



اگر پدر و مادر را ندانستند....

(در مسیر درمان نکت)

تألیف: پریشان افغان فریدی

سرشناسه: اخوان حریری، پریسان، ۱۳۶۱
عنوان و نام پدید آور: اگر پدر و مادرها می دانستند...
تألیف: پریسان اخوان حریری
مشخصات نشر: اصفهان: شهید حسین فهمیده، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری: ۲۷۲ص
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۱۸-۱۵۲-۲
وضعیت فهرست نویسی: فیفا
موضوع: اخوان حریری، پریسان، ۱۳۶۱ - خاطرات
موضوع: لکنت زبان - ایران - بیماران - خاطرات
موضوع: لکنت زبان - درمان
موضوع: رفتار والدین
رده بندی کنگره: RC۴۲۲/الف۳۸۱۸ ۱۳۹۳
رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۵۵۴
شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۴۳۱۸۰

تألیف: پریسان اخوان حریری
طرح جلد: نفیسه میرفندرسکی
انتشارات: شهید حسین فهمیده ۱۳۹۳
مدیر مسئول: عبدالرسول ملک احمدی
تلفن: ۰۹۱۳۳۰۳۹۵۸۹
صفحه آرای: زهرا مسائلی
تعداد صفحات: ۲۷۲ صفحه
سال و نوبت چاپ: ۱۳۹۳/نوبت اول
شمارگان: ۱۰۰۰
قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

۶	پیش گفتار
۷	مقدمه
۸	اگر پدر و مادرها می دانستند.....
۱۱	فصل اول : قصه زندگی
۱۲	من لکننت دارم!
۱۵	قضیه عدس خریدن من
۱۸	یک دوره درمان بی ثمر
۲۱	صحبتهای دوستی که به گفتاردرمانگر مراجعه کرده بود!
۲۴	اولین بستگار
۳۰	در جستجوی میوه تازه
۳۹	اولین انقباض
۴۲	در مورد لکننت صحبت من آن را بپذیر.
۴۷	علت ترس های من چیست
۵۲	آموزش روش
۵۶	اولین کنفرانس
۵۹	جواب سوالی که می دانستم!
۶۲	حساسیت زدایی
۶۴	لکننت کاذب
۶۷	ذهن آشفته
۷۵	جزوه های من
۷۷	جلسه درمان گروهی
۸۳	صحبتهای سخت
۸۶	تغییر محل تمرین
۸۸	داشتن افکار ایده آل یا قانون همه یا هیچ
۹۲	گامی بر پله دیگری از موفقیت
۹۵	مزایای کنترل سرعت صحبت
۱۰۰	من انسان قدرتمندی هستم.
۱۰۵	باز خورد اطرافیان
۱۰۸	مصاحبه رادیویی
۱۱۴	درمان نتیجه ای ندارد!

۱۲۴	یک نیروی نامرئی
۱۳۷	تکنیک آرام‌سازی
۱۲۹	صحبت کن، در مورد مسائلی حرف بزن!
۱۳۳	گزارشی از یک تمرین!
۱۳۷	خود گش!
۱۴۰	من می‌کنم، شما هم!
۱۴۴	در تمرین دیگری
۱۵۳	مباحث، اطلاع‌رسانی درباره لکنت
۱۵۶	تجربه مربیان در لکنت
۱۹۳	داستان مهدی، رفتن
۱۹۸	تغییر اسم
۲۰۲	عکس مهیج!
۲۰۵	زندگی زیباست.

