

## عکس‌نویشت



عکس: مهدی محبی پور / ایرنا

آتش زدن کاه؛ مرگ تدریجی شالیزارها

## سبک زندگی

## چگونه هراس کودکان از مدرسه را کم کنیم؟

یک فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان با اشاره به این که بسیاری از کودکان هنگام جدا شدن از والدین مضطرب می‌شوند، گفت: برای آن که بتوانید استرس و نگرانی شروع مدرسه فرزندان‌تان را کاهش دهید باید به سراغ روش تمرین و تکرار بروید؛ بطوری که تغییرات روزمره‌ای را که بعد از شروع سال تحصیلی در زندگی‌شان رخ می دهد، پیش از آن زمان کم‌کم ایجاد کنید تا خود را به آن‌ها عادت دهند.



امین ماهورام اظهار کرد: ترس از مدرسه یکی از مشکلات شایع در دوران تحصیل است که به ویژه در سال‌های ابتدایی دبستان بیشتر دیده می‌شود.

فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان با بیان این که وجود استرس در والدین می‌تواند مقدار نگرانی و اضطراب فرزندان را به مراتب افزایش دهد، توصیه کرد: تا زمانی که خودتان آرامش نداشته باشید، نمی‌توانید به فرزند خود نیز کمک کنید.

ماهورام با بیان اینکه هراس از مدرسه، ترس بیش از حدی است که در مورد برخی کودکان در خصوص رفتن و ماندن در مدرسه وجود دارد، افزود: این کودکان ممکن است در مکان‌های دیگر بتوانند دوری از مادر را تحمل کنند.

فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان خاطرنشان کرد: ترس از مدرسه می‌تواند از بخش خاصی از مدرسه، عملکرد تحصیلی، محیط مدرسه یا در اثر تجربه اتفاق‌های ناخوشایند، مانند آزار دیدن از دوستان در مدرسه یا مشکلاتی در مسیر خانه تا مدرسه باشد، در این مواردی پدری بدن به علت هراس، برای مداخلات درمانی ضرورت دارد.

ماهورام با اشاره به این که برخی کودکان هنگام جدا شدن از مادر اضطراب شدیدی تجربه می‌کنند توضیح داد: در مواردی هم کودک حتی در خانه هم مانند سایه مادرش را دنبال می‌کند تا به این وسیله بر اضطراب خود غلبه کند. چنین کودکانی به جدا شدن از مادر (یا هر کدام از والدین) و خانه، تمایلی نشان نمی‌دهند، چون به شدت وابسته‌اند.

وی با تأکید بر این که اضطراب جدایی می‌تواند به‌صورت‌های گوناگون، حتی شکایات جسمی مانند دردهای شکمی، حالت تهوع، بی اشتها، مشکلات خواب، سردرد و کابوس‌های شبانه خود را نشان دهد، افزود: در صورت بروز علائم اضطراب جدایی در نوجوانان، باید بررسی و درمان جدی‌تر باشد؛ زیرا در برخی موارد علائم اولیه افسردگی نوجوانان همین اضطراب جدایی است.

این فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان به والدین توصیه کرد: کودک به جزییات همه قوانین و مقررات مدرسه واقف نیست و تهدید و ترساندن آن‌ها می‌تواند مشکل‌آفرین باشد؛ بنابراین هرگز او را از معلم نترسانید، مثلاً به او نگویید اگر غذا نخوری به معلمت خواهم گفت.

این عضو هیئت علمی دانشگاه گفت: برای آن که بتوانید استرس و نگرانی شروع مدرسه فرزندان‌تان را کاهش دهید باید به سراغ روش تمرین و تکرار بروید، یعنی باید تغییرات روزمره‌ای را که بعد از شروع سال تحصیلی در زندگی‌شان رخ می دهد پیش از آن زمان کم‌کم ایجاد کنید تا خود را به آن‌ها عادت دهند. برای مثال شما می‌توانید از چند روز قبل از شروع مدرسه، فرزند خود را صبح زود بیدار کنید. بنابر اعلام روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، ماهورام ادامه داد: تعداد زیادی از والدین عادت دارند که تا لحظه آخر در کنار فرزند خود بمانند و خیال کودک خود را راحت کنند؛ در حالی که این کار باعث می‌شود جدایی کودک از والدین سخت‌تر شود. بهتر است والدین بصورت تدریجی از کودک دور شوند تا هم برای کودک قابل تحمل باشد و هم بتوان پس از مدتی ترس از جدایی را از بین برد.

