

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۴۴ - طلوع آفتاب: ۶:۰۱ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۳۸ - غروب آفتاب: ۱۷:۱۶ - اذان مغرب: ۱۷:۳۲

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۲	▲ ۳۵	▲ ۳۲	▲ ۳۴	▲ ۳۸	▲ ۳۶	▲ ۳۴	▲ ۳۴
▼ ۲۵	▼ ۲۳	▼ ۲۶	▼ ۲۲	▼ ۲۱	▼ ۱۷	▼ ۲۲	▼ ۲۲

کودک و نوجوان

تعامل والدین با یکدیگر بهترین الگو برای فرزندان

این روزها اطرافمان کودکان و نوجوانانی را می بینیم که احترام کمی شاید هم معنای احترام گذاشتن از دید آن‌ها یا ما متفاوت است. بچه‌هایی که دراز کردن پایشان جلوی بزرگتر را عادی می‌دانند یا زمانی که به آن‌ها اعتراض می‌کنند که تلفن همراهشان را کنار بگذارند، بی توجه به حرف شما به کارشان ادامه می‌دهند؛ این‌ها طیف‌های خفیف بی‌احترامی است. در انتهای جدی تر این طیف، رفتارهایی مانند پرخاشگری کلامی و فریاد زدن و پرخاشگری قرار دارد. این رفتارها باعث شده تا این روزها والدین بسیاری گلایه کنند که چرا زمان ما حرمت بزرگترها حفظ می‌شد اما اکنون حدود مرزها برداشته شده و احترام به بزرگتر کمتر نگه داشته شده است؟

دکتر فرحناز کیان ارثی، روانشناس کودک و نوجوان و عضو هیئت علمی دانشگاه چرای این مسئله را گسترده علمی معنای احترام می‌داند و معتقد است که سخت‌گیری والدین برای احترام به بزرگترها در این دوره و زمانه نه تنها دیگر نتیجه بخش نیست بلکه نتیجه معکوس خواهد داشت؛ این روانشناس کودک و نوجوان در ادامه به بررسی نقش والدین در فرزند پروری و ارائه راهکارهایی برای حفظ حرمت والدین توسط فرزندان می‌پردازد.

کیان ارثی می‌گوید بچه‌ها از زمانی که به دنیا می‌آیند خیلی از مفاهیم از جمله احترام را یاد می‌گیرند؛ «خانواده، اولین محیط اجتماعی است که کودک با آن روبه‌رو می‌شود. او از همان بدو تولد

معیار مشخصی از بد و خوب ندارد، کم‌کم با رفتارهای خانواده و نحوه برخورد آن‌ها با یکدیگر آشنا می‌شود. اگر کودک از همان ابتدا احترام بزرگتر به کوچکتر و کوچکتر به بزرگتر را درک کند، خود به خود احترام به اطرافیان در او نهادینه می‌شود.»

او ادامه می‌دهد: «اگرچه یادگیری احترام از همان بدو تولد مطرح است اما برخی از بچه‌ها در برخی از دوره‌های سنی نسبت به والدین بی‌حرمتی می‌کنند؛ مثلاً در دوران نوجوانی بی‌احترامی به والدین رایج تر است چون بچه‌ها در این سن درگیر تفرد یا فردیت یافتگی هستند و تلاش می‌کنند که از والدین خود فاصله گرفته و مستقل شوند.»

این روانشناس کودک و نوجوان تأکید می‌کند: «بی‌احترامی یا احترام یک جاده یک طرفه نیست که لازم باشد بچه‌ها حتماً به والدینشان احترام بگذارند، این جاده کاملاً دوسویه و برابر است و نوجوان برای دریافت احترام از طرف فرزندانشان لازم است در ابتدا خود دستان به آن‌ها احترام بگذارد تا احترام متقابل را دریافت کنند.»

یکدیگر به همان کیان ارثی، تعامل والدین با بزرگترین مهم‌ترین الگوی احترام برای بچه‌ها است؛ «الگوپذیری در ذات کودکان نهفته است؛ بنابراین، یکی از بزرگترین مسئولیت والدین این است که الگوی خوبی برای فرزندانشان باشند و رفتار درست و سازنده‌ای را در برابر دیدگان کودک به نمایش بگذارند زیرا کودکان به‌خصوص در ۵ سال اول زندگی، هر چیزی را که در بزرگسالان به‌خصوص والدینشان می‌بینند، تقلید می‌کنند.»

