ها،کلاس ها،کارگاه ها و منابعی که در دانشگاه برای رشد شما پیش بینی شده آگاهی پیدا کنید.
۴-برای دانشجویان خوابگاهی: (هم اتاقی خوب پیدا کنید)
۵-اولویت بندی کنید و الویت هایتان را بازنگری کنید :هر استادی فکر می کند درس او مهم ترین درسی است که دردانشگاه ارائه می شود به علاوه ممکن است برآورد اولیه شما از میزان وقتی که باید برای یادگیری بعضی دروس گذاشته شود ، واقع بینانه نباشد پس هر۳-۲هفته یک بار اولویت های برنامه ریزی تان را بازنگری کنید .
۶-یکی از مهم ترین توانمندی های یک دانشجو در دنیای امروز تسلط به زبان انگلیسی و کامپیوتر است . در صورتی که در این زمینه ها مهارت کافی ندارید از همین اول ترم تحصیلی بر نامه ای برای شرکت در کلاس های مربوطه تنظیم و فعالانه آن را دنبال کنید.
۷-همیشه یک دفترچه یادداشت کوچک شخصی همراه داشته باشید ، کارهایی که برایتان مهم اند ،کارهایی که می ترسید فراموش کنید ، از آرزو ها گرفته تا فکرهای بکر و بهانه هایتان را در آن بنویسید.
۸-سحر خیز باشید.

زهرا ریحانی.گفتاردرمانی۹۲

به دانشکده خوش اومدی دانشجو!!!

از قدیم جونه دانشجو به دانشکده اش بسته بوده . . . ما هم بر اساس همین رسم قدیمی جونمون به دانشکده مون بسته اس ...

پس لازمه در مورد بزرگترین و مهم ترین وابستگی این چند ساله دانشجویی واستون بگم:

به نام خدایی که من را دانشجو آفرید

دانشکده ما شامل سه

بخشه:
۱-بخش اول اون چن تا صندلی جلو نگهبانی دانشکده اس که با توجه به مسافت کم دانشکده تا پایانه آزادی! ! ! (دیده شده بعضیا وقتی به دانشکده میرسن قیافه شون مثه دونده های دو ماراتن البته بعد از مسابقه میشه!!) صرفا برای استراحت و البته گاهی برای هوا خوری بدون آفتاب خوری استفاده میشه.

۲- بخش دوم آبسرد کن دانشکده اس که تا وقتی نیومده بود ما دقیقا مقصد خودمونو تو دانشکده نمی دونستیم و یه عده همیشه تو آبدارخونه بودن ویه عده جلو تریای بزرگ دانشکده! تا شاید بتونن یه ذره آب پیدا کنن(یعنی در حد بیابون نشینا بی آب بودیم....)ولی با ورود مبارک آبسردکن به دانشکده بچه ها با ورود به سالن همه با یک هدف و مستقیم میان به طرفش....البته پیشنهاد میکنم زیاد ازآبسرد کن طبقه بالا استفاده نکنین چون آهن آبش یه ذره زیاده فقط یه ذره ... !
۳- بخش سوم دانشکده طبقه سوم و درست کنار در ورودی گروه گفتاردرمانیه یعنی نمازخونه بزرگ و دوس داشتنی که معرفتش در حدی هست که با اینکه حدود ۳۰ نفر بیشتر جا نداره تا حالا ۱۰۰ نفرم تونستن داخلش جا بگیرن!!!!!!! از این نمازخونه علاوه بر نماز خوندن برای امر مهم و حیاتی خواب هم استفاده میشه مخصوصا بعد از خوردن غذای سلف که آدم رو به طرز عجیبی میخوابونه .... اصلا انگار توش لالایی میریزن که بعد از خوردن غذای سلف حتی در حالت ایستاده هم میخوابی....
مطمئن باشین زمان زیادی رو تو این بخشا میگذرونین البته ناگفته نمونه که ما تو دانشکده کلاسم داریم !!!!!!!!کلاسامونم گاهی تشکیل میشه ولی به نظر من شما تمرکزتونو رو همون سه بخشی که گفتم بذارین...
یه سری مسائلم هست که درحالت ترمکی واسه هر دانشجویی پیش میاد که بهتره پیش پیش بدونین:
اگه تو دانشکده همه میدونستن که ترمکی زیاد کنجکاو نشو که چطوری میفهمن،علم الغیب ندارن ما هم که ترمک بودیم همه میدونستن بعضاً پیش میاد مثلاً داخل کتابخونه خیلی رک برمیگردن بهت میگن ترمک جان آروم باش!
به دل نگیرین اینا میگذره ....
یه مورد دیگه اینکه شاید بعضی مواقع پیش بیاد اشتباهی بری داخل یه کلاس دیگه و دقیقا وسط کلاس که رسیدی بفهمی اشتباه اومدی! (ضایعترین حالت موقعیتیه که میری تو کلاس ترم بالاییای رشته خودت) در این حالت بهترین پیشنهاد اینه که خیلی متین روی نزدیک ترین صندلی بشینی و با اعتماد به نفس کامل درسو گوش کنی و بعد از چند دقیقه که همه چی طبیعی شد بری بیرون ... البته اگه قبلش همه بهت نخندیده باشن