این عضو هیئت علمی دانشگاه به والدین یادآوری کرد: اگر کودک شما دچار مشکلات جدی و یا اختلالات مشخصی نباشد، می‌تواند یاد بگیرد که خودش را با شرایط جدید و رفتن به مدرسه تطابق دهد. علاوه بر آنکه مهم است به ترس‌ها و نگرانی‌های فرزند خود توجه کنید و آنها را نادیده نگیرید. به فرزند خود بگویید در کنار او هستید و می‌توانید با کمک یکدیگر آمادگی لازم را برای این مرحله تازه از زندگی او ایجاد کنید.

## «آپ»تکار

رهبری پیوسته تلویزیون‌های OLED  
ال‌جی در بازار تلویزیون در نیمه اول سال ۲۰۲۳

آیا تا به حال از خود پرسیده‌اید که در هر سال چند تلویزیون OLED ال‌جی برای مشتریان ارسال می‌شود؟ شاید ۱۰۰ هزار دستگاه یا حتی یک میلیون دستگاه؟ نیمه اول سال به مشتریان تحویل داده است که این تعداد رکوردی است که رقیب‌ای این شرکت قطعی می‌تواند در رویاهای خود ببیند؛ در طبق تحقیقات بازار انجام شده توسط شرکت Omdia، ال‌جی در شش ماه اول سال بر اساس مجموع کالای ارسالی بیش از ۵۵ درصد از بازار جهانی تلویزیون‌های OLED را به خود اختصاص داده است. ال‌جی اکنون به عنوان یکی از شرکت‌های پیشگام و مشهور در زمینه تولید تلویزیون‌های OLED دهمین سالگرد ناوآوری خود را در چنین فضای جشن می‌گیرد و بار دیگر از تاج پادشاهی خود در قلمرو تلویزیون‌های پریمیوم دفاع کرده و جایگاه تلویزیون‌های OLED LG را به عنوان نقطه اوج تلویزیون‌های پریمیوم تحکیم می‌کند. ترند «هر چه بزرگ‌تر بهتر» همچنان در بازار تلویزیون برتری دارد و این خبر بسیار خوبی برای ال‌جی است. با روی آوردن تعداد بیشتر و بیشتری از مردم به تهیه تلویزیون‌های سایز بزرگ برای فضای زندگی خود، مدل‌های ۷۵ اینچی به بالا به بیش از ۱۷۴ درصد از کل تلویزیون‌های OLED فروخته شده رسیده در حالی که نرخ رشد متوسط ارسال به مشتریان سالانه بیش از ۹۰ درصد نسبت به ۵ سال گذشته رشد کرده است. ال‌جی در این ترند رو به رشد با رقم چشمگیر ۶۴۲ درصد از کل تلویزیون‌های ۷۵ اینچی OLED یا حفظ جایگاه برتر خود به سطر به بازار ادامه می‌دهد. ال‌جی با هدف پاسخ به موج جدید تقاضای تلویزیون‌های بزرگ و پریمیوم در نیمه دوم سال ۲۰۲۳ از تلویزیون خارق‌العاده LG SIGNATURE OLED M (مدل ۹۷M۳) در ماه جولای رونمایی کرد که اولین دستگاه تلویزیون OLED و LCD) را در جهان به راه انداخت که به شرکت کمک کرد ۱۲/۲ درصد از درآمد تلفیقی بازار جهانی تلویزیون را از آن خود کند. ال‌جی هم‌زمان با عرضه تلویزیون ال‌جی بر تقویت مدیریت موجودی خود و تضمین سود بالاتر با فشاری کرد و به صورت فعالانه رویکردی استراتژیک را برای نمایشگاه‌های پریمیوم و بسیاری بزرگ خود در پیش گرفت. و این تعهد به طور قابل توجهی جواب داده است، به طوری که فروش تلویزیون‌های OLED ال‌جی اکنون حدود ۳۰ درصد از درآمد کلی این شرکت را تشکیل می‌دهند. مجموع تلویزیون‌های ارسالی در نیمه اول سال ۲۰۲۳ بیش از ۹۲ میلیون دستگاه بود که با عملکرد نیمه اول سال گذشته متناسب بود. بخش تلویزیون‌های OLED ال‌جی چند سالی است که توسط ال‌جی رهبری می‌شود در سال جاری تا همین لحظه از رکورد ۲ میلیون ارسال عبور کرده است که برای ادامه سال ۲۰۲۳ بسیار خوب است. تلویزیون‌های OLED پس از کسب ۹۳ درصد از کل درآمد تلفیقی در نیمه اول سال به تسلط خود بر بازار جهانی ادامه می‌دهند. در حالی که Omdia پیش‌بینی می‌کند تلویزیون‌های OLED بیش از این خواهند درخشید و حداقل ۴۳ درصد از سهم درآمد از میان تلویزیون‌های پریمیوم بالای ۱۵۰۰ دلاری را به خود اختصاص خواهند داد.

