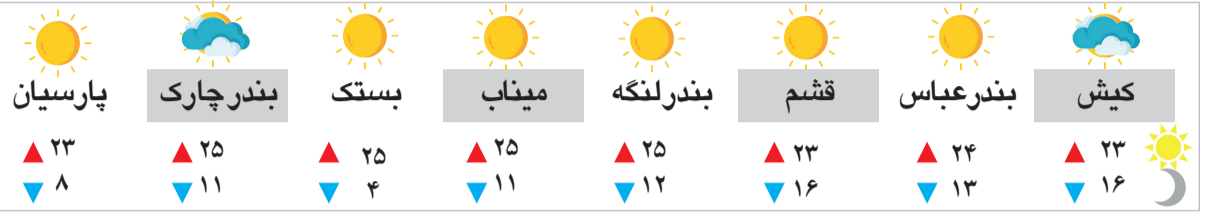


اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۱۸ - طلوع آفتاب: ۶:۳۶ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۸ - غروب آفتاب: ۱۷:۴۰ - اذان مغرب: ۱۷:۵۷



برنامه سینما لبخند کیش
یکشنبه ۱۷ بهمن ۱۴۰۰، ۴ رجب ۱۴۴۳، ۶ فوریه ۲۰۲۲، شماره ۳۹۱۰ (دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

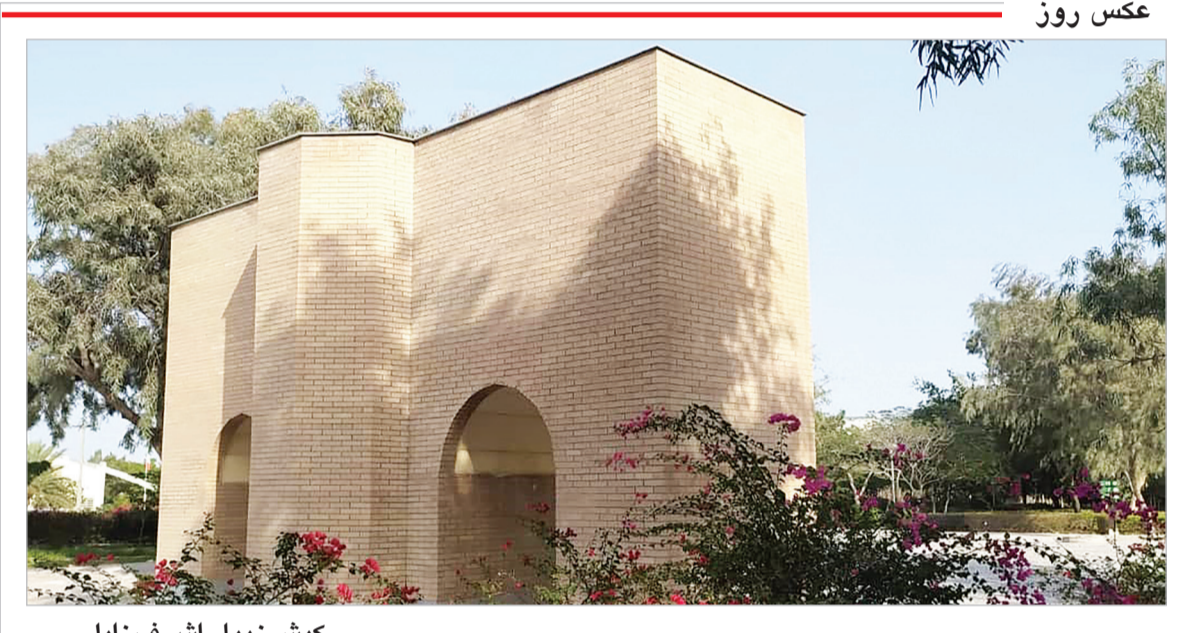
نکته
اشخاص زیرک از بدبختی‌ها و گرفتاری‌های دیگران آگاه و بیدار می‌شوند، ولی اشخاص نادان از بلاهای خود عبرت نمی‌گیرند.
بنجامین فرانکلین

آموزش آشپزی ترشی بازرشک خشک

مواد لازم:

- ۲ و نیم لیوان زرشک خشک
- ۳ لیوان آب
- به مقدار کافی شکر
- به مقدار کافی نمک
- به مقدار کافی گلپر
- ۱ لیوان سرکه سفید
- ۱ لیوان آب زرشک

طرز تهیه:
برای تهیه آب زرشک ۱ لیوان زرشک قرمز را تمیز کنید و به مدت ۱۵ دقیقه در آب سرد قرار دهید تا گرد و خاکش گرفته شود سپس آبکش کنید و رویشان آب درشیشه را بنیدید و ۲۴ ساعت به صورت وارونه روی کابینت قرار دهید و سپس در یخچال بگذارید.



