

حکمت

امام حسن عسکری(ع):

مبادا روزی تضمین شده (که در هر حال به تو می‌رسد) تو را از کار واجب بازدارد.
تحف العقول

نکته‌روز

روانی!

افزایش شدید مصرف داروهای ضد افسردگی در میان صهیونیست‌ها

داروهای ضد اضطراب در میان صهیونیست‌ها در سال ۲۰۲۲ در مقایسه با سال ۲۰۱۶، یعنی ظرف شش سال، ۵۰۰ درصد افزایش داشته است.

گزارش‌های منتشر شده در منابع عبری نشان می‌دهد که مصرف داروهای ضد افسردگی و اضطراب در میان مردم رژیم غاصب صهیونیستی در سال‌های اخیر به شدت افزایش یافته است. نگرانی از وضعیت منشعب ژئوپلیتیک و آینده سیاسی و اقتصادی اسرائیل و فشار ناشی از نگرانی‌های روزافزون پساکرونا در میان شهروندان این رژیم تشدید و منجر به افزایش مصرف قابل توجه داروهای ضد افسردگی و اضطراب در میان آنها طی سالیان اخیر شده است. گزارش این کانال حاکی است از هر سه اسرائیلی یک نفر - که بیشتر آنها زنان هستند - به طور مرتب از حملات پانیک (حملات مرگ آور اضطراب) رنج می‌برد که به گفته برخی از متخصصان سلامت این تعداد احتمالا بسیار بیشتر است.

این گزارش می‌افزاید، در سال ۲۰۲۲ حدود ۷/۵ درصد اسرائیلی‌ها یعنی چیزی نزدیک به ۶۴ هزار نفر (داروهای ضد افسردگی و اضطراب مصرف می‌کردند. این در حالی است که داروهای ضد اضطراب در سال ۲۰۲۲ در

مقایسه با سال ۲۰۱۶، یعنی ظرف شش سال، ۵۰ درصد

افزایش داشته است. در همین زمینه، ادگار کوهن یک شهروند اهل تل‌آویو به A24News توضیح داد این

موضوع نشان از مشکلات شخصی دارد که

مطمئنا با عوامل زیادی از جمله سوالاتی

درباره زندگی در اسرائیل برای مهاجران جدید و حتی کسانی که مدت طولانی در

اینجا زندگی کرده‌اند مرتبط بوده و نیز پیانگ مشکلات اقتصادی و بی‌ثباتی

سیاسی برای همه است. همچنین

به این مطلب اشاره شده که ۵۰ درصد

اسرائیلی‌هایی که به تصور حمله قلبی

به اورژانس مراجعه می‌کنند در واقع از

حملات پانیک رنج می‌برند.

خبرروز

رباتی که عرق می‌کند

پژوهشگران رباتی ساخته‌اند که عرق می‌کند. این ربات، اندی نام دارد، نفس می‌کشد و راه می‌رود و با افزایش دما و امواج گرمای شدید، عرق می‌کند. پژوهشگران دانشگاه ایالتی آریزونا از این ربات استفاده می‌کنند تا اثرات گرمای شدید بر بدن انسان را کشف کنند.

با افزایش دما و موج گرمای شدید در سراسر جهان، مردم بیشتری اثرات گرم شدن آب و هوا را احساس می‌کنند. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها در آمریکا می‌گوید این کشور به طور متوسط هر سال ۷۲ مرگ ناشی از گرما را ثبت می‌کند و ۹۰۰۰ نفر دیگر در بیمارستان بستری می‌شوند. یکی از سوالات اصلی که پژوهشگران می‌خواهند به آن پاسخ دهند، این است که در طول گرمایزدگی چه اتفاقی برای بدن می‌افتد؟ این ربات به آنها کمک می‌کند به خوبی مسیر رسیدن به پاسخ این پرسش هموارتر شود.

نگاه



فرش؛ عرش هنر ایرانی

در تقویم‌های جهانی دیروز به نام روز

منابع دستی بود، اما در تقویم‌های ایرانی

این روز به نام «فرش ایرانی» نامگذاری

شده است، هنری که از دیرباز ایرانیان در

آن شهر به نیکی بودند. هنوز هم که هنوز

است بسیاری از جهان‌ایان ایران را به نام فرش

دستباف ایرانی می‌شناسند و بس. هنوز

هم البته که در شهرهایی همچون کاشان،

کرمان و تبریز فروش فرش‌های دستباف

رونق بالایی دارد. قاب زیبای الهه جوان از

رفوی یک فرش قدیمی در بازار تهران منتشر

شده در خبرگزاری فارس بخشی از این هنر

زیبای ایرانی را نشان می‌دهد.

۲۰۰ متر از جاده چالوس ناپدید شد!

ویدئوهای منتشرشده از وضعیت سیلاب در جاده چالوس هولناک است. میزان تخریب‌ها هم بر اساس آنچه مسئولان اعلام کرده‌اند قابل توجه است. البته همین دیروز، معاون استاندار البرز و سرپرست فرمانداری ویژه کرج اعلام کرده است ۱۰ نقطه از جاده کرج - چالوس و پنج تونل از گل ولای توسط دستگاه‌های امدادی استان البرز پاکسازی شده است. اما همچنان جاده چالوس به دلیل سیلاب‌ها مسدود است. اما در میانه حرف‌های این مقام مسئول هم می‌توان به اطلاعات جالب توجهی دست یافت. یکی از آنها این که به گواه گفته سرپرست فرمانداری ویژه کرج وقوع

این سیلاب حدود ۲۰۰ متر از جاده را کامل تخریب کرده و هنوز دو تونل کاملاً در گل و لای قرار دارد. در پی بارش‌های رگباری، وقوع سیل، ریزش سنگ و گل‌ولای در جاده کرج - چالوس بیش از ۱۲۰۰ نفر از خطر سیلاب نجات یافتند.



کد QR را اسکن کنید

پرسه

نجات از سقوط در آمازون!

چهار کودک کلمبیایی که از ۴۰ روز پیش در جنگل ناپدید شده بودند روز جمعه در یک عملیات جست‌وجو با بالگرد نجات یافتند. این کودکان سوار هواپیمایی کوچک بودند که ۴۰ روز پیش در جنگل‌های آمازون دچار سانحه هوایی شد. این سانحه روز اول می‌رخ داد. هواپیمایی سانحه دیده حامل هفت مسافر بود. سه مسافر هواپیماکه بزرگسال بودند کشته شدند. رئیس‌جمهور کلمبیا با انتشار عکسی از سربازان و افراد بومی شرکت‌کننده در عملیات برای یافتن این کودکان (خواهر و برادر) در توئیتر اعلام کرد چهار کودک که ۴۰ روز پیش در جنگل‌های کلمبیاکم شده بودند، زنده پیدا شدند. فیدنسیو والنسیا، پدربزرگ این کودکان به خبرگزاری فرانسه گفت: بچه‌ها پیدا شده‌اند، اما من به یک پرواز یا هلیکوپتر نیاز دارم تا فوراً آنها را بباورم. پدربزرگ درحالی‌که چندین تن از بستگان این کوچولوها گریه می‌کردند، گفت آنها توسط یک بومی آرا‌راکوارا که از ابتدا به دنبال آنها بود، پیدا شدند.



کد QR را اسکن کنید

چهارراه

راه‌های خودکارآمدی، یکی از مهم‌ترین باورهایی است که باید در طول زندگی کودک پرورش داد. توسعه خودکارآمدی بالا مانند ایجاد یک ابرقدرت است. خودکارآمدی به اعتماد به خود و توانایی فرد برای انجام کارها در زمینه خاصی از زندگی مانند مدرسه، سلامت، غذا خوردن، روابط انسانی، کار یا ورزش اشاره دارد. افرادی که خودکارآمدی بالاتری



آپساناسدی
روزنامه‌نگار

کودکان بزرگسال

چند راهکار ساده برای خودکارآمدی کودکان

مشارکت در امور بازیافتی

رفتار مسئولانه والدین باعث ایجاد خودکارآمدی در کودکان می‌شود. به همین دلیل زمانی که با فرزند خود به خرید می‌روید به او آموزش دهید محصولی را انتخاب کند که آسیب کمتری به محیط زیست وارد می‌کند و از خریدن اقلام یک‌بار مصرف مانند بطری‌های آب پلاستیکی و سایر اقلام یک‌بار مصرف خودداری کنید، در صورت امکان بکوشید کودکان در کار بازیافت خانگی به نوعی دخیل و درگیر باشند به عنوان مثال جدا سازی کاغذ، مقوا و پلاستیک را به آنها بیسپاری و به آنها بگویید این کارها را برای آسیب رساندن کمتر به منابع غذایی و سایر جانداران انجام می‌دهد. در هر بار استفاده از خودرو، مسئولیت تمیز نگه‌داشتن محیط داخلی را به آنها بیسپارید و از آنها بخواهید در کیسه‌های مخصوص، زباله‌های خود را تفکیک کنند.

سپردن مسئولیت‌های صرفه جویی

یکی از مهم‌ترین درس‌های زندگی، صرفه‌جویی است که اگر به‌صورت عملی و با سپردن مسئولیت‌های مرتبط با صرفه‌جویی به کودکان آموزش داده شود، نتیجه بهتری حاصل خواهد شد. در مقوله صرفه‌جویی فقط اقتصاد خانواده نیست که اهمیت دارد؛ مهم‌تر از آن خانه همه با یعنی زمین دوست‌داشتنی است که در انواع بحران‌ها گرفتار شده و با افزایش صرفه‌جویی در هر زمینه‌ای می‌توان کمی از بار آن کاست. از سپردن کارهای ساده به کودکان شروع کنید. به عنوان مثال از آنها بخواهید لامپ‌های اضافی را خاموش کنند یا در زمان عدم استفاده، خاموش کردن رایانه‌ها و وسایل برقی ایمن را به آنها بیسپارید. از آنها بخواهید بخشی از کتاب، لباس، لوازم ورزشی و اسباب‌بازی‌های خود را برای اهدا آماده تا دیگران بتوانند دوباره از آنها استفاده کنند.

مشارکت در باغبانی

تقریباً همه ما در مورد مزایای باغبانی و رسیدگی به هر سبزه‌ای به اندازه کافی اطلاع داریم. شرکت دادن کودکان در کارهای ساده باغبانی مانند کاشتن یک گیاه در گلدان و نگهداری از آن در خانه یا مدرسه یکی از نخستین گام‌های سپردن مسئولیت یک موجود زنده به آنهاست. کودکان با به‌عهده‌گرفتن مسئولیت مراقبت و رسیدگی به یک گیاه یاد می‌گیرند که چگونه در برابر مشکلات احتمالی تاب بیاورند و در صورت بروز مشکل مسئولیت آن را بپذیرند و در نتیجه مهارت‌های خودکارآمدی‌شان را تقویت کنند. باغبانی علاوه بر جنبه‌های آموزشی، سرگرم‌کننده نیز است و کودکان را با جنبه‌های گفت‌انگیز طبیعت بیشتر آشنا می‌کند. بهترین گزینه‌ها برای شروع گیاهان بارده مانند لوبیا هستند تا کودکان بتوانند از نتیجه زحمات خود بهره نیز ببرند.

مشارکت در فعالیت زیست محیطی

شرکت در فعالیت‌های زیست محیطی حتی مختصر مانند پاکسازی مدرسه، می‌تواند خودکارآمدی را افزایش دهد. دیگرمانند در مسائل زیست محیطی می‌تواند به کاهش اضطراب و احساس ناامیدی کودکان در مورد تغییرات آب و هوایی کمک کند. مطالعات هیگمن در سال ۲۰۲۱ روی کودکان در سراسر جهان نشان می‌دهد که کودکان در مورد تغییرات آب و هوایی احساسات منفی زیادی از جمله اضطراب و غم را ابراز می‌کنند. با این حال مشارکت در فعالیت‌های محیطی می‌تواند هم خودکارآمدی و هم امید را افزایش دهد. مطالعه لی و مونرو در سال ۲۰۱۹ روی بیش از ۷۰۰ دانش‌آموز دبیرستانی نشان داد که اعتقاد به احساس مؤثر بودن شخصی در رسیدگی به مسائل زیست محیطی، امید آنها را افزایش می‌دهد و آنها خودکارآمدی بالاتری داشتند. کودکان را باید به عنوان مشارکت‌کنندگان و رهبران الهام‌بخش و مؤثر در رسیدگی به تغییرات آب و هوایی پذیرفت و تجلیل کرد.



سقوط آزاد در جدول «سواد»

بیش از نیمی از دانش‌آموزان ایرانی، توانایی خواندن ندارند

دانش‌آموزان کلاس چهارم خود را به سطح پیشرفته می‌رساند.

دختران دانش‌آموز تقریباً در همه کشورها میانگین پیشرفت بالاتری نسبت به پسران داشتند البته آذربایجان و ایران نسبت به سال ۲۰۱۶ افت داشتند. در ایران، نمره دختران ۴۲۲ و نمره پسران ۴۰۵ است. ۴۶ درصد دختران ایرانی نمره ۴۲۲ و ۵۴ درصد پسران نمره ۴۰۵ را کسب کردند اما در میانگین بین‌المللی ۴۹ درصد دختران نمره ۵۰۹ و ۵۱ درصد پسران نمره ۴۹۳ را کسب کردند.

در این مطالعه به بررسی تأثیر همه‌گیری کرونا بر روند یادگیری دانش‌آموزان اشاره شده است و بر این اساس دوسوم کشورهای شرکت‌کننده در آزمون پرلز ۲۰۲۱ در بین سال‌های ۲۰۱۶ تا ۲۰۲۱ کاهش متوسطی در عملکرد دانش‌آموزان داشتند و این نشان‌دهنده تأثیر منفی گسترده این بیماری بر پیشرفت خواندن دانش‌آموزان در کلاس چهارم دبستان است.

در سراسر کشور فقط ۱۴ درصد از دانش‌آموزان کلاس چهارم در سال تحصیلی ۲۰۲۰-۲۰۲۱ در مدارس شرکت کردند که عملکرد عادی آنها تحت تأثیر همه‌گیری کرونا قرار نگرفت. در مقابل، ۴۷ درصد به مدت «بیش از هشت هفته» آموزش آنها تحت تأثیر قرار گرفت. ۱۰ درصد از دانش‌آموزان در مدرسی بودند که «کمتر از دو هفته» آموزش تحت تأثیر همه‌گیری کرونا قرار گرفت. البته نکته قابل توجه در این گزارش این است که بدانیم اساساً نتایج ارزیابی پرلز برای تعمیم به کل نظام آموزشی در زمان تهیه گزارش طراحی نشده است.

پرلز مشخصاً برای اندازه‌گیری حداقل مهارت خواندن - مرتبط با هدف شماره ۴ از برنامه توسعه پایدار سازمان ملل - در مقطع ۴، یعنی میانه دوره ابتدایی آموزش طراحی شده است اما باز هم نتایج این آزمون چیزی از فاجعه بحران سواد در نظام آموزشی ایران کم نمی‌کند.

تازه‌ترین نتایج آزمون معتبر پرلز منتشرشده، برنامه بین‌المللی مطالعاتی سوادخواندن که به هدف سنجش مهارت خواندن و نظام آموزشی کشورهای شرکت‌کننده است. ایران در چند دوره از این آزمون که به فاصله پنج‌ساله برگزار می‌شود شرکت کرده است و تازه‌ترین نتایج این آزمون برای ما یک گزاره آشکار و تلخ است، این که حالا با بحرانی به نام سواد در سطح مدارس ایران روبه‌رو هستیم. ایران یکی از معدود کشورهای آسیایی است که سنجش ملی نداشته و هیچ سامانه‌ای برای سنجش ملی وجود ندارد.

طی سال‌هایی که ایران در آزمون بین‌المللی پرلز شرکت کرده وضعیت ایران همیشه از حد متوسط پایین‌تر بوده است و از هر سه دانش‌آموز ایرانی، یک نفر به کف یا حداقل یادگیری نمی‌رسد. سوالات پرلز ۲۰۲۱ در سه بخش دشوار، متوسط و آسان طراحی شده بود. در آزمون پرلز ۲۰۲۱، معیار بین‌المللی پیشرفته (امتیاز ۶۲۵)، معیار بین‌المللی بالا (امتیاز ۵۵۵)، معیار بین‌المللی متوسط (امتیاز ۴۷۵)، معیار بین‌المللی پایین (امتیاز ۴۰۰) مدنظر است.

نتایج نشان می‌دهد که دانش‌آموزان ایرانی در توانایی خواندن، نمره ۴۱۳ را کسب کردند که در حد معیار بین‌المللی پایین است. ایران جزو کشورهای انتهایی جدول در آزمون پرلز است (۵۷ کشور شرکت‌کننده) و تنها کشورهای اردن، مصر، مراکش و آفریقای جنوبی بعد از ایران قرار دارند. نمره عملکرد دانش‌آموزان ایران در دوره قبلی پرلز (یعنی در سال ۲۰۱۶) ۴۲۸ بوده است. در ایران، یک درصد دانش‌آموزان به معیار پیشرفته (۶۲۵)، ۷ درصد به معیار بالا (۵۵۰)، ۲۹ درصد معیار متوسط (۴۷۵) و ۵۹ درصد به معیار پایین (۴۰۰) دست می‌یابند. قابل ذکر است که نمره ۴۰۰ حداقل معیار و پایین‌ترین سطح انتظارات خواندن است و تلاش کشورها باید رساندن تمام دانش‌آموزان به این معیار باشد. همچنین سنگاپور بیش از یک‌سوم (۳۵ درصد)