## ماشین

## بازی

## مهندس AMG G6۳ منسوری با ۸۵۰ اسب بخار قدرت معرفی شد

منسوری از جدیدترین پروژه تیونینگ خود یعنی مرسدس AMG G۶۳ با ۸۵۰ اسب بخار قدرت رونمایی کرد. از این شاسی‌بلند لوکس فقط ۱۰ دستگاه تولید خواهد شد. Squared Fx۴ AMG G۶۳ حتی در حالت استاندارد نیز خودروی شاخصی است اما منسوری یک کیت بدنه جنجالی را برای آن تدارک دیده تا آن را خاص‌تر کند. خودرو مورد بحث از کاپوت فیبر کربنی سود می‌برد و اگرچه ظاهر آن همچون همیشه جعبه‌ای باقی مانده ولی قطعات جدید منسوری با در نظر گرفتن آیرودینامیک روی مرسدس نصب شده‌اند. تغییرات ظاهری مرسدس AMG G۶۳ منسوری شامل چراغ‌های اضافی بالای نشیبه جلو، پوشش فیبر کربنی لاستیک زاپاس و ورودی‌های هوای بیشتر برای بدنه هستند.

یک اسپویلر نیز روی سقف وجود دارد که باعث تمایز هرچه بیشتر شاسی‌بلند مرسدس از نسخه استاندارد می‌شود. در سپر عقب نیز گارد جدیدی دیده می‌شود و منسوری از فیبر کربن در بخش‌هایی همچون آینه‌های جانبی، چراغ‌های راهنما، ورودی‌های هوا و قوس چرخ‌ها استفاده کرده است. AMG G۶۳ Squared Fx۴ منسوری از رینگ‌های ۲۲ اینچی و لاستیک‌های پیرلی سود می‌برد. داخل کابین این شاسی‌بلند چرم سفید و آبی بکار رفته و از جمله ویژگی‌های جالب آن می‌توان به نصب دکمه استارت/استاپ پیش‌ران در سقف اشاره کرد. در بخش عقب کابین یک جفت صندلی ویژه وجود دارد که توسط کنسول مرکزی لوکس از یکدیگر جدا شده‌اند. صدها LED نیز در پائل درب‌ها بکار رفته تا حس و حال شب‌های ستاره‌ای را القا کند. محصولات منسوری همواره با قوای محرکه ارتقا یافته معرفی می‌شوند و مرسدس AMG G۶۳ نیز از این قاعده مستثنا نیست. پیش‌ران ۸ سیلندر ۴ لیتری توئین توربووی شاسی‌بلند مرسدس هم‌اکنون ۸۵۰ اسب بخار قدرت و ۱۰۰۰ نیوتون متر گشتاور تولید می‌کند. به این ترتیب محصول پر قدرت منسوری می‌تواند در عرض ۴.۵ ثانیه از سکون به سرعت ۱۰۰ کیلومتر در ساعت برسد هرچند حداکثر سرعت آن به ۲۱۰ کیلومتر در ساعت محدود شده است. منسوری اشاره‌ای به قیمت خودرو نکرده اما تنها ۱۰ دستگاه از آن را تولید خواهد کرد. در نهایت باید گفت نسخه استاندارد این خودرو حدود ۳۵۰ هزار دلار قیمت دارد.