برخی والدین گلایه می‌کنند که فرزندانشان پرخاشگری می‌کنند، حرمت آن‌ها را حفظ نمی‌کنند و با صدای بلند با آن‌ها صحبت می‌کنند؛ دکتر کیان ارثی ریشه این بی‌ادبی و حرمت‌شکنی فرزندان را سبب فرزند پروری نادرست و رایج از طرف والدین می‌داند و توضیح می‌دهد: «یک دسته والدین، والدین آسان‌گیر هستند یعنی والدینی که از ابتدا کودک را در مقام بالائی قرار می‌دهند و معتقدند که همه چیز باید به نفع فرزند باشد؛ این دسته از والدین محدودیت‌گذاری و آموزش اصول تربیتی و رفتاری را در خصوص فرزندانشان اعمال نمی‌کنند و اعتقادشان بر این است که بچه باید راحت باشد؛ این بچه‌ها، با ورود به دوران نوجوانی اگر والدین مثل قبل در مقام خدمت‌رسانی نباشند، شروع به بی‌احترامی می‌کنند.»

این روانشناس ادامه می‌دهد: «یک دسته دیگر از والدین، والدین سخت‌گیر هستند؛ والدینی که تأکید دارند در جایگاه بالائی قرار دارند و احترام را جاده یک طرفه می‌دانند. این والدین اغلب به دلایل مختلف فرزندانشان را سزانش، تحقیر و مقایسه می‌کنند؛ فرزندان این دسته از والدین هم به محض ورود به گروه‌های سنی بالاتر، خشمی که با مقایسه، تحقیر و نادیده گرفته شدن تجربه کردند را نسبت به والدینشان نشان می‌دهند.»

کیان ارثی تأکید می‌کند: «سخت‌گیری والدین نباید در دهه‌های قبل نتیجه‌بخش بود اما به تمام دلایل مختلف بافتی و فرهنگی در چند دهه اخیر فرزند پروری و این روش دیگر تأثیر گذار نیست و برخلاف گذشته ما امروزه شاهدیم که

تخفیف ویژه

با توجه به شرایط پیش آمده در اطلاع رسانی حوزه کسب و کار،

روزنامه اقتصاد کیش افتخار دارد

خدمات شمارا با شرایط و تخفیفات ویژه اطلاع رسانی نماید.

تلفن هماهنگی: ۴۴۴۲۴۹۹۹

پنجشنبه ۵ آبان ۱۴۰۱، ۱۴۴۴، ۲۷ اکتبر ۲۰۲۲، شماره ۴۰۶۷ (۱۴۵۱ دوره جدید) قیمت ۶۰۰۰ تومان

نکته

امواج زندگی را بپذیر، حتی اگر گاهی تورا به عمق ببرند،

آن ماهی آسوده که بر سطح دریا میبینی مرده است

نلسون ماندلا

آموزش آشپزی

بریانی مرغ عربی



سرخ کردیم هم می‌ریزیم، برک بو و چوب دارچین هم داخل قابلمه می‌ریزیم و مرغ‌ها را به خوبی هم می‌زنیم؛ بعد سیب زمینی‌ها را برش داده و اضافه می‌کنیم و در کنار مرغ‌ها می‌چینیم. در قابلمه را می‌گذاریم تا مواد بپزد. حالا برنج را آماده می‌کنیم؛ ۳ پیچانه برنج را به مدت ۴۵ دقیقه خیس می‌کنیم. بعد داخل آب جوش می‌ریزیم و وقتی به قدر کافی جوشید، آبکش می‌کنیم. لای برنج بقیه پیازهای سرخ شده را می‌ریزیم و زعفران دم کرده را هم روی آن می‌ریزیم تا ۴۵ دقیقه دم بکشد.

سیب‌زمینی متوسط ۳ عدد
برنج ۳ پیچانه
دستور پخت:
اول پیازها را سرخ می‌کنیم. در مرحله بعد مواد مرغینت را آماده می‌کنیم؛ بهتر است که برای این کار؛ از یک میکسر برقی استفاده کنیم. ماست، نصف بیشتر پیازها، پودر زنجبیل، سیب‌زمک و پودر زیره و گشنیز، زردچوبه، هل، دارچین، فلفل را اضافه می‌کنیم. مقدار باخردکن هم می‌زنیم تا پیازها کاملاً خرد شوند. تمام مزه‌ای غذا به چاشنی آن است؛ پس نباید از مواد اولیه کم کنیم.
مرغ را به قطعات کوچک تکه تکه می‌کنیم، مخلوط چاشنی را روی پخش کرده و اجازه می‌دهیم تا ۵ دقیقه استراحت کند. سپس روی آن نصف لایوان آب می‌ریزیم و از همان روغنی که پیازها را با آن‌ها

