

اقتصاد کیش

روزنامه

اقتصاد کیش
 خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی
 فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی
 صاحب امتیاز و مدیر مسئول: اسحق ارزانی
 قائم مقام مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی
 با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
 گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
 تلفن: ۴۴۴۹۹۹۹ - ۴۴۴۹۹۹۹ (۰۷۶)
 فکس: ۴۴۴۹۹۹۸
 امور آگهی ها: ۴۴۴۰۲۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۶۵۵۸۱۸۰۱
 eghtesadekish@yahoo.com

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

سه شنبه ۲۲ آذر ۱۴۰۱، ۱۸ جمادی الاول ۱۴۴۴، ۱۳ دسامبر ۲۰۲۲، شماره ۴۱۰۷ (۱۴۹۱ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۶۰۰۰ تومان

سخن بزرگان

زندگی برای کسانی که فکر می کنند یک کمدی
 و برای کسانی که احساس می کنند یک تراژدی است.
هوراس والپول

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۶	▲ ۲۷	▲ ۲۶	▲ ۲۷	▲ ۲۷	▲ ۲۵	▲ ۲۷	▲ ۲۶
▼ ۱۹	▼ ۱۳	▼ ۱۸	▼ ۱۴	▼ ۱۱	▼ ۸	▼ ۱۴	▼ ۱۳