بعضی موارد دیگه ام هست که بهتره خودتون تجربه کنین و واستون خاطره شه!!!!!
امیدوارم روزای خوبی رو در کنار هم داشته باشیم
به امید دیدن لبخند قشنگتون

زهرا حسینی.گفتاردرمانی۹۱

گفتار درمانی چیست؟

گفتاردرمانی یا آسیب شناسی گفتار و زبان رشته ای از علوم توانبخشی است که به بررسی ماهیت انواع اختلالات گفتار و زبان و نیز روش های تشخیص و درمان این اختلالات می پردازد.
گفتار درمانی در آغاز به شناسایی ماهیت گفتار و زبان و رشد طبیعی آن و سپس به بررسی اختلالات مربوط پرداخته و در جهت رفع آنها می کوشد.
در یک عبارت کوتاه میتوان گفت هرگاه نحوه صحبت کردن گوینده بیش از محتوای سخن او، توجه شنونده را به خود جلب کند،وی مشکوک به اختلال گفتاری است.هرگونه اشکالی درنحوه گفتار یا ناتوانی در درک گفته های دیگران میتواند موجب اختلال در روابط اجتماعی شخص مبتلا گردد.
در گذشته علم گفتاردرمانی نقش کمرنگی در جامعه ایفا می کرد و به دلیل سطح آگاهی پایین خانواده ها اغلب کودکان با مشکل گفتاری بدون درمان باقی می ماندند و در دوران نوجوانی و بزرگسالی مشکلاتی در زندگی اجتماعی خود پیدا می کردند.گوشه گیری،از جمع گریزان بودن و تمسخر اطرافیان و همسالان موجب می شد آنان از پیشرفت های تحصیلی و اجتماعی به دور باشند. امروزه متخصصان گفتاردرمانی توانسته اند این مشکل را به راحتی حل نموده و دغدغه و نگرانی را ازخانواده ها دور سازند.در علم گفتار درمانی دلایل زیادی را در تاخیر رشد گفتار و زبان برشمرده اند: مانند عقب افتادگی ذهنی،مشکلات عاطفی و روانی ، مشکلات جسمی ، مغزی و محیطی که هرکدام به نوبه ی خود میتواند نقش مخربی را در کلام و زبان ایجاد کند. در عملکرد گفتار، نقش هوش طبیعی را نباید نادیده گرفت ؛ هوش می تواند شناخت نماد ها را به همراه داشته باشد تا فرد، از دیگر عملکرد های شناختی هم چون توجه کردن،شناسایی و ایجاد ارتباط و ذخیره آن در حافظه بهره گیرد. مشکلات گفتاری را میتوان در مرز بین ۱۲ تا ۲۴ ماهگی مشاهده کرد. در این سن کودک به جای گفتار باید بتواند از علم اشاره به خوبی بهره ببرد؛مانند (بای بای یا به به) و در تقلید صداها مشکلی نداشته باشد مانند تقلید صدای یک حیوان ، جیغ زدن و ...)

درموارد زیر مراجعه به یک گفتار درمانگر الزامی است:
۱.تاخیر در شروع گفتار در کودکان ۲.اشکال در تلفظ اصوات گفتاری ۳.عدم برقراری ارتباط کلامی و غیرکلامی ازسوی کودک ۴.کم شنوایی یا ناشنوایی ۵. اشکال در درک کلام ۶ . اختلال در بلع ۷.درصورت تشخیص بروز هر یک از اختلالات فلج مغزی،اوتیسم،اختلال یادگیری
لازم به ذکر است که هرچه افراد مبتلا به اختلالات گفتاری سریعتر به گفتار درمانی مراجعه کنند،پیشرفت های بهتری را نشان داده و راحت تر درمان می شوند.

فاطمه قاضی.گفتاردرمانی۹۱