صدای مادر یا پخش صوتی لالایی؟

جنین داخل رحم مادر صداهای مختلفی را می‌شنود از صدای معده و قلب مادر بگیرید تا صدای صحبت کردنش! به همین دلیل هم با صدای مادر بیشتر از پدر ارتباط برقرار می‌کند و از بودن در کنار مادر، شنیدن صدای او و شنیدن ضربان قلبش احساس آرامش می‌کند. پس بهتر است بعد از تولد هم لالایی توسط مادر خوانده شود تا کودک احساس امنیت بیشتری کند. البته چون جنین از هفته ۲۵ صداهای اطراف را هم می‌شنود اگر پدر بتواند در این دوران بیشتر از قبل با جنین داخل رحم مادر صحبت کند قطعا نوزاد بعد از تولد با صدای پدرش هم ارتباط قوی برقرار خواهد کرد.

تمام مدارهای مغزی کودک با شنیدن صدای مادر درگیر می‌شود، به همین دلیل هم لالایی خواندن مادر تاثیر بیشتری روی کودک دارد تا پخش لالایی صوتی. چراکه اولین و بیشترین صدایی که کودک می‌شنود، صدای مادر است و بعد از مادر، صدای پدر هم بسیار برای کودک آرامش‌بخش است. دلیلش هم این است که صدای بم مردانه برای نوزاد قابل درک‌تر از باقی صداهاست.

وقتی لالایی بلد نیستیم چه کنیم؟



تا چندسال قبل لالایی‌ها سینه به سینه از مادران به دختران می‌رسید، اما الان زمانه عوض شده دسترسی به رسانه‌های مختلف باعث شده تا بتوانیم میان انبوهی از لالایی‌ها آن را که مناسب حال ماست انتخاب کنیم.

کتاب‌های زیادی برای لالایی وجود دارد که در همین شماره معرفی کرده‌ایم. علاوه بر این شرکت‌های مختلف هم نوارهای صوتی لالایی را ضبط و منتشر کرده‌اند. در اینترنت هم تادلتان بخواهد لالایی منتشر شده که با یک جست‌وجو ساده می‌توانید به آن برسید.

چند روز پیش در فضای مجازی یک لالایی منتشر شد که افراد زیادی به محتوای آن ایراد گرفتند و آن را برای کودک مضر دانستند. بنابراین مهم‌ترین نکته این است که قبل از خواندن لالایی یک‌بار محتوای آن را با خودتان مرور کنید. کلمات مناسب، مفاهیم اشتباه و اندوه زیادی در بعضی از لالایی‌ها وجود دارد که واقعا کودک نیاز به شنیدن آن ندارد. بنابراین یا یک لالایی دیگر انتخاب کنید یا با ذوق و قریحه خودتان کلمات و ابیاتی که برایتان خوشایند نیست را عوض کنید.

ماهی را هروقت از آب بگیریم تازه است؟

هیچ‌وقت برای شروع لالایی خواندن دیر نیست. اگر لالایی خواندن را از دوران جنینی شروع نکرده‌اید و بعد از زایمان هم فکر می‌کرده‌اید کودکتان هنوز قدرت درک لالایی را ندارد، هنوز هم دیر نشده است. از همین امروز شروع کنید. لالایی گفتن هنگام شیر دادن به نوزاد باعث آرامش او می‌شود.

در واقع لالایی کودک را آرام می‌کند و خوابی دلنشین برای او و مادر فراهم می‌سازد. اگر کودک در آغوش مادر و با صدای لالایی او به خواب برود، ریتم خواب و بیداری منظم خواهد شد.

این مورد را در نظر داشته باشید که اگر تا به حال از این روش برای خواباندن کودکتان استفاده نکرده‌اید، توقع نداشته باشید با اولین تجربه ارتباط زیادی برقرار کند.

در این کار ممارست داشته باشید تا کودک به شنیدن لالایی قبل از خواب عادت کند.

