

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

پسر دایم آموز من

تألیف:

مهوش کیان ارثی

سرشناسه	: کیان ارثی، مهوش، ۱۳۳۲ -
عنوان و نام پدیدآور	: پسر دیر آموز من/ تالیف مهوش کیان ارثی.
مشخصات نشر	: تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۸ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۴۲-۸۲-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: کیان ارثی، مهوش، ۱۳۳۲ - - - - - خاطرات
موضوع	: کودکان کندآموز - - ایران - - آموزش و پرورش - - مشارکت والدین
موضوع	: Slow learning children - Education- Parent participation - Iran
شناسه افزوده	: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی
شناسه افزوده	: University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۶ ک ۱۹۹/الف LC۴۶۹۷
رده بندی دیویی	: ۳۷۱/۹۲۶۰۹۵۵
شماره کتابشمار ملی	: ۴۷۸۹۷۴۷



دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

نام کتاب: پسر دیرآموز من

تألیف: مهوش کیان ارثی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۴۲-۸۲-۲

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

چاپ اول: ۱۳۹۶

چاپ: ارشیا

ناشر: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

نشانی: اوین، بلوار دانشجو، خیابان کودکان، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

تلفکس: ۲۲۱۸۰۰۸۱

با قدردانی از همکاری

• صفحه آرا: گروه گرافیکی ارشیا • طراحی جلد: گروه گرافیکی ارشیا

همه‌ی حقوق نشر برای ناشر محفوظ است؛ هرگونه استفاده از متن به هر صورتی در قالب کتابچه، جزوه، تهیه‌ی CD آموزشی، تهیه نرم‌افزار، استخراج آزمون، ترجمه به دیگر زبان‌ها و استفاده از مطالب کتاب، اشکال، تصاویر و... بدون اجازه‌ی کتبی از ناشر غیر قانونی است.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۹	مقدمه
۱۱	اولین نشانه‌های طبیعی نبودن رشد
۱۲	چرا خاطرات را می‌نویسم؟
۱۴	در تلاطم بین گذشته و حال
۱۴	توصیه‌ی مفید همسر
۱۷	فصل اول: آموزش
۱۷	خواندن و نوشتن
۱۹	یادگیری اعداد
۲۰	عدم تمرکز
۲۱	شانس دوم ما
۲۱	حفظ محیط زیست
۲۲	مدرسه‌ی استثنایی
۲۴	حافظه‌ی خوب
۲۵	کلاس تقویتی
۲۶	بارقه‌ی امید
۲۷	مشکل انجام حرکات ظریف
۲۸	درس خواندن در مدرسه‌ی عادی
۲۹	شناخت پول و ساعت
۳۱	رفت و آمد مستقل
۳۳	پایان آموزش تحصیل رسمی
۳۳	به خود گفتم دیگه گریه کردن بسه!

۳۶	یک تجربه‌ی ویژه.....
۳۹	تجربه‌ی دوره‌های آموزشی مختلف.....
۴۰	آموزش شنا.....
۴۴	مقاومت در برابر آموزش مستقیم.....
۴۵	کسب مهارت با گفتاردرمانی.....
۵۱	فصل دوم: ویژگی‌های شخصیتی.....
۵۳	زودباوری.....
۵۳	رُک و راست زدن.....
۵۶	عجول بودن و عوارض آن.....
۵۸	روحیه‌ی شاد پویا.....
۵۸	عشق به حرف زدن.....
۶۰	روابط تلفنی.....
۶۲	ضرب‌المثل‌ها و اصطلاحات مخصوص پرها.....
۶۳	مقرراتی بودن.....
۶۵	عادت‌های خاص پویا.....
۶۶	انعطاف‌ناپذیری.....
۶۸	توان و ناتوانی متناقض.....
۶۹	فصل سوم: زندگی اجتماعی.....
۶۹	ظاهر عادی.....
۷۰	ریشه‌ی کم‌توانی ذهنی افراد دیرآموز.....
۷۳	یک رابطه‌ی برابر و نزدیک.....
۷۳	سوءاستفاده کردن و آزار دادن.....
۷۴	گرفتن مدرک معافی از خدمت سربازی.....
۷۵	مسئله‌ی ازدواج.....
۷۶	المپیک ویژه‌ی ایران؛ المپیک‌ی خاص افراد کم‌توان ذهنی.....
۷۸	زندگی تا حد ممکن شخصی، مستقل و اجتماعی.....