کیش زیبا - اشرف زابلی

شرکت جنگل آرا جنوب کیش

تولید کننده مبلمان شهری از جنس بتن پلیمری

انواع میز و صندلی های لوکس ویلایی، سطل زباله، گلدان باربیکو، نیمکت، فلاور باکس و نرده باغچه ...

آدرس: شهرک کارگاهی، ورودی اول، خیابان عقیق، قطعه ۵۴
شماره تماس: ۰۹۳۴ ۷۶۹ ۹۸۲۰
عدالت
Follow us: @kish_greenstone

کودک و نوجوان

بر خورد صحیح والدین در برابر کودکان لجباز

ابتدایی ترین و اولین اقدام برای برخورد صحیح، کوتاه نیامدن در برابر نیاز کودک است زیرا زمانی که کودک شما دست به لجبازی و پرخاش می زند و شما به او پاسخ می دهید، حال فرقی نمی کند که این پاسخ مثبت باشد یا منفی، کودک شما متوجه می شود که این یک راه مؤثر است و می تواند با پرخاش کردن به خواسته خود برسد.

برای همین در بعضی اوقات کودک به جدیت و قاطعیت پدر و مادر احتیاج دارد تا بهتر تربیت شود و والدین نیز نباید به دلیل اینکه از شجاعت کودک راحت شوند خواسته او را بر آورده کنند. بی اعتنائی به رفتار و لجبازی کودک دو تا سه ساله خود بهترین واکنش است که در طولانی مدت بهترین راه برای تغییر رفتار لجبازی او است.

اغلب لجبازی های کودک برای جلب توجه شما است اگر بخواهیم با یک مثال این را برای شما توضیح دهیم باید در نظر بگیرید که مثلا کودک شما هوس آب میوه می کند و آن را درخواست می کند اما شما آن را در خانه ندارید، در این مواقع است که شروع به جیغ زدن می کند و رفتاری لجبازانه از خود نشان می دهد اگر شما این خواسته کودک را برایش فراهم کنید باعث می شود تا رفتارهای لجبازانه او تشدید و تشویق شود بهترین کاری که شما در این زمان می توانید انجام دهید بی توجهی است که سبب خاموشی رفتار کودک می شود.

برای این کار باید زمانی که کودک شروع به داد و فریاد کرد یا رفتارهای دیگری از خود نشان داد، محل را ترک کنید و بی توجه به او به کارهای خود بپردازید و فعالیت های روزمره خود را انجام دهید یا حتی با دیگران صحبت کنید تا متوجه شود که توجهی به رفتار او ندارید انجام دادن این رفتارها و واکنش ها در طولانی مدت باعث می شود تا لجبازی کودک دو تا سه ساله شما کم کم، کاهش پیدا کند.

دوم این که اغلب لجبازی های کودکان با هدف است و اگر بدانند که با جیغ و فریاد نمی توانند به هدف خود برسند احتمالاً آن را تکرار نکنند و شما باید در زمان هایی که کودک رفتار درستی را انجام می دهد و جیغ و فریاد نمی کند و با صحبت کردن خواسته خود را به شما می گوید، او را تشویق کنید و اگر صلاح می دانید آن چیزی را که نیاز دارد و دوست دارد را به او بدهید تا درک کند که می تواند با داشتن رفتار خوب، خوش و پاداش دریافت کند البته باید والدین بدانند که افراط کردن و یا تفریط کردن در تشویق کودکان می تواند بسیار مضر و آسیب زننده باشد.

یکی از آموزه هایی که پسر و مادر باید به فرزندانشان یاد دهند این است که پاداش و تشویق، رشوه نیست و زمانی که شما برای کودک خود کاری را در نظر می گیرید و آن را به کودک محول می کنید موظف است که آن کار را انجام دهد و یا اینکه زمانی که شما فریاد ها و جیغ های کودکان نمی توانید در تصمیم شما خللی ایجاد کند و شما را از تصمیمتان منصرف نکند و رفتار بد او نمی تواند مانع انجام کار شما شود. رفتارهای دیگری نیز وجود دارند که شما می توانید با انجام آن ها لجبازی کودک دو تا سه ساله خود را کاهش دهید به طور مثال نباید همیشه از کلمه هایی مانند: نه، دست نزن، نکن، نرو و غیره استفاده کنید. در انجام بعضی از کارهای کودک تا آن که او کمک کند و همچنین در انجام کارهای خودتان نیز از کودکان کمک بخواهید تا تعامل را در زندگی و خانواده تان بیشتر کنید.

