

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۶	▲ ۳۸	▲ ۳۵	▲ ۳۹	▲ ۴۰	▲ ۴۶	▲ ۳۹	▲ ۴۴
▼ ۲۸	▼ ۲۹	▼ ۳۰	▼ ۲۸	▼ ۲۹	▼ ۲۶	▼ ۲۷	▼ ۳۱



املاک امروز

Real Estate

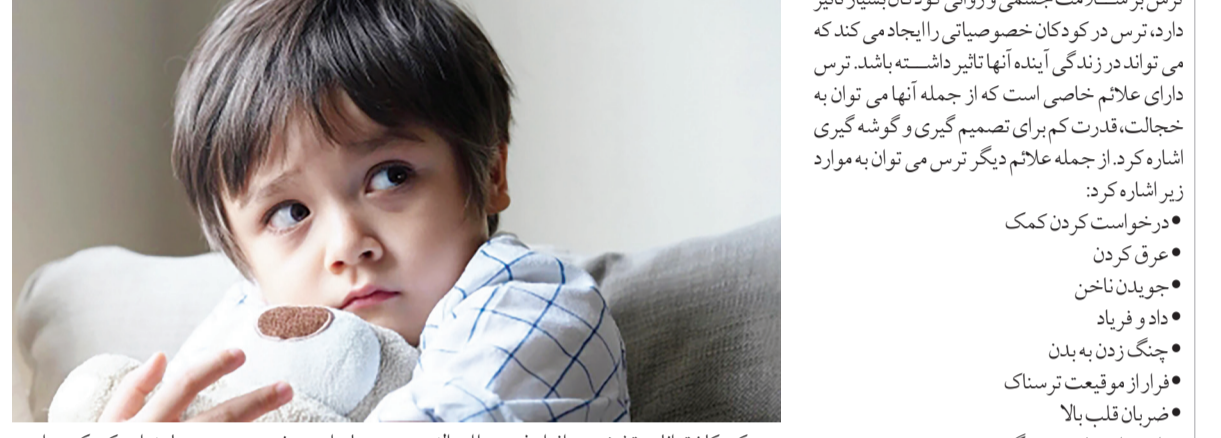
۰۷۶۴۴۴۶۶۰۰۰
۰۹۳۴۷۶۹۱۰۱۰

خیابان فردوسی
ویلاهای مروارید
واحد ۷۱۲

به مدیریت: حمید رضایی

کودک و نوجوان

علائم ترس در کودکان چیست؟



ترس بر سلامت جسمی و روانی کودکان بسیار تاثیر دارد، ترس در کودکان خصوصاً با ایجاد می کند که می تواند در زندگی آینده آنها تاثیر داشته باشد. ترس دارای علائم خاصی است که از جمله آنها می توان به خجالت، قدرت کم برای تصمیم گیری و گوشه گیری اشاره کرد. از جمله علائم دیگر ترس می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- درخواست کردن کمک
- عرق کردن
- جویدن ناخن
- داد و فریاد
- چنگ زدن به بدن
- فرار از موقعیت ترسناک
- ضربان قلب بالا
- داشتن احساس خستگی
- رنگ پریدگی صورت
- لکنت زبان
- شب ادراری
- اختلالات گوارشی و خواب
- عصبانیت و خشم
- عدم کنترل ادرار
- احساس حسادت
- نفس تنگی و گرفتگی صدا

دوره کودکی با وجود تفریحاتی که دارد زمان تجربه و کسب اطلاعات درباره محیط اطراف است. در این سن ترس از وسایل بزرگ و پر سر و صدا مثل قطار یا جاروبرقی افزایش می یابد، علاوه بر این بزرگ ترین ترس کودکان می تواند اضطراب جدا شدن والدین از آنها باشد. با بزرگ تر شدن کودک برخی از انواع ترس ها از بیسن می روند، اما برخی دیگر از ترس ها جایگزین موارد قبلی می شوند.

کودکان سه تا چهار ساله ممکن است از صداهای بلند و یا تاریک بترسند، اما کودکان ۵ تا ۸ ساله با تجربه تر هستند. آنها درباره اموری مانند قطار، حیوانات پاره پاره یا اطلاعات کسب کرده اند، اما امکان دارد از تاریکی و آسیب هایی که ممکن است ایجاد شود ترس داشته باشند، البته ترس از جدایی پدر و مادر ممکن است هنوز باقی بماند.