چند لالایی معروف



بعضی از لالایی‌ها بدون وجود هیچ رسانه‌ای در تمام نقاط ایران به گوش بچه‌ها خوانده شده‌اند و نسل‌های زیادی با آن خاطره دارند. بعضی وقت‌ها بعضی کلمه‌ها در این متن آن ابجتا شده اما کلیت آنها تغییری نکرده است. این دسته از لالایی‌ها معمولا با اسم یک گل شروع می‌شد و بر همان وزن ادامه پیدا می‌کرد.

گاهی در دو مصرع تمام می‌شد و گاهی چهار شش یا هشت مصرع ادامه پیدا می‌کرد. اینها جدای از لالایی‌های محلی است که با زبان‌ها و گویش‌های مختلف در هر منطقه از ایران خوانده می‌شده. نمونه‌هایی از معروف‌ترین و خاطره‌انگیزترین لالایی‌ها در ادامه آمده است.

لالا لالا گل پونه/ بابات رفته در خونه/ لالا لالا گلم باشی/ همیشه در برم باشی

لالا لالا، گل آبشن/ کاکا رفته چشوم روشن/ لالا لالا، گل خشخاش/ کاکا رفته خدا همراش

لالا لالا گل دشتی/ همه رفتن تو برگشتی/ خداوندا تو پیرش کن/ زیارت‌ها نصیبش کن

لالا لالا گل نعنا/ بابات رفته، شدم تنها/ بابات رفته به‌هل چینی/ بیاره قند و دارچینی

لالا لالا گل نازی/ بابات رفته به سربازی/ لالا لالا گل پسته/ شدم از گریه‌هات خسته

لالا لالا گل فندق/ مامان رفته سر صندوق/ لالا لالا گل زیره/ چرا خوابت نمی‌گیره

برگ سبز کامیون کمپرسی سیستم بنز، تیپ ۳۲/۶۰۸، مدل ۱۳۸۵، رنگ نارنجی، شماره شاسی 37406016431819، شماره موتور 33491010162342، شماره پلاک ۷۶۵ب۲۹ - ایران۷۹ به‌نام حمزه مومن فرزند حمدالله کدملی ۲۸۰۱۳۰۹۴۸۶ مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

برگ سبز کامیون کمپرسی، سیستم بنز، تیپ ۳۲/۶۰۸، مدل ۱۳۸۵، رنگ نارنجی، شماره شاسی 37406016431820، شماره موتور 33491010162299، شماره پلاک ۷۶۷ب۲۹ - ایران۷۹، به‌نام حمزه مومن فرزند حمدالله کدملی ۲۸۰۱۳۰۹۴۸۶ مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

سند کمپانی و برگ سبز خودرو پراید سواری هاچ‌بک ۱۱۱، مدل ۱۳۹۰، رنگ سفید، به شماره انتظامی ۹۸ل ۱۳۸ - ایران ۵۳، شماره موتور 3960649، شماره شاسی S5430090045451 به‌نام عطیه نادرالاصلی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

سند کمپانی، برگ سبز، کارت سوخت و کارت خودرو L90، مدل ۱۳۸۹، رنگ سفید، به شماره انتظامی ۴۹ ی ۵۱۸ - ایران ۱۳، شماره موتور k4MA690D112273، شماره شاسی NAPLSRALD91079253 به‌نام مریم حاجی‌هاشمی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

سند کمپانی و برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ SLX، مدل ۱۳۹۵، رنگ سفید، به شماره انتظامی ۸۱ و ۶۹۷ - ایران ۷۷، شماره موتور 139B125008، شماره شاسی NAAM31FEXGR038822 به‌نام مژگان اسمعیلی‌زاده سورجانی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

MEHRAN PANEL
مهران پانل
MEHRAN SARD
مهران سرد
تولید کننده انواع تریلر و کانتینرهای ایزوله و یخچالی و ساندویچ پانل های پلی یورتان
۸۶۰۳۰۲۱۵ - ۸۶۰۳۰۲۰۹ - ۰۲۱
www.mehrangrp.com