کودک و نوجوان

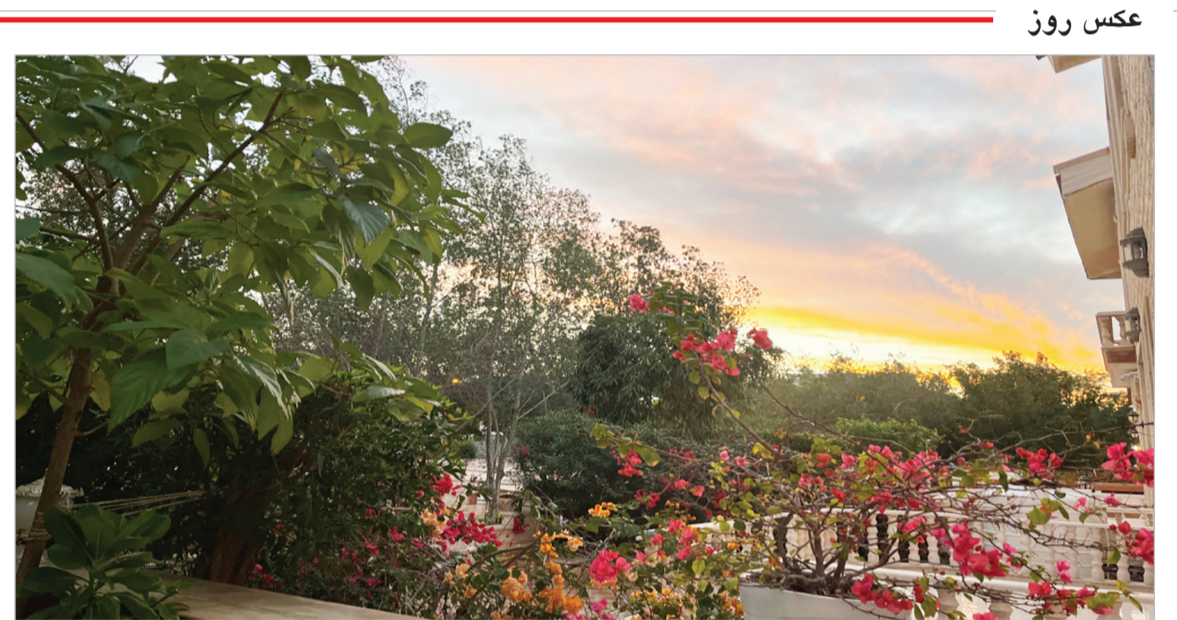
کودکان و سواسی چه ویژگی هایی دارند؟



سواس عمدتاً ریشه های ژنتیکی دارد اما عوامل دیگر هم می تواند باعث بروز OCD در نوجوانان شود.
 بسیاری از خانواده ها خیال می کنند تنها در صورتی که نوجوان آنها علائمی مثل شستن مکرر شستن دست از خود نشان دهد، علامت سواس را از خود نشان داده است در صورتی که به گفته متخصص روانشناسی بالینی تمام افکار تکرار شونده که باعث اضطراب می شوند از نشانه های سواس فکری است.
 بسیاری از بزرگسالان که درگیر سواس های عجیب و غریب هستند اعتراف می کنند فکرهای سواس گونه آنها در نوجوانی شکل گرفته اند و هیچ وقت برای در مان اقدام نکرده اند! سواس عمدتاً ریشه های ژنتیکی دارد اما عوامل دیگر هم می تواند باعث بروز OCD در نوجوانان شود.
 بیماری ریبینگر و سواس معمولاً از فکرهای تکراری شروع می شود. لزوماً نشانه اش شستن مکرر دست ها و وسایل شخصی نیست. می تواند حتی فکر کردن به اینکه کاری را درست انجام داده ام یا نه باشد یا حتی احساس مسئولیت در مقابل اتفاقات ناگوار را سواس پدیده غریبی است. ممکن است سر و کله اش از نوجوانی شروع شود و نوجوان را درگیر اضطراب و فشار روانی زیادی کند. آمارها نشان می دهد از هر صد نوجوان یک نفر به اختلال سواس فکری مبتلاست. این آمار ششوی نیست و با این حساب میلیون ها کودک از اختلال سواس فکری رنج می برند.
 تحقیقات نشان دهنده این است که سواس ریشه ژنتیکی دارد، یا حتی رویدادهای استرس زا می تواند یک عامل خطر برای نوجوان مستعد ابتلا به سواس فکری عملی باشد. نوجوانانی که دچار تروما می شوند ممکن است دچار اختلال استرسی پس از حادثه شوند که ممکن است با سواس فکری و عملی اشتباه گرفته شود. افکار ناخواسته و مزاحم ناشی از تروما ممکن است باعث بروز رفتارهای سواسی و جبری در نوجوان شود.
 «حسین ابراهیمی مقدم» روانشناس بالینی و استاد دانشگاه در این رابطه می گوید: «در مقام تعریف می توانیم بگوییم سواس، فکری است که مداوم در سر تکرار می شود. این افکار وقت گیر است و فشار روانی زیادی را به فرد وارد می کند و باعث اختلال اضطراب و ناراحتی شدید می شود. تردیدهای زیاد، نگرانی در مورد میکروب، بیماری یا حتی مرگ، ترس شدید در مورد رویدادهای منفی یا انجام اشتباه یک کار، نگرانی در مورد ناقص بودن یا درست نبودن امور، افکار یا تصاویر ناراحت کننده و ناخواسته از آسیب رساندن به خود یا دیگران، افکار یا تصاویر جنسی مزاحم و ناخواسته، نگرانی در مورد ناراحت کردن خدا، نگرانی در مورد انجام کارهایی که به دیگران آسیب می رساند (مانند رانندگی با ماشین)، افکار ناخواسته در مورد خودکشی، احساس مسئولیت برای بروز اتفاقات بد از نشانه های سواس فکری عملی نوجوان به شمار می رود.
 اولین مراجعه به روانپزشک یا روانشناس چه زمانی باشد؟
 این روانشناس بالینی ادامه می دهد تشخیص سواس و در نوجوانان چندین مرحله دارد و باید توسط یک متخصص آموزش دیده مانند روانپزشک یا روانشناس انجام می شود. او می گوید: «پرسشنامه های گزارش دهنی والدین و مصاحبه شخصی بهترین روش تشخیص محسوب می شود.» این استاد دانشگاه در رابطه با اینکه پزشک



آموزش آشپزی
پیچاق قیمه
 مواد لازم:
 گوشت گوسفندی ۳۰۰ گرم
 خلال بادام ۱۵۰ گرم
 کره ۲۵ گرم
 پیاز ۲ عدد
 رب گوجه فرنگی یک قاشق غذاخوری
 تخم مرغ ۲ عدد
 زعفران یک تکه
 نمک، زردچوبه، فلفل سیاه به مقدار لازم
 دستور تهیه:
 ابتدا بادام را با مقادیر گلاب و آب خیس کنید تا کمی نرم شود. سپس گوشت را به صورت قیمه خرد کنید و بشویید. همچنین زعفران را با چند قطعه یخ بگذارید تا رنگ بگیرد. پیازها را انگینی یا خاللی خرد کنید و به همراه کره و روغن داخل قابلمه نفت دهید تا سبک شود. سپس مقداری زردچوبه به پیازها بزنید و در ادامه گوشت خرد شده را نیز افزوده و کمی فلفل سیاه بزنید تا گوشت تغییر رنگ دهد. رب را افزوده و کمی با گوشت نفت دهید تا بوی خامی رب از بین برود. سپس چند لیوان آب جوش به همراه چوب دارچین داخل قابلمه ریخته و اجازه دهید تا گوشت ها پخته شوند. وقتی گوشت نیم پز شد چوب دارچین را از قابلمه خارج کنید و بسامد خیس خورده را به همراه همان آب و گلابش افزوده و هم بزنید و اجازه دهید تا خورش با شعله کم



پارمیس امیری

جزیره کیش

اقتصاد کیش

روزنامه

طرح ویژه بدون پرداخت هزینه

قابل توجه خانواده های کیشوند عزیز

روزنامه اقتصاد کیش

تبریک
 پیام تبریک تولد، سالگرد و ازدواج...
 تبریکات مناسبت های خانوادگی چاپ کنید

جوبای کار
 دنبال کار هستی، تماس بگیر

بازارچه خانگی
 خانم های خانه دار عزیز می تونید هنر های دستتون و حتی لوازم خانه رو تو قسمت بازارچه خانگی چاپ کنید