تعدادی از کودکان در برابر آسیب های بدنی شدید شجاعت بیشتر دارند، اما در برابر بردگی و خرابی می ترسند. یکی از ترس های جالب کودکان در این دوران، مربوط به سلامتی والدینشان و تنها ماندن آنها است.

ترس در مورد سایه ها در کودکان وجود دارد آنها گمان می کنند سایه ها شبیه به موجودات خیالی هستند، یا گاهی تصور می کنند هیولاها در خانه وجود دارند. او گاهی از اتفاقاتی که در زیر تخت می افتد وحشت دارد. کودک ممکن است نسبت به درگیر شدن کشور در یک جنگ هم اظهار ترس کند.

با رسیدن کودک به ۸ تا ۹ سالگی مقدار ترس هایش کاهش می یابد، اما او به دلیل نارسایی شخصیتی، نگران است توسط دیگران مورد تمسخر قرار بگیرد. با رسیدن کودک به سن ده سالگی این نگرانی او کاهش می یابد.

ترس در کودکان زیر سه سال

کودکان در این دوره ممکن است از موارد زیر بترسند:

ترس از صداهای بلند

به علت عدم تکامل سیستم شنوایی کودکان؛ آنها ممکن است از صداهای بلند و ناگهانی وحشت زده شوند و به گریه بیوفتن از جمله این صداهای توان به: عروبرق، دزدگیر خودرو، سیفون توالت و جاروبرقی اشاره کرد.

ترس از افراد غریبه

همه کودکان توانایی تشخیص افراد غریبه را از والدین خودشان دارند، اضطراب جدایی در دوران ۶ تا ۸ ماهگی در کودکان بروز می کند که می تواند سبب ترس از غریبه ها در کودکان تا سن ۲ سال شود، البته این موضوع می تواند برای کودکان مفید باشد زیرا آنها می توانند با این ترس از غریبه ها دوری کنند و مانع از رفتن والدین خود شوند.

انواع ترس در کودکان ۳ تا ۴ سال

کودکان در سن پیش دبستانی از حیوانات، سگ، تاریکی و تغییرات می ترسند. ممکن است برخی کودکان در سن ۳ تا ۴ سالگی از دفع مدفوع بترسند و در نتیجه به بیوست دچار شوند.

ترس هادر سنین مخصوصی بروز می کنند، اما اگر ترس سبب اختلال در عملکردهای عادی کودک شود نیازمند مداخله و درمان است. در کودکان سه ساله ترس از تاریکی بسیار شایع است، اما اگر این ترس در خواب او اشکال ایجاد کند و دائماً بهانه گیری داشته باشد و می تواند سبب ترس های بعدی شود.

ترس در کودکان ۸ ساله

کودک ۸ ساله می تواند واقعیت را از تخیل به راحتی تمایز دهد، به نسبت این موضوع ترس او در برابر برخی اتفاقات کمتر شده است. کودکان در هر سنی که باشند؛ قوه تخیل بسیار قوی دارند و گاهی ممکن است از برخی حشرات، اشخاص تخیلی مثل جادوگر و روح ترس داشته باشند.

در واقع موقعیت هایی مانند: اتاق تاریک و در یک کمد بازی می تواند قوه تخیل ذهن آنها را فعال کند. اما باید یاد داشت که یک کودک ۸ ساله نباید دیگر از هیولای زیر تختش بترسد، این کودک از خطرات واقعی می ترسد. ترس از بلاای طبیعی، حضور افراد ناشناس در خانه، دزد و مرگ عزیزانش می تواند یک کودک ۸ ساله را بترساند و سبب آزار او شود. جالب است بدانید که کودکان هشت ساله معمولاً از حضور در جمع، افت یا شکست تحصیلی هراس دارند.