فصل چهارم: چگونه از زندگی مان لذت ببریم؟	۸۱
تأمین آرامش برای خودم	۸۴
همیاری با همسر و کسب انرژی از زندگی	۸۵
فصل پنجم: چقدر باید بدانند؟	۹۵
آیا باید بدانند؟	۹۵
آیا احتمال صدمات روحی هست؟	۹۶
گفت‌وگو با دکتر بهروز دولتشاهی، روان‌شناس بالینی	۹۹
گفت‌وگو با پونا	۱۱۲

من مادر یک جوان سی و یک ساله‌ی دیرآموز هستم. می‌خواهم از خاطرات سال‌های کودکی و نوجوانی پسرم بگویم؛ ناطراتی که همیشه با من هستند. حالا که تصمیم گرفته‌ام آن‌ها را بنویسم به سرعت مثل فوری از جلوی چشمانم رد می‌شوند. خودشان را از سال‌های زندگیم به زمان حال من می‌سازند تا گفته شوند.

من روان‌شناس نیستم. مادری هستم که در تعادل و آسودگی دیرآموز از تجارب زندگی‌ام و نیز مشورت با متخصصان استفاده می‌کنم. پس، اول از «دیرآموز» شروع می‌کنم. شاید شناخت کمی از این کلمه داشته باشید. شاید هم اولین بار است که با این واژه روبرو می‌شوید.

دیرآموز، فردی است با هوش بهر ۷۰ تا ۸۹. متخصصان این دیدگاه روان‌شناختی به آنان افراد «مرزی» هم می‌گویند. مهم‌ترین ویژگی دیرآموزان، کمبود توجه و تمرکز آنان، نسبت به همسالان است. آن‌ها توان فراگیری دارند، اما برای یادگیری نیازمند معلمانی هستند بسیار صبور، باتجربه و آشنا به شرایط دیرآموزی. معلمانی که با عشق و علاقه به دانش‌آموزان، سر کلاس بیایند و از تکرار مواد آموزشی خسته نشوند.

افراد دیرآموز، انسان‌هایی صادق، پرعاطفه و زودباورند؛ ویژگی‌هایی که آنان را در روابط با دیگران آسیب‌پذیر می‌کند، ولی صداقت همراه با عطف و به آنان روحیه‌ی خاصی می‌بخشد. از آنان انسان‌هایی متفاوت از بقیه می‌سازد. اگر ما هم بتوانیم زندگی‌مان را از زاویه‌ی دید آن‌ها نگاه کنیم، دنیای‌مان آرام‌تر و زیباتر خواهد شد.

این نوشته، خاطرات مادری است که بعد از سال‌ها تلاش برای فراهم کردن یک زندگی اجتماعی و انسانی برای فرزند دیرآموز خود، به این نتیجه رسیده است که فعالیت‌های او و

همسرش برای رسیدن به مقصود به تنهایی کافی نیست؛ مصداق همان ضرب‌المثل معروف «یک دست صدا ندارد».

آن سال‌ها نمی‌توانستم این فکر را از سرم بیرون کنم که فقط از یک چهارم تلاش‌های مان برای پیشرفت و رفع کم‌توانی‌های پسر من نتیجه‌ی مثبت می‌گیریم و بقیه‌ی سه چهارم تلاش‌های ما، بدون نتیجه هدر می‌رود. بنابراین تصمیم گرفتیم با گرفتن مجوز تشکیل یک انجمن غیردولتی با کمک دیگر خانواده‌هایی که فرزند دیرآموز داشتند (که البته باید پیدایشان می‌کردیم) حداقل شرایط یک زندگی انسانی را برای آنان فراهم کنیم. آن زمان پسر من تحت نظر روان‌شناسی بود که وجودش برای ما یک گنجینه‌ی گرانبها بود (در فصل‌های بعدی، به چگونگی آشنا شدن ما با ایشان خواهیم پرداخت). زمانی که تصمیم خودمان را با او در میان گذاشتیم بسیار خوشحال شد. کاملاً موافق بود و به ما گفت: «شما این کار را سرمی‌کنید. من هم پشت‌تان هستم و هر کاری از دستم بریاید دریغ نمی‌کنم».