در طول روز زمان مشخصی را صرف بازی و ارتباط با کودک تان انتخاب کنید و هر روز این وقت را به او اختصاص دهید.

سعی کنید گاهی اوقات زمانی که در حالت آرام به سر می برد با او صحبت کنید و به او بگویید که اگر از چیزی ناراحت می شود و یا به آن اعتراضی دارد آن را با شما در میان بگذارد و با حرف زدن آن را حل کند. زمانی که کودک در این باره با شما صحبت می کند با دقت به او گوش دهید و طوری رفتار کنید که کودکان احساس تکیه گاه بودن و حامی بودن شما در آن کنند نه اینکه گمان کنند که شما برای ناراحت شدن او هیچ اهمیتی قائل نمی شوید و برای تان مهم نیست. عمل کردن شما به حرف ها و قول هایی که می دهید بسیار مهم است. بعضی از والدین با عمل نکردن به حرف های خود و قول هایشان حالت خشم و تهاجم را در فرزندانشان به وجود می آورند و بسیاری از اخلاق های بد و منفی را به آن ها آموزش می دهند.

سبک زندگی

به هنگام بحث زوجین از «عروس» دفاع کنیم یا «پسر» خودمان؟

یک روانشناس با بیان اینکه خانواده‌ها باید دقت کنند که با زیر ذربین قرار دادن عروس یا داماد ممکن است اثرات مخربی در رابطه زوجین ایجاد کنند، گفت: هنگامی که عروس یا داماد در حضور خانواده‌ها با همسر خود بحث می‌کند، والدین به هیچ عنوان نباید در بحث عروس و پسر خود یا داماد و دختر خود دخالت کنند و حتی اگر زوجین از والدین تقاضا کردند که بین آنها قضاوت و داوری کنند، باز هم خانواده‌ها نباید وارد این «لله» شوند. شبنم طلوعی درباره چگونگی واکنش خانواده‌ها به هنگام بروز اختلاف و بحث میان زوجین، اظهار کرد: زمانی که عروس و داماد در حضور خانواده‌ها و والدین با یکدیگر بحث می‌کنند و این بحث اصطلاحاً «لله» یا «پیدا می‌کند»، والدین به هیچ عنوان نباید در بحث بین زوجین دخالت کرده بین آنها قضاوت و یا طرفداری کنند.

این روانشناس با تأکید بر اینکه والدین علیرغم اینکه بسا بدین بحث زوجین ناراحت می‌شوند اما نباید تحت هیچ شرایطی به منظور ارائه راه حل به عروس و داماد میان آنها داوری کنند، تصریح کرد: حتی اگر عروس و پسر و یا داماد و دختر از والدین بخواهند که بین آنها قضاوت کرده و به طرفداری از یکی از آنها سخن بگویند و یا میان آنها داوری کنند باز هم والدین باید حواسشان باشد که در این به اصطلاح «لله» گیر نیفتند چرا که گیر افتادن در بازی طرفداری از زوجین برنده‌ای نخواهد داشت.

به گفته وی، زمانی که والدین با بحث و داوری از عروس و پسر یا داماد و دختر خود در صورت ناراحت شدن هم بهتر است این ناراحتی را بروز ندهند.

طلوعی در عین حال خطاب به والدین توصیه کرد: خانواده‌ها باید زمینه‌ای برای گفت‌وگوی بیشتر با عروس و داماد خود ایجاد کنند تا بتوانند آنها را بیشتر بشناسند، با ارزش‌های آنها آشنا شوند و آن ارزشها را رعایت کنند. از سوی دیگر توجه بیش از اندازه و به عبارتی زیر ذر بین گذاشتن عروس و داماد نتیجه جالبی نخواهد داشت و خانواده‌ها باید عروس و داماد را به عنوان افرادی با شرایط فرهنگی متفاوت در خانواده خود بپذیرند و به هنگام بروز اختلاف میان زوجین

قوانین جهانی موفقیت

۲۶. قانون استقامت
از خصوصیات مهم موفقیت و پیشرفت استقامت می‌باشد. میزان ایمان شما قابلیت استقامت در برابر مشکلات، سختی‌ها، ناامیدی می‌باشد.

عرفی شیرازی

هر گاه که از مهر به کین میل تو بیش است اول نمک سینه ی ما باش که ریش است معشوق در آغوش و مرا آینه در کف از بس که دم شیفته ی زشتی خویش است زندان بود آمیزش آن کز ره عادت در کشمکش صحبت بیگانه و خویش است دانم که شفیق اند طیبیان همگی، لیک مرهم که نه معشوق نهاد دشمن ریش است با کعبه روان انس نگردد دل عرفی دایم قدمی چند ازین قافله پیش است

کاریکاتور

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

روزنامه