ترس کودکان در سن ۱۰ سالگی

ترس کودک می تواند بسرای والدین او نگرانی ایجاد کند به طوری که آنها مجبور می شوند برای درمان به متخصص مشاور مراجعه کنند یا از روش های درمانی استفاده کنند. وجود ترس نامتناسب با سن کودک کاملاً طبیعی است و والدین نباید نسبت به این موضوع نگرانی داشته باشند اما اگر این ترس تا دو سالگی ادامه داشته باشد باید برای درمان آن اقدام کرد. رایج ترین ترس ها که در دوران ده سالگی اتفاق می افتد شامل موارد زیر می باشند:

بیماری و از دنیا رفتن

کودکان بعد از سن ۷ سالگی درباره مرگ سوالات زیادی دارند و تا ۱۰ سالگی تقریباً به اطلاعات کاملی

قوانین جهانی موفقیت

۷۳. قانون جذب

اگر شما پول های خود را جمع و پس انداز کنید مطمئناً میتونید پول بیشتری را بدست آورید (پول، پول میاره).

شما با داشتن پول تفکر مثبتی را خواهید داشت که شما را همانند آهنربایی می کند تا پول شما را به سمت خود بکشاند.

پروین اعتصامی

بارید بر بر گل پژمردهای و گفت کاز قطره بهر گوش تو آویزه ساختم از بهر شستن رخ پاکیزه ات ز گرد بگرفتم آب پاک ز دریا و تاختم خندید گل که دیر شد این بخشش و عطا رخساره ای نماند، ز گر ما گداختم با خاک خوی کردم و با خار ساختم نواخت هیچگاه مرا، گر چه بیدریغ هر زیر و بم که گفت قضا، من نواختم تاخیمه وجود من افراشت بخت گفت کاز بهر واژگون شدنش بر فراختم دیگر ز نرد هستیم امید برد نیست کاز طاق و جفت، آنچه مرود باختم منظور و مقصدی نشناسد به جز جفا من با یکی نظاره، جهان را شناختم

کاریکاتور

آموزش آشپزی

بستنی یخی میوه ای

مواد لازم:

هندوانه: ۱
یک چهارم از یک هندوانه کوچک
طالبی: یک چهارم از یک طالبی کوچک
شکر: ۲ فنجان
شیر: ۲ فنجان
رنگ خوراکی سبز و قرمز: به تعداد لازم
چوب بستنی: به تعداد لازم
قالب بستنی یا لیوان کاغذی یک بار مصرف
طرز تهیه:

ابتدا هندوانه را داخل پارچ مخلوط کن یا دستگاه غذا ساز بریزید؛ سپس ۱ فنجان شکر را همراه با ۱ فنجان شیر و یک قطره رنگ خوراکی قرمز به پارچ مخلوط کن اضافه کنید و یک دقیقه همه مواد را بهم بزنید تا کاملاً میکس شوند.

طالبی را داخل پارچ مخلوط کن یا دستگاه غذا ساز بریزید؛ سپس ۱ فنجان شکر را همراه با ۱ فنجان شیر و یک قطره رنگ خوراکی سبز به پارچ مخلوط کن اضافه کنید و یک دقیقه همه مواد را بهم بزنید تا کاملاً میکس شوند.

اگر قالب مخصوص بستنی را در منزل دارید، ابتدا چوب بستنی هارا در قسمت مخصوص چوب بستنی بگذارید؛ سپس یکی در میان ماه هندوانه و ماه طالبی را داخل قالب بریزید. اگر قالب مخصوص بستنی را در منزل ندارید، می توانید از لیوان یک بار مصرف استفاده کنید.

به این صورت که لیوان هارا از ماه هندوانه و ماه طالبی پر کنید؛ چوب بستنی را وسط لیوان ها فرو کنید. قالب لیوان بستنی را به مدت ۵ تا ۷ ساعت داخل فریزر بگذارید تا کاملاً ببندد و یخ بزند. بعد از اینکه بستنی یخ می شود.

عکس روز



مازندران: قطب تولید گل و گیاه در کشور

مشاور ما لبنانی (عربی)

قیس

shawarma

- گل کاوزبان
- فلافل عربی
- شاورما عربی
- پیراشکی
- مینی پیتزا
- سمبوسه
- لقیماط
- فطایر
- چم چمو
- دونات
- کیک
- کافه میکس
- قهوه ترک
- اسپرسو دارک
- شیک شکلاتی
- دمنوش گیاهی
- جای کرک
- قهوه فرانسه
- شیر زنجبیل
- جای

انواع نوشیدنیهای گرم و سرد شیرینی و غذاهای عربی

جزیره کیش / صغین قدیم / روبه روی خانه بومیان

۰۹۱۷۹۶۴۲۶۱۱