هم‌زمان با تلاش برای گرفتن مجوز در جستجوی یافتن مرکزی قابل اعتماد که بتوانیم پسرمان را برای فعالیت‌های روزانه به آنجا بفرستیم، با گروهی دیگر از خانواده‌های دارای فرزند دیرآموز آشنا شدیم. آن‌ها نیز در پی کسب مجوز بودند. نتیجه این شد که تا سال‌ها من و همسرم در دو انجمن که از افراد دیرآموز حمایت می‌کنند، فعال بودیم و پسرمان نیز از خدمات هر دو انجمن (انجمن خورشید و انجمن ماه) استفاده می‌کرد.

همین‌جا بهتر است شما را با اهداف و فعالیت‌های هر دو انجمن به طور خلاصه آشنا کنم. انجمن «حمایت از حقوق توانخواهان دیرآموز خورشید» برای کاهش مشکلات ناشی از وضعیت ویژه‌ی افراد دیرآموز و فراهم کردن امکانات رشد ذهنی، شخصیتی و اجتماعی آنان از طریق حرفه‌آموزی، افزایش توانایی‌های آنان با آموزش‌های توانبخشی در رشته‌های مختلف و فرهنگ‌سازی برای شناخت جامعه از وضعیت افراد دیرآموز، یک مرکز حرفه‌آموزی با پنج رشته‌ی کارگاهی تولید معرق چوب، معرق کاشی، زیورآلات، چرم و تزیین ظروف سفالی راه‌اندازی کرده است.

این را هم باید اضافه کنم در زمانی که با خانواده‌ها در مورد انتخاب اسم انجمن خورشید صحبت می‌کردیم و خیلی حساس بودیم که کلمه‌ای با بار ارزشی منفی انتخاب نکنیم، بعد از بحث‌های مفصل با همفکری به واژه‌ی دیرآموز رسیدیم که همه با آن موافق بودیم.

انجمن «حمایت از افراد با اختلال رشدی عصبی سها» با هدف توانمندسازی خانواده‌ها و افراد دیرآموز و حمایت از حقوق فردی آنان، تلاش می‌کند توان افراد دیرآموز را برای انجام امور روزمره و برقراری ارتباطات مناسب اجتماعی و ایجاد آمادگی برای زندگی مستقل بالا ببرد تا از این راه، نگرش مثبتی در خانواده‌ها و اطرافیان نسبت به رشد و پیشرفت افراد دیرآموز به وجود آید.

اولین نشانه‌های طبیعی نبودن رشد

پسریم پویا در کودکی از حیث راه رفتن و حرف زدن، رشد موزونی نداشت. بچه‌ها معمولاً قبل از راه افتادن، چهار دست و پا رفتن را تجربه می‌کنند، ولی برای پویا این اتفاق نیفتاد. یک سال و نه ماهه بود که در یک بعدازظهر که من و پدرش همراه با پدربزرگ و مادربزرگ پدری‌اش با فاصله حدود نیم متر نزدیک هم روی قالی نشسته بودیم، ناگهان از بغل پدرش بلند شد و چند قدم به طرف مادر بزرگش برداشت و در بغل او نشست! و خوشحال از این حرکت جدید، دوباره از بغل مادر برگ بلند شد و با چند قدم خودش را به پدر بزرگش رساند. همین؛ یعنی راه افتاد، پس این سه مرحله‌ی چهار دست و پا رفتن را، که بعدها فهمیدم برای رشد سلول‌های مغزی بسیار دزد و تأثیرگذار است، پشت سر بگذارد. اگر آن زمان این نکته را می‌دانستیم، می‌توانستیم با بازی‌های مختلف کاری کنیم که هم چهار دست و پا راه برود و هم از انجام آن لذت ببرد.

به حرف افتادن پسریم نیز مثل بچه‌های دیگر نبود. در دوسالگی شروع به حرف زدن کرد، ولی فقط در حد گفتن ده کلمه مثل بابا، مامان، آمد، رفت، آب، بده و گفتن جملاتی بسیار کوتاه مثل «بابا آمد»، «آب بده». تا چهار و نیم سالگی حرف زدن بیشتر از این فراتر نرفت. مادرم خیلی نگران شرایط خاص پسریم بود. روزی خانه‌اش بودیم، پسریم را صدا زد و به او گفت که از اتاق خواب چادرش را بیاورد. پسریم بدون گفتن کلمه‌ای رفت. وقتی برگشت دیدیم گوشه‌ی چادر نماز مادرم را گرفته، آن را روی موکت می‌کشد و می‌آورد. مادرم با دیدن این صحنه، خدا را شکر کرد و گفت: «اگر حرف نمی‌زنه، اقلأ می‌فهمه که ما بهش چی می‌گیم».

