

# اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۵۲ - طلوع آفتاب: ۶:۱۷ - اذان ظهر امروز: ۱۳:۰۱ - غروب آفتاب: ۱۹:۴۵ - اذان مغرب: ۲۰:۰۲

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۴	▲ ۳۲	▲ ۳۱	▲ ۳۳	▲ ۳۴	▲ ۳۴	▲ ۳۲	▲ ۳۵
▼ ۲۹	▼ ۲۸	▼ ۲۹	▼ ۲۸	▼ ۲۸	▼ ۲۶	▼ ۲۸	▼ ۲۹

سبک زندگی

## با شوهری که به والدینش وابسته است چطور رفتار کنیم؟



فکر می کنید همسر تان بیش از حد به خانواده اول خود وابسته است؟ عاقلانه است که مردی را برای زندگی انتخاب کنید که رابطه خوبی با والدین خود داشته باشد، اما در عین حال باید با کسی وارد زندگی مشترک شوید که بتواند به راحتی به استقلال دست یابد. همسر شما باید بدون احساس گناه نسبت به والدین یا تصور اینکه در حال قربانی کردن رابطه اش با والدین خود است، مستقل بودن را در کنار شما تمرین و تجربه کند. اما اگر اینطور نبود چه؟ رفتار با شوهر وابسته به خانواده چگونه باید باشد؟ در ادامه این گزارش به این پرسش پاسخ خواهیم داد.

### شوهر و رفتار با شوهر وابسته به خانواده

ایجاد تعادل میان نزدیکی و حفظ یک فاصله منطقی در روابط میان پدر و مادر و فرزندان بالغ، چالش برانگیز است. در شرایطی که شوهر بیش از اندازه به خانواده اول خود وابسته است، تحت هیچ شرایطی نباید او را در موقعیتی قرار دهید که مجبور به انتخاب میان شما و مادر و پدرش باشد. زیرا در اینصورت انتخاب هر کدام از شما به معنای رها کردن دیگری خواهد بود و اینگونه او هرگز نخواهد توانست این روابط را مدیریت کند. اولین و مهمترین قدم در رفتار با شوهر وابسته به خانواده صحبت کردن با او است، اما مواظب نحوه بیان خود باشید. هرگز این موضوع را بانگش انتقادی مطرح نکنید. این اقدام تنها باعث می شود او حالت دفاعی بیشتری بگیرد که منجر به ایجاد حس بیگانگی در شما خواهد شد. بیگانگی اولین خانه افسرده شدن است. در عوض، به همسر خود بگویید که به او علاقه مند هستید و نیاز دارید بیشتر توجه و حمایت او را داشته باشید. برای همسر تان شرح دهید زمانی که نحوه رفتار او را با خانواده اش می بینید بیشتر به یاد نیاوردن خودتان می افتید. همچنین از او سوال کنید که آیا او نیز به توجه

نکات مهم در رفتار با شوهر وابسته گاهی وابستگی شوهر آن به خانواده بیش از حد نیست و مرد تنها از والدین حمایت فکری و عاطفی دریافت می کند و در عوض از آن ها پشتیبانی می کند. در صورتی که این وابستگی بیش از حد باشد و باعث دخالت پدر و مادر او در زندگی مشترک شما شود، لازم است قدم های اساسی تری برداشته شود. هنگامی که برای حل این مشکل اقدام می کنید باید نکاتی را رعایت کنید، از مهمترین نکات در رفتار با شوهر وابسته به خانواده می توان اشاره کرد به:

۱. به همسر خود بگویید که دخالت های خانواده اش استقلال شما را خدشه دار می کند. با او آرام صحبت کنید و از او بخواهید به شما کمک کند تا این مشکل را برطرف کند.
۲. خشم ها و قضاوت های گذشته را به میان نکشید. تنها کافی است که به مثال های عینی از مشکلات پیش آمده در اثر دخالت های آنان در زندگی تان اشاره کنید.
۳. توجه کنید که در رفتار با شوهر وابسته به خانواده باید دلسوزانه و با مهربانی عمل کنید. از رفتار سرزنش گر و انتقادی بپرهیزید، زیرا می تواند شرایط را بدتر کند. جملات خود را به صورت خیر و با آرامش بیان کنید.
۴. هرگز سرزنش نکنید. همسر شما ممکن است به دلایلی مثل احساس گناه یا عدم توانایی در تصمیم گیری دچار چنین مشکلاتی شده باشد، بنابراین به او کمک کنید.
۵. محیط زندگی خود را تغییر دهید. گاهی ممکن است به دلیل کوته رویی و محفل زندگی شما با والدین همسر تان، جدایی عاطفی و روانی او از خانواده دشوار تر شود؛ بنابراین اگر با خانواده همسر تان زندگی می کنید یا در نزدیکی آن ها هستید، شاید بهتر باشد کمی فاصله ایجاد کنید و با نقل مکان استقلال بیشتری را تجربه کنید.



مشاورین املاک سرزمین کیش

کیش، ویلاهای مروارید، پلاک ۷۰۷ و ۷۰۹

۶ الی ۱۷۰ ۴۴۴۳۵۱۷۰ - ۰۷۶ - ۴۴۴۳۵۰۰۰ - ۰۷۶ - ۴۴۴۳۶۰۰۰۰ - ۰۷۶ - ۴۴۴۳۶۰۰۰

چهارشنبه ۵ مرداد ۱۴۰۱، ۲۷ ذی الحجه ۱۴۴۳، ۲۷ جولای ۲۰۲۲، شماره ۴۰۰۶ (دوره جدید) - ۱۲ صفحه قیمت ۶۰۰۰ تومان

### پیشرفت روزانه کوچک، در طولانی مدت منجر به

نتایج خیره کننده خواهد شد.

رایین شارما

نکته

### آموزش آشپزی

#### سس پاپریکا



فلغلی که پوست آن را گرفته اید، برش بزنید و گوشت قرمز را بکوبید و به صورت خمیر دریاورید و یا با موادی مانند، پیاز، آبلیمو، روغن زیتون و مسیر، داخل غذاساز بریزید و با هم ترکیب کنید، تا به یک حالت سس ماندنی برسند. این سس را می توانید به غذاهای تان اضافه کنید. استفاده از سس پاپریکا در غذاهای تان، باعث خوش عطر شدن و خوشمزه شدن آن می شود. همچنین کیفیت و خاصیت غذای شما را هم افزایش می دهد. این سس طعمی نسبتا تند و شیرین دارد که می توانید از آن برای تهیه بسیاری از غذاها مثل مرغ، ماهی و اسپاگتی استفاده نمایید یا غذاها را با آن سرو کنید.

مواد لازم :  
 فلفل دلمه ای قرمز ۲ عدد  
 فلفل قرمز تند ۳ عدد  
 سرکه ۴ قاشق غذاخوری  
 نمک و فلفل به مقدار لازم  
 طرز تهیه:  
 فلفل ها را شسته و در اندازه ی بزرگ برش بزنید. فلفل ها را به کمی روغن زیتون آغشته کنید و روی شعله کباب کنید.  
 وقتی که پوست فلفل تیره و سیاه شد، فلفل ها را در یک ظرف پلاستیکی در بسته یا یک کیسه فریزری قرار دهید و تا بخار کند و پوست آن به راحتی جدا شود.

### عکس روز



باران تابستانی در رشت

### کودک و نوجوان

#### سکوت راه مناسبی برای تربیت فرزند نیست



سپس باز گشت به موقعیت، به شما کمک می کند تا راه حل های بهتری پیدا کنید. صحبت کنید: در تماس باشید، در مورد احساسات صحبت کنید و با سکوت تنبیه نکنید. کمک بگیرید: وقتی احساس می کنید حسسته هستید، این نشانه قدرت است که بگویید به کمک نیاز دارید، چه از طرف دوستان یا یک فرد حرفه ای مثل روانشناس. بگویید «نه»: اگر به دفعات این کلمه گفته نشود، تأثیر گذار تر است. فقط به عنوان یک کلمه ممنوعیت استفاده کنید، مخصوصا زمانی که برای محافظت از کودک استفاده می شود، یعنی در مورد اشیاء و موقعیت های خطرناک. ستایش بهتر از تنبیه است: تنبیه های فایده هستند، زیرا کودک شما هنوز نمی تواند تنبیه ها را با رفتار نادرست مرتبط کند. ستایش بهتر از تنبیه برای رفتار ناخواسته و توجه محبت آمیز برای رفتار مطلوب است

هر مادر و پدری می داند که بزرگ کردن فرزندان، اغلب چالش بزرگی است اما نباید در این روند عصبانی شوند. هیچ کس فرزندان خود را بهتر از والدین نمی شناسد، پس این حال گاهی اوقات موقعیت هایی وجود دارد که در آن والدین غمگین می شوند و از خود می پرسند: "آیا این واقعا طبیعی است؟" حالا باید چیکار کنیم؟ در این زمان فقط شعار "نفس بکش" وجود دارد. به خصوص در مورد بچه های بزرگتر، باید در نظر بگیرید که چقدر انرژی می خواهید برای دعوای خاص استفاده کنید. هیچ کس خواهان بحث های بی پایانی نیست که در آنها فقط دایره ای بچرخد. ما به شما نکاتی را به عنوان خوراکی برای فکر می گوئیم. اگر مدام رویکردهای بزرگ فرزندپوری خود را تضعیف کنید، خواهید دید که آن طور که باید کار نمی کنند زیرا فرزندان شما در مورد درخواست های خاص کمتر شما را جدی می گیرند. ارتباطات: اعلامیه های روشن، محدودیت ها و پیامدهای روشن. این بدون عشق نیست، اما به فرزندان شما کمک می کند تا خود را جهت گیری کنند. عملکرد الگو: شما الگو هستید، چه بخواهید چه نخواهید. فرزندان شما، رفتار خود را از شما کپی می کنند. درخواست کاری از آن ها که خودتان

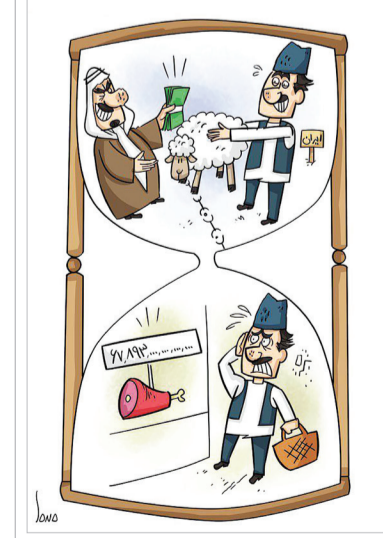
### قوانین جهانی موفقیت

۸۰. قانون ریسک
- ریسک پذیری و شکست
- با هم رابطه مستقیم دارند.
- افرادی موفق هستند که
- همیشه خطرات را تجزیه و به
- کمترین حالت ممکن جهت
- سود بیشتر می رسانند.

### شهریار

ای جگر گوشه کیست دمسازت  
 با جگر حرف میزند سازت  
 تارو پودم در امتزاز آرد  
 سیم ساز ترانه پردازت  
 حیفتای فرشتگانم نیست  
 تا کنم ساز دل هم آوازت  
 وای ازین مرغ عاشق زخمی  
 که بنالده به زخمه سازت  
 چون من ای مرغ عالم ملکوت  
 کی شکسته است بال پروازت  
 شور فرهاد و عشوه شیرین  
 زنده کردی به شور و شهنواز  
 نازنینا تا بزمند توام  
 زنده کردی به شور و شهنواز  
 سوز و سازت به اشک من ماند  
 عمر اگر بودی می کشم نازت  
 که کشد پرده از رخ رازت  
 گاهی از لطف سر فرام کن  
 شکر سرو قد سرافرازت  
 شهریار این شعر حافظ بود  
 که به سرزدهای شیرازت

### کاریکاتور



## اتومبیل، ثالث، بدنه

## مسئولیت، درمان تکمیلی، مهندسی



## باربری، حوادث، آتش سوزی عمر و سرمایه گذاری

نماینده گری ارزانی

0934 768 6452  
0917 162 1008

کد: ۴۵۴۹

0937 090 8820  
44 47 31 03

آدرس: درخت سبز، صنعت سوم، پلاک ۲۷-ک

۴۴۴۲۴۹۶۹  
۴۴۴۲۴۹۹۹

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

اقتصاد کیش  
روزنامه