هنوز تموم نشده!!
 به مناسبت تولد فرزندتون
 عکس کودک دلنشدن را به رایگان چاپ و روزنامه را در آرشیوتون نگه داری کنید

با بیش از ۲۴ سال سابقه
 انتشار در جزیره کیش
 مفتخر است در خدمت کیشوندان عزیز باشد

قابل توجه مشاغل
 با پرداخت ماهانه ۱۵۰ هزار تومان
 اشتراک روزنامه اقتصاد کیش را بگیرید

طرح ویژه املاک کیش
 مشاورین املاک طی تماس اطلاعات لازم را دریافت فرمایند
 ۴۴ ۴۲ ۴۹ ۶۹ - ۴۴ ۴۲ ۴۹ ۹۹

با ویژگی های بهتر است در این رابطه ورود پیدا کند یا روانشناس می گوید: «یک متخصص آموزش دیده با نوجوان در مورد احساسات، افکار، علائم و الگوهای رفتاری اش صحبت می کند. هدف شناسایی هر گونه سواس یا اجبار خاصی است. روانشناس در ابتدا سعی می کند موضوع سواس فکری عملی یا OCD را ریشه یابی کند. در صورت نیاز روانشناس فرد را به روانپزشک ارجاع می دهد. OCD را داشته باشد، روند درمان و بهبودی برای او آغاز می شود.
 آیا این بیماری ژنتیکی است؟
 هرچند رد پای ژنتیک در تمام بیماری های روانی وجود دارد اما به گفته ابراهیمی مقدم محیط نیز در بروز سواس در نوجوانان نقش مهمی دارد. او می گوید: «نوع تربیت خانوادگی می تواند باعث شود که کودک در طول زمان سواس ها و اجبارها را بیاموزد. اگر کودکان مشاهده کنند که اعضای خانواده و دیگران رفتارهای سواسی اجباری از خود نشان می دهند، ممکن است آنها نیز به این الگوهای رفتاری پایبند شوند. در نتیجه، قرار گرفتن در معرض محیط محرک سواس می تواند در ایجاد OCD نقش داشته باشد.»
 او ادامه می دهد: «البته عوامل بیولوژیکی مثل کاهش ترشح هرمون رشد، سابقه ضربه مغزی و بعضی از مشکلات عصبی موجب بروز اختلال سواس در نوجوانان می شود.»
نگاهی به چرخه سواس
 بسیاری از خانواده ها خیال می کنند تنها در صورتی که نوجوان آنها علائمی مثل شستن مکرر شستن دست از خود نشان دهد علائم سواس را از خود نشان داده است در صورتی که به گفته این متخصص روانشناسی بالینی تمام افکار تکرار شونده که باعث اضطراب می شوند از نشانه های سواس فکری است.
 این روانشناس بالینی ادامه می دهد، هرچند که ابتلا به اختلال سواس جبری نشانه ها و عوامل متفاوتی در افراد دارد اما بیشتر افراد دچار یک چرخه واحد می شوند. در ابتدا ذهن غرق در یک فکر، ترس و یا نگرانی سواسی می شود، مانند اینکه دستانت نجس شده است. این موضوع باعث برانگیختن احساس اضطراب و پریشانی می شود. در این صورت شما بلافاصله از الگوی اجباری برای کاهش اضطراب و پریشانی خود استفاده می کنید، مانند شستن و آب کشیدن چندباره دست ها و رفتار اجباری

سناریی	کلاریکاتور
نگارینا دلم بردی خدایم بر تو داور باد	
به دست هجر بسپردی خدایم بر تو داور باد	
وفاهایی که من کردم مکافاتش جفا آمد	
بتابس ناجوانمردی خدایم بر تو داور باد	
به تو من زان سپردم دل نگارا تا مرا باشی	
چو دل بردی و جان بردی خدایم بر تو داور باد	
زدی اندر دل و جانم ز عشقت آتش هجران	
دمار از من بر آوردی خدایم بر تو داور باد	
دلار ۳۷۲,۴۸۰	
یورو ۳۹۸,۳۵۰	
درهم ۱۰۲,۵۲۰	
سکه امامی ۱۸۶,۰۴۰,۰۰۰	
سکه بهار آزادی ۱۸۴,۰۸۰,۰۰۰	
نیم سکه ۱۱۴,۰۰۰,۰۰۰	
ربع سکه ۸۴,۰۰۰,۰۰۰	
طلا (هر گرم) ۱۶,۶۸۰,۰۰۰	

۶ روز هفته

از شنبه تا پنجشنبه باشما هستیم

اقتصاد کیش

روزنامه

۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