## ویترین

## ماجرای سفر پانزده سگ به دنیای انسان‌ها به چاپ دوم رسید

رمان «پانزده سگ» نوشته آندره آکسیس با ترجمه سید میثم فدایی توسط نشر نفیر به چاپ دوم رسید. به گزارش مهر، رمان «پانزده سگ» نوشته آندره آکسیس به تازگی با ترجمه سید میثم فدایی توسط نشر نفیر به چاپ دوم رسیده است. این کتاب ماجرای یک شرط بندی بین دو نفر از خدایان یونانی با نام‌های هرمس و آپولو است که به بخشیدن ذهن و زبان بشر به چند سگ که در حال سپری کردن شب در یک کلیتیک دامپزشکی در تورنتو هستند منجر می‌شود. این گروه سگ‌ها که به یک پاره قادر به اندیشیدن به افکاری بسیار پیچیده‌تر شده‌اند، به دو گروه با نظرانی متضاد تبدیل می‌شوند؛ گروهی به مقاومت در برابر شیوه‌های جدید تفکر بر می‌خیزند و همان شیوه‌های قدیمی سگ‌ها را ترجیح می‌دهند و گروه دیگر به استقبال تغییرات می‌روند. آندره آکسیس در اولین رمان او با نام «بجگی» جایزه بهترین رمان اول کانادا و جایزه کتاب تریلیوم را از آن خود کرد و نامزد دریافت جایزه گیلر و جایزه نویسندگان تراست فیکشن شد. کتاب‌های قبلی او شامل «بناگاه»، «زبیبای و غم»، «آینگرید و گرگ» و اخیرترین آنها «حومه» است که نامزد دریافت جایزه نویسندگان تراست فیکشن راجرز شد.



## آگهی مناقصه

موسسه فجر در نظر دارد عملیات تأمین مصالح، ساخت، حمل تا پایکار و نصب عرشه

فولادی پل عبور لوله از روی رودخانه خیر آباد واقع در مجاورت روستای پادوک در

محدوده شهرستان کهگیلویه را بصورت پیمانکاری با مصالح به پیمانکار واجد شرایط

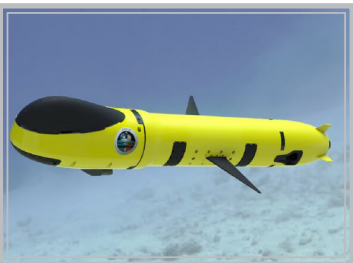
واگذار نماید. جهت اطلاعات بیشتر و گرفتن اسناد مناقصه با شماره ۰۲۲۷۹۹۶۱-۰۷۳

و یا با شماره ۰۹۹۰۳۶۰۵۸۹۸-۰۹۱۶۳۷۱۶۶۲۳ تماس گرفته شود.

موسسه فجر

## طراحی شناور برای کشف اقیانوس، زیر یخ قمرهای زحل و مشتری

خواهد داشت و با این بیکربندی کوچک، مسیر خود را در میان یخ به سمت پایین طی خواهد کرد و سپس به سوی یک پایگاه خواهد رفت. هنگامی که TRIPLE-nanoAUV ۲ از یخ عبور کرد، به طور مستقل به کاوش در اطراف اقیانوس ادامه می‌دهد و داده‌ها را با چندین دوربین و حسگر ثبت می‌کند. این وسیله نقلیه در فواصل زمانی معین، به سوی پایگاه بازمی‌گردد تا باتری‌های خود را شارژ کند و داده‌های ثبت‌شده خود را برای انتقال دادن به زمین، به فرودگر می‌فرستد. در بهار سال ۲۰۲۶، سیستم کامل TRIPLE-nanoAUV ۲ (III Station) آزمایش می‌شود. این وسیله نقلیه باید راه خود را در میان ۴۰۰۰ متر یخ باز کند تا دریاچه‌هایی را که گمان می‌رود در زیر آن وجود دارند، کشف کند. پروفیسور (رالف باخمایر) (Ralf Bachmayer) سرپرست این



## تازه‌های علمی

پژوهشگران آلمانی، نوعی شناور کوچک طراحی کرده‌اند که شاید روزی بتواند در اقیانوس‌های زیر قمرهای سیارات زحل و مشتری به اکتشاف بپردازد. به گزارش ایسنا و به نقل از نیو اتلس، اگرچه قمر «انسلادوس» (Enceladus) سیاره زحل و قمر «اروپا» (Europa) سیاره مشتری هر دو دارای سطوح پوشیده از یخ هستند اما اعتقاد بر این است که امکان دارد زیر یخ‌های آنها اقیانوس‌هایی وجود داشته باشد. پروژه TRIPLE-nanoAUV ۲ با هدف قرار دادن یک شناور بدون سرنشین در اقیانوس‌ها برای جستجوی حیات انجام می‌شود. این تلاش مشترک توسط مرکز علوم محیط زیست دریایی (MARUM) در «دانشگاه برمن» (University of Bremen) آلمان هدایت می‌شود. این وسیله نقلیه زیرآبی با بال‌های تاشده به عقب، حدود ۵۰ سانتی‌متر طول و ۱۰ سانتی‌متر عرض