# 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

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۱ - طلوع آفتاب: ۶:۴۲ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۷ - غروب آفتاب: ۱۷:۱۲ - اذان مغرب: ۱۷:۳۰

چهارشنبه ۱۰ دی ۱۴۰۴، ۱۰ رجب ۱۴۴۷، ۳۱ دسامبر ۲۰۲۵، شماره ۴۸۶۲ (۲۲۴۶ دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۲۵۰۰ تومان



املاک خانه لوکس
گروه مشاورین خانه لوکس کیش
Kish Luxury Home Real Estate
بیژن نهنگی
۰۲۱-۸۲۸۰۴۴۶۸ ۰۹۳۴۷۶۸۴۴۶۸
آدرس: شهرک صدف، خیابان کرمان ساختمان بساک، طبقه اول، واحد ۲۱


| کیش | بندرعباس | قشم | بندرلنگه | میناب | بستک | بندرچارک | پارسیان |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ▲۲۱ | ▲۲۱ | ▲۲۱ | ▲۲۲ | ▲۲۱ | ▲۱۸ | ▲۲۱ | ▲۱۹ |
| ▼۱۶ | ▼۱۰ | ▼۱۴ | ▼۱۳ | ▼۸ | ▼۷ | ▼۱۲ | ▼۸ |

سخن بزرگان

**اندیشیدن در زندگی مان نقش مهمی دارد. اندیشیدن به نگرش مان شکل می دهد. با اندیشه مان می توانیم زندگی مان را دگرگون کنیم.**

جی پی واسوانی

کودک و نوجوان

## نقش والدین در پرورش هوش هیجانی کودک

یکی از مولفه‌های مهم هوش هیجانی برخورداری از حس همدلی است؛ یعنی ما باید احساسات طرف مقابل را درک کرده و هر موضوعی را از زاویه دید او نیز بررسی کنیم. افراد همدل حتی به زبان بدن فرد و چهره او هم توجه نشان می‌دهند. درواقع افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند، موقعیت‌های مختلف را درک می‌کنند و مناسب با آن، عکس‌العمل نشان می‌دهند؛ زیرا علاوه‌بر درک احساسات خود می‌توانند احساسات طرف مقابل را هم درک کنند.

حتما تا به حال درباره «آی‌کیو» یا همان بهره‌هوشی نکات زیادی را شنیده‌اید و می‌دانید که اگر کودکی بهره‌هوشی یا همان آی‌کیوی بالایی داشته باشد، در بزرگسالی موفق‌تر خواهد بود. شاید به همین خاطر است که بسیاری از والدین قبل از ورود به مدرسه نگران کیفیت یادگیری فرزند خود و حتی مدرسه‌ای هستند که قرار است او در آنجا درس بخواند. اما بسیاری از ما نمی‌دانیم تنها داشتن بهره‌هوشی بالا برای کسب موفقیت کافی نیست و هوش هیجانی یا «ای‌کیو» عامل مهم دیگری برای موفقیت است. اما منظور از هوش هیجانی چیست و چطور می‌توان آن را در فرزندان تقویت کرد. در این خصوص با دکتر سمیه صالحی، روان‌شناس و مشاور گفت‌وگو کرده‌ایم.

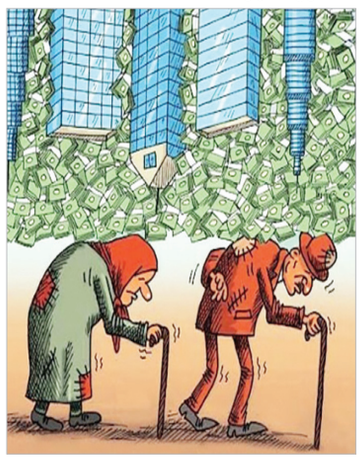
می‌توان گفت هوش هیجانی زیرمجموعه‌ای از هوش اجتماعی است؛ یعنی باید احساسات خودمان را بشناسیم و پس از آن به احساسات دیگران توجه نشان دهیم و ضمن ارزیابی آن‌ها، از این اطلاعات استفاده کنیم تا بتوانیم در موقعیت‌های مناسب عملکرد مناسب داشته باشیم؛ یعنی به‌طور خلاصه می‌توان گفت هوش هیجانی عبارت است از: «داشتن و ایجاد ظرفیتی برای شناخت احساسات و هیجانات خود و دیگران و نیز استفاده مفید از این هیجانات برای برقراری ارتباط بهتر با خود و اطرافیان.»

