



مرغاب اصلی ترین جاذبه کویر مصر هستند. پشه های شنی از ماسه روان که با تابست دیوار خانه های روستایی سرگ کشیده اند. تجربه دیدن تماشای وسعت و رنگ زرد مرغان در کویر مصر تجربه ای از به یادماندنی ترین چیزهای دیوار کویر بود که چشم هر انسانی می تواند ببیند. گفتنی است رانندگان در پیاور بد. بر روی هر هیچ چیز شما را آزار نخواهد داد. لمس شن های روان کویر مصر با انگشتان پاهایتان تجربه ای حیرت انگیز خواهد بود. گر می شنای کویر شما را با طبیعت آشتی خواهد داد.

کویت مصر،
پناه ای وسیع از
آرامش در قلب ایران

اینستاگرام چه تأثیرات منفی و مخربی بر زندگی کاربران دارد؟

لایک و کامنت های خانه خراب کن

دوستان و آشنایان عکس هایشان را لایک کنند تا از این طریق اعتماد به نفس بیابند. اغلب کاربران انقدر فکرشان درگیر به اشتراک گذاری عکس است که زمان زیادی را صرف پیدا کردن موقعیت خوب برای گرفتن عکس با سبزه های جدید می کنند، حتی گاهی به خاطر این مسئله متحمل هزینه های زیادی می شوند که می تواند به زندگی آنها صدمه بزند. همه این موارد در حالی اتفاق می افتد که افراد با ویژگی های جسمی یا چهره های معمولی اعتماد به نفس خود را از دست داده و گوشه گیر و منزوی می شوند. بعضی از افراد هم که اضافه وزن دارند، برای کاهش وزن خود دست به کارهای خطرناک می زنند. کار شناسان اجتماعی معتقدند که این قبیل رفتارهای کاربران در اینستاگرام باعث رواج خودنمایی در بین افراد شده و نتیجه آن به وجود آمدن یک نوع زندگی و تربیتی و نمایشی است.

کارشناسان به این افراد توصیه می کنند به منظور حفظ حریم شخصی، سلامت روحی و جسمی خود شبکه های اجتماعی وابسته نشده و زمان زیادی را برای ابرای آنها صرف نکنند. به علاوه توصیه می شود به منظور حفظ حریم شخصی، کاربران به افرادی که شناختی نسبت به آنان نداشته اعتماد نکنند و اطلاعات شخصی خود را قبیل عکس های شخصی و خانوادگی و یا تصاویر منزل را در دسترسی این افراد قرار ندهند. بعضی از کاربران آنچنان در افراطی غرق می شوند که حتی به بدن خود آسیب می رسانند چرا که این مسئله موجب تغییر ساختار عصبی مغز، افزایش احتمال بروز رفتارهای افراطی و حتی اعتیاد می شود. فراموش نکنید که حضور بیش از حد در این شبکه ها حتی می تواند به روابط سالم اجتماعی و خانوادگی لطمه وارد کند.

روانشناسان در این باره می گویند که به ابتدا افراد باید برای خود اهمیت قائل شده و به جای اتلاف کردن وقت در این شبکه ها، مهارت های جدیدی را فرا گرفته تا بتوانند ارتباط موثر اجتماعی با اطرافیان شان برقرار کنند و از این طریق زندگی خود را سرسامان دهند.

به راستی که گوشی‌های هوشمند به یکی از اجزای لایف‌سکای زندگی مبدل شده‌اند. یکی از دلایل این موضوع وجود شبکه‌های اجتماعی است که این روزها بین کاربران از محبوبیت و یزداری برخوردارند. یکی از محبوب‌ترین این شبکه‌های اجتماعی، اینستاگرام بوده که جدیداً شاهد دای استفاده از آن در زندگی کاربران نمایان شده‌است.

با وجود اینکه مدت زمان زیادی از شکل گیری اینستاگرام نمی‌گذرد شاهد رفتارهای افراطی کاربران در این شبکه اجتماعی هستیم. نتایج حاصل از تحقیقات نشان داده که خانم‌ها بیشتر از آقایان به شبکه‌های اجتماعی علاقه داشته و از اینرو بیشتر در معرض آسیب‌های ناشی از آن قرار دارند.

امکان عضویت و دسترسی به شبکه های اجتماعی بسیار راحت بوده، به طوری که در کمتر از ۵ دقیقه می توان عضو آنها شد. شبکه های اجتماعی که می توانوان به آن ها شـدت به آن وابسته هستند مکان های خارج از دسترس والدین در فضای مجازی کاربری می توانند خودشان را در غالب هویتی پنهان کرده و یا خود را بانام های متعددی به سایر کاربران معرفی کنند. بررسی های انجام شده حاکی از آن است که معمولاً دختران عکس های به خصوصی از خود در اینستاگرام به اشتراک می گذارند، به طوری که که در اینک گرفتن و کامنت های در مورد داینکه آنهاز بیا هستند در یک موقعیت خوب عکس گرفته اند برای آنها حیاتی است. کاربران علاقه دارند تا بعد از آن اشتراک گذاشتن هر

صفحه ۲۵

4.

رویاپردازان کارآفرین می‌شوند



و موفق می شوید چگونه می توانید این روزهای سخت را تحمل کنید؟ اما برای داشتن ایده های نو و تئوریک این شرایط دشوار را از آن فراتر ببرید و تصور کنید که به موفقیت رسیده اید. جمله معروفی می گوید که هرگز کسی موفق نشده است مگر آن که قبلا در خیزش طعم شیرین موفقیت را چشیده باشد.

ایده ها از دل رویاهای بیرون می آیند

شما خواهید دید دنیا را متحول کنید؟ این رویای بزرگی است، می توان فهم ما حداقل یک بار در زندگی به این موضوع فکر کرده ایم. اما نه هایی که واقعا می خواهند تغییری در چند کوچک در جهان به وجود بیاورند شب و روز به این موضوع فکر می کنند. من می گویم: من راهم.

تا به حال شده است که ساعت ها به یک نقطه خیره شوید و خیال پردازی کنید؟ اگر چنین است بدانید که شما به احتمال زیاد می توانید کار آفرین خوبی شوید. متعجب می کنید. این روزها هر کس را کار آفرینان و کارآفرینی حرف می زند به دنبال آن از سخت کوشی، شناخت بازار، جذب سرمایه و حتی ریسک پذیری صحبت می کند. اما کمتر پیش می آید که بشنوید کار آفرین خوب در ابتدا کار خیال پرداز بوده است. راستش را بخوانید، راه انداختن کسب و کارهای کوچک و غیر خلاقانه نیازی هم به خیال پردازی ندارد. اما کار آفرینی که با ایده خود جهان را متحول کرده اند روزی رویاهای بزرگی در سر داشته اند. هیچ کسی شانس و با تصادفی کار بزرگی انجام نمی دهد. زندگی نامه دانشمندان، مخترعان، نویسندگان و رهبران بزرگ تاریخ را بخوانید. بسیاری از آن ها در جوانی و در حالی که روزی بسیار سخت و دشواری داشته اند رویای بزرگی در سر می پروراندند که بر قلعه های موفقیت می ایستند. اگر هنوز هم قانع نشده اید که رویا پردازی می تواند نقش مهمی در موفقیت آینده شما داشته باشد ادامه ای من مطلب را بخوانید تا با فواید و با پر دازی آشنا شوید:

رویاپردازی به شما امید می دهد
امید، سوخت ماشین کارآفرینی است.
کارآفرینی کار ساده و زود بازدهی نیست.
ماه ها و سال ها طول می کشد تا شما به نتیجه
دلخواهتان برسید. در مسیر کارآفرینی هر روز با
مانعی جدید روبه رو می شوید. اگر امید نداشته
باشید که روزی همه این سختی ها تمام می شود

روغن نارگیل، یک دنیا زیبایی



۵ قدم تا زیباترین عصرانه های بهاری



۶ مدل جدید که بهار امسال مد شده اند



چرا به ساحل باتر فلای درگوا برویم؟