

یک قلاب و هزار ماهی!



پرونده ویژه

هویت سیال در جهان امروز

میسوفونیا (صداییزاری)
و راه‌های غلبه بر آن

.....

وقتی آتش عشقمان
سرد شد...

.....

اوج گیری
در سایه کرونا

.....

movafaghiat.com @movafaghiat

چهار مهارت حیاتی مدیران
در شرایط اقتصادی بد

.....

Gorji
Bisco⁺
بیسکو پلاس



بیسکویت حاوی ۱۲ ویتامین و ۵ ماده معدنی

مورد تایید انجمن علمی
تغذیه کودکان ایران



برگزیده تندیس بلورین
صنعت سلامت محور



مقایسه ویتامین ها و املاح موجود در ۱۰۰ گرم بیسکویت بیسکو پلاس با استاندارد جهانی

مقدار مورد نیاز برای کودکان ۱ تا ۳ سال	نتایج	ویتامین ها
۰/۵ mg	۰/۵ mg	ویتامین B۱ (تیامین)
۰/۵ mg	۰/۸۱۲ mg	ویتامین B۲ (ریبوفلاوین)
۶ mg	۹ mg	ویتامین B۳ (نیاسین)
۲ mg	۴ mg	ویتامین B۵ (اسید پانتوتنیک)
۰/۵ mg	۰/۷۱۸ mg	ویتامین B۶ (پیریدوکسین)
۰/۰۰۸ mg	۲۰ µg	ویتامین B۷ (بیوتین)
۰/۱۵ mg	۰/۱۲ mg	ویتامین B۹ (اسید فولیک)
۰/۹ µg	۱/۲ µg	ویتامین B۱۲ (کوبالامین)
۱۵ µg	۴ µg	ویتامین D۳ (کلسیفرول)
۶ mg	۳/۹۶ mg	ویتامین E (توکوفرول)
۰/۳ mg	۴۰۰ µg	ویتامین A (رتینول)
۱۵ mg	۳۳ mg	ویتامین C (اسید آسکوربیک)
۳ mg	۶/۰۱۷ mg	روی
۳۰۰ µg	۳۱۲ µg	مس
۲۰ µg	۱۴ µg	سلنیوم
۹۰ µg	۱۱۰ µg	ید
۷ mg	۹/۸۲۱ mg	آهن



به طبیعت سلامی دوباره باید کرد

نرم کننده های پرژک
حاوی روغن های گیاهی



www.parjak.com

اسپاد چارتر

مقتدر گشت ایرانیان

نماینده رسمی فروش تمام
ایرلاین های داخلی (فول استاک)



بزرگترین آژانس هواپیمایی غرب تهران

ترانسفر VIP رایگان
از منزل تا فرودگاه (رفت و برگشت)

نمایش روزانه ۱۰۰۰
پرواز داخلی و خارجی

با اطمینان
خرید کنید!

جزء ۱۰ آژانس برتر ایران و
رتبه ۱ غرب تهران در فروش

www.Spadcharter.ir

spadcharter spadcharter

۰۲۱ ۹۱۰۰ ۷۵۷۴

تهران: اکباتان، بلوار نفیسی، ساختمان تیراژه، ط ۴

گاراتی ارزان ترین نرخ بلیط هواپیما

مایع ظرفشویی

دورتو DORTO

آرامش خیال با دورتو

COUNT Cosmetic GmbH
فرموله شده توسط شرکت
کانت کازمتیک آلمان



www.dorto.co

چربی زدایی قوی

سازگار با پوست دست

از بین برنده بوهای نامطبوع

موفقیت

سال بیست و دوم شماره ۴۰۳ تیرماه ۱۳۹۹ ۱۵/۰۰۰ تومان



صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی همه راز موفقیت
مدیر مسئول: دکتر احمد حلت
مدیرعامل و سردبیر: سهیلا ثقفی
معاونت مالی و اداری: روشن فرید
رئیس دفتر سردبیر و مدیر مسئول: لیلا برهان پناه
دبیر اجرایی تحریریه و ویراستار: سمیرا شاهین
دبیر بخش کسب و کار: مجید مجیدی

طراحی گرافیک جلد و صفحه آرایی: حسین اخلاقی
خوشنویسی نامواره: استاد غلامحسین امیرخانی
بازرگانی: منا مجاور شاهرودی
باشگاه مشتریان: سارا ثقفی
سایت: کیمیا یزدانی
دیجیتال مارکتینگ: امیررضا حسین نوری
و مهسا مجاور رضایی
ناظر چاپ: محمدرضا شکوفکی
شماره تلفن دفتر مرکزی: ۰۲۲۱۸۳۰۳۰ و ۰۲۲۸۶۱۸۰۷
سازمان آگهی ها: ۰۲۲۱۸۳۰۳۰ و ۰۹۱۲۷۱۹۵۷۷۳ (خانم شاهرودی)

نویسندگان این شماره: علی ارسطویی، نیکی حاتمی،
دکتر نازنین حبیبی، سهند حزین، زینب شاهی،
مجتبی شیخ علی، سعیده صفدری، یکتا فراهانی،
مهدی فیضی، زهرا قمی، محمد معینی، دکتر آیدا مهرداد،
آلاء نواح و حامد هدائی.

Instagram:

movafaghiatmag
movafaghiat_offical_page
drahmadhellat
majaleh_energy_mosbat

Telegram:

@movafaghiat

چاپ و صحافی: شرکت رواق روشن مهر،
تلفن: ۰۶۴۰۹۷
توزیع و پخش: شرکت نشرگستر امروز،
نمایندگان توزیع
اصفهان: آقای موحدیان ۰۹۱۳۱۱۳۶۶۹
تبریز: آقای محمدپور ۰۹۱۴۱۱۵۷۸۹۶
جزیره کیش: آقای چمنی ۰۹۳۴۷۶۹۲۷۷۱
بانه: آقای صالح پور ۰۹۱۸۳۷۴۰۶۶۰
گچساران: آقای موسوی ۰۹۱۷۷۴۲۶۹۹۵

movafaghiat.com

مجله الکترونیکی موفقیت را با محتوایی
کامل و متفاوت، پانزدهم همراه به صورت رایگان
از سایت موفقیت دانلود کنید.

فهرست مطالب

سال بیست و دوم شماره ۴۰۳ تیرماه ۱۳۹۹ ۱۵/۰۰۰ تومان

پرونده ویژه

۱۰ سلبریتی؛ «از ژان ژاک روسو» تا «مرتضی پاشایی»

۱۳ سلبریتی‌ها ساخته نگاه هواداران هستند!

پدیده‌ای اجتماعی به نام «فرهنگ شهرت»

۱۷ سلبریتی‌ها پدیده‌هایی نوظهور نیستند!

مصاحبه با دکتر «صادق پیوسته»

جامعه شناس

۲۲ فرزند خود را محدود نکنید

گفت‌وگو با «صلاح‌الدین رضایی»

کارشناس کودکان استثنایی

۲۸ جست‌وجوی هویت در میان قهرمانان مجازی

تاثیر رسانه بر نوجوانان

۳۴ گاوهای بنفش و شاخ‌های مجازی شان

زندگی

۳۸ وقتی آتش عشقمان سرد شد!

بررسی علل و عوامل سرد شدن روابط زناشویی

۴۲ درون‌گرایی‌تان را در آغوش بگیرید!

چهار نکته برای زنده ماندن در دنیای برون‌گراها

۴۶ آیا می‌دانید صدابیزاری چیست؟

«میسوفونیا» و راه‌های غلبه بر آن

۴۹ آیا برای دوران پساکرونا آماده‌ایم؟

مشکلات روحی و اختلالات پس از سوانح مختلف

و بیماری همه گیر کوید ۱۹

۵۱ تمرین مغز برای کاهش استرس

زندگی پرسرعت ما می‌تواند بیمارمان کند

کار

۵۶ اوج‌گیری در سایه کرونا

مقاله منتخب وبسایت HBR.org

Harvard Business Review فوریه ۲۰۲۰

۶۴ چطور در بورس ضرر نکنیم؟

سوگیری‌های رفتاری که سرمایه شما را به باد می‌دهند

۶۸ آنچه شاید در آینده ایران نیز شاهدش باشیم

بازنگری علمی در مورد چگونگی وقوع بحران

مسکن در آمریکا

۷۲ چگونه در یک اقتصاد بد، مدیر خوبی باشیم؟

چهار مهارت حیاتی که مدیران را از طوفان عبور می‌دهد

۷۶ رهبران بزرگ در بحران‌ها چگونه رفتار می‌کنند؟

مقاله منتخب وبسایت HBR.org

(Harvard Business Review)



@movafaghiat

ما را در اینستاگرام دنبال کنید

سرمقاله



یاد خدا آرام بخش قلب هاست

یاران موفقیت سلام

تکنولوژی سریع‌تر از حد تصور ما می‌آید و والدین هم معمولا از این غافل‌ه عقب می‌مانند. نوجوانی سنی خطرناک و فضای مجازی، دنیایی بی‌رحم است که ما باید آگاهی را در این مورد به فرزندانمان هدیه بدهیم. مثلا بارها نمایش خوش مردم را در این فضا شاهد هستیم، اما نوجوان باید بداند که این، همه حقیقت نیست! اگر فرزندانمان یاد بگیرند چگونه وارد این دنیا شوند، کمک بزرگی به آن‌ها می‌شود.

پنج نکته زیر می‌تواند رفتار نوجوان را در فضای مجازی مدیریت کند:

۱- تعداد ساعات حضور در این فضا باید حداکثر دو ساعت در شبانه‌روز باشد.

۲- فرزندان، معادل حضورشان، باید بتوانند با مطالعه کتاب یا مطالعه عمیق‌تر، مطالب مفیدی را یاد بگیرند.

۳- گفت‌وگو و همفکری راجع به مطالبی که نوجوانان در این فضا می‌بینند، می‌تواند نتایج مثبتی را برای خانواده داشته باشد.

۴- بچه‌ها باید یک کنترل‌کننده درونی داشته باشند که خودشان از رفتن به فضاهای نامناسب و خطرآفرین خودداری کنند.

۵- بچه‌ها باید بدانند و باور کنند که آیدی (شناسه) مخاطبان، لزوماً آنچه نشان داده می‌شود، نیست!

پس هرگز به پیام کاربران ناشناس توجه نکنند و قبل از بازنشر هر پیامی، آن را خوب بخوانند. در ضمن آموزش ببینند که اطلاعات و عکس‌های محرمانه خود را هرگز برای غریبه‌ها نفرستند.

شادی
احمد حلت

مثبت اندیشی را چند برابر کنیم +X

سخن سردبیر

به خانه‌های شما برگشتیم...

یاران صمیمی موفقیت

بعد از سه ماه وقفه در چاپ مجله فیزیکی، با قدرتی چندین برابر و با کلی مطالب خواندنی و آموزنده به خانه‌های شما برگشتیم. تمام تلاش ما، حفظ کیفیت مجله و پایین نگه‌داشتن قیمت آن در این شرایط دشوار است. از شما هم می‌خواهم برای حفظ این روند و ادامه فعالیت ما، با گرفتن اشتراک و خرید هر شماره، از ما حمایت کنید.

در ضمن، از این پس برای هر شماره پرونده‌ای ویژه تدارک دیده خواهد شد. در پرونده این شماره هم با توجه به اهمیت موضوع، به تاثیر سلبریتی‌ها (چه مثبت و چه منفی) بر روی همه انسان‌ها و علی‌الخصوص نوجوانان و جوانان و نحوه برخورد والدین و تاثیر رسانه‌ها بر هویت‌یابی افراد پرداخته‌ایم. متأسفانه در شرایط فعلی، برخی پدیده‌های فضای مجازی برای دیده‌شدن دست به هر کاری می‌زنند که الگوگرفتن از آن‌ها برای نوجوانان بسیار خطرناک هستند و به اصطلاح شاخ‌های مجازی، با این کار روان فرزندان ما را به بازی می‌گیرند. در این شرایط، نوع رفتار والدین می‌تواند بسیار تاثیرگذار باشد.

لطفا نظرات سازنده‌تان را در مورد این مجله و همچنین موضوعات پیشنهادی‌تان را برای پرونده‌های ویژه در شماره‌های آتی به آدرس soheilasaghafi99@gmail.com ایمیل کنید تا نظرات ارزشمند شما، چراغ راه موفقیت‌های آینده ما باشد.

شادی‌تان افزون
سهیلا ثقفی