در آن دوران، ما هیچ شناختی از مشکل پویا نداشتیم و چون شنیده بودیم که در بعضی از خانواده‌ها، بچه‌ها دیر راه می‌افتند یا دیر زبان باز می‌کنند، فکر می‌کردیم بچه‌ی ما هم در مراحل مختلف رشدی، دیرکرد دارد و دیر یا زود کاملاً به حرف می‌افتد. با اسباب‌بازی‌هایی که خاص تقویت ذهن و هوش بچه‌ها در سن‌های مختلف بود، با او کار می‌کردیم و منتظر بودیم مراحل رشدش کامل شود.

در آن سال‌ها با این که پویا تقریباً نمی‌توانست با ما ارتباط کلامی برقرار کند، من و پدرش با او مرتب حرف می‌زدیم. کاری نداشتیم که او نمی‌تواند جواب ما را بدهد. طوری با او رفتار می‌کردیم که گویی دیالوگی فعال و زنده بین ما جریان دارد. با هر جمله‌ای که به او می‌گفتم، ته قلبم این امید را داشتم که بالأخره روزی (اگر چه نمی‌دانستم کی، ولی هیچ‌وقت ناامید نشدم) انرژی‌ای که صرف پسر من می‌کنیم جواب خواهد گرفت؛ و جواب گرفتیم. وقتی پویا چهار سال و نیمه شد، ناگهان تمام کلمات و جملاتی که در آن دو سال و نیم در او ناگفته باقی مانده بود، به‌وفور و به‌سرعت مهمان خانه‌ی ما و خانه‌ی همه‌ی دوستان و اقوام شد. دیگر کسی در صحبت کردن جلودار او نبود. چنان عجله‌ای در گفت‌وگو داشت که گویی می‌خواست دو سال و نیم ازدست‌رفته را به‌سرعت جبران کند! هنوز به آخر جمله‌ی اول نرسیده جمله‌ی دوم را شروع می‌کرد و مسلسل‌وار افراد حاضر را مورد خطاب قرار می‌داد.

در آن روزها فکر می‌کنم شاید همین سرعت برای جبران حرف‌های نزده باعث شده که پسر من در حرف زدن، تمرکز دخی داشته باشد و مدام از این شاخه به آن شاخه بپرد و هنوز موضوعی را تمام نکرده، موضوع جدیدی را شروع کند. مثلاً زمانی که می‌خواست اتفاقی را که در یکی از کلاس‌هایش افتاده بود تعریف کند، اول ماجرا شروع نمی‌کرد. در نتیجه بعد از گفتن دو سه جمله، چون هنوز زمان و مکان اتفاق را به یادش نداشت، روشن نبود، مجبور می‌شدیم با پرسیدن چند سؤال به آنچه در ذهن او می‌گذشت، نزدیک شویم و بعد به بقیه‌ی ماجرا گوش کنیم.

آن زمان برای ما روشن نبود که دلیل شتاب‌زدگی و بی‌توجهی در حرف زدن، هر چه سریع‌تر رسیدن به موضوع بعدی است یا این که ذهنش در پردازش اطلاعات برای منظم صحبت کردن مشکل دارد؛ یا شاید هم هر دو. البته با کمک گرفتن از متخصصان گفتاردرمانی (که در قسمت‌های بعدی به آن خواهیم پرداخت) این مشکل پویا تا حد زیادی حل شده است.

چرا خاطراتم را می‌نویسم؟

اولین و مهم‌ترین هدفم از نوشتن این خاطرات، آشنا کردن دیگران با مفهوم دیرآموزی و ویژگی‌های فرد دیرآموز است. «دیرآموزی» مانند سندرم داون و اختلال اوتیسم در پزشکی شناخته شده نیست. به نظر من دلیل اصلی آن، این است که شرایط بروز کم‌توانی ذهنی در افراد دیرآموز، گوناگون است و مثل سایر اختلالات دارای یک علت مشترک و شناخته شده نیست. در نتیجه به دلیل فقدان پیشینه‌ی پزشکی، تعداد کمی از متخصصان به شرایط دیرآموزی آشنا هستند و می‌توانند خانواده‌های سرگردان افراد دیرآموز را کمک و راهنمایی کنند.

