اقتصاد کیش

روزنامه

اقتصاد کیش
خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی
فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی
صاحب امتیاز: موسسه مطبوعاتی و رسانه ای اقتصاد کیش
مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی
قائم مقام مدیر مسئول: اسحق ارزانی
با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای مروارید، بلوک B۳، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۶۸۰۱
eghtesadekish@yahoo.com
eghtesad-kish.ir

اینستاگرام روزنامه اقتصاد کیش را دنبال کنید

@EGHTESADKISH

Instagram

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۳:۳۸ ـ طلوع آفتاب: ۵:۰۴ ـ اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۱ ـ غروب آفتاب: ۱۸:۳۷ ـ اذان مغرب: ۱۸:۵۵ چهارشنبه ۳۱ اردیبهشت ۱۴۰۴، ۲۳ ذی‌القعده ۱۴۴۶، ۲۱ می ۲۰۲۵، شماره ۴۷۱۶ (۲۱۰۰ دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۲۵۰۰ تومان

	کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندرچارک	پارسیان
▲	۳۵	۳۷	۳۳	۳۷	۳۹	۴۳	۳۶	۴۱
▼	۲۷	۲۶	۲۷	۲۷	۲۸	۲۷	۲۶	۲۶

سخن بزرگان

شما هم می‌توانید هر کاری را که دوست دارید، بکنید؛ اگر فقط باور کنید که می‌توانید.

جک کانفیلد

کودک و نوجوان

آیا اجتماع گریزی در نوجوانان طبیعی است؟

دوره نوجوانی به عنوان یکی از مهم‌ترین و بحرانی‌ترین دوره‌های زندگی شناخته می‌شود. تغییرات جسمی، روانی و اجتماعی بسیاری در این مرحله رخ می‌دهد که منجر به تغییر رفتارهای فردی و اجتماعی نوجوانان می‌شود. یکی از موضوعات بحث‌برانگیز در این دوران، مسئله اجتماع گریزی یا انزواطلبی است. این سؤال مطرح می‌شود که آیا اجتماع‌گریزی در نوجوانان طبیعی است یا نشانه‌ای از یک مشکل جدی‌تر است؟

تعریف اجتماع گریزی

اجتماع گریزی به حالتی اطلاق می‌شود که فرد تمایل به دوری از جمع‌ها و فعالیت‌های اجتماعی داشته و ترجیح می‌دهد بیشتر وقت خود را در انزوا بگذراند. این رفتار ممکن است به شکل‌های مختلفی از جمله کناره‌گیری از دوستان، خودداری از شرکت در فعالیت‌های گروهی و کاهش تعاملات اجتماعی ظاهر شود.

دلایل طبیعی اجتماع گریزی در نوجوانان

در دوره نوجوانی، افراد در حال شکل‌دهی به هویت خود هستند و تغییرات فیزیولوژیکی و روانی متعددی را تجربه می‌کنند. این تغییرات می‌توانند باعث ایجاد حالت‌های انزواطلبی موقتی شوند. دلایلی که این رفتار را در این دوره طبیعی می‌سازند عبارتند از:

تغییرات هورمونی

تغییرات هورمونی در دوران بلوغ باعث نوسانات احساسی در نوجوانان می‌شود. این نوسانات ممکن است منجر به افزایش حساسیت نسبت به تعاملات اجتماعی و در نتیجه اجتماع گریزی شود.

جستجوی هویت

نوجوانان در این دوران به دنبال تعریف هویت شخصی خود هستند و ممکن است به زمان و فضای فردی بیشتری برای اندیشیدن و تصمیم‌گیری نیاز داشته باشند. این تمایل به خلوت ممکن است منجر به کاهش تعاملات اجتماعی شود.

استقلال‌طلبی

یکی از ویژگی‌های طبیعی دوران نوجوانی، تمایل به استقلال و دوری از کنترل خانواده است. در بعضی مواقع، این نیاز به استقلال می‌تواند باعث شود نوجوانان از محیط‌های اجتماعی که احساس می‌کنند بر آن‌ها نظارت می‌شود، فاصله بگیرند.

تغییر در علایق

با ورود به نوجوانی، علایق و اولویت‌های فرد تغییر می‌کند. ممکن است نوجوانان به فعالیت‌هایی که تا پیش از این علاقه‌مند بودند، دیگر توجهی نداشته باشند و در عوض زمان بیشتری را به فعالیت‌های انفرادی یا خلوت خود اختصاص دهند.