فصل دوم: راه‌کارها

۲۰۹	معنای الفبای فارسی برای یک فرد دارای لکنت
۲۱۰	همه چیز درباره لکنت
۲۲۲	درمان! این کلمه بحث‌انگیز
۲۳۰	شاه کلید درمان لکنت
۲۳۴	زمان طلایی
۲۴۲	ببینید و بشنوید، اما باور نکنید!
۲۴۴	چشم‌ها را باید شست، جور دیگر باید دید.
۲۴۸	مبحثی در باب قضاوت و قضاوت کردن
۲۵۳	لکنت، سنگر نیست!
۲۵۷	دو روی سکه لکنت
۲۵۹	منطقه امن
۲۶۵	یک تکنیک درمانی ساده
۲۶۸	کنترل لحظه‌ای
۲۷۰	یک توصیه به بزرگسالان دارای لکنت، رها شوید و رها باشید.
۲۷۱	آیا لکنت پدیده‌ای اعجاب‌انگیز است؟

پیش گفتار

قدیمی ترین خواستهای که از دوران نوجوانی ام به یاد می آورم، میل به نوشتن و کتابت بوده است. شاید این خواسته بسیاری از افراد بشر است که می خواهند با خلق کردن، به اثبات خود بپردازند. به این اولین نوشتار رسمی ام امید فراوان بسته بودم و می دانم که مورد استقبال قرار خواهد گرفت.

قبل از شرح هفتگی، ذکر دو نکته را بر خود لازم دیدم.

اول این که سعی این کتاب این نوشتار، برداشتی آزاد است از آنچه که در مجموعه کلاس های تابستانه پارسان «استعدادهای خلاق» آموختم.

و دوم اعلام یک پل ارتباطی بین این که بتوانم در خدمت خوانندگان عزیز باشم.

Parysan.akhavan@yahoo.com

مقدمه

نوستاری که پیش روی شما قرار دارد، کتابی است با موضوع لکنت زبان، شامل دو فصل با ب نفیست که «قصه زندگی» نامیده شده است، سیر تغییرات و تحولات یک فرد دارای لکنت را نشان می‌دهد. از زمانی که وارد پروسه درمان شده است، مراحل گفتار آن را پشت سر گذاشته است تا زمانی که از مراکز درمانی ترخیص شده و آن بار بصورت شفاهی وارد گروهی حمایتی شده است. از زمانی که درگیر احساس یاس و ناامیدی بوده تا زمانی که توان غلبه بر این احساسات را یافته است.

باب دوم که به کارها، نام گرفته است توصیه‌هایی به دیگر دوستان دارای لکنت، خانواده‌هایشان و تشویق و تادیب‌ها است که به گونه‌ای با این افراد در ارتباط هستند. این کتاب از زبان اردی است و روزی تمامی این مسایل را لمس کرده است، او نه درمانگر بوده و نه روان‌شناس.

از آنجایی که لکنت زبان، حتی در منابع پیشرفته امروزی، از بسیاری جهات ناشناخته باقی مانده است، لزوم آگاهی از این مساله ضروری است به شکل ملموس‌تری قابل تشخیص است. اطلاع داشتن از هر پدیده‌ای حتماً و قطعاً بر روی شناخت ما و در نهایت رفتار و گفتارمان تأثیرات مثبتی خواهد داشت. با توجه به این‌که در میان کتابی که در قفسه کتابفروشی‌های بزرگ شهر و مراکز وجود دارند، پای چنین اثری نالاست و از آن جاییکه بسیاری از افراد دارای لکنت به دلایل متعدد به مراکز درمانی مراجعه نمی‌کنند وجود چنین اثری هم می‌تواند برای آن‌ها فراهم کند که دیگرانی که مسیر درمان را با موفقیت پشت سر گذاشته‌اند تجربیات خود را بصورت مکتوب در اختیار دوستانشان قرار دهند و هم مشوق عده‌ای دیگر باشند و هم به آن‌ها

شاید آن‌چه که تاکنون مانع خلق چنین اثری شده است، مسایل فرهنگی باشد. ما به عنوان یک جامعه ما باشد تضاد کردن‌های کلامی و غیر کلامی ما درباره یکدیگر، این است که یک فرد موفق در این زمینه را درباره به اشتراک گذاشتن خاطرات شفاهی زندگی خود با دیگران، دچار تردیدهای فراوانی کند. اما هر حرکت موفق، یک شروع کننده‌ی با جسارت می‌خواهد و من بر خود لازم دیدم که دست به چنین اقدامی بزنم. باشد که زمینه‌ی اعتلای فرهنگی مردم جامعه ما را فراهم آورد.