امید دارم که چنین خانواده‌هایی با خواندن این خاطرات، متوجه شوند که والدین دیگری نیز هستند که وضعیتی مشابه آن‌ها دارند و تلاش می‌کنند زندگی انسانی‌تر، سالم‌تر و شادتری برای فرزندان دیرآموزشان فراهم کنند. همچنین امیدوارم که با انتقال تجربه‌های من بتوانیم مسیر دشوار پیش‌روی من را تا حد امکان با آرامش بیشتری طی کنیم. هدف دیگرم از آشنا کردن مردم با دیرآموزان این است که خانواده‌هایی که فرد کم‌توان ذهنی ندارند و ممکن است با دیدن این افراد در کوچه و خیابان، آن‌ها را با گفتن صفات منفی (مانند: عقب‌افتاده، خنگ، مُنگول و...) آزرده کنند، با خواندن این کتاب، متوجه اشتباهاتشان بشوند.

همه باید یاد بگیریم که افراد دیرآموز مثل همه‌ی انسان‌های دیگر متفاوتند و دنیا را از زاویه‌ی خاص خودشان می‌بینند. ما در بعضی جنبه‌ها با آن‌ها مشترکیم و در بعضی دیگر هم نه؛ ولی این عدم اشتراک نباید باعث شود که با نگاه‌های آزارنده، شرایط را برای آن‌ها سخت‌تر کنیم. باید آن‌ها را شناسایی و یاد بگیریم که در کنار آن‌ها با آرامش زندگی کنیم. اینجا می‌خواهم به زمان نوشتن این خاطرات اشاره کنم. من در سال هزار و سیصد و نود و یک، فصل اول تا چهارم و مختصری از فصل پنجم را نوشتم. نوشته‌ی کامل نشده را ابتدا به همسرم و سپس به دوست قدیمی و بسیار عزیز، حاتم دکتر یاسمن متقی‌پور، که یکی از مشوقان اصلی من برای نوشتن این خاطرات است، داده و تا پایان همان سال هم مطلب را بر اساس جمع‌بندی نظرات آن‌ها (که ایرادهایشان هم جدی بود) به هم محتوایی اصلاح کردم. البته برایم روشن بود که نوشته‌ام جای کار بیشتری دارد. در سال نود و دو به دلیل مسئولیت‌هایم در دو انجمن مذکور، نتوانستم خاطراتم را اصلاح و تکمیل کنم. وقت اضافی داشتم، ولی آن قدر نامشخص و غیرقابل پیش‌بینی بود که عملاتی‌شده برای انجام یک کار متمرکز و پیگیر از آن‌ها استفاده کنم. در سال نود و سه تصمیم گرفتم هر بار شده نوشته‌هایم را تکمیل کنم. البته تا پایان آن سال تا حدی توانستم تصمیمم را عملی کنم، ولی نهایی شدن کار به امسال (۱۳۹۴) کشیده شد و مشخص شد که خیلی در اجرای آن تصمیم موفق نبودم! زمانی که اصلاح مجدد متن را در سال نود و سه، شروع کردم، متوجه نکته‌ای شدم که باید آن را در اصلاح و تکمیل کار تا آخر آن مدنظر قرار می‌دادم. نکته این بود که محور اصلی این خاطرات (پسرم) وضعیتش با گذر زمان تغییر می‌کرد و من باید این تغییرات را در نوشته‌ام اعمال می‌کردم.

در تلاطم بین گذشته و حال

وقتی نوشتن چهار فصل این متن در سال هزار و سیصد و نود و یک تمام شد، حال غریبی داشتم که تا آن زمان تجربه نکرده بودم. اتفاقات بعد از تولد پسر من در روزهایی که آن‌ها را می‌نوشتم چنان برایم زنده می‌شدند که انگار در همان چند روز گذشته، روی داده بودند و نه در سی سال گذشته. حس می‌کردم تنها راه برای رها شدن از آن حجم آشوب احساسی، نوشتن آن‌هاست. گویی با کاغذ و خودکار درد دل می‌کردم. آن موقع هیچ فکری برای استفاده از این درد دل کاغذی نداشتم، ولی بعد از سومین اصلاح متن در سال نود و سه، وقتی دوباره آن را خواندم، تصمیم گرفتم آن درد دل را به همان شکل قبلی در این قسمت بیاورم:

«حالا که بار نوشتن چهار فصل از پنج فصل مطلب تمام شده، وقتی به عقب برمی‌گردم، به روزهایی که خاطراتم را می‌نوشتم، به یاد احساسات عجیبی می‌افتم که نوشتن آن‌ها در من ایجاد می‌کرد. دوباره، خدایا! در آن روزها و آن لحظات دلهره‌آور، اما شورانگیز می‌دیدم. چنان منقلب می‌شدم که لرزش انگشتانم، قدرتمندتر از تسلطم بر تایپ، خود را به رخم می‌کشید. وقتی دوباره مطلب را می‌خواندم، شوریدگی‌ام را در غلط‌های زیاد تایپی برخی صفحات به وضوح می‌دیدم. در آن روزهای نوشتن، در تلاطم بین گذشته و حال درونم غوغایی بود؛ غوغایی که روحم را آرام می‌کرد! آن خاطرات گنجینه‌ی زندگی من است. با نوشتن آن‌ها در صندوقچه را برای دیگران باز کردم. برای خودم در این صندوقچه، همیشه باز بوده. این بار هم از دیدن برق زندگی‌ای که در این صندوقچه جاری است انرژی گرفتم. ساعت‌هایم به خوشی گذشت. فضایی تازه برای گفت‌وگو و تفاهت بیشتر بین من و همسرم پیدا شد. نوشتن خاطراتم خود به خاطره تبدیل شد...»

توصیه‌ی مفید همسر

زمانی که شروع به نوشتن کردم، به عادت سابق کاغذ و خودکار وسیله‌ی کارم شد. درست یادم نمانده صفحه پنجم یا ششم مقدمه بودم که همسر من چون می‌دانست تایپ کامپیوتری بلدم با تعجب گفت: «چرا با دست می‌نویسی؟»

- «منظورت چیه؟»

- «تو که تایپ بلدی. به جای نوشتن با دست و بعد تایپ کردن از اول با کامپیوتر

تایپ کن. خیلی سریع‌تر پیش می‌ری.»

- «تایپ ساده بلدم، ولی بقیه کارهای تایپی با کامپیوتر و انتخاب نوع حروف رو که بلد نیستم. تا حالا هم که تجربه یکباره تایپ کردن متن با کامپیوتر رو ندارم. شاید همین بی تجربگی روی کیفیت کار اثر بذاره».

- «نگران نباش. من توی انتخاب حروف و بقیه چیزها کمکت می‌کنم. وقتی تایپ کردن با کامپیوتر رو شروع کنی به سرعت چنان عادت می‌کنی، انگار داری با خودکار می‌نویسی. به خصوص که با کامپیوتر اضافه و کم کردن یا جا به جا کردن جمله‌ها خیلی راحت‌تر و سریع‌تر پیش می‌ره».

با اینکه حبابی سخته بود، ولی به کمک همسرم کار را شروع کردم. حق با او بود. خیلی زودتر از آن چیزی که فکر می‌کردم به این شکل نوشتن عادت کردم. بعد از پایان اولین دور نوشتن، برای اصلاح ایرادایی که همسرم و دوستم دکتر یاسمن متقی‌پور به نوشته‌هایم گرفته بودند از مطلب پرسیدم. فم و موارد اصلاحی را ابتدا روی کاغذ انجام دادم و بعد وارد کامپیوتر کردم. همسرم به این دارم هم ایراد گرفت. می‌گفت: «کافیه یک بار اصلاح را در کامپیوتر انجام بدی تا به آن هم عادت کنی». باز هم حق با او بود. دور دوم اصلاح مطلب را از ابتدا با تایپ انجام دادم. در حین اصلاح مطلب، نکته‌ای را کشف کردم. اینکه تمرکز برای انجام کار تکنیکی تایپ حواسم از شرایط محیطی جدا می‌کند و همین باعث می‌شود که با تمرکز بیشتر و سریع‌تر بنویسم. همین‌جا همسرم به خاطر توصیه بجا و همراهی‌اش در تکمیل این نوشته، تشکر می‌کنم.