چگونه به اجتماع گریزی نوجوانان کمک کنیم؟

ایجاد فضایی برای صحبت کردن

نوجوانان باید احساس کنند که می‌توانند بدون قضاوت و ترس از سرزنش، درباره احساسات خود صحبت کنند. والدین و معلمان می‌توانند با ایجاد فضایی باز و پذیرنده به نوجوانان کمک کنند تا احساسات خود را ابراز کنند.

حمایت از فعالیت‌های اجتماعی ملایم

باید به نوجوانان اجازه داد تا با توجه به نیازهای خود، به تدریج به فعالیت‌های اجتماعی بازگردند. به اجبار و فشار به شرکت در جمع‌ها، ممکن است نتیجه معکوس داشته باشد.

آموزش آشپزی

کتلت نخود با گوشت

مواد لازم:

نخود پخته شده	۳ پیمانه
گوشت چرخ کرده	۲۰۰ گرم
پیاز	۱ عدد
سیر رنده شده	۲ حبه
ادویه (زردچوبه، فلفل، نمک، آویشن)	به مقدار لازم
تخم مرغ	۱ عدد
جعفری خرد شده	نصف پیمانه
آرد سوخاری	۲ قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

برای تهیه کتلت نخود، ابتدا حدود یک روز قبل نخود را خیس کنید و خوب بپزید. نخود پخته شده را داخل مخلوط کن بریزید و خوب له کنید و یا آن ها را چرخ کنید. سپس پیاز را رنده کنید و به نخود اضافه کنید. گوشت چرخ کرده را نیز به آن اضافه کنید پس از آن سیر رنده شده، ادویه ها و جعفری را اضافه کنید و با قاشق خوب مخلوط کنید. در این مرحله تخم مرغ را اضافه کنید و خوب ورز بدهید. ۲ قاشق آرد سوخاری را روی آن بریزید و باز خوب ورز بدهید. روی ظرف را بپوشانید و حدود ۱ ساعت داخل یخچال قرار بدهید تا مواد خوب به خورد هم بروند. پس از آن از مواد به شکل دلخواه قالب بزنید و در روغن داغ سرخ کنید. و با گوجه و خیارشور میل کنید.

کاریکاتور

جملات ناب از کتاب های ناب

بخش دی - فریدا مک فادن

دکتر بک اتاق استراحت کارکنان را نشانمان می‌دهد که درست کنار ورودی قرار دارد، سپس می‌رود و لحظه‌ای به ما مهلت می‌دهد تا غذایمان را در یخچال بگذاریم.

اتاق استراحت اتاق ساده‌ای است. یک کاناپه در اتاق هست که از کاناپه‌ای که من و گبی پارسال از ترکیدن نجاتش دادیم وضع بدتری دارد، و این خودش خیلی چیزها را ثابت می‌کند. یک کامپیوتر گوشه اتاق هست که شبیه کامپیوتری است که در عکس‌های خانه پدر و مادرم قبل از به دنیا آمدنم دیده بودم. کنار کامپیوتر باستانی یک پنجره هست. با دیدن میله‌های جلوی پنجره، تمام تصوراتم برای هوای تازه خوردن بلافاصله دود می‌شوند و به هوا می‌روند.

صائب

می‌توان در زلفِ او دیدن دلِ بی‌تاب را
پرده‌پوشی چون کند شب گوهرِ شب‌تاب را
غیرتِ طاقِ دلاویزِ خم ابروی او
همچو ناخن می‌خراشد سینه محراب را
دیده حسرت عنانِ عمر نتواند گرفت
هیچ دامی مانع از جولان نگردد آب را
چون عنان‌داری کنم دل را، که چشمِ شوخِ او
شهپرِ پرواز می گردد دلِ بی‌تاب را
در لباسِ عاریت چون ابرِ آرامش مجو
برقِ زیرِ پوست باشد جامه سنجاب را
خاکیان را بحرِ رحمت می‌کند روشنگری
موجه دریاست صیقل، ظلمتِ سیلاب را

عکس روز

* عکس های خود از جزیره کیش و هرمزگان یا عکس همراه با روزنامه را جهت چاپ به شماره ۹۳۴۷۶۸۵۸۴۱ ارسال فرمایید *

تقدیر دکتر ظریف از سالار جرجانی در مراسم بزرگداشت فردوسی در کیش

اقتصاد کیش روزنامه
پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش
گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش
۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