قطعا افرادی که خود را خیلی رک و صادق می‌دانند و به‌راحتی باعث آزار دیگران می‌شوند، هوش هیجانی پایینی دارند؛ چون فردی با هوش هیجانی بالا در هر موقعیتی ابتدا تمام جوانب را می‌سنجد تا رفتار متناسبی با جمع و موقعیتی که در آن قرار گرفته است، داشته باشد. بدین ترتیب آنان به‌راحتی می‌توانند موقعیت‌های مختلف را مدیریت کنند؛ زیرا این افراد «خودآگاهی» بالایی دارند و با توجه به اینکه احساسات و هیجانات خود و طرف مقابلشان را می‌شناسند، رفتار مناسبی هم خواهند داشت؛ چراکه می‌توانند احساسات خود را به‌خوبی مدیریت کنند، اما افرادی که هوش هیجانی پایینی دارند، تک‌بعدی هستند و خطی فکر می‌کنند.

**همدلی**

یکی از مولفه‌های مهم هوش هیجانی برخورداری از حس همدلی است؛ یعنی ما باید احساسات طرف مقابل را درک کرده و هر موضوعی را از زاویه دید او نیز بررسی کنیم. افراد همدل حتی به زبان بدن فرد و چهره او هم توجه نشان می‌دهند. درواقع افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند، موقعیت‌های مختلف را درک می‌کنند و مناسب با آن، عکس‌العمل نشان می‌دهند؛ زیرا علاوه‌بر درک احساسات خود می‌توانند احساسات طرف مقابل را هم درک کنند.

کاریکاتور



جملات ناب از کتاب های ناب

**هم سفر آتش و برف - فرهاد خضری**

شب است و سعید، در نور پرغبار ماشین، در آهنی خانه‌اش را به روی تو باز می‌کند و تو پا به حیاط بزرگی می‌گذاری که هیلمنی در گوشه‌اش پارک شده. از کنار بشکه‌های نفت می‌گذری و می‌رسی به در. این در را هم سعید باز می‌کند. چراغ‌های پذیرایی یکی‌یکی روشن می‌شوند. از دلبازیِ آن‌جا و آن سه اتاق و دری که به آشپزخانه باز می‌شود، جان تازه می‌گیری. نگاهت به تابلوی عکسی خیره می‌ماند که از دیدنش و بودنش غرق در سکوت و تعجب و شادمانی می‌شوی.

اصلاً امکان نداشت خبری از دکتر بهشتی توی روزنامه یا کتاب یا تلویزیون باشد و من آن را نشنیده باشم. رَد به رَد پی‌اش را می‌گرفتم.

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 می‌گردد 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

آموزش آشپزی

## رشته‌پلو

**مواد لازم:**

| | |
|---|---|
| رشته‌پلویی | ۲۰۰ گرم |
| برنج | ۱ پیمانه |
| کشمش‌پلویی | ۱۰۰ گرم |
| روغن یا کره حیوانی | ۲ قاشق غذاخوری |
| نمک و زردچوبه | به مقدار لازم |
| پیاز داغ | ۲ قاشق غذاخوری |

**طرز تهیه:**

ابتدا برنج را با نمک در آب جوش نیم‌پز کنید، ۵ دقیقه قبل از اینکه برنج را آبکش کنید رشته های پلویی را از وسط نصف کنید و داخل آب بریزید. (بهتر است از رشته های محلی که روستاییان درست می کنند بخرید نه شرکتی) برنج و رشته را آبکش کنید و ته قابلمه سیب زمینی را ورقه ورقه کنید و به عنوان ته دیگ بیندازید. رشته پلو را دم بیندازید و روی برنج روغن حیوانی ذوب کنید و بریزید.

در یک تابه روغن حیوانی بریزید و کشمش‌ها رو کمی سرخ کنید تا براق شوند و عطرشان بلند شود. می توانید کمی زردچوبه و زعفران دم کرده داخل تابه کشمش سرخ شده بریزید و تفت دهید.

در نهایت، رشته پلو را داغ سرو کنید و کشمش های سرخ شده و پیازداغ آماده را روی آن بریزید و با ماست تازه کنارش، درست مثل روستایی‌ها که اینطوری می‌خوردند و خاطره می‌ساختند، سرو کنید.

این روش ساده، بدون گوشت‌های امروزی، طعم اصیل و گرمابخشی به سفره زمستانی شما می دهد و آن را گرم تر می کند.

عکس روز

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

نجمه لبانی مطلق - کیشوند


موسسه مطبوعاتی و رسانه ای اقتصاد کیش

روزنامه ایران - ویژه نامه کیش

نشریه توسعه کیش

روزنامه اقتصاد کیش

مجله جوان

نشریه مناطق آزاد

نشریه بارز

پایگاه اطلاع رسانی اقتصاد کیش نیوز

نشریه اقتصاد قشم

۰۷۶-۴۴۴۲۴۹۹۹
۰۹۳۴۷۶۸۵۸۴۱
eghtesadekishnews.ir
Eghtesadkish
آدرس: کیش، خیابان فردوسی ویلاهای اداری مروارید، بلوک B۳، طبقه سوم، واحد ۷۱۵

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