مواد لازم:
پیاز بزرگ
روغن
ملست
پودر زنجبیل
سیب
نمک
زیره و گشنیز
زردچوبه
فلفل سیاه، هل و دارچین
مرغ
۱ عدد کامل
برگ بو، چوب دارچین، زعفران دم کرده

عکس روز



پاییز هزار رنگ

گروه هتل‌های تاپ تورز



© 021-8586 www.ttgroup.ir @Toptours_Group ttgroup.ir

علائم افسردگی فصلی و اختلال اضطراب اجتماعی در پاییز

تغییر سروتونین در زمستان افراد را در معرض افسردگی فصلی و اختلال اضطراب اجتماعی قرار می‌دهد. وقتی فصل از تابستان به پاییز و سپس زمستان تغییر می‌کند، روزها کوتاه‌تر می‌شوند و این می‌تواند باعث شود که برخی افراد دچار «افسردگی زمستانی» شوند. افسردگی زمستانی به عنوان اختلال عاطفی فصلی (SAD) نیز شناخته می‌شود و این وضعیت می‌تواند منعکس کننده تغییر در سطح سروتونین یا هورمون شادی باشد و با افسردگی مرتبط است.

جنی لارسون، استاد دانشگاه مینه‌سوتا، می‌گوید: طبق گزارش سازمان ملی سلامت روان ایالات متحده، علائم افسردگی فصلی می‌تواند شبیه به علائم افسردگی معمول باشد. گاهی اوقات تشخیص اختلال اضطراب اجتماعی از سایر انواع افسردگی دشوار است.

لارسون اضافه کرد که تشخیص افسردگی فصلی تنها پس از دوره متوالی افسردگی که هر سال در زمان مشخصی شروع و پایان می‌یابد، به اضافه عدم وجود علائم در دیگر زمان‌های سال قابل تشخیص است. زنان دارای میزان بیشتری از افسردگی زمستانی هستند که معمولاً از سن ۲۰ تا ۳۰ سالگی شروع می‌شود. علائم این بیماری شامل افسردگی، اضطراب، تغییرات خلقی، مشکلات خواب، تغییر در عادات غذایی، بی‌حالی و مشکلات جنسی است.

این وضعیت ممکن است به صورت احساس بدبختی، گناه، ناامیدی، کاهش علاقه به فعالیت‌ها و از دست دادن عزت نفس ظاهر شود. ممکن است فرد احساس استرس کند یا نتواند استرس خود را کنترل کند. گاهی اوقات یک فرد مبتلا به اختلال

آگهی دعوت به مجمع عمومی فوق العاده شرکت بیمه آسماری (سهامی خاص)



شماره ثبت ۹۶۵۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۰۲۱۸۵۶۱

بدینوسیله از کلیه سهامداران محترم جهت حضور در مجمع عمومی فوق العاده شرکت که رأس ساعت ۱۰ صبح روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۱۷ در هتل سیمیرغ به نشانی: تهران - خیابان ولیعصر - پایین تر از پارک ساعی - نبش کوچه دلپسته - شماره ۲۱۴۱ - سالن آیین تشکیل می‌گردد، دعوت بعمل می‌آید.

سهامداران محترم با نمایندگان قانونی آنها می‌توانند از ساعت ۹ صبح روز برگزاری مجمع، با ارائه اصل کارت ملی یا شناسنامه خود و حسب مورد وکالتنامه معتبر از صاحبان سهام، به محل برگزاری مجمع مراجعه و برگه ورود به جلسه را دریافت فرمایند.

دستور جلسه:

- ۱- استماع گزارش هیأت مدیره شرکت دایر بر توجیه لزوم و چگونگی افزایش سرمایه؛
- ۲- استماع گزارش بازرسی قانونی در خصوص گزارش توجیهی هیأت مدیره و افزایش سرمایه شرکت؛
- ۳- اتخاذ تصمیم درباره افزایش سرمایه شرکت؛
- ۴- اصلاح ماده ۶ اساسنامه در خصوص سرمایه شرکت؛
- ۵- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی فوق العاده می‌باشد.

هیات مدیره شرکت بیمه آسماری (سهامی خاص)

۶ روز هفته

از شنبه تا پنجشنبه باشما هستیم

اقتصاد کیش

